

**Рекомендуемый минимальный перечень оборудования и производственных помещений организаций общественного питания (включая базовые)**

Наименование производственного помещения	Перечень оборудования
Склад	Стеллажи, подтоварники, среднетемпературные и низкотемпературные холодильные шкафы (при необходимости)
Овощной цех (первичной обработки овощей)	Производственные столы (стол), картофелеочистительная машина, моечная ванна, раковина для мытья рук
Овощной цех (вторичной обработки овощей)	Производственные столы (не менее двух), моечные ванны (не менее двух), овощерезательная машина, холодильник, контрольные весы, раковина для мытья рук
Холодный цех	Производственные столы (не менее двух), контрольные весы, среднетемпературные холодильные шкафы (в количестве, обеспечивающем возможность соблюдения "товарного соседства" и хранения необходимого объема пищевых продуктов), универсальный механический привод или (и) овощерезательная машина, моечная ванна для повторной обработки овощей, не подлежащих термической обработке, зелени и фруктов, контрольные весы, раковина для мытья рук
Мясорыбный цех	Производственные столы (для разделки мяса, рыбы и птицы) – не менее двух, контрольные весы, среднетемпературные холодильные шкафы (в количестве, обеспечивающем возможность соблюдения «товарного соседства» и хранения необходимого объема пищевых продуктов), электромясорубка, колода для разруба мяса (при необходимости), моечные ванны (не менее двух), раковина для мытья рук.
Помещение для обработки яиц	Производственный стол, три емкости для замачивания и ополаскивания яйца, перфорированная емкость для погружения яйца, моечная раковина, емкость для обработанного яйца, раковина для мытья рук
Мучной цех	Производственные столы (не менее двух), тестомесильная машина, контрольные весы, пекарский шкаф, стеллажи, моечная ванна, раковина для мытья рук.
Доготовочный цех	Производственные столы (не менее трех), контрольные весы, среднетемпературные и низкотемпературные холодильные шкафы (в количестве, обеспечивающем возможность соблюдения «товарного соседства» и хранения необходимого объема полуфабрикатов), овощерезка, моечные ванны (не менее трех), раковина для мытья рук
Помещение для нарезки хлеба	Производственный стол, хлебрезательная машина, шкаф для хранения хлеба, раковина для мытья рук
Горячий цех	Производственные столы (не менее двух: для сырой и готовой продукции), электрическая плита, электрическая сковорода, духовой (жарочный) шкаф, электропривод для готовой продукции, электрокотел, контрольные весы, раковина для мытья рук
Раздаточная зона	Мармиты для первых, вторых и третьих блюд и холодильным прилавком (витриной, секцией)
Моечная для мытья столовой посуды	Производственный стол, посудомоечная машина, трехсекционная ванна для мытья столовой посуды, двухсекционная ванна – для стеклянной посуды и столовых приборов, стеллаж (шкаф), раковина для мытья рук
Моечная кухонной посуды	Производственный стол, моечная ванна, стеллаж, раковина для мытья рук
Моечная тары	Двухсекционная моечная ванна
Производственное	Производственные столы (не менее двух), электроплита, холодильные

помещение буфета-раздаточной	шкафы (не менее двух); посудомоечную, раковина для мытья
Посудомоечная буфета-раздаточной	Трехсекционная ванна для мытья столовой посуды, двухсекционная ванна – для стеклянной посуды и столовых приборов, стеллаж (шкаф), раковина для мытья рук
Комната приема пищи	Производственный стол, электроплита, СВЧ-печь, холодильник, шкаф, моечная ванна, раковина для мытья рук

## Приложение 2

**Форма составления менюготавливаемых блюд**

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1 День 1							
завтрак							
итого за завтрак							
обед							
итого за обед							
полдник							
итого за полдник							
ужин							
итого за ужин							
Итого за день:							
День 2							
завтрак							
итого за завтрак							
обед							
итого за обед							
полдник							
итого за полдник							
ужин							
итого за ужин							
Итого за день:							
...							
Среднее значение за период:							

Среднесуточное содержание витаминов и микроэлементов в меню:

витамины	минеральные вещества	Перечень продуктов обогащенных витаминами и
----------	----------------------	---

С (мг/сут)		Кальций(мг/сут)		микроэлементами и их кратность включения в меню: _____ Перечень продуктов обогащенных лакто и бифидо- бактериями: _____ Использованные сборники рецептов: _____ Возможные замены блюд: _____
В1(мг/сут)		Фосфор(мг/сут)		
В2(мг/сут)		Магний(мг/сут)		
А (рет. экв/сут)		Железо(мг/сут)		
D(мкг/сут)		Фтор(мг/сут)		

Приложение 3

Таблица 1

**Масса порций для детей и подростков в зависимости от возраста (в граммах)**

Блюдо	Масса порций			
	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	12 лет и старше
Каша, или овощное, или яичное, или творожное, или мясное блюдо, бутерброд с маслом или джемом или сыром и т.п.*	130-150	150-200	180-250	250-280
Закуска (холодное блюдо) (салат, овощи и т.п.)	30-40	50-60	60-100	100-150
Первое блюдо	150-180	180-200	250-300	300-350
Второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы)	50-60	70-80	90-120	100-120
Гарнир	110-120	130-150	150-200	180-230
Сладкое блюдо или напиток, или сок	150-180	180-200	200	200
Фрукты	100-150	150-200	150-200	180-200

Примечание: \* допускается комбинация разных блюд завтрака, при этом выход каждого блюда может быть уменьшен при условии соблюдения общей массы блюд завтрака

Таблица 2

**Масса порций для кадет, обучающихся в образовательных организациях кадетского типа и кадетской направленности в зависимости от возраста (в граммах)**

Блюдо	Масса порций				
	13 лет	14 лет	15 лет	16 лет	17 лет и старше
Каша, или овощное, или яичное, или творожное, или мясное блюдо, и т.п.*	250-280	250-280	250-280	280-300	280-300
Закуска (холодное блюдо) (салат, овощи и т.п.)	100-150	100-150	100-150	100-150	100-150
Первое блюдо	300-350	300-350	300-350	350-400	350-400
Второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы)	100-120	100-120	100-150	120-150	120-150
Гарнир	180-230	180-230	180-230	200-250	200-250
Сладкое блюдо или напиток, или сок	200	200	200	200	200
Фрукты	380-400	380-400	380-400	380-400	380-400

Примечание: \* допускается комбинация разных блюд завтрака, при этом выход каждого блюда может быть уменьшен при условии соблюдения общей массы блюд завтрака

Таблица 3

**Суммарные объемы блюд по приемам пищи (в граммах – не менее)**

Показатели	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 7 до 12 лет	12 лет и старше
Завтрак	350	400	500	550
Второй завтрак	200	200	200	200
Обед	450	600	700	800
Полдник	200	250	300	350
Ужин	400	450	500	600
Второй ужин	100	150	200	200

Таблица 4

**Суммарные объемы блюд по приемам пищи для кадетов, обучающихся в образовательных организациях кадетского типа и кадетской направленности в зависимости от возраста (в граммах – не менее)**

Показатели	13 лет	14 лет	15 лет	16 лет	17 лет и старше
Завтрак	600	600	600	700	700
Второй завтрак	250	250	250	300	300
Обед	800	800	900	1000	1000
Полдник	350	350	350	400	400
Ужин	700	700	700	800	800
Второй ужин	250	250	250	300	300

Приложение 4

Таблица 1

**Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах (суточная)**

Показатели	Потребность в пищевых веществах			
	1-3 лет	3-6 лет	7-11 лет	12 лет и старше
белки (г/сут)	42	54	63	87
жиры (г/сут)	47	60	70	97
углеводы (г/сут)	203	261-	305	421
энергетическая ценность (ккал/сут)	1540	1800	2100	2900
витамин С (мг/сут)	45	50	60	60
витамин В1 (мг/сут)	0,8	0,9	1,1	1,5
витамин В2 (мг/сут)	0,9	1,0	1,2	1,8
витамин А (рет. экв/сут)	450	500	700	1000
витамин D (мкг/сут)	10	10	10	10
кальций (мг/сут)	800	900	1100	1200
фосфор (мг/сут)	700	800	1100	1200
магний (мг/сут)	80	200	250	400
железо (мг/сут)	10	10	12	18
калий (мг/сут)	400	600	900	2500
йод (мг/сут)	0,07	0,1	0,12	0,15
селен (мг/сут)	0,0015	0,02	0,03	0,05
фтор (мг/сут)	1,4	2,0	3,0	4,0

Примечание: \* на период летнего отдыха и оздоровления, при повышенной физической нагрузке (спортивные соревнования, слетов и т.п.) калорийность суточного рациона должна быть увеличена не менее чем на 10,0%.

Таблица 2

**Суточная потребность в пищевых веществах и энергии для обучающихся в образовательных организациях кадетского типа и организаций кадетской направленности**

Возраст	Пол	Энергетическая ценность (ккал/сут)	Белки (г/сут)	Жиры (г/сут)	Углеводы (г/сут)
13 лет	м	3400	102-128	113-121	466-493
	ж	3100	93-116	104-111	426-449
14 лет	м	4000	119-149	134-143	550-580
	ж	3700	110-138	124-132	508-536
15 лет	м	4500	136-170	150-160	619-652
	ж	4000	121-151	135-143	549-580
16 лет	м	4700	142-177	157-168	646-681
	ж	4300	129-162	144-155	591-623
17 лет и старше	м	5200	157-196	174-186	714-753
	ж	4500	135-169	151-162	619-652

Таблица 3

**Распределение в процентном отношении потребления пищевых веществ и энергии по приемам пищи**

Тип организации	Прием пищи	Доля суточной потребности в пищевых веществах и энергии*
Дошкольные образовательные организации; организации, осуществляющие присмотр и уход, оздоровительные и образовательные организации, организации отдыха и оздоровления с круглосуточным пребыванием детей	Завтрак	20%-25%
	Второй завтрак	5%
	Обед	30-35%
	Полдник	10-15%
	Ужин	25%-30%
	Второй ужин	5%
Общеобразовательные организации, организации отдыха с дневным пребыванием детей	Завтрак	20-25%
	Обед	35-40%
	Полдник	10%-15%
Организации профессионального образования, организации отдыха и оздоровления с круглосуточным пребыванием детей с костровым питанием	Завтрак	20%-25%
	Обед	35-40%
	Ужин	30-35%
	Второй ужин	5%

Примечание: \* при отсутствии второго завтрака калорийность основного завтрака увеличивается на 5% соответственно.

Приложение 5

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_**

Наименование изделия:

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов в соответствии со справочником	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Выход:		

Химический состав блюда:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Энергетическая ценность, ккал	

Технология приготовления:

---



---

Характеристика блюда на выходе (консистенция, цвет и др.):

---



---

Приложение 6

**Таблица замены продуктов в граммах (нетто) с учетом их пищевой ценности**

Продукт	Масса, г	Продукт-заменитель	Масса, г
Мясо говядины	100	Мясо кролика	96
		Печень говяжья	116
		Печень свиная	107
		Мясо птицы	97
		Рыба (треска)	125
		Творог 9%	120
		Баранина II кат.	97
		Конина I кат.	104
		Мясо лосося	95
		Оленина	104
Молоко питьевое 3,2% м.д.ж.	100	Консервы мясные	120
		Молоко питьевое 2,5% м.д.ж.	100
		Молоко сгущенное (цельное и с сахаром)	40
		Сгущено-вареное молоко	40
		Творог 9%	17

		Мясо (говядина I кат.)	14
		Мясо (говядина II кат.)	17
		Рыба (треска)	17,5
		Сыр	12,5
		Яйцо куриное	22
Творог 9%	100	Мясо говядина	83
		Рыба (треска)	105
Яйцо куриное (1 шт.)	41	Творог 9%	31
		Мясо (говядина)	26
		Рыба (треска)	30
		Молоко цельное	186
		Сыр	20
Рыба (треска)	100	Мясо (говядина)	87
		Творог	105
Картофель	100	Капуста белокочанная	111
		Капуста цветная	80
		Морковь	154
		Свекла	118
		Бобы (фасоль)	33
		Горошек зеленый	40
		Горошек зеленый консервированный	64
		Кабачки	300
Яблоки свежие	100	Яблоки консервированные	200
		Сок яблочный	90
		Сок виноградный	133
		Сок сливовый	133
		Сухофрукты:	
		Яблоки	12
		Чернослив	17
		Курага	8
		Изюм	22

## Приложение 7

**Перечень пищевой продукции,  
которая не допускается в питании детей и подростков**

1. Пищевая продукция без маркировки и (или) с истекшими сроками годности и (или) признаками недоброкачества.
2. Пищевая продукция, не соответствующая требованиям Технических регламентов Таможенного союза.

3. Мясо сельскохозяйственных животных и птицы, рыба, не прошедшие ветеринарный контроль.
4. Субпродукты, кроме говяжьих печени, языка, сердца.
5. Непотрошенная птица.
6. Мясо диких животных.
7. Яйца и мясо водоплавающих птиц.
8. Яйца с загрязненной и (или) поврежденной скорлупой, а также яйца из хозяйств, неблагополучных по сальмонеллезам.
9. Консервы с нарушением герметичности банок, бомбажные, "хлопуши", банки с ржавчиной, деформированные.
10. Крупа, мука, сухофрукты и другие продукты, загрязненные различными примесями или зараженные амбарными вредителями.
11. Пищевые продукты домашнего (не промышленного) изготовления.
12. Кремовые кондитерские изделия (пирожные и торты).
13. Зельцы, изделия из мясной обрезки, диафрагмы; рулеты из мякоти голов, кровяные и ливерные колбасы, заливные блюда (мясные и рыбные), студни, форшмак из сельди.
14. Макароны по-флотски (с фаршем), макароны с рубленным яйцом.
15. Творог из непастеризованного молока, фляжный творог, фляжную сметану без термической обработки.
16. Простокваша – «самоквас».
17. Грибы и продукты (кулинарные изделия), из них приготовленные.
18. Квас.
19. Соки концентрированные диффузионные.
20. Молоко и молочные продукты из хозяйств, неблагополучных по заболеваемости продуктивных сельскохозяйственных животных, а также не прошедшие первичную обработку и пастеризацию.
21. Сырокопченые мясные гастрономические изделия и колбасы.
22. Блюда, изготовленные из мяса, птицы, рыбы (кроме соленой), не прошедших тепловую обработку.
23. Масло растительное пальмовое, рапсовое, кокосовое, хлопковое.
24. Жареные во фритюре пищевые продукты и изделия.
25. Уксус, горчица, хрен, перец острый (красный, черный) и другие острые (жгучие) специи.
26. Острые соусы, кетчупы, майонез.
27. Овощи и фрукты консервированные, содержащие уксус.
28. Кофе натуральный; тонизирующие напитки (в том числе энергетические).
29. Кулинарные, гидрогенизированные масла и жиры, маргарин (кроме выпечки).
30. Ядро абрикосовой косточки, арахис.
31. Газированные напитки.
32. Молочные продукты и мороженое на основе растительных жиров.
33. Жевательная резинка.
34. Кумыс и другие кисломолочные продукты с содержанием этанола (более 0,5%).
35. Карамель, в том числе леденцовая.
36. Холодные напитки и морсы (без термической обработки) из плодово-ягодного сырья.
37. Окрошки и холодные супы.
38. Яичница-глазунья.



39. Паштеты, блинчики с мясом и с творогом.

40. Первые и вторые блюда из (или на основе) сухих пищевых концентратов, в том числе быстрого приготовления.

## Суточные наборы продуктов (минимальные)

Таблица 1. Примерные наборы продуктов по приемам пищи для организации питания детей в дошкольных образовательных организациях и организациях по уходу и присмотру за детьми до 7-ми лет (в нетто г, мл на 1 ребенка в сутки)

№	Наименование пищевого продукта или группы пищевых продуктов	Завтрак		Второй завтрак		Обед		Полдник		Ужин		Второй ужин		Итого за сутки	
		1-3г.	3-7л.	1-3г.	3-7л.	1-3г.	3-7л.	1-3г.	3-7л.	1-3г.	3-7л.	1-3г.	3-7л.	1-3г.	3-7л.
1	Молоко, молочные и кисломолочные продукты	39	68	0	0	13	14	100	100	38	68	200	200	<b>390</b>	<b>450</b>
2	Творог	10	15	0	0	0	0	10	10	10	15	0	0	<b>30</b>	<b>40</b>
3	Сметана	1	2	0	0	5	5	2	2	1	2	0	0	<b>9</b>	<b>11</b>
4	Сыр	2,1	3,2	0	0	0,9	1,3	0	0	1	1,5	0	0	<b>4</b>	<b>6</b>
5	Мясо бескостное	14	15	0	0	23	25	0	0	13	15	0	0	<b>50</b>	<b>55</b>
6	Птица (куры, цыплята-бройлеры, индейка – потрошенная, 1 кат)	0	0	0	0	10	12	0	0	10	12	0	0	<b>20</b>	<b>24</b>
7	Рыба (филе)	0	0	0	0	15	18	5	5	12	14	0	0	<b>32</b>	<b>37</b>
8	Колбасные изделия	0	3	0	0	0	3,9	0	0	0	0	0	0	<b>0</b>	<b>6,9</b>
9	Яйцо (г)	8	8	0	0	4	4	4	4	4	8	0	0	<b>20</b>	<b>24</b>
10	Картофель	17	20	0	0	56	66	10	11	37	43	0	0	<b>120</b>	<b>140</b>
11	Овощи	40	48	0	0	109	140	16	20	40	52	0	0	<b>205</b>	<b>260</b>
12	Фрукты свежие	11	16	44	44	5	5	9	9	26	26	0	0	<b>95</b>	<b>100</b>
13	Сухофрукты	0	0	0	0	9	11	0	0	0	0	0	0	<b>9</b>	<b>11</b>
14	Сок фруктовые и овощные	0	0	50	50	0	0	50	50	0	0	0	0	<b>100</b>	<b>100</b>
15	Витаминизированные напитки	0	0	0	25	0	25	0	0	0	0	0	0	<b>0</b>	<b>50</b>
16	Хлеб ржаной	10	15	0	0	20	20	0	0	10	15	0	0	<b>40</b>	<b>50</b>

17	Хлеб пшеничный	20	30	0	0	25	30	0	0	15	20	0	0	60	80
18	Крупы, бобовые	10	14	0	0	10	15	0	0	10	14	0	0	30	43
19	Макаронные изделия	3	4	0	0	3	4	0	0	2	4	0	0	8	12
20	Мука пшеничная	5	7	0	0	5	6	10	10	5	6			25	29
21	Масло сливочное	6	7	0	0	3	4	3	3	6	7	0	0	18	21
22	Масло растительное	1	1	0	0	3	3	2	2	3	5	0	0	9	11
23	Кондитерские изделия	3	5	0	0	0	0	4	10	0	5	0	0	7	20
24	Чай	0,1	0,1	0	0	0	0	0	0	0,4	0,5	0	0	0,5	0,6
25	Какао-порошок	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,5	0,5
26	Кофейный напиток	1	1,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1,2
27	Сахар	12	15	0	0	10	13	5	6	10	13	0	0	37	47
28	Дрожжи хлебопекарные	0	0	0	0	0	0	0,4	0,5	0	0	0	0	0,4	0,5
29	Крахмал	0	0	0	0	2	3	0	0	0	0	0	0	2	3
30	Соль пищевая поваренная йодированная	0,5	1	0	0	1	1	0	0	0,5	1	0	0	2	4

Таблица 2. Примерные наборы продуктов по приемам пищи для организации питания детей общеобразовательных организаций и организациях начального профессионального образования (в нетто г, мл, на 1 ребенка/подростка в сутки)

№	Наименование пищевого продукта или группы пищевых продуктов	Завтрак		Второй завтрак		Обед		Полдник		Ужин		Второй ужин		Итого за сутки	
		7-10 л.	11-18	7-10	11-18	7-10	11-18	7-10	11-18	7-10	11-18	7-10	11-18	7-10	11-18
1	Хлеб ржаной	30	40	0	0	30	50	0	0	20	30	0	0	80	120
2	Хлеб пшеничный	50	70	0	0	50	60	0	0	50	70	0	0	150	200
3	Мука пшеничная	3	4	0	0	3	4	6	6	3	6	0	0	15	20
4	Крупы, бобовые	15	17	0	0	15	16	0	0	15	17	0	0	45	50
5	Макаронные изделия	5	7	0	0	5	7	0	0	5	6	0	0	15	20

6	Картофель	22	22	0	0	100	100	12	12	53	53	0	0	<b>187</b>	<b>187</b>
7	Овощи	48	54	0	0	116	132	8	10	108	124	0	0	<b>280</b>	<b>320</b>
8	Фрукты свежие	28	28	90	90	0	0	40	40	27	27	0	0	<b>185</b>	<b>185</b>
9	Сухофрукты	0	0	0	0	15	20	0	0	0	0	0	0	<b>15</b>	<b>20</b>
10	Соки плодоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные	0	0	100	100	0	0	100	100	0	0	0	0	<b>200</b>	<b>200</b>
11	Мясо жилованное	15	16	0	0	28	31	0	0	27	31	0	0	<b>70</b>	<b>78</b>
12	Птица (цыплята-бройлеры потрошенные – 1 кат)	0	0	0	0	17,5	26,5	0	0	17,5	26,5	0	0	<b>35</b>	<b>53</b>
13	Рыба (филе)	0	0	0	0	24	31	5	7	29	39	0	0	<b>58</b>	<b>77</b>
14	Колбасные изделия	9,7	12,6	0	0	0	0	0	0	5	7	0	0	<b>14,7</b>	<b>19,6</b>
15	Молоко	30	30	0	0	15	15	40	40	15	15	200	200	<b>300</b>	<b>300</b>
16	Кисломолочные продукты	50	50	0	0	0	0	70	100	0	0	30	30	<b>150</b>	<b>180</b>
17	Творог	20	25	0	0	0	0	10	10	20	25	0	0	<b>50</b>	<b>60</b>
18	Сыр	4,8	5,8	0	0	2,5	3	0	0	2,5	3	0	0	<b>9,8</b>	<b>11,8</b>
19	Сметана	2	2	0	0	5	5	2	2	1	1	0	0	<b>10</b>	<b>10</b>
20	Масло сливочное	10	12	0	0	5	6	5	5	10	12	0	0	<b>30</b>	<b>35</b>
21	Масло растительное	1	1	0	0	7	9	2	2	5	6	0	0	<b>15</b>	<b>18</b>
22	Яйцо	20	20	0	0	4	4	8	8	8	8	0	0	<b>40</b>	<b>40</b>
23	Сахар	13	14	0	0	11	12	5	6	11	13	0	0	<b>40</b>	<b>45</b>
24	Кондитерские изделия	3	4	0	0	0	0	4	7	3	4	0	0	<b>10</b>	<b>15</b>
25	Чай	0,1	0,1	0	0	0	0	0	0	0,3	0,3	0	0	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>
26	Какао-порошок	1,2	1,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	<b>1,2</b>	<b>1,2</b>
27	Дрожжи хлебопекарные	0,5	1	0	0	0	0	0,5	1	0	0	0	0	<b>1</b>	<b>2</b>
28	Соль пищевая поваренная йодированная	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	<b>4</b>	<b>4</b>

Таблица 3. Суточные наборы пищевых продуктов для организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей (нетто)

Наименование продуктов питания	Возраст				
	12-18 месяцев*	18 месяцев- 3 года	3-7 лет	7-11 лет	12-18 лет
Хлеб ржаной	20	30	50	100	150
Хлеб пшеничный	60	70	90	200	250
Мука пшеничная	16	16	25	40	42
Мука картофельная	-	-	2	4	4
Крупы, бобовые, макаронные изделия	40	45	45	60	75
Картофель	150	180	240	300	400
Овощи и зелень	150	200	300	400	475
Фрукты свежие	-	250	260	300	300
Фруктовое пюре	250	-	-	-	-
Соки фруктовые	150	150	200	200	200
Фрукты сухие	10	15	15	15	20
Сахар*	30	35	55	65	70
Кондитерские изделия	15	20	25	30	30
Кофе (кофейный напиток)	1	1	2	2	2
Какао	-	-	0,3	2	2
Чай	0,2	0,2	0,2	2	2
Мясо 1-й категории	80	100	100	110	110
Мясное пюре	24	-	-	-	-
Куры 1-й категории полупотрошенные	20	20	30	40	50
Рыба-филе, сельдь	25	27	42	80	110
Колбасные изделия	-	-	10	25	25
Молоко, кисломолочные продукты	600	600	550	500	500
Творог (9-процентный)	25	50	50	60	70
Творог детский	25	-	-	-	-
Сметана	5	8	10	10	11
Сыр	5	10	10	12	12
Масло сливочное	25	30	35	45	51
Масло растительное	5	7	10	15	19
Яйцо диетическое (штук)	0,5	1	1	1	1
Дрожжи хлебопекарные	0,3	0,3	0,4	2	2
Соль пищевая поваренная йодированная	1,5	3	5	6	8
Специи	-	1	1	2	2
<b>Химический состав**</b>					
Белки (граммов)	67,4	75,3	84,4	111,7	130
Жиры (граммов)	73,8	81,2	92	118,8	133
Углеводы (граммов)	222,4	232	305,3	424	498
Энергетическая ценность (килокалорий)	1825,7	1966	2387	3209	3715

Примечание: \*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.

Таблица 4. Примерная схема питания детей первого года жизни

Наименование продуктов и блюд	Возраст (месяцы жизни)						
	2-3	4	5	6	7	8	9-12
Женское молоко, адаптированная молочная смесь или последующие молочные смеси (мл)	800-900	800-900	700	600	500	200-400	200-400
Фруктовые соки (мл)		40-50	50-60	60	70	80	90-100
Фруктовое пюре (г)		40-50	50-60	60	70	80	90-100
Творог (г)		-	10-30	40	40	40	50
Желток (шт.)		-	-	0,25	0,50	0,50	0,50
Овощное пюре (г)		10-100	150	150	170	180	200
Каша (в т.ч. молочная) (г)			50-100	150	150	180	200
Мясное пюре (г)		-	-	-	5-30	50	60-70
Рыбное пюре (г)		-	-	-	-	5-30	30-60
Кефир и другие неадаптированные кисломолочные продукты (мл)		-	-	-	200	200	400-500
Цельное молоко (мл) для приготовления блюд прикорма (овощное пюре, каши и др.)		100*	200*	200*	200*	200*	200*
Хлеб (пшеничный, в/с) (г)		-	-	-	5	5	10
Сухари, печенье (г)		-	-	3-5	5	5	10-15
Растительное масло (мл)		1-3	3	3	5	5	6
Сливочное масло (г)		-	1-4	4	4	5	6

Примечание: \* в зависимости от количества потребляемой молочной смеси или женского молока

Таблица 5. Примерные наборы продуктов по приемам пищи для организации питания кадетов, обучающихся в образовательных организациях кадетского типа и кадетской направленности. (в брутто г, мл, на 1 ребенка/подростка в сутки)

Наименование продуктов питания	Возраст				
	13 лет	14 лет	15 лет	16 лет	17 лет и старше
Хлеб ржаной (г)	120	120	150	150	150
Хлеб пшеничный (г)	200	200	230	250	250
Мука пшеничная (г)	46	46	46	46	50
Крупы, бобовые (г)	50	50	65	68	70
Макаронные изделия (г)	20	20	28	29	30
Картофель (г)	334	401	468	508	521
Овощи (г)	338	400	475	500	520
Фрукты свежие (г)	400	400	400	400	400
Сухофрукты, орехи (г)	90	90	90	90	90
Соки плодоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные (мл)	200	200	200	200	200
Мясо жилованное (г)	86	90	110	115	118

Птица (цыплята-бройлеры потр. – 1 кат) (г)	60	60	62	66	68
Рыба (филе) (г)	80	80	92	97	100
Колбасные изделия (г)	20	20	25	25	25
Молоко (мл)	300	300	300	300	300
Кисломолочные продукты (мл)	300	300	300	300	300
Творог (г)	60	60	69	73	75
Сыр (г)	15	15	20	20	20
Сметана (мл)	13	15	18	19	20
Масло сливочное (г)	43	52	63	66	68
Масло растительное (мл)	18	19	23	24	25
Яйцо (шт.)	1	1	1	1	1
Сахар (г)	45	45	45	45	45
Кондитерские изделия (г)	15	15	15	15	15
Чай (г)	1	1	1	1	1
Какао-порошок (г)	2	2	2	2	2
Дрожжи хлебопекарные (г)	2	2	2	2	2
Соль пищевая поваренная йодированная (г)	4	4	4	4	4

Таблица 6. Примерные наборы продуктов по приемам пищи для организации питания кадетов, обучающихся в образовательных организациях кадетского типа и кадетской направленности. (в нетто г, мл, на 1 ребенка/подростка в сутки)

Наименование продуктов питания	Возраст				
	13 лет	14 лет	15 лет	16 лет	17 лет и старше
Хлеб ржаной(г)	120	120	150	150	150
Хлеб пшеничный(г)	200	200	230	250	250
Мука пшеничная(г)	46	46	46	46	50
Крупы, бобовые(г)	50	50	65	68	70
Макаронные изделия(г)	20	20	28	29	30
Картофель(г)	250	300	350	380	390
Овощи(г)	270	320	380	400	415
Фрукты свежие(г)	370	370	370	370	370
Сухофрукты, орехи(г)	90	90	90	90	90
Соки плодоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные (мл)	200	200	200	200	200
Мясо жилованное(г)	78	82	99	104	107
Птица (цыплята-бройлеры потр. – 1 кат)(г)	53	53	55	58	60
Рыба (филе)(г)	77	77	89	93	96
Колбасные изделия(г)	19	19	24	24	24
Молоко (мл)	300	300	300	300	300
Кисломолочные продукты (мл)	300	300	300	300	300
Творог(г)	60	60	69	73	75
Сыр(г)	14,8	14,8	19,8	19,8	19,8
Сметана (мл)	13	15	18	19	20
Масло сливочное(г)	43	52	63	66	68
Масло растительное (мл)	18	19	23	24	25
Яйцо (г)	40	40	40	40	40

Сахар(г)	45	45	45	45	45
Кондитерские изделия(г)	15	15	15	15	15
Чай(г)	1	1	1	1	1
Какао-порошок(г)	2	2	2	2	2
Дрожжи хлебопекарные(г)	2	2	2	2	2
Соль пищевая поваренная йодированная (г)	4	4	4	4	4

## Приложение 9

**Рекомендуемый ассортимент пищевых продуктов для организации  
дополнительного питания детей**

№ п/п	Наименование пищевых продуктов	Масса (объем) порции, упаковки	Примечание
1	Первое блюдо (1-2 наименования)	250-350 мл	не допускается повтор блюд в смежные дни, подогрев блюд, с момента приготовления до момента реализации должно проходить не более 2 часов
2	Второе основное блюдо (1-4 наименования)	60-120гр	
3	Гарниры (1-4 наименования)	150-230гр	
4	Каша (1 наименование)	180-250гр	
5	Выпечные изделия (1-4 наименования)	50-100гр	
6	Закуски (1-4 наименования)	60-100 гр	реализуются при условии наличия охлаждаемого прилавка, в ассортименте
7	Чай	200 мл	нет
8	Вода питьевая, расфасованная в емкости (бутилированная), негазированная	до 500 мл	реализуется в потребительской упаковке пром.изготовления
9	Соки плодовые (фруктовые) и овощные, нектары, инстантные витаминизированные напитки	до 500 мл	реализуется в потребительской упаковке пром.изготовления
10	Кисломолочная продукция, йогурты (2,5%, 3,2% м.д.ж.)	до 300 г	реализуется в потребительской упаковке пром.изготовления
11	Орехи (кроме арахиса и абрикосовых косточек), сухофрукты	до 100 г	реализуются в ассортименте, в потребительской упаковке

## Приложение 10

**Рекомендуемый перечень набора продуктов**

**А) Сухой паек»:**

1. Фрукты (яблоки, груши, мандарины, апельсины, бананы и др.) предварительно вымытые – поштучно в упаковке из полимерных материалов, разрешенных для контакта с пищевыми продуктами;
2. Вода питьевая, расфасованная в емкости (бутилированная), негазированная – в потребительской упаковке промышленного изготовления, объемом до 500 мл;
3. Соковая продукция из фруктов и овощей – в потребительской упаковке промышленного изготовления, объемом до 500 мл;
4. Молоко стерилизованное и (или) стерилизованные молочные напитки (2,5% и 3,5% жирности) в ассортименте – в потребительской упаковке промышленного изготовления, объемом до 500 мл;



5. Хлебобулочные изделия – в ассортименте в потребительской упаковке весом до 150 г;

6. Орехи (кроме арахиса и абрикосовых косточек), сухофрукты в ассортименте – в потребительской упаковке весом до 100 г;

7. Мучные кондитерские изделия промышленного (печенье, вафли, мини-кексы, пряники) производства, в т.ч. обогащенные микронутриентами (витаминизированные) в ассортименте – в упаковке весом до 150 г;

8. Кондитерские изделия сахарные (зефир, кондитерские батончики, конфеты, кроме карамели), в т.ч. обогащенные микронутриентами (витаминизированные), шоколад в ассортименте – в потребительской упаковке весом до 100 г.

#### **Б) Для кострового питания и походов**

1. Хлеб черный и белый.

2. Крупы, макаронные изделия.

3. Консервы мясные, овощные, фруктовые

4. Консервы рыбные в масле и (или) натуральные

5. Овощи свежие или сублимированные.

6. Картофель

7. Фрукты свежие

8. Молоко сухое, сгущенное, концентрированное

9. Молоко стерилизованное и стерилизованные молочные напитки;

10. Масло сливочное, топленое.

11. Масло растительное

12. Сыры твердых сортов

13. Какао, чай.

14. Специи

15.. Соковая продукция из фруктов и овощей;

7. Мучные кондитерские изделия промышленного производства(печенье, вафли, мини-кексы, пряники);

8. Кондитерские изделия сахарные (зефир, кондитерские батончики, конфеты, кроме карамели), шоколад в ассортименте – в потребительской упаковке весом до 100 г.

**Форма 1. «Журнал бракеража скоропортящейся пищевой продукции»**

Дата и час, поступления пищевой продукции	Наименование	фасовка	дата выработки	изготовитель	поставщик	количество поступившего продукта (в кг, литрах, шт)	номер ТТН	органо-лептическая оценка	Условия хранения, конечный срок реализации	Дата фактической реализации	Примечание*

\* Указываются факты списания, возврата пищевой продукции, принятия на ответственное хранение.

**Форма 2. «Журнал бракеража готовой продукции»**

Дата и час изготовления блюда	Время снятия бракеража	Наименование готового блюда	Результаты органолептической оценки качества готовых блюд	Разрешение к реализации блюда, кулинарного изделия	Подписи членов бракеражной комиссии	Результаты взвешивания порционных блюд	Примечание *
1	2	3	4		7	8	9

\* Указываются причины запрещения к реализации готовой продукции



**Форма 6. «Ведомость контроля за рационом питания»**

с \_\_\_\_\_ по \_\_\_\_\_

**Режим питания:** двухразовое (пример)

**Возрастная категория:** 12 лет и старше (пример)

п/п	Наименование группы продуктов	Норма* продукта в граммах (нетто) г	Количество продуктов в нетто по дням в г на одного человека					В среднем за неделю	Отклонение от нормы в % (+/-)
			1	2	3	...	7		

**Примечание:**

\* Рекомендуемые среднесуточные наборы пищевых продуктов, в том числе, используемые для приготовления блюд и напитков в соответствии с приложением 8 настоящих санитарных правил.

Рекомендации по корректировке меню: \_\_\_\_\_

Подпись медицинского работника и дата:

Подпись руководителя образовательной (оздоровительной) организации, организации по уходу и присмотру за детьми и дата ознакомления:

Подпись ответственного лица за организацию питания и дата ознакомления, а также проведенной корректировки в соответствии с рекомендациями медицинского работника:

### Рекомендации по отбору суточных проб

Проба отбирается от каждой партии приготовленных на пищеблоке блюд, а также однократно по всем выдаваемым с рационом питания готовым пищевым продуктам.

Суточная проба отбирается с линии раздачи в момент фактического питания детей.

Отбору подлежат все готовые блюда, а также пищевые продукты, выдаваемые детям без термической обработки в соответствии с меню.

Блюда отбираются в полном объеме, но не менее 100 гр.

Гарниры отбираются отдельно от основного (мясного, рыбного или из мяса птицы) блюда).

Пробы отбираются стерильными (или прокипяченными) ложками и помещаются в промаркированную стерильную (или прокипяченную) стеклянную (пластиковую) посуду с плотно закрывающимися крышками.

Блюда от каждого приема и приготовления пищи размещаются на специальном подносе.

Поднос с пробами маркируется с указанием наименования приема пищи и датой отбора.

Отобранные пробы сохраняют в течение 48 часов с момента их употребления в специальном холодильнике «Для суточных проб» или в специально отведенном месте в холодильнике при температуре +2 – +6 °С.

### Количество приемов пищи в зависимости от режима функционирования организации и режима обучения

Вид организации	Продолжительность, либо время нахождения ребенка в организации	Количество обязательных приемов пищи
Дошкольные организации, организации по уходу и присмотру за детьми	до 5 часов	2 приема пищи (приемы пищи определяются фактическим временем нахождения в организации)
	8-10 часов	завтрак, второй завтрак, обед и полдник
	12 часов	завтрак, второй завтрак, обед, полдник и ужин
	круглосуточно	завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин
Общеобразовательные организации, организации начального и среднего профессионального	до 6 часов	один прием пищи – завтрак или обед
	более 6 часов	не менее двух приемов пищи (приемы пищи определяются временем нахождения в организации) либо завтрак и обед, либо обед и

образования		полдник
	круглосуточно	завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин
Группы продленного дня в общеобразовательной организации	до 14.00	дополнительно к завтраку обед
	до 17.00	дополнительно обед и полдник
Общеобразовательные организации (обучающиеся на подвозе)	более 6 часов с учетом времени нахождения в пути следования автобуса	дополнительно к завтраку обед
Организация с дневным пребыванием в период каникул	8.30-14.30	завтрак и обед
	8.30-18.00	завтрак, обед и полдник
Стационарные загородные организации отдыха и оздоровления детей, организации санаторного типа, детские санатории	круглосуточно	завтрак, (возможен второй завтрак), обед, полдник, ужин, второй ужин
Лагеря палаточного типа	круглосуточно	завтрак, обед, полдник, ужин