

серия «Безопасность
жизнедеятельности»



Питание детей
в образовательных
организациях
Ярославской
области



Государственное автономное учреждение
дополнительного профессионального образования
Ярославской области «Институт развития образования»

Безопасность жизнедеятельности

**Питание детей
в образовательных организациях
Ярославской области**

Методические рекомендации

Электронное издание

Ярославль
2021

УДК 613.22
ББК 51.230
П 32

Публикуется по решению
редакционно-издательского совета
ГАУ ДПО ЯО ИРО

Рецензенты:

Коршунова Л.В., заведующий УПУ «Столовая» Государственное профессиональное образовательное автономное учреждение Заволжский политехнический колледж;

Захарова Т.Н., кандидат педагогических наук, заведующий кафедрой дошкольного образования ГАУ ДПО ЯО ИРО.

П 32 **Питание детей в образовательных организациях Ярославской области:** методические рекомендации / сост. О. В. Иерусалимцева, И. Ю. Яланузян. — Электрон. текстовые дан. (4,92 Мб). — Ярославль : ГАУ ДПО ЯО ИРО, 2021. — Текст : электронный. — (Безопасность жизнедеятельности).

Пособие содержит методические рекомендации по организации питания детей с учетом состояния здоровья, описаны основные критерии качества продуктов детского питания и требования к обработке продуктов питания детей в соответствии действующими санитарно-эпидемиологическими требованиями. Представлены технологические и технико-технологические карты блюд, в том числе и блюд с повышенной пищевой и биологической ценностью для общеобразовательных организаций.

Пособие адресовано руководителям, ответственным за организацию питания в образовательных организациях, поварам и медицинским сестрам, всем лицам, заинтересованным в организации правильного питания детей и подростков.

Публикуется в авторской редакции

УДК 613.22
ББК 51.230

© Иерусалимцева О. В.,
Яланузян И. Ю., составление, 2021
© ГАУ ДПО ЯО ИРО, 2021

Оглавление

Введение	5
Глава 1. Питание детей с учетом состояния здоровья.....	6
1.1. Особенности питания детей при аллергической патологии.....	6
1.2. Особенности питания детей с ожирением.....	13
Глава 2. Основные критерии качества продуктов для детского питания ..	17
2.1. Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания, действующие с 1 января 2021 года	17
2.2. Основные требования к пищевым продуктам для детского питания...	19
Глава 3. Рецептуры блюд для организации питания детей в образовательной организации	21
3.1. Основные требования к обработке продуктов и приготовлению блюд и изделий.....	21
3.1.1. Холодные блюда и закуски.....	21
3.1.2 Первые блюда.....	23
3.1.3. Блюда из овощей	26
3.1.4. Блюда из круп. Каши	27
3.1.5. Блюда из макаронных изделий	29
3.1.6. Блюда из яиц.....	30
3.1.7. Блюда из творога.....	30
3.1.8 Блюда из рыбы.....	31
3.1.9. Блюда из мяса и мясных продуктов	33
3.1.10. Блюда из птицы	35
3.1.11. Гарниры и соусы	36
3.1.12. Сладкие блюда и напитки	38
3.1.13. Мучные и булочные изделия	38
3.2. Технологические карты блюд для организации детского питания	40
3.2.1. Холодные блюда и закуски.....	41
3.2.2. Первые блюда.....	49
3.2.3. Наполнители к первым блюдам.....	78
3.2.4 Блюда из овощей	82
3.2.5. Блюда из круп. Каши	98
3.2.6 Блюда из макаронных изделий	109
3.2.7. Блюда из яиц.....	114
3.2.8. Блюда из творога.....	120
3.2.9 Блюда из рыбы.....	126
3.2.10 Блюда из мяса и мясопродуктов.....	143

3.2.11 Блюда из птицы	164
3.2.12. Гарниры и соусы	175
3.2.13 Сладкие блюда и напитки	186
3.2.14 Мучные и булочные изделия	196
3.3. Техничко-технологические карты блюд с повышенной пищевой и биологической ценностью для организации питания детей в образовательной организации.....	207
Приложение. Пример акта контрольной отработки по определению потерь при холодной обработке говядины мороженой (бескостный полуфабрикат).....	223
Литература.....	224

Введение

Основными задачами при организации и контроле качества питания в образовательной организации являются обеспечение питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, а также соблюдение принципам рационального и сбалансированного питания.

Ответственность за формирование пищевого рациона и ассортимента пищевых продуктов, предназначенных для организации детского питания, возлагается на руководителя организации. Должностные обязанности лиц, участвующих в организации питания детей и формировании рационов питания детей, а также техников-технологов приготовления пищи, определяются руководителем организации в соответствии с их квалификацией и профессиональной подготовкой.

В первой главе пособия рассмотрена специфика организации питания детей с учетом состояния здоровья детей. Описаны практические рекомендации организации питания детей с ожирением и при аллергической патологии.

Вторая глава посвящена основным критериям продуктов питания детей в соответствии с новыми санитарно-эпидемиологическими требованиями к организации общественного питания, а также рассмотрены основные требования к продуктам для детского питания.

В третьей главе представлены рецептуры блюд и кулинарных изделий, разработанные на основе технических нормативов в соответствии с требованиями санитарных правил СанПиН 2.3. /2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения». Рецептуры блюд дополнены требованиями к качеству и информацией по пищевой и энергетической ценности кулинарной продукции. Описаны основные требования к обработке продуктов и приготовлению пищи в условиях образовательной организации, представлены технологические и технико-технологические карты блюд, в том числе блюд с повышенной пищевой и биологической ценностью. В приложениях к данному пособию представлены практические материалы по организации и контролю качества питания детей в образовательной организации.

Показателями качества безопасности в рецептурах методических рекомендаций являются правила технологии приготовления блюд и изделий, последовательность технологических процессов, температурный режим. В рецептурах внесены уточнения на основе проведенных производственных проработок.

В соответствии с требованием санитарных правил (СанПиН 2.3. /2.4.3590-20) в сборник включены рецептуры блюд для детей в возрасте от 12 месяцев с особенной технологией приготовления, рассчитанной на этот возраст: это супы- пюре, разные виды суфле, пудинги, кнели и т.д.

Настоящие рекомендации подготовлены в рамках деятельности регионального методического объединения координаторов питания «ПИТ» в образовательных организациях Ярославской области.