

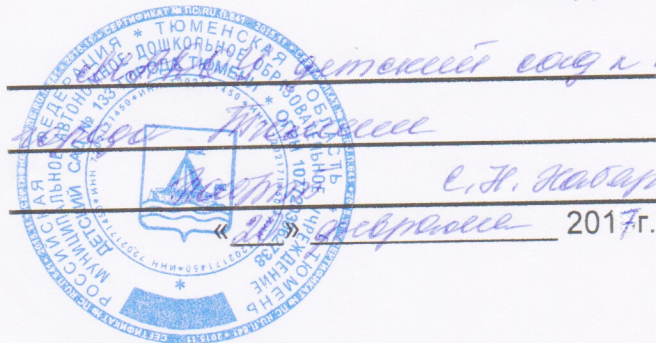
СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ

Главный государственный санитарный
врач по Тюменской области

 Г.В. Шарухо

 2016 г



Примерное 20 – ти дневное меню № 1305 от 25.07.2016г

с содержанием продукта функционального питания
с высоким содержанием
бифидобактерий **БИОВЕСТИН А**

**ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ с 1,5 до 3 лет
в дошкольных образовательных организациях**

Расчет проведен на программном комплексе:
«Система расчетов для общественного питания», на модуле
системы – разработка технологической документации с расчетом
химического состава, расчетом содержания пищевой и энергетической
ценности, витаминов, минеральных элементов (продуктов полуфабрикатов,
кулинарных изделий, с учетом их сохранности на всех стадиях
технологического процесса). Одобрен Федеральной службой
по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека
(свидетельство № 32 от 11.06.2009)



г. Тюмень, 2016 г

 Шилкова Л.В.

Аннотация

20-ти дневное меню и технологические карты для организации питания детей в детских дошкольных образовательных учреждениях с дневным пребыванием 10,5 - 12 часов в возрасте с 1,5 до 3 лет и с 3 до 7 лет разработано на основании Сборников технологических нормативов:

- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах — М.: Хлебпродинформ, 2004г;
- Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, I часть, II часть — Пермь: Пермская государственная медицинская академия, Уральский институт питания, 2004г;
- Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 – Москва.:2006г;
- Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ – интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, I часть, II часть — Пермь: Пермская государственная медицинская академия, Уральский институт питания, 2001г;
- Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, I часть, II часть – Екатеринбург, Уральский государственный экономический университет, ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области», 2011г.

Нормы потребления рассчитаны в соответствии с СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных образовательных организациях" (далее СанПиН 2.4.1.3049-13), Приложение 10 "Рекомендуемые суточные наборы продуктов для организации питания детей в дошкольных образовательных организациях" (95%-105% от норм). Количество продуктов, для полной достоверности потребления продуктов питания, сведено по массе нетто. Учтены допустимые отклонения от рекомендуемых норм питания +/-5%.

Меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности, содержанию витамина С. Расчет проведен на программном комплексе: «Система расчетов для общественного питания» (модуль системы – разработка технологической документации с расчетом химического состава, расчетом содержания пищевой и энергетической ценности, витаминов, минеральных элементов). Программный комплекс одобрен Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (свидетельство №32 от 11.06.2009 г.).

Для обеспечения преемственности питания родителей информируют об ассортименте питания ребенка, вывешивая ежедневное меню.

Блюда и кулинарные изделия следует изготавливать строго по технологическим и технико – технологическим картам.

Качество и безопасность продукции, произведенной по рецептурам меню, гарантируется только при строгом соблюдении: санитарных норм и правил, правил технологии приготовления блюд и изделий, последовательности технологических процессов, температурного режима, взаимозаменяемости продуктов, кулинарного назначения мясных и рыбных полуфабрикатов, указанных в технологических картах.

Нормы вложения продуктов массой брутто в рецептурах меню и технологических карт рассчитаны на стандартное сырье следующих кондиций:

- Говядина полуфабрикат;
- Говядина 1 категории;
- Мясо птицы охлажденное;
- Колбасные изделия для детского питания (высший сорт), без содержания растительного белка;
- Рыба мороженая, крупная или всех размеров, неразделанная или потрошенная, конкретно для данного блюда;
- В рецептурах предусмотрено использование: томатного пюре с содержанием сухих веществ 12%, яиц куриных средней массой 40 г без скорлупы;
- В меню предусмотрено использование фруктов в свежем виде.
- В соответствии с Приложением 9 СанПиН 2.4.1.3049-13 не допускается использование в питание детей в дошкольных организациях мясо птицы замороженные и коллагенсодержащее сырье из мяса птицы.
- Для овощей приняты нормы отходов соответствие с Приложением №24 Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий 1996 г, Необходимо строго следить за пересчетом процента отходов для расчета сырья по овощам, в соответствии с сезонностью.

При приготовлении блюд, предусматривающих замену молока коровьего цельного, на молоко сухое; молоко концентрированное произведена замена в соответствии с таблицей № 26 «Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд».

Продукты, входящие в состав рецептур блюд и кулинарных изделий согласно меню указаны в **граммах**, кроме жидкости (сок, молоко, кисломолочный продукты, вода питьевая), которые указаны в **миллилитрах**.

В соответствии с временными рекомендациями «Ассортимент и технология производства кулинарной продукции для питания детей и подростков в организованных коллективах» утвержденными Главным государственным санитарным врачом по Тюменской области (приказ №138 от 13.09.2006), **СанПиН 2.3.2.1293-03 «Гигиенические требования по применению пищевых добавок», п. 2.12.1:**

- Томатное пюре, джем, повидло, кисели и др. продукты использовать без консервантов и искусственных добавок.
- Консервированные овощи (кукуруза, зеленый горошек) для приготовления салатов использовать после термической обработки.
- Консервированные, соленые овощи (огурцы, томаты) для приготовления салатов и других блюд использовать без добавления уксуса.
- Чеснок (для детей дошкольного возраста) добавлять с учетом индивидуальной переносимости.

При кулинарной обработке пищевых продуктов необходимо соблюдать гигиенические требования в технологических процессах приготовления блюд в соответствии с **п.14.11 СанПиН 2.4.1.3049-13:**

При приготовлении блюд должен соблюдаться принцип «щадящего питания»: для тепловой обработки применяется варка, запекание, припускание, пассерование, тушение, приготовление на пару, приготовление в пароконвектомате; при приготовлении блюд не допускается жарка.

Нарезка овощей, мяса, рыбы и других продуктов в блюда должна быть мелкой, аккуратной соответствующей возрастным особенностям детей.

При кулинарной обработке пищевых продуктов необходимо строго соблюдать санитарно-эпидемиологические требования к технологическим процессам приготовления блюд:

- котлеты, биточки из мясного или рыбного фарша, рыбу кусками запекают при температуре 250-280°C 20-25 минут;
- вторые блюда из вареного мяса (кур), а также измельченное мясо, добавляемое в первое блюдо, подвергают вторичной термической обработке - кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят в нем при температуре +75°C до раздачи не более 1 часа;
- омлеты и запеканки, в рецептуру которых входит яйцо, готовят в жарочном шкафу, омлеты в течение 8-10 минут при температуре жарочного шкафа 180-200°C слоем 2,5-3 см; запеканки изготавливают в жарочном шкафу при температуре 220-280°C в течение 20-30 минут, слой готового блюда должен иметь не более 3-4 см.
- яйцо варят 10 минут после закипания воды; яйцо перед использованием в любые блюда предварительно обрабатывают в соответствии с требованиями санитарных правил; не допускается хранить яйцо в кассетницах поставщика в производственных цехах столовой;
- колбасные изделия (сосиски, вареные колбасы, сардельки) обязательно отваривают, предварительно сняв искусственную оболочку (опускают в кипящую воду и заканчивают термическую обработку после 5-минутной варки с момента начала кипения);
- гарниры из риса и макаронных изделий варят в большом объеме воды (в отношении не менее 1:6) без последующей промывки.
- Соль в рецептурах меню и технологических карт указана для приготовления молочных каш и мучных изделий, закладка соли и специй (лавровый лист, сухая петрушка, укроп), предусмотренная в рецептурах блюд и кулинарных изделий не должна превышать норму потребления в день.

Кисломолочные и другие готовые к употреблению скоропортящиеся продукты перед подачей детям выдерживают в закрытой потребительской упаковке при комнатной температуре до достижения ими температуры подачи $15^{\circ}\text{C} \pm 2^{\circ}\text{C}$, но не более одного часа. Кефир, ряженку и другие кисломолочные продукты порционируют в чашки непосредственно из пакетов или бутылок перед их раздачей.

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

Потребительскую упаковку консервированных продуктов перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью.

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.

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают 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.

При кулинарной обработке овощей, для сохранения витаминов, следует соблюдать следующие правила: овощи очищают непосредственно перед приготовлением; закладывают овощи только в кипящую воду, нарезав их перед варкой; свежую зелень, добавляют в готовые блюда во время раздачи.

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

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

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

Хранение готовой пищи не допускается. Реализация готовых блюд в течение одного часа после приготовления.

С целью повышения оздоровительного эффекта, укрепления иммунитета, снижения риска простудных заболеваний, нормализации пищеварения детей в меню включена биологически активная добавка к пище – **Биовестин А**. Длительность приема составляет 2 недели каждого месяца. Поскольку **Биовестин** содержит живые микроорганизмы, его нельзя добавлять в горячие продукты питания. **Биовестин А** рекомендуется принимать до еды в неразведенном виде в количестве 10 мл в сутки, а также можно добавлять в холодные напитки – сок или кисломолочные продукты. Для обеспечения жизнеспособности бифидобактерий его нужно добавлять в напитки непосредственно перед раздачей. **Хранить разведенный биовестин не допускается.**

В целях профилактики недостаточности микронутриентов (витаминов и минеральных веществ) в питании детей круглогодично используют пищевые продукты, обогащенные микронутриентами. При этом обязательно проводится количественная оценка содержания витаминов в суточном рационе питания.

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

Витаминизированные напитки готовят непосредственно перед раздачей. При отсутствии в рационе питания витаминизированных напитков проводится искусственная С-витаминизация (**п.14.21 СанПиН 2.1.4.3049-13**) третьих блюд (компот или кисель) аскорбиновой кислотой, в соответствии санитарными правилами. Витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника. Витаминизированные блюда не подогревают.

В приготовлении блюд следует использовать только **йодированную соль**, соответствующую требованиям государственных стандартов.

При составлении меню учтено:

- рациональное распределение пищи в течение дня. Рацион питания разделен на четыре приема пищи для лучшего усвоения пищевых веществ, сохранения чувства сытости на протяжении времени пребывания детей в детском саду (**завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин**).
- разнообразиие пищи. Исключена повторяемость основных блюд в течение недели, использованы разные продукты и запланированы из них различные блюда.

Следует учитывать, что **выход фруктов, кондитерских изделий дан в меню ориентировочно.**

При формировании ежедневного меню необходимо определять **фактический выход фруктов и кондитерских изделий**. Ассортимент кондитерских изделий, разрешенных в питании детей, указан во временных рекомендациях **«Ассортимент и технология производства кулинарной продукции для питания детей и подростков в организованных коллективах»**, утвержденным Главным государственным санитарным врачом по Тюменской области (приказ №138 от 13.09.2006).

Разработчик АУ ТО «Центр технологического контроля»
г. Тюмень ул. Мельникайте 107 тел. 209839

