

СОГЛАСОВАНО

Начальник отдела образования
администрации города Джанкоя



А.А.Товма

УТВЕРЖДЕНО

Директор МОУ «С-Ш №3 им. Я.И. Чапичева»



Л.В.Заболотная

Приказ №304/01-18 от 29.08.2024г.

**ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
ОСНОВНОГО (ОРГАНИЗОВАННОГО) ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
ВОЗРАСТНОЙ КАТЕГОРИИ ОТ 7 ЛЕТ ДО 11 ЛЕТ (льготные категории)
НА ПЕРИОД ДВЕ НЕДЕЛИ (десять дней)
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
ГОРОДА ДЖАНКОЯ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА №3 ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Я.И.ЧАПИЧЕВА»
на 2024-2025 учебный год**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящее цикличное меню приготавливаемых блюд основного (организованного) питания для обучающихся возрастной категории от 7 лет до 11 лет (1-4 классов льготных категорий) на период две недели (десять дней) в виде горячего обеда в муниципальном общеобразовательном учреждении города Джанкоя Республики Крым «Средняя школа №3 имени Героя Советского Союза Я.И.Чапичева» разработано согласно СанПиН 2.3/2.4.23590-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» Постановление от 27 октября 2020г. №32 пп.8.1.2. и 8.1.7. и Приложения №8.

В процессе работы использована литература:

- 1.Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.- М.: ДеЛипринт, 2011. -544 с.
- 2.Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.- М.: и ДеЛипринт, 2014. – 544 с.
- 3.Химический состав российских пищевых продуктов. Под редакцией член-корр. МАИ, проф. И.М. Скурихина и академика РАМН, проф. В.А.Тутельяна.- Москва,,: ДеЛипринт, 2002. - 236с.
- 4.Химический состав пищевых продуктов: Справочные таблицы содержание основных пищевых веществ и энергетической ценности пищевых продуктов. Кн.1:/Под редакцией И.М.Скурихина и М.Н.Волгарева. – 2-е изд. перераб. и доп. –М.: Агропромиздат, 1987.- 224с.
5. Химический состав пищевых продуктов: Справочные таблицы содержания аминокислот, жирных кислот, витаминов, микро- и макроэлементов, органических кислот и углеводов. Кн.2:/Под редакцией И.М.Скурихина и М.Н.Волгарева. – 2-е изд. перераб. и доп. –М.: Агропромиздат, 1987.- 360с.

Меню составлено на основании рекомендованных среднесуточных наборов пищевых продуктов, в том числе используемые для приготовления блюд и напитков, для обучающихся и воспитанников общеобразовательных школьных и дошкольных учреждений. Основание: СанПиН 2.3/2.4.23590-20. Постановление от 27 октября 2020г. №32.

Пищевая ценность указана без учета потерь пищевых веществ при термической кулинарной обработке пищевых продуктов на основании продуктивного состава блюд, представленных в меню. Также при возможности компьютерного учета данных потерь в расчетах, пищевая ценность определяется с учетом термической кулинарной обработки. Используется йодированная поваренная соль. В меню не содержатся продукты, не рекомендованные для питания детей школьного возраста.

Столовая МОУ города Джанкоя «СШ№3им.Я.И.Чапичева» оснащена централизованным водоснабжением и индивидуальным отоплением. Пищеблок включает: обеденный зал, производственные цеха; горячий, холодный цех, овощной, складские помещения для хранения продуктов с холодильным оборудованием, подсобные комнаты.

Площадь обеденного зала рассчитана в МОУ «СШ№3им.Я.И.Чапичева» - 60 посадочных мест.

Обеденный зал оборудован мебелью. Столы ежедневно моются горячей водой с содой и мылом, а после каждого приема пищи протираются влажной чистой салфеткой.

Пищеблок оснащен: горячий цех - электроплитой, холодильник для отбора суточных проб, для хранения продуктов, хлебный шкаф, протирачная машина, холодный цех – электромясорубки, холодильника, производственные столы, овощной цех – производственные столы.

Школьная столовая обеспечена столовой посудой и приборами, согласно норме оснащения в полном объеме.

Посуда используется фарфоровая и стеклянная. Питьевой режим - бутилированная емкость с одноразовыми стаканчиками, имеется фонтанчик. Перед входом в столовую имеется 5 раковин для мытья рук с подводкой холодной и горячей воды.

Для мытья столовой посуды и столовых приборов предусмотрены: водонагреватели, посудомоечная машина, 5 односекционных ванн. Моющие и дезинфицирующие средства постоянно имеются в достаточном количестве.

В подсобных комнатах предусмотрены отдельные помещения для уборочного инвентаря и одежды работника кухни.

Весь персонал школьной столовой состоит в штате образовательного учреждения города Джанкоя МОУ «СШ№3им.Я.И.Чапичева».

Неде ля	День недел и	Прием пищи	Раздел меню	Блюдо	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийно сть	№ рецептуры	Цена
1	1	Обед	1 блюдо	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	200	2,15	2,24	14,70	87,98	112	4,67
		Обед	2 блюдо	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	72	12,36	13,59	11,55	217,84	294	31,64
		Обед	гарнир	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,48	6,01	14,73	129,17	139	11,50
		Обед	напиток	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,39	1,11	15,41	77,49	378	5,29
		Обед	хлеб	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	к/к	1,00
		Обед	хлеб	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,19	0,16	7,63	36,71	к/к	0,87
		Обед		СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	1	0	0,00	0,00	0,00	к/к	0,04
1	1	Итого за день:			641	22,1	23,23	74,06	596,55		55,01
1	2	Обед	1 блюдо	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	205	1,39	4,68	7,79	81,71	81	5,86
		Обед	2 блюдо	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ С СОУСОМ	75	8,24	9,84	9,00	157,57	268	26,81
		Обед	гарнир	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ГРЕЧНЕВОЙ	150	4,49	4,89	20,23	142,73	303	7,90
		Обед	напиток	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,31	2,43	26,62	142,20	379	12,20
		Обед	хлеб	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	к/к	0,97
		Обед	хлеб	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,91	0,16	12,55	59,21	к/к	1,25
		Обед		СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	1	0	0,00	0,00	0,00	к/к	0,04
1	2	Итого за день:			676	20,66	22,18	84,67	624,21		55,03
1	3	Обед	1 блюдо	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	5,64	2,39	13,22	97,32	87	15,87
		Обед	2 блюдо	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	85	8,88	12,18	8,08	181,07	292	24,95
		Обед	напиток	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,20	20,20	86,00	389	10,67
		Обед	хлеб	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	51	3,89	0,32	25,59	120,78	к/к	2,55
		Обед	хлеб	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	к/к	0,97
		Обед		СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	1	0	0,00	0,00	0,00	к/к	0,04
1	3	Итого за день:			557	20,73	15,27	75,57	525,96		55,05
1	4	Обед	1 блюдо	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,68	4,17	13,41	98,44	96	7,38
		Обед	2 блюдо	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	70	11,17	12,19	10,31	195,39	268	34,91
		Обед	гарнир	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ "АРТЕК"	150	4,11	4,19	24,11	150,46	303	6,52
		Обед	напиток	КИСЕЛЬ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,01	0,00	26,37	105,46	354	5,37
		Обед	хлеб	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	к/к	1,00
		Обед		СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	1	0	0,00	0,00	0,00	к/к	0,04
1	4	Итого за день:			621	18,5	20,67	84,24	597,11		55,22
1	5	Обед	1 блюдо	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	1,96	2,31	15,40	90,56	97	6,98
		Обед	2 блюдо	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	107	10,62	5,94	4,73	127,62	229	29,60
		Обед	гарнир	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ ПШЕНА	150	4,1	4,68	24,92	158,26	303	6,52
		Обед	напиток	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	180	0,9	0,18	18,18	77,40	389	9,60
		Обед	хлеб	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,43	0,28	22,58	106,57	к/к	2,25

		Обед		СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	1	0	0,00	0,00	0,00	к\к	
1	5	Итого за день:			683	21,01	13,39	85,81	560,41		
2	1	Обед	1 блюдо	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	1,59	4,90	8,79	88,52	99	
		Обед	2 блюдо	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	135	13,65	15,87	2,53	207,74	210	
		Обед	напиток	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,75	3,01	24,41	141,00	382	
		Обед	хлеб	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,83	0,15	12,04	56,84	к\к	
		Обед	хлеб	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	к\к	
		Обед		СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	1	0	0,00	0,00	0,00	к\к	
2	1	Итого за день:			580	22,14	24,11	56,25	534,89		
2	2	Обед	1 блюдо	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	1,65	2,23	13,53	81,07	101	
		Обед	2 блюдо	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	90	16,04	10,76	15,42	227,33	223	
		Обед	напиток	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,98	2,18	23,96	127,98	379	
		Обед	хлеб	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,59	0,21	17,06	80,52	к\к	
		Обед		СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	1	0	0,00	0,00	0,00	к\к	
2	2	Итого за день:			505	23,26	15,38	69,97	516,9		
2	3	Обед	1 блюдо	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,62	4,09	12,08	91,98	83	
		Обед	2 блюдо	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	70	11,17	12,19	10,31	195,39	268	
		Обед	гарнир	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,47	4,37	34,87	200,86	203	
		Обед	напиток	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0,00	17,43	69,67	349	
		Обед	хлеб	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,67	0,22	17,56	82,89	к\к	
		Обед		СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	1	0	0,00	0,00	0,00	к\к	
2	3	Итого за день:			636	20,93	20,87	92,25	640,79		
2	4	Обед		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,22	4,08	18,39	123,29	108	
		Обед		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	135	11,7	12,06	13,73	210,39	259	
		Обед	напиток	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	180	0,27	0,05	22,77	92,42	358	
		Обед	хлеб	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	к\к	
		Обед		СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	1	0	0,00	0,00	0,00	к\к	
2	4	Итого за день:			536	16,72	16,31	64,93	473,46		
2	5	Обед	1 блюдо	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,49	4,03	7,29	72,23	88	
		Обед	2 блюдо	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	93	12,58	10,24	14,80	213,29	234	
		Обед	гарнир	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ РИСОВОЙ	150	2,23	4,04	23,25	138,31	303	
		Обед	напиток	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	180	0,9	0,18	18,18	77,40	389	
		Обед	хлеб	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,06	0,17	13,55	63,94	к\к	
		Обед		СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	1	0	0,00	0,00	0,00	к\к	
2	5	Итого за день:			651	19,26	18,66	77,07	565,17		
		Среднее значение за период:			609	20,53	19,01	76,48	563,55		

Примечание: Меню составлено с учетом сезонности (межсезонное).

Салат из капусты (овощи урожая прошлого года) после 1 марта только по рецептуре с тепловой обработкой или заменен на капусту тушеную, овощи по сезону, икру консервированную промышленного производства, икру собственного приготовления и т.д.

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

Может производиться замена овощей по сезону и разрешенному ассортименту по дням циклического меню.

Может производиться замена фруктов по сезону и разрешенному ассортименту по дням циклического меню.

Может производиться замена крупы в блюдах для расширения ассортимента по дням циклического меню.

Молочно - кислые продукты могут быть заменены и использованы в ассортименте по дням циклического меню.

Кондитерские изделия, соки, хлебо-булочные изделия (выпечка) могут заменены и использоваться в ассортименте по дням циклического меню.

Все внесенные изменения по замене ассортимента приготавливаемых блюд оформляются составлением новых технологических карт с занесением присвоенных номеров в картотеку блюд. Все изменения вносимые в технологические карты, а также на новые блюда оформляются дополнительно технико-технологическими картами.

Меню составлено на основании рекомендованных среднесуточных наборов пищевых продуктов, в том числе используемые для приготовления блюд и напитков, для обучающихся и воспитанников общеобразовательных школьных и дошкольных учреждений.

Основание: СанПиН 2.3/2.4.23590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» Постановление от 27 октября 2020 г. № 32

При составлении меню использована литература:

1. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛипринт, 2011.-544с.
2. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛипринт, 2014.-544с.
3. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи плюс, 2014.-544с.
4. Химический состав российских пищевых продуктов. Под редакцией член-корр. МАИ, проф. И. М. Скурихина и академика РАМН, проф. В. А. Тутельяна. – Москва.:ДеЛипринт, 2002.-236с.;
5. 2022г СБОРНИК РЕЦЕПТУР БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ. ФГАУ НЦЗД

МИНЗДРАВА РОССИИ, ФГБУН ФИЦ Питания, биотехнологии и безопасности пищи, Отраслевой союз развития социального питания, НП СРО «АПСПОЗ» — М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2022. — 698 с. Москва

6. 2020г. СБОРНИК РЕЦЕПТУР блюд и кулинарных изделий для организации горячих завтраков и обедов обучающимся 1-4-х классов общеобразовательных организаций. 162с. Под редакцией ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора И.И. Новикова

2.4. Гигиена детей и подростков. НОВОСИБИРСК СБОРНИК 2020 г.

Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека

2.4. Гигиена детей и подростков

7. Химический состав пищевых продуктов: Справочные таблицы содержание основных пищевых веществ и энергетической ценности пищевых продуктов. Кн. I: / Под ред. И. М. Скурихина и М. Н. Волгарева. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Агропромиздат, 1987. - 224 с.;
8. Химический состав пищевых продуктов: Справочные таблицы содержания аминокислот, жирных кислот, витаминов, микро- и макроэлементов, органических кислот и углеводов. Кн. II: / Под ред. И. М. Скурихина и М. Н. Волгарева. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Агропромиздат, 1987. - 360 с

7. Сеть интернет.

Используемое сырье для данного меню: 1. Мясо - говядина мякоть. 1 К охлажденное, или С/М.

2. Птица – мясо цыплят-бройлеров (бедро) 1К - филе охлажденное.

3. Рыба - филе минтая замороженное.

4. Молоко МДЖ 2,5 %.

5. Сметана МДЖ 15%

6. Творог МДЖ 9%

7. Масло сливочное МДЖ 72.5%

8. Йогурт МДЖ 2,5%

9. Кефир МДЖ 2.5 %

10. Ряженка МДЖ 2.5 %

11. Масло растительное (подсолнечника) рафинированное

12. В случае использования других характеристик сырья предусмотрен перерасчет по фактическим показателям и качеству сырья.