

**Пояснительная записка  
к Меню приготавливаемых блюд для возрастной категории  
7-11 лет лет на зимне-весенний период**

Меню приготавливаемых блюд для возрастной категории 7-11 лет на зимне-весенний период составлено ООО «ВИТА-ЛАЙН»

Питание детей во время пребывания в образовательных учреждениях является одним из важных условий поддержания их здоровья и способности к эффективной учебе и занятиям спортом.

Циклическое 10-ти дневное меню составлено на основании нормативных документов и методических рекомендаций: СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», рекомендаций Роспотребнадзора (МР 2.4.0179-20 «Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций»).

При составлении циклического 10-ти дневного меню учтены:

- масса порций для детей в зависимости от возраста (Приложение №9 Таблица №1 СанПиН 2.3./2.4.3590-20);
- суммарные объемы блюд по приемам пищи (Приложение №9 Таблица №3 СанПиН 2.3./2.4.3590-20);
- возраст детей и время их пребывания в общеобразовательном учреждении
- потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах (Приложение №10 Таблица №1 СанПиН 2.3./2.4.3590-20);
- распределение в процентном соотношении потребления пищевых веществ и энергии по приемам пищи в зависимости от времени пребывания в организации (Приложение №10 Таблица №3 СанПиН 2.3./2.4.3590-20);
- разнообразие ассортимента блюд, оптимальное соотношение пищевых продуктов (белков, жиров, углеводов), что обеспечивает качественную полноценность рационов;
- сочетаемость продуктов питания.

Приготовление блюд осуществляется с использованием технологических карт, разработанных на основании сборников рецептов:

- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи плюс , 2017.- 544с.;

- Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков; Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

- СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ. ФГАУ НЦЗД МИНЗДРАВА РОССИИ, ФГБУН ФИЦ Питания, биотехнологии и безопасности пищи, Отраслевой союз развития социального питания, НП СРО «АПСПОЗ» под редакцией заместителя Президента Российской академии образования Академика РАН профессора Онищенко Г.Г.и научного руководителя ФГБУН «ФИЦ Питания, биотехнологии и безопасности пищи» Академика РАН В.А.Тутельяна — М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2022. — 698 с.

Адекватная технологическая (кулинарная) обработка продуктов (сырья), обеспечивает высокие вкусовые качества кулинарной продукции и сохранность пищевой ценности всех продуктов.

Директор ООО «Вита-Лайн»

 / Н.Н.Клоков