

УТВЕРЖАЮ
Генеральный директор
ООО «Мария вкуса»
М.Г. Сыскова

СОГЛАСОВАНО
Руководитель ТУ Роспотребнадзора
Главный санитарный врач по
Томской области
Г.В. Шарухо

СОГЛАСОВАНО
Директор МАOU СОШ
С.И. Шустикова

Примерное двадцатидневное меню
Горячих завтраков для детей 7-11 лет
(сезон осень, зима, весна)

Тюмень 2019 год

ПРИМЕРНОЕ 20 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

ГОРЯЧИЕ ЗАВТРАКИ для детей с 7 до 11 лет (сезон осень, зима, весна)

Меню содержит обязательные включения - тугильный лист, напольную ветошь, анитацию, тубину по соли и спелым.

1 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ									
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле, г	ЭЦ, ккал	Витамины					Минералы, мг				
Бутерброд с колбасой (№2-2011)			20/5/15	1,44	3,86	18,84	114,24	1,92	0,03	0,04	0,03	3,30	4,50	1,05	0,66		
Хлеб пшеничный			20,00														
Масло сливочное 72,5 %			5,00														
повидло			15,00														
Каша жидкая молочная (№182-2011)			200/5	2,61	9,90	28,23	180,00	1,17	0,2	0,0	0,0	22,0	123,5	25,94	0,8		
Крупа рисовая			25,00														
Вода			86,00														
Молоко питьевое 2,5% жирности			96,00														
сахар песок			5,00														
Масса какао			200,00														
Масло сливочное 72,5 %			5,00														
Сырники из творога (№231-2011)			100	15,0	6,00	19,86	227,45	7,70	0,10	0,10	2,00	230,00	199,00	22,40	0,8		
Творог			87,87														
Крупа манная			21,00														
сахар песок			8,00														
Ванилин			0,01														
Масса полуфабриката			116,00														
Масло растительное			1,20														
сахарная пудра			1,00														
Чай с лимоном (№377-2011)			200/2	0,01	0,00	9,98	39,98	4,03	0,00	0,00	0,00	7,00	2,80	1,40	0,30		
чай заварка			0,50														
лимон			2,28														
Вода питьевая			200,00														
сахар песок			12,00														
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			20	1,12	0,22	11,58	47,00	0,00	0,01	0,00	0,45	22,00	63,00	10,50	0,50		
Итого:			2018	19,98	88,48	608,67	14,82	0,29	0,15	2,51	284,30	392,80	61,29	0,50	0,50		
2 день																	
Химический состав																	
Наименование пищевых веществ																	
Витамины																	
Минералы, мг																	
С, мг																	
В1, мг																	
А, мкг																	
Е, мкг																	
Кальций																	
Фосфор																	
Магний																	
Железо																	

СОГЛАСОВАНО
СПЕЦИАЛИСТ

СОГЛАСОВАНО
СПЕЦИАЛИСТ

Парезка и отварной свеклы с сыром (№ 10-2001)

свекла - до 01.01 - 20%	70,85	56,68	60	0,66	5,20	9,40	49,96	0,09	6,05	0,06	80,50	25,80	9,00	0,60
с 01.01 - 25%	73,38	56,68												
масса отварной свеклы														
сыр сулугуни	6,06	52,00												
масло растительное	2,00	6,00												
зелень свежая	0,68	2,00												
Парезка и свежих помидор с маслом (№ 15/1-2011)		0,50												

Помидоры свежие грунтовые	58,80	56,00	60	0,68	3,50	3,90	50,50	5,04	0,02	0,00	0,07	79,00	21,60	10,08	0,36
или помидоры свежие парниковые	58,80	56,00													
масло растительное	4,00	4,00													
зелень свежая	0,68	0,50													

Колбаса по-хмельовски с соусом сметанно-томатным (№ 316а-2006)

Грудка куриная н/к (филе с кожей без костей)	47,25	35,00	80/30	12,05	8,62	9,88	197,00	6,10	0,18	0,000	0,56	85,00	185,00	15,00	0,60
или фарш говяжий	32,64	32,00													
или фарш домашний	68,34	67,00													
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	19,95	15,00													
01.11 - 31.12 - 30%	21,45	15,00													
01.01 - 29.02 - 35%	23,10	15,00													
01.03 - 40%	25,05	15,00													
зук репчатый	8,33	7,00													
яйно куриное	2,00	2,00													
соль йодированная	0,60	0,60													
масса полуфабриката		91,00													
сухарь панировочный	6,00	6,00													
масса полуфабриката		96,00													
масло растительное	0,70	0,70													
Соус сметанно-томатный (№ 601-2004)															
сметана	4,50	4,50	30												
паста томатная	3,00	3,00													
мука пшеничная	1,50	1,50													
вода	25,50	25,50													
соль йодированная	0,20	0,20													

Пюре картофельное (№ 312-2011)															
с/б - 01.09 - 31.10 - 25%	170,24	128,00	150	3,25	4,70	22,01	143,76	3,75	0,00	0,13	1,00	66,00	76,95	26,70	0,86
01.11 - 31.12 - 30%	183,04	128,00													
01.01 - 29.02 - 35%	195,84	128,00													
01.03 - 40%	213,76	128,00													
молоко питьевое 2,5% жирности	23,63	22,50													
масло сливочное 72,5%	5,00	5,00													

Чай фруктовый (№ 106-2006)															
ягодно-яблочная смесь с/м	10,00	10,00	200	0,78	0,01	13,68	55,88	0,51	0,02	0,00	0,25	10,52	43,44	0,02	0,02
или ягодно-яблочная смесь "Райнад" с/м	10,00	10,00													

ОТВЕЧАЮЩЕЕ
СПЕЦИАЛИСТ

2

Упаковка из мяса (№ 260-2011)		0,50	0,50												
ТОМАТНАЯ ПАСТА (без консервантов и красителей)		84,00	80,00	100	9,80	14,90	8,20	170,00	7,90	0,20	0,13	0,90	185,00	256,00	11,90
ЛУК РЕПЧАТЫЙ		5,00	5,00												1,40
МУКА ПШЕНИЧНАЯ В/С		7,14	6,00												
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ		2,00	2,00												
ВОДА ПИТЬЕВАЯ		20,00	20,00												
Макроэлементы (№ 309-2011)				150	5,82	1,90	37,08	176,00	0,00	0,05	0,000	0,87	15,00	28,75	8,40
МАКРОНУКЛЕИДЫ		60,00	60,00												0,07
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ		1,20	1,20												
ВОДА ПИТЬЕВАЯ		157,50	157,50												
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5 %		5,00	5,00												
Чай с молоком и сахаром (№ 685-2004)				200	1,55	1,28	14,41	75,64	0,70	0,01	0,08	1,60	25,00	0,00	9,80
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ		0,50	0,50												0,08
САХАР ПЕСОК		12,00	12,00												
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ 2,5% жирности		100,00	100,00												
ВОДА ПИТЬЕВАЯ		100,00	100,00												
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов		25	1,12	0,22	11,58	55,25	0,00	0,01	0,00	0,45	22,00	63,00	10,50	0,50	0,50
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов		25	1,97	0,25	13,28	56,74	0,00	0,02	0,00	0,26	4,70	26,00	3,29	0,20	0,20
ИТОГО:		25	21,24	14,90	89,83	553,83	14,60	0,30	0,26	4,14	275,90	399,55	57,00	3,09	

9 ДЕНЬ

Наименование блюда		Брутто, г		Нетто, г		Химический состав										Наименование пищевых веществ														
						Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭНД, ккал	Витамины										Минералы, мг									
											С, мг	В1, мг	А, мкг	Е, мкг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо												
Бутерброд с маслом и сыром (№ 3-2011)						175/11	4,08	4,70	9,14	105,00	0,08	0,04	0,060	0,04	85,70	56,10	4,55	0,55												
Масло сливочное 72,5 %		5,00		5,00																										
Сыр сулугуни		11,11		11,00																										
Батон пшеничный		17,00		17,00																										
Горбуша под овощами (№ 90-2011)																														
горбуша с/м с/с(филе с кожей без костей)		100,54		70,80		90	9,60	9,30	29,30	175,60	12,10	0,22	0,00	1,70	78,00	208,00	17,00	0,78												
Масса готовой рыбы				60,00																										
Масло растительное		2,00		2,00																										
Соль йодированная		1,00		1,00																										
Лук репчатый		11,90		10,00																										
Морковь до 01.01.-20%		32,50		26,00																										
с 01.01 - 25%		34,58		26,00																										
Томатная паста (без консервантов и красителей)		3,00		3,00																										
Итого картофеля (№ 312-2011)																														
картофель - 01.09.-31.10.- 35%		170,24		128,00		150	3,25	4,70	22,01	143,76	3,75	0,00	0,30	0,15	66,00	76,95	26,70	0,86												
01.11.-31.12.-30%		183,04		128,00																										
01.01.-29.02.- 35%		197,12		128,00																										

СОСТАВЛЕНА
СПЕЦИАЛИСТ

СОСТАВЛЕНА
СПЕЦИАЛИСТ

Хлеб пшеничный или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов												
Итого:	25											
	1,97	0,22	13,28	56,74	0,01	0,02	0,00	0,45	4,70	26,00	3,29	0,20
	20,20	19,40	86,63	598,52	15,00	0,29	0,18	2,59	280,70	395,46	59,79	3,07
11 День												

11 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ									
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамины					Минералы, мг				
								С, мг	В1, мг	А, мкг	Е, мкг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Каша пшеничная с маслом (№264-2013)			200/5	2,01	13,10	28,23	180,00	7,8	0,2	0,08	0,0	20,8	123,5	25,94	1,2		
Крупа пшеничная	25,00	25,00															
Вода	86,00	86,00															
Молоко питьевое 2,5% жирности	96,00	96,00															
сахар песок	5,00	5,00															
Масло сливочное 72,5 %	5,00	200,00															
Сырники из творога (№ 231-2011)			100	15,0	6,00	19,86	227,45	7,70	0,10	0,10	2,00	230,00	199,00	22,40	0,8		
Творог	87,87	87,00															
Крупа манная	21,00	21,00															
сахар песок	8,00	8,00															
Ванилин	0,01	0,01															
Масло подсолнечное	1,20	116,00															
сахарная пудра	1,00	1,00															
с лимоном (№ 377-2011)			200/2	0,01	0,00	9,98	39,98	4,03	0,00	0,00	0,00	7,00	2,80	1,40	0,30		
чай заварка	0,50	0,50															
лимон	2,28	2,00															
вода питьевая	200,00	200,00															
сахар песок	12,00	12,00															
Хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			30	1,12	0,22	11,58	80,00	0,00	0,01	0,00	0,45	22,00	63,00	10,50	0,20		
Хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			30	1,97	0,22	13,28	85,00	0,00	0,02	0,00	0,45	4,70	26,00	3,29	0,20		
			20,1	19,5	82,9	612,4	19,5	0,3	0,18	2,6	28,45	414,3	63,5	3,0			

12 день

УТВЕРЖДЕНО
Специалист

12 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамины				Минералы, мг			
								С, мг	В1, мг	А, мкг	Е, мкг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Бутерброд с сыром (№ 7-2011)			20/5/13	6,14	9,30	10,67	125,00	0,09	0,04	0,060	0,04	90,20	96,60	9,50	2,30
		сыр сулугуни	13,13	13,00											
		масло сливочное 72,5 %	5,00	5,00											
		хлеб пшеничный	20,00	20,00											
овощи с греческим (№ 36-2011)			250/10/10	9,10	8,60	32,50	185,00	9,00	0,19	0,04	0,40	67,00	114,00	26,00	0,00

СОБРАНО
СПЕЦИАЛИСТ

Итого тушеная в соусе (№ 290-2011)																	
ГРУДКА КУРИНАЯ (филе без кожи и костей)	84,38	62,50	100	8,01	12,00	4,22	154,29	1	0,19	0,18	0,90	46	119,00	18,08	1,80		
соль йодированная	0,90	0,90															
сметана 15%	13,00	13,00															
молоко питьевое 2,5%	40,00	40,00															
мука пшеничная	2,25	2,25															
масло растительное	2,00	2,25															
Макроэлементы (№ 309-2011)		2,00	2,00														
макаронные отарные	60,00	60,00	150	5,82	1,90	37,08	176,00	0,00	0,05	0,000	0,87	15,00	28,75	8,40	0,07		
соль йодированная	1,20	1,20															
вода питьевая	157,50	157,50															
масло сливочное 72,5 %	5,00	5,00															
Кофейный напиток с вангином (№ 505-2013)																	
кофейный напиток	2,00	2,00	200	2,79	2,28	21,15	93,25	2,90	0,01	0,00	0,00	190,00	132,00	14,00	0,50		
сахар песок	12,00	12,00															
молоко питьевое 2,5% жирности	120,00	120,00															
или молоко концентрированное	54,00	54,00															
ванилин	0,01	0,01															
вода питьевая	80,00	80,00															
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			20	1,12	0,22	11,58	45,00	0,00	0,01	0,00	0,45	22,00	63,00	10,50	0,50		
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			25	1,97	0,25	13,28	56,74	0,00	0,02	0,00	0,26	4,70	26,00	3,29	0,20		
ИТОГО:				28,13	19,70	88,45	572,74	23,30	0,31	0,18	2,54	287,90	465,05	64,47	3,07		

14 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ												
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамины					Минералы, мг							
								С, мг	В1, мг	А, мкг	Е, мкг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо					
Овощи на подгармировку:																				
Кукуруза консервированная (№ 245-2006)																				
кукуруза консервированная			60	1,86	0,10	3,90	24,00	4,56	0,02	0,01	0,07	13,56	21,60	12,60	0,42					
Жирное по-домашнему (№ 369-2013)	99,00	60,00																		
ГРУДКА КУРИНАЯ (филе без кожи и костей)			200	8,50	5,70	19,45	193,47	10,30	0,25	0,18	1,50	199,00	289,00	25,00	1,45					
или говядина туляш	67,50	50,00																		
мяса тушеного мяса	67,20	64,00																		
картофель - 01.09.-31.10.-25%		40,00																		
01.11.-31.12.-30%	172,90	130,00																		
01.01-29.02.-35%	185,90	130,00																		
01.03.-40%	199,94	130,00																		
лук репчатый	217,10	130,00																		
морковь до 01.01.-20%	11,90	10,00																		
морковь с 01.01.-25%	30,00	24,00																		
	31,92	24,00																		

12

СОГЛАСОВАНО
СПЕЦИАЛИСТ

СОГЛАСОВАНО
СПЕЦИАЛИСТ

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ										
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамины					Минералы, мг					
								С, мг	В1, мг	А, мкг	Е, мкг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо			
Бульбона с маслом (№ 1-2011)																		
масло сливочное 72,5 %	5,00	5,00	17/5	1,48	6,17	9,13	98,44	1,92	0,03	0,04	0,03	11,00	96,60	0,00	0,60			
батон пшеничный	17,00	17,00																
Шн из свежей капусты с картофелем с маслом со сметаной (№ 124-2004)																		
говядина гуляш	25,20	24,00	250/15/5	10,80	5,10	9,73	142,13	12,50	0,09	0,05	1,50	141,00	67,00	27,10	0,50			
масло топленого		15,00																
капуста б/хочанная	62,50	50,00																
картофель - 01.09 - 31.10 - 25%	39,9	30,00																
01.11 - 31.12 - 30%	42,90	30,00																
01.01-29.02 - 35%	46,20	30,00																
01.03 - 40%	50,10	30,00																
морковь до 01.01 - 20%	15,00	12,00																
с 01.01 - 25%	15,96	12,00																
лук репчатый	11,90	10,00																
масло растительное	3,00	3,00																
лавровый лист	0,01	0,01																
вода питьевая	200,00	200,00																
соль йодированная	1,50	1,50																
сметана 15%	5,00	5,00																
Пирог с яблоко (№ 563-2013)																		
кефир	27,00	27,00	80	4,96	7,31	36,46	232,00	0,19	0,15	0,00	0,00	34,00	67,79	12,10	1,20			
крупа манная	21,50	21,50																
сахар	13,00	13,00																
масло сливочное 72,5%	6,00	6,00																
или масло растительное	6,00	6,00																
яблоко порошковое	0,20	0,20																
сода пищевая	0,12	0,12																
лимонная кислота	0,10	0,10																
вода для разведения лимонной кислоты	0,15	0,15																
ванилин	0,10	0,10																
мука пшеничная в/с	10,00	10,00																
яблоко крупное	6,00	6,00																
масля и/ф		90																
сахарная пудра	1,00	1,00																
Чай с молоком и сахаром (№ 685-2004)																		
чай черный	0,50	0,50	200	1,55	1,28	14,41	75,64	0,70	0,01	0,08	0,60	62,93	138,56	9,80	0,05			
сахар песок	12,00	12,00																
молоко питьевое 2,5% жирности	100,00	100,00																
вода питьевая	100,00	100,00																
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов																		
Итого:			25	1,12	0,22	11,58	55,25	0,00	0,01	0,01	0,45	22,00	63,00	10,50	0,50			
			19,91	20,08	81,41	603,46	15,31	0,29	0,18	2,58	270,93	432,95	59,50	7,85				

СОГЛАСОВАНО

СПЕЦИАЛИСТ

20 день

СОГЛАСОВАНО
СПЕЦИАЛИСТ

20 день

Наименование блока	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав						Наименование пищевых веществ									
			Волокн, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЛ, ккал	Витамины					Минералы, мг					
								С, мг	В1, мг	А, мкг	Е, мкг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо			
Нарезка из отварной моркови с кукурузой (№ 39-2011)			60	0,60	3,15	1,80	54,66	2,88	0,03	0,00	0,00	11,20	90,00	7,80	0,00			
кукуруза консервированная	36,30	22,00																
морковь до 01.01.-20%	47,69	38,15																
морковь с 01.01.-25%	50,74	38,15																
масса отварной моркови		35,00																
масло растительное	3,00	3,00																
зелень свежая	0,68	0,50																
Аду (№ 402-2006)			90	11,90	11,50	12,00	173,51	1,05	0,13	0,15	1,00	41,20	37,00	23,00	6,90			
говядина туши	84,00	80,00																
или грудка куриная (филе без кожи и костей)	108,00	80,00																
томатная паста (без консервантов и красителей)	3,00	3,00																
лук репчатый	7,14	6,00																
отруби соевые	13,36	8,00																
мука пшеничная в/с	2,50	2,50																
масло растительное	2,00	2,00																
вода питьевая	40,00	40,00																
Гречка рассычатая (№ 67-2011)			150	4,00	5,28	28,62	187,05	0,30	0,10	0,01	0,64	175,00	168,00	9,90	1,66			
крупа гречневая	50,00	50,00																
вода питьевая	106,50	106,50																
масло сливочное 72,5 %	5,00	5,00																
чай из смородины (№ 507/2-2013)	1,50	1,50																
сморородина с/м	20,00	20,00	200	0,02	0,08	13,44	56,68	40,00	0,02	0,00	0,25	32,00	43,44	5,30	0,70			
сахар песок	10,00	10,00																
вода питьевая	200	200																
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			30	1,97	0,25	13,28	68,08	0,00	0,02	0,00	0,26	4,70	26,00	3,29	0,20			
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			25	1,12	0,22	11,58	55,25	0,00	0,01	0,01	0,45	22,00	63,00	10,50	0,50			
ИТОГО:																		
Соль йодированная в расчете на 1 день			1,30	1,30														
ИТОГО в среднем за 20 дней																		
Потребность в пищевых веществах и энергии для детей с 7 до 11 лет (25% от суточной потребности)			19,64	19,70	86,03	587,65	16,01	0,30	0,18	2,67	276,23	418,20	62,38	3,04				
Соотношение белков, жиров, углеводов			20,20	20,70	83,75	587,50	15,00	0,30	0,18	2,50	275,00	412,50	62,50	3,00				
Исполнитель: Главный технолог			1	1	4													
Дата: 18.08.2015																		
	Горбачева НА	201																

СОГЛАСОВАНО
СЛЕНОВА

Аннотация

Примерное 20-ти дневное меню завтраков разработано для питания детей школьного возраста с 7 до 11 лет. Нормы потребления рассчитаны в соответствии с Приложением 8, таблица №1 «Рекомендуемые среднесуточные наборы пищевых продуктов, в том числе, используемых для приготовления блюд и напитков, для обучающихся общеобразовательных учреждений» СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно – эпидемиологические требования к организации питания, обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»

Меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности, включая содержание витаминов и минеральных веществ в каждом готовом блюде и кулинарном изделии, витаминах и минеральных веществах.

Меню разработано на основании Сборников технологических нормативов и ТТК в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.5.2409-08:

- Сборник рецептур блюд и кулинарных и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах –М.: Хлебпродинформ, 2004г.;
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания.- –М.: Хлебпродинформ, 1996г.;
- Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 – Москва, 2006г.
- Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, -М.: Дели принт, 2011г.
- Сборник технологических нормативов, рецепту блюд и кулинарных изделий – Пермь, 2013 г.
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания/авт.-сост.: А.И. Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.:А.С.К., 2005 г.
- Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных блюд и кулинарных изделий для детского питания- Уфа, 2010 г.
- Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях: методические указания города Москвы, 2007 г.
- Сборнику рецептур для питания детей, 2011г. Г. Екатеринбург

Блюда и кулинарные изделия следует изготавливать строго по технологическим картам.

Качество и безопасность продукции, произведенной по рецептурам меню, гарантируется только при 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 рассчитаны на стандартное сырье следующих кондиций:

- Говядина полуфабрикат или говядина 1 категории;

- Мясо птицы;
- Колбасные изделия (сосиски, сардельки, колбаса вареная);
- Рыба мороженая, крупная, неразделанная или потрошенная, конкретно для данного блюда;
- Томатное пюре с содержанием сухих веществ 12%;
- Яйцо куриное пищевое средней массы 40г без скорлупы;
- Для овощей приняты нормы отходов в соответствии с Приложением № 24 Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий 1996г.;
- Соль в рецептурах меню и технологических карт указана для приготовления молочных каш и мучных изделий, закладка соли и специй (лавровый лист), предусмотренная в рецептурах блюд и кулинарных изделий не должна превышать норму потребления в день.
- При приготовлении блюд, предусматривающих замену продуктов, использована таблица №26 «Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд».

В меню использованы хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов, фрукты в свежем виде. Для дополнительного обогащения рациона микронутриентами могут быть использованы в меню специализированные продукты питания, обогащенные микронутриентами, а так же инстантные витаминизированные напитки промышленного выпуска и витаминизация третьих блюд специальными витаминно – минеральными премиксами.

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

- При изготовлении вторых блюд из вареного мяса, птицы, рыбы или отпуске вареного мяса (птицы) к первым блюдам, порционное мясо обязательно подвергается вторичному кипячению в бульоне в течение 5-7 минут;
- Порционированное для первых блюд мясо может до раздачи храниться в бульоне на горячей плите или мармите не более 1 часа;
- При перемешивании ингредиентов, входящих в состав блюд, необходимо пользоваться кухонным инвентарем, не касаясь продукта руками;
- При изготовлении картофельного или овощного пюре следует использовать механическое оборудование;
- Масло сливочное, используемое для заправки гарниров и других блюд, должно предварительно подвергаться термической обработке (растопливаться и доводиться до кипения);
- Яйцо варят в течение 10 минут после закипания воды, рекомендуется использовать для приготовления блюд из яиц или в качестве компонента в составе блюд;
- Омлеты и запеканки, в рецептуру которых входит яйцо, готовят в жарочном шкафу, омлеты – в течение 8-10 минут при температуре 180-200 градусов, слоем не более 2,5-3 см.; запеканки - 20-30 минут при температуре 180-220 градусов слоем не более 3-4 см.; хранение яичной массы осуществляется не более 30 минут при температуре не выше +4 градусов;
- Вареные колбасы, сардельки и сосиски варят не менее 5 минут после закипания;

- Гарниры из риса и макаронных изделий варят в большом объеме воды (в соотношении 1:6) без последующей промывки;
- Салаты заправляют непосредственно перед раздачей.

Готовые первые и вторые блюда могут находиться на мармите или горячей плите не более 2-х часов с момента изготовления, либо в изотермической таре в течение времени, обеспечивающего поддержание температуры не ниже температуры раздачи, но не более 2-х часов.

Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых блюд не допускается.

Горячие блюда (супы, соусы, напитки) при раздаче должны иметь температуру не ниже 75 градусов, вторые блюда и гарниры – не ниже 65 градусов, холодные супы и напитки – не выше 14 градусов.

Холодные закуски должны выставляться в порционированном виде в охлаждаемый прилавок-витрину и реализоваться в течение одного часа.

Готовые к употреблению блюда из сырых овощей могут храниться в холодильнике при температуре +2+6 градусов не более 30 минут.

Свежую зелень закладывают в блюда во время раздачи. Использование сметаны и майонеза для заправки салатов не допускается.

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

В целях профилактики гиповитаминозов проводят круглогодичную искусственную витаминизацию холодных напитков (компоты, кисели и др.) аскорбиновой кислотой, в соответствии с санитарными нормами. Витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом). Подогрев витаминизированной пищи не допускается.

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 13.09.2006г.), СанПиН 2.3.2.1293-03 «Гигиенические требования по применению пищевых добавок», п. 2.12.1:

- Томатное пюре, 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, не являющимися закусочными консервами.
- Чеснок добавлять с учетом индивидуальной переносимости.

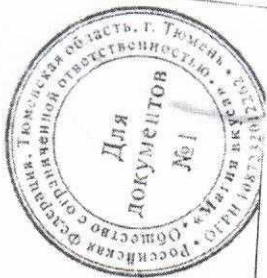
в приготовлении блюд использовать только йодированную соль, соответствующую требованиям государственных стандартов.

Следует учитывать, что выход фруктов и кондитерских изделий дан в меню ориентировочно. При формировании 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», утвержденных Главным государственным врачом по Тюменской области (приказ № 138 от 13.09.2006г.)

Расход соли и специй
при приготовлении блюд и изделий

Блюда	Наименование специй	
	Соль, г	Лавровый лист, г
1. Холодные блюда (на порцию)	2	5
2. Супы (на 1000 г) ¹	2—3	0,01
3. Блюда из овощей (варка) на 1 л воды	6—10	0,04
4. Блюда из круп (на 1 кг крупы)	10	—
гречневая каша:		
рассыпчатая из ядрицы		
вязкая	21	—
пшениная каша:	40	—
рассыпчатая		
вязкая	25	—
рисовая каша:	40	—
рассыпчатая		
вязкая	28	—
перловая каша:	45	—
рассыпчатая		
вязкая	30	—
овсяная каша вязкая	45	—
манная каша вязкая	40	—
кукурузная каша:	45	—
рассыпчатая		
вязкая	30	—
5. Блюда из бобовых (на 1 порцию отварных бобов)	35	
6. Блюда из макаронных изделий (варка) на 1 кг изделий	3—4	—
7. Блюда из яиц (на 1 шт.)	30	
8. Блюда из творога (на 1 кг)	0,25	
9. Блюда из рыбы и морепродуктов (на 1 порцию)	10	
10. Блюда из мяса (на 1 порцию)	3	0,01
11. Блюда из сельскохозяйственной птицы (на 1 порцию)	4	0,02
	3—5	0,02

¹ Норма закладки соли в молочных супах — 6 г на 1000 г.



В журнале пронумеровано, прошнуровано и скреплено печатью

23

листов