

морковь, до 01.01.-20%	81,75	65,40																		
с 01.01 - 25%	86,98	65,40																		
соль, йодированная	0,30	0,30																		
Гуляши из говядины №437-2004			100	9,1	7,5	3,4	117,5	0,22	0,05	0,07	1,98	11,55	144,22	11,12	0,57					
говядина 1 категории	86	63																		
или говядина полужабрикат	74	63																		
или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	63	63																		
масло растительное	4	4																		
масса тушеного мяса		40																		
масса соуса		60																		
лук репчатый	14	12																		
томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	6	6																		
мука пшеничная	4	4																		
Саша гречневая расквашенная №508-2004			150	3,1	6,6	32,0	199,7	0,00	0,27	0,42	0,43	25,83	211,00	104,00	3,50					
крупа гречневая	71	71																		
вода питьевая	90	90																		
масло сливочное	8	8																		
тай с сахаром №630-1996			200	2,8	2,5	20,1	114,1	0,4	0,0	0,0	0,0	120,0	136,8	21,2	0,1					

чай-заварка	0,5	0,5																		
Фрукты в ассортименте №458-2006, Москва			100	0,4	0,0	14,4	59,2	1,8	0,02	0,0	0,0	127,0	42,0	0,0	0,15					
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	41,3	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6					
или хлеб ржаной витаминизированный			20																	
13 день																				
Наименование блюда	Едutto, г	Нетто, г	Химический состав							Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					
			Выход, г	Белок, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг ретинол	Е	Са	Р	Мg	Fe					
Завтрак				24,0	17,7	61,3	500,4	15,8	0,4	0,1	2,1	138,7	312,9	48,0	3,2					
Овощи свежие (огурцы) №70-2006, Москва		80		0,6	0,1	1,5	9,0	5,60	0,02	0,00	0,00	13,60	24,00	11,20	0,30					
огурцы свежие грунтовые	84	80																		
или огурцы свежие парниковые	82	80																		
Рыба запечённая №341-2013, Пермь			80	19,0	12,9	3,8	207,3	0,24	0,16	0,01	1,92	59,00	185,00	13,50	0,26					
горбуша потрошенная с головой (Филе с кожей без костей)	145	100																		
или горбуша неразделанная (Филе с кожей без костей)	154	100																		
или минтай потрошенный обезглавленный (Филе с кожей без костей)	128	95																		
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного	101	100																		
Мука пшеничная	4	4																		
масло растительное	3	3																		

Картофель отарной №520-2004			15	3,3	4,4	23,5	147	5,70	0,15	0,06	0,17	40,50	70,50	12,50	1,00
картофель - 01.09.-31.10.-25%	253	154,5													
01.11.-31.12.-30%	238	154,5													
01.01-29.02.-35%	221	154,5													
01.03.-40%	205	154,5													
Компотик теплый из свежих плодов или ягод №507-2013, Пермь			200	0,5	0,2	23,1	96,2	4,3	0,0	0,0	0,0	22,0	16,0	7,0	1,1
яблоки свежие с удаленной семенной гнездой	45,6	40													
или вишня свежемороженая	31,5	30													
или смородина свежемороженая	31,5	30													
или клюква свежемороженая	31,5	30													
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	41,3	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
или хлеб ржаной витаминизированный			20												

14 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав						Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг ретинол	Е	Са	Р	Мг	Fe	
Завтрак				18,0	10,0	66,0	459,9	9,5	0,2	0,3	2,3	366,9	273,6	28,9	1,7	
Бутерброд с маслом №1-2004			20/5	1,7	3,9	7,3	71,1	0,0	0,0	0,15	0,3	6,1	15,2	2,7	0,2	
Хлеб ржаной			20	20												
масло сливочное			5	5												
Мышники 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	

масло сливочное	8	8																		
Чай "Витаминный" №493-2013, Пермь			200	0,7	0,1	19,8	82,9	27,0	0,0	0,0	0,7	6,1	1,7	1,5	0,2					
чай-заварка	0,5	0,5																		
шловник	15	15																		
Фрукты в ассортименте №458-2006, Москва			100	0,4	0,0	14,4	59,2	1,8	0,02	0,0	0,0	127,0	42,0	0,0	0,15					
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	41,3	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6					
или хлеб ржаной витаминизированный			20																	

16 день

Наименование блока	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав						Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)			
			Вяжод, г	Белки, г	Жиры, г	Угл, г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг ретинол экв.	Е	Са	Р	Мг	Fe			
Завтрак				20,4	21,4	65,3	535,2	21,4	0,3	0,1	2,8	108,8	274,7	53,1	2,8			
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным №14/1: 15/1-2011, Екатеринбург			80	0,7	4,0	2,5	48,8	13,7	0,0	0,0	2,1	14,5	26,7	13,3	0,6			
помидоры свежие парниковые	41	40																
или помидоры свежие грунтовые	47	40																
огурцы свежие парниковые	38,8	38																
или огурцы свежие грунтовые	39,9	38																
масло растительное на подаче при подаче	4	4																
зелень свежая (петрушка, укроп)	2	1,5																
Итожки рыбные №345-2013, Пермь			100	15,5	12,9	14,4	235,7	0,04	0,07	0,02	0,50	48,00	160,00	23,00	0,60			
Минтай потрошенный обезглавленный (Филе с кожей без костей)			159	118														

Бутерброд с маслом №1-2004				200	1,7	3,9	7,3	71,1	0,0	0,0	0,15	0,3	6,1	15,2	2,7	0,2
Хлеб ржаной				20	20											
масло сливочное				5	5											
Шницель из говядины №451-2004				80	7,5	10,4	13,6	178,0	0,71	0,03	0,00	0,23	17,60	139,50	10,36	0,61
говядина 1 категории				80	59											
или говядина полужабрикат				75	74											
или фарш промышленного производства				75	74											
вода питьевая				11	11											
лук репчатый				5	4											
яйцо куриное				4	4											
масло растительное				1,5	1,5											
Макаронные изделия отварные №516-2004				150	4,5	3,0	36,7	191,7	0,00	0,05	0,11	0,85	18,26	48,58	6,85	0,51
макаронные изделия				51	51											
масло сливочное				4	4											
Чай черный №685-2004				200	0,2	0,0	15,0	60,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0
чай-заварка				0,5	0,5											
Фрукты в ассортименте №458-2006, Москва				100	0,4	0,0	14,4	59,2	1,8	0,02	0,0	0,0	127,0	42,0	0,0	0,15
Хлеб ржаной				20	0,7	0,1	9,4	41,3	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,5
или хлеб ржаной витаминизированный				20												

18 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав							Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг ретинол	Е	Са	Р	Мg	Fe				
Завтрак				17,1	24,0	49,3	481,6	4,5	0,1	0,2	5,5	89,1	261,1	25,0	1,5				
Бутерброд с маслом №1-2004			2015	1,7	3,9	7,3	71,1	0,0	0,0	0,15	0,3	6,1	15,2	2,7	0,2				
Хлеб ржаной	20	20																	
Масло сливочное	5	5																	
Рагу из мяса (р.6/8-2011, Екатеринбург)			200	14,5	20,0	17,6	308,4	4,52	0,11	0,01	5,20	79,20	228,48	18,56	0,72				
говядина 1 категории	107	79																	
или говядина полуфабрикат	93	79																	
масса тушеного мяса		50																	
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	60	45																	
01.11.-31.12.- 30%	64	45																	
01.01-29.02 - 35%	69	45																	
01.03 - 40%	75	45																	
морковь - до 01.01 - 20%	56	45																	
с 01.01 - 25%	60	45																	
лук репчатый	30	25																	
капуста белокочанная свежая	69	55																	
масло растительное	10	10																	
мука пшеничная	2	2																	

Чай черный №685-2004			20	0,2	0,0	15,0	60,8	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0
чай-заварка	0,5	0,5												
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	41,3	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
или хлеб ржаной витаминизированный			20											

19 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав							Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг ретинол	Е	Са	Р	Мг	Fe				
Завтрак				15,1	12,6	71,9	465,4	8,0	0,3	0,2	3,1	216,1	343,0	59,8	2,8				
Овощи свежие (огурцы) №70-2006, Москва			80	0,6	0,1	1,5	9,0	5,60	0,02	0,00	0,00	13,60	24,00	11,20	0,30				
огурцы свежие грунтовые	84	80																	
или огурцы свежие парниковые	82	80																	
Рыба, запеченная с лимоном №341-2013, Пермь			80	11,5	7,9	7,3	146,5	0,56	0,07	0,02	2,80	58,00	148,00	14,70	0,80				
горбуша потрошенная с головной (филе без кожи и костей)	123	82																	
или горбуша неразделанная (филе без кожи и костей)	149	82																	
или минтай потрошенный безглавлённый (филе с кожей без костей)	104	77																	
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного	95	82																	
Мука пшеничная	4	4																	
масло растительное	4	4																	
масса запеченной рыбы		65																	

яйцо куриное	20	20																		
огурцы свежие парниковые	15,3	15																		
или огурцы свежие грунтовые	15,8	15																		
или огурцы соленые (без уксуса)	27	15																		
масло растительное	4	4																		
зелень свежая (петрушка, укроп)	1,4	1																		
Котлеты из говядины и курицы "Школьные" №59-2006, Екатеринбург			80	10,9	9,5	5,9	152,6	0,08	0,02	0,05	0,50	22,67	136,00	12,80	0,56					
говядина 1 категории	64	47																		
или говядина полуфабрикат	55	47																		
или фарш мясной промышленного производства	47	47																		
грудка куриная на кости	19	13																		
или филе куриное промышленного производства	14	13																		
или фарш куриный промышленного производства	13	13																		
вода питьевая	13	13																		
масса вязкой каши		16																		
лук репчатый	4	3																		
яйцо куриное	8	8																		
мука пшеничная	5	5																		
по растительное для смазки листа	1,5	1,5																		
шаг печеная вязкая отавная №510-2004			150	1,7	4,5	24,3	148,6	0,00	0,14	0,20	0,28	13,67	111,58	30,10	1,00					

крупа гречневая	38	38																	
вода питьевая	120	120																	
масло сливочное	5	5																	
Чай с сахаром №685-2004			200	0,2	0,0	15,0	60,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0					
чай-заварка	0,5	0,5																	
сахар	15	15																	
Фрукты в ассортименте №458-2006, Москва			100	0,4	0,0	14,4	59,2	1,8	0,02	0,0	0,0	127,0	42,0	0,0	0,15				
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6					
или хлеб ржаной витаминизированный	20																		
Соль йодированная в расчете на 20 дней	24,0																		
ИТОГО в среднем за 20 дней			18	19	75	551	18	0	0	3	238	354	59	3					

НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ к меню для детей с заболеванием сахарный диабет (с 7 до 11 лет)

[illegible]

Аннотация

Примерное 20 – ти дневное меню для питания обучающихся с заболеванием сахарный диабет разработано для питания школьников в соответствии с 7 до 11 лет. Нормы потребления рассчитаны в соответствии с Приложением 8, таблица №1 «Рекомендуемые среднесуточные нормы потребления 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, витаминных и минеральных веществах.

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

- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 1 часть – М.: Хлебпродинформ, 1996г.;
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах – М.: Хлебпродинформ, 2004г.;
- 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.

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 технологического 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 brutto 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, супочное 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 подвергаться 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, слой 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 подачей.

Горячие 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 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 реализовываться 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 блюда должны соблюдаться принцип «шагового питания»: для тепловой обработки применяется варка, запекание, припускание, тушение, 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» утвержденных 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, соевые овощи (огурцы, томаты) для приготовления салатов и других блюд использовать без добавления уксуса, не являющимся закислителями консервантам.

• 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.)



В журнале пронумеровано, прошнуровано и скреплено печатью

32 32 ЛИСТОВ