

Утверждаю:
Директор

МБОУ «Судинская СОШ»

/О.Н.Воронина/



**Примерное двухнедельное меню
структурного подразделения Детский сад «Семицветик»
с 10,5 часовым пребыванием детей
от 1 до 3 лет**

С. Суда, 2022

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Предлагаемое меню, является единым для детей дошкольного возраста с 10,5-часовым пребыванием детей в дошкольном образовательном учреждении (далее – ДОО). Меню разработано на основании Санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020г. №32) с 10,5 -часовым пребыванием детей организуется 4-х разовое питание: завтрак; второй завтрак, обед и полдник.

В связи с этим на одного ребенка в возрасте от 1 до 3 лет на завтрак приходится 20% от суточной нормы питания ребенка – 280 ккал ($\pm 5\%$); на второй завтрак 5% - 70 ккал ($\pm 5\%$); на обед 35% - 490 ккал ($\pm 5\%$); и на полдник 15% - 210 ккал ($\pm 10\%$). Итого: 1050 ккал ($\pm 10\%$).

Соответственно: хлеб пшеничный – 45 грамм, хлеб ржаной - 30 грамм, соль йодированная – 2,25 грамм.

Ассортимент блюд, на основе которого сформировано примерное меню, включает только те блюда и кулинарные изделия, которые соответствует рецептурам и технологии приготовления, гигиеническим требованиям.

При составлении и использовании данного меню следует руководствоваться методическими рекомендациями: сборником технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений разработанный ЗАО «Уральский региональный центр питания» А.Я.Перевалов, 2012; сборником рецептур, технических нормативов на продукцию кондитерского производства, М.П.Могильный, Москва, 2011.

Питание должно быть дифференцированным по величине разового и суточного объема пищи. Также допускается замена некоторых блюд, вызванная практической необходимостью.

Замена отдельных видов продовольственного сырья и пищевых продуктов при приготовлении блюд и кулинарных изделий, предусмотренных рационом питания, проводится в соответствии с нормами взаимозаменяемости продуктов (СанПиН 2.3/2.4.3590 -20 приложение №11).

В исключительных случаях, в течение ограниченного времени, как правило, в случаях неожиданных срывов поставки продуктов, допускается при формировании рациона питания использовать в его составе кулинарные изделия и блюда, приготовленные из других видов сырья со схожей пищевой ценностью. Так, блюда из рыбы, яиц, творога могут служить для замены ими мясных блюд равных им пищевой ценности. В то же время мясо нельзя заменять крупой, а молоко фруктами и т.п. В отдельные дни, при отсутствии натуральных продуктов, могут использовать консервированные молочные, овощные, мясные консервы.