

СОГЛАСОВАНО

Начальник отдела образования
администрации города Джанкоя



А.А.Товма

УТВЕРЖДЕНО

Директор МОУ «СШ №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 12 ЛЕТ И СТАРШЕ (5-11 классы 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 циклическое меню приготавливаемых блюд основного (организованного) питания для обучающихся возрастной категории от 12 лет и старше (5-11 классов льготных категорий) на период две недели (десять дней) в виде горячего завтрака 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 содержания 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. Питевой 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	Завтрак	хлеб	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	32	1,2	3,61	15,05	97,43	2	7,59
		Завтрак	гор.блюдо	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КРУПЫ РИСОВОЙ	255	6,19	6,92	40,99	251,89	182	19,86
		Завтрак	напиток	РЯЖЕНКА	180	5,22	4,50	7,56	97,20	386.	29,18
		Завтрак	хлеб	ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,18	0,42	20,35	97,90	к\к	2,32
		Завтрак		СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	1	0	0,00	0,00	0,00	к\к	0,05
1	1	Итого за день:			516	15,79	15,45	83,95	544,42		59
1	2	Завтрак	2 блюдо	ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ	90	11,34	13,52	8,06	199,31	495\1	39,03
		Завтрак	гарнир	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,65	4,18	35,96	204,19	203	7,61
		Завтрак	напиток	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,98	2,18	23,96	127,98	379	10,98
		Завтрак	хлеб	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,85	0,25	11,87	57,11	к\к	1,35
		Завтрак		СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	1	0	0,00	0,00	0,00	к\к	0,05
1	2	Итого за день:			449	21,82	20,13	79,85	588,59		59,02
1	3	Завтрак	2 блюдо	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	12,68	8,94	7,32	173,51	235	32,91
		Завтрак	гарнир	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	4,80	21,46	142,22	312	15,02
		Завтрак	напиток	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	180	0,9	0,18	18,18	77,40	389	9,60
		Завтрак	хлеб	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,14	0,17	14,05	66,31	к\к	1,40
		Завтрак		СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ к\к	1	0	0,00	0,00	0,00	к\к	0,05
1	3	Итого за день:			439	18,92	14,09	61,01	459,44		58,98
1	4	Завтрак	2 блюдо	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	90	15,1	11,02	11,90	221,81	488/3	37,23
		Завтрак	гарнир	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ГРЕЧНЕВОЙ	150	4,49	4,89	20,23	142,73	303	7,90
		Завтрак	напиток	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,38	2,71	21,97	126,90	382	11,05
		Завтрак	хлеб	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	к\к	0,97
		Завтрак	хлеб	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,82	0,23	18,57	87,62	к\к	1,85
		Завтрак		СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	1	0	0,00	0,00	0,00	к\к	0,05
1	4	Итого за день:			478	27,11	19,03	81,15	619,85		59,05
1	5	Завтрак	закуска	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	0,48	0,06	1,50	8,40	70	3,03
		Завтрак	2 блюдо	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	110	8,98	13,72	11,68	211,76	278	29,99
		Завтрак	гарнир	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	4,80	21,46	142,22	312	15,02
		Завтрак	напиток	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	200	0,3	0,06	36,70	148,27	358	7,64
		Завтрак	хлеб	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	к\к	1,45
		Завтрак	хлеб	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,67	0,22	17,56	82,89	к\к	1,75
		Завтрак		СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	1	0	0,00	0,00	0,00	к\к	0,05
1	5	Итого за день:			586	17,62	19,12	101,62	654,73		58,93
2	1	Завтрак	хлеб	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	2,33	3,81	15,12	104,10	1	5,70
		Завтрак	кисломол.	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,16	1,48	0,00	18,20	15	3,70
		Завтрак	гор.блюдо	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	205	5,95	6,24	31,76	206,59	183	14,95

		Завтрак	напиток	РЯЖЕНКА	200	5,8	5,00	8,40	108,00	386.	
		Завтрак	хлеб	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	2,18	0,29	13,99	67,31	к\к	
		Завтрак		СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	1	0	0,00	0,00	0,00	к\к	
2	1	Итого за день:			479	17,42	16,82	69,27	504,2		
2	2	Завтрак	2 блюдо	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ	110	13,63	1,74	8,78	118,99	264	
		Завтрак	гарнир	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	4,80	21,46	142,22	312	
		Завтрак	напиток	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	180	0,9	0,18	18,18	77,40	389	
		Завтрак	хлеб	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,6	0,13	10,54	49,73	к\к	
		Завтрак		СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	1	0	0,00	0,00	0,00	к\к	
2	2	Итого за день:			462	19,33	6,85	58,96	388,34		
2	3	Завтрак	2 блюдо	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	64	16,31	16,45	0,31	214,17	288	
		Завтрак	гарнир	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,56	3,86	14,99	111,13	139	
		Завтрак	напиток	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,16	0,01	13,45	55,53	377	
		Завтрак	хлеб	ХЛЕБ РЖАНОЙ	12	0,79	0,11	5,09	24,48	к\к	
		Завтрак	хлеб	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,37	0,11	9,03	42,63	к\к	
		Завтрак		СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	1	0	0,00	0,00	0,00	к\к	
2	3	Итого за день:			425	22,19	20,54	42,87	447,94		
2	4	Завтрак	2 блюдо	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ С СОУСОМ	70	10,73	10,46	6,89	164,50	281.	
		Завтрак	гарнир	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (РАГУ)	150	3,39	4,84	14,58	116,52	317	
		Завтрак	напиток	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0,00	17,43	69,67	349	
		Завтрак	хлеб	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	к\к	
		Завтрак	хлеб	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		
		Завтрак		СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	1	0	0,00	0,00	0,00	к\к	
2	4	Итого за день:			441	16,97	15,6	57,42	438,84		
2	5	Завтрак	2 блюдо	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С ПОВИДЛОМ	150	20,14	13,78	44,55	389,09	222	
		Завтрак	напиток	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	220	0,16	0,01	12,99	53,82	377	
		Завтрак	хлеб	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	к\к	
		Завтрак		СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	1	0	0,00	0,00	0,00	к\к	
2	5	Итого за день:			391	21,83	13,91	67,58	490,27		
		Среднее значение за период:			467	19,9	16,15	70,37	513,66		

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.