



БЕЛГОРОДСКАЯ ОБЛАСТЬ
АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА БЕЛГОРОДА
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ - ЛИЦЕЙ № 32

П Р И К А З

«17» сентября 2020 г.

№ 401 - од

Об утверждении локального акта
«Положение об организации
рационального питания детей и
подростков в МБОУ «Лицей №32»

В целях совершенствования нормативно – правовой базы, регламентирующей порядок организации питания учащихся, реализации муниципальной программы «Развитие образования городского округа «Город Белгород», утверждённой постановлением администрации города Белгорода от 11.11.2014 года №230 «Об утверждении муниципальной программы «Развитие образования городского округа «Город Белгород» (с изменениями на 05.09.2019года)

приказываю:

1. Утвердить локальный акт «Об организации рационального питания детей и подростков в МБОУ «Лицей №32» г. Белгорода». (Приложение №1).
2. Заместителю директора Павловой С.В.:
 - 2.1. разместить локальный акт на официальном сайте лицея. Срок до 21 сентября 2020 г.
 - 2.2. Ознакомить педагогических работников лицея с локальным актом «Об организации рационального питания детей и подростков в МБОУ «Лицей №32» г. Белгорода.» Срок до 25 сентября 2020 года.
3. контроль исполнения приказа оставляю за собой.

Директор МБОУ «Лицей №32»
Павлова С.В.

Н.В. Перестенко

Положение

**об организации рационального питания детей и подростков в МБОУ
«Лицей №32» г.Белгорода**

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение устанавливает порядок организации рационального питания детей и подростков в муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Лицей №32» г.Белгорода (далее ОУ), определяет основные организационные принципы, принципы формирования рационов питания.

1.2. Основными задачами при организации рационального питания детей и подростков в ОУ являются:

- а) сбалансированность и максимальное разнообразие рациона питания по всем пищевым факторам, включая белки и аминокислоты, пищевые жиры и жирные кислоты, витамины, минеральные соли и микроэлементы;
- б) соответствие энергетической ценности суточных рационов питания энерготратам учащихся ОУ;
- в) оптимальный режим питания;
- г) обеспечение в процессе технологической и кулинарной обработки продуктов питания их высоких вкусовых качеств и сохранения исходной пищевой ценности;
- д) учет индивидуальных особенностей учащихся ОУ (потребность в диетическом питании, пищевая аллергия и прочее);
- е) обеспечение санитарно-гигиенической безопасности питания, включая соблюдение всех санитарных требований к состоянию пищеблока, поставляемым продуктам питания, их транспортировке, хранению, приготовлению и раздаче блюд;
- ж) гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании;
- з) пропаганда принципов здорового и полноценного питания;
- и) соответствие сырья и продуктов, используемых в питании учащихся ОУ, гигиеническим требованиям к качеству и безопасности продуктов питания, предусмотренным техническим регламентом о безопасности пищевой продукции, техническим регламентом на соковую продукцию из фруктов и овощей, техническим регламентом на масложировую продукцию, Единым требованиям, СанПиН 2.3.2.1940-05, СанПиН 2.3.2.1078-01.

1.3. Настоящее Положение разработано на основании следующих нормативно-правовых документов:

- Единые санитарно-эпидемиологические и гигиенические требования к товарам, подлежащим санитарно-эпидемиологическому надзору (контролю), принятыми решением Комиссии Таможенного союза от 28.05.2010 года № 299;
- Федеральный закон от 30.03.1999 года № 52-ФЗ «О санитарноэпидемиологическом благополучии населения»;
- Федеральный закон от 02.01.2000 года № 29-ФЗ «О качестве и безопасности пищевых продуктов»;
- Федеральный закон от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 01.03.2020 года № 47-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О качестве и безопасности пищевых продуктов», и статью 37 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации»;

- закон Белгородской области от 3 1.10.2014 года № 314 «Об образовании в Белгородской области»; - - - санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.3 2.1940-05 «Организация детского питания»;
- санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-гигиенические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»;
- санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.32.1078-01 «Гигиенические требования безопасности и пищевой ценности пищевых продуктов»;
- санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.1.4.1074-01 «Питьевая вода. Гигиенические требования к качеству воды централизованных систем питьевого водоснабжения. Контроль качества»;
- санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 23.2.1293-03 «Гигиенические требования по применению пищевых добавок»;
- методические рекомендации «Формирование культуры здорового питания обучающихся, воспитанников», разработанные Институтом возрастной физиологии РАО в рамках реализации мероприятия «Организационноаналитическое сопровождение мероприятий приоритетного национального проекта «Образование»;
- методические рекомендации по организации питания обучающихся и воспитанников образовательных учреждений, утвержденные приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации и Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.03.2012 года № 213н/178;
- постановление Правительства Белгородской области от 30.12.2013 года № 528-пп «Об утверждении государственной программы Белгородской области «Развитие образования Белгородской области на 2014-2020 годы»; - приказ департамента образования Белгородской области от 27.03.2020 года № 869 «Об утверждении положения об организации

рационального питания детей и подростков в общеобразовательных учреждениях Белгородской области».

1.4. Положение определяет основные организационные принципы питания учащихся в общеобразовательных учреждениях, принципы и методику формирования рационов питания и ассортимента пищевых продуктов, предназначенных для организации рационального питания учащихся в общеобразовательных учреждениях, в том числе при отборе, закупках, приемке пищевых продуктов и продовольственного сырья, используемых в питании детей и подростков, составлении меню и ассортиментных перечней, в производстве, реализации и организации потребления продукции общественного питания, предназначенной для детей и подростков, а также содержит рекомендации по использованию продуктов повышенной биологической и пищевой ценности, в том числе обогащенных микронутриентами.

2. Основные организационные принципы питания учащихся в ОУ

Питание детей в школе регламентировано требованиями СанПиН 2.4.5.2409-08, утвержденными постановлением от 23.07.2008 года № 45 и действующими с 01.10.2008 года по настоящее время.

2.1 Для учащихся ОУ организуется двухразовое горячее питание (завтрак и обед).

Организация горячего питания предполагает обязательное использование в каждый прием пищи горячих блюд и кулинарных изделий, в том числе первых блюд и горячих напитков.

Для учащихся, посещающих группу по присмотру и уходу за детьми в ОУ с режимом работы до 17 часов и более, дополнительно организуется полдник (по желанию).

Учащиеся, обучающиеся по образовательным программам начального общего образования, обеспечиваются не менее одного раза в день бесплатным горячим питанием, предусматривающим наличие горячего блюда, не считая горячего напитка, за счет бюджетных ассигнований федерального бюджета, бюджетов субъектов Российской Федерации, местных бюджетов и иных источников финансирования, предусмотренных законодательством Российской Федерации.

Учащиеся с ограниченными возможностями здоровья обеспечиваются бесплатным двухразовым питанием.

2.1. Режим работы школьной столовой должен соответствовать режиму работы общеобразовательного учреждения. Интервалы между приемами пищи учащихся общеобразовательных учреждений должны составлять не менее 2 - 3 часов и не более 3,5-4 часов.

Отпуск горячего питания учащимся организуется по классам на переменах, продолжительностью не менее 20 минут, в соответствии с режимом учебных занятий. За каждым классом в столовой закреплены определенные обеденные столы.

2.2. Для обеспечения учащихся здоровым питанием, составными частями которого являются оптимальная количественная и качественная структура питания, гарантированная безопасность, физиологически технологическая и кулинарная обработка продуктов и блюд, физиологически обоснованный режим питания, разрабатывается рацион питания.

Для обеспечения здоровым питанием всех учащихся общеобразовательного учреждения необходимо составление примерного меню на период не менее двух недель (10-14 дней) в соответствии с формой, утвержденной СанПиН 2.4.52409-08.

2.3. Организация питания учащихся возлагается на организации, осуществляющие образовательную деятельность.

Ответственность за организацию качественного питания в ОУ возлагается непосредственно на их руководителей, предприятия питания, оказывающие услуги общественного питания. Директор лицея обеспечивает в части своей компетенции межведомственное взаимодействие и координацию работы различных государственных служб и организаций по контролю за качеством школьного питания.

Координацию деятельности ОУ по организации питания учащихся и контроль за исполнением ими законодательства Российской Федерации в сфере организации питания учащихся осуществляет управление образования администрации города Белгорода совместно с органами местного самоуправления.

2.4. Администрация общеобразовательного учреждения совместно с Попечительским советом, родительским комитетом и предприятием общественного питания на платной и бесплатной основе обязана организовать питание учащихся.

При организации питания детей ОУ обязано учитывать представляемые по инициативе родителей (законных представителей) сведения о состоянии здоровья ребенка, в том числе об установлении, изменении, уточнении и (или) о снятии диагноза заболевания либо об изменении иных сведений о состоянии его здоровья, по медицинским показаниям организовать диетическое питание.

При постановке ребенка на индивидуальное питание родителю (законному представителю) ребенка необходимо обратиться к руководителю общеобразовательного учреждения с заявлением о необходимости создания ребенку специальных (индивидуальных) условий в организации питания по состоянию здоровья, предоставив документы, подтверждающие наличие у ребенка заболевания, требующего индивидуального подхода в организации питания.

На основании полученных документов руководитель общеобразовательного учреждения совместно с родителями (законными представителями) прорабатывает вопросы меню и режима питания ребенка, для детей с сахарным диабетом контроля уровня сахара крови и введения инсулина, особенности в организации питания, возможности использования в питании блюд и продуктов, принесенных из дома.

Руководителю общеобразовательного учреждения необходимо проинформировать классного руководителя и работников столовой о наличии в классе детей с заболеваниями - сахарный диабет, целиакия, фенилкетонурия, муковисцидоз, пищевая аллергия; особенностях организации питания детей, мерах профилактики здоровья и оказания первой помощи. О детях с сахарным диабетом также необходимо проинформировать учителя физической культуры, проинструктировать его о симптомах гипогликемии, мерах первой помощи и профилактики.

Для детей с сахарным диабетом, целиакией, фенилкетонурией, муковисцидом разрабатывается цикличное меню с учетом имеющейся у ребенка патологии.

Для детей с пищевой аллергией к имеющемуся в учреждении цикличному меню разрабатывается приложение к нему с заменой продуктов и блюд, исключающих наличие в меню пищевых аллергенов.

Планируемое и фактическое меню вместе с технологическими картами рекомендуется размещать на сайте общеобразовательного учреждения.

В случае, если принимается решение об организации питания детей из продуктов и блюд, принесенных из дома, рекомендуется определить порядок их хранения, упаковки и маркировки, создать условия для хранения продуктов и блюд и их разогрева, условия для приема пищи, определить режим питания ребенка.

2.6. К обслуживанию горячим питанием учащихся допускаются предприятия различных организационно-правовых форм победители конкурсного отбора размещения муниципального заказа, имеющие соответствующую материально-техническую базу, квалифицированные кадры, опыт работы в обслуживании организованных детских коллективов.

2.7. В ОУ предусматривается централизованное обеспечение питьевой водой, отвечающей гигиеническим требованиям, предъявляемым к качеству воды централизованных систем питьевого водоснабжения.

Питьевой режим в ОУ организован в следующих формах: стационарные питьевые фонтанчики; вода, расфасованная в емкости.

Должен быть обеспечен свободный доступ учащихся к питьевой воде в течение всего времени их пребывания в общеобразовательном учреждении.

Бутилированная вода, поставляемая в общеобразовательных учреждениях, должна иметь документы, подтверждающие ее происхождение, качество и безопасность.

2.8. Организация питания учащихся в ОУ может осуществляться с помощью индустриальных способов производства питания и производства кулинарной продукции непосредственно на пищеблоках ОУ в соответствии с СанПиН.

2.9. Индустриальными способами производства питания для ОУ рекомендуется обеспечивать промышленное производство полуфабрикатов и готовых блюд с пролонгированными (увеличенными) сроками годности на пищевых производственных комплексах с использованием современных технологий, обеспечивающих крупносерийное производство рационов питания, с последующей их выдачей доготовочными столовыми образовательных учреждений.

2.10. Проверка качества пищи, соблюдение рецептур и технологических режимов осуществляется бракеражной комиссией, в состав которой входят медицинский работник, заведующий производством, представитель администрации общеобразовательного учреждения.

Родительским комитетам, опекунам, советам и другим общественным организациям рекомендуется принимать участие в контроле организации питания в общеобразовательном учреждении по согласованию с администрацией общеобразовательного учреждения.

2.11. Качество и безопасность пищевых продуктов обеспечиваются посредством проведения производственного контроля за качеством и безопасностью пищевых продуктов, условиями их изготовления, хранения) перевозки и реализации, внедрением систем управления качеством пищевых продуктов.

Предметом школьного производственного контроля является соблюдение законодательства в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, а именно детей и подростков, выполнение санитарно-противоэпидемических мероприятий предприятиями, осуществляющими организацию питания в общеобразовательном учреждении, а также соблюдение договоров и контрактов в части требований к безопасности продукции, услуг. Применительно к общеобразовательному учреждению возможны следующие основные направления производственного контроля за организацией питания в общеобразовательном учреждении:

- контроль за формированием рациона питания, приемом пищи;
- входной производственный контроль, включая документальный производственный контроль, бракераж, замеры температур, выборочные лабораторные исследования;
- контроль санитарно-технического состояния пищеблока, включая контроль проведения ремонтных работ;
- контроль сроков годности и условий хранения продуктов;
- контроль технологических процессов, в т.ч. хронометраж технологических процессов, инструментальный замер температуры в тепловом оборудовании, температуры в толще приготавливаемых кулинарных блюд;

- контроль за санитарным содержанием и санитарной обработкой предметов производственного окружения (в т.ч. инструментальные замеры температуры, экспресс-методы, такие как: йод-крахмальная проба, определение активного хлора в растворах, исследование смывов с объектов внешней среды);
- контроль за состоянием здоровья, соблюдением правил личной гигиены персонала, гигиеническими знаниями и навыками персонала; -
- приемочный производственный контроль (включая бракераж, выборочные лабораторные исследования, определение температуры готовой пищи на раздаче, оставление суточной пробы); - ведение учета и отчетности, установленной действующим законодательством по вопросам, связанным с осуществлением производственного контроля.

Прием пищевых продуктов и продовольственного сырья в организации общественного питания ОУ должен осуществляться при наличии соответствующих документов (удостоверения качества и безопасности пищевых продуктов, документов ветеринарно-санитарной экспертизы, документов изготовителя, поставщика пищевых продуктов, подтверждающих их происхождение, сертификата соответствия, декларации о соответствии), подтверждающих их качество и безопасность, а также принадлежность к определенной партии пищевых продуктов в соответствии с законодательством Российской Федерации.

Документация, удостоверяющая качество и безопасность продукции, а также результаты лабораторных исследований сельскохозяйственной продукции, должна сохраняться в организации общественного питания образовательного учреждения до окончания использования сельскохозяйственной продукции.

Не допускается к реализации пищевая продукция, не имеющая маркировки, в случае если наличие такой маркировки предусмотрено законодательством Российской Федерации.

Пищевые продукты, поступающие на пищеблок, должны соответствовать гигиеническим требованиям, предъявляемым к продовольственному сырью и пищевым продуктам, и сопровождаться документами, удостоверяющими их качество и безопасность, с указанием даты выработки, сроков и условий хранения продукции. Сопроводительный документ необходимо сохранять до конца реализации продукта.

Для контроля за качеством поступающей продукции проводится бракераж и делается запись в журнале бракеража пищевых продуктов и продовольственного сырья.

Для определения в пищевых продуктах пищевой ценности (белков, жиров, углеводов, калорийности, минеральных веществ и витаминов) и подтверждения безопасности приготовляемых блюд на соответствие их гигиеническим требованиям, предъявляемым к пищевым продуктам, а также для подтверждения безопасности контактирующих с пищевыми продуктами предметами производственного окружения должны проводиться лабораторные и инструментальные исследования. Порядок и объем проводимых лабораторных и инструментальных исследований устанавливаются юридическим лицом или индивидуальным предпринимателем, обеспечивающим и (или) организующим питание, независимо от форм собственности, профиля производства, в соответствии с рекомендуемой номенклатурой, объемом и периодичностью проведения лабораторных и инструментальных исследований.

В организациях общественного питания должны соблюдаться сроки годности и условия хранения пищевых продуктов, установленные изготовителем и указанные в документах, подтверждающих происхождение, качество и безопасность продуктов.

2.14. Питание в общеобразовательном учреждении может быть организовано за счет средств бюджетов различных уровней, внебюджетных средств, в том числе за счет средств родителей (законных представителей) учащихся.

Оплата школьного питания производится через использование безналичной формы оплаты питания по квитанциям через отделения банков и личные кабинеты электронной системы «Виртуальная Школа».

2.15. Контроль за посещением школьной столовой и учет количества фактически отпущенных завтраков, обедов, полдников возлагается на ответственного организатора школьного питания, определенного общеобразовательным учреждением по приказу. Заявка на количество питающихся учащихся предоставляется администрацией общеобразовательного учреждения накануне до 15.00 часов и уточняется в день питания не позднее второго урока.

2.16. Определенный в установленном порядке ответственный за организацию школьного питания общеобразовательного учреждения ведет ежедневный учет учащихся, получающих бесплатное питание в данном общеобразовательном учреждении, по классам. Для правильности и своевременности расчетов с предприятием общественного питания, организатор школьного питания общеобразовательного учреждения не позднее 5 дней по окончании месяца готовит отчет о фактически отпущенном питании и производит его сверку с предприятием общественного питания.

2.17. Классные руководители или учителя общеобразовательного учреждения сопровождают учащихся в столовую и несут ответственность за отпуск питания учащимся согласно утвержденному списку.

2.18. Администрация общеобразовательного учреждения несет ответственность за организацию питания учащихся, организует в столовой общеобразовательного учреждения дежурство учителей и учащихся старше 14 лет, с согласия их родителей (законных представителей).

Предварительное накрытие столов (сервировка) может осуществляться дежурными детьми старше 14 лет под руководством дежурного преподавателя.

2.19. В целях обеспечения системы организации питания в общеобразовательных учреждениях рекомендуется предусматривать обучение работников пищеблоков у поставщиков технологического оборудования, а также на курсах повышения квалификации (с выдачей удостоверения государственного образца).

2.20. Ежегодный всероссийский мониторинг организации школьного питания рекомендуется осуществлять на основе анализа состояния питания учащихся общеобразовательных учреждений по следующим направлениям:

- а) состояние здоровья учащихся общеобразовательных учреждений;
- б) характеристика питания (по фактически применяемым рационам питания), в том числе по пищевой ценности рационов (белки, жиры, углеводы, энергетическая ценность), выходу блюд (вес), цикличности меню;
- в) обеспеченность учащихся общеобразовательных учреждений двухразовым горячим питанием в соответствии с санитарно - эпидемиологическими правилами и нормативами;
- г) соответствие школьных пищеблоков требованиям санитарноэпидемиологических правил и нормативов, а также применение современных технологий организации питания;
- д) ценообразование, стоимость питания в общеобразовательных учреждениях, дотации на питание учащимся общеобразовательных учреждений из средств бюджетов разных уровней и внебюджетных источников;
- е) изучение общественного мнения об организации питания в общеобразовательных учреждениях;⁷
- ж) система электронных безналичных расчетов при оплате питания учащихся общеобразовательных учреждений;
- з) пропаганда здорового питания в общеобразовательных учреждениях области;
- и) осуществление контроля за качеством и безопасностью производимой продукции;
- к) реализация региональных и муниципальных программ по совершенствованию организации питания в общеобразовательных учреждениях;

- 3.4. Меню для ОУ рекомендуется разрабатывать на основе утвержденных наборов (рационов) питания, обеспечивающих удовлетворение потребностей в основных пищевых веществах учащихся разных возрастных групп с учетом длительности их пребывания в общеобразовательном учреждении и учебной нагрузки.
- 3.5. При необходимости для учащихся (по медицинским показаниям) формируются рационы диетического питания.
- 3.6. Реализация продукции, не предусмотренной утвержденными перечнями и меню, не допускается.
- 3.7. При разработке примерного меню учитывают продолжительность пребывания учащихся в общеобразовательном учреждении, возрастную категорию и физические нагрузки учащихся.
- 3.8. Примерное меню должно содержать информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности, включая содержание витаминов и минеральных веществ в каждом блюде. Обязательно приводятся ссылки на рецептуры используемых блюд и кулинарных изделий в соответствии со сборниками рецептур. Наименования блюд и кулинарных изделий, указываемых в примерном меню, должны соответствовать их наименованиям, указанным в использованных сборниках рецептур.
- 3.9. При разработке меню для питания учащихся предпочтение следует отдавать свежеприготовленным блюдам, не подвергавшимся повторной термической обработке, включая разогрев замороженных блюд.
- 3.10. В примерном меню не допускается повторение одних и тех же блюд или кулинарных изделий в один и тот же день или последующие 2 - 3 дня. Не допускается повторение в рационах одних и тех же блюд или кулинарных изделий в смежные дни. В смежные дни следует избегать использования блюд, приготавливаемых из одного и того же сырья (каши и гарниры из одного и того же вида круп, макаронные изделия в разных блюдах).

4. Принципы формирования рационов питания и ассортимента пищевых продуктов, предназначенных для организации рационального питания учащихся в ОУ

4.1. При формировании рационов питания учащихся должны соблюдаться следующие принципы рационального, сбалансированного питания:

- удовлетворение потребности детей в пищевых веществах и энергии, в том числе в макронутриентах (белки, жиры, углеводы) и микронутриентах (витамины, микроэлементы и др.) в соответствии с возрастными физиологическими потребностями; -
- сбалансированность рациона по основным пищевым веществам (белкам, жирам и углеводам); - максимальное разнообразие рациона, которое достигается путем использования достаточного ассортимента продуктов и различных способов кулинарной обработки продуктов;
- адекватная технологическая (кулинарная) обработка продуктов, обеспечивающая высокие вкусовые качества кулинарной продукции и сохранность пищевой ценности всех продуктов;
- разработка на каждое блюдо по меню технологических карт с наименованием блюда, выходом продукции в готовом виде, с раскладкой продуктов в брутто и нетто, химическим составом и калорийностью, описанием технологического процесса. Замена блюд возможна на равноценные по пищевой и энергетической ценности в соответствии с таблицей замены пищевых продуктов (таблица 2).

Таблица 2.

Таблица замены продуктов по белкам и углеводам

Наименование	Количество	Химический состав	Добавить к
--------------	------------	-------------------	------------

продуктов	(нетто), г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы,	суточному рациону или исключить
Замена хлеба (по белкам и углеводам)					
Хлеб пшеничный	100	7,6		49,7	
Хлеб ржаной простой	150	8,3		48,1	
Мука пшеничная 1 сорт	70	7,4		48,2	
Макароны, вермишель	70	7,5		48,7	
Крупа манная	70	7,9		50,1	
Замена карто феля (по углеводам)					
Картофель					
Свекла	190	2,9		17,3	
Морковь	240			17,0	
Капуста белокочанная	370	6,7		17,4	
Макароны, вермишель	25	2,7		17,4	
Крупа манная	25	2,8		17,9	
Хлеб пшеничный	35	2,7		17,4	

В различных приемах пищи в один день не допускается повторение одних и тех же блюд. При наличии первых блюд, содержащих крупу и картофель, гарнир ко второму блюду не должен приготавливаться из этих же продуктов

Хлеб ржаной простой	55			17,6	
Замена свежих яблок (по углеводам)					
Яблоки свежие	100			9,8	
Яблоки сушеные	15				
Курага (без косточек)	15				
Чернослив	15				
Замена молока (по белкам)					
Молоко	100	2,8	3,2	4,7	
Творог полужирный	20	3,3			
Творог жирный	20	2,8	3,6	0,6	
Сыр	10	2,7	2,7		
Говядина (1 кат.)	15	2,8			
Говядина (2 кат.)	15				
Рыба (филе трески)	20	3,2			
Замена мяса (по белкам)					
Говядина (1 кат.)	100	18,6	14,0		
Говядина (2 кат.)	90	18,0	7,5		Масло +6 г
Творог полужирный	110	18,3			Масло +4 г
Творог жирный	130		23,4	3,7	Масло -9 г
Рыба (филе трески)	120	19,2			Масло +13 г
Яйцо	145		16,7		
Замена рыбы (по белку)					
Рыба (филе трески)	100	16,0			
Говядина 1 кат.	85	15,8	11,9		Масло -11 г
Говядина 2 кат.	80	16,0	6,6		Масло -6 г
Творог полужирный	100	16,7			Масло -8 г
Творог жирный	115	16,1	20,7	3,3	Масло -20 г
Яйцо	125	15,9	14,4		Масло -13 г
Замена тво рога					

4.2. Учащихся ОУ рекомендуется обеспечивать всеми пищевыми веществами, необходимыми для нормального роста и развития, эффективного обучения и адекватного иммунного ответа с учетом физиологических норм потребностей в пищевых веществах и энергии, рекомендуемых среднесуточных рационов (наборов) питания для соответствующих общеобразовательных учреждений.

4.3. Рационы питания детей и подростков различаются по качественному и количественному составу в зависимости от возраста детей и подростков и формируются отдельно для младшего, среднего и старшего школьного возраста в соответствии с нормами физиологических потребностей в пищевых веществах и энергии для различных групп населения (таблица 3).

Таблица 3.

Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей и подростков разного возраста

Название пищевых веществ	Усредненная потребность в пищевых веществах для учащихся двух возрастных групп	
	с 7 до 11 лет	с 11 лет и старше
Белки, г	77	90
Жиры, г	79	92
Углеводы, г	335	383
Энергетическая ценность, ккал	2350	2713
Витамин В 1, мг		
Витамин Ю, мг		
Витамин С, мг	60	70
Витамин А, мг ет. экв.		
Витамин Е, мг ток.экв.	10	12
Кальций, мг	1100	1200
Фосфор, мг	1650	1800
Магний, мг	250	300
Железо, мг	12	17
Цинк, мг	10	14
Иод, мг		0,12

4.4. Ассортимент пищевых продуктов, составляющих основу питания учащихся общеобразовательных учреждений, рекомендуется составлять в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.5.2409-08.

4.5. При организации питания учащихся общеобразовательных учреждений рекомендуется включать в рационы питания все группы продуктов (таблица 4), в том числе:

4.5.1. мясо и мясопродукты;

4.5.2. рыбу и рыбопродукты;

4.5.3. молоко и молочные продукты;

4.5.4. яйца; - пищевые жиры (за исключением кулинарных жиров, свиного или бараньего сала, маргарина и других гидрогенизированных жиров);

4.5.5. овощи и фрукты;

4.5.6. крупы, макаронные изделия и бобовые; -

- хлеб и хлебобулочные изделия;
- сахар и кондитерские изделия.

Таблица 4.

Рекомендуемые среднесуточные наборы пищевых продуктов для учащихся общеобразовательных учреждений

Наименование продуктов	Количество продуктов в зависимости от возраста учащихся			
	в г, мл, б по		в г, мл, нетто	
	7-10 лет	11-18 лет	7-10 лет	11-18 лет
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	80	120	80	120
Хлеб пшеничный	150	200	150	200
Мука пшеничная	15	20	15	20
Крупы, бобовые	45	50	45	50
Макаронные изделия	15	20	15	20
Картофель	25 *		188	188
Овощи свежие, зелень	350	400	28 *	
Фрукты плоды свежие	200	200		
Фрукты сухие, в т.ч. шиповник	15	20	15	20
Соки плодоовощные, напитки витаминизированные	200	200	200	200
Мясо 1 катего ии	77 95	86 105	70	78
Цыплята (ку ры 1 категории	40 51	60 76	35	53
Рыба- филе	60	80	58	77
Колбасные изделия	15	20	14,7	19,6
Молоко (2,594 и 3,2 % жирности	300	300	300	300
Кисломолочные продукты (2,594 и 3,2 % жирности)	150	180	150	180
Творог (не более 9 ⁰ /0 жирности	50	60	50	60
Сыр	10	12	9,8	
Сметана не более 15 ⁰ /0 жирн.	10	10	10	10
Масло сливочное		35		35
Масло растительное	15	18	15	18
Яйцо диетическое	1 шт.	1 шт.	40	40
Сахар	40	45	40	45
Кондитерские изделия	10	15		15
Чай				
Какао				
Дрожжи хлебопекарные	1	2		2
Соль	5	7	5	7

Примечание: * Масса брутто приводятся для нормы отходов 25⁰/0.

** Масса нетто является средней величиной, которая может меняться в зависимости от исходного вида овощей и фруктов и сезона года.

*** В том числе для приготовления блюд и напитков, в случае использования продуктов промышленного выпуска, содержащих сахар (сгущенное молоко, кисели и др.) выдача сахара должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в используемом готовом продукте.

4.6. В примерном меню должно учитываться рациональное распределение энергетической ценности по отдельным приемам пищи. При одно-, двух- и трехразовом питании распределение калорийности по приемам пищи в процентном отношении должно быть следующим: завтрак - 2594, обед 35 %, полдник - 1594 (для учащихся во вторую смену - до 20 - 25 %).

4.7. В суточном рационе питания оптимальное соотношение пищевых веществ: белков, жиров и углеводов должно составлять 1:1:4 или в процентном отношении от калорийности как 10-1594, 30-3294 и 55-6094 соответственно, а соотношение кальция к фосфору как 1 : 1,5.

4.8. Ежедневно в рационы питания следует включать мясо, молоко, сливочное и растительное масло, хлеб ржаной и пшеничный (с каждым приемом пищи). Рыбу, яйца, сыр, творог, кисломолочные продукты рекомендуется включать 1 раз в 2-3 дня.

4.9. При организации питания учащихся общеобразовательных учреждений рекомендуется обеспечивать потребление ими пищевых веществ, энергетическая ценность которых составляет от 60 до 10094 от установленной суточной потребности в указанных веществах (в зависимости от времени пребывания в общеобразовательных учреждениях).

4.10. Завтрак обязательно должен содержать горячее блюдо - творожное, яичное, крупяное (молочно - крупяное), мясное, рыбное. В завтраке широко используются молочные каши, в том числе с овощами и фруктами, разнообразные пудинги и запеканки.

4.11. Обед должен включать закуску, первое, второе (основное горячее блюдо из мяса, рыбы или птицы) и сладкое блюдо. В качестве закуски следует использовать салат из огурцов, помидоров, свежей или квашеной капусты, моркови, свеклы и т.п. с добавлением свежей зелени. В качестве закуски допускается использовать порционные овощи (дополнительный гарнир). Для улучшения вкуса в салат можно добавлять свежие или сухие фрукты: яблоки, чернослив, изюм и орехи. На третье предусматривается напиток (соки, кисели, компоты из свежих или сухих фруктов, витаминизированные напитки промышленного производства), целесообразно в обед давать детям свежие фрукты.

4.12. В полдник рекомендуется включать напиток (молоко, кисломолочные продукты, кисели, соки) с булочными или кондитерскими изделиями без крема.

4.13. Гигиенические показатели пищевой ценности продовольственного сырья и пищевых продуктов, используемых в питании детей и подростков, должны соответствовать Санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам СанПиН 23.2.1078-01 «Гигиенические требования безопасности и пищевой ценности пищевых продуктов».

4.14. Горячие блюда (супы, соусы, напитки) при раздаче должны иметь температуру не ниже 75 градусов С, вторые блюда и гарниры - не ниже 65 градусов С, холодные супы, напитки - не выше 14 градусов С.

Согласно нормам СанПиН каждый учащийся общеобразовательных учреждений должен получать в школе 60-85 % необходимых пищевых веществ.

4.15. Для обеспечения физиологической потребности в витаминах допускается проведение дополнительного обогащения рационов питания микронутриентами, включающими в себя витамины и минеральные соли.

4.16. Для дополнительного обогащения рациона микронутриентами могут быть использованы в меню специализированные продукты питания, обогащенные микронутриентами, а также инстантные витаминизированные напитки промышленного выпуска и витаминизация третьих блюд специальными витаминно-минеральными премиксами.

4.17. Витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника. Подогрев витаминизированной пищи не допускается. Витаминизация третьих блюд осуществляется в соответствии с указаниями по применению премиксов.

Инстантные витаминные напитки готовят в соответствии с прилагаемыми инструкциями непосредственно перед раздачей.

4.18. Замена витаминизации блюд выдачей поливитаминных препаратов в виде драже, таблетки, пастилки и других форм не допускается,

5. Рекомендации по использованию отдельных видов продуктов, в том числе повышенной биологической и пищевой ценности, обогащенных микронутриентами

5.1. При организации экскурсий, походов, выездных занятий и т.п. в состав наборов продуктов сухого пайка следует включать термизированные молочные продукты на основе йогуртов, стерилизованное молоко, сливки, молочные напитки, хлебобулочные изделия, фрукты, соки в индивидуальной упаковке.

5.2. В наборы сухого пайка для питания детей во время длительных экскурсий допускается ограниченно включать мучные кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье) в индивидуальной упаковке. В походах в питание учащихся используют макаронные изделия, пищевые концентраты (готовые супы, каши, сухое молоко), консервированные продукты: тушеную говядину, свинину, сгущенное молоко, сливки и т.д. При организации питания в походах не используют скоропортящиеся продукты, в том числе в вакуумной упаковке.

5.3. В качестве основного источника белков в составе рациона питания учащихся обязательно должны использоваться молочные продукты, мясо, рыба, яйца. Целесообразно включать в состав рациона питания детей и подростков продукты (в том числе кулинарные изделия), обогащенные белком.

5.4. В качестве источника полиненасыщенных жирных кислот в питании детей и подростков используют кукурузное, подсолнечное масло. Растительные масла не следует использовать для обжаривания (жарки и пассировки) продуктов и кулинарных изделий.

5.5. В качестве основного источника животных жиров в питании детей и подростков используются мясные и молочные продукты, в том числе масло коровье (используют несоленое сладко-сливочное масло, вологодское масло, ограниченно - крестьянское и топленое масло). Запрещено использовать в питании детей и подростков масло с добавками гидрогенизированных растительных жиров.

5.6. В питании детей и подростков следует использовать цельное молоко 3,5% жирности, обогащенное витаминами, и молочные продукты, выработанные из натурального (невосстановленного) сырья. Ограниченно для приготовления блюд и кулинарных изделий можно использовать молоко меньшей жирности.

5.7. Рекомендуется включать в рацион питания детей и подростков сыры твердых сортов с наименьшей жирностью (кроме сыров острых сортов), пластифицированные сырные массы, а также специализированные плавленые сыры для детского и диетического питания, при производстве которых не используются фосфаты.

5.8. Поскольку молоко относится к продуктам повышенной эпидемической опасности, к его получению и переработке предъявляются повышенные требования. В питании учащихся в общеобразовательных учреждениях запрещается использовать молоко в натуральном виде. Натуральное удойное молоко расценивается как продовольственное сырье, не является продуктом готовым к употреблению в общественном питании и предназначено для дальнейшей переработки.

Для достижения оптимальной температуры отпуска молока его необходимо за 1,5-2 часа до реализации извлечь из холодильной установки и оставить на хранение при комнатной температуре.

5.9. В исключительных случаях допускается вместо молочных продуктов использовать молочные консервы (высшего сорта). Так, сгущенное молоко можно использовать в качестве соуса с творожными и мучными блюдами (не чаще одного раза в 3-4 недели). Сухое молоко может использоваться при производстве хлебобулочных изделий, мучных кондитерских и некоторых кулинарных изделий.

Нецелесообразно использовать сухое или сгущенное молоко при приготовлении горячих напитков с молоком (какао, чай, кофейный напиток).

5.10. Маргарины (сливочные с минимальным содержанием трансизомеров жирных кислот) могут использоваться в питании детей и подростков лишь ограниченно, в основном в составе булочных и мучных кондитерских изделий.

5.11. В питании детей и подростков не должны использоваться кулинарные жиры, свиное или баранье сало, другие тугоплавкие жиры (в том числе для обжаривания в составе мясных кулинарных и колбасных изделий).

5.12. Ограничивается использование в питании детей и подростков жирных видов мяса (птицы). В питании детей и подростков рекомендуется использовать менее жирное мясо: говядину 1 категории, мясную свинину, мясо птицы и т.п. Из субпродуктов допускается использовать только сердце, язык, печень.

5.13. В питании детей и подростков не должны использоваться майонезы (острые соусы на основе жировой эмульсии). Вместо майонезов при приготовлении салатов и холодных закусок используют растительное масло, а также стерилизованные и пастеризованные (термизированные) соусы на молочной (кисломолочной) или сырной основе.

5.14. В питании детей и подростков не должно применяться продовольственное сырье, изготовленное с использованием кормовых добавок, стимуляторов роста животных (в том числе гормональных препаратов), отдельных видов лекарственных средств, пестицидов, агрохимикатов и других опасных для здоровья человека веществ и соединений.

5.15. В составе пищевых продуктов, из которых формируются рационы питания детей и подростков, ограничивается использование пищевых добавок.

Исключается использование химических консервантов (бензойная кислота и ее соли, сорбиновая кислота и ее соли, борная кислота, перекись водорода, сернистая кислота и ее соли, метабисульфит натрия, сернистый ангидрид и др.).

5.16. В качестве красителей в составе пищевых продуктов в питании детей и подростков могут использоваться только фруктовые и овощные соки, пюре или порошки, какао, окрашенные витаминные препараты (в том числе каротиноиды, рибофлавин и др.) и витаминные (витаминно-минеральные) премиксы (в количествах, не допускающих превышения установленных физиологических норм потребления витаминов), а также натуральные красители, полученные из овощей, плодов, ягод (свеклы, винограда, паприки и других видов растительного сырья).

5.17. В качестве пряностей в составе пищевых продуктов могут использоваться свежая и сушеная зелень, белые корни (петрушка, сельдерей, пастернак), лавровый лист, укроп, корица; в небольших количествах – душистый перец, мускатный орех или кардамон.

5.18. При производстве кулинарной продукции для детей и подростков не используются ароматизаторы (за исключением ванилина), усилители вкуса (глутамат натрия и др.).

5.19. В качестве разрыхлителей следует использовать только пищевую соду (гидрокарбонат натрия).

5.20. В составе пищевых продуктов для детей и подростков должна использоваться только йодированная соль. Целесообразно использовать поваренную соль, йодированную йодатом калия (КЮЗ), а не йодидом калия

5.21. Для тепловой обработки продуктов используется только варка, приготовление на пару, запекание, тушение, микроволновой и конвекционный нагрев. При производстве пищевых продуктов, предназначенных для использования в питании детей и подростков, не

используют такой технологический процесс, как жарка. Не допускается жарка продуктов, кулинарных изделий и отдельных ингредиентов в жире или масле (во фритюре).

5.22. Блюда из овощей урожая прошлого года (капуста, репчатый лук, корнеплоды), не прошедших тепловую обработку, могут включаться в рацион питания учащихся только в период до 01 марта.

5.23. Для предотвращения возникновения и распространения инфекционных заболеваний и массовых неинфекционных заболеваний (отравлений) в организации общественного питания не допускается принимать: - продовольственное сырье и пищевые продукты без документов, подтверждающих их качество и безопасность;

- мясо и субпродукты всех видов сельскохозяйственных животных без клейма и ветеринарного свидетельства;
- рыбу, сельскохозяйственную птицу без ветеринарного свидетельства;
- непотрошеную птицу;
- яйца с загрязненной скорлупой, с насечкой, «тек», «бой», а также яйца из хозяйств, неблагополучных по сальмонеллезам;
- утиные и гусиные яйца;
- консервы с нарушением герметичности банок, бомбажные, «хлопуши», банки с ржавчиной, деформированные, без этикеток; - крупу, муку, фрукты и другие продукты, зараженные амбарными вредителями;
- овощи и фрукты с наличием плесени и признаками гнили; - пищевые продукты с истекшими сроками годности и признаками недоброкачества; - продукцию домашнего изготовления (консервированные мясные, молочные, рыбные и другие продукты, готовые к употреблению);
- субпродукты, кроме печени, языка, сердца;
- мясо диких животных;
- ядро абрикосовой косточки, арахис.

5.24. В питании детей и подростков в общеобразовательном учреждении не допускается использовать продукты, способствующие ухудшению здоровья детей и подростков, а также обострению хронических заболеваний:

- сырокопченые мясные гастрономические изделия и колбасы;
- жареные в жире (масле) продукты, изделия (пирожки, пончики, чипсы, картофель и т.п.);
- кулинарные жиры;
- уксус, горчицу, хрен, перец острый (красный, черный) и другие острые приправы;
- острые соусы (типа кетчупа); - закусочные консервы и маринованные овощи и фрукты (консервированные с добавлением уксуса);
- сыры острых сортов, костные и грибные бульоны, в т. ч. пищевые концентраты на их основе, пищевые концентраты на основе искусственных ароматизаторов);
- майонез;
- кофе натуральный, а также продукты, содержащие кофеин; другие стимуляторы, алкоголь;
- газированные напитки;
- мороженое и молочные продукты на основе растительных жиров; - биологически активные добавки к пище (БАД): с тонизирующим действием (содержащие элеутерококк, женьшень, родиолу розовую или другие аналогичные компоненты), влияющие на рост тканей организма, а также продукты, вырабатываемые с использованием перечисленных добавок; - продукты, содержащие гормоны, гормоноподобные вещества и антибиотики;
- жевательная резинка; -
- кумыс и другие кисломолочные продукты с содержанием этанола (более 0,5 ‰).

5.25. С учетом повышенной эпидемиологической опасности в питании детей и подростков в общеобразовательном учреждении не допускается использовать:

- кремовые кондитерские изделия (пирожные и торты); - блинчики с мясом, заливные блюда (мясные и рыбные), рыбные и мясные салаты, студни, паштеты собственного приготовления, форшмак из сельди;
- изделия из мясной обрезки, свиных боков, диафрагмы, крови, рулетов из мякоти голов; - зеленый горошек консервированный без тепловой обработки (кипячения);
- фляжное (бочковое) молоко без тепловой обработки (кипячения);
- молоко - «самоквас», простокваша и другие кисломолочные продукты собственного (непромышленного) приготовления, в том числе для приготовления творога;
- творог из непастеризованного молока;
- творог собственного (непромышленного) приготовления;
- творог или сметану в натуральном виде, без тепловой обработки, за исключением готовых к употреблению кисломолочных продуктов (творожков, йогуртов и т.п.) промышленного производства в индивидуальной промышленной упаковке, рассчитанной на одну порцию продукта;
- холодные напитки, морсы собственного приготовления (без тепловой обработки), квас;
- окрошки (холодные супы);
- макароны по-флотски (с мясным фаршем), макароны с рубленным яйцом;
- яйца и мясо водоплавающих птиц;
- яичницу-глазунью;
- грибы и продукты (кулинарные изделия), из них приготовленные;
- блюда из мяса, птицы, рыбы, не прошедших тепловую обработку; - остатки пищи от предыдущего приема и пищи, приготовленная накануне;
- карамель, в том числе леденцовая.

5.26. Для приготовления блюд и кулинарных изделий, предназначенных для использования в питании детей и подростков, следует использовать яйцо с качеством не ниже диетического.

5.27. Производственный контроль за формированием рациона питания детей и подростков, его качественным и количественным составом, и формированием ассортимента пищевых продуктов, предназначенных для организации рационального питания учащихся, осуществляется специалистами, имеющими соответствующую профессиональную подготовку.

6. Организация дополнительного питания через школьные буфеты и торговые автоматы

6.1. Работа буфетов организуется в течение всего учебного дня.

6.2. Перечень буфетной продукции формируется в соответствии с рекомендациями по формированию ассортимента пищевых продуктов для дополнительного питания детей и подростков путем свободной продажи («буфетной продукции»).

6.3. Порядок утверждения перечня буфетной продукции распространяется на все места ее реализации, действующие на территории общеобразовательного учреждения.

6.4. В общеобразовательных учреждениях может осуществляться торговля пищевой продукцией с использованием торговых автоматов.

В ассортиментный перечень пищевых продуктов для торговли через торговые автоматы могут включаться:

- молоко питьевое стерилизованное витаминизированное, в том числе с добавлением натуральных плодовых и ягодных наполнителей или соков (молочные коктейли витаминизированные), с массовой долей жира до 3,594, не требующее особых условий

хранения (срок годности установлен для температуры до +25 ° c), в асептической упаковке, массой нетто до 250 г;

- стерилизованные (термизированные) продукты на основе йогурта, в том числе с добавлением натуральных плодовых и ягодных наполнителей или соков с массовой долей жира до 494, не требующие особых условий хранения (срок годности установлен для температуры до +25 ° c); - творожные изделия (продукты), в том числе с добавлением натуральных плодовых и ягодных наполнителей или соков с массовой долей жира до 1094, не требующие особых условий хранения (срок годности установлен для температуры до +25 ° c), в индивидуальной потребительской упаковке массой нетто до 125 г, с приложением пластмассовых ложечек;

- вода питьевая негазированная высшей категории в упаковке емкостью до 0,5 л; - напитки безалкогольные негазированные витаминизированные или сокосодержащие (кроме тонизирующих) в алюминиевых банках, полипропиленовых или ПЭТ-бутылках емкостью до 0,5 л;

- соки и нектары фруктовые и овощные натуральные (восстановленные витаминизированные или прямого отжима, без соли, консервантов и искусственных ароматизаторов) в индивидуальной потребительской упаковке из полимерного или комбинированного материала емкостью до 0,33 л.

