

## **Пояснительная записка.**

Примерное десятидневное меню (далее меню) является техническим документом для организации питания детей с 7 до 11 лет

### **Разработано на основе:**

- Рекомендованного Примерного двухнедельного меню для обучающихся 1-4 классов, согласованного с И.о. министра общего профессионального образования Ростовской области А.Е. Фатеевым и ВРИО заместителя руководителя Управление Роспотребнадзора по Ростовской области М.И Родионовой.
- Сборника технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2015. – 628 с.
- Сборника технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т, Лапшиной-«Хлебпродинформ». Москва, 2004.- 640 с.
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждениях / Под ред. В. Р Кучма. – Научный центр здоровья детей, 2016 г.
- СанПиН 2.4.5.2409-08 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования".

При составлении меню соблюдены возрастные физиологические нормы суточной потребности в основных пищевых веществах и энергии, обеспечивающие растущий организм детей энергией и основными пищевыми веществами.

Выбор продуктов и их замена на эквивалентные по пищевой ценности могут быть проведены в рамках «Ассортимента основных продуктов питания, рекомендуемых для использования в питании детей и подростков в организованных коллективах (детские сады, образовательные учреждения общего и коррекционного типов, детские дома и школы-интернаты, учреждения начального и среднего профессионального образования», утвержденного Департаментом Государственного санитарного–эпидемиологического надзора Министерства здравоохранения РФ (№ 1100/904-99-115).

С целью обеспечения полноценного сбалансированного питания детей и учитывая сезонность, разрешается производить замену и перестановку блюд, перестановка блюд как в течение дня, так и в течение 10 дней, может быть проведена по усмотрению администрации в соответствии с п.8.1.п.п.4-5 проекта Сан Пин 2020г.

При приготовлении продукции используется йодированная соль, хлеб пшеничный йодированный.

Молочная и консервированная продукция используется после термической обработки. Овощи урожая прошлого года (капуста, репчатый лук, корнеплоды и др.) в период после 1 марта допускается использовать только после термической обработки.

Согласно п. 5 Пояснительной записки утвержденного примерного двухнедельного меню для обучающихся 1-4 классов Ростовской области, согласованного с И. о. министра общего профессионального образования Ростовской области А.Е. Фатеевым и ВРИО заместителя руководителя Управление Роспотребнадзора по Ростовской области М.И Родионовой. применительно к Варианту № 1 (завтраки и обеды) данного меню, внесены следующие корректировки блюд, в рамках предложенных вариантов (2 и 3).

### ЗАВТРАК

День недели	По основному меню (Вариант № 1)	Замена в меню	Причина замены или исключения
Понедельник 1 неделя	Фрукты (яблоки)	Фрукты (плоды или ягоды свежие по сезону)	1) по проведенному опросу среди представителей родительской общественности и на основании опроса школьников по вкусовым предпочтениям; 2) сезонность продуктов; 3) недопущение повторяемости блюд
Вторник 1 неделя	Омлет натуральный запеченный с колбасой и помидорами	Омлет с запеченным картофелем	
Вторник 1 неделя	Булочка с орехами	Печенье «Курабье»	
Среда 1 неделя	Помидоры свежие порционные	Помидоры свежие или соленые порционные	
Четверг 1 неделя	Кофейный напиток с молоком	Какао с молоком	
Четверг 1 неделя	Фрукты (мандарины)	Фрукты (плоды или ягоды свежие по сезону)	
Четверг 1 неделя	Сметана	Молоко сгущенное	
Пятница 1 неделя	Огурец свежий	Огурцы свежие или соленый порционный	
Пятница 1 неделя	Булочка с орехами	Печенье «курабье»	

Понедельник 2 неделя	Помидоры свежие порционные	Помидоры свежие или соленые порционные	
Понедельник 2 неделя	Тефтели рыбные (горбуша)	Котлеты рыбные	
Понедельник 2 неделя	Пастила ванильная	Мармелад (кондитерские изделия в ассортименте)	
Вторник 2 неделя	Соус ягодный	Молоко сгущенное	
Вторник 2 неделя	Батон йодированный	Хлеб пшеничный	
Вторник 2 неделя	Сырники с морковью	Запеканка творожная с морковью	
Вторник 2 неделя	Фрукты (яблоки)	Фрукты (плоды или ягоды свежие по сезону)	
Среда 2 неделя	Перец сладкий свежий порционный	Огурец свежий или соленый порционный	
Среда 2 неделя	Булочка с орехами	Печенье «курабье»	
Среда 2 неделя	Какао на молоке	Чай с сахаром	
Среда 2 неделя	Соус, сметанный с томатом	Соус томатный	
Четверг 2 неделя	Огурец свежий порционный	Огурцы свежие или соленые порционные	
Четверг 2 неделя	Кофейный напиток с молоком	Какао с молоком	
Пятница 2 неделя	Фрукты (груша)	Фрукты (плоды или ягоды свежие по сезону)	

### ОБЕДЫ

День недели	По основному меню (Вариант № 1)	Замена в меню	Причина замены или исключения
Понедельник 1 неделя	Рис отварной	Каша рассыпчатая перловая	1) по проведенному опросу среди

Понедельник 1 неделя	Биточек мясной (говядина)	Тефтели мясные	представителей родительской общественности и на основании опроса школьников по вкусовым предпочтениям; 2) сезонность продуктов; 3) недопущение повторяемости блюд
Понедельник 1 неделя	Сметана	Соус томатный	
Вторник 1 неделя	Салат из свежих помидоров и огурцов	Салат из соленых огурцов с луком	
Вторник 1 неделя	Кисель из вишни	Кисель из фруктов или ягод в ассортименте	
Среда 1 неделя	Суп-лапша по-домашнему	Суп картофельный с фасоль.	
Среда 1 неделя	Салат из моркови, яблок и апельсинов	Салат из белокочанной капусты	
Четверг 1 неделя	Салат из свежих помидоров	Салат из свежих или соленых помидоров	
Четверг 1 неделя	Компот из свежемороженых ягод	Компот из свежих плодов	
Пятница 1 неделя	Уха Ростовская	Суп рыбный	
Пятница 1 неделя	Компот из изюма	Компот из сухофруктов	
Среда 2 неделя	Салат из свеклы с черносливом, орехами	Салат из овощей с кукурузой	
Среда 2 неделя	Картофельное пюре	Каша рассыпчатая перловая	
Пятница 2 неделя	Соус молочный	Соус томатный	

Переработано ООО ТПП «Сириус -Н»

Исполнительный директор  
ООО ТПП «Сириус -Н»



И.Ю.Лебедева