Утверждаю
Директор ООО
«Сбалансированное питание»

_____
Евсюков Ю.В.

«01» сентября 2026 года

Пояснительная записка

к основному (организованному) меню для детей, находящихся на обучении в школе-интернате с учётом 10%-й надбавки в выходные дни, в возрасте 3 - 6 лет, 7 - 11 лет, 12 лет и старше, а также для детей, имеющих статус детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, с учётом 15%-й надбавки в возрасте 7 - 11 лет и 12 - 18 лет в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.4282-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»

Пояснительная записка

Питание обучающихся в государственных общеобразовательных организациях Республики Крым осуществляется путем привлечения сторонней организацией (аутсорсинг) ООО «Сбалансированное питание» на базе стационарных столовых учреждений, которые оснащены технологическим оборудованием, квалифицированными кадрами, столовой посудой, кухонным инвентарём, моющими и дезинфицирующими средствами в достаточном количестве. Снабжение столовых сырьём - заключены договоры на поставку сырья и продовольственных товаров.

В основном (организованном) меню учитывается рациональное распределение энергетической ценности по отдельным приёмам пищи. Допускается в течение дня отступление от норм калорийности по отдельным приёмам пищи в пределах +/- 5%, при условии, что средний процент пищевой ценности за неделю будет соответствовать вышеперечисленным требованиям по каждому приёму пищи.

В суточном рационе питания оптимальное соотношение пищевых веществ белков, жиров, углеводов - составляет 1:1:4 или в процентном соотношении от калорийности как 10 – 15%, 30-32%, 55 – 60% соответственно.

Меню разрабатывается на период не менее двух недель (10 - 14 дней) для двух сезонов - осенне-зимнего и весенне-летнего, необходимого количества основных пищевых веществ и требуемой калорийности суточного рациона, дифференцированного по возрастным категориям обучающихся 12 - 18 лет, с учётом 10%-й надбавки в выходные дни.

Суммарный объём блюд в день соответствует рекомендуемым объёмам, указанным в табл. 3 СанПиН 2.3/2.4.4282-26. Распределение суммарного объёма блюд по приёмам пищи зависит от количества и графика приёма пищи в учреждении и от особенностей питания учащихся!

Меню ежедневно включает в рацион мясо, молоко, сливочное и растительное масло, ржаной и пшеничный хлеб (с каждым приемом пищи). Рыбу, яйца, сыр, творог, кисломолочные продукты рекомендуется включать 1 раз в 2 - 3 дня.

В приготовлении используются преимущественно варка, тушение, запекание, приготовление в пароконвектомате. Ограничивается жарка, особенно во фритюре. Исключается использование острых приправ, майонеза, уксуса, костных бульонов.

Для соблюдения норм закладки сырья и выхода готовых блюд в столовых учреждениях имеются технологические карты, разработанные на основании сборников рецептур: «*Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях». Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна. – Москва. Дли принт 2017; «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях Могильный М. П., Тутельян В. А 2011г.; «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при*

общеобразовательных школах». Под ред. В. Т. Лапшиной 2004 г.; «Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Самарской области»; «Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ – интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно – профилактических учреждений», Пермь, 2021 г..

Технологические карты предусматривают технологию изготовления кулинарной продукции в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.4282-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

С работниками столовой проведены беседы по особенностям приготовления блюд в детском питании.

Для контроля за качеством питания обучающихся ведется следующая документация:

- гигиенический журнал (сотрудники);
- журнал учета температурного режима холодильного оборудования;
- журнал учета температуры и влажности в складских помещениях;
- журнал бракеража готовой пищевой продукции;
- журнал бракеража скоропортящейся пищевой продукции;
- ведомость контроля за рационом питания.

Для контроля за качеством поступающего сырья проводится бракераж и делается соответствующая запись в журнале бракеража скоропортящейся пищевой продукции в соответствии с рекомендуемой формой.

Выдача готовых блюд осуществляется только после снятия пробы членами бракеражной комиссии в составе не менее трех человек.

В случае длительного отсутствия электроэнергии (более 4 часов) при использовании генераторов, для предоставления горячего питания и с целью сокращения времени приготовления пищи в основное (организованное) меню вносятся изменения:

1. Салат из свеклы и моркови (рец. № 27).
Салат из свежей белокочанной капусты (рец. №1).
Салат из свеклы с чесноком (рец. № 34).
Салат «Витаминный» (рец. № 53).
Салат из белокочанной капусты с огурцами «Ароматный» (рец. № 49).
Салат мясной (рец. № 112).
Салат из свежих огурцов (рец. № 22).
Салат «Оригинальный» (рец. № 119).
Салат «Бурячок» (рец. № 86).
Салат из моркови, припущенной (рец. № 21).
Салат «Мечта» (рец №116).
Салат «Степной» из разных овощей (рец. №37).
Салат «Пикантный» (рец. № 120).

Будет осуществлена замена на «Овощи натуральные» (рец. № 71/70).

2. Кисломолочный напиток (рец. № 386).
Кисель из сока плодового или ягодного (рец. № 485).
Кисель из свежих плодов или ягод свежих (или ягод замороженных) (рец. № 548).
Компот из плодов или ягод сушеных (рец. № 494).
Кисель из кураги (рец. № 355).
Кисель витаминный (рец. № 481).
Напиток из плодов шиповника (рец. № 270).

Будет осуществлена замена на «Сок фруктовый» (рец. № 389) объёмом 200мл. в индивидуальные упаковки.

3. Омлет натуральный (рец. № 210).
Омлет с зелёным горошком (рец. № 269).
Омлет с сыром (рец. № 211).

Будет осуществлена замена на «Яйца варёные» (рец. № 209).

4. Кофейный напиток с молоком (рец. № 379).
Какао с молоком (рец. № 462).
Напиток из цикория (рец. № 467).
Какао с молоком (рец. № 382).

Будет осуществлена замена на «Чай с сахаром» (рец. № 261).

<u>или</u> на «Какао с молоком, сгущённым» (рец. № 383)

<u>или</u> на «Кофейный напиток с молоком с сгущённым» (рец. № 380).

5. Запеканка из творога (рец. № 279).
Суфле творожное (рец. № 326).
Пудинг творожный запечённый (рец. № 285).

Будет осуществлена замена на «Макаронные изделия отварные с сыром» (рец. № 204)

<u>или</u> «Макаронные изделия отварные, запечённые с яйцом» (рец. № 206)

<u>или</u> «Макаронные изделия отварные, запечённые с сыром» (рец. № 261).

6. Бифштекс рубленный паровой (рец. № 331).
Оладьи из печени по – кунцевски (рец. № 411).
Шницели, припущенные из птицы (рец. № 372).
Тефтели (2 вариант) (рец. № 403/513).

Котлеты «Школьные» (рец. № 347).
Котлеты «Самарская аппетитка» (рец. № 389).
Фрикадельки в соусе (рец. № 415/205).
Котлеты мясо- картофельные по- хлыновски (рец. № 394).
Биточки, рубленные из птицы (паровые) (рец. № 446).
Шницель рыбный натуральный (рец. № 310).
Зразы из кур, с омлетом и овощами (рец. № 449).
Суфле из птицы (рец. № 368).
Котлеты «Золотая рыбка» (рец № 346).

Будет осуществлена замена всех блюд из рубленного мяса, птицы или рыбы на блюда из натурального мяса, птицы или рыбы с использованием консервированного мяса, мяса птицы или рыбы для приготовления блюд, руководствуясь таблицей замены пищевой продукции в граммах (нетто) с учётом их пищевой ценности (приложение № 11 СанПиН 2.3/2.4.4282-26).

Для замены будут использовать следующие блюда:

Гуляш (рец. № 369).

Плов из отварной птицы (рец. № 375).

Бефстроганов (рец. № 250).

Рыба, тушенная в томате с овощами (рец. № 299).

Жаркое по – домашнему (рец. № 367).

Птица в соусе с томатом (рец. № 367).

Плов из мяса (рец. № 265).

Мясо тушёное (рец. № 365).

7. ***При приготовлении «Запеканка картофельная с субпродуктами» (рец. № 420) использовать консервированное тушёное мясо.***
8. ***Все мучные блюда и кулинарные изделия, требующие запекание***

Будет осуществлена замена на кондитерские изделия промышленного производства.

9. Каша жидкая молочная пшенная, овсяная (рец. № 182).
Каша жидкая молочная из гречневой крупы (рец. № 183).
Суп молочный с клёцками (рец. № 141).
Каша манная молочная жидкая (рец. № 230).

Каша пшеничная молочная жидкая (рец. № 232).
Суп молочный с крупой (пшено) (рец. № 140).

Будет осуществлена замена на «Хлопья кукурузные или пшеничные с соком» (рец. № 172)

или будет осуществлена замена в рецептуре молока цельного на молоко, сгущённое стерилизованное из расчёта 1:0,46.