

Информационный лист для руководителей общеобразовательных организаций Донецкой Народной Республики



Основные принципы формирования меню горячего питания обучающихся общеобразовательных организаций

На законодательном уровне Российской Федерации в части организации питания детей, в статье 1 «Основные понятия» Федерального закона от 02.01.2000 № 29-ФЗ (ред. от 13.07.2020) «О качестве и безопасности пищевых продуктов» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2022) даны следующие понятия:

здоровое питание - питание, ежедневный рацион которого основывается на принципах, установленных настоящим Федеральным законом, отвечает требованиям безопасности и создает условия для физического и интеллектуального развития, жизнедеятельности человека и будущих поколений;

горячее питание - здоровое питание, которым предусматривается наличие горячих первого и второго блюд или второго блюда в зависимости от приема пищи, в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями.

В соответствии со статьей 2.1 Федерального закона «О качестве и безопасности пищевых продуктов» от 02.01.2000 № 29-ФЗ определены принципы здорового питания.

Принципами здорового питания являются основные правила и положения, способствующие укреплению здоровья человека и будущих поколений, снижению риска развития заболеваний и включающие в себя:

обеспечение приоритетности защиты жизни и здоровья потребителей пищевых продуктов по отношению к экономическим интересам

индивидуальных предпринимателей и юридических лиц, осуществляющих деятельность, связанную с обращением пищевых продуктов;

соответствие энергетической ценности ежедневного рациона энергозатратам;

соответствие химического состава ежедневного рациона физиологическим потребностям человека в макронутриентах (белки и аминокислоты, жиры и жирные кислоты, углеводы) и микронутриентах (витамины, минеральные вещества и микроэлементы, биологически активные вещества);

наличие в составе ежедневного рациона пищевых продуктов со сниженным содержанием насыщенных жиров (включая трансизомеры жирных кислот), простых сахаров и поваренной соли, а также пищевых продуктов, обогащенных витаминами, пищевыми волокнами и биологически активными веществами;

обеспечение максимально разнообразного здорового питания и оптимального его режима;

применение технологической обработки и кулинарной обработки пищевых продуктов, обеспечивающих сохранность их исходной пищевой ценности;

обеспечение соблюдения санитарно-эпидемиологических требований на всех этапах обращения пищевых продуктов;

исключение использования фальсифицированных пищевых продуктов, материалов и изделий.

Реализация принципов здорового питания для обучающихся обеспечивается организацией их горячим питанием по разработанным и утвержденным руководителями общеобразовательных организаций меню.

Меню основного (организованного) питания должно отвечать требованиям санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», а также Методическим рекомендациям МР 2.4.0179-20 «Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций», основные из которых следующие:

- меню оформляется по форме, указанной в Приложении № 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20;

- меню для всех возрастных категорий обучающихся должны содержать ссылки на сборники рецептов по каждому блюду (пункт 2.5 МР 2.4.0179-20, пункты 8.1.2, 8.1.4 Приложения № 8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20);

- в меню включаются блюда, на которые имеются технологические карты, с рациональным распределением блюд из отдельных пищевых

продуктов в течение 10 дней, без повторяемости блюд в течение двух смежных дней и не включается пищевая продукция и блюда из нее, которые не допускаются при организации питания детей (пункт 2.8, раздел 8, Приложение 6 СанПиН 2.3/2.4.3590-20, пункт 2.5 МР 2.4.0179-20);

- масса порций готовых блюд в меню, суммарный объем отдельных блюд, а также суточная потребность в пищевых веществах и энергии (с соблюдением среднесуточного набора пищевой продукции) по приемам пищи должны отвечать установленным гигиеническим нормативам (Таблица 1, 2 Приложения № 7, Таблицы 1, 3 Приложение 9, Таблица 1 Приложения 10 СанПиН 2.3/2.4.3590-20);

- ежедневное фактическое меню должно соответствовать утвержденному меню (пункт 8.1.4, Приложение № 8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20). Допускается замена одного вида пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий, в соответствии с таблицами замены пищевой продукции с учетом ее пищевой ценности (пункт 8.1.4, Приложение № 11 СанПиН 2.3/2.4.3590-20) и другие.

Завтрак должен состоять из закуски, горячего блюда и горячего напитка, рекомендуется включать овощи, фрукты, ягоды, орехи, йогурты.

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 порционированные овощи (дополнительный гарнир).

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