

Приложение 1

к приказу департамента по образованию
администрации Волгограда
от «29» 06 2011 № 542

Примерное двухнедельное меню для детей раннего и дошкольного возраста, посещающих муниципальные образо- вательные учреждения Волгограда, реализующие основную общеобразователь- ную программу дошкольного образования (Пояснительная записка)

В разработке Примерного двухнедельного меню для детей раннего и дошкольного возраста, посещающих муниципальные образовательные учреждения Волгограда, реализующие основную общеобразовательную программу дошкольного образования (далее – Примерное меню и МОУ) принимали участие специалисты структурных подразделений администрации Волгограда - департамента по образованию администрации Волгограда (Татаринцева О.Н.), департамента потребительского рынка администрации Волгограда (Лобачева Т.П.), департамента экономики и инвестиций администрации Волгограда (Трофименко О.Н.), практические работники – заведующие, медицинские работники, повара муниципальных дошкольных образовательных учреждений Волгограда: Мурченко Н.А., Мустафинова С.Т., Расщепкина Т. А., Моторыгина И.В., Тужикова Е.В., Чижевская Л.Д., Коваленко Г.А., Кандарян А.С., Гончарова Т.М., Голотина Н.А., Букова А.В., Филиппова Т.Ю., Бесчастнова Г.А.

Экспертиза Примерного меню осуществлялась специалистами отдела надзора за условиями обучения и воспитания Территориального управления Роспотребнадзора по Волгоградской области (Тяпкина Т.Н.), педиатрического факультета Волгоградского государственного медицинского университета (Никифорова Е.М, канд.мед.наук, доцент ВГМУ, врач-гастроэнтеролог Волгоградской областной детской клинической больницы).

Примерное меню разработано на основе единых подходов к организации питания детей в МОУ в соответствии с «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях» СанПиН 2.4.1.2660-10, утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 20.12.2010г. № 164, согласовано с Территориальным Управлением Роспотребнадзора по Волгоградской области (прилагается).

При составлении Примерного меню использован сборник технических нормативов «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях», под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна - М.: 2010. - 628 с.

Примерное меню включает методический комплект следующего содержания:

1. Меню для групп детей раннего возраста (от 1 до 3-х лет).
2. Меню для групп детей дошкольного возраста (от 3-х до 7 лет).
3. Меню-раскладка для групп детей раннего возраста (от 1 до 3-х лет).
4. Меню-раскладка для групп детей дошкольного возраста (от 3-х до 7 лет).

5. Технологические карты кулинарных изделий (блюд) для двух возрастных категорий детей (от 1 до 3-х лет и от 3-х до 7 лет).

6. Ведомость норм продуктового набора для двух возрастных категорий детей (от 1 до 3-х лет и от 3-х до 7 лет).

7. Ведомость пищевых веществ, витаминов и минералов для двух возрастных категорий детей (от 1 до 3-х лет и от 3-х до 7 лет).

Основные принципы, по которым составлено меню:

- принцип сбалансированности (оптимальное соотношение пищевых веществ, удовлетворяющих физиологические потребности детей),
- принцип рациональности (используется набор распространенных, недорогих, но имеющих достаточную пищевую ценность продуктов питания, риск сбоев поставки которых минимален),
- соответствие возрасту,
- разнообразие (не допускается повторение одних и тех же кулинарных изделий, блюд в один и тот же день или смежные дни),
- принцип щадящего питания (при приготовлении блюд используются такие методы тепловой обработки, как варка, запекание, припускание, пассерование, тушение, приготовление на пару, не используется жарка).

Примерное меню рассчитано на организацию питания в группах с 12-часовым режимом пребывания, может быть использовано как основа для создания примерного меню в группах с иным предусмотренным Типовым положением о дошкольном образовательном учреждении режимом пребывания (групп кратковременного пребывания, сокращенного дня, круглосуточного пребывания).

В соответствии с пунктом 16.4. СанПиН 2.4.1. 2660 - 10 режим питания на основе Примерного меню рассчитан на четыре приема пищи:

- завтрак - 8.30 - 9.00,
- второй завтрак - 10.30 - 11.00,
- обед - 12.00 - 13.00,
- уплотненный полдник - 15.30 - 16.00 (с включением блюд ужина).

В группах круглосуточного пребывания целесообразно предусмотреть организацию шестirazового питания путем разделения уплотненного полдника на полдник в 15.30 и ужин в 18.30, в также введения второго ужина в 21.00, состоящего из напитка (молочного, кисломолочного или сладкого киселя, чая).

При составлении Примерного меню, подборе блюд учитывалось, что целесообразнее готовить одни блюда как для групп детей раннего возраста, так и для дошкольных групп, поэтому из меню были исключены ранее широко использовавшиеся блюда (рассольник, сельдь), которые не рекомендованы при организации питания детей раннего возраста. Вместе с тем, в отдельные дни предлагается приготовление разных блюд для детей раннего и дошкольного возраста (в 7-й день на обед для детей от 1 до 3-х лет готовится суп картофельный; для детей от 3-х до 7 лет – суп картофельный с бобовыми. В 8-й день на обед детям от 1 до 3-х лет предлагают овощи по сезону, детям от 3-х до 7 лет – салат из консервированной кукурузы).

В соответствии с нормами СанПиН 2.4.1.2660-10 в ежедневном меню детей присутствуют молоко, молочные и кисломолочные напитки, сметана, мясо, овощи, фрукты, соки, хлеб, крупы, сливочное и растительное масло, сахар; рыба, творог, яйца включены 3 раза в неделю, сыр – 2 раза. Предусмотрено максимально возможное разнообразие блюд и кулинарных изделий, сочетаемость блюд во

время одного приема пищи и в течение дня, не допускается повторение одних и тех же блюд и кулинарных изделий в один и тот же день и в смежные дни.

В первый и шестой дни на завтрак предусмотрено приготовление блюд, не содержащих молочные продукты с учетом специфики доставки скоропортящихся продуктов питания в МОУ после выходных.

В Примерном меню нет жареных блюд, т.к. в соответствии с пунктом 15.13 требований СанПиН 2.4.1.2660-10 основными способами приготовления блюд являются варка, тушение, запекание.

В Примерном меню представлено большое разнообразие блюд:

- *завтрак* – каши рассыпчатые и каши с молоком, омлеты, сосиски, молочно-творожные блюда;

- *второй завтрак* – соки фруктовые, ягодные и овощные, фрукты (яблоки свежие и печеные, бананы, апельсины). В дни, когда на второй завтрак детям предлагаются фрукты, объем третьего блюда в каждый из приемов пищи должен быть доведен до максимального объема (180г. - для детей раннего возраста и 200г. - для детей дошкольного возраста);

- *обед* - салат, первое блюдо, второе блюдо, напиток;

- *полдник уплотненный* (рыба запеченная, припущенная и в виде суфле, молочно-творожные блюда, омлеты, выпечка, каши молочные, молоко, напитки молочные, кисломолочные, чай).

Для каждого блюда разработана технологическая карта. Наименования блюд и кулинарных изделий, указанные в Примерном меню, соответствуют их наименованиям в технологических картах и сборнике технических нормативов.

В целях обеспечения полноценного сбалансированного питания детей при отсутствии каких либо продуктов разрешается проводить их замену на равноценные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов (приложение 10 к СанПиН 2.4.1. 2660-10).

В случае поступления новых видов пищевых продуктов или нестандартного сырья нормы отходов и потерь при технологической обработке этого сырья определяются МОУ самостоятельно путем контрольных проработок.

В случае отклонения процента отходов продовольственного сырья и пищевых продуктов при холодной обработке, комиссией МОУ составляется соответствующий акт.

В Примерном меню предусмотрено внесение сезонных изменений: в весенне-осенний период включаются свежие овощи, в осенне-зимний период – соленые овощи.

При формировании меню на обед предусмотрено сочетание крупяных и овощных блюд: если суп крупяной, то гарнир ко второму блюду овощной. Мясные блюда сочетаются с крупяными, овощными гарнирами, достаточно широко используются соусы. Рыбные блюда сочетаются с овощными гарнирами.

Мясные блюда предлагаются в широком ассортименте, чаще приготовленные из фарша (суфле, тефтели, голубцы, запеканка, котлеты, биточки), что позволяет достигать нормируемый выход мясного блюда (60-80г.). Объем порционных блюд, сочетающих в своем составе мясное блюдо и гарнир (ленивые голубцы, макаронник с мясом, запеканка из печени с рисом, запеканка картофельная с мясом), должен соответствовать суммарному объему гарнира и блюда из мяса (рыбы, птицы).

Усиленный полдник (вместо полдника и ужина) рассматривается как сочетание первого блюда ужина с полдником. Вместо вечернего чая в усиленный полдник введены напитки из молочных продуктов.

Кисели, приготовленные из концентрата, заменены на кисели из варенья, джема с использованием рекомендованного в детском питании крахмала как более физиологичные, исключая посторонние примеси и искусственные добавки.

Норма потребления молока и молочных продуктов в Примерном меню рассчитана с учетом вечернего приема пищи в домашних условиях.

Организация питания детей в МОУ должна сочетаться с правильным питанием ребенка в семье. Для обеспечения преемственности питания МОУ информируют родителей об ассортименте питания детей, вывешивая ежедневное меню с указанием выхода блюд и рекомендации по организации ужина в домашних условиях, а также рекомендации по питанию детей в выходные дни.

Отдел дошкольного образования и охраны прав детей
департамента по образованию администрации Волгограда