**Пояснительная записка**

 **примерного меню для организации питания учащихся**

 **ГБОУ «СОШ № 19 с.п.Сагопши» на 2021/2022 учебный год**

 В ГБОУ «СОШ № 19 с.п.Сагопши» обучаются 652 учащихся из них 275 человек в 1-4-х классах. В школе имеется пищеблок, который расположен на первом этаже. Работает пищеблок на сырье. Состав помещений: горячий цех, моечная, складные помещения, обеденный зал на 84 посадочных мест.

1. Организатор питания – ООО «Продукты Ингушетии».

2. Составитель рациона питания – шеф-повар Мержоева М.И.

3. Примерное меню для организации питания учащихся ГБОУ «СОШ № 19 с.п.Сагопши » на 2020-2021 учебный год составлено на основе САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИХ ТРЕБОВАНИЙ к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального среднего профессионального образования. САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРАВИЛА И НОРМАТИВЫ (СанПиН 2.4.5.2409-08).

Рацион питания учащихся формируется из набора продуктов, предназначенных для питания детей в период пребывания их в образовательном учреждении. На основании сформированного рациона питания разрабатывается меню, включающее распределение блюд, кулинарных, мучных, кондитерских и хлебобулочных изделий. Для обеспечения здоровым питанием всех обучающихся 1-4 классов составлено примерное меню на 10 дней, в соответствии с рекомендованной формой составления примерного меню (СанПиН 2.4.5.2409-08). С учетом возраста обучающихся в примерном меню соблюдены требования санитарных правил по массе порций блюд: каша, овощное, яичное, напитки (чай, какао, сок, компот, молоко), гарнир, их пищевой и энергетической ценности, суточной потребности в основных витаминах и микроэлементах для различных групп учащихся. В примерном меню содержится информация о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности, включая содержание витаминов и минеральных веществ в каждом блюде, приводятся ссылки на рецептуры используемых блюд и кулинарных изделий, в соответствии со сборником рецептур. Для приготовления блюд используются «Сборник технических нормативов, рецептур и кулинарных изделий для питания школьников». Наименования блюд, указываемых в примерном меню, соответствуют их наименованиям, указанным в использованном сборнике рецептур.

 Производство готовых блюд осуществляется в соответствии с технологическими картами, в которых отражена рецептура и технология приготавливаемых блюд и кулинарных изделий. Технологические карты оформлены всоответствии срекомендациями СанПиН 2.4.5.2409-08.

 В примерном меню включены блюда из мяса, сливочного и растительного масла, хлеба ржанного и пшеничного (с каждым приемом пищи). Рыба, яйца и сыр включены 1 раз в 2-3 дня.

4. Для обеспечения физиологической потребности в витаминах проводится дополнительное обогащение рационов питания фруктами, компотами с добавлением аскорбиновой кислоты, соками. Витаминные напитки готовят перед раздачей. Витаминизация третьих блюд проводится под контролем медицинского работника.

5. Организация питания обучающихся осуществляется на основании приказа по школе «Об организации питания обучающихся». Режим питания, режим работы столовой в 2021-2022 учебном году осуществляется на основании приказа по школе «Об утверждении плана работы на 2022-2022 учебный год».

■ Завтрак состоит из закуски, горячего блюда, горячего напитка. В качестве закуски на завтрак используются сыр, салат, порционные овощи, фрукты, салаты из свежих овощей и фруктов, колбасные изделия (ограниченно) и т. п. Завтрак обязательно должен содержать горячее блюдо - мясное, рыбное, творожное, яичное, крупяное (молочно-крупяное). На завтрак широко используются молочные каши, в том числе с овощами и фруктами, разнообразные пудинги и запеканки. В качестве горячих напитков на завтрак используются горячее молоко, какао-напиток с молоком, кофейный напиток с молоком, чай, чай с лимоном, чай с молоком и т. п.

■ Обед состоит первого, второго и третьего блюда (напитка). В обед обязательно включается горячее первое блюдо, второе - мясное или рыбное блюдо с гарниром (крупяным, овощным, комбинированным). На третье предусматривается напиток (сок, кисель, компот из свежих или сухих фруктов, витаминизированный напиток промышленного производства), целесообразно в обед давать детям свежие фрукты. В обед в качестве первых блюд используются самые разнообразные заправочные супы (щи, борщи, рассольники, супы с картофелем, крупами, бобовыми, макаронными изделиями), кроме острых.