

РОДИТЕЛЯМ ВАЖНО ЗНАТЬ



БЕСПЛАТНОЕ ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ В РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ С СЕНТЯБРЯ 2020 ГОДА



Учащиеся 1 - 4 классов

БЕСПЛАТНО

**I смена
горячий завтрак:**
горячее
блюдо и горячий
напиток

**II смена
горячий обед:**
горячее первое
и второе блюдо,
напиток

ЗА РОДИТЕЛЬСКИЕ СРЕДСТВА

+ обед и/или
полдник

+ полдник

На сайте школы

В школьной
столовой



ЗАВТРАК 20-25%
калорийности от
суточного рациона

ОБЕД 30-35%
калорийности от
суточного рациона

Горячее питание – прежде всего это здоровое питание, которое отвечает всем требованиям безопасности и создает условия для физического и интеллектуального развития ребенка

2.4. ГИГИЕНА ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ

Методические рекомендации мр
2.4. 0{79-20

Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций. МР 2.4. -20

1. Разработаны: Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Брагина ИВ. , Шевкун И.Г., Яновская Г.В.); ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии» (Никитюк Д.Б., Батулин А.К., Пырьева Е.А., Гмошинская М.В., Дмитриева С.А., Тоболева МЛ.); ФБУН «Новосибирский научно-исследовательский институт гигиены» Роспотребнадзора (Новикова И.И., Ерофеев Ю.В., Романенко С.П.); Управление Роспотребнадзора по Брянской области (Самойленко Т.Н); Управление Роспотребнадзора по Ставропольскому краю (Сорокина М.И.); ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Тульской области» (Денисова О.И.); ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в г. Москве в Юго-Восточном округе г. Москвы» (Молдованов ВВ.).

2. Утверждены Руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации А.Ю. Поповой «П» 2020 г.

3. Введены впервые.

3

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека,

Главный

врач Российской Федерации



2020 г.

государственный санитарный врач Российской Федерации

2.4. ГИГИЕНА ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ

Методические рекомендации мр
2.4. 0179 -20

1. Общие положения и область применения

1.1. Настоящие методические рекомендации (далее — МР) определяют основные положения по организации здорового питания обучающихся общеобразовательных организаций, в том числе обучающихся 1-4 классов.

1.2. МР предназначены для юридических лиц и индивидуальных предпринимателей, оказывающих услуги по организации питания в общеобразовательных организациях; для юридических лиц и индивидуальных предпринимателей, поставляющих (реализующих) пищевые продукты и продовольственное сырье в общеобразовательные организации; общеобразовательных организаций, органов управления образованием, органов и учреждений Роспотребнадзора.

1.3. МР направлены на организацию здорового питания, в том числе горячего в общеобразовательных организациях, формирование принципов рационального, сбалансированного питания при оказании услуг по организации питания. Реализованы принципы здорового питания, в том числе включающие уменьшение количества потребляемых кондитерских изделий, колбасных изделий, сахара и соли.

1.4. В МР предложены варианты базового меню для разработки региональных типовых меню, учитывающих территориальные, национальные и другие особенности питания населения.

II. Организация питания обучающихся в общеобразовательных организациях

2.1. Здоровое питание предусматривает первый прием пищи ребенком дома с учетом режима дня и организации образовательного процесса.

2.2. Обучающиеся общеобразовательных организаций, в зависимости от режима (смены) обучения обеспечиваются горячим питанием в виде завтрака и(или) обеда. Продолжительность перемены для приема пищи должна составлять не менее 20 минут. Обучающиеся первой смены обеспечиваются завтраком во вторую или третью перемены.

2.3. Завтрак должен состоять из горячего блюда и напитка, рекомендуется добавлять ягоды, фрукты и овощи.

Завтрак для обучающихся 1-4 классов должен содержать 12-16 г белка, 12-16 г жира и 48-60 г углеводов, для обучающихся старших классов — 15-20 г белка, 15-20 г жира и 60-80 г углеводов. Ассортимент продуктов и блюд завтрака должен быть разнообразным и может включать на выбор: крупяные и творожные блюда, мясные или рыбные блюда, молочные продукты (в том числе сыр, сливочное масло), блюда из яиц, овощи (свежие, тушеные, отварные), макаронные изделия и напитки.

2.4. Обучающиеся во вторую смену обеспечиваются обедом. Не допускается замена обеда завтраком.

Обед должен включать закуску (салат или свежие овощи), горячее первое, второе блюдо и напиток. Обед в зависимости от возраста обучающегося, должен содержать 20-25 г белка, 20-25 г жира и 80-100 г углеводов.

Для реализации принципов здорового питания целесообразно дополнение блюд свежими фруктами, ягодами. При этом фрукты должны выдаваться поштучно.

2.5. Меню разрабатывается на период не менее двух учебных недель, с учетом требуемых для детей поступления калорийности, белков, жиров, углеводов, витаминов и микроэлементов, необходимых для их нормального роста и развития.

Меню обеда должно быть составлено с учетом получаемого школьного завтрака. Если на завтрак выдавалось крупяное блюдо (каша, запеканка, макаронные изделия и пр.), то на обед - мясное или рыбное блюдо с овощным гарниром (картофель отварной, пюре, капуста тушеная, овощное рагу и пр.).

Для обеспечения биологической ценности в питании детей рекомендуется использовать:

- продукты повышенной пищевой ценности, в т.ч. обогащенные продукты (макро - микронутриентами, витаминами, пищевыми волокнами и биологически АКТИВНЫМИ веществами);
- пищевые продукты с ограниченным содержанием жира, сахара и соли.

Содержание вносимой в блюдо соли на каждый прием пищи не рекомендуется превышать 1 грамм на человек.

При разработке меню рекомендуется руководствоваться следующим: включать блюда, технология приготовления которых обеспечивает сохранение вкусовых качеств, пищевой и биологической ценности продуктов и предусматривает использование щадящих методов кулинарной обработки.

Наименования блюд и кулинарных изделий в меню должны соответствовать их наименованиям, указанным в используемых сборниках рецептур.

Изготовление готовых блюд осуществляется в соответствии с технологическими картами, в которых указывается рецептура и технология приготовления блюд и кулинарных изделий.

В меню не допускается включать повторно одни и те же блюда в течение одного дня и двух последующих дней.

При составлении меню (завтраков, обедов, полдников, ужинов) рекомендуется использовать среднесуточные наборы продуктов (приложение 1к настоящим МР).

Меню разрабатывается с учетом сезонности, необходимого количества основных пищевых веществ и требуемой калорийности суточного рациона, дифференцированного по возрастным группам (классам) обучающихся (приложение 2 к настоящим МР). На основе предлагаемых вариантов меню могут быть разработаны другие варианты в зависимости от региональных, национальных и других особенностей при условии соблюдения требований к содержанию и соотношению в рационе питания основных пищевых веществ.

Для обучающихся, нуждающихся в лечебном питании, разрабатывается отдельное меню в соответствии с утвержденным набором продуктов для данной патологии.

В исключительных случаях (нарушение графика подвоза, отсутствие необходимого запаса продуктов и т.п.) может проводиться замена блюд. Заменяемые продукты (блюда) должны быть аналогичны заменяемому продукту (блюда) по пищевым и биологически активным веществам (приложение 3 к настоящим МР).

2.6. Разрабатываемое для обучающихся 1-4 классов меню должно отвечать следующим рекомендациям:

2.6.1. Энергетическая ценность школьного завтрака должна составлять 400-550 ккал (20-25% от суточной калорийности), обеда — 600-750 ккал (30-35%).

2.6.2. Для общеобразовательных организаций, расположенных в Арктической зоне, необходимо повышать суточную калорийность пищевого рациона на 10 %.

2.63. Суточный режим питания по отдельным приемам пищи и в зависимости от сменности занятий обучающихся представлен в таблице 1. На домашние завтраки обучающихся в первую смену от суточного потребления в среднем может приходиться до 10% энергетической ценности.

Таблица 1

Режим питания по приемам пищи

смена			2 смена		
Прием пищи	Часы приема	суточной калорийности	Прием пищи	Часы приема	суточной калорийности
Завт ак	9.30-11.60	20-25	Завт ак	7.30-8.30	20-25
Обед	13.30-14.30		Обед	12.30-13.30	30-35
Полдник	15.30-16.30		Полдник	15.30-16.30	
Ужин	18.30-19.30	20-25	Ужин	18.30-19.30	20-25

26.4. При составлении меню необходимо соблюдать требования по массе порций (блюд). Рекомендуемая масса блюд (порций) с учетом возраста обучающихся представлена в таблице 2.

Таблица 2

Рекомендуемая масса порций блюд
для обучающихся различного
возраста

Название блюд	Масса порций (в граммах, мл) для обучающихся двух возрастных групп	
	с 7 до 1 лет	с 12 лет и старше
Каша, овощное, яичное, творожное, мясное блюдо		200-250
Напитки (чай, какао, сок, компот, молоко, кефир и др.)	200	200
Закуски (салат, овощи в нарезке и т.п.)	60- шо	60-150
Суп	200-250	250-300
Мясо, котлета	80-120	100-120
Гарнир	150-200	180-230
Фрукты (поштучно)	100-120	100-120

2.7- Информация о питании детей, в том числе меню, доводится до родителей и детей любым доступным способом (размещается в обеденном зале, на доске (стенде) информации, на сайте общеобразовательной организации

Ш. Объемно-планировочные решения и размещение организаций общественного питания в общеобразовательных организациях

3.1. Организациями общественного питания общеобразовательных организаций для обслуживания обучающихся могут быть:

- базовые организации школьного питания (комбинаты школьного питания, школьно-базовые столовые и т.п.), которые осуществляют закупки продовольственного сырья, производство кулинарной продукции, снабжение ими столовых общеобразовательных организаций.

В базовых организациях питания, столовых общеобразовательных организаций, работающих на продовольственном сырье и (или) полуфабрикатах, должны быть предусмотрены объемно-планировочные решения, набор помещений и оборудование, позволяющие осуществлять приготовление безопасной, с максимальным сохранением пищевой ценности, кулинарной продукции и ее реализацию; - столовые, работающие на продовольственном сырье или на полуфабрикатах, которые производят и (или) реализуют блюда в соответствии с разнообразным по дням недели меню; - столовые-догоготовочные, на которых осуществляется приготовление блюд и кулинарных изделий из полуфабрикатов, порционирование и выдача блюд; - буфеты-раздаточные, осуществляющие реализацию готовых блюд, кулинарных, мучных кондитерских и булочных изделий, приготовление горячих напитков.

3.2. Питание обучающихся может осуществляться в помещениях, находящихся в основном здании общеобразовательной организации, пристроенных к зданию, или в отдельно стоящем здании. Рекомендуемый набор помещений приведен в приложении 4 к настоящим МР.

3.3. При оснащении пищеблоков необходимо учитывать современные тенденции по использованию технологического оборудования. При оснащении пищеблоков необходимым технологическим оборудованием и кухонной посудой (кастрюли с крышками, противни с крышками, гастроемкости с крышками и т.п.) учитываются количество приготавливаемых блюд, их объемы и виды (1-е, 2-е или 3-е блюдо), ассортимент основных блюд (мясо, рыба, птица), мощность технологического оборудования и т.п.

Примерный расчет технологического оборудования и кухонной посуды для пищеблоков:

- в соответствии с рецептурными сборниками, расчет закладки продуктов первых и третьих блюд проводится на 1000 мл.

Например, при организации обедов для обучающихся в количестве 400 человек необходимо приготовить не менее 100 литров 1-го блюда (400 x 250 мл) и 80 литров третьего (400 x 200 мл), следовательно, для первых блюд необходимо иметь не менее 2 кастрюль объемом по 50 л, для третьих — 2 кастрюли объемом по 40 л;

- в составе технологического оборудования необходимо предусмотреть наличие не менее 2-х электроплит на 4 конфорки каждая. При наличии электрокотла (объемом не менее 100 л) возможно использование одной электроплиты на 6 конфорок.

Объем (выход) готовых гарниров составляет не менее 150 ГР, следовательно, для гарниров необходимо наличие не менее 2 кастрюль объемом ПО 40 Л (400 X 150 ГР).

Объем (выход) основных блюд (из мяса, рыбы, птицы) составляет не менее 80 гр. Для основных блюд необходимо наличие не менее 2 кастрюль объемом 20 л (400 чел. x 80 ф).

Для реализации принципов здорового питания, в современных условиях при строительстве, реконструкции, модернизации, капитальных ремонтах пищеблоков, рекомендуется проводить их оснащение пароконвекционными автоматами (пароконвектоматы), в которых возможно одномоментное приготовление основных блюд на всех обучающихся (400-450 чел.). Пароконвектоматы обеспечивают габаритами установленными техническим паспортом объемам и конфигураций. Количество пароконвектоматов рассчитывается, исходя из производственной мощности и количества обучающихся.

С учетом использования щадящих методов приготовления блюд (парение, тушение, припускание и т.п.) и современных технологий приготовления основных блюд на пищеблоке необходимо наличие электрического духового (или жарочного) шкафа (на 3 или 4 секции), электросковороды.

Для раздачи основных блюд, приготовленных и (или) подаваемых с соусами, необходимо наличие на пищеблоке специального кухонного инвентаря (разливочные ложки, соусницы) с мерной меткой установленных объемов (50, 75 мл и т.д.). Для соусов необходимо наличие не менее 3 кастрюль объемом по 10 л. (400 чел. x 75 мл).

Для раздачи блюд жидкой (полужидкой) консистенции (первые, третьи блюда, жидкие каши, молочные супы и т.п.) необходимо наличие на пищеблоке специального кухонного инвентаря (ковши) с длиной ручки, позволяющей при приготовлении и раздаче перемешивать весь объем блюда в кастрюле, с мерной меткой установленных объемов (200, 250 мл и т.д.).

3.4. Производственные помещения пищеблоков оснащаются достаточным количеством холодильного оборудования для обеспечения условий, сроков хранения и товарного соседства различных видов продуктов и сырья.

3.5. Всё установленное в производственных помещениях технологическое и холодильное оборудование должно находиться в исправном состоянии.

В случае выхода из строя какого-либо технологического оборудования необходимо внести изменения в меню.

Ежегодно перед началом нового учебного года проводится технический контроль исправности технологического оборудования.

3.6. При доставке готовых блюд и холодных закусок в буфетыраздаточные должны использоваться изотермические емкости, внутренняя поверхность которых выполнена из материалов, отвечающих требованиям, предъявляемым к материалам, разрешенным для контакта с пищевыми продуктами и поддерживает требуемый температурный режим.

3.7. В буфетах-раздаточных должны быть предусмотрены объемнопланировочные решения, набор помещений и оборудование,

позволяющие осуществлять реализацию блюд, кулинарных изделий, а также приготовление горячих напитков и отдельных блюд.

Буфеты-раздаточные оборудуются минимальным набором помещений и оборудования:

- не менее 2-х моечных ванн (или одной 2-х секционной) с обеспечением горячей и холодной воды к ним через смесители с душевыми насадками;
- раковина для мытья рук; - два цельнометаллических производственных стола: один для термоконтейнеров, второй — для нарезки (хлеба, овощей, сыра, масла и т.п.);
- холодильник (холодильный шкаф); - стеллаж (шкаф) для хранения чистых: кухонного разделочного инвентаря, ножей, досок, столовой посуды и приборов.

Перед входом в комнату для приема пищи или непосредственно в комнате устанавливается не менее 2-х раковин для мытья рук обучающихся.

3.8. Порционирование и раздача блюд осуществляется персоналом пищеблока в одноразовых перчатках, кулинарных изделий (выпечка и т.п.) — с использованием специальных щипцов.

IV. Обеспечение контроля качества и организации питания обучающихся

4.1. Общеобразовательная организация является ответственным лицом за организацию и качество горячего питания обучающихся.

4.2. Независимо от организационных правовых форм, юридические лица и индивидуальные предприниматели, деятельность которых связана с организацией и (или) обеспечением горячего питания обучающихся обеспечивают реализацию мероприятий, направленных на охрану здоровья обучающихся, в том числе:

- соблюдение требований качества и безопасности, сроков годности, поступающих на пищеблок продовольственного сырья и пищевых продуктов; - проведение производственного контроля, основанного на принципах ХАССП, - проведение лабораторного контроля качества и безопасности готовой продукции в соответствии с рекомендуемой номенклатурой, объемом и периодичностью проведения лабораторных и инструментальных исследований (приложение 5 к настоящему МР).

Лабораторные и инструментальные исследования обеспечивают подтверждение безопасности приготовляемых блюд, их соответствие гигиеническим требованиям, предъявляемых к пищевым продуктам, а также подтверждение безопасности контактирующих с пищевыми продуктами предметами производственного окружения.

4.3. Общеобразовательная организация разъясняет принципы здорового питания и правила личной гигиены обучающимся.

4.4. Во время организации внеклассной работы педагогическому коллективу рекомендуется проведение бесед, лекций, викторин, иных форм и методов занятий по гигиеническим навыкам и здоровому питанию, в том числе о

значении горячего питания, пищевой и питательной ценности продуктов, культуры питания.

4.5. Наглядными формами прививания навыков здорового питания могут быть плакаты, иллюстрированные лозунги в столовой, буфете, в «уголке здоровья» и т.п.

4.6. Решение вопросов качественного и здорового питания обучающихся, пропаганда основ здорового питания рекомендуется организовывать во взаимодействии образовательной организации с общешкольным родительским комитетом, общественными организациями.

4.7. При подготовке к проведению конкурсных процедур (аукционов) по поставке продуктов и (или) организации питания обучающимся общеобразовательной организацией или лицом, ответственным за проведение данных процедур, определяются виды и количественные объемы необходимых продуктов, а также предъявляются технические характеристики качества каждого наименования продукта (приложение 6 к настоящим МР). Данные характеристики учитываются и при определении прямых поставок продукции (без конкурсных процедур).

4.8. При подготовке технического задания на проведение конкурса (аукциона и пр.) на поставку продуктов, необходимо вносить такие характеристики, как калибровка фруктов (определение среднего веса (яблока 100-120 ГР, мандарин — 60-70 гр и др.); кроме того, обязательными условиями является соответствие продуктов (по наименованиям, группам) требованиям технических регламентов.

V. Организация мониторинга горячего питания.

5.1. Мониторинг горячего питания проводится с целью оценки эффективности организации горячего здорового питания обучающихся в общеобразовательных организациях, повышения доступности здорового питания, формирования у обучающихся навыков здорового питания. Мониторинг проводят учредитель общеобразовательной организации, государственные и муниципальные органы управления образованием и орган управления общеобразовательной организацией.

5.2. Показателями мониторинга горячего питания являются:

- количество обучающихся всего, в т.ч. 1-4 классов, 5-11 классов;
- количество обучающихся в первую смену всего, в т.ч. 1-4 классов, 5-11 классов;
- количество обучающихся во вторую смену всего, в т.ч. 1-4 классов, 5-11 классов;
- тип пищеблока (столовые, работающие на продовольственном сырье, столовые, работающие на полуфабрикатах (доготовочные), буфетыраздаточные);
- количество посадочных мест в обеденном зале;
- соответствие меню положениям настоящих рекомендаций;
- организация и проведение производственного контроля и лабораторных исследований (испытаний) в соответствии с положениями

настоящих рекомендаций; - наличие родительского (общественного контроля) за организацией питания детей;

- объем и вид пищевых отходов после приема пищи; - информация по выполнению контрактных обязательств о качестве и безопасности поставляемых пищевых продуктов.

- удовлетворенность питанием обучающихся и родителей.

5.3. С целью автоматизации процедур сбора и оценки показателей используются программные средства.

Приложение 1
к МР 2.4.0/79-20

Среднесуточные наборы пищевых продуктов, в том числе, используемые для приготовления блюд и напитков, для обучающихся общеобразовательных организаций (в нетто г, мл, на 1 ребенка в сутки)

	Наименование пищевой продукции или группы пищевой продукции	Итого за сутки	
			12 лет и старше
	Хлеб ржаной		
2	Хлеб пшеничный		
3	Мука пшеничная		
4	Крупы, бобовые		
5	Макаронные изделия		
6	Картофель		
7	Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленые и квашеные*, в т.ч. томат-пюре, зелень, г	280	320
8	Фрукты свежие		
9	Сухофрукты	15	
	Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. INSTANTНЫЕ	200	200
11	Мясо 1-й категории		
12	Субпродукты (печень, язык, сердце)		
13	Птица (цыплята-бройлеры потрошенные — 1 кат)		
14	Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосоленое		
15	молоко 3,5 0/0		

16	Кисломолочная пищевая продукция		
17	Творог (не более 994 м.д.ж.)	50	60
'9	Сметана (не более 15 ⁰ /0 м.д.ж.)		10
20	Масло сливочное		
²¹	Масло растительное		
22	Яйцо, шт.		
23	Сахар**		
24	Кондитерские изделия		
26	Какао-порошок		
27	Кофейный напиток		
28	Дрожжи хлебопекарные		
29	Крахмал		
30	Соль пищевая поваренная йодированная		
3 1	Специи	2	2

Примечание: в период проведения спортивных соревнований, сборов (игр), слетов и т.п. нормы питания должны быть увеличены не менее чем на 10⁰/0.

- - соленые и квашеные овощи - не более 10⁰,4 от общего количества овощей.

** - в том числе для приготовления блюд и напитков, в случае использования пищевой продукции промышленного выпуска, содержащих сахар, выдача сахара должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в используемом готовой пищевой продукции.

Приложение 2
к МР 2.4.0179-20

Вариант 1. Примерное меню завтраков для обучающихся 1-4-х и 5-11-х классов

Название блюда	1-4 классы	5-11 классы
	Выход (вес) порции (мл или г)	Выход (вес) порции (мл или)
1 НЕДЕЛЯ		
Понедельник		
Каша г ечная молочная	200	220

	200	200
Хлеб	30	
Масло сливочное		
Сы Российский и д)	15	15
Итого	455	
Вторник		
Омлет натальный		
Зеленый горошек отварной консервированный	25	30
Компьютерный напиток		200
Хлеб * *		
Масло сливочное		
Итого		
Рыба запеченная		
Капучино		
Чай с лимоном*	200/7	200/7
Хлеб * *		
Масло сливочное		
Итого		
Четверг		
Запеканка творожно-морковная со сметанным соусом	200/15	220/20
Какао с молоком	200	200
Хлеб * *		
Масло сливочное		
Итого	455	480
Пятница		
Макаронные изделия с тертым сыром	180	200
	200	200

Хлеб * *	30	
Масло сливочное		
Итого	420	44
2 НЕДЕЛЯ		
Понедельник		
Каша пшеничная молочная	200	220
Чай фруктовый*		200
Хлеб * *		
Масло сливочное		
Сы (Российский и др.)		
Итого	455	475
Вторник		
Запеканка рисовая со сметанным соусом	200/15	220/20
Какао с молоком	200	200
Хлеб * *		
Масло сливочное		
Итого	455	480
Каша овсяная молочная	200	220
Чай*	200	200
Хлеб**		
Масло сливочное		
Сы (Российский и др.)		
Итого		
Четверг		
Питание фруктовое с изюмом		
Подлива фруктовая		
Кофейный напиток	200	200
Хлеб* *	30	30

Масло сливочное		
Итого	455	480
Пятница		
Биточки (мясо или птица)		
Макаонные изделия		
Чай с лимоном*	200/7	200/7
Хлеб **		
Масло сливочное		
Итого		

Вариант 2. Примерное меню завтраков для обучающихся 1-4-х и 5-11-х классов

Название блюда	1-4 классы	5-11 классы
	Выход (вес) порции (мл или г)	Выход (вес) порции (мл или г)
1 НЕДЕЛЯ		
Понедельник		
Суп молочный с макаронными изделиями	200	220
Чай *	200	
Сы (Российский и д)	15	
Масло сливочное		
Хлеб **		

Итого	455	475
Вторник		
Омлет натуральный		
Моквотая [м	60	80
Койный напиток		
Масло сливочное		
Сы (Российский и д)	15	15

Итого		
С еда		
Запеканка исовая	200	220
Кисель из ягод (замороженных или свежих)	200	200
Йогурт поционный		
	30	30
Итого	555	575
Четверг		
Сырники творожно-морковные с соусом молочным	200/15	220/20
Какао с молоком	200	200
Хлеб * *	30	
Масло сливочное		
Итого	455	480
Пятница		
Тетеличные	80	100
Каша овсяная	150	180
Компот из фруктов	200	200
	30	30
Итого	460	510
2 НЕДЕЛЯ		
Понедельник		
Каша манная молочная	200	220
Сыр (Российский и др.)	15	15
Чай с лимоном *	200/7	200/7
Хлеб * *		
Масло сливочное		
Итого	462	482
Вторник		
Биточки (мясо или птица)	80	100
Макаронные изделия		
отвар		
Какао с молоком	200	200

Хлеб * *		
Масло сливочное		
Итого	470	520
С еда		
Кукуруза консервированная отва ная	25	30
Омлет на альный		
Ко ейный напиток	200	200
	30	30
Сы (Российский и д		
Итого		
Четве г		
Каша вязкая молочная из пшеничной к упы	200	220
	200	200
Хлеб**		
Масло сливочное		
Сы Российский и д		
Итого	455	475
Пятница		
Те тели (мясо или птица)		
Каша г ечневая асыпчатая		
Овощи свежие в на езде		
Сок уктовый	200	200
Итого	520	590

Примечание:

* - можно готовить без добавления сахара, при подаче сахар можно подавать порционно (фасованный) или в сахарнице.

** - отдавать предпочтение хлебу 2 сорта, обогащенным видам, в том числе с пищевыми волокнами.

Вариант 1. Примерное меню обедов для обучающихся

1-4-х и 5-11-х классов

Название блюда	1-4 классы	5-11 классы
	Выход (вес) порции (мл или г)	Выход (вес) порции (мл или г)
1 НЕДЕЛЯ		
Понедельник		
Салат зеленый с помидорами с /м		
Спгоховый	250	250
Биточки (мясо, птица)	80	100
Овощное агу	150	
Компот из со ктов	200	200
Хлеб пшеничный	20	20
Хлеб жано жано-пшеничный		
		840
Вто НИК		
Огурцы свежие (или соленые) в на еске	60	60
Бо щ со сметаной	250/10	250/10
Рыба припущенная	80	
Ка то ель отва ной (запеченный)		
Кисель из ягод (замороженных или свежих)	200	200
Хлеб пшеничный	20	20
Хлеб жано (жано-пшеничный)		
Итого	800	850

Салат из свежих овощей с /м		
Суп исовый с ка то елем	250	250
Бе с оганов		
Мака онные изделия отва ные		
Компот из плодов сухих (шиповник)*	200	200

Хлеб пшеничный		
Хлеб жаной (жано-пшеничный)		
Итого		
Четве г		
Помидор свежий (или соленый) в на еске	60	60
Щи из свежей кап сты	250	
Плов из птицы		
Компот из свежих яблок	200	200
Хлеб пшеничный	20	20
Хлеб жаной (жано-пшеничный)		
Итого	760	
Пятница		
Салат из мо кови с яблоком с /м		
С п с мака онными изделиями		
Печень по-ст огановски	80	
Ка то ельное пю е		
Кисель из ягод (замороженных или свежих	200	200
Хлеб пшеничный	20	
Хлеб жаной		
Итого		
2 НЕДЕЛЯ		
Понедельник		
Овощи свежие (или соленые) в на еске	60	60
Суп овощной со сметаной	250/10	250/10
Те тели мясные)		
Рис п ипущенный		
Компот из свежих яблок	200	200
Хлеб пшеничный		

Хлеб жаной		
Итого	800	850
Вто НИК		
Сапат зеленый с ог цомс [м		
Рассольник по-ленинг адски		
Рыба. запеченная с картофелем посски	200	250
Сок товый (овощной)		
Хлеб пшеничный		
Хлеб жаной		
Итого	760	810
Салат витаминный с [м		
Суп картофельный с соевой крупой	250	250
Котлеты (мясо или птица)	80	
Макаронные изделия		180
Компот из сухо плодов	200	200
Хлеб пшеничный		
Хлеб жаной		30
Итого		840
Четверг		
Помидор свежий (или соленый) в нарезке	60	60
Борщ со сметаной	250/10	250/10
Жако по-домашнем	200	250
Кисель из ягод (замороженных или свежих)	200	200
Хлеб пшеничный		
Хлеб жаной		
Итого	770	820

Пятница		
Салат из моркови с яблоками с [м		
Суп рыбный		
Котлета рубленая (мясо или птица), запеченная с соевым молочным	100	120
Каша гречневая рассыпчатая		
Компот из плодов сухих (шиповник)*	200	200
Хлеб пшеничный		
Хлеб жемчужный		
Итого	810	860

Примечание:

* - рекомендуется готовить без добавления сахара, при подаче сахар можно подавать порционно (фасованный).

Вариант 2. Примерное меню обедов для обучающихся 1-4-х и 5-11-х классов

Название блюда	1-4 классы	5-11 классы
	Выход (вес) порции мл или г)	Выход (вес) порции мл или г)
1 НЕДЕЛЯ		
Понедельник**		
Салат из свеклы с [м	60	
Спасский с к упой		
Бетоганов		
Капстапенная		
Компот из сухофруктов	200	200
Хлеб пшеничный		
Хлеб жемчужный (жемчужно-пшеничный)		
Итого	790	840
Вторник		

Ик а кабачковая		
Щи из свежей (или квашеной) капуста с картофелем	250	250
Рыба пипиценная		
Картофельное пюре	150	
Кисель из ягод (замороженных или свежих)	200	200
Хлеб пшеничный		
Хлеб жаноной(жано-пшеничный)		
Итого		840
Капуста квашеная		
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	250
Тефтели (мясо, птица)		
Каша германская рассыпчатая		
Компот из плодов сухих (шиповник)	200	200
Хлеб пшеничный	20	
Хлеб жаноной(жано-пшеничный)		
Итого		
Четверг		
Салат из моркови [м]	60	
Борщ с картофелем и фасолью		
Плов из мяса птицы)	200	
Напиток клюквенный		
Хлеб пшеничный		
Хлеб жаноной (жано-пшеничный)		
Итого		
Пятница		

Ог ец соленый		
Суп овощной с мясными икадельками	250/20	250/20
Котлета ыбная		
Ка то ель отва ной		
Кисель из ягод (замороженных или свежих)	200	200
Хлеб пшеничный		
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		
Итого		
2 НЕ ЕЛЯ		
Понедельник		
Овощи свежие (или соленые) в на еске (огу цы)	60	60
Бо щ со сметаной	250/10	250/10
Те тели (мясные)		
Ве мишель отва ная		
Компот из ягод (замороженных или свежих)	200	200
Хлеб пшеничный		
Хлеб жаной		
Итого	800	850
Вто ник		
Салат из свеклы с [м		
Суп ыбный		
Ку ы тушеные		
Рис п ипущенный		
Компот из плодов с их (изюм)*	200	200
Хлеб пшеничный		
Хлеб жаной (жано-пшеничный)	30	30
Итого	790	840

С еда		
Салат картофельный с зеленым го ошкомс [м	60	60
Суп овощной		
Жа кое по-домашнем	200	250
Компот из с о ктов	200	
Хлеб пшеничный		
Хлеб ржаной (жано-пшеничный		
Итого	760	810
Четве г		
Винег етс /м	60	
Рассольник по-ленинг адски		
Рыба т шеная в томате с овощами	200	250
Кисель из ягод (замороженных или свежих)	200	200
Хлеб пшеничный	20	20
Хлеб жаной (жано-пшеничный)		
Итого	760	810
Пятница		
Овощи в на еске — ог ец свежий		
Бо щ со сметаной	250/10	250/10
Биточки (мясо или птица)		
Каша исовая		
Напиток клюквенный		200
Хлеб пшеничный		
Хлеб ржаной (жано-пшеничный)		
Итого	800	850

Примечание:

* - рекомендуется готовить без добавления сахара. при подаче сахар можно подавать порционно (фасованный).

Таблица замены пищевой продукции в граммах (нетто)
с учетом их пищевой ценности

Вид пищевой продукции	Масса, г	Вид пищевой продукции-заменитель	Масса, г
Мясо говядины	100	Мясо кролика	96
		Печень говяжья	116
		Мясо птицы	97
		Рыба (филе)	
		Творог 9 ⁰ /0	120
		Баранина II кат.	97
		Конина I кат.	104
		Мясо лосося (промышленного производства)	95
		Оленина (промышленного производства)	104
		Консервы мясные	120
Молоко питьевое 3,2 ⁰ /0 м.д.ж.		Творог 9 ⁰ /0	20
		Мясо (говядина I кат.)	15
		Мясо (говядина II кат.)	15
		Рыба (филе)	20
		Сыр	10
		Яйцо куриное	20
Творог 9 ⁰ /0		Мясо говядина	90
		Рыба (филе)	
Яйцо куриное (1 шт.)	40	Творог 9 ⁰ ,4	
		Мясо (говядина)	
		Рыба (филе)	35
		Молоко цельное	200
			20
Рыба (филе)		Мясо (говядина)	85
		Творог 9 ⁰ /0	
Картофель	100	Капуста белокочанная	370
		Капуста цветная	80
		Морковь	240
		Свекла	190

	Бобы (фасоль), в том числе консервированные	33
	Горошек зеленый	40
	Горошек зеленый консервированный	64
	Кабачки	300

Вид пищевой продукции	Масса, г	Вид пищевой продукции-заменитель	Масса, г
Фрукты свежие		Фрукты консервированные	
		Соки фруктовые	200
		Соки фруктово-ягодные	200
		Сухофрукты:	
		Яблоки	15
	Чернослив	15	
	Курага	15	
	Изюм	20	

Рекомендуемый минимальный перечень
оборудования производственных помещений
пищеблоков общеобразовательных организаций

Наименование производственного помещения	Оборудование
Склады	Стеллажи, подтоварники, среднетемпературные и низкотемпературные холодильные шкафы (при необходимости), психрометр
Овощной цех (первичной обработки овощей)	Производственные столы (не менее двух), картофелеочистительная и овощерезательная машины. моечные ванны (не менее двух). раковина для мытья рук
Овощной цех (вторичной обработки овощей)	Производственные столы (не менее двух), моечная ванна (не менее двух), универсальный механический привод или (и) овощерезательная машина, холодильник, раковина для мытья рук
Холодный цех	Производственные столы (не менее двух), контрольные весы, среднетемпературные холодильные шкафы (в количестве, обеспечивающем возможность соблюдения «товарного соседства» и хранения необходимого объема пищевых продуктов). универсальный механический привод или (и) овощерезательная машина, бактерицидная установка для обеззараживания воздуха, моечная ванна для повторной обработки овощей, не подлежащих термической обработке, зелени и фруктов, контрольные весы, раковина для мытья рук
Мясо-рыбный цех	Производственные столы (для разделки мяса, рыбы и птицы) — не менее трех, контрольные весы, среднетемпературные и при необходимости, низкотемпературные холодильные шкафы (в количестве, обеспечивающем возможность соблюдения «товарного соседства» и хранения необходимого объема пищевых продуктов), электромясорубка, моечные ванны (не менее двух), раковина для мытья рук. В базовых предприятиях питания предусматривается наличие фаршемешалки и котлетоформовочного автомата
Помещение для обработки яиц	Производственный стол, три моечных ванны (емкости), емкость для обработанного яйца, раковина для мытья рук

Мучной цех	Производственные столы (не менее двух), тестомесильная машина, контрольные весы, пекарский шкаф, стеллажи, моечная ванна, раковина для мытья рук. В данном производственном помещении должны быть обеспечены условия для просеивания муки
Доготовочный цех	Производственные столы (не менее трех), контрольные весы, среднетемпературные и низкотемпературные холодильные шкафы (в количестве, обеспечивающем возможность соблюдения

	«товарного соседства» и хранения необходимого объема полуфабрикатов). овощерезка, моечные ванны (не менее трех), раковина для мытья рук, настенные часы
Помещение для нарезки хлеба	Производственный стол, хлебрезательная машина, шкаф для хранения хлеба, раковина для мытья рук
Горячий цех	Производственные столы (не менее двух: для сырой и готовой продукции), электрическая плита, электрическая сковорода, духовой (жарочный) шкаф или пароконвектомат, электропривод для готовой продукции, электроротел, контрольные весы, раковина для мытья рук, настенные часы
Раздаточная зона	Мармиты для первых, вторых и третьих блюд и холодильным прилавком (витриной, секцией)
Моечная для мытья столовой посуды	Производственный стол, посудомоечная машина, трехсекционная ванна для мытья столовой посуды, двухсекционная ванна - для стеклянной посуды и столовых приборов, стеллаж (шкаф), раковина для мытья рук
Моечная кухонной посуды	Производственный стол, две моечные ванны, стеллаж, раковина для мытья рук
Моечная тары	Двухсекционная моечная ванна
Производственное помещение буфетараздаточной	Производственные столы (не менее двух), электроплита, холодильные шкафы (не менее двух), раздаточную, оборудованную мармитами; посудомоечную, раковина для мытья рук
Посудомоечная буфета-раздаточной	Трехсекционная ванна для мытья столовой посуды, двухсекционная ванна - для стеклянной посуды и столовых приборов, стеллаж (шкаф), раковина для мытья рук
Комната приема пищи	Производственный стол, электроплита, холодильник, шкаф, моечная ванна, раковина для мытья рук

Рекомендуемая номенклатура, объем и периодичность проведения лабораторных и инструментальных исследований в организациях питания общеобразовательных организаций

Вид исследований	Объект исследования (обследования)	Количество, не менее	Кратность, не реже
Микробиологические исследования проб готовых блюд на соответствие требованиям санитарного законодательства	Салаты, сладкие блюда, напитки, вторые блюда, гарниры, соусы, творожные, яичные, овощные блюда	2-3 блюда исследуемого приема пищи	2 раза в год
Калорийность, выход блюд и соответствие химического состава блюд рецептуре	Рацион питания		раз в год
Контроль проводимой витаминизации блюд	Третьи блюда	блюдо	2 раза в год
Микробиологические исследования смывов на наличие санитарнопоказательной микрофлоры (БГКП)	Объекты производственного окружения, руки и спецодежда персонала	5-10 смывов	раз в год
Микробиологические исследования смывов на наличие возбудителей иерсиниозов	Оборудование, инвентарь в овощехранилищах и складах хранения овощей, цехе обработки овощей	5-10 смывов	раз в год
Исследования смывов на наличие яиц гельминтов	Оборудование, инвентарь, тара, руки, спецодежда персонала. сырые пищевые продукты (рыба, мясо, зелень)	5 смывов	1 раз в год
Исследования питьевой воды на соответствие требованиям санитарных норм, правил и гигиенических нормативов по химическим и микробиологическим показателям	Питьевая вода из разводящей сети помещений: моечных столовой и кухонной посуды; цехах: овощном, холодном, горячем,	2 пробы	1 раз в год

	доготовочном (выборочно)		
--	-----------------------------	--	--

Приложение 6
к мр 2.4.774-20

СПРАВОЧНАЯ ИНФОРМАЦИЯ О ПИЩЕВЫХ ПРОДУКТАХ ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ КОНКУРСНОЙ ДОКУМЕНТАЦИИ

11/11	Наименование пищевой продукции	Характеристики пищевой продукции (соответствие требованиям*)
	абрикосы свежие	гост 32787/2014
2.	абрикосы с косточкой без косточки (клубника)	гост 32896-2014
3.	апельсины свежие	гост 34307/2017
4.	баклажаны свежие	гост 31821-2012
5.	бананы свежие	ГОСТ Р 51603-2000
6.	бананы быстрого замораживания	гост 33823-2016
7.	бананы	гост 34113-2017
8.	виноград сушеный	гост 6882-88.
9.	вишня быстрого замораживания	гост 33823-2016
Ш.	горох шлифованный: целый или колотый	гост 6201-68 с 01.1 12020 гост 28674-2019
11.	горошек зеленый быстрого замораживания	ГОСТ Р 54683-2011
12.	горошек зеленый консервированный	ГОСТ 34112-2017
13.	горошек свежие	гост 33499/2015
14.	жем	ГОСТ 31712-2012
15.	зелень свежая (лук, укроп)	гост 34214-2017, гост 32856-2014
16.	йогурт или биокефир	гост 31981/2013
17.	кабачки (цуккини) быстрого замораживания	ГОСТ Р 54683-2011
18.	кабачки свежие	гост 31822-2012
19.	какао-напиток витаминизированный быстрого замораживания	гост 108-2014
20.	капуста белокочанная свежая раннеспелая, среднеспелая, среднепоздняя и позднеспелая	ГОСТ Р 51809-2001
21.	капуста брокколи быстрого замораживания	ГОСТ Р 54683-2011
22.	капуста брюссельская быстрого замораживания	ГОСТ Р 54683-2011
23.	капуста квашеная	гост 34220-2017
24.	капуста китайская (пекинская) свежая	гост 34323-2017

Приложение

25.	капуста свежая очищенная в вакуумной упаковке (белокочанная или крессовидная)	ТУ изготовителя
26.	капуста цветная бланшированная	ГОСТ Р 54683-2011
27.	капуста цветная свежая	гост 33952-2016.
28.	картофель пшеничный свежий	гост 7176-2017
29.	картофель свежий очищенный в вакуумной упаковке	ТУ изготовителя
30.	киви свежие	гост 31823/2012
31.	кисель	ГОСТ 18488-2000
32.	кислота лимонная	гост 908-2004
33.	клубника бланшированная	гост 33823-2016
34.	клюква бланшированная	гост 33823-2016
35.	квашеная овощная из кабачков	гост 2654-2017
36.	консервы рыбные	гост 7452-2014, гост32156-2013
37.	кунжут белый	ГОСТ Р 53876-2010

38.	к па г ечневая яд ица	ГОСТ Р 55290-2012
39.	к Па К зная шли ованная К	гост 6002-69
40.	к па овсяная	гост 3034-75
41.	к па пшеничная	гост 276-60
42.	к па пшено шли ованное	гост 572-2016
43.	к а ис шли ованный)	гост 6292-93
44.	к упа ячменная пе ловая	гост 5784-60
45.	кукуруза сахарная в зерни, консе ви ованная	гост 341 14-2017
46.	лав овый лист	гост 17594-81
47.	лимоны свежие	гост 34307/2017
48.	лук епчатый свежий	гост 34306-2017
49.	лук репчатый свежий очищенный в вак мной паковке	ТУ изготовителя
50.	мак пищевой	ГОСТ Р 52533-2006
51.	макаронные изделия группы А (вермишель, лапша) яичные	гост 31743-2017
52.	малина быст озамо оженная	гост 33823-2016
53.	манда ины свежие не ниже со та)	гост 34307/2017
54.	масло подсолнечное	гост 129-2013
55.	масло сладко-сливочное несоленое	гост 32261-2013
56.	мед на альный	гост 19792-2017
57.	молоко питьевое	гост 32252-2013 гост 31450-2013
58.	молоко цельное сг щенное с саха ом	ГОСТ31688-2012
59.	молоко сте илизованное концент и ованное	гост 3254/2017
60.	мо ковь столовая свежая	гост 32284-2013
61.	м ка пшеничная хлебопека ная	гост 26574-2017
62.	мясо, замороженное в блоках — говядина, для детского питания	гост 31799-2012
63.	мясо индейки охлажденное. замо оженное	ГОСТ Р 52820-2007
64.	на Ий дв глекислый (сода пищевая)	гост 2156-76
65.	некта ины свежие	гост 34340/2017
66.	некта ы ктовые и уктово-овощные	ГОСТ32104-2013
67.	огурцы консервированные без добавления кусуса	ТУ производителя
68.	ог цы свежие	гост 33932-2016
69.	огурцы соленые стерилизованные (консе ви ованные без добавления укс са)	гост 34220-2017
70.	пе ец сладкий свежий	гост 34325-2017
71.	плоды шиповника с шеные	гост 1994-93

72.	повидло	гост 32099-2013
73.	полуфабрикаты мясные крупнокусковые бескостные	ГОСТ Р 54754-2011
74.	полуфабрикаты натуральные кусковые (мясокостные и бескостные) из мяса индейки охлажденные. замо оженные	гост 31465-2012
75.	полуфабрикаты натуральные кусковые (мясокостные и бескостные) из мяса кур и мяса цыплят-б ойле ов охлажденные	гост 31465-2012
76.	едис свежий	гост 34216-2017
77.	рыба мороженая (треска, пикша, сайра, минтай. хек, ок нь мо ской, с дак, ке аль, го б ша, кета, не ка, семга, о ель)	гост 32366-2013
78.	салат свежий (листовой, кочанный)	гост 33985-2016
79.	сахар-песок или сахар белый к исталлический	гост 33222-2015
80.	сахар-песок или сахар белый к исталлический по ционный	гост 33222-2015
81.	свекла свежая очищенная в вакуумной упаковке	ТУ изготовителя
82.	свекла столовая свежая	гост 32285-2013
83.	сиропы на плодово-ягодном, плодовом или ягодном сырье (без консервантов) в ассо тименте	гост 28499-2014
84.	слива свежая	гост 32286/2013
85.	сметана	гост 31452-2012
86.	смо одина че ная быст шамо оженная	гост 33823-2016
87.	соль поваренная пищевая выварочная йоди ованная	ГОСТ Р 51574-2018
88.	с бп од кты - печень	ГОСТ З ' 799-2012
89.	сухари панировочные из хлебных сухарей высшего со та	гост 28402-89
90.	сы ы полутве дые	гост 32260-2013
91.	тво ог (не выше 994 жи ности)	гост 31453-2013
92.	томатная паста или томатное пю е без соли	гост 3343-2017
93.	томаты свежие	гост 34298-2017
94.	тушки цыплят-бройлеров потрошенные охлажденные, замо оженные	ГОСТ Р 52306-2005
95.	фасоль продовольственная белая или к асная	гост 7758-75
96.	уктовая смесь быс шамо оженная	гост 33823-2016
97.	кты косточковые с шеные (че нослив)	гост 32896-2014
98.	хлеб белый из пшеничной муки	гост 26987-86, гост з 1752-2012.

99.	хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирочной и пшеничной хлебопекарной	гост 31752-2012, гост 31807-2018, гост 26983-2015
100.	хлеб зерновой	гост 25832-89
101.	хлеб из муки пшеничной хлебопекарной, обогащенный витаминами и минеральными веществами	ТУ изготовителя
102.	хлопья овсяные (вид геркулес, экстра)	гост 21 149-93
103.	чай черный байховый в ассортименте	ГОСТ Р 32573-2013
104.	черешня свежая	гост 33801/2016
105.	яблоки свежие	гост 34314/2017
106.	ягоды ежевики	гост 16833-2014
107.	яйца куриные столовые	гост 31654-2012
108.	крупа манная	гост 7022-97 с 01.1 1.2020 гост 7022-2019

Примечание:

* по ГОСТ или по ТУ изготовителя с показателями не ниже ГОСТ.