

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Кубанский государственный технологический университет»  
(ФГБОУ ВО «КубГТУ»)

УДК: 664.8/9, 664.97  
ГРНТИ: 71.33.13

### ОТЧЕТ

о научно-исследовательской работе  
по дог. № 6.33.01.06-18 от 17.03.2018 г.

«Разработка перспективного меню для организации питания в  
муниципальных дошкольных образовательных учреждениях  
муниципального образования Белореченский район, подведомственных  
Управлению образованием администрации муниципального образования  
Белореченский район»

Руководитель проекта,  
зав кафедрой общественного питания  
и сервиса, д-р техн. наук, профессор



Тамова М.Ю.

Краснодар,  
2018 г.

## СПИСОК ИСПОЛНИТЕЛЕЙ

д-р техн. наук, профессор  
кафедры общественного  
питания и сервиса



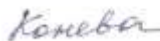
Шамкова Н. Т.

канд. техн. наук, доцент  
кафедры общественного  
питания и сервиса



Барашкина Е.В.

канд. техн. наук, асс. кафедры  
общественного питания и  
сервиса



Конева М.С.

инженер-технолог кафедры  
общественного питания и  
сервиса



Журавлёв Р.А.

**Методические рекомендации  
по организации питания детей раннего и дошкольного  
возраста в дошкольной образовательной организации**

## Введение

В соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «...дошкольная образовательная организация – образовательная организация, осуществляющая в качестве основной цели её деятельности образовательную деятельность по образовательным программам дошкольного образования, присмотр и уход за детьми...». Таким образом, система дошкольного образования – это гибкая, многофункциональная сеть дошкольных образовательных организаций, которые осуществляют деятельность по воспитанию, обучению, развитию и оздоровлению, уходу и присмотру детей с учетом возрастных и индивидуальных особенностей ребенка, потребностей семьи и общества в целом.

Государственная политика в области здорового питания включает комплекс мероприятий, направленных на создание условий, обеспечивающих удовлетворение потребностей различных групп населения в рациональном, здоровом питании с учетом их традиций, привычек и экономического положения, в соответствии с требованиями медицины. В соответствии со ст.37 «Организация питания обучающихся» ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» «...Организация питания обучающихся возлагается на организации, осуществляющие образовательную деятельность...», т.е. на руководителя. Активное участие в организации обеспечения детей безопасным и полноценным питанием принимают медицинские работники, работники пищеблока и, безусловно, воспитатели.

Одна из главных задач дошкольных образовательных учреждений – это обеспечение конституционного права каждого ребенка на охрану его жизни и здоровья. Гармоничное физическое развитие является одним из ведущих факторов, определяющих здоровье человека. Здоровье детей невозможно обеспечить без рационального питания. Кроме того, правильно организованное питание формирует у ребёнка культурно-гигиенические навыки, полезные привычки, так называемое рациональное пищевое поведение, закладывает основы культуры питания.

Роль питания в современных условиях значительно повышается в связи с ухудшением состояния здоровья детей в результате целого комплекса причин, одной из которых является нарушение структуры питания и снижение его качества – как в семье, так и в организованных детских коллективах.

Анализ состояния здоровья детей дошкольного возраста на территории Краснодарского края [1] показал, что число обращений в краевой Детский диагностический центр детей дошкольного возраста достигает до 45 тысяч в год, из них в общей структуре, болезни органов пищеварения составляют около 10 %. Общая заболеваемость среди дошкольников имеет тенденцию к увеличению патологий желудочно-кишечного тракта.

В связи с этим организация питания в дошкольных образовательных учреждениях, является задачей большой социальной значимости. Обычно дети находятся в дошкольных учреждениях 12 часов и их питание в основном (кроме выходных и праздничных дней), обеспечивается именно этими учреждениями. Ученые доказали, что правильное питание в детстве определяет и длительность человеческой жизни, и сроки трудоспособности. Кроме того, наряду с другими факторами, от питания зависит, в каком возрасте и какая хроническая патология желудочно-кишечного тракта появится у человека.

Поэтому, рациональное питание детей от 2 до 7 лет – залог крепкого здоровья, гармоничного роста и правильного нервно-психического развития детей, устойчивости к действию инфекций и других неблагоприятных факторов внешней среды.

Целью настоящих рекомендаций является методическое обеспечение деятельности должностных лиц и специалистов, работающих в дошкольном образовательном учреждении детский сад общеразвивающего вида № 8 «Рябинка» города Белореченска муниципального образования Белореченский район (руководителей, воспитателей, медицинских сестер и работников пищеблоков) по формированию рационов питания детей раннего и дошкольного возраста в соответствии с принципами здорового питания, организации производства и реализации кулинарной продукции на пищеблоке, организации приема пищи детьми и производственного контроля.

## 1 Область применения

Методические рекомендации определяют порядок и условия организации питания детей раннего и дошкольного возраста (в возрасте от 2 до 7 лет) в образовательной организации, реализующей основную общеобразовательную программу дошкольного образования, требования к качественному и количественному составу рациона питания детей раннего и дошкольного возраста, принципам и методике его формирования.

Методические рекомендации предназначены для:

- руководителя образовательной организации, реализующей основную общеобразовательную программу дошкольного образования;
- медицинского работника, работников образовательного учреждения, участвующих и осуществляющих контроль за организацией питания детей раннего и дошкольного возраста в организованном коллективе;
- юридических лиц и индивидуальных предпринимателей, осуществляющих организацию питания детей дошкольного возраста в дошкольных учреждениях, поставляющих (реализующих) пищевые продукты и продовольственное сырье в дошкольное учреждение.

## 2 Нормативные ссылки

2.1 Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ

2.2 СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»

2.3 Федеральный закон Российской Федерации «О качестве и безопасности пищевых продуктов» ( № 29-ФЗ от 02.01.2000 г.)

2.4 ГОСТ 31988-2012 Услуги общественного питания. Метод расчета отходов и потерь сырья и пищевых продуктов при производстве продукции общественного питания

2.5 Приказ Минздравсоцразвития России от 12.04.2011 г. № 302н «Об утверждении перечней вредных и (или) опасных производственных факторов и работ, при выполнении которых проводятся обязательные предварительные и периодические медицинские осмотры (обследования), и Порядка проведения обязательных предварительных и периодических медицинских осмотров (обследований) работников, занятых на тяжелых работах и на работах с вредными и (или) опасными условиями труда»

2.6 Федеральный закон от 30.03.99 № 52-ФЗ «О санитарно – эпидемиологическом благополучии населения» (с 21.10.2018 г. внесены изменения на основании Федерального закона от 23.04.2018 № 101-ФЗ)

2.7 Основы государственной политики российской федерации в области здорового питания населения на период до 2020 года правительство российской федерации распоряжение от 25 октября 2010 г. n 1873-р

2.8 ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ЗАКОН ОТ 06.12.2011 N 402-ФЗ (РЕД. ОТ 28.06.2013 С ИЗМЕНЕНИЯМИ, ВСТУПИВШИМИ В СИЛУ 30.06.2013) "О БУХГАЛТЕРСКОМ УЧЕТЕ"

2.9 СанПиН 2.3.2.1078-01 Гигиенические требования безопасности и пищевой ценности пищевых продуктов (Минздрав России, 2002 г.)

2.10 СанПиН 2.3.2.1324-03 «Гигиенические требования к срокам годности и условиям хранения пищевых продуктов»

2.11 СанПиН 2.1.4.1116-02 «Питьевая вода. Гигиенические требования к качеству воды, расфасованной в емкости. Контроль качества».

2.12 СанПиН 2.1.4.1074-01 «Питьевая вода. Гигиенические требования к качеству систем питьевого водоснабжения. Контроль качества»

## 3 Принципы рационального питания детей

3.1. Рациональное питание является одним из основных факторов, определяющих нормальное развитие ребенка. Питание считается правильно организованным, если оно достаточно по калорийности, разнообразно по набору продуктов и технологии приготовления блюд, сбалансировано по содержанию пищевых веществ, рационально распределено в течение дня. Непременным условием правильной организации питания является соблюдение санитарных норм и правил.

Основой организации питания детей являются нормы физиологических потребности в энергии и пищевых веществах для детей возрастных групп, приведенные в СанПиН 2.4.1. 3049-13, которые должны быть не меньше значений, указанных в таблице 1.

Таблица 1 – Энергетическая ценность и содержание жиров, белков и углеводов в суточном рационе детей

| Возраст детей | Энергетическая ценность (ккал) | Белки (г) |                     | Жиры (г) | Углеводы (г) |
|---------------|--------------------------------|-----------|---------------------|----------|--------------|
|               |                                | всего     | в т.ч. животные (%) |          |              |
| 2-3 года      | 1400                           | 42        | 65                  | 47       | 203          |
| 3-7 лет       | 1800                           | 54        | 60                  | 60       | 261          |

Согласно этим нормам все пищевые вещества, входящие в состав рациона, находятся в определенных соотношениях между собой и сбалансированы с потребностями детского организма.

Основным принципом питания дошкольников должно служить максимальное разнообразие их пищевых рационов. Только при включении в повседневные рационы всех основных групп продуктов – мяса, рыбы, молока и молочных продуктов, яиц, пищевых жиров, овощей и фруктов, сахара и кондитерских изделий, хлеба, круп и др. можно обеспечить детей всеми необходимыми им пищевыми веществами. И, наоборот, исключение из рациона тех или иных из названных групп продуктов или, напротив, избыточное потребление каких-либо из них неизбежно приводит к нарушениям в состоянии здоровья детей.

Правильный подбор продуктов – условие необходимое, но еще недостаточное для рационального питания дошкольников. Необходимо стремиться к тому, чтобы готовые блюда были красивыми, вкусными, ароматными и готовились с учетом индивидуальных вкусов детей.

Другим условием является строгое соблюдение режима питания, который включает:

- количество приемов пищи в течение дня (кратность питания). Количество приемов пищи в детских дошкольных учреждениях должно быть не менее 5-ти раз в день при 12-ти часовом пребывании детей: завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин;

- распределение пищи в течение дня по приемам. Распределение энергетической ценности рациона (калорийности) на отдельные приемы пищи рекомендуется следующее: завтрак – 20-25%, второй завтрак – 5%,

обед – 30-35%, полдник - 10-15% ужин – 20-25% ( вместо полдника и ужина возможна организация уплотненного полдника – 30-35%). В дневном рационе допускается отклонение калорийности в ту или иную сторону на 5%;

- время приема пищи в течение суток;

- интервалы между приемами пищи 3-4 часа. Во всех дошкольных образовательных учреждениях с продолжительностью пребывания детей более 3,5 часов организуется горячее питание воспитанников, предусматривающее такое количество приемов пищи и их периодичность, чтобы длительность промежутков между отдельными приемами пищи не превышала 3,5 – 4 часов. Если интервал между приемами пищи слишком велик (больше 4 часов), у ребенка снижаются работоспособность, память. Чрезмерно же частый прием пищи снижает аппетит и тем самым ухудшает усвояемость пищевых веществ;

- время, затрачиваемое на приемы пищи;

- интервал между последним и первым приемами пищи 10 – 11 часов.

Если соблюдаются режимные моменты, то у детей обычно нормально функционирует пищеварительная система, усваивается пища, что обеспечивает правильный обмен веществ и хорошее самочувствие.

Организация питания детей в дошкольном учреждении должна сочетаться с правильным питанием ребенка в семье. Для этого необходима четкая преемственность между ними. Нужно стремиться к тому, чтобы питание вне детского сада дополняло рацион, получаемый в организованном коллективе. С этой целью родителям необходимо систематически предоставлять сведения о продуктах и блюдах, которые ребенок получил в течение дня в учреждении и пищевой ценности рациона питания, для чего практикуется вывешивание в группах ежедневного рациона питания (меню). Кроме того, педагогам и медицинским работникам детского сада следует давать родителям рекомендации по составу «домашних» ужинов и питанию ребенка в выходные и праздничные дни. При этом на ужин рекомендуются те продукты и блюда, которые ребенок не получал в детском саду. В выходные и праздничные дни рацион питания ребенка по продуктовому набору и пищевой ценности лучше максимально приближать к рациону, получаемому им в дошкольном учреждении.

Проводя с родителями беседы о детском питании, важно также предупредить их о том, чтобы утром, до отправления ребенка в детский сад, его не кормили, так как это нарушает режим питания, приводит к снижению аппетита, в таком случае ребенок плохо завтракает в группе. Однако если ребенка приходится приводить в дошкольное учреждение очень рано, за 1-2 часа до завтрака, то ему можно дома дать сок и (или) какие-либо фрукты.

Важно предусмотреть особенности питания детей в период адаптации их к дошкольному учреждению. Переход ребенка от домашнего воспитания к воспитанию в детском коллективе почти всегда сопровождается определенными психологическими трудностями. Чем меньше ребенок, тем тяжелее он переносит этот период. Часто в это время у детей снижается

аппетит, нарушается сон, иногда наблюдаются невротические реакции, снижается общая сопротивляемость к заболеваниям. Правильная организация питания в это время имеет большое значение и помогает ребенку скорее адаптироваться в коллективе.

Перед поступлением ребенка в детский сад родителям рекомендуется приблизить режим питания и состав рациона к условиям детского коллектива, приучить его к тем блюдам, которые чаще дают в детском учреждении, особенно если дома он их не получал. В первые дни пребывания в коллективе нельзя менять стереотип поведения ребенка, в том числе и привычки в питании. Так, если ребенок не умеет или не желает есть самостоятельно, первое время воспитателям следует кормить его, иногда даже после того, как остальные дети закончат еду. Если ребенок отказывается от пищи, ни в коем случае нельзя кормить его насильно. Это еще больше усилит отрицательное отношение к коллективу.

Нередко дети поступают в дошкольные учреждения в осенний период, когда наиболее высок риск распространения острых респираторных заболеваний, и вновь поступившие дети заболевают в первую очередь. Для профилактики острой инфекционной заболеваемости следует проводить дополнительную витаминизацию рациона питания детей, используя широкий ассортимент имеющихся витаминизированных пищевых продуктов и напитков, а при необходимости (по заключению врача), также поливитаминных препаратов (витаминно-минеральных комплексов).

3.2. Для удовлетворения потребности детей в пищевых веществах и энергии должен использоваться утвержденный набор пищевых продуктов, таблица 2.

Таблица 2 – Рекомендуемые суточные наборы продуктов для организации питания детей в дошкольных образовательных организациях (г, мл, на 1 ребенка/сутки)

| Наименование пищевого продукта или группы пищевых продуктов              | Количество продуктов в зависимости от возраста детей |          |                |         |
|--------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|----------|----------------|---------|
|                                                                          | в г, мл, брутто                                      |          | в г, мл, нетто |         |
|                                                                          | 2-3 года                                             | 3-7 лет  | 2-3 года       | 3-7 лет |
| Молоко и кисломолочные продукты с м.д.ж не ниже 2.5%                     | 390                                                  | 450      | 390            | 450     |
| Творог, твороженные изделия с м.д.ж не менее 5 %                         | 30                                                   | 40       | 30             | 40      |
| Сметана с м.д.ж. не более 15%                                            | 9                                                    | 11       | 9              | 11      |
| Сыр твердый                                                              | 4,3                                                  | 6,4      | 4              | 6       |
| Мясо(бескостное/на кости)                                                | 55/68                                                | 60,5/75  | 50             | 55      |
| Птица(куры 1 кат.потр./цыплята-бройлеры 1 кат. Потр/индейка 1 кат.потр.) | 23/23/22                                             | 27/27/26 | 20             | 24      |
| Рыба (филе) в т.ч филе слабо-или малосоленое                             | 34                                                   | 39       | 32             | 37      |
| Колбасные изделия                                                        | -                                                    | 7        | -              | 6,9     |
| Яйцо куриное столовое                                                    | 0,5шт                                                | 0,6шт    | 20             | 24      |

|                                              |     |     |      |      |
|----------------------------------------------|-----|-----|------|------|
| Картофель: с 01.09. по 31.10                 | 160 | 187 | 120  | 140  |
| С 31.10 по 31.12                             | 172 | 200 | 120  | 140  |
| С 31.12 по 28.02                             | 185 | 215 | 120  | 140  |
| С 29.02 по 01.09                             | 200 | 234 | 120  | 140  |
| Овощи,зелень                                 | 256 | 325 | 205  | 260  |
| Фрукты(плоды)свежие                          | 108 | 114 | 95   | 100  |
| Фрукты(плоды)сухие                           | 9   | 11  | 9    | 11   |
| Соки фруктовые(овощные)                      | 100 | 100 | 100  | 100  |
| Напитки витаминизированные (готовый напиток) | -   | 50  | -    | 50   |
| Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)                | 40  | 50  | 40   | 50   |
| Хлеб пшеничный или хлеб зерновой             | 60  | 80  | 60   | 80   |
| Крупы(злаки),бобовые                         | 30  | 43  | 30   | 43   |
| Макаронные изделия                           | 8   | 12  | 8    | 12   |
| Мука пшеничная хлебопекарная                 | 25  | 29  | 25   | 29   |
| Масло коровье сладкосливочные                | 18  | 21  | 18   | 21   |
| Масло растительное                           | 9   | 11  | 9    | 11   |
| Кондитерские изделия                         | 7   | 20  | 7    | 20   |
| Чай включая фиточай                          | 0,5 | 0,6 | 0,5  | 0,6  |
| Како-порошок                                 | 0,5 | 0,6 | 0,5  | 0,6  |
| Кофейный напиток                             | 1,0 | 1,2 | 1,0  | 1,2  |
| Сахар                                        | 37  | 47  | 37   | 47   |
| Дрожжи хлебопекарные                         | 0,4 | 0,5 | 0,4  | 0,5  |
| Мука картофельная(крахмал)                   | 2   | 3   | 2    | 3    |
| Соль пищевая поваренная                      | 4   | 6   | 4    | 6    |
|                                              |     |     |      |      |
| Хим.состав(без учета т/о)                    |     |     |      |      |
| Белок, г                                     |     |     | 59   | 73   |
| Жир, г                                       |     |     | 56   | 69   |
| Углеводы,г                                   |     |     | 215  | 275  |
| Энергетическая ценность, ккал                |     |     | 1560 | 1963 |

3.3. При формировании рациона питания детей в дошкольных учреждениях используется ассортимент основных продуктов питания, рекомендуемых для использования в питании детей в дошкольных организациях:

Мясо и мясопродукты:

- говядина 1 категории;
- телятина;
- нежирные сорта свинины и баранины;
- мясо птицы охлажденное (курица, индейка);
- мясо кролика;
- сосиски, сардельки (говяжьи), колбасы вареные для детского питания, не чаще чем 1-2 раза в неделю – после тепловой обработки;
- субпродукты говяжьи (печень, язык).

Рыба и рыбопродукты – треска, хек, горбуша, лосось, минтай, ледяная рыба, судак, сельдь (соленая), морепродукты.

Яйца куриные – в виде омлетов или в вареном виде.

#### Молоко и молочные продукты:

- молоко (2,5%, 3,2%, 3,5% жирности), пастеризованное, стерилизованное;
- сгущенное молоко (цельное и с сахаром), сгущено-вареное молоко;
- творог не более 9% с кислотностью не более 150 °Т – после термической обработки; творог и творожные изделия промышленного выпуска в мелкоштучной упаковке;
- сыр неострых сортов (твердый, полутвердый, мягкий, плавленый, - для питания детей дошкольного возраста);
- сметана (10%, 15% жирности) – после термической обработки;
- кисломолочные продукты промышленного выпуска: ряженка, варенец, бифидок, кефир; йогурты, простокваша;
- сливки (10% жирности);
- мороженое (молочное, сливочное)

#### Пищевые жиры:

- сливочное масло (72,5 %; 82,5 % жирности);
- растительное масло (подсолнечное, кукурузное, соевое – только рафинированное; рапсовое, оливковое) – в салаты, винегреты, сельдь, вторые блюда;
- маргарин – ограниченно, для выпечки

#### Кондитерские изделия:

- зефир, пастила, мармелад;
- шоколад и шоколадные конфеты – не чаще 1 раза в неделю;
- галеты, печенье, крекеры, вафли, кексы (предпочтительнее с минимальным количеством пищевых ароматизаторов и красителей);
- пирожные, торты (песочные и бисквитные, без крема);
- джемы, варенье, повидло, мед – промышленного выпуска.

#### Овощи:

- овощи свежие: картофель, капуста белокочанная, капуста краснокочанная, капуста цветная, брюссельская, брокколи, капуста морская, морковь, свекла, огурцы, томаты, перец сладкий, кабачки, баклажаны, патиссоны, лук (зеленый и репчатый), чеснок (с учетом индивидуальной переносимости), петрушка, укроп, листовой салат, шавель, шпинат, сельдерей, брюква, репа, редис, редька, тыква, корни белые сушеные, томатная паста, томат-пюре.

- овощи быстрозамороженные (очищенные полуфабрикаты): картофель, капуста цветная, брюссельская, брокколи, капуста морская, морковь, свекла, перец сладкий, кабачки, баклажаны, лук (репчатый), шпинат, сельдерей, тыква, горошек зеленый, фасоль стручковая.

#### Фрукты:

- яблоки, груши, бананы, слива, персики, абрикосы, ягоды (за исключением клубники, в т.ч. быстрозамороженные);
- цитрусовые (апельсины, мандарины, лимоны) – с учетом индивидуальной переносимости;
- тропические фрукты (манго, киви, ананас, гуава) – с учетом индивидуальной переносимости;
- сухофрукты.

Бобовые: горох, фасоль, соя, чечевица.

Орехи: миндаль, фундук, ядро грецкого ореха.

Соки и напитки:

- натуральные отечественные и импортные соки и нектары промышленного выпуска (осветленные и с мякотью);
- напитки промышленного выпуска на основе натуральных фруктов;
- витаминизированные напитки промышленного выпуска без консервантов и искусственных пищевых добавок;
- кофе (суррогатный), какао, чай.

Консервы:

- говядина тушеная (в виде исключения при отсутствии мяса) для приготовления первых блюд;
- лосось, сайра (для приготовления супов);
- компоты, фрукты дольками;
- баклажанная и кабачковая икра для детского питания;
- зеленый горошек;
- кукуруза сахарная;
- фасоль стручковая консервированная;
- томаты и огурцы соленые.

Хлеб (ржаной, пшеничный или из смеси муки, предпочтительно обогащенный), крупы, макаронные изделия – все виды без ограничения.

Соль поваренная йодированная – в эндемичных по содержанию йода районах.

3.4. При отсутствии какого-либо продукта для сохранения пищевой и биологической ценности рациона допускается производить его замену в соответствии с таблицей взаимозаменяемости продуктов, таблица 3.

Таблица 3 – Таблица замены продуктов по белкам и углеводам

| Название продуктов                   | Количество<br>(нетто,<br>г) | Химический состав |         |                | Добавить к<br>суточному<br>рациону или<br>исключить |
|--------------------------------------|-----------------------------|-------------------|---------|----------------|-----------------------------------------------------|
|                                      |                             | белки, г          | жиры, г | углеводы,<br>г |                                                     |
| Замена хлеба (по белкам и углеводам) |                             |                   |         |                |                                                     |
| Хлеб пшеничный                       | 100                         | 7,6               | 0,9     | 49,7           |                                                     |
| Хлеб ржаной простой                  | 150                         | 8,3               | 1,5     | 48,1           |                                                     |
| Мука пшеничная 1 сорт                | 70                          | 7,4               | 0,8     | 48,2           |                                                     |
| Макароны, вермишель                  | 70                          | 7,5               | 0,9     | 48,7           |                                                     |
| Крупа манная                         | 70                          | 7,9               | 0,5     | 50,1           |                                                     |
| Замена картофеля (по углеводам)      |                             |                   |         |                |                                                     |
| Картофель                            | 100                         | 2,0               | 0,4     | 17,3           |                                                     |
| Свекла                               | 190                         | 2,9               | -       | 17,3           |                                                     |
| Морковь                              | 240                         | 3,1               | 0,2     | 17,0           |                                                     |
| Капуста белокочанная                 | 370                         | 6,7               | 0,4     | 17,4           |                                                     |
| Макароны, вермишель                  | 25                          | 2,7               | 0,3     | 17,4           |                                                     |
| Крупа манная                         | 25                          | 2,8               | 0,2     | 17,9           |                                                     |
| Хлеб пшеничный                       | 35                          | 2,7               | 0,3     | 17,4           |                                                     |
| Хлеб ржаной простой                  | 55                          | 3,1               | 0,6     | 17,6           |                                                     |
| Замена свежих яблок (по углеводам)   |                             |                   |         |                |                                                     |

|                          |     |      |      |     |              |
|--------------------------|-----|------|------|-----|--------------|
| Яблоки свежие            | 100 | 0,4  | -    | 9,8 |              |
| Яблоки сушеные           | 15  | 0,5  | -    | 9,7 |              |
| Курага (без косточек)    | 15  | 0,8  | -    | 8,3 |              |
| Чернослив                | 15  | 0,3  | -    | 8,7 |              |
| Замена молока (по белку) |     |      |      |     |              |
| Молоко                   | 100 | 2,8  | 3,2  | 4,7 |              |
| Творог полужирный        | 20  | 3,3  | 1,8  | 0,3 |              |
| Творог жирный            | 20  | 2,8  | 3,6  | 0,6 |              |
| Сыр                      | 10  | 2,7  | 2,7  | -   |              |
| Говядина (1 кат.)        | 15  | 2,8  | 2,1  | -   |              |
| Говядина (2 кат.)        | 15  | 3,0  | 1,2  | -   |              |
| Рыба (филе трески)       | 20  | 3,2  | 0,1  | -   |              |
| Замена мяса (по белку)   |     |      |      |     |              |
| Говядина (1кат.)         | 100 | 18,6 | 14,0 |     |              |
| Говядина (2 кат.)        | 90  | 18,0 | 7,5  |     | Масло + 6 г  |
| Творог полужирный        | 110 | 18,3 | 9,9  |     | Масло + 4 г  |
| Творог жирный            | 130 | 18,2 | 23,4 | 3,7 | Масло – 9 г  |
| Рыба (филе трески)       | 120 | 19,2 | 0,7  | -   | Масло +13 г  |
| Яйцо                     | 145 | 18,4 | 16,7 | 1,0 |              |
| Замена рыбы (по белку)   |     |      |      |     |              |
| Рыба (филе трески)       | 100 | 16,0 | 0,6  | 1,3 |              |
| Говядина 1 кат.          | 85  | 15,8 | 11,9 | -   | Масло - 11 г |
| Говядина 2 кат.          | 80  | 16,0 | 6,6  | -   | Масло - 6 г  |
| Творог полужирный        | 100 | 16,7 | 9,0  | 1,3 | Масло - 8 г  |
| Творог жирный            | 115 | 16,1 | 20,7 | 3,3 | Масло – 20 г |
| Яйцо                     | 125 | 15,9 | 14,4 | 0,9 | Масло – 13 г |
| Замена творога           |     |      |      |     |              |
| Творог полужирный        | 100 | 16,7 | 9,0  | 1,3 |              |
| Говядина 1 кат.          | 90  | 16,7 | 12,6 | -   | Масло – 3 г  |
| Говядина 2 кат.          | 85  | 17,0 | 7,5  | -   |              |
| Рыба (филе трески)       | 100 | 16,0 | 0,6  | -   | Масло + 9 г  |
| Яйцо                     | 130 | 16,5 | 15,0 | 0,9 | Масло – 5 г  |
| Замена яйца (по белку)   |     |      |      |     |              |
| Яйцо 1 шт.               | 40  | 5,1  | 4,6  | 0,3 |              |
| Творог полужирный        | 30  | 5,0  | 2,7  | 0,4 |              |
| Творог жирный            | 35  | 4,9  | 6,3  | 1,0 |              |
| Сыр                      | 20  | 5,4  | 5,5  | -   |              |
| Говядина 1 кат.          | 30  | %6   | 4,2  | -   |              |
| Говядина 2 кат.          | 25  | 5,0  | 2,1  | -   |              |
| Рыба (филе трески)       | 35  | 5,6  | 0,7  | -   |              |

Суммарные объемы блюд по приемам пищи детьми различных возрастных групп представлен в таблице 4.

Таблица 4 – Суммарные объемы блюд по приемам пищи (в граммах)

| Возраст детей      | Завтрак | Обед    | Полдник | Ужин    |
|--------------------|---------|---------|---------|---------|
| от 2-х до 3-х лет  | 350-450 | 450-550 | 200-250 | 400-500 |
| от 3-х до 7-ми лет | 400-550 | 600-800 | 250-350 | 450-600 |

3.5. Одним из важных условий рационального питания является разнообразие пищи, под которым понимается не только использование различных продуктов, но и применение разных способов их кулинарной обработки. Для этого в дошкольных учреждениях должны быть разработаны примерные 10-дневные перспективные меню по сезонам года, на основании которых составляются рабочие меню-требования.

3.6. Для правильного приготовления блюд в дошкольных учреждениях необходимо пользоваться разработанными и утвержденными технологическими картами. Каждое учреждение должно иметь картотеку блюд, входящих в меню. В технологической карте указывается рецептура (раскладка), энергетическая и пищевая ценность блюда, технология приготовления, источник, ответственные за применение данной технологической карты. При разработке технологической документации рекомендовано использовать данные приложений А и Б, а также данные, приведенные в Сборниках рецептов [2, 5].

3.7. При определении объема порций необходимо руководствоваться рекомендованными объемами порций, приведенными в Сборнике рецептов [2].

Технологические карты рецептов блюд составляют на объемы порций, рекомендованные для детей дошкольных образовательных учреждений в зависимости от возраста. При необходимости изменения выхода блюд производят пересчет закладываемых продуктов в весе брутто и нетто по рассчитанному коэффициенту.

Пример: Технологическая карта составлена на выход 100 г. Требуемый выход – 250 г.

Коэффициент пересчета =  $250 \text{ г.} : 100 \text{ г.} = 2,5$

Следовательно, каждую величину закладки продукта в весе брутто и нетто в технологической карте на выход в 100 г необходимо умножить на 2,5.

В связи с пересчетом выхода блюда составляется новая технологическая карта, которая подписывается медицинской сестрой, кладовщиком, шеф-поваром и утверждается руководителем учреждения.

3.8. Для детей раннего и дошкольного возрастов должны быть составлены отдельные перспективные меню с учетом сезона. Разница в организации питания детей раннего и дошкольного возраста заключается в величинах потребности детей в основных пищевых веществах и энергии, суточных продуктовых наборах по количеству и ассортименту продуктов питания, режимах питания, распределении продуктов в течение суток, качестве кулинарной обработки продуктов.

Анатомо-физиологические особенности детей 2-3 лет определяют своеобразие приготовления и приема пищи ребенком этого возраста. В этом возрасте происходит постепенная адаптация ребенка к широкому разнообразию продуктов и способам их кулинарной обработки.

Кулинарная обработка пищи для детей раннего возраста имеет свои особенности. Все блюда готовят только в отварном и тушеном виде. Детям

после 2 лет, с учетом развития способности жевать, консистенция пищи становится более густой. Так, каши готовятся разваренными. Вместо овощного пюре овощи предлагаются в тушеном виде. Вместо суфле целесообразно готовить котлеты. Салаты после 2-х лет рекомендуется готовить мелко нарезанными. В рационе должны быть горячие блюда, нельзя включать острые приправы и пряности. В качестве приправ можно использовать зелень укропа, петрушки, лук, чеснок.

3.9. При составлении рациона питания детей необходимо предусмотреть правильное распределение продуктов в течение суток. Учитывая, что продукты, богатые белком, особенно в сочетании с жиром, дольше задерживаются в желудке ребенка и требуют большого количества пищеварительных соков, рекомендуются блюда, содержащие мясо, рыбу, яйца, давать в первую половину дня – на завтрак и обед. На ужин детям желательно давать молочно-растительную, легко усваиваемую пищу. Так, в меню каждый день дети должны получать такие продукты, как хлеб, масло, крупы, молоко, мясо, сливочное и растительное масло, сахар, овощи, а остальные продукты (творог, рыба, яйцо) – 2-3 раза в неделю. В течение декады (10 дней) количество этих продуктов должно быть израсходовано в полном объеме возрастной потребности.

В меню детей необходимо широко включать салаты из сырых овощей, свежие фрукты. Желательно, чтобы ребенок в течение дня получал два овощных блюда и одно крупяное.

3.10. В различных приемах пищи в один день не допускается повторение одних и тех же блюд. При наличии супов, содержащих крупу и картофель, гарнир к основному горячему блюду не должен приготавливаться из этих продуктов.

#### 4 Нутрициологическое значение отдельных групп пищевых продуктов

В рационе питания детей обязательно должны присутствовать мясо и мясные продукты (включая птицу), рыбу, яйца – источник белка, жира, витаминов А, В<sub>12</sub>, железа, цинка и др., молоко и молочные продукты (источник белка, кальция, витаминов А, В<sub>2</sub>), сливочное и растительное масло (источник жира, полиненасыщенных жирных кислот, витамина Е), хлеб, хлебобулочные изделия, крупы и макаронные изделия (носители крахмала, как источника энергии, пищевых волокон, витаминов В<sub>1</sub>, В<sub>2</sub>, РР, железа, магния, селена), овощи и фрукты (основные источники витамина С, Р, бета-каротина, калия, пищевых волокон, органических кислот), сахар и кондитерские изделия.

Мясо, рыба, яйца, молоко, кисломолочные напитки, творог, сыр являются источником высококачественных животных белков, способствующих повышению устойчивости детей к действию инфекций и других неблагоприятных внешних факторов. Поэтому они должны постоянно

включаться в рацион питания дошкольников. Значительно менее полезны разные виды колбасных изделий. Мясо и рыба могут использоваться в виде самых разнообразных блюд - котлет, тефтелей, фрикаделек, гуляша, а также сосисок, сарделек и др. – в зависимости от индивидуальных вкусов дошкольников.

Среди рекомендуемых видов рыбы – треска, хек, горбуша, лосось, минтай, ледяная рыба, судак. Рыбные деликатесы (морепродукты, соленая сельдь) лучше включать в рационы дошкольников лишь изредка и в небольших количествах, поскольку они по своей пищевой ценности не имеют никаких преимуществ перед свежей рыбой, но содержат много соли и оказывают раздражающее действие на незрелую слизистую желудка и кишечника детей.

Молоко и молочные продукты являются источником не только белка, но и одним из основных поставщиков легкоусвояемого кальция, необходимого для образования костной ткани, а также витамина В<sub>2</sub> (рибофлавина). Наряду с молоком целесообразно также ежедневно давать детям 150-200 мл кисломолочных напитков, способствующих нормальному пищеварению и угнетающих рост болезнетворных микроорганизмов в тонком кишечнике. Детям обязательно требуются также такие молочные продукты как сыр, творог, сметана (последние два – только после тепловой кулинарной обработки).

В рацион питания детей дошкольного возраста обязательно должны включаться свежие овощи, зелень, фрукты и ягоды, натуральные плодовоовощные соки и продукты, обогащенные микронутриентами, в том числе витаминизированные напитки. Плоды и овощи, особенно свежие, являются важнейшим источником аскорбиновой кислоты, биофлавоноидов (витамина Р), бета-каротина. В зимний период при отсутствии свежих овощей и фруктов используются быстрозамороженные овощи и фрукты, рекомендуемые СанПиН 2.4.1.3049-13.

Для приготовления каш и крупяных гарниров следует использовать разнообразные крупы, в том числе овсяную, гречневую, пшеничную, ячневую, перловую, рисовую, которые являются важным источником многих пищевых веществ. В рационе питания детей должны присутствовать молочно-крупяные блюда (каши). Наряду с крупяными гарнирами в питании используются овощные, в том числе сложные овощные гарниры, картофель. Нецелесообразно давать в день более одного крупяного блюда.

Пищевые жиры следует использовать для питания детей в детских садах в соответствии с ассортиментом основных продуктов питания, рекомендованных для использования в питании детей и подростков в организованных коллективах.

При формировании рациона питания детей необходимо включать в него достаточное количество продуктов, являющихся источниками пищевых волокон, к которым относятся плоды и овощи, разнообразные продукты их переработки, а также зерновые культуры и продукты, выработанные на их основе. Пищевые (растительные) волокна – клетчатка (целлюлоза) и пектин,

хотя и не перевариваются в желудке и кишечнике и не усваиваются организмом, имеют очень большое значение в питании, так как регулируют работу кишечника. Но, главное, они способны связывать (сорбировать) на своей поверхности различные вредные вещества, как поступающие с пищей (например, тяжелые металлы), так и возникающие в организме (например, холестерин), и выводить их из кишечника. Растительными волокнами особенно богаты свекла, морковь, абрикосы, сливы, черная смородина, яблоки. Очень богаты ими сухофрукты, которые к тому же содержат много калия. Велико их содержание и в соках с мякотью (абрикосовом, персиковом, сливовом, яблочном и др.), но не в осветленных (прозрачных) соках и напитках.

В рацион питания дошкольников должны быть включены хлеб (ржаной и пшеничный), макаронные изделия, обеспечивающие детей крахмалом, растительными волокнами, витаминами Е, В<sub>1</sub>, В<sub>2</sub>, РР, магнием и др. В питании здоровых детей следует также использовать хлеб из цельного зерна, хлеб, булочные и кондитерские изделия из муки грубого помола (пшеничную 1, 2 сорта, обойную, ржаную обдирную,) или с добавлением отрубей зерновых. Муку грубого помола следует использовать и при приготовлении мучных кондитерских, кулинарных изделий, творожных блюд, запеканок и других видов кулинарной продукции. При приготовлении кулинарных изделий рекомендуется использовать также овсяную и ячменную муку, отруби пшеничные. Рекомендуется использовать в питании детей изделия из ржаной муки.

Указанные виды продуктов, кроме пищевых волокон, являются важнейшим источником витаминов (особенно В<sub>1</sub>, В<sub>2</sub>, РР) и минеральных веществ.

Учитывая то, что потребность детей в легкоусвояемых углеводах невелика от суточной потребности детей данного возраста в углеводах, следует ограничивать избыточное потребление дошкольниками сахара и продуктов, его содержащих. Сладкие блюда и сладкие мучные кулинарные изделия используются в питании детей в качестве десерта («на сладкое»), только в один из приемов пищи в день, как правило, в полдник. При включении в рацион питания продуктов промышленного производства, содержащих сахар, из рациона следует исключать соответствующее количество сахара (по сравнению с количеством, предусмотренным продуктовым набором, используемым для формирования рациона питания).

Кондитерские изделия (шоколад и шоколадные изделия) обычно включают в состав полдников не чаще одного раза в неделю. Их дают детям на десерт, только наряду с полноценными горячими блюдами, при условии исключения других сладких блюд в этот прием пищи.

В питании детей рекомендуется также использовать сухофрукты (сушеные виноград, сливу, абрикосы и др.), которые являются хорошим источником пищевых волокон, микро- и макроэлементов, и, отчасти, некоторых витаминов.

### Естественные источники микронутриентов.

В качестве естественного источника витамина А в питании детей используются: печень, яйцо, рыба, молоко и молочные продукты, сыры, сливочное масло. Бета-каротином (который в организме превращается в витамин А) особенно богата морковь. Немало его и в томатах, абрикосах, зеленом луке, сладком перце, облепихе, тыкве, зеленых листовых овощах.

В качестве естественного источника витаминов группы В (В<sub>1</sub>, В<sub>2</sub>, РР, В<sub>6</sub>) в питании детей используются: хлеб и хлебобулочные изделия, мясо и мясопродукты, рыба и рыбопродукты, орехи, яйцо, молоко и молочные продукты. Фолиевая кислота содержится в печени, сыре, зелени и листовых овощах. Витамин В<sub>12</sub> содержится только в продуктах животного происхождения (мясо, рыба, яйца).

В качестве естественного источника витамина С (аскорбиновой кислоты) в питании детей используются плоды и ягоды (апельсины, слива, вишня, черная смородина, клюква, яблоки, киви и др.), овощи (капуста, сладкий перец), зелень, картофель. Аскорбиновой кислотой особенно богаты черная смородина, зеленый перец, шиповник. Высоко ее содержание в цветной капусте, укропе, петрушке. Удельное содержание витамина С в картофеле, капусте, яблоках невелико, но, учитывая большие объемы и регулярность потребления этих продуктов, именно они являются основными источниками аскорбиновой кислоты в рационе питания. В качестве источника витамина С рекомендуется также использовать отвар шиповника.

В качестве естественного источника витамина D в питании детей используются: молоко, яйцо, сливочное масло, печень, рыба.

Естественным источником витамина Е являются: растительные масла (соевое, кукурузное, подсолнечное и др.), крупы и крупяные изделия.

Витамин Р (биофлавоноиды) усиливает действие витамина С в организме. Удачное сочетание этих витаминов установлено в цитрусовых (апельсинах, мандаринах, лимонах), черноплодной рябине.

Важнейшим пищевым источником калия являются плоды, овощи и плодовоовощные соки.

## 5 Перечень продуктов, запрещенных к использованию в питании детей

В соответствии с СанПиН 2.4.1.3049-13 при составлении рациона питания детей в дошкольных учреждениях нельзя использовать следующие пищевые продукты:

### *Мясо и мясопродукты:*

- мясо диких животных;
- коллагенсодержащие сырье из мяса птицы;
- мясо третьей и четвертой категории;

- мясо с массовой долей костей, жировой и соединительной ткани свыше 20%;
- субпродукты, кроме печени, языка, сердца;
- кровяные и ливерные колбасы;
- непотрошенная птица;
- мясо водоплавающих птиц;

Блюда, изготовленные из мяса, птицы, рыбы:

- зельцы, изделия из мясной обреза, диафрагмы; рулеты из мякоти голов;
- блюда, не прошедшие тепловую обработку, кроме соленой рыбы (сельдь, семга, форель).

*Консервы:*

- консервы с нарушением геометичности банок, бомбажные, «хлопушки», банки с ржавчиной, деформированные, без этикеток.

*Пищевые жиры:*

- кулинарные жиры, свиное или баранье сало, маргарин (маргарин допускается только для выпечки) и другие гидрогенизированные жиры;
- сливочное масло жирностью ниже 72%;
- жареные в жире (во фритюре) пищевые продукты и кулинарные изделия, чипсы.

*Молоко и молочные продукты:*

- молоко и молочные продукты из хозяйств, неблагополучных по заболеваемости сельскохозяйственных животных;
- молоко, не прошедшее пастеризацию;
- молочные продукты, твороженные сырки с использованием растительных жиров;
- мороженое;
- творог из непастеризованного молока;
- фляжная сметана без термической обработки;
- простокваша «самоквас».

*Яйца:*

- яйца водоплавающих птиц;
- яйца с загрязненной скорлупой, с насечкой, «тек», «бой»;
- яйца из хозяйств, неблагополучных по сальмонеллезам.

*Кондитерские изделия:*

- кремовые кондитерские изделия (пирожные и торты) и кремы.

*Прочие продукты и блюда:*

- любые пищевые продукты домашнего ( не промышленного) изготовления, а также принесенные из дома (в том числе при организации праздничных мероприятий, празднований дней рождения и т.п.);
- первые и вторые блюда на основе сухих пищевых концентратов быстрого приготовления;
- крупы, мука, сухофрукты и другие продукты, загрязненные различными примесями или зараженные амбарными вредителями;
- грибы и кулинарные изделия, из них приготовленные;

- квас, газированные напитки;
- уксус, горчица, хрен, перец острый и другие острые приправы и содержащие их пищевые продукты, включая острые соусы, кетчупы, майонезы и майонезные соусы;
- маринованные овощи и фрукты (огурцы, томаты, сливы, яблоки) с применением уксуса, не прошедшие перед выдачей термическую обработку;
- кофе натуральный;
- ядра абрикосовой косточки, арахиса;
- карамель, в том числе леденцовая;
- продукты, в том числе кондитерские изделия, содержащие алкоголь; кумыс и другие кисломолочные продукты с содержанием этанола (более 0,5 %).

## 6 Обеспечение качества и безопасности при поставке продуктов питания в дошкольную образовательную организацию

### 6.1 Документы, удостоверяющие качество

Пищевые продукты (продовольственное сырье), поставляемое в дошкольное образовательное учреждение, должны соответствовать требованиям нормативных документов по показателям безопасности (показатели безопасности должны быть не ниже установленных нормативными документами). Рекомендуемые требования качества пищевых продуктов определяются в соответствии с принципами здорового питания, национальными стандартами Российской Федерации и настоящими методическими рекомендациями. Обязательные требования к качеству пищевых продуктов устанавливаются в соответствии с договором или контрактом, в том числе государственным или муниципальным контрактом, по которому поставляются пищевые продукты в дошкольное учреждение.

В случае если в соответствующем разделе договора (контракта) приводятся требования к показателям качества или повышенные требования к безопасности продукции, в том числе в виде ссылки на технические документы (технические условия или др.) или национальные стандарты, по которым осуществляется выпуск поставляемой продукции, то эти требования являются обязательным для организации-поставщика.

В соответствии с п.6 ст.17 Федерального Закона «О качестве и безопасности пищевых продуктов» изготовитель обязан проверить качество и безопасность каждой партии пищевых продуктов и передать покупателю вместе с пищевыми продуктами:

- удостоверение качества и безопасности;
- сертификат соответствия;
- товарную накладную;
- санитарно-эпидемиологическое заключение на каждый вид продовольственной продукции, при необходимости – ветеринарное свидетельство на животноводческую продукцию;

- маркировочные ярлыки.

В удостоверении качества и безопасности обязательно должно быть указано, каким требованиям безопасности соответствует продукция (ссылка на соответствующий технический регламент, санитарные правила или другой нормативный документ, либо гарантируемые изготовителем значения всех нормируемых показателей безопасности).

Особого внимания требуют скоропортящиеся продукты (молоко, кефир, творог, сметана и др.). В сопроводительных документах на эти продукты должны быть указаны дата и час выработки продукта, дата конечного срока его реализации.

Во всех перечисленных документах на каждый вид товара его наименование и другие реквизиты должны быть идентичны.

На перечисленных сопроводительных документах, удостоверяющих количество и качество поступивших документов, Методические рекомендации, разработанные для предприятий торговли, предписывают ставить штамп при оприходовании товаров, что подтверждает соответствие принятых товаров данным, указанным в сопроводительных документах.

Без указанных документов принимать продукты в дошкольное учреждение запрещено. Продукты с истекшими сроками реализации также не подлежат приему в детские учреждения, так как могут явиться причиной возникновения острых кишечных заболеваний и пищевых отравлений.

В случае поступления новых видов пищевых продуктов, в том числе импортных товаров, или в случае поступления нестандартного сырья нормы отходов и потерь при технологической обработке этого сырья могут определяться дошкольной организацией самостоятельно путем контрольных проработок, которые оформляются в соответствии с ГОСТ 31988-2012.

## 6.2 Признаки доброкачественности основных продуктов, используемых в детском питании

### 6.2.1 Мясо

Свежее мясо красного цвета (различных оттенков в зависимости от вида, возраста животного, а также от используемого отруба), жир мягкий. На разрезе мясо плотное, упругое, образующаяся при надавливании ямка быстро выравнивается. Запах свежего мяса – мясной, свойственный данному виду животного.

Замороженное мясо имеет ровную покрытую инеем поверхность, на которой от прикосновения пальцев остается пятно красного цвета. Поверхность разреза розовато-сероватого цвета. Жир имеет белый или светло-желтый цвет. Сухожилия плотные, белого цвета, иногда с серовато-желтым оттенком.

Оттаявшее мясо имеет сильно влажную поверхность разреза (не липкую), с мяса стекает прозрачный мясной сок красного цвета.

Консистенция не эластичная, образующаяся при надавливании ямка не выравнивается. Запах характерный для каждого вида мяса.

Доброкачественность мороженого и охлажденного мяса определяют с помощью подогретого стального ножа, который вводят в толщу мяса и выявляют характер запаха мясного сока, остающегося на ноже.

Свежесть мяса можно установить и пробной варкой – небольшой кусочек мяса варят в кастрюле под крышкой и определяют запах выделяющегося при варке пара. Бульон при этом должен быть прозрачным, блестки жира – светлыми. При обнаружении кислого или гнилостного запаха мясо использовать нельзя.

#### 6.2.2 Колбасные изделия

Вареные колбасы, сосиски, сардельки должны иметь чистую сухую оболочку, без плесени, плотно прилегающую к фаршу. Консистенция на разрезе плотная, сочная. Окраска фарша розовая, равномерная. Запах, вкус изделия без посторонних примесей.

#### 6.2.3 Рыба

У свежей рыбы чешуя гладкая, блестящая, плотно прилегает к телу, жабры ярко-красного или розового цвета, глаза выпуклые, прозрачные. Мясо плотное, упругое, с трудом отделяется от костей, при нажатии пальцем ямка не образуется, а если и образуется, то быстро и полностью исчезает. Тушка рыбы, брошенная в воду, быстро тонет. Запах рыбы чистый, специфический, не гнилостный.

У мороженой доброкачественной рыбы чешуя плотно прилегает к телу, гладкая, глаза выпуклые или на уровне орбит, мясо после оттаивания плотное, не отстает от костей, запах свойственный данному виду рыбы, без посторонних примесей.

У несвежей рыбы мутные ввалившиеся глаза, чешуя без блеска, покрыты мутной липкой слизью, живот часто бывает вздутым, анальное отверстие выпячено, жабры желтоватого и грязно-серого цвета, сухие или влажные, с выделением дурно пахнущей жидкости бурого цвета. Мясо дряблое, легко отстает от костей. На поверхности часто появляются ржавые пятна, возникающие при окислении жира кислородом воздуха. У вторично замороженной рыбы отмечается тусклая поверхность, глубоко ввалившиеся глаза, измененный цвет мяса на разрезе. Такую рыбу использовать в пищу нельзя. Для определения доброкачественности рыбы, особенно замороженной, используют пробу с ножом (нагретый в кипящей воде нож вводится в мышцу позади головы и определяется характер запаха). Применяется также пробная варка (кусоч рыбы или вынутые жабры варят в небольшом количестве воды и определяют характер запаха, выделяющегося при варке пара).

#### 6.2.4 Молоко и молочные продукты

Свежее молоко белого цвета со слегка желтоватым оттенком (для обезжиренного молока характерен белый цвет со слабо синеватым оттенком), запах и вкус приятный, слегка сладковатый. Доброкачественное молоко не должно иметь осадка, посторонних примесей, несвойственных привкусов и запахов.

Творог имеет белый или слабо-желтый цвет, равномерный по всей массе, однородную нежную консистенцию, запах и вкус кисломолочный, без посторонних привкусов и запахов. В детских садах использование творога разрешается только после термической обработки.

Сметана должна иметь густую однородную консистенцию без крупинок белка и жира, цвет белый или слабо-желтый, характерный для себя вкус и запах, небольшую кислотность. Сметана в детских садах всегда используется после термической обработки.

Сливочное масло имеет белый или светло-желтый цвет равномерный по всей массе, чистый характерный запах и вкус, без посторонних примесей. Перед выдачей сливочное масло зачищается от желтого края, представляющего собой продукты окисления жира. Счищенный слой масла в пищу для детей не употребляется даже после перетапливания.

#### 6.2.5 Яйца

В детских учреждениях разрешено использовать только куриные яйца. Свежесть яиц устанавливается путем просвечивания их через овоскоп или просмотром на свету через картонную трубку. Можно использовать и такой способ, как погружение яйца в раствор соли (20г на 1л воды). При этом свежие яйца в растворе соли тонут, а усохшие, длительно хранящиеся – всплывают. Обработка яйца, используемого для приготовления блюд, осуществляется в отведенном месте в специальных промаркированных емкостях в следующей последовательности: теплым 1-2% процентным раствором кальцинированной соды, 0,5 – процентным раствором хлорамина или другими разрешенными для этих целей моющими и дезинфицирующими средствами, после чего ополаскивают холодной проточной водой. Чистое яйцо выкладывают в чистую промаркированную посуду.

Хранение необработанных яиц в кассетах, коробах в производственных цехах не допускается.

### 7 Требования к транспортировке пищевых продуктов

Транспортирование пищевых продуктов проводится в условиях, обеспечивающих их сохранность и предохраняющих от загрязнений.

Скоропортящиеся пищевые продукты перевозятся охлаждаемым или изотермическим транспортом, обеспечивающим сохранение установленных температурных режимов хранения, либо в изотермических контейнерах.

Транспортные средства для перевозки пищевых продуктов должны содержаться в чистоте, а их использование обеспечить условия, исключющие

загрязнение и изменение органолептических свойств пищевых продуктов.

Транспортные средства должны подвергаться регулярной очистке, мойке, дезинфекции с периодичностью, необходимой для того, чтобы они не могли являться источником загрязнения пищевых продуктов.

Лица, сопровождающие продовольственное сырье и пищевые продукты в пути следования и выполняющие их погрузку и выгрузку должны использовать специальную одежду (халат, рукавицы), иметь личную медицинскую книжку установленного образца с отметками о результатах медицинских осмотров, в том числе лабораторных обследований и отметкой о прохождении профессиональной гигиенической подготовки.

Ежедневную санитарную обработку транспорта для перевозки продуктов проводит водитель машины, дезинфекцию - 1 раз в 10 дней.

Тара, в которой привозят продукты, должна быть промаркирована и использоваться строго по назначению. Обратную тару после употребления необходимо очищать, промывать водой с 2%-ным раствором кальцинированной соды, ошпаривать кипятком, высушивать и хранить в местах, недоступных загрязнению. При отсутствии в дошкольной образовательной организации специально выделенного помещения обработка возвратной тары проводится поставщиком продуктов.

Термосы подлежат обработке в соответствии с инструкцией по применению.

## 8 Требования к оборудованию пищеблока, инвентарю, посуде

8.1 Пищеблок дошкольной организации должен быть оборудован необходимым технологическим, холодильным и моечным оборудованием. Все технологическое и холодильное оборудование должно быть исправно

8.2 Технологическое оборудование, инвентарь, посуда, тара должны быть изготовлены из материалов, разрешенных для контакта с пищевыми продуктами. Весь кухонный инвентарь и кухонная посуда должны иметь маркировку для сырых и готовых пищевых продуктов. При работе технологического оборудования должна быть исключена возможность контакта пищевого сырья и готовых к употреблению продуктов.

8.3 Производственное оборудование, разделочный инвентарь и посуда должны отвечать следующим требованиям:

- столы предназначенные для обработки пищевых продуктов, должны быть цельнометаллическими;
- для разделки сырых и готовых продуктов следует иметь отдельные разделочные столы, ножи и доски. Для разделки сырых и готовых продуктов используются доски из дерева твердых пород (или других материалов, разрешенных для контакта с пищевыми продуктами, подвергающихся мытью и дезинфекции) без дефектов (щелей, зазоров и других);
- доски и ножи должны быть промаркированы: "СМ" - сырое мясо, "СК" - сырые куры, "СР" - сырая рыба, "СО" - сырые овощи. "ВМ" - вареное

мясо, "ВР" - вареная рыба, "ВО" - вареные овощи, "гастрономия" "Сельдь" "Х" - хлеб "Зелень";

- посуда, используемая для приготовления и хранения пищи должна быть изготовлена из материалов, безопасных для здоровья человека;

- компоты и кисели готовят в посуде из нержавеющей стали. Для кипячения молока выделяют отдельную посуду;

- кухонная посуда, столы, оборудование, инвентарь должны быть промаркированы и использоваться по назначению;

- количество одновременно используемой столовой посуды и приборов должно соответствовать списочному составу детей в группе. Для персонала следует иметь отдельную столовую посуду. Посуда хранится в буфетной групповой на решетчатых полках и (или) стеллажах.

8.4 Каждая группа помещений (производственные, складские, санитарно-бытовые; оборудуется отдельными системами приточно-вытяжной вентиляции с механическим и естественным побуждением.

Технологическое оборудование, являющееся источниками выделения тепла газов, оборудуют локальными вытяжными системами вентиляции в зоне максимального загрязнения.

8.5 Моечные ванны для обработки кухонного инвентаря, кухонной посуды и производственного оборудования пищеблока должны быть обеспечены подводкой холодной и горячей воды через смесители.

8.6 Для ополаскивания посуды (в том числе столовой) используются гибкие шланги с душевой насадкой.

8.7. Помещение (место) для мытья обменной тары оборудуется ванной или трапом с бортиком, облицованным керамической плиткой.

8.8. Во всех производственных помещениях, моечных, санузле устанавливаются раковины для мытья рук с подводкой горячей и холодной воды через смесители.

8.9 В месте присоединения каждой производственной ванны к канализации должен быть воздушный разрыв не менее 20 мм от верха приемной воронки, которую устраивают выше сифонных устройств.

9.10 Кухонную посуду освобождают от остатков пищи и моют в двухсекционной ванне с соблюдением следующего режима: в первой секции - мытье щетками водой с температурой не ниже 40 °С с добавлением моющих средств; во второй секции - ополаскивают проточной горячей водой с температурой не ниже 65 °С с помощью шланга с душевой насадкой и просушивают в перевернутом виде на решетчатых полках, стеллажах. Чистую кухонную посуду хранят на стеллажах на высоте не менее 0,35 м от пола.

8.11 Разделочные доски и мелкий деревянный инвентарь (лопатки, мешалки и другое) после мытья в первой ванне горячей водой (не ниже 40 °С) с добавлением моющих средств ополаскивают горячей водой (не ниже 65 °С) во второй ванне, обдают кипятком, а затем просушивают на решетчатых

стеллажах или полках. Доски и ножи хранятся на рабочих местах отдельно в кассетах или в подвешенном виде.

8.12 Металлический инвентарь после мытья прокаливают в духовом шкафу; мясорубки после использования разбирают, промывают, обдают кипятком и тщательно просушивают.

8.13 Столовая и чайная посуда выделяется для каждой группы из расчета не менее одного комплекта на одного ребенка согласно списочному составу детей в группе. Используемая для детей столовая и чайная посуда (тарелки, блюда, чашки) может быть изготовлена из фаянса, фарфора, а столовые приборы (ложки, вилки, ножи) - из нержавеющей стали. Не допускается использовать посуду с отбитыми краями, трещинами, сколами, деформированную, с поврежденной эмалью, пластмассовую и столовые приборы из алюминия.

8.14 В моечной и буфетных вывешиваются инструкции о правилах мытья посуды и инвентаря с указанием концентраций и объемов применяемых моющих и дезинфицирующих средств.

Посуду и столовые приборы моют в 2-гнездных ваннах, установленных в буфетных каждой групповой ячейки.

Столовая посуда после механического удаления остатков пищи моется путем полного погружения с добавлением моющих средств (первая ванна) с температурой воды не ниже 40 °С, ополаскивается горячей проточной водой с температурой не ниже 65 °С (вторая ванна) с помощью гибкого шланга с душевой насадкой и просушивается на специальных решетках.

Чашки моют горячей водой с применением моющих средств в первой ванне, ополаскивают горячей проточной водой во второй ванне и просушивают.

Столовые приборы после механической очистки и мытья с применением моющих средств (первая ванна) ополаскивают горячей проточной водой (вторая ванна). Чистые столовые приборы хранят в предварительно промытых кассетах (диспенсерах) в вертикальном положении ручками вверх.

Столовую посуду для персонала моют и хранят в буфетной групповой ячейки отдельно от столовой посуды, предназначенной для детей.

8.15 Для обеззараживания посуды в каждой групповой ячейке следует иметь промаркированную емкость с крышкой для замачивания посуды в дезинфицирующем растворе. Допускается использование сухожарового шкафа.

8.16 Рабочие столы на пищеблоке и столы в групповых после каждого приема пищи моют горячей водой, используя предназначенные для мытья средства (моющие средства, мочалки, щетки, ветошь и др.). В конце рабочего дня производственные столы для сырой продукции моют с использованием дезинфицирующих средств.

Мочалки, щетки для мытья посуды, ветошь для протирания столов после использования стирают с применением моющих средств, просушивают и хранят в специально промаркированной таре.

Щетки с наличием дефектов и видимых загрязнений, а также металлические мочалки не используются.

8.17 Пищевые отходы на пищеблоке и в группах собираются в промаркированные ведра или специальную тару с крышками, очистка которых проводится по мере заполнения их не более чем на 2/3 объема. Ежедневно в конце дня ведра или специальная тара независимо от наполнения очищается с помощью шлангов над канализационными трапами, промывается 2%-ным раствором кальцинированной соды, а затем ополаскивается горячей водой и просушивается.

8.18 В помещениях пищеблока ежедневно проводится уборка: мытье полов, удаление пыли и паутины, протирание радиаторов, подоконников; еженедельно с применением моющих средств проводится мытье стен, осветительной арматуры, очистка стекол от пыли и копоти.

Один раз в месяц необходимо проводить генеральную уборку с последующей дезинфекцией всех помещений, оборудования и инвентаря.

8.19. В помещениях пищеблока дезинсекция и дератизация проводится специализированными организациями.

## 9 Требования к условиям хранения, приготовления и реализации пищевых продуктов и кулинарных изделий

9.1 Прием пищевых продуктов и продовольственного сырья в дошкольные образовательные организации осуществляется при наличии документов, подтверждающих их качество и безопасность.

При централизованной поставке продукции и продовольственного сырья (из комбината питания, школьно-базового предприятия и других), для подтверждения качества и безопасности продукции и продовольственного сырья, допускается указывать в товарно-транспортной накладной сведения о номере сертификата соответствия, сроке его действия, органе, выдавшем сертификат, или регистрационный номер декларации о соответствии, срок ее действия, наименование изготовителя или производителя (поставщика), принявшего декларацию, и орган, ее зарегистрировавший.

Продукция поступает в таре производителя (поставщика).

Документация, удостоверяющая качество и безопасность продукции, маркировочные ярлыки (или их копии) должны сохраняться до окончания реализации продукции.

Входной контроль поступающих продуктов осуществляется ответственным лицом. Результаты контроля регистрируются в журнале бракеража скоропортящихся пищевых продуктов, поступающих на пищеблок (таблица 5), который хранится в течение года.

Не допускаются к приему пищевые продукты с признаками недоброкачества, а также продукты без сопроводительных документов, подтверждающих их качество и безопасность, не имеющие маркировки, в случае если наличие такой маркировки предусмотрено законодательством Российской Федерации.

Таблица 5 - Форма журнала бракеража скоропортящихся пищевых продуктов, поступающих на пищеблок

| Дата и час поступления продовольственного сырья и пищевых продуктов | Наименование пищевых продуктов | Количество поступившего продовольственного сырья и пищевых продуктов (в килограммах, литрах, штуках) | Номер товарно-транспортной накладной | Условия хранения и конечный срок реализации (по маркировочному ярлыку) | Дата и час фактической реализации продовольственного сырья и пищевых продуктов по дням | Подпись ответственного лица | Прим |
|---------------------------------------------------------------------|--------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|------|
| 1                                                                   | 2                              | 3                                                                                                    | 4                                    | 5                                                                      | 7                                                                                      | 8                           | 9    |

9.2 Пищевые продукты хранятся в соответствии с условиями хранения и сроками годности, установленными предприятием-изготовителем в соответствии с нормативно-технической документацией.

Контроль соблюдения температурного режима в холодильном оборудовании осуществляется ежедневно, результаты заносятся в журнал учета температурного режима в холодильном оборудовании, таблица 6, который хранится в течение года.

Таблица 6 – Форма журнала учета температурного режима в холодильном оборудовании

| Наименование единицы холодильного оборудования | Месяц/дни: (t в °C) |   |   |   |   |   |
|------------------------------------------------|---------------------|---|---|---|---|---|
|                                                | 1                   | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

9.3 При наличии одной холодильной камеры места хранения мяса, рыбы и молочных продуктов должны быть разграничены.

9.4 Складские помещения для хранения сухих сыпучих продуктов оборудуются приборами для измерения температуры и влажности воздуха.

9.5 Хранение продуктов в холодильных и морозильных камерах осуществляется на стеллажах и подтоварниках в таре производителя в таре поставщика или в промаркированных емкостях.

9.6 Молоко хранится в той же таре, в которой оно поступило, или в потребительской упаковке.

9.5 Масло сливочное хранится на полках в заводской таре или брусками, завернутыми в пергамент, в лотках.

Крупные сыры хранятся на стеллажах, мелкие сыры - на полках в потребительской таре.

Сметана, творог хранятся в таре с крышкой.

Не допускается оставлять ложки, лопатки в таре со сметаной, творогом.

Яйцо хранится в коробах на подтоварниках в сухих прохладных помещениях (холодильниках) или в кассетах, на отдельных полках, стеллажах. Обработанное яйцо хранится в промаркированной емкости в производственных помещениях

Крупа, мука, макаронные изделия хранятся в сухом помещении в заводской (потребительской) упаковке на подтоварниках либо стеллажах на расстоянии от пола не менее 15 см, расстояние между стеной и продуктами должно быть не менее 20 см.

Ржаной и пшеничный хлеб хранятся отдельно на стеллажах и в шкафах, при расстоянии нижней полки от пола не менее 35 см. Дверки в шкафах должны иметь отверстия для вентиляции. При уборке мест хранения хлеба крошки сметают специальными щетками, полки протирают тканью, смоченной 1% раствором столового уксуса.

Картофель и корнеплоды хранятся в сухом, темном помещении; капусту - на отдельных стеллажах, в ларях; квашеные, соленые овощи - при температуре не выше +10 °С.

Плоды и зелень хранятся в ящиках в прохладном месте при температуре не выше +12 °С. Озелененный картофель не допускается использовать в пищу.

Продукты, имеющие специфический запах (специи, сельдь), следует хранить отдельно от других продуктов, воспринимающих запахи (масло сливочное, сыр, чай, сахар, соль и другие).

9.6 Кисломолочные и другие готовые к употреблению скоропортящиеся продукты перед подачей детям выдерживают в закрытой потребительской упаковке при комнатной температуре до достижения ими температуры реализации 15 °С +/- 2 °С, но не более одного часа.

9.7 Молоко, поступающее в дошкольные образовательные организации в бидонах и флягах, перед употреблением подлежит обязательному кипячению не более 2 - 3 минут.

9.8 Обработка сырых и вареных продуктов проводится на разных столах при использовании соответствующих маркированных разделочных досок и ножей. Промаркированные разделочные доски и ножи хранятся на специальных полках, или кассетах, или с использованием магнитных держателей, расположенных в непосредственной близости от технологического стола с соответствующей маркировкой.

9.9 В перечень технологического оборудования следует включать не менее 2 мясорубок для отдельного приготовления сырых и готовых продуктов.

9.10 Организация питания осуществляется на основе принципов "щадящего питания". При приготовлении блюд должны соблюдаться

щающиеся технологии: варка, запекание, припускание, пассерование, тушение, приготовление на пару, приготовление в пароконвектомате. При приготовлении блюд не применяется жарка.

9.11 При кулинарной обработке пищевых продуктов необходимо обеспечить выполнение технологии приготовления блюд, изложенной в технологической карте, а также соблюдать санитарно-эпидемиологические требования к технологическим процессам приготовления блюд.

Котлеты, биточки из мясного или рыбного фарша, рыбу кусками запекают при температуре 250 -280 °С в течение 20 - 25 мин.

Суфле, запеканки готовятся из вареного мяса (птицы): формованные изделия из сырого мясного или рыбного фарша готовятся на пару или запеченными в соусе; рыба (филе) кусками отваривается, припускается, тушится или запекается.

При изготовлении вторых блюд из вареного мяса (птицы, рыбы) или отпуске вареного мяса (птицы) к первым блюдам порционированное мясо подвергается вторичной термической обработке - кипячению в бульоне в течение 5 - 7 минут и хранится в нем при температуре +75 °С до раздачи не более 1 часа.

Омлеты и запеканки, в рецептуру которых входит яйцо, готовятся в жарочном шкафу, омлеты - в течение 8 - 10 минут при температуре 180 - 200 °С, слоем не более 2,5 - 3 см; запеканки - 20 - 30 минут при температуре 220 - 280 °С, слоем не более 3 - 4 см; хранение яичной массы осуществляется не более 30 минут при температуре 4 +/- 2 °С.

Оладьи, сырники выпекаются в духовом или жарочном шкафу при температуре 180 - 200 °С в течение 8-10 мин.

Яйцо варят после закипания воды 10 мин.

При изготовлении картофельного (овощного) пюре используется овощепротирочная машина.

Масло сливочное, используемое для заправки гарниров и других блюд, должно предварительно подвергаться термической обработке (растопливаться и доводиться до кипения).

Гарниры из риса и макаронных изделий варятся в большом объеме воды (в соотношении не менее 1:6) без последующей промывки.

Колбасные изделия (сосиски, вареные колбасы, сардельки) отвариваются (опускают в кипящую воду и заканчивают термическую обработку после 5-минутной варки с момента начала кипения).

При перемешивании ингредиентов, входящих в состав блюд, необходимо пользоваться кухонным инвентарем, не касаясь продукта руками.

9.12 Обработку яиц проводят в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха, используя для этих целей промаркированные ванны и. (или) емкости. Возможно использование перфорированных емкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке: 1 -

обработка в 1 - 2% теплом растворе кальцинированной соды; II - обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах; III - ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Допускается использование других моющих или дезинфицирующих средств в соответствии с инструкцией по их применению.

9.13 Крупы не должны содержать посторонних примесей. Перед использованием крупы промывают проточной водой.

9.14 Потребительскую упаковку консервированных продуктов перед вскрытием промывают проточной водой и вытирают.

9.15 Горячие блюда (супы, соусы, горячие напитки, вторые блюда и гарниры) при раздаче должны иметь температуру +60...+65 °С; холодные закуски, салаты, напитки - не ниже +15 °С

С момента приготовления до отпуска первые и вторые блюда могут находиться на горячей плите не более 2 часов. Повторный разогрев блюд не допускается.

9.16 При обработке овощей должны быть соблюдены следующие требования:

9.16.1 Овощи сортируются, моются и очищаются. Очищенные овощи повторно промываются в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток. При обработке белокочанной капусты необходимо обязательно удалить наружные листья.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

9.16.2 Овощи урожая прошлого года (капусту, репчатый лук, корнеплоды и др.) в период после 1 марта допускается использовать только после термической обработки.

9.16.3 При кулинарной обработке овощей, для сохранения витаминов, следует соблюдать следующие правила: овощи очищаются непосредственно перед приготовлением, закладываются только в кипящую воду, нарезав их перед варкой. Свежая зелень добавляется в готовые блюда во время раздачи.

Для обеспечения сохранности витаминов в блюдах овощи, подлежащие отвариванию в очищенном виде, чистят непосредственно перед варкой и варят в подсоленной воде (кроме свеклы).

9.16.4 Овощи, предназначенные для приготовления винегретов и салатов, рекомендуется варить в кожуре, охлаждают; очищают и нарезают вареные овощи в холодном цехе или в горячем цехе на столе для вареной продукции.

9.6.5. Варка овощей накануне дня приготовления блюд не допускается.

9.16.6 Отваренные для салатов овощи хранят в промаркированной емкости (овощи вареные) в холодильнике не более 6 часов при температуре плюс 4 +/- 2 °С.

9.16.7 Листовые овощи и зелень, предназначенные для приготовления холодных закусок без последующей термической обработки, следует тщательно промывать проточной водой и выдержать в 3% растворе уксусной кислоты или 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой и просушиванием.

9.17 Изготовление салатов и их заправка осуществляется непосредственно перед раздачей.

Незаправленные салаты допускается хранить не более 2 часов при температуре плюс 4 +/- 2 °С.

Салаты заправляют непосредственно перед раздачей.

В качестве заправки салатов следует использовать растительное масло. Использование сметаны и майонеза для заправки салатов не допускается.

Хранение заправленных салатов может осуществляться не более 30 минут при температуре 4 +/- 2 °С.

9.18 Фрукты, включая цитрусовые, тщательно моют в условиях холодного цеха (зоны) или цеха вторичной обработки овощей (зоны).

9.19 Кефир, ряженку, простоквашу и другие кисломолочные продукты порционируют в чашки непосредственно из пакетов или бутылок перед их раздачей в групповых ячейках.

9.20 В эндемичных по йоду районах рекомендуется использование йодированной поваренной соли.

9.21 В целях профилактики недостаточности микронутриентов (витаминов и минеральных веществ) в питании детей используются пищевые продукты, обогащенные микронутриентами.

Витаминация блюд проводится с учетом состояния здоровья детей, под контролем медицинского работника и при обязательном информировании родителей о проведении витаминизации.

Технология приготовления витаминизированных напитков должна соответствовать технологии, указанной изготовителем в соответствии с инструкцией и удостоверением о государственной регистрации. Витаминизированные напитки готовят непосредственно перед раздачей.

При отсутствии в рационе, питания витаминизированных напитков проводится искусственная С-витаминизация. Искусственная С-витаминизация в дошкольных образовательных организациях (группах) осуществляется из расчета для детей от 1 - 3 лет - 35 мг, для детей 3 - 6 лет – 50,0 мг на порцию.

Препараты витаминов вводят в третье блюдо (компот или кисель) после его охлаждения до температуры 15 °С (для компота) и 35°С (для киселя) непосредственно перед реализацией.

Витаминизированные блюда не подогреваются. Витамианизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии - иным ответственным лицом).

Данные о витаминизации блюд заносится медицинским работником в журнал проведения витаминизации третьих и сладких блюд, таблица 7, который хранится один год.

Таблица 7 - Журнал проведения витаминизации третьих и сладких блюд

| Дата | Наименование препарата | Наименование блюда | Количество питающихся | Общее количество внесенного витаминного препарата | Время внесения препарата или приготовления витаминизованного блюда | Время приема блюда | Примечание |
|------|------------------------|--------------------|-----------------------|---------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|--------------------|------------|
| 1    | 2                      | 3                  | 4                     | 5                                                 | 6                                                                  | 7                  | 8          |

9.22 Масса порционных блюд должна соответствовать выходу блюда, указанному в меню. При нарушении технологии приготовления пищи, а также в случае неготовности, блюдо допускают к выдаче только после устранения выявленных кулинарных недостатков.

9.23 Непосредственно после приготовления пищи отбирается суточная проба готовой продукции (все готовые блюда). Суточная проба отбирается в объеме: порционные блюда - в полном объеме; холодные закуски, первые блюда, гарниры и наливки (третьи блюда) - в количестве не менее 100 г.; порционные вторые блюда, биточки, котлеты, колбаса, бутерброды и т.д. оставляют поштучно, целиком (в объеме одной порции).

Пробы отбираются стерильными или прокипяченными ложками в стерильную или прокипяченную посуду (банки, контейнеры) с плотно закрывающимися крышками, все блюда помещаются в отдельную посуду и сохраняются в течение не менее 48 часов при температуре +2 - +8 °С. Посуда с пробами маркируется с указанием наименования приема пищи и датой отбора. Контроль за правильностью отбора и хранения суточной пробы осуществляется ответственным лицом.

## 10 Выдача продуктов питания со склада (из кладовой) на пищеблок

Отпуск продуктов питания со склада (из кладовой) на пищеблок производится через шеф-повара на основании Меню-требования на выдачу продуктов питания (ф. 0504202) (далее Меню-требование), которое

составляется ежедневно в соответствии с нормами раскладки продуктов питания и данными о количестве довольствующихся лиц. Меню-требование, заверенное установленными подписями лиц, ответственных за получение, выдачу и использование продуктов питания, утверждается руководителем учреждения и передается в бухгалтерию. Сведения из меню-требования после проверки заносятся в ежемесячную накопительную ведомость по расходу продуктов питания.

Ежедневно, в 9.00, медицинская сестра должна произвести подсчет фактического присутствия детей в дошкольном учреждении (по группам).

По результатам фактического наличия детей медицинская сестра делает корректировку меню на день. В случае изменения количества детей (свыше трех человек) по сравнению с данными на начало дня, указанными в меню-требовании, медицинская сестра составляет расчет изменения потребности в продуктах питания. При увеличении потребности в продуктах питания выписывается накладная (требование) на склад (кладовую) по форме 434, а при уменьшении потребности продуктов питания излишки сдаются на склад (кладовую) и оформляются той же накладной (требованием) с указанием на ней «Возврат». Продукты питания, заложенные в котел, возврату не подлежат. Регистрация накладных на возврат продуктов питания производится централизованной бухгалтерией, которая контролирует полноту оприходования возврата продуктов питания. (Учет продуктов питания. «Новое в бухгалтерском учете и отчетности» № 19, октябрь 2000).

В случае наличия заявлений родителей об отсутствии детей во время обеда, ужина по систематическим уважительным причинам (посещение студий, кружков, секций в других учреждениях или по другим причинам, кроме отсутствия по болезни, отпуска), медицинская сестра проводит корректировку меню на обед, полдник и ужин.

В случае отсутствия детей по другим причинам (кроме отсутствия по болезни, отпуску, систематическим уважительным причинам), приказом руководителя создается комиссия в составе медицинской сестры, воспитателя, повара, члена профсоюзного комитета, которая оформляет актом розданные желающим фактически присутствующим детям излишки порций.

Руководитель дошкольного образовательного учреждения издает приказ о назначении ответственного (воспитатель в каждой возрастной группе) за учет систематически отсутствующих детей, который ведет регистрацию заявлений родителей об отсутствии детей в соответствующем журнале и подает информацию медицинской сестре. Заявления родителей и журнал учета систематически отсутствующих детей находится у воспитателя, ответственного за его ведение, таблица 8.

Таблица 8 - Журнал учета систематически отсутствующих детей

| №<br>п/п | Ф.И.О.<br>родителей | Фамилия,<br>имя ребенка | День, время, место посещения |    |    |    |    | Примечание |
|----------|---------------------|-------------------------|------------------------------|----|----|----|----|------------|
|          |                     |                         | пн                           | вт | ср | чт | пт |            |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Еженедельно воспитатель подает информацию медицинской сестре в виде рапортички о количестве и времени (день, часы) систематически отсутствующих детей в течение недели.

Медицинская сестра подает рапортичку на следующий день (завтрак) по фактическому наличию детей на утро (завтрак) сегодняшнего дня.

## 10 Методика органолептической оценки пищи

### 10.1 Общие положения

Под органолептической оценкой качества пищевых продуктов и приготовленных блюд понимают определение таких показателей, как внешний вид, вкус, аромат, цвет, консистенция, которые в значительной степени характеризуют качество пищи.

При снятии пробы необходимо соблюдать определенную предосторожность: не проводить пробы сырых продуктов, если они не применяются в сыром виде; при обнаружении признаков разложения, а также подозрения на то, что данный продукт был причиной пищевого отравления или заражения.

Органолептическую оценку начинают с осмотра внешнего вида пищи, ее цвета.

Затем определяется запах пищи. Вкус и запах пищи определяется при той температуре, при которой употребляются блюда: холодные и сладкие блюда – 12-14, первые блюда – при 70-75, вторые – 60 – 65, горячие напитки – 70-75. Запахи оценивают до определения вкуса пищи. Лучше всего запах определяется при затаенном дыхании. Для обозначения запахом пользуются эпитетами: чистый, свежий, ароматный, пряный, молочнокислый, пригорелый, гнилостный, кормовой, болотный, илистый. Специфический запах обозначается: селедочный, чесночный, мятный, ванильный, нефтепродуктов и т.д.

При помощи органов осязания определяется консистенция продуктов. В процессе прожевывания пищи определяют ее жесткость, сочность, нежность. Осязательными ощущениями, особенно языка, обусловлено восприятие маслянистости, клейкости, мучнистости, мягкости, прилепаемости, крупнозернистости, рассыпчатости и т.д.

Вкус пищи определяют эпитетами: кислый, сладкий, горький, соленый.

### 10.2 Органолептическая оценка первых блюд

Для органолептического исследования первое блюдо тщательно перемешивается в котле и берется в небольшом количестве на тарелку. Отмечают внешний вид и цвет блюда, по которым можно судить о соблюдении технологии его приготовления. Следует обратить внимание на

качество обработки сырья: тщательность очистки овощей, наличие посторонних примесей и загрязненности.

При оценке внешнего вида супов и борщей проверяют форму нарезки овощей и других компонентов, сохранение ее в процессе варки (не должно быть помятых, утративших форму и сильно разваренных овощей и других продуктов).

Обращают внимание на прозрачность супов и бульонов. Недоброкачественные мясо и рыба дают мутные бульоны.

При проверке пюреобразных супов пробу сливают тонкой струйкой из ложки в тарелку, отмечая густоту, однородность консистенции, наличие непротертых частей. Суп-пюре должен быть однородным по всей массе, без отслаивания жидкости на его поверхности.

При определении вкуса и запаха отмечают, обладает ли блюдо присущим ему вкусом, нет ли постороннего запаха и привкуса, наличия горечи, несвойственной свежеприготовленному блюду кислотности, недосоленности, пересола.

### 10.3 Органолептическая оценка вторых блюд

В блюдах, отпускаемых с гарниром и соусом, все составные части оцениваются отдельно. Оценка соусных блюд (гуляш, рагу) дается общая.

При внешнем осмотре блюд обращают внимание на характер нарезки кусков мяса (поперек или вдоль волокон), равномерность порционирования, цвет поверхности, наличие поджаренной корочки с обеих сторон изделия, толщину слоя панировки. В изделиях из мяса и рыбы определяют цвет как на поверхности, так и на разрезе, что позволяет выявить нарушения в технологии приготовления блюда.

Важным показателем является консистенция блюда, дающая представление о степени готовности блюда и о соблюдении рецептуры при его изготовлении. Мажущая консистенция мяса свидетельствует об использовании свежего хлеба или завышенном его количестве. Степень готовности и консистенцию мясопродуктов, птицы и рыбы определяют проколом поварской иглы или деревянной шпилькой, которые должны легко входить в толщу готового продукта.

При определении вкуса и запаха блюд обращают внимание на наличие специфических запахов. Особенно это важно для рыбы, которая легко приобретает посторонние запахи из окружающей среды. Вареная рыба должна иметь вкус, характерный для данного ее вида с хорошо выраженным привкусом овощей и пряностей, а жареная – приятный слегка заметный привкус свежего жира, на котором ее жарили. Она должна быть мягкой, сочной, не крошащейся, сохраняющей форму нарезки.

Мясо птицы должно быть мягким, сочным, легко отделяться от костей.

При наличии крупяных, мучных или овощных гарниров проверяют также их консистенцию. В рассыпчатых кашах хорошо набухшие зерна должны отделяться друг от друга. Распределяя кашу тонким слоем на

тарелке, проверяют присутствие в ней необрушенных зерен, посторонних примесей, комков. При оценке каши ее сравнивают с запланированной по меню-раскладке, что позволяет выявить недовложение.

Макаронные изделия, если они сварены правильно, должны быть мягкими и легко отделяться друг от друга, не склеиваясь, свисать с ребра вилки или ложки. Биточки и котлеты из круп должны сохранять форму после жарки.

У салатов и овощных закусок во главе стоит консистенция, характеризующая свежесть, с которой связана их высокая питательная, особенно витаминная, ценность, а также цвет и внешний вид овощей, свидетельствующие о правильности хранения и технологической обработки.

Консистенцию соусов определяют, сливая их тонкой струйкой из ложки в тарелку. Если в состав соуса входят пассерованные корни, лук, их отделяют и проверяют состав, форму нарезки, консистенцию. Обращают внимание на цвет соуса. Если в него входят томат и жир или сметана, тог соус должен быть приятного янтарного цвета. Плохо приготовленный соус, с частичками обгоревшего лука имеет серый цвет, горьковато-неприятный вкус.

#### 10.4 Бракераж готовой продукции

Выдача готовых блюд разрешается только после снятия пробы медицинским работником и оформления соответствующей записи в журнале бракеража готовой продукции. Оценка качества дается каждому приготовленному блюду в отдельности с учетом его внешнего вида, консистенции, запаха, цвета и вкуса. Бракеражу подлежат все блюда, готовые к раздаче, в т.ч. соки и кисломолочные продукты.

С целью осуществления повседневного контроля качества готовой продукции в дошкольном учреждении создается бракеражная комиссия, состав которой утверждается соответствующим приказом руководителя. В состав бракеражной комиссии могут входить: руководитель учреждения, шеф-повар, высококвалифицированный повар, медицинский работник, представитель профсоюзной организации. Непосредственный изготовитель проверяемой продукции присутствует при бракераже пищи, но не участвует в ее оценке, поскольку является контролируемым звеном.

Бракеражная комиссия проверяет:

Соответствие проводимой холодной обработки сырья с учетом его вида и физического состояния требованиям нормативно-технической документации; соблюдение норм закладки сырья, предусмотренные сборниками рецептур блюд, технологическими картами, правильность организации технологического процесса (выдерживается ли температура и время, последовательность процессов тепловой обработки, закладки сырья); проводит органолептическую оценку качества пищи и вносит предложения об улучшении качества пищи.

Лица, входящие в состав бракеражной комиссии, должны знать свойства блюд, дабы квалифицированно оценить их по органолептическим показателям. Это связано с тем, что каждая группа и вид блюда (изделия) имеет специфические свойства и соответствующий им показатель. Хороший внешний вид, красивый цвет, приятный аромат и вкус, а для некоторых продуктов и консистенция вызывают аппетит и усиливают желудочную секрецию.

Выдача готовой пищи, разрешается только после проведения контроля бракеражной комиссией в составе не менее 3-х человек. Результаты контроля регистрируются в журнале бракеража готовой кулинарной продукции, таблица 8.

Таблица 8 – Форма бракеражного журнала

| Дата и час изготовления блюда | Время снятия бракеража | Наименование блюда, кулинарного изделия | Результаты органолептической оценки и степени готовности блюда, кулинарного изделия | Разрешение к реализации блюда, кулинарного изделия | Подписи членов бракеражной комиссии | Примечание |
|-------------------------------|------------------------|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-------------------------------------|------------|
| 1                             | 2                      | 3                                       | 4                                                                                   | 5                                                  | 6                                   | 7          |

Записи в бракеражном журнале заверяются подписями всех членов бракеражной комиссии. Результаты проведенного бракеража (особенно нарушения технологии приготовления пищи) обсуждаются на производственных совещаниях. Повара, допустившие нарушение норм закладки продуктов, нарушение технологии, брак в приготовлении блюд и кулинарных изделий, могут быть лишены стимулирующих надбавок.

Продегустировав приготовленную пищу, комиссия должна выставить оценку по пятибалльной шкале. Для получения объективного результата оценка дается по каждому из следующих органолептических показателей: внешнему виду, цвету, запаху, вкусу, консистенции. Оценка может быть такой: «5» - отлично, «4» - хорошо, «3» - удовлетворительно, «2» - плохо. На основании оценок по каждому показателю определяется оценка блюда (изделия) в баллах как среднее арифметическое (результат вычисляется с точностью до одного знака после запятой).

Блюдо с оценкой «5» - это блюдо, приготовленное полностью в соответствии с рецептурой и технологией производства, а по органолептическим показателям отвечающее продукту высокого качества.

Блюдо с оценкой «4» может получить блюдо (изделие), имеющее незначительные отклонения от установленных требований (например, недосолено, не доведено до нужного цвета).

Блюдо с оценкой «3» - свидетельствует о том, что блюдо все-таки можно реализовать без переработки, хотя оно и приготовлено с нарушением технологии.

Блюдо с оценкой «2» присваивается изделиям, имеющим такие недостатки, как посторонний, несвойственный этим изделиям вкус и запах. Плохую оценку получают также изделия резко пересоленные, резко кислые, горькие, недоваренные, недожаренные, подгорелые, утратившие свою форму, имеющие несвойственную консистенцию или другие признаки, порочащие блюда и изделия.

Если при органолептической оценке блюда (изделия) 2 балла получает хотя бы один из показателей, дальнейшая оценка не проводится, поскольку изделие сразу же бракуется и снимается с реализации. Оценка «2» означает возникновение у дошкольного учреждения бракованной продукции и, соответственно, затрат в виде стоимости уничтоженного блюда. Если причина такого решения комиссии – вина работника, то последний и покрывает возникшие расходы. За качество пищи несут ответственность медицинская сестра, шеф-повар и повара, приготовляющие продукцию.

Бракеражный журнал должен быть пронумерован, прошнурован и скреплен печатью. Ответственность за его ведение несет председатель комиссии. Хранится бракеражный журнал у медицинского работника.

Выдача готовой пищи разрешается только после снятия пробы медицинским работником с обязательной отметкой вкусовых качеств, готовности блюд и соответствующей записи в бракеражном журнале готовых блюд. Проба берется непосредственно из котла в объеме 1-2 ложек. Вес порционных блюд должен соответствовать выходу блюда, указанному в меню - раскладке. При нарушении технологии приготовления пищи, а также в случае неготовности, блюдо допускают к выдаче только после устранения выявленных кулинарных недостатков.

Если в детском саду отсутствует медицинская сестра, приказом руководителя назначается ответственный за снятие пробы и отбором суточных проб.

## 11 Контроль за организацией питания детей в дошкольном образовательном учреждении

Руководитель дошкольного образовательного учреждения: обеспечивает: своевременное представление заявок на продукты питания (квартал, год); качественную работу с поставщиками по поставке продуктов питания в учреждение (составление контрактов, договоров и их исполнение).

Медицинская сестра дошкольного образовательного учреждения:

1. Обеспечивает:

- разработку перспективного десятидневного меню в соответствии с возрастом ребенка и сезонностью;
- разработку ежедневного меню – требования;

- подбор и использование технологических карточек согласно перспективному меню;
- выполнение натуральных норм продуктов питания;
- бракераж поступающих на пищеблок продуктов (контроль целостности упаковки, органолептическая оценка – внешний вид, консистенция, запах и вкус продуктов);
- наличие сопроводительных документов, подтверждающих качество и безопасность поступающих продуктов;
- недопустимость использования в питании детей запрещенных СанПиН продуктов и блюд;
- наличие на пищеблоке инструкций в соответствии с СанПиН;
- проведение инструктажей с работниками пищеблока по вопросам организации питания детей;
- проведение бракеража готовой продукции (органолептический метод);
- отбор суточных проб;
- проведение С-витаминизации третьих блюд;
- соответствие пищевых рационов физиологическим потребностям детей (подсчет химического состава и калорийности питания – один раз в месяц отдельно для детей раннего и дошкольного возраста);
- корректировку рациона питания детей, ассортимента используемых в меню продуктов;
- ежедневное проведение осмотров работников пищеблока на наличие гнойничковых заболеваний кожи с соответствующей записью результатов проверки в журнале «Здоровье», таблица 11.

Таблица 11 – Журнал «Здоровье»

| №<br>п/<br>п | ФИО<br>работника | Должно<br>сть | Месяц/дни* |   |   |   |     |
|--------------|------------------|---------------|------------|---|---|---|-----|
|              |                  |               | 1          | 2 | 3 | 4 | ... |
| 1.           |                  |               |            |   |   |   |     |
| 2.           |                  |               |            |   |   |   |     |
| 3.           |                  |               |            |   |   |   |     |
|              |                  |               |            |   |   |   |     |

\*- Условные обозначения:

Зд. – здоров

Отстранен – отстранен от работы

Отп. – отпуск

В – выходной

б/л – больничный лист

2. Ежедневно контролирует:

- качество поставляемых продуктов питания и их соответствие требованиям государственных стандартов;

- наличие сопроводительных документов и их соответствие поставляемым продуктам;
- хранение продуктов питания и соблюдение сроков их реализации;
- качество приготовления пищи;
- соблюдение правил кулинарной обработки продуктов, правил обработки сырых и вареных продуктов, выполнение технологических требований приготовления пищи
- санитарное состояние пищеблока и кладовых (проверка качества уборки пищеблока и всех подсобных помещений, соблюдение правил мытья посуды, оборудования – измерение температуры воды в моечных ваннах, определение процента моющих средств, активности применения дезинфицирующих растворов, использования соответствующих моющих средств;
- санитарное состояние и правильность размещения продуктов в кладовых и холодильных камерах;
- соблюдение работниками пищеблока санэпидрежима и личной гигиены (своевременная смена одежды, обязательная смена курток или фартука при переходе одного работника от процесса обработки сырых продуктов к работе с готовой продукцией, ношение запрещенных предметов - иголки, булавки, броши, кольца и т.д.);
- правильность закладки основных продуктов путем контрольного взвешивания продуктов, выделенных на приготовление данного блюда и сопоставление полученных данных с меню-раскладкой;
- соответствие объемов приготовленного питания количеству детей и объему разовых порций, не допуская приготовления излишних порций;
- сроки прохождения работниками пищеблока медицинских осмотров (1 раз в три месяца), курса санитарного минимума (1 раз в 2 года);
- соблюдение графика выдачи пищи;
- организацию питания детей в группах и в столовой (соблюдение режима питания, доведение пищи до детей – взвешивание порций, взятых со стола, сервировка стола, привитие детям культуры приема пищи, аппетит детей, вкусовые предпочтения, наличие остатков пищи).

## 16 Разработка технологических карт

Технологическая карта на продукцию общественного питания – это технический документ, составленный на основании сборника рецептур блюд, кулинарных изделий, булочных и мучных кондитерских изделий или технико-технологической карты и содержащий нормы закладки сырья (рецептуры), нормы выхода полуфабрикатов и готовых блюд, кулинарных, булочных и мучных кондитерских изделий и описание технологического процесса изготовления.

Технико-технологическая карта на продукцию общественного питания (ТТК) – это технический документ, разрабатываемый на фирменные и новые

блюда, кулинарные, булочные и мучные кондитерские изделия, вырабатываемые и реализуемые на конкретном предприятии общественного питания, устанавливающий требования к качеству сырья, нормы закладки сырья (рецептуры) и нормы выхода полуфабрикатов и готовых блюд (изделий), требования к технологическому процессу изготовления, к оформлению, реализации и хранению, показатели качества и безопасности, а также пищевую ценность продукции общественного питания.

Продукцию общественного питания изготавливают по действующим сборникам рецептур блюд, кулинарных изделий, булочных и мучных изделий для предприятий общественного питания или по технико-технологическим картам.

Действующими сборниками рецептур являются: сборники рецептур блюд, кулинарных изделий, мучных кондитерских и булочных изделий для предприятий общественного питания, официально изданные на территории Российской Федерации, в том числе национальных кухонь.

Общие технические требования к продукции общественного питания и её реализации должны соответствовать требованиям ГОСТ Р 50763-2007. Продукция общественного питания, реализуемая населению.

В приложении В приведена форма технологической карты.

Приложение А  
(справочное)

Потери и отходы при холодной кулинарной обработке сырья

Таблица А1 – Расчет количества картофеля в зависимости от сезона

| Период переработки картофеля | Потери и отходы при холодной обработке, % | Масса картофеля нетто, г | Масса картофеля брутто, г |
|------------------------------|-------------------------------------------|--------------------------|---------------------------|
| 01.09 - 31.10                | 25                                        | 1000                     | 1333                      |
| 01.11 - 31.12                | 30                                        | 1000                     | 1429                      |
| 01.01 – 28-29.02             | 35                                        | 1000                     | 1538                      |
| С 01.03                      | 40                                        | 1000                     | 1667                      |
| Картофель молодой до 01.09   | 20                                        | 1000                     | 1250                      |

Таблица А2 – Расчет количества моркови и свеклы в зависимости от сезона

| Период переработки моркови и свеклы | Потери и отходы при холодной обработке, % | Масса моркови, свеклы нетто, г | Масса моркови, свеклы брутто, г |
|-------------------------------------|-------------------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|
| До 1 января                         | 20                                        | 1000                           | 1250                            |
| С 1 января                          | 25                                        | 1000                           | 1333                            |

Таблица А3 – Отходы при холодной обработке картофеля, овощей и фруктов, % к массе брутто

| Наименование сырья                                                                                                                                                                                                  | Отходы и потери, %                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| 1                                                                                                                                                                                                                   | 2                                                 |
| <b>Картофель свежий</b><br>продовольственный:<br>молодой сырой очищенный<br>до 1 сентября<br>сырой очищенный:<br>с 1 сентября по 31 октября<br>с 1 ноября по 31 декабря<br>с 1 января по 28-29 февраля<br>с 1 марта | 20<br><br><br><br>25<br>30<br>35<br>40            |
| Овощи:<br><b>Капуста белокочанная свежая:</b><br>Сырая очищенная<br><b>Кабачки свежие</b> с удаленными семенами и кожей                                                                                             | <br><br>20 (в т.ч. внутренняя кочерыга)<br><br>33 |

Продолжение таблицы АЗ

| 1                                                               | 2  |
|-----------------------------------------------------------------|----|
| <b>Лук репчатый:</b>                                            |    |
| Лук свежий сырой очищенный                                      | 16 |
| Лук зеленый свежий очищенный                                    | 20 |
| Лук зеленый свежий парниковый очищенный                         | 40 |
| <b>Морковь столовая свежая:</b>                                 |    |
| Молодая пучковая сырая очищенная                                | 50 |
| Сырая очищенная до 1 января                                     | 20 |
| с 1 января                                                      | 25 |
| Огурцы грунтовые очищенные                                      | 20 |
| Пастернак корневой свежий                                       | 25 |
| Перец сладкий свежий сырой                                      | 25 |
| Петрушка свежая корневая                                        | 25 |
| Петрушка свежая зелень                                          | 26 |
| Свекла столовая свежая                                          |    |
| Сырая очищенная:                                                |    |
| до 1 января                                                     | 20 |
| с 1 января                                                      | 25 |
| Тыква продовольственная свежая                                  | 30 |
| Укроп молодой столовый свежий                                   | 26 |
| <b>Плоды и ягоды:</b>                                           |    |
| Абрикосы свежие с удаленной косточкой                           | 14 |
| Алыча свежая с удаленной косточкой                              | 7  |
| Апельсины очищенные                                             | 33 |
| Арбуз продовольственный, очищенный от коры и семян              | 48 |
| Бананы очищенные                                                | 40 |
| Вишня свежая с удаленной косточкой                              | 15 |
| Груши свежие с удаленным семенным гнездом                       | 10 |
| Груши свежие, очищенные от кожицы с удаленным семенным гнездом  | 27 |
| Земляника свежая садовая                                        | 15 |
| Крыжовник свежий                                                | 2  |
| Малина свежая                                                   | 15 |
| Мандарины очищенные                                             | 26 |
| Персики свежие с удаленной косточкой                            | 10 |
| Слива свежая с удаленной косточкой                              | 10 |
| Смородина красная свежая                                        | 6  |
| Смородина черная свежая                                         | 2  |
| Яблоки свежие с удаленным семенным гнездом                      | 12 |
| Яблоки свежие, очищенные от кожицы с удаленным семенным гнездом | 30 |

Таблица А4 - Нормы выхода тушки подготовленной к кулинарной обработке при холодной обработке сельскохозяйственной птицы

| Наименование птицы и способ промышленной обработки | %    |
|----------------------------------------------------|------|
| 1                                                  | 2    |
| Куры полупотрошенные первой категории              | 69,9 |
| Куры полупотрошенные второй категории              | 68,9 |
| Куры потрошенные первой категории                  | 88,9 |
| Куры потрошенные второй категории                  | 91,1 |
| Цыплята полупотрошенные первой категории           | 71,8 |
| Цыплята полупотрошенные второй категории           | 70,0 |
| Цыплята потрошенные первой категории               | 97,6 |
| Цыплята потрошенные второй категории               | 98,7 |
| Бройлеры-цыплята полупотрошенные первой категории  | 73,9 |
| Бройлеры-цыплята полупотрошенные второй категории  | 71,9 |
| Индейки полупотрошенные первой категории           | 74,1 |
| Индейки полупотрошенные второй категории           | 73,5 |
| Индейки потрошенные первой категории               | 91,8 |
| Индейки потрошенные второй категории               | 92,6 |

Таблица А5 – Нормы выхода мякоти при холодной обработке сельскохозяйственной птицы, % к массе брутто

| Наименование птицы и способ промышленной обработки                  | %  |
|---------------------------------------------------------------------|----|
| 1                                                                   | 2  |
| Куры первой категории полупотрошенные при выделении мякоти с кожей  | 47 |
| Куры первой категории полупотрошенные при выделении мякоти без кожи | 34 |
| Куры второй категории полупотрошенные при выделении мякоти с кожей  | 48 |
| Куры второй категории полупотрошенные при выделении мякоти без кожи | 36 |
| Куры первой категории потрошенные при выделении мякоти с кожей      | 60 |
| Куры первой категории потрошенные при выделении мякоти без кожи     | 43 |
| Куры второй категории потрошенные при выделении мякоти с кожей      | 62 |
| Куры второй категории потрошенные при выделении мякоти без кожи     | 46 |

Продолжение таблицы А5

| 1                                                | 2  |
|--------------------------------------------------|----|
| Индейка первой категории                         | 56 |
| полупотрошенная при выделении<br>мякоти с кожей  | 47 |
| Индейка первой категории                         |    |
| полупотрошенная при выделении<br>мякоти без кожи | 49 |
| Индейка второй категории                         | 41 |
| полупотрошенная при выделении<br>мякоти с кожей  | 70 |
| Индейка второй категории                         |    |
| полупотрошенная при выделении<br>мякоти без кожи | 59 |
| Индейка первой категории                         | 62 |
| потрошенная при выделении мякоти с<br>кожей      |    |
| Индейка первой категории                         | 52 |
| потрошенная при выделении мякоти<br>без кожи     |    |
| Индейка второй категории                         |    |
| потрошенная при выделении мякоти с<br>кожей      |    |
| Индейка второй категории                         |    |
| потрошенная при выделении мякоти<br>без кожи     |    |

## Приложение Б (справочное)

### Количество крупы и жидкости для варки каш

Кашу можно варить из любого вида крупы. Варят их на воде, на молоке или на смеси молока и воды. По консистенции кашу делят на рассыпчатые, вязкие и жидкие в зависимости от соотношения крупы и жидкости, взятых для варки.

В таблице указано количество крупы и жидкости, которое необходимо для приготовления 1 кг рассыпчатой, вязкой и жидкой каш (графы 2 и 3), здесь же дается примерное количество жидкости и соли, которое необходимо, чтобы приготовить кашу различной консистенции из 1 кг крупы (графы 4 и 5).

Таблица Б1 – Количество крупы и жидкости, необходимое для приготовления 1 кг каши разной по консистенции

| Наименование<br>каши                                                 | На 1 кг выхода<br>каши |                | Из 1 кг крупы-<br>выход каша |            |              | Привар,<br>% | Влаж-<br>ность<br>% |
|----------------------------------------------------------------------|------------------------|----------------|------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------------|
|                                                                      | Крупа,<br>г            | Жидкость,<br>л | Жидкость,<br>л               | Соль,<br>г | Выход,<br>кг |              |                     |
| 1                                                                    | 2                      | 3              | 4                            | 5          | 6            | 7            | 8                   |
| Гречневая                                                            |                        |                |                              |            |              |              |                     |
| Рассыпчатая из<br>ядрицы не<br>поджарен и<br>ядрицы<br>быстрораствор | 476                    | 0,71           | 1,50                         | 21         | 2,10         | 110          | 60                  |
| из ядрицы<br>поджаренной                                             | 417                    | 0,79           | 1,90                         | 24         | 2,40         | 140          | 69                  |
| вязкая                                                               | 250                    | 0,80           | 3,20                         | 40         | 4,00         | 300          | 79                  |
| Пшенная                                                              |                        |                |                              |            |              |              |                     |
| рассыпчатая                                                          | 400                    | 0,72           | 1,80                         | 25         | 2,50         | 150          | 66                  |
| вязкая                                                               | 250                    | 0,80           | 3,20                         | 40         | 4,00         | 300          | 79                  |
| жидкая                                                               | 200                    | 0,84           | 4,20                         | 50         | 5,00         | 400          | 83                  |
| Рисовая                                                              |                        |                |                              |            |              |              |                     |
| рассыпчатая                                                          | 357                    | 0,75           | 2,10                         | 28         | 2,80         | 180          | 70                  |
| вязкая                                                               | 222                    | 0,82           | 3,70                         | 45         | 4,50         | 350          | 81                  |
| жидкая                                                               | 154                    | 0,88           | 5,70                         | 65         | 6,50         | 550          | 87                  |
| Перловая                                                             |                        |                |                              |            |              |              |                     |
| рассыпчатая                                                          | 333                    | 0,80           | 2,40                         | 30         | 3,00         | 200          | 72                  |
| вязкая                                                               | 222                    | 0,82           | 3,70                         | 45         | 4,50         | 350          | 81                  |
| Ячневая                                                              |                        |                |                              |            |              |              |                     |
| рассыпчатая                                                          | 333                    | 0,80           | 2,40                         | 30         | 3,00         | 200          | 72                  |
| вязкая                                                               | 222                    | 0,82           | 3,70                         | 45         | 4,50         | 350          | 81                  |
| Овсяная                                                              |                        |                |                              |            |              |              |                     |
| вязкая                                                               | 250                    | 0,80           | 3,20                         | 40         | 4,00         | 300          | 78                  |
| жидкая                                                               | 200                    | 0,84           | 4,20                         | 50         | 5,00         | 400          | 83                  |

Продолжение таблицы Б1

| 1                            | 2   | 3    | 4    | 5  | 6    | 7   | 8  |
|------------------------------|-----|------|------|----|------|-----|----|
| Из хлопьев овсяных Геркулес» |     |      |      |    |      |     |    |
| вязкая                       | 222 | 0,82 | 3,70 | 45 | 4,50 | 350 | 81 |
| жидкая                       | 154 | 0,88 | 5,70 | 65 | 6,50 | 550 | 87 |
| Манная                       |     |      |      |    |      |     |    |
| вязкая                       | 222 | 0,82 | 3,70 | 45 | 4,50 | 350 | 81 |
| жидкая                       | 154 | 0,88 | 5,70 | 65 | 6,50 | 550 | 87 |
| Пшеничная                    |     |      |      |    |      |     |    |
| рассыпчатая                  | 400 | 0,72 | 1,80 | 25 | 2,50 | 150 | 66 |
| вязкая                       | 250 | 0,80 | 3,20 | 40 | 4,00 | 300 | 79 |
| жидкая                       | 200 | 0,84 | 4,20 | 50 | 5,00 | 400 | 83 |
| Кукурузная                   |     |      |      |    |      |     |    |
| рассыпчатая                  | 333 | 0,80 | 2,40 | 30 | 3,00 | 200 | 72 |
| вязкая                       | 285 | 0,77 | 2,70 | 35 | 3,50 | 250 | 76 |
| жидкая                       | 200 | 0,84 | 4,20 | 50 | 5,00 | 400 | 83 |
| Из саго искусственного       |     |      |      |    |      |     |    |
| рассыпчатая                  | 333 | 0,75 | 2,25 | 30 | 3,00 | 200 | 71 |
| вязкая                       | 250 | 0,81 | 3,25 | 40 | 4,00 | 300 | 78 |

Для каш, приготовленных на воде, берут 10 г соли, а для молочных и сладких – 4-5 г на 1 кг выхода каши.

Каши рассыпчатые по всем трем колонкам, а вязкие и жидкие по 3 колонке готовят на воде. Жидкие каши по 3 колонке готовят на цельном молоке, вязкие каши по 1 и 2 колонкам и жидкие каши по 2 колонке готовят на смеси молока и воды. Соотношение молока и воды для всех каш применяется следующее: 60% молока и 40% воды.

Нормы жидкости, указанные в таблице, рассчитаны для варки каш в котлах емкостью от 30 до 60 литров. При уменьшении емкости котлов количество жидкости, указанное в таблице, может быть увеличено, но не более чем на

5-10% - для рассыпчатых каш и на 2-3% - для вязких каш. При большей емкости котлов количество жидкости соответственно уменьшают.

Пример: нужно приготовить 20 кг пшенной вязкой каши. Пользуясь таблицей, по графе 2 находим, что для приготовления 1 кг каши требуется 250 граммов крупы; следовательно, для приготовления 20 кг каши потребуется

$0,25 \times 20 = 5$  кг крупы. В графе 3 находим, что для приготовления 20 кг каши потребуется  $0,80 \text{ л} \times 20 = 16 \text{ л}$  жидкости. Каша (2 колонка) готовится из смеси молока и воды; следовательно, надо 40% воды, т.е.  $(16 \times 40) / 100 = 6,4 \text{ л}$  и 60% молока, т.е.  $(16 \times 60) / 100 = 9,6 \text{ л}$

Перед варкой крупу просеивают, перебирают и промывают. При этом удаляют мучель и посторонние примеси.

# Приложение В (справочное) Форма технологической карты

Технологическая карта № \_\_\_\_\_

Наименование изделия:

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептов:

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов |          |
|--------------------|-------------------------------|----------|
|                    | 1 порция                      |          |
|                    | Брутто, г                     | Нетто, г |
| Выход:             |                               |          |

Химический состав данного блюда:

| Пищевые вещества |         |             |                       | Витамин С, мг |
|------------------|---------|-------------|-----------------------|---------------|
| Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. ценность, ккал |               |
|                  |         |             |                       |               |

Технология приготовления: \_\_\_\_\_

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Уровень и структура заболеваемости детей дошкольного возраста Краснодарского края / Т.Е. Привалова, С.А. Шадрин, Е.И. Клещенко, М.М. Трубилина
2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях / под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010. – 628 с.
3. Джабоева А.С. Технология продуктов общественного питания: сборник задач: учеб. пособие [для вузов] / А. С. Джабоева, М. Ю. Тамова. – М.: Инфра-М, 2016. – 255 с.
4. Санитария и гигиена питания: учебник / Т.А. Джум, М.Ю. Тамова, М.В. Букалова – М.: Магистр: ИНФРА-М 2018. – 544 с.
5. Сборник технических нормативов. Сборник рецептур на продукцию общественного питания / Составитель Могильный М.П. – М.: ДеЛи плюс, 2011. – 1008 с.