

Здоровое питание – путь к отличным знаниям!

ГУО "Коптянская базовая школа Витебского района имени Героя Советского Союза Г.С.Григорьева"

Материалы
по организации питания

2025 год



О школьниках в нашей школе
все проявляют заботу.



Однако, администрация
особое внимание
Уделяет детскому питанию…



Столовая у нас – красивая,
сверкает и блестит…



И у ребят естественно
отличный аппетит!



Организация работы столовой
в 2024/2025 учебном году

1.График приема пищи

Завтрак 2-4 классы – 10.40-10.55
Обед 5-9 классы – 11.40-11.55
Обед 2-4 классы 13.40.-13.55
Полдник 5-9 классы 14.40-14.55
Полдник -16.00

2.Список работников столовой

Войтехович Ольга Валерьевна - повар;
Дуньченко Ирина Геннадьевна - повар;
Свидинская Ирина Александровна -
кухонный рабочий.

Самое любимое
в школе помещение…
Туда все с удовольствием
и с радостью идут.
Обеды вызывают
восторг и восхищение
Любят дети кушать
много разных блюд:
Омлеты и котлеты,
салатики различные,
Варeники и драники,
борщи, супы и каши.
Ах, вкуснота какая,
и порции приличные.
Ясно, что довольны
и сыты дети наши!!!





План заседаний Совета по питанию
на 2024/2025 учебный год

СЕНТЯБРЬ
1.Утверждение плана работы Совета по питанию на год.
2.Нормативные правовые акты, иные документы по организации питания в учреждениях образования.
3.Предоставление бесплатного питания учащимся из многодетных и малообеспеченных семей.

ОКТЯБРЬ
1.Санитарное состояние пищеблока.
2.О соблюдении правил хранения и сроков реализации продуктов.

НОЯБРЬ
1.О выполнении натуральных норм питания.
2.О заготовке овощей и фруктов на зимний период.

ДЕКАБРЬ
1.Работа бракеражной комиссии по контролю за соблюдением требований по созданию безопасных условий при организации питания.
2.О выполнении натуральных норм питания.

ЯНВАРЬ
1.Укрепление материально-технической базы пищеблока.
2.Проведение профилактической С - витаминизации.

ФЕВРАЛЬ
1.Выполнение двухнедельного рациона питания учащихся.
2.Проверка санитарного состояния обеденного зала, кухни, моечной и других помещений столовой.

МАРТ
1.Контроль за организацией и качества питания учащихся, эффективное использование бюджетных средств, выделяемых на эти цели.
2.Организация питьевого режима в школе.

АПРЕЛЬ
1.Проведение мероприятий, направленных на повышение культуры питания.
2.Выполнение заявок на продукты питания.

МАЙ
1.Итоги анкетирования родителей по вопросам организации питания.
2.Об итогах работы за учебный год и задачах на новый учебный год.
3.Составление плана работы совета по питанию на 2025/2026 учебный год.

Состав бракеражной комиссии в 2024/2025 учебном году

1. Горнак В.И. - заместитель директора по учебно-воспитательной работе;
2. Войтехович О.В. - повар
3. Назаренко З.В. – воспитатель группы продленного дня;
4. Довгель О.А. - медицинский работник УЗ «Коптянская амбулатория»;
5. Иванова Т.С., учитель начальных классов.

Памятка членам бракеражной комиссии

1.Методика органолептической оценки пищи

Органолептическую оценку начинают с внешнего осмотра образцов пищи. Осмотр лучше проводить при дневном свете. Осмотром определяют внешний вид пищи, ее цвет. Определяется запах пищи. Запах определяется при затаенном дыхании. Для обозначения запаха пользуются эпитетами: чистый, свежий, ароматный, пряный, молочнокислый, гнилостный, кормовой, болотный, илистый. Специфический запах определяется: селедочный, чесночный, мятный, ванильный, нефтепродуктов и т.д.

Вкус пищи, как и запах, следует устанавливать при характерной для нее температуре. При снятии пробы необходимо выполнять некоторые правила предосторожности: из сырых продуктов пробуются только те, которые применяются в сыром виде; вкусовая проба не проводится в случае обнаружения признаков разложения в виде неприятного запаха, а также в случае подозрения, что данный продукт был причиной пищевого отравления.

2.Органолептическая оценка первых блюд.

Для органолептического исследования первое блюдо тщательно перемешивается в котле и берется в небольшом количестве на тарелку. Отмечают внешний вид цвет блюда, по которому можно судить о соблюдении технологии его приготовления. Следует обратить внимание на качество обработки сырья: тщательность очистки овощей, наличие посторонних примесей и загрязненности. При оценке внешнего вида супов и борщей проверяют форму нарезки овощей и других компонентов, сохранение ее в процессе варки (не должно быть помятых, утративших форму, и сильно разваренных овощей и других продуктов).

При органолептической оценке обращают внимание на прозрачность супов и бульонов, особенно изготавливаемых из мяса и рыбы. Недоброкачественное мясо и рыба дают мутные бульоны, капли жира имеют мелкодисперсный вид и на поверхности не образуют жирных янтарных пленок.

При проверке пюреобразных супов пробу сливают тонкой струйкой из ложки в тарелку, отмечая густоту, однородность консистенции, наличие непротёртых частиц. Суп-пюре должен быть однородным по всей массе, без отслаивания жидкости на его поверхности. При определении вкуса и запаха

отмечают, обладает ли блюдо присущим ему вкусом, нет ли постороннего привкуса и запаха, наличия горечи, несвойственной свежеприготовленному блюду кислотности, недосоленности, пересола.

У заправочных и прозрачных супов вначале пробуют жидкую часть, обращая внимание на аромат и вкус. Если первое блюдо заправляется сметаной, то вначале его пробуют без сметаны. Не разрешаются блюда с привкусом сырой и подгорелой муки, с недоваренными или сильно переваренными продуктами, комками заварившейся муки, резкой кислотностью, пересолом и др.

3.Органолептическая оценка вторых блюд

В блюдах, отпускаемых с гарниром и соусом, все основные части оцениваются отдельно. Оценка соусных блюд (гуляш, рагу) дается общая. Мясо птицы должно быть сочным, мягким и легко отделяться от костей. При наличии крупяных, мучных и овощных гарниров проверяют также их консистенцию.

В рассыпчатых кашах хорошо набухшие зерна должны отделяться друг от друга. Распределяя кашу тонким слоем на тарелке, проверяют в ней присутствие необрушенных зерен, посторонних примесей, комков. При оценке консистенции каши ее сравнивают с запланированной в меню, что позволяет выявить недовложение.

Макаронные изделия, если они сварены правильно, должны быть мягкими и легко отделяться друг от друга, не склеиваясь, свисать с ребра вилки или ложки.

Биточки и котлеты из круп должны сохранять форму после жарки.

При оценке овощных гарниров обращают внимание на качество очистки овощей и картофеля, на консистенцию блюд, их внешний вид, цвет. Так, если картофельное пюре разжижено и имеет синеватый оттенок, следует поинтересоваться качеством исходного картофеля, процентом отхода, закладкой и выходом, обратить внимание на наличие в рецептуре молока и жира. При подозрении на несоответствие рецептуре – блюдо направляется на анализ в лабораторию.

Консистенцию соусов определяют, сливая их тонкой струйкой из ложки в тарелку. Если в состав соуса входят пассерованный коренья, лук, их отделяют и проверяют состав, форму нарезки, консистенцию. Обязательно обращают внимание на цвет соуса. Если в него входят томат и жир или сметана, то соус должен быть приятного янтарного цвета. Плохо приготовленный соус имеет горьковато-неприятный вкус. Блюдо, политое таким соусом, не вызывает аппетита, снижает вкусовые достоинства пищи, а следовательно ее усвоение.

При определении вкуса и запаха блюд обращают внимание на наличие специфических запахов. Особенно это важно для рыбы, которая легко приобретает посторонние запахи из окружающей среды. Вареная рыба должна иметь вкус, характерный для данного ее вида с хорошо выраженным привкусом овощей и пряностей, а жареная – приятный слегка заметный привкус свежего

жира, на котором ее жарили. Она должна быть мягкой, сочной, не крошащейся, сохраняющей форму нарезки.

4.Критерии оценки качества блюд

«Отлично» - блюдо приготовлено в соответствии с технологией.

«Хорошо» - незначительные изменения в технологии приготовления блюда, которые не привели к изменению вкуса и которые можно исправить. «Удовлетворительно» - изменения в технологии приготовления привели к изменению вкуса и качества, которые можно исправить. «Неудовлетворительно» - изменении в технологии приготовления блюда невозможно исправить. К раздаче не допускается, требуется замена блюда.

5.Процедура проведения бракеража

Все блюда и кулинарные изделия, изготовляемые в предприятиях общественного питания, подлежат обязательному бракеражу по мере их готовности. Пробу снимают непосредственно из ёмкостей, в которых пища готовится. Выдача готовой пищи осуществляется только после снятия пробы. Вес порционных блюд должен соответствовать выходу блюд, указанному в меню - раскладке. Для определения правильности веса приготовленных изделий и полуфабрикатов одновременно взвешивается 5-10 порций каждого вида изделий, гарниры и другие нештучные изделия - путём взвешивания порций, взятых при отпуске потребителю.

Результат бракеража регистрируется в «Журнале бракеража готовой кулинарной продукции». Бракеражный журнал должен быть пронумерован, прошнурован и заверен печатью. Хранится бракеражный журнал на пищеблоке. За качество пищи несет ответственность: повар.

При нарушении технологии приготовления пищи, а также в случае неготовности, блюдо к выдаче не допускается до устранения выявленных кулинарных недостатков. Оценка качества блюд и кулинарных изделий заносится в журнал установленной формы и оформляется подписью председателя бракеражной комиссии.



«Вкусно, интересно, не грустно!»

Природа гениальности,
вероятно, так и останется
для людей тайной
за семью печатями.
Однако ничто не мешает
нам взращивать собственные
природные таланты.
А чтобы ускорить процесс,
мы взяли на вооружение
гастрономические привычки
великих творцов
и составили
меню на неделю
тематических обедов…

ПОНЕДЕЛЬНИК

«Литературный день»







Девиз дня:

«Ты — то,
что ты ешь!»

Завтрак:

Сыр порциями
Пудинг из творога
Какао с молоком
Хлеб пшеничный

Обед:

Салат «Как дома»
Суп картофельный с крупой
Рыба в тесте «Замковая»
Пюре картофельное
Сок
Хлеб ржаной
Хлеб пшеничный

Полдник:

Ряженка
Бутерброд «Купалле»
Печенье

А.С.Пушкин больше всего любил простые деревенские блюда: щи и зеленый суп с вареными яйцами, каши, рубленые котлеты с щавелем и шпинатом и др. Но больше всего ему нравилась запечённая картошка. А на десерт поэт любил полакомиться вареньем из белого крыжовника.

Антон Чехов





любил карасей, жареных в сметане.

Лев Толстой (отец «Войны и мира») был вегетарианцем. На обед писатель предпочитал холодный свекольник или постные щи. А вот на ужин ему подавали макароны, овощи и фрукты. Но было и у него своя страсть – намазывать хлеб толстым слоем меда и запивать его овсяным киселем.



ВТОРНИК

«Исторический день»





Девиз дня:

«Кашу мы едим без разговоров. Каши все любил и был здоров Суворов»

Через всю историю великих людей красной нитью проходит мысль о преемственности традиций здорового питания.

Так, например, даже в биографии прославленного полководца А.В.Суворова (1730 – 1800 годы) обнаруживаются такие стойкие привычки. Суворов ел щи из свежей или кислой капусты, пельмени, каши из разных круп (перловки, гречки, пшена), разварную говядину. Иногда повар готовил ему калмыцкую похлёбку – бешбармак, реже – жаркое из дичи или телятины. К плодам и лакомствам Суворов относился нейтрально, а вот соусы не употреблял категорически.

Суворов был всегда озабочен правильным и здоровым питанием своих солдат.

Завтрак

Зеленый горошек порционно
Котлеты рубленные из птицы
Макароны отварные
Чай с лимоном
Хлеб ржаной
Груша

Обед

Салат картофельный с зеленым горошком
Суп картофельный с бобовыми
Гнездышки из свинины с овощами
Капуста тушеная
Компот из изюма
Хлеб ржаной
Хлеб пшеничный

Полдник

Сок фруктовый
Ватрушка с творогом



СРЕДА





До сих пор никому не удалось разгадать загадку гениальности и понять, откуда к людям приходят необычные знания, способные изменить мир и привычное течение жизни. Но есть кое-что, что объединяет всех гениальных мыслителей – все они любили хорошо поесть.

Леонардо да Винчи - человек искусства эпохи Возрождения, скульптор, изобретатель, живописец, философ, писатель, ученый, изобретатель первого летательного аппарата (хоть и на бумаге, но все же…) любил овощные блюда и в особенности суп минестроне, который готовят из моркови, зеленых и белых бобов, сельдерея, картофеля, капусты, цукини, помидоров и сыра пармезан.

«Математический день»

Девиз дня:

«Чтобы все предметы на отлично знать, с едой калорий много нам нужно получать, и мы тогда быстрее будем умнеть и подрастать!»

Завтрак

Огурцы маринованный порциями
Биточки из свинины
Каша вязкая рисовая
Чай с вареньем
Хлеб ржаной



Обед

Салат из свеклы с сыром
Рассольник ленинградский
Котлета «Дуэт»
Рагу из овощей
Сок фруктовый
Хлеб пшеничный
Хлеб ржаной

Полдник

Йогурт
Апельсин

Энергетическая калорийность

6 – 10 лет	11 – 13 лет	14 – 17 лет
1328,7 Ккал	1487,6 Ккал	1529,05 Ккал

ЧЕТВЕРГ

«Географический день»

Все овощные растения, которые употребляли в пищу великие люди, и которыми мы питаемся и сейчас, имеют свои многовековые истории…



Картофель появился в Европе сравнительно недавно (в 1565 году). Его привезли из Южной Америки испанские моряки. Сначала картофель выращивали в садах как декоративное растение, потом варили варенье из зелёных ягод и лишь затем стали употреблять в пищу клубни. Но и в 1800 году в Европе картофель был ещё такой редкостью, что его дарили друг другу в праздники.



Родина *помидоров* - Южная Америка. Считается, что помидоры в Европу были завезены испанцами в середине XVI века. Долгое время в европейских странах помидоры считались декоративным растением.



Родиной *огурца* считают Индию, где он вошёл в употребление по меньшей мере за 3000 лет до нашей эры.



Кочанная капуста выращивалась в Средиземноморье и Южной Европе более 4,5 тысяч лет тому назад.

Девиз дня:

«Овощи, бобовые, зелень и фрукты – несомненно очень полезные продукты»

Завтрак

Сосиски отварные
Каша рассыпчатая гречневая
Какао с молоком
Хлеб ржаной

Обед

Винегрет овощной
Борщ с картофелем со сметаной
Котлеты домашние
Макароны отварные
Напиток лимонный
Хлеб ржаной
Хлеб пшеничный

Полдник

Ряженка
Груша
Сырок глазированный



ПЯТНИЦА



Гении в повседневной жизни живут также как и обыкновенные люди. Каковы же были кулинарные предпочтения великого ученого М.В. Ломоносова?

Он, как истинный помор, отдавал предпочтение блюдам, традиционным для жителей севера России: семге соленой, наваге копченой, тресочке жареной, щам наваристым, различным кашам, шанежкам да сбитню.

Как-то случилось Ломоносову принимать в своем доме Екатерину I IМихаил Васильевич очень растерял ся и ничего не смог предложить императрице, кроме каши и кислых щей. Он начал извиняться за столь скромный стол, но Екатерина с большим удовольствием принялась есть горячие наваристые щи.

Императрица не осталась в дол гу, когда принимала его у себя во дворце: кислые щи, поданные к обеду, оказались не менее наваристыми и вкусными.

«Химический день»

Девиз дня:

«В рационе есть всегда: мясо, овощи и фрукты, и при этом это всё экочистые продукты»

Завтрак

Кукуруза консервированная порционно
Омлет с сыром
Чай с лимоном
Зефир
Хлеб ржаной
Яблоко

Обед

Салат из свеклы с сыром
Щи из свежей капусты
Рыбные наггетсы
Пюре картофельное
Сок
Хлеб пшеничный
Хлеб ржаной

Полдник

Йогурт фруктовый
Ватрушка с творогом

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА
на кулинарную продукцию
Салат Шахтерский

по СТБ (ГОСТ, ТУ) 1210-2010 Дата введения: 22.05.2023

1.Рецептура (фирменное)

Наименование сырья	**Расход сырья на 1 порцию готовой продукции, г, мл**	
	брутто	**нетто**
Свинина (лопаточная или тазобедренная части)*	67,2	64,5
или говядина (тазобедренная часть)*	65,0	62,4
Соль	0,7	0,7
Масса отварного мяса	**-**	**38,7**
Огурцы консервированные	50,0	25,0
Зеленый горошек консервированный	30,8	20,0
Лук репчатый	8,4	7,0
Масло растительное	10,0	10,0
Выход готовой продукции	100	

*потери при разморозке установлены актом контрольной проработки

2.Описание технологии приготовления кулинарной продукции:

Мясо размораживают, зачищают, промывают теплой (20-30С), а затем холодной (12-15С) проточной водой.

Подготовленное мясо кусками не более 2 кг закладывают в горячую воду (на 1 кг мяса - 1- 1,5 л воды), доводят до кипения и варят при слабом кипении. Куски мяса должны быть полностью покрыты водой. Солят за 15-20 мин до готовности.

Лук репчатый перебирают, очищают от кожицы, промывают в проточной воде.

Зелень обрезают, перебирают, промывают.

Консервированный зеленый горошек или кукурузу промывают и ошпаривают.

Огурцы консервированные промывают.

Вареные мясо, консервированные огурцы нарезают соломкой или кубиком, лук полукольцами, добавляют зеленый горошек, заправляют маслом растительным.

3.Правила оформления, подачи блюд, кулинарных изделий:

Салат укладывают горкой в салатник или на тарелку. Оптимальная температура подачи блюда +14 С.

4.Характеристика изделий по органолептическим показателям

Внешний вид - компоненты равномерно нарезаны, перемешены, заправлены маслом растительным, аккуратно уложены горкой;

Цвет - типичный для смеси используемых продуктов;

Вкус, запах - характерные для смеси используемых продуктов, с привкусом и ароматом лука, огурцов консервированных;

Консистенция - салата - сочная, отварного мяса - мягкая, плотная, огурцов, лука - плотная, хрустящая;.

5.Срок годности и условия хранения: в незаправленном виде при температуре +2 +6 С не более 2 часов.

6. Сведения о пищевой и энергетической ценности 100 г блюда

	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Энергетическая ценность, ккал/кДж
со свининой	8,8	18,3	1,9	262,8 / 1101,1
с говядиной	11 2	11 7	19	159,8 / 669,6



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА
на кулинарную продукцию
Филе птицы запечённое «Пикант»

по СТБ 1210-2010 Дата введения: 12.06.2024

1.Рецептура (фирменное)

Наименование сырья	**Расход сырья на 1 порцию готовой продукции, г, мл**	
	брутто	**нетто**
Филе цыплят-бройлеров (мороженное)	78,1	75
или филе цыплят-бройлеров (охлажденное)	75	
Соль	1	1
Огурцы консервированные	40,8*	20,4/20**
Майонез	13	133
Сыр	18,18*	18
Масса полуфабриката	-	125
Масло растительное	6	6
Выход готового изделия	-	100

* согласно акту контрольной проработки
** масса огурцов после удаления плодоножки и верхушки

2.Описание технологии приготовления кулинарной продукции:

Сыр освобождают от упаковки, натирают на крупной терке. Филе цыплят-бройлеров, охлажденное или замороженное, освобождают от потребительской упаковки, при необходимости, размораживают, промывают холодной проточной водой, нарезают на порционные куски, слегка отбивают, солят. Индивидуальную упаковку огурцов консервированных промывают проточной водой, протирают ветошью, вскрывают, освобождают от маринада, промывают холодной кипяченой водой, удаляют плодоножки и верхушки, нарезают соломкой.

На подготовленное филе сверху укладывают огурцы консервированные, нарезанные соломкой, поливают майонезом, посыпают натертым сыром и запекают в жарочном шкафу при температуре 220-250С 15-20 минут до образования румяной корочки или в пароконвектомате в соответствии с технологической документацией на данное оборудование,

Указанная в технологической карте рецептура базовой, на ее основе можно сделать перерасчет на необходимый выход блюда.

3.Харектеристика кулинарной продукции по органолептическим показателям:

внешний вид - запеченные порционные куски филе птицы с огурцом консервированным, сыром;

цвет - характерный для продуктов, входящих в состав блюда;

вкус и запах - характерный для залеченной птицы, с огурцом консервированным и сыром;

консистенция - мягкая, сочная.

4. Срок годности и условия хранения:

на мармите или горячей плите не более 3-х часов с момента приготовления.

5. Сведения о пищевой ценности:

Белки,г	**Жиры,г**	**Углеводы,г**	**Энергетическая ценность, ккал/кДж**
21,9	15,6	0,7	232/ 971

