

Поисковые записки

Примерное единое циклическое меню в МБДОУ «Детский сад № 2 «Журавушка»» – это технический документ для организации питания детей с 2 до 3 лет в дошкольном образовательном учреждении с 12-ти часовым пребыванием.

Под техническими (технологическими) документами понимаются документы, в соответствии с которыми осуществляются изготовление, хранение, перевозка и реализация пищевых продуктов, материалов и изделий (определение из Федерального закона «О качестве и безопасности пищевых продуктов» от 02.01.2000 № 29-ФЗ с изменениями от 19.07.2011, внесенными Федеральным законом № 248-ФЗ).

Дети, посещающие дошкольные образовательные учреждения (далее ДОУ), основную часть суточного рациона питания (не менее 70%) получают в детском саду. Поэтому организация питания в ДОУ должна предусматривать обеспечение детей большей частью необходимых им энергии и пищевых веществ.

Разрабатываются:

- Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях / Под ред. М.И. Мотыльова. М.: Издательство, 2010. – 628 с.

- Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Любоверцова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 7.4.1.3049-13.

Если методических рекомендаций: оказать помощь при составлении собственного/детишеского меню.

Противодействие кулинарной продукции

При производстве кулинарной продукции для детей следует соблюдать следующие правила кулинарной обработки изделий (далее по тексту ссылки на сборник «Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях. Методические указания (город Москва)»):

1. Мясо варят кусками массой не более 1,5 кг и толщиной не более 8 см не менее 2 часов.

2. Изделия из мясного и рыбного фарша, а также рыба кусками готовятся напару или в конвекционных шкафах, в соответствии с эксплуатационной документацией на оборудование.
3. О готовности мяса и бифол из него свидетельствует бесцветный сок, выделяющийся из куска при проколе поварской вилкой, и серый цвет на разрезе продукта, а также температура в толще продукта. Для натуральных рубленых изделий - не ниже 85°C, для изделий из котлетной массы - не ниже 90°C. Указанная температура поддерживается в течение 5 минут.
4. При изготовлении вторых бифол из вареного мяса, птицы, рыбы или при отпуске вареного мяса (птицы) к первым бифолам порционированное или измельченное мясо обязательно подвергают вторичному кипячению в бульоне в течение 5-7 минут.
- Порционированное мясо может во время раздачи (не более 1 часа) храниться в бульоне при температуре не ниже 75°C.
5. При изготовлении гарниров необходимо пользоваться (при перемешивании) кухонным инвентарем, не касаясь продукта руками. Масло коровье, используемое для заправки гарниров и других бифол, должно предварительно подвергаться термической обработке (растопливаться и доводиться до кипения).
6. Омлеты и запеканки, в рецептуру которых входит яйцо, готовят, заливки в жарочном шкафу на смазанном жиром противне. Омлеты - в течение 8-10 минут при температуре 180-200°C, слоем не более 2,5-3 см, запеканки - при температуре 220-280°C, слоем не более 3-4 см - 20-30 минут. Хранение мясной массы осуществляется не более 30 минут. Яйцо варят в течение 10 минут после закипания воды.
7. Вареные колбасы, сардельки и сосиски используются в питании только после тепловой обработки (варка в течение 5 минут с момента закипания).
8. Гарниры варятся в большом объеме воды (в соотношении не менее 1:6) без последующей промывки.
9. Консервированные бобовые (горошек, фасоль и т.д.), кукурузу и т.д. можно использовать в пищу (в том числе и при приготовлении холодных закусок) только после тепловой обработки (отваривания, запекания, тушения и т.д.).
10. Соленья (бочковые) могут использоваться в пищу только после тепловой обработки (для приготовления супов, соусов, бифол из мяса, овощей и т.д.).
11. При приготовлении кулинарной продукции для детей ограничивается использование сырья с высоким содержанием жира, в частности, мясо, птица с высоким содержанием жира должны использоваться в комбинации с сырьем с низким содержанием жира, при условии получения готовой продукции с содержанием жира не выше 16 г / 100 г.

12. Сметану можно использовать только в составе супов, куда она вносится после тепловой обработки (кипячения), либо суп после добавления сметаны доводится до кипения.

13. Процесс приготовления пищи не должен длиться больше времени, установленного действующими технологическими нормативами (сборниками рецептов). При варке продуктов необходимо пользоваться крышками.

14. Для обеспечения сохранности витаминов в процессе кулинарной обработки, овощи, подлежащие отвариванию в очищенном виде, чистят непосредственно перед варкой. Не допускается предварительная заготовка картофеля и других овощей с деликатным (более 3-х часов) замачиванием их в воде. Для резки и чистки овощей и фруктов должны использоваться ножи из нержавеющей стали или обычные, начипованные до зеркального блеска. Кожуру с овощей и фруктов необходимо снимать тонким слоем, т.к. подкорковый слой наиболее богат витаминами.

15. Овощи и зелень опускают в кипящую воду, поддерживая равномерное кипение до полной готовности пищи, варят пищу в посуде, заполненной до верха, с закрытой крышкой. Сырые капуста и картофель закладывают в первые блюда не ранее, чем за 25-30 мин. до конца варки. При варке овощных супов не доливают холодную воду. Отваренные для салатов овощи хранят в холодильнике не более 4-6 часов. Для сохранения минеральных веществ овощи (кроме свеклы) необходимо варить в подсоленной воде.

Целесообразно использовать для приготовления блюд (например, супов) воду, в которой варили овощи.

16. В случаях разработки новых рецептов, а также внесения в действующие технические документы изменений, связанных с изменением технологий производства, использованием нового, нестандартного сырья, при пересмотре сроков годности и условий хранения пищевых продуктов, использовании новых материалов и оборудования, которые могут оказывать влияние на показатели безопасности готовой продукции, технические документы или вносимые в них изменения подлежат санитарно-эпидемиологической экспертизе в установленном порядке.

Первые блюда.

Первые блюда (супы) являются традиционными для нашей страны. Они характеризуются значительным многообразием и могут быть разделены на следующие виды: заправочные, молочные, фруктовые. Наиболее обширная группа – заправочные супы – делится в зависимости от входящих в них ингредиентов на овощные, крупяные и овоще-крупяные, а в зависимости от основы супа на: овощные, мясные, рыбные, молочные. В группу овощных супов входят щи, борщи, рассольники, окрошки, свекольник, гороховые, фасолевые и другие супы. Молочные супы готовят на цельном молоке или на смеси молока и воды.

Супы готовят также с макаронными изделиями и крупами.

Несмотря на различия в составе и вкусовых качествах первых блюд, все они выполняют сходную функцию: готовят пищеварительную систему к приему основных белковых блюд. Это достигается за счет стимуляции аппетита, активации выделения желудочного сока. При этом влияние на выделение желудочного сока у различных блюд неодинаковое. Из частиности, наиболее выраженный эффект на секрецию оказывают рыбные и мясные бульоны, т.к. они содержат много экстрактивных веществ (аминокислоты, пурпировые основания, креатин и т.д.), которые стимулируют секреторную и желудочную сок. Менее выраженный стимулирующий эффект оказывают супы на овощном отваре (вегетарианские) и молочные супы. Поэтому эти супы широко используют в диетическом питании у детей с различными заболеваниями желудочно-кишечного тракта. Из то же время они, безусловно, могут использоваться и в питании здоровых детей.

Супы выполняют также и другую роль, являясь источником пищевых веществ и энергии, т.к. могут включать от 5 до 20 компонентов: овощи, крупы, мясо, рыбу, фрукты, жиры, пряные травы и т.д. Из частиности, ни, борщи и другие овощные супы вносят существенный вклад в обеспечение детей различными овощами: капустой, морковью и др., молочные супы являются источниками молочного белка и жира, кальций, фруктовые – поставщики в организм растительный белок, крахмал, некоторые витамины и минеральные супы и супы из макаронных изделий поставляют в организм растительный белок, крахмал, некоторые витамины и минеральные соли. Эти различия в пищевой ценности супов очень важно принимать во внимание при организации питания детей в ДДУ. Поскольку одним из основных принципов рационального, здорового питания является максимальное разнообразие рациона с использованием всех основных групп продуктов, при составлении меню детей в ДДУ следует стремиться к разумному сочетанию различных групп продуктов как во время одного приема пищи, так и в течение дня. Поэтому, включая в рацион ребенка овощной суп, следует использовать крупяной гарнир ко второму блюду. И, наоборот, если в меню включен крупяной суп, то в качестве гарнира лучше использовать овощи.

Следует, однако, помнить, что пищевая ценность супов существенно ниже, чем основных вторых блюд. Поэтому объемы первых блюд не должны быть велики, иначе насыщение наступит еще до того, как дети приступят ко второму блюду. Что касается бульонов, то их пищевая ценность крайне невелика и их использование в питании направлено, главным образом, на улучшение вкусовых качеств первых блюд.

Важно соблюдать время варки супов и правила закладки овощей: овощи (за исключением свежих) варят в подсоленной воде при слабом кипении, а свежую – в несоленой воде, т.к. соль удлиняет время варки. При припускании овощей добавляют

растительное или сливочное масло. Овощи, имеющие зеленую окраску: шпинат, зеленый горошек и др. рекомендуется варить в большом количестве воды, чтобы избежать изменения их цвета.

Мясные и рыбные блюда

Мясные и рыбные блюда относятся к числу блюд с наиболее высокой пищевой ценностью, являясь, как было уже отмечено, основным источником высококачественного белка, легкоусвояемого железа, цинка, витамина В12 и других пищевых веществ, необходимых детям. Поэтому эти блюда должны ежедневно включаться в пищевой рацион детей в ДЮУ. Возможный ассортимент блюд из мяса и рыбы очень широк. Они могут быть изготовлены либо без измельчения (куском), либо в рубленом виде (после измельчения в мясорубке). Среди наиболее популярных неизмельченных блюд можно упомянуть антрекоты, отбивные, гуляш, азу, отварное и тушеное мясо и рыбу, а среди рубленых блюд – котлеты, пинцетт, биточки, тефтели, кнели и др.

Различаются блюда и по характеру тепловой обработки, которая может включать отваривание, тушение, запекание. Различия в характере тепловой обработки оказывают значительное влияние не только на вкусовые качества и внешний вид блюда (гарможные корочки), но и на их пищевую ценность.

Рекомендуется блюда из мяса и рыбы использовать в питании детей тушеные и запеченные, которые содержат в себе высокие вкусовые качества с отсутствием раздражающего действия на пищеварительные органы, присущего жареным блюдам.

Блюда из круп

Крупы обеспечивают человека всеми пищевыми веществами – белками и аминокислотами, жирами и жирными кислотами, углеводами, витаминами, минеральными солями и микроэлементами. Они широко используются для приготовления огромного количества разнообразных блюд, пищевая ценность и влияние которых на организм человека могут отличаться от свойств исходных круп.

Наиболее распространенным видом блюд из круп являются каши. Существуют сотни рецептов каш, позволяющих придавать им различные вкусовые и кулинарные свойства. Каши могут быть жидкими, вязкими, рассычатыми, на молоке и на воде. Их можно подавать и как самостоятельное блюдо, и в качестве гарнира. Сочетание при изготовлении каш круп с овощами, фруктами, орехами, яйцами не только изменяет вкус традиционных блюд, но и значительно повышает их пищевую ценность за счет дополнения пищевых веществ круп пищевыми веществами дополнительными компонентами – белков, яиц и орехов, фосфолипидов и железа яичного желтка, витаминов (С, бета-каротина), калия, растительных волокон овощей и фруктов и

т.д. Отличаются такие блюда от чистых каш и по характеру воздействия на пищеварительную систему детей. В частности, манная каша с орехами, морковью и изюмом в отличие от чистой манной каши неплохо регулирует двигательную функцию кишечника, а добавление к рисовой каше яблок усиливает закрепляющее свойство риса. Таким образом, пищевая ценность каш определяется не только крупой, из которой она приготовлена, но и сопутствующими компонентами. В частности, пищевая ценность молочных каш значительно выше, чем приготовленных на воде, за счет обогащения белков круп высококачественными белками молока, содержащими лецитиновые диэфиры аминокислоты – лизин, триптофан, треонин. Одновременно возрастает и пищевая ценность молока за счет растительных волокон, витаминов В1, В2, РР и железа круп.

Схожая ситуация имеет место при использовании каш в качестве гарниров к мясу или рыбе, при приготовлении различных видов пловов с мясом. В этих случаях также повышается биологическая ценность белков круп за счет их сочетания с высококачественными белками мяса (или рыбы), жира (или рыбы) обогащаются пищевыми волокнами, крахмалом, витаминами В₂, В1 и РР. Действие каш на организм детей, и в частности на их пищеварительную систему, зависит не только от вида крупы и ее сочетания с другими продуктами, но и от способа кулинарной обработки. Так рассыпчатые каши раздражают слизистую желудка и кишечника и стимулируют их двигательную активность, тогда как протертые не оказывают подобного воздействия.

Перед варкой каши крупу просеивают, перебирают и промывают. Пшено, рисовую перловую крупу сначала промывают горячей, а затем горячей водой, ячневую – только холодной. Перловую крупу, манную, и другие drobные крупы, а также хлопья овсяные «с круассаном» не промывают.

Расщепляемые каши. Их варят на воде из всех видов круп, кроме манной, овсяной хлопьев овсяных «с круассаном». В готовой рассыпчатой каше зерна должны быть более набухшими, хорошо проваренными, в основном сохраняющими форму и легко отделяющимися друг от друга. Подготовленную для варки крупу всыпают в кипящую кипящую жидкость. Кашу варят до загустения, помешивая. Жир можно добавлять во время варки или использовать его, выливая в кашу при отпуске.

Вязкие каши. Вязкие каши готовят на воде, молоке или молоке с добавлением сливок. В готовой вязкой каше зерна крупы должны быть полностью набухшими и хорошо развареными. Вязкая каша представляет собой густую массу, при температуре 60-70°C она держится на тарелке горкой, не растекаясь. При варке необходимо учитывать, что различные крупы неодинаково быстро набухают и развариваются. Например, рисовая, перловая, пшеничная, кукурузная крупы и пшено в молоке с добавлением воды развариваются медленнее, чем в воде. Поэтому эти крупы, сначала варят 20-30 минут в кипящей воде (пшено не более 10 минут), после чего липкую воду сливают, добавляют горячее молоко и варят кашу до готовности. Значительно

лучше и быстрее развариваются хлопья овсяные «1 еркулес», манная и дробленые крупы: овсяная, рисовая и пшеничная. Хлопья овсяные «1 еркулес» засыпают в кипящее молоко с водой и варят до готовности. Манная крупа в воде или молоке с водой при 90-95° почти полностью набухает и быстро разваривается. Поэтому ее следует всыпать в горячую жидкость (молоко с водой или воду), добавляют соль, помешивая и варить 20 минут. 1 речневую крупу засыпают в кипящую жидкость (молоко с водой или воду), добавляют соль, сахар и варят, периодически помешивая до тех пор, пока кашане загустеет. Посуду плотно закрывают крышкой и оставляют на плите с умеренным нагревом с целью доведения каши до готовности.

Жидкие каши. Жидкие каши готовят из всех видов круп, кроме пшеничной и ячменной, на молоке, смеси молока и воды и на воде. Жидкими считаются каши, выход которых составляет 5-5,6 кг на 1 кг крупы. Готовят жидкие каши также как вязкие, но с большим количеством жидкости. Отпускают каши в горячем виде с растопленным сливочным или топленым маслом или с сахаром в количествах, указанных в рецептуре, а также с вареньем, джемом, повидлом.

К другому классу крупяных блюд относятся крупяные котлеты, биточки, зразы, пудинги и запеканки, особенно из манной крупы. Обладателем благоприятными кулинарными свойствами. Эти блюда можно разнообразить, вводя в них различные фрукты, овощи, творог, сыр. Они могут успешно использоваться как вторые блюда. При этом пудинги из запеканки с творогом и сыром успешно конкурируют с мясными и рыбными блюдами, так как белки творога и сыра не уступают по своей биологической ценности белкам рыбы мяса. Из то же время крупяные пудинги и запеканки в отличие от мясных и рыбных блюд не возбуждают нервную систему. Для запеканок варят вязкую или рассыпчатую кашу, которую добавляют жир, яича, сахар. Пудинги, как правило, готовят в формах. Отпускают запеканки и пудинги в горячем виде с маслом, сметаной, молочным или сливочным соусом.

Блюда из овощей

Овощные блюда являются абсолютно необходимым компонентом рациона ДЮУ. Они служат основным источником витаминов С, провитамина А – бета-каротина и вносят существенный вклад в обеспечение детей пищевыми волокнами, калием, железом, фолиевой кислотой. Органические кислоты, содержащиеся во многих овощах, способствуют перевариванию других продуктов и блюд. Пищевая ценность свежих овощей и блюд из них выше, чем овощных блюд, подвергнутых термической обработке, в ходе которой разрушаются витамин С и фолиевая кислота, могут снижаться вкусовые достоинства и т.д.

Однако овощи, подвергнутые тепловой обработке, также характеризуются значительной пищевой ценностью. Основными источниками свежих овощей в питании детей служат салаты. Из их состав могут включаться различные овощи (огурцы, томаты, капуста, морковь, салат и др.).

Овощи можно комбинировать при изготовлении салатов с фруктами, прежде всего с яблоками, а также с цитрусовыми, черноссливом и др. В некоторые салаты добавляют мясные, рыбные продукты, птицу в отварном и припущенном виде. Для изготовления салатовдолжны использоваться только неповрежденные, свежие овощи, с неизменными органолептическими свойствами. Салаты могут использоваться только непосредственно послеих приготовления, при этом допускается их хранение не более часа. Поскольку салаты,заправленные сметаной, являются прекрасной средой для микроорганизмов и могут служить причиной возникновения острых желудочно-кишечных инфекций, использованиетаких салатов в рационах ДЮО не допускается.

Салаты можно заправлять только растительным маслом или специальным салатным соусом для детского питания.

К числу блгод из овощей, подвергнутых тепловой обработке, относятся две группы:а) овощные гарниры; б) самостоятельные овощные блгоды.

Овощные гарниры могут быть изготовлены в виде отдельных овощей (тушеная капуста, тушеная свекла, тушеная морковь и др.), либо в виде их смеси – сложные овощные гарниры (овощные рагу), которые используются главным образом среди детей (капуста и морковь их более высокие вкусовые качества).

При изготовлении указанных блгод необходимо строго соблюдать время, необходимое для тепловой обработки каждого вида овощей.

Овощные гарниры хорошо сочетаются с различными мясными и рыбными блгодами.

Заслуживают более широкого использования в питании детей самостоятельные овощные блгоды, которые могут быть использованы в виде котлет, запеканок, пудингов. Наиболее часто при этом используется морковь, свекла, капуста и их составные компоненты с черноссливом. Главная ценность чисто овощных блгод может быть существенно повышена за счет включения в их состав молока и творога. В качестве тепловой обработкиуказанных блгод следует использовать запекание и тушение, но не обжаривание.

Поскольку, минеральные соли, углеводы и витамин С, содержащиеся в овощах, легко растворяются в воде, очищенные овощи не следует оставлять на длительный срок в холодной воде, это особенно относится к очищенному и нарезанному картофелю. Для лучшей сохранности витамина С овощи при варке следует опускать в кипящую воду и варить в закрытой посуде при слабом кипении. Тщательное соблюдение технологическихправил кулинарной обработки способствует более полному сохранению витаминов, минеральных солей и других пищевых веществ в приготовляемых овощных блгодах.

Салаты и винегреты. Салаты и винегреты готовят из различных овощей и зелени. Обработка всех используемых продуктов должна проводиться в строгом соответствии с установленными санитарными правилами.

Отварные картофель и овенн. Варить овощи можно в воде или на пару. Картофель и морковь лучше варить на пару. При этом пищевая ценность и вкусовые качества продукта сохраняются лучше. Свеклу и морковь варят без соли, т.к. она ухудшает их вкусовые качества и замедляет процесс варки.

Блюда из макаронных изделий

К их числу относятся блюда из макарон, вермишели, лапши и других макаронных изделий. Их используют в качестве гарниров к мясным и рыбным блюдам, а также как самостоятельные блюда с сыром, молоком, мясом. Пищевая ценность макаронных изделий близка к пищевой ценности крупиных блюд, отличааясь от них меньшим содержанием пищевых волокон и, вследствие этого, более высокой доступностью углеводов этих продуктов.

Сладкие блюда

К ним относятся свежие фрукты, фруктовые десерты, пудинги, конфеты; различные виды мучных кулинарных изделий (булочки, сдобы, куличи, сонники) и кондитерских изделий (сдобные булочки, пироги, кексы, пирожные, торты, рулеты, печенье), мороженное и др. Эти продукты являются источниками, главным образом, сахаров, а мучные изделия – также крахмала и жиров, причем большинство из них относится к числу высококалорийных изделий. Они могут использоваться как важное дополнение к основным блюдам, вызывающее положительные эмоциональные реакции у детей. Избыточный прием сладких блюд может, однако, служить одним из факторов развития избыточной массы тела, ожирения, а также кариеса (в особенности при приеме сладких блюд между основными приемами пищи), поэтому сладкие блюда рекомендуются на десерт в завтрак, обед или ужин, а также как основное блюдо в полдник. У питания детей могут использоваться как сладкие блюда промышленного производства, так и блюда, изготовленные в условиях ДЮУ.

Учитывая, что многие мучные кондитерские изделия (пирожные, торты) принадлежат к числу особо скоропортящихся продуктов, необходимо строгое соблюдение правил хранения и реализации. В связи с этим в питании детей в ДЮУ запрещена реализация кондитерских изделий с высоким содержанием крема. При изготовлении выпечки в условиях ДЮУ необходимо строго соблюдать рекомендуемую рецептуру, не допуская замены отдельных компонентов, в особенности жировых, и соблюдать температуру выпечки.

Инструкции

Правила обработки яичных улиток

Для обработки яиц используются промаркированные ванны и (или) емкости. Обработка яиц проводится при условии полного их погружения в раствор в следующем порядке:

1. ванна — обработка в 1-2% теплом растворе кальцийированной соли (100-200 г соли на 10 л теплой воды (40-45°C)); 5-10 минут

2. ванна — обработка в 0,5% растворе средства дезинфицирующего «Дика» 10 минут; в течение 5 минут

3. ванна — ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкалыванием в чистую промаркированную посуду;

Инструкции по обработке старых овец и эсмент

Сырые овцы и эсмент, предназначенные для приготовления холодных закусок без последующей термической обработки, рекомендуется выдерживать в 3%-ном растворе уксусной кислоты или в 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой.

Проготовление 10 % раствора поваренной соли

На 10 л воды берут 1 кг поваренной соли.

Инструкции по санитарной обработке потребительского упаковочного тарованного инвентаря

Потребительскую упаковку, коробки (тепличный, морозильный, стеклянные банки, жестяные банки) перед вскрытием промывают проточной водой в ванне для вторичной обработки овец и протирают ветошью.

Инструкции по обработке ветоши

Ветошь в конце работы замачивают в воде при температуре не ниже 45 °C, с добавлением моющих средств, дезинфицируют или кипятят, ополаскивают. Просушивают и хранят в таре для чистой ветоши.

Инструкции по уборке хлебных шкафов

При уборке шкафов крошки следует сметать с полок специальными щетками и не реже 1 раза в неделю тщательно протирать полки с использованием 1%-ного раствора уксусной кислоты.

Приготовление раствора

Для приготовления 1%-ного раствора уксусной кислоты: берем 1 часть 70% уксусной эссенции и 29 частей воды.

Режим мытья кухонной посуды

Мытьё кухонной посуды производят в двухсекционных ваннах при следующем режиме:

- ... освобождение от остатков пищи щётками или деревянной лопаткой, при орезанную пилу следует отмочить горячей водой;
- ... добавлением моющего дезинфицирующего средства «Лика-экстра М»;
- ... мытьё щётками в воде с температурой не ниже 45 °С с добавлением моющих средств;
- ... ополаскивание горячей проточной водой с температурой не ниже 65 °С;
- ... просушивание в опрокинутом виде на решетчатых полках и столешках.

Инструкция по мытью обратной тары

Мытьё обратной тары производят в специально выделенных помещениях, оборудованных ваннами или мойками с применением моющих средств.

Обработка нетопки

Ветонки в конце работы замачивают в воде при температуре не ниже 45 °С, с добавлением моющих средств, дезинфицируют или кипятят, ополаскивают, просушивают и хранят в таре для чистой ветонки. Для ветонки используют две промаркированные тары (для чистой и нечистой ветонки).

Инструкция по ежедневной уборке хозяйственных помещений инвентаря

Для ежедневной уборки помещений и технологического оборудования концентрация раствора 0,5% (на 1л воды 5л «Лика-экстра М»).

Для обработки уборочного инвентаря концентрация раствора 2,0% (на 10л воды 200л «Лика-экстра М»), способ обеззараживания замачивание на 60 минут, срок годности раствора 5 суток.

От составителей сбортника:

В питании детей в ДЮУ рекомендуется использовать ассортимент блюд, кулинарных изделий, в соответствии с десятидневным меню и технологическими картами на каждый день.

В зависимости от предпочтений каждого ЛОУ, возможны корректировки и внесение изменений в примерное десятидневное меню с учетом накопительной ведомости. (Приложение № 1) которая обеспечить замену продуктов и блюд в каждом конкретном ЛОУ.

В данном сборнике, кроме основного рациона могут быть использованы другие дополнительные блюда, чтобы не было повторения, так, например, из рыбы мы можем готовить не только рыбу в овощах, паровые рыбные котлеты, но и рыбу запеченную в омлете, таким образом, за счет новых блюд рамки десятидневного меню могут быть расширены до двенадцатидневного меню.

Из каждой технологической карте не учтена вода, она добавляется в объеме до выхода порционного блюда. При написании своего меню необходимо указывать конкретный продукт, который будет подан детям, и его химический состав.

БАУК(ОО) Производит замену блюд, необходимо уточнять калорийность и сочетаемость с другими блюдами, а также как это отразится на ценовом компоненте.

Данный сборник адаптирован на выполнение 95-100% от необходимого суточного рациона, скорректирован по цене, содержанию белков, жиров и углеводов, микроэлементов и калорийности. (Приложение № 2,3) Приходит средний расчет рациона при 12-ти часовом пребывании по двум фракционной калорийности и % от суточной нормы в соответствии с приемом пищи.

Калькуляция одного дня может меняться в зависимости от стоимости продуктов поступающих в ЛОУ по договору с МАУ «Комбинат школьного питания»

Применяя накопительная ведомость, соотнесите примерно о десятидневного меню

Наименование	Суточная норма 1/10 в соответствии с СанПиН	Итого за 10 дней	Расход денег	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
мясо/нечень/колбаса	55/6,9/55/6/9	55/6/6/9	норм	100	130	100/6/9	110	130		100	50		70
птица	24/2/40	240	норм				100		120			100	
рыба/консервы рыбные	37/3/70	370	норм	50					30	20	30	30	26
масло сливочное	26/2/60	260	норм	30	25	25	20	24	30	12	6	12	9
масло растительное	11/1/10	76	норм	6	12	17	12	12	12	12		12	9
молоко, сметана, кисломолочные	450/4/500	4300	1200	550	450	250	250	550	450	500	500	250	550
продукты													
сметана	11/1/10	106	норм	16	15	9	11		16	10		11	22
творог	10/4/00	400	норм	100	100				100	100			
сыр	6/6/0	60	норм		15			15		15		15	
яйца	9/6/6	240	норм	14	10	20	40	40	20	10	70	8	8
соки фруктовые (сладкие)	100/1/000	1000	норм	200		200		100	200		200	200	105
мажы	29/2/90	290	норм	10	10	60	30	65	5	15	40	5	35
яруны/пюре	43/4/30	430	норм	50	30		20		20	40	60	25	
режис (мажаронне пюре/пюре)	12/1/20	120	норм		40				20			40	
сасап	47/4/70	470	норм	45	45	50	57	49	45	44	59	31	45
кондитерские изделия	20/2/00	200	норм		30		20	30			50		70
напитки витаминизированные	50/5/00	160	1340		30		50		30	30		20	30
фрукты	100/1/000	1000	норм		150		280	160		50	150		200
картофель	140/1/400	1400	норм	100	100	300		300	300	200		100	300
овощи	260/2/600	2306	1294	185	165	375	356	155	150	220	60	370	270
сухофрукты	11/1/10	110	норм	16	16	16		16	14		16	16	
чай	0,6/6	6	норм		1	1	1	1	1		1		
кофе	1,2/12	9	44	3		2		3		2	3		2
какао	0,6/6	6	норм			6				6			
соль	6/6/0	60	норм	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6

План питания /День 1, поделка: «Мир»							
№ п/п	Название блюда и продуктов	Масса ингредиентов (г)	Химический состав			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		
Завтрак							
168	Каши овсяная вязкая с сахаром и маслом	150	4,00	5,5	20,0	140	-
3975	Кефирный напиток с молоком	150	2,34	2,0	10,63		
1	Хлеб диетический с маслом	40/10	2,45	7,55	14,62	70	0,98
итого		350	8,79	15,05	45,25	346	0,98
2 завтрак							
404	Кефир	150	4,85	3,75	0,00	75	1,05
493	Печенье	60	7,2	7,9	22,3	124,1	
итого		210	6,65	9,65	22,3	200,1	1,05
Обед							
12	Суп из курицы с овощами и консервированной фасолью	10	0,28	0,61	0,80	9,93	0,93
87	Суп с рыбными консервами	150	5,91	5,09	8,68	101,3	5,09
282	Котлета рубленая из говядины	60	9,32	7,07	9,64	139	0,09
315	Рис отварной	100	2,44	3,58	24,45	139,8	-
335	Сauce соевый томатный	20	0,35	0,99	1,40	16,02	0,26
398	Напиток из лимона	150	0,51	0,21	14,23	61	75,0
	Хлеб ржаной	40	2,9	0,6	26,9	126,0	0,0
итого		530	21,52	18,15	85,98	593,05	81,8
Ужин							
230	Вареники с мясом и сметаной	105	14,83	10,86	15,31	218	0,19

351	Сыре сливкий молочный	50	19,43	45,19	132,55	3,25	10,15
399	Сыр адыгесовый	150	0,75	-	19,05	79	6,0
	Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,5	0,0
368	Фрукт (яблоко)	60	0,20	0,20	4,9	22	5,0
Итого		405	39,01	56,65	212,1	439,75	21,34
	Саль за веселье	6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Итого		75,97	96,5	371,63	1578,9	105,17
	за весь день						

Второй день: вторник

Пятница первая

№ под.	Название блюда и продуктов	вес г	Химический состав			Дневная норма (ккал)	%
			Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		
			заправка				
168	Каши овсянная изюмом с маслом	155	4,08	4,08	25,05	153	
397	Картофель вареный	150	3,15	2,72	12,96	89	1,26
1	Кукуруза с помидорами	65	2,49	4,94	27,56	156	0,01
	Итого	360	9,72	10,79	65,57	398	1,27
	2 завтрак						
401	Варенка	150	4,35	3,75	6,30	76	0,45
493	Варенка	60	2,3	2,9	22,3	125,1	0,0
	Итого	210	6,65	6,65	28,60	201,1	0,45

общ							
81	Сум карбофосный с бобовыми	150	3,10	3,23	9,78	80,75	3,52
53	Икра кабановая	20	0,18	0,94	1,18	13,92	1,10
126	Карбофос в малом	100	2,25	4,57	12,20	99	10,48
278	Буденоров из отработанного мяса	40	5,17	4,14	1,09	62,3	0,003
376	Концентрат из сыворотки	150	0,33	0,01	21,0	85,6	0,30
	Налеб ржаной	40	2,9	0,6	26,9	126,0	0,0
	НТОЛ О	500	13,93	13,49	72,15	467,57	15,40
Умноженный поделителем							
65	Буденоров отработанного мяса	150	2,06	9,36	12,7	143,6	15,5
213	Мини карбон	20	2,54	2,3	0,14	31,5	0
392	Чай с сахаром	150/7	0,04	0,01	6,99	28	0,02
	Налеб отработанного	40	3,8	0,4	24,6	117,5	0,0
363	Фрукты (бананы)	50	0,75	0,25	10,5	47,5	7,04
	Сладкая вода для	6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	НТОЛ О	417	9,94	12,32	54,93	368,12	20,52
	НТОЛ О за весь день		40,24	43,25	221,25	1078,67	37,58

Претий день: среда

Ведения невраи

№ реч.	Название блюда и ингредиентов	Масса порции (г)	Нутриентный состав			Энергетическая ценность (ккал)	С
			Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		
Завтрак							
93	Сыр молочный с мажаровыми изюмными	160	4,35	3,94	14,2	110	0,68
394	Чай с молоком	150	2,65	2,33	11,31	77	1,19
3	Бухерборд с сыром	45	4,97	6,54	14,56	137	0,07
	ИТОГО	355	11,97	12,81	40,07	324	1,94
2 завтрак							
401	Простокваша	150	4,35	3,75	6,15	76	1,20
498	Печенье	60	7,3	2,9	22,3	125,4	0,0
	ИТОГО	210	6,65	6,65	28,45	201,4	1,20
обед							
15	Салат из помидор, огурцов с dressing	30	0,29	1,84	1,12	22,2	0,03
66	Плод из свежей капусты	150	1,03	2,96	4,06	46,6	12,1
277	Курица из огня, мясо	60	7,71	6,21	1,98	94,5	0,3
205	Макаронные изделия отвар, с маслом	100	5,00	3,98	25,25	160	
378	Кускус фруктовый (использованный)	150	0,069	0,03	19,8	79,6	1,38
	Хлеб ржаной	40	2,9	0,6	26,9	126,0	0,0
	ИТОГО	530	16,99	15,62	79,1	528,9	20,19

Удобрительный потенциал

237	Заправка из тропика с малой крупой	100	17,54	12,05	17,15	247	0,24
351	Сухой молотый сахар/песок	50	0,97	2,26	6,63	50,75	0,16
400	Молотый сахар	150	4,58	4,08	7,58	85	2,05
	Хлеб пшеницы	40	3,8	0,4	24,6	117,5	0,0
	Соль за весь день	6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
371	Фрукты (апельсин)	80	0,63	0,14	15,65	60	42,0
	Питой О	420	27,52	18,93	71,61	566,75	44,45
	Питой О за весь день		63,13	54,01	219,23	1620,5	67,78

Человеческий потенциал

Потенциал

№ подл.	Имя/фамилия/пол/возраст	Возраст лет	Состав			Длина/ширина м/см	Средняя температура
			Возраст (+)	Женщина (-)	Мужчина (+)		
100	Каждый человек имеет с собой	160	4,77	4,86	29,32	178	0,02
150	Человек с сахаром	150/7	0,01	0,01	6,99	28	0,01
55	Каждый человек имеет с собой	55	2,49	3,93	27,56	156	0,01
372	Питой О	372	6,8	8,8	63,57	367	0,03
401	Каждый человек имеет с собой	150	4,35	3,75	6,00	75	1,05
493	Каждый человек имеет с собой	60	2,3	2,9	22,3	125,1	0,0
		210	6,65	6,65	28,3	200,1	1,05

общ							
41	Салат из моркови с сахаром	20	0,24	0,01	2,32	10,46	0,96
86	Суп лапша домашняя	150	1,32	3,07	7,22	61,9	0,3
336	Капуста тушёная	100	2,06	3,23	9,42	75,1	17,16
305	Колбаса рубленая из птицы	60	9,43	9,65	9,98	164	0,5
377	Компот из конф. фруктов	150	0,36	0,142	24,5	101,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	2,9	0,6	26,9	126,0	0,0
	ИТОГО	520	16,31	16,10	80,34	539,06	20,42
Условно-нормальный рацион							
749	Рыба, запеченная в духовке	180	28,57	8,16	5,78	211,5	0,67
449	С овощами тушёный	150	0,75	-	19,05	79	6,0
368	Фрукты (яблоки)	60	0,20	0,20	4,9	72	5,0
	Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,5	0,0
	Суп из рыбы, лапша	6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	ИТОГО	430	33,62	8,76	54,33	430	11,67
	ИТОГО за весь день:		63,38	40,31	227,17	1531,16	

Питательные вещества

Ненасыщенные

№ п/п	Название блюда и продуктов	Масса порции (г)	Химический состав			Энергетическая ценность (ккал)	С
			Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		
Завтрак							
168	Капучино с молоком	155	3,40	3,96	22,94	141	
395	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2,0	10,63	70	0,98
3	Бутерброд с сыром	45	4,97	6,54	14,56	137	0,07
	Итого	350	10,71	12,5	48,13	348	1,05
2 завтрак							
401	Фруктовый салат	140	4,35	3,75	6,30	76	0,45
493	Варенье из малины	60	2,3	2,9	22,3	125,1	0,0
	Итого	210	6,65	6,65	28,60	201,1	0,45
общ							
34	Салат из свеклы с растительным маслом	30	0,83	2,09	4,1	38,45	4,9
109/115	Курица отварная с картофелем	150	3,54	0,60	12,7	70,45	3,03
282	Булочки мясные	60	9,32	7,07	9,64	139	0,09
315	Рис отварной	100	2,43	3,58	24,45	139,8	
376	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,01	21,0	85,6	0,30
	Чай зеленый	40	2,9	0,6	26,9	126,0	0,0
	Итого	500	19,35	13,95	98,79	599,4	8,32

Условительный подлинник							
460	Крендель сахарный	150	10,62	19,71	83,61	555	
400	Молоко кипяченное	150	4,58	4,08	7,58	85	2,05
219	Омлет с желтками и поропком с маслом	65	4,57	9,50	3,79	119	0,5
	Соль за весь день	6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
368	Фрукты (яблоки)	80	0,63	0,14	15,65	66	42,0
	Питание	445	20,4	33,43	110,63	825	44,55
	Питание за весь день	57,11	66,53	196,36	1973,5	54,37	

Протокол № 1

Условительный состав		Условительный состав		Условительный состав	
Питание (г)	299,85	Питание (г)	300,6	Питание (г)	123,66
				Питание (г)	7782,73
				Питание (г)	298,87

Исходный состав, помесячные вложения в корм

№ п/п	Название блюд и продуктов	Масса г/кг	Химический состав			Энергетическая ценность (ккал)	С
			Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		
завтрак							
91	Суп молочный с рисом	150	3,65	4,00	10,92	94,3	0,73
392	Чай с сахаром	150/7	0,04	0,01	6,99	28	0,02
	Хлеб пшеничный с маслом	40/10	2,45	7,55	14,62	136	0,0
1	Итого (г)	357	6,14	11,56	32,53	238,3	0,75
2 завтрак							
396	Кефир	150	4,35	3,75	6,00	75	1,05
403	Печенье	60	2,3	2,9	22,3	125,1	0,0
и др.		210	6,65	6,65	28,3	200,1	1,05
обща							
70	Салат из белокочанной капусты с мясным	30	0,28	2,53	4,32	42,9	1,74
78	Суп картофельный с курицей (желток)	150	1,0	3,38	5,54	56,6	5,65
256	Консервы рыбные	60	7,02	2,54	6,41	81	2,08
371	Картофельное пюре	100	2,04	3,20	13,62	91,5	12,1
398	Паштет из индейки	150	0,51	0,21	14,23	61	75,0
3	Хлеб пшеничный	40	2,9	0,6	26,9	126,0	0,0
	Итого (г)	530	13,75	12,46	70,44	459	112,23

Учитываемый подзапрос							
235	Пудинг мороженно-манный	150	26,31	18,08	25,73	618	0,36
351	Сухое молоко-ый сладкий	30	2,94	6,84	20,08	153,7	0,53
399	Песчур (сое)винный	150	0,75		19,05	79	6,0
	Хлеб питательный	40	3,8	0,4	24,6	117,5	0,0
368	Фрукт (оруща)	50	0,20	0,15	5,15	23	2,25
	Соль за весь день	6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	ПФОГО	420	34,0	25,47	94,63	991,2	9,14
	ПФОГО за весь день		60,54	56,14	201,23	1708,50	120,16

С суммой дней, вторые десяти вторы

№ п/п	Наименование продукции	$\frac{2}{3} \times \frac{1}{2} \times \frac{1}{2}$	$\frac{1}{2} \times \frac{1}{2} \times \frac{1}{2}$	Нумерический состав			Энергетическая ценность (ккал)	С
				Всего (г)	Жиры (г)	Минерал (г)		
Заправка								
169	Каша молочная с маслом	155	4,08	4,08	75,05	153		
392	Крепкий напиток с маслом	150	2,34	2,0	10,63	70	0,98	
3	Пюре с сыром	45	4,97	6,54	14,56	137	0,07	
	Итого	350	11,39	12,62	50,24	363	1,05	
2 заправка								
401	Пюре	150	4,35	3,75	6,30	76	0,45	
	Песчур	60	2,3	2,9	22,3	125,1	0,0	
Итого		210	6,65	6,65	28,60	200,1	0,45	

Обсч							
15	Салат из помидор, огурцов с луком	30	0,29	1,84	1,12	22,2	5,03
88	Суп картофельный с сельдью	150	2,78	2,41	10,77	75,9	5,77
205	Макаронные изделия отвар. с маслом	100	5,00	3,98	25,25	160	
278	Бифштекс из отварного мяса	40	5,17	4,14	1,09	62,3	0,003
376	Котлет из суфлепродуктов	150	0,33	0,01	21,4	85,6	0,30
	Начо жареной	40	2,9	0,6	26,9	176,0	0,0
	ИТОГО	510	16,47	12,98	86,13	532	11,03
Усредненный показатель							
195	Пюре из картофеля	150	5,21	8,79	48,93	296	0,05
362	Пюре из картофеля	50	0,04	0,04	8,5	34,65	0,45
400	Макаронные изделия	150	4,58	4,08	7,58	85	2,05
	Усредненный	40	3,8	0,4	2,46	117,5	0,0
	Содерж. за весь день	6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
368	Фрукты (банан)	50	0,75	0,25	10,5	47,5	5,0
	ИТОГО	440	14,38	13,56	106,1	495,65	7,55
	ИТОГО за весь день		48,89	45,81	265,07	1390,65	1,053

Восьмой день: среда вторая неделя

№ п/п	Наименование блюда и продуктов	Химический состав					Энергетическая ценность
		б	ж	у	б	ж	
		Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)			

		застрпак			(кккк.н)	
168	Кама рисоваа с сахаром и маслом	155	2,32	3,96	24,08	141
397	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89
3	Бутерброд с сыром	45	4,97	6,54	14,56	137
	ИТОГО	350	10,47	13,25	51,6	367
2 застрпак						
401	Простокваша	150	4,35	3,75	6,15	76
493	Печенье	60	2,3	2,9	22,3	125,1
	ИТОГО	210	6,65	6,65	28,45	201,1
общ.						
34	Салат из огурцов с зеленым горошком	30	0,83	2,09	4,1	38,55
73	Рассольные блюда рыбных	150	0,98	3,10	7,95	63,18
286	Бифштексы	60	2,84	4,18	3,90	64,5
137	Взду из овощей	100	1,19	7,00	7,00	98
377	Компот из свежих фруктов	150	0,12	0,12	18,0	73,9
	Хлеб ржаной	40	2,9	0,6	26,9	126,0
	ИТОГО	530	8,86	17,51	68,15	464,13
Упаковочный поддон						
231	Сырники из творога	150	27,9	18,99	16,14	348
351	Сухое молочный сладкий	50	0,97	2,26	6,63	50,75
						0,16

77	Суперфосфатный	150	1,41	1,71	10,08	61,36	7,2
277	Удобр. из отварной овсянки	60	7,71	6,20	1,98	94,5	0,30
313	Бревна расклеванные	100	2,40	2,88	25,02	135,7	-
376	Компост из сфагнума	150	0,33	0,01	21,0	85,6	0,30
	Хлеб ржаной	40	2,9	0,6	26,9	126,0	0,0
	Пшеница	530	37,04	13,24	86,1	525,6	13,13
199	Удобрения прочие						
	Кофеин мажорит со суперфосфатом и мелом	150	6,39	4,69	37,81	219	0,49
399	Суперфосфат	150	0,75	-	19,05	79	0,0
	Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,5	0,0
	Суперфосфат	6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
368	Горючий уголь	60	0,20	0,20	4,9	22	5,0
	Пшеница	400	11,14	5,29	86,36	467,5	11,49
	Пшеница за день		67,08	42,95	252,62	1089,16	100,21

Летняя десятидневная неделя в столовой

№ рецепта	Название блюда и ингредиентов	Масса порции (г)	Химический состав			Энергетическая ценность (ккал)	С
			Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		
завтрак							
168	Каша из рисовой выкрасы с сахаром и маслом	155	4,67	4,86	20,94	146	-
397	Каша с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89	1,20
1	Хлеб из муки пшеницы с маслом	40/10	2,45	7,55	14,62	136	0,0
	Итого	345	10,27	14,41	48,52	371	1,20
2 завтрак							
399	Кефир	150	4,35	3,75	6,00	75	1,05
493	Печенье	60	2,3	2,9	22,3	125,1	0,0
Итого		210	6,65	6,65	28,3	200,1	1,05
обед							
28	Суп из белокочанной капусты с мясом	30	0,42	1,52	2,59	25,7	10,49
57	Борщ со свеклой, картофелем и капустой и вареньем	150	1,10	2,97	7,72	62,12	6,23
268	Суп из рыбы и риса	80	12,81	6,41	3,29	122	0,26
315	Рис отварной	60	1,46	2,15	14,7	84,2	0

378	Кисель фруктовый (содовый)	150	0,069	0,03	19,8	79,6	1,38
I	Кисель яблочный	40	2,9	0,6	26,9	126,0	0,0
	ИТОГО	480	19,05	13,68	75	499,92	18,36
Углопённый подлив							
459	Имбирь острый с корицей	100	6,18	3,22	55,32	275	0,08
460	Молоко кипящее	150	4,58	4,08	7,58	85	2,05
139	Кефир с сахаром	105	3,29	6,34	21,44	156	10,7
368	Фрукты (яблочко)	60	0,20	0,20	4,9	22	5,0
	ИТОГО	415	14,25	13,84	89,24	538	17,83
	ИТОГО за весь день:	50,22	48,58	241,06	1608,15	38,47	

Итого за 2 недели

Химический состав				Энергетическая ценность (ккал)	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		с учетом подлив	с
290,16	256,77	1168,58		7455,94	293,49