

ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ БОШ ДАВЛАТ САНИТАРИЯ ВРАЧИНИНГ
ҚАРОРИ

ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ МАКТАБГАЧА ТАЪЛИМ ТАШКИЛОТЛАРИДА
ТАРБИЯЛАНАЁТГАН БОЛАЛАРНИ ХАВФСИЗ ВА СИФАТЛИ ОВҚАТЛАНИШИНИ
ТАШКИЛ ЭТИЛИШИГА ОИД ГИГИЕНИК ТАЛАБЛАР

[Ўзбекистон Республикаси Адлия вазирлиги томонидан 2021 йил 26 июнда ҳисобга
олинди, ҳисоб рақами 30-сон]

СанҚваН № 0016-21

Мазкур санитария қоидалари, нормалари ва гигиена нормативлари (кейинги ўринларда — санитария қоидалари) Ўзбекистон Республикасининг «Аҳолининг санитария-эпидемиологик осойишталиги тўғрисида»ги Қонуни, Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2020 йил 10 ноябрдаги ПҚ-4887-сон «Аҳолининг соғлом овқатланишини таъминлаш бўйича қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида»ги ва 2021 йил 25 майдаги ПҚ-5124-сон «Соғлиқни сақлаш соҳасини комплекс ривожлантиришга доир қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида»ги қарорлари, Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2021 йил 30 июндаги 407-сон «Давлат мактабгача таълим ташкилотларида соғлом овқатлантириш тизимини такомиллаштиришнинг қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида»ги қарорига мувофиқ мактабгача таълим ташкилотларида тарбияланаётган болаларнинг хавфсиз ва соғлом овқатланишини ташкил этиш, юқумли ва юқумли бўлмаган касалликлар профилактикаси ҳамда овқатдан заҳарланишларнинг олдини олиш чораларини белгилайди.

1-боб. Умумий қоидалар

1. Мазкур санитария қоидалари уларнинг тури, ташкилий-ҳуқуқий ва мулк шаклидан қатъий назар барча мактабгача таълим ташкилотларига нисбатан татбиқ этилади.

2. Мазкур санитария қоидалари мактабгача таълим ташкилотларига қуйидаги талабларни белгилайди:

- а) барча мактабгача таълим ташкилотларида овқатланишнинг ташкиллаштирилиши;
- б) таомномани тузилишига оид гигиеник тавсиялар;
- в) келтирилган озиқ-овқат маҳсулотларнинг сифати ва уларни ташилиши назорати;
- г) маҳсулотларни сақлаш ва ишлатиш муддатига амал қилиниши назорати;
- д) ошхоналарга оид талаблар;
- е) таомларни тайёрлаш технологияси ва сифатини назорати;
- ж) ошхонанинг санитария-гигиеник ҳолати ва идишларни тозалаш ва ювилишини назорати;

з) овқатланиш рационининг сифати, таркиби ва миқдори назорати;

3. 1 — 3 ёшдаги ва 4 — 7 ёшдаги болаларнинг овқатланишида кунлик рациондаги овқатланиш нормалари, минерал моддалар миқдори, шунингдек, бир порция овқатнинг энергия қуввати ва ҳажми фарқланади. Ушбу фарқланиш мазкур Талабларнинг 1, 2, 3, 6-иловаларида келтирилган.

Мактабгача таълим ташкилотларида 9 — 10,5 соат давомида тарбияланаётган болалар учун тўрт мартадан кам бўлмаган овқатланиш ташкил этилади. Бунда иккинчи тушликнинг калорияси кунлик рационнинг 15 фоизидан кам бўлмаслиги керак.

Физиологик нуктаи назардан тўғри овқатланишнинг асосий тартиби қуйидагича:

Нонушта	08:30 — 09:30
Иккинчи нонушта	10:30 — 11:00
Тушлик	12:00 — 13:00
Иккинчи тушлик	15:30 — 16:00
Кечки овқат	18:30 — 19:00
Кечки тамадди	20.00 — 20.30

Мактабгача таълим ташкилотида соғлом таомнома шакллантирилишида кунлик рационда болаларнинг асосий озиқ-овқат моддаларга бўлган эҳтиёжи ва ёшига мос энергия куввати билан тўлиқ таъминланиши, уларнинг тарбияланиш шароити ва соғлиғи, шунингдек, овқатланишнинг иқлимдан келиб чиқиб ва миллий хусусиятлари ҳисобга олинади.

4. Мактабгача таълим ташкилотларининг ошхоналарида тавсия этиладиган озиқ-овқат маҳсулотларининг рўйхати мазкур Талабларнинг **11-иловасида** келтирилган.

Болалар овқат рационини шакллантиришда маҳсулотлар кун давомида тўғри тақсимланиши зарур. Оқсилга бой маҳсулотлар ёғ билан берилса, бола ошқозонида узоқ вақт сақланиб туради ва кўпроқ миқдорда ҳазм қилдирувчи меъда ширасини талаб қилади, шунинг учун гўшт, балиқ, тухум каби маҳсулотлари бор таомларни куннинг биринчи ярмида нонушта ва тушликка бериш тавсия қилинади. Кечки овқатга болаларга сутли ва ўсимликлардан тайёрланган енгил ҳазм бўладиган таомлар бериш мақсадга мувофиқдир.

Таомнома тузилаётганда сут, гўшт, сарийёғ, ёрма, нон, мева, сабзавот, шакар каби биологик қийматга эга бўлган маҳсулотлар ҳар куни киритилади.

Балиқ, тухум, пишлок, сметана, творог маҳсулотлари кунлик меъёрларда оз миқдорни ташкил этганлиги, шунингдек, улардан ҳар куни алоҳида таом тайёрлашни имконияти бўлмаслиги сабабли таомномага ҳар куни киритилмайди, лекин ушбу маҳсулотларнинг белгиланган миқдори декада (10 кун) давомида тўлиқ берилиши шарт.

Мактабгача таълим ташкилотларининг кунлик овқатланиш нормалари болаларнинг ташкилотда бўлган вақтларида (3-4, 9 — 10,5, 12 ва 24 соат) уларнинг кунлик нормаларида белгиланган озиқ-овқат маҳсулотлари билан таъминланишини ҳисобга олган ҳолда белгиланади. Бироқ, ҳар бир таом учун сарфланадиган маҳсулотлар миқдори таом тайёрлаш рецептига асосланади.

Барча маҳсулотларнинг 10 кунлик харажати тасдиқланган кундалик нормаларга аниқ мос бўлиши керак (ҳисоб «Чикитли» графасида юритилади, маҳсулотларга дастлабки ишлов беришдаги чиқиндиси ҳисобланмайди).

Болалар таомномасида сабзавотли салатлар, янги мевалар (ҳар куни), учинчи таом сифатида янги ёки куруқ мевалардан тайёрланган компот, кисел, сутли ичимликлар, шунингдек, болалар учун сутли, сабзавотли, мевали бўтқалар кўпроқ киритилиши лозим. Болага кун давомида 2 та сабзавотли таом ва бир марта ёрмали таом берилиши мақсадга мувофиқдир. Ҳар бир сабзавотлардан аралашма гарнирлар тайёрлаш тавсия этилади.

Давлат мактабгача таълим ташкилотларида Мактабгача таълим вазирлиги томонидан тасдиқланган ва Республика санитария-эпидемиология осоишталлиги ва жамоат соғлиғи хизмати билан келишилган намунавий мавсумий (кузги, қишки, баҳорги ва ёзги) таомномалар асосида таомлар тайёрланади.

Давлат мактабгача таълим ташкилотларида таомларни тайёрланишда мактабгача таълим вазирлиги томонидан тасдиқланган «Мактабгача таълим ташкилотлари учун таомлар рецепти» тўпламига қатъий амал қилган тартибда маҳсулотларини миқдори киритилиши ва таом тайёрлаш технологиясини бажарилиши талаб этилади.

Қолган барча нодавлат мактабгача таълим ташкилотлари ҳам юқоридаги намунавий мавсумий таомномалар ва мактабгача таълим ташкилотлари учун таомлар рецепти» тўпамидан фойдаланиши мумкин.

5. Таомномаларга киритилган таомларнинг маҳсус ишлаб чиқилган технологик карталари бўлиши шарт. Ушбу технологик карталарда таомларнинг таркибий қисмлари, энергетик қиймати оқсил, ёғ ва углеводларни миқдори, тайёрланган таомни ҳажми кўрсатилган бўлиши керак. Тайёр технологик карталардан фойдаланиш овқатнинг кимёвий таркибини осонгина ҳисоблаб чиқилиши, керак бўлганда бир таомни ўзига тенг бўлган бошқа бир таом билан алмаштиришга ва болаларнинг овқатланиш сифатини кундалик назорат қилиш имконини беради.

Баъзи маҳсулотлар бўлмаганда улар бошқа маҳсулотлар билан алмаштирилади. Бунинг учун мазкур Талабларнинг **4-иловасига** мувофиқ маҳсулотларни алмаштириш жадвалидан фойдаланилади.

6. Таомни тўғри тайёрлаш ва тайёр таомни ҳажми нормага мувофиқ чиқиши учун мазкур Талабларнинг **5-иловасига** мувофиқ озиқ-овқат маҳсулотларининг дастлабки ва иссиқлик ишловини беришда оғирлик йўқотиш миқдори жадвалидан фойдаланилиши мумкин.

Овқатланишни ташкил этиш учун масъул ходимлар овқатланаётган болалар ҳисобини «Болаларнинг давоматини ҳисобга олиш журнали»да олиб боришади.

Ҳамшира ҳар куни кейинги кун учун таомнома тақсимотини эрталабки соат 8:00 дан 9:00 гача болалар давомати юритиладиган журналда қайт этилган болалар рўйхати асосида тузилади. Ишчи ходимлар учун алоҳида таомнома тузилади.

Эрталаб соат 8:00 да ҳамшира гуруҳлардаги тарбияланувчиларнинг ҳақиқий сонини текширади, буюртмани расмийлаштиради ва уни ошхонага тақдим қилади.

Нонушта вақтида болалар сони тузилган таомномага нисбатан ортиқ бўлиб ёки камайган ҳолатларда ҳақиқатдан тарқатилган таомлар тўғрисида далолатнома тузилади ва тушлик ҳамда иккинчи тушлик учун таомлар сони келган болалар сонига мос равишда тайёрланади.

Кейинги овқатларни истеъмол қилиш вақтида (2 нонушта, тушлик, 2 тушлик, кечки овқат) мактабгача таълим ташкилотларида бўлмаган болалар овқатланиш рўйхатидан чиқарилади ва ортиб қолган маҳсулотлар далолатнома асосида омборхонага қайтарилади. Агар тушликни тайёрлаш учун ажратилган маҳсулотлар болаларни овқатланиш технологияси бўйича дастлабки ишловидан ўтган бўлса омборхонага қуйидагилар қайтарилмайди:

мол, қўй, парранда, қуён гўшти ва балиқ, чунки уларни соат 7:30 да ишлатишдан олдин музи эритилади.

иссиқлик ишловидан ўтган сабзавотлар;

фойдаланиш муддати бундан буён сақлашга имкон бермайдиган сут маҳсулотлари .

Қайтарилиши мумкин бўлган маҳсулотларга тухум, томат пастаси, қандолат маҳсулотлари, сариёғ, ўсимлик мойи, шакар, ёрма, макарон, мева ва тозаланмаган сабзавотлар киради.

7. Иссиқ таомларни (шўрвалар, соуслар, иссиқ ичимликлар, асосий таомлар ва гарнирлар) тарқатилишидаги ҳарорати +60 — +65°C бўлиши лозим. Иссиқ таомларни ҳарорати ушбу кўрсаткичдан пасайганда микрофлоранинг интенсив ўсишига олиб келиши, аксинча иссиқ таомларни ҳарорати ушбу кўрсаткичдан юқори бўлса болаларни оғиз бўшлиғини куйишига олиб келиши мумкин.

Болалар орасида яллиғланишларни олидини олиш мақсадида болларга бериладиган салатлар ва ичимликларни ҳарорати +15°C паст бўлмаслиги керак.

Сут маҳсулотларини тарқатилишидаги ҳарорати эса +15°C±2°C (хона ҳарорати) бўлиши лозим, шунингдек, уларни тарқатилишидан олдин иситиш учун хона ҳароратида сақлаш бир соат ошмаслиги керак.

8. Болалар овқатланишини тўғри ташкил қилишда гуруҳлардаги барча шароит етарли бўлиши муҳим аҳамиятга эга. Болаларни ўзларига мос идиш-товуқлар билан таъминланиши, стол атрофида ўтиришига қулай шароит яратилиши лозим. Таомлар ўта қайноқ ёки совуқ бўлмаган ҳолатда бўлиши керак.

9. Болалар овқат рационига кўкатлар (укроп, петрушка, салат япроғи, кўк пиёз, саримсоқ пиёз, шовул кабилар) кўпроқ киритилиши зарур. Янги кўкатлар, сабзавотлар овқатни витаминга бойитади ҳамда унга чиройли кўриниш ва алоҳида маза беради. Ишлатишдан олдин кўкатлар тоза оқар сувда, боғичидан ечилиб яхшилаб ювилади ва 3 фоизли сирка кислотаси ёки 10 фоизли ош тузи эритмасига 10 дақиқа давомида солиб қўйилади, сўнгра оқар сувда қайта ювиб қуритилади.

10. Ёз кунлари болаларнинг суюқликка бўлган эҳтиёжи ортади. Ичиш учун янги қадоқланган ёки қайнатилган сув, наматак дамламаси ёки ҳўл мевалардан тайёрланган унча ширин бўлмаган компотлар берилиши мумкин. Ичимлик болаларга сайрдан кейин, сув муолажаларидан аввал тақлиф қилинади. Узоқ давом этадиган экскурсия вақтида тўхталганда ҳам болаларга маълум бир миқдорда ичимлик берилиши керак. Экскурсияга чиқилганда тарбиячилар ўзлари билан қайнатилган ёки қадоқланган сув олишлари керак.

Қиш-баҳор мавсумида қуритилган мевалар (олма, наматак, туршак) дан тайёрланган компотлар берилиши тавсия этилади.

2-боб. Болаларнинг мактабгача таълим ташкилотида бўлишига мувофиқ овқатланишни ташкил қилиш

11. Болаларнинг мактабгача таълим ташкилотларида (гуруҳларда) бўладиган вақти қуйидагича бўлиши мумкин:

болалар 3-4 соат бўладиган гуруҳларида — кундузги уйқу ташкил этилмайди ва бир марталик овқатлантириш ташкил этилиши мумкин;

болалар 9 — 10,5 соат бўладиган гуруҳларида — тўрт марталик овқатлантириш ташкил этилиши ва кундузги уйқу учун шароитлар яратилган бўлиши керак;

болалар 12 соат бўладиган гуруҳларида — беш марталик овқатлантириш ташкил этилиши, кундузги уйқу учун шароитлар яратилган бўлиши керак;

Мактабгача таълим ташкилотларининг болалар кечаю кундуз бўладиган гуруҳларида кундузги ва тунги уйқу ҳамда беш марталик овқатлантириш ташкил этилиши учун шароитлар яратилган бўлиши керак.

12. Болаларни овқатлантиришни ташкил этишда овқатлантириш тартибига қатъий амал қилиниши муҳим аҳамиятга эга. Овқатланиш вақтига қатъий амал қилиниши шартли овқатланиш рефлексини ҳосил бўлишини таъминлайди, яъни керакли овқатни ҳазм қилиш шираларини ишлаб чиқарилишини таъминлайди.

Болалар тартибсиз овқатлантирилганда улардаги овқатланиш рефлекси сўнади, иштаҳаси пасаяди ва овқат ҳазм қилиш аъзоларининг фаолияти бузилади. Илк ва мактабгача таълим ёшида болалар ошқозонида овқатнинг ҳазм бўлиш жараёни 3,0 — 3,5 соат давом этади. Бу жараён охирига етганда ошқозон бўшайди ва болада иштаҳа пайдо бўлади.

Физиологик нуқтаи назардан тўғри овқатланишнинг асосий тартиби қуйидагича:

Нонушта	08:30 — 09:30
Иккинчи нонушта	10:30 — 11:00
Тушлик	12:00 — 13:00
Иккинчи тушлик	15:30 — 16:00
Кечки овқат	18:30 — 19:00
Кечки тамадди	20.00 — 20.30

13. Қисқа муддатли гуруҳлар учун санитария қоидалари ва нормаларига мос шароитда енгил тамадди (бутерброд ва булочкалар) ва иссиқ ичимлик (чай, какао, сут ва табиий шарбат) берилиши мумкин.

90 ўринли ва ундан юқори қуввати бўлган мактабгача таълим ташкилотларида овқатланиш учун алоҳида зал ташкил этилиши керак. Бунда идишларни ювишда алоҳида ванналардан ёки идиш ювиш машинасидан фойдаланилади. Ошхонага киришда ҳар бир 20 нафар болага 1 та қўл ювгич ўрнатилади ва суюқ совун ҳамда шахсий сочиқ билан таъминланади (бир мартаба ишлатиладиган қоғоз салфеткаларни бўлиши тавсия этилади).

3-боб. Ошхонага маҳсулотларни етказиб бериш ва сақлашга қўйиладиган гигиеник талаблар

14. Ошхоналарни тузилиши, ускуналар билан жиҳозланиши умумий овқатланиш бўйича санитария қоидалари ва нормалари талабларига мувофиқ бўлиши керак.

15. Технологик жиҳозлар, анжомлар, идишлар санитария-эпидемиология талабларига мос материаллар пўлат ва дюралюминийдан тайёрланган бўлиши лозим, шунингдек улар хом ва пиширилган маҳсулотлар учун алоҳида белгиланади.

16. Ошхонадаги идишлар чинни (тарелка, коса, пиёла), қошиқ, санчки ва пичоқлар эса зангламайдиган пўлатдан бўлиши лозим.

Ёрилган, чети учган, эмали кўчган, деформацияланган, алюмин, пластмассадан тайёрланган идишлардан фойдаланиш мумкин эмас.

17. Озиқ-овқат маҳсулотларига ишлов бериш столларининг қопламаси яхлит, зангламайдиган пўлат ёки гигиеник материал билан қопланган бўлиши шарт.

18. Хом ва пишган маҳсулотлар учун стол, пичоқ ва тахтакачлар алоҳида бўлади. Тахталарнинг юзаси текис, ёрилмаган бўлиб, қаттиқ дарахт навларидан ишланади. Пластмасса ва прессланган фанерлардан ишланган тахта ва тахтакачлардан фойдаланиш мумкин эмас.

Гўштни майдалаш учун қаттиқ дарахт навидан тайёрланган ёғочли мослама (тахта) ишлатилади. У металл тагликка ўрнатилиши мумкин. Ишлатилгандан сўнг ёғочли мослама пичоқ билан тозаланиб, устига туз сепилади, ёғочли мосламанинг ён атрофлари иссиқ сув билан ювилади, ёғочли мосламанинг устки қисми нотекис бўлиб қолганда бир қатлами олиб ташланади.

19. Ишлатиш турига қараб стол, тахта ва пичоқлар ўчиб кетмайдиган, ишлов беришга чидамли бўёк билан маркировка қилинади, хом ва пишган маҳсулотлар учун алоҳида-алоҳида бўлади (ХГ (хом гўшт), ПГ (пишган гўшт), ХБ (хом балик), ПБ (пишган балик), ХС (хом сабзавот), ПС (пишган сабзавот), Г (гастроном маҳсулотлар: пишлоқ, сариеғ, термик ишловсиз берилаётган маҳсулотлар), Н (нон), Х (хамир) учун).

20. Таомларни пишириш ва сақлаш учун зангламайдиган пўлатдан ишлаб чиқилган идишлардан фойдаланилади. Алюминий ва дюралюминийдан ишлаб чиқилган идишлардан таомларни пишириш ва қисқа муддатда сақлаш учун фойдаланиш мумкин. Табиий мева қайнатмалари (компотлар) зангламайдиган пўлатдан қилинган идишида тайёрланади. Сутни қайнатиш учун алоҳида идишлар ажратилади.

21. Болалар сонига идишлар комплекти тўғри келиши зарур ва овқатланиш вақтида бир бола учун битта идиш комплекти ишлатилади. Овқатланиш вақтида ушбу идишларни ювиш ва ювилган идишда бошқа болаларга таом бериш мумкин эмас. Захирада ҳар бир болага 2 та идиш жамламаси бўлиши керак (битта жамламада — биринчи овқат ва бўтқалар учун коса, тарелка, салат учун идиш, пиёла ёки бокал, чой ва ош қошиғи)

22. Ювиш ва зарарсизлантирувчи воситаларни ишлатишдан олдин барча ходимлар ишлатиш қоидалари билан таништирилади (ишлатилаётган воситани хусусиятлари ҳисобга олинади).

23. Ювиш ва зарарсизлантириш воситалари алоҳида шамоллатиладиган, курук хоналарда махсус ёрлик ёпиштирилган идишларда сақланади. Тайёрланган эритмалар қорайтирилган шиша идишларда, оғзи маҳкамланган ҳолатда нам ва ёруғликдан ҳимояланган тартибда 5 кундан ошмаган муддатда сақланади. Зарарсизлантирувчи воситаларни озиқ-овқат бўлинмасида сақлаш мумкин эмас.

24. Сабзавотлар, мевалар, гўшт ва бошқа маҳсулотларни ювиш учун зангламайдиган пўлат, алюминий ёки дюралюминий металлдан ишлаб чиқилган 2 секцияли ванналардан фойдаланилади. Ошхона идишларини ювиш учун ҳам камида 2 секцияли ванналардан фойдаланилади. Ванналарга иссиқ ва совуқ сув уланган бўлиши керак. Иссиқ сувнинг ҳарорати 65°C дан паст бўлмаслиги ва сифати давлат стандарти талабларига мос келиши лозим.

25. Таом пишириладиган қозонлар овқат тарқатиб бўлганидан сўнг овқат қолдиқларидан тозаланади ва ҳарорати 40°C дан паст бўлмаган иссиқ сувда идиш ювиш воситалари солиб ювилади. Сўнгра қуритилиб юқори қисми пастга қилиб ағдарилган ҳолатда панжараларда туриши лозим. Ювилган тоза ошхона идишлари полдан 0,5 метр баландликда панжаралар (стелаж)да сақланади.

26. Тахтакачлар ва тахтадан тайёрланган майда ошхона анжомлари (куракча, аралаштиргич ва бошқалар) биринчи ваннада ювиш воситаси қўшилган ҳарорати 50°C бўлган иссиқ сувда ювилади. Кейин ҳарорати 65°C дан паст бўлмаган иссиқ сувли иккинчи ваннада чайиб олинади ва қуритилади.

27. Металлдан ишланган анжомлар ювилгандан сўнг қовуриш шкафида қиздирилиб қуритилади. Гўшт қиймалагич ишлатилгандан кейин қисмларга ажратилиб ювилади, қайнаб турган сувда чайилади ва яхшилаб қуритилади.

28. Истеъмол идишлари овқат қолдиқларидан механик усулда тозаланганидан сўнг ювиш воситаси солинган, ҳарорати 45° С дан паст бўлмаган сувда (биринчи ваннада) ювилади, сўнгра ҳарорати 65°C даражадан паст бўлмаган иссиқ сувда чайилади (иккинчи ванна) ва

махсус панжараларда (стеллажлар) қуритилади. Идишларни зарарсизлантирилиши (воситада ивйтиб қўйиш) эпидемиологик кўрсатмалар асосида амалга оширилади.

Идишларни ювиш ва қуритишда электр идиш ювиш машиналаридан фойдаланиш мақсадга мувофиқ. Идишлар махсус қуритгичда вертикал ҳолатда сақланади.

29. Чой идишлари қайноқ сувда зарарсизлантириш воситалари ёрдамида биринчи ваннада, сўнгра оқиб турган қайноқ сувда иккинчи ваннада чайиб қуритилади.

30. Идиш-товоқларни ювишда кир ювиш кукуни, сунъий синтетик мато (мочалка) ишлатилмайди. Ювиш учун кўпирувчи воситалар, металл ва пластмасса шёткалардан фойдаланилиши мумкин. Идиш товоқларни ювиш учун металлдан тайёрланган шёткалар, столларни артиш учун дока ёки мато 15 дақиқа қайнатилади ёки 0,5 фоизли хлорли эритмада 30 дақиқада бўктирилади, тоза сувда чайилиб қуритилади ва махсус идишларда сақланади. Ювувчи ва зарарсизлантирувчи воситалар махсус жойларда сақланади. Ювиш бўлимларида идиш товоқ ва жиҳозларни ювиш тартиби йўриқномаси махсус ўриндиққа осиб қўйилади.

Ошхона жиҳозлари механик тозалашдан сўнг ювиш воситалари ёрдамида ювилади (биринчи ваннада) ва оқиб турган иссиқ сув билан чайилади (иккинчи ваннада). Тоза ошхона жиҳозлари вертикал ҳолда металл кассеталарда сақланади.

31. Ошхонадаги овқат қолдиқлари қопқоқли металл челақ ёки бакларга йиғилади, 2/3 қисми тўлиши билан бўшатилади. Ҳар куни металл челақ ёки баклар куннинг охирида тўлиш ёки тўлмаслигидан қатъий назар идиш ювиш хонасининг алоҳида жойида шланг ёрдамида 2 фоизли кальцийли сода эритмасида ювилади. Сўнгра иссиқ сувда чайилади ва қуритилади.

32. Озиқ-овқат бўлинмаси хоналарининг девори, пол, радиатор, дераза токчалари хар куни исдан ва чангдан тозаланиб, ювувчи воситалар ёрдамида тозаланади. Ҳафта охирида барча хона, жиҳоз, асбоб-ускуна ва анжомлар дезинфекция қилиниб, зарарсизлантирилганидан сўнг мукамал тозалаш ишлари ўтказилади.

33. Ҳар чоракда ёки зарурият туғилганда озиқ-овқатлар бўлинмаларидаги пашша, суварак ва кемирувчиларга қарши профилактик дезинсекция ҳамда дератизация тадбирлари ўтказилади.

34. Озиқ-овқат маҳсулотларини махсус транспортларда ташиб келтиришда уларнинг бутлиги сақланган ҳамда зарарланмайдиган шароитда амалга оширилади.

35. Тез бузилувчи озиқ-овқат маҳсулотларини транспортларда ташиб келтириш маркировкаланган, усти беркитиладиган (қопқоқли) идишларда амалга оширилади. Йилнинг иссиқ фаслларида сифати тез бузиладиган озиқ-овқат маҳсулотларини совутгич ўрнатилган, +2–+6°C ҳароратни сақлаб туришга мўлжалланган транспорт воситаларида ташиб келтирилади. Маҳсулот ортилган жойдан мактабгача таълим ташкилотигача йўл вақти 2 соатдан ошмаслиги керак.

36. Озиқ-овқат маҳсулотлари ва хом-ашёларни етказиб берувчи шахснинг маҳсулотларни юклаш ва тушириш учун махсус кийими (халат, қўлқоп) бўлиши, тиббий кўрикдан ҳамда лаборатор текширувидан ўтган бўлиши, шунингдек шахсий гигиена талабларига амал қилиши шарт.

37. Озиқ-овқат ташиладиган транспорт тоза ҳолатда бўлиши лозим, унда инсонлар ёки бошқа юкларни ташиш мумкин эмас.

38. Озиқ-овқат маҳсулотлари ташиладиган транспорт ҳар куни ҳайдовчи томонидан тозаланади, хўжалик юритувчи субъект томонидан 10 кунда 1 маротаба зарарсизлантирилади.

39. Озиқ-овқат маҳсулоти ташиладиган идишларга махсус белгилар қўйилади, улардан бошқа мақсадларда фойдаланиш мумкин эмас.

Озиқ-овқат маҳсулоти ташиладиган идишлар ишлатилгандан кейин 2 фоизли калций сода эритмаси билан ювилади (1 литр сувда 20 г зарарсизлантирувчи воситалар эритилади), қайнатилган сувда буғланади, қуритилади ва ифлосланмайдиган жойларда сақланади. Уларга ишлов бериш маҳсулот етказиб берувчи томонидан махсус хоналарда ўтказилади. Хом ашёларни ташиш учун ошхона жиҳозларидан фойдаланишга руҳсат этилмайди.

40. Барча олиб келинаётган озиқ-овқат маҳсулотларининг мувофиқлик гигиеник сертификатлари бўлиши лозим.

Гўшт корхона, фермер хўжаликлари ва тадбиркорлар билан олдиндан тузилган шартнома асосида эпизоотик барқарор бўлган ҳудудлардан, тамғаланган, ветеринария хизматининг категорияси кўрсатилган маълумотномаси ва сертификатга эга бўлган ҳолда олиб келинади.

Парранда гўшти 1 ҳафтада болаларга 3 мартадан ортиқ берилмайди.

Сабзавотлар, мевалар ва полиз экинларидаги пестицид ва минерал ўғитларнинг миқдори тўғрисида маълумотномаси бўлиши шарт.

Келтирилган сут ветеринария хизматининг фермер хўжаликларидаги эпизоотик вазият тўғрисида хулосаси билан қабул қилинади.

Тухумлар ветеринария хизматининг фермер хўжаликларида салмонеллез мавжуд эмаслиги тўғрисида маълумоти билан қабул қилинади.

Тез бузиладиган озиқ-овқат маҳсулотларининг кузатув ҳужжатларида ишлаб чиқарилган сана белгиланган бўлиши шарт.

41. Келтирилган озиқ-овқат маҳсулотларининг сифатини мактабгача таълим ташкилоти бракераж комиссиясининг барча аъзолари текширади, текширувдан сўнг тиббиёт ходими хулосани бракераж журнаliga қайд этади, мазкур Талабларнинг **8-иловасига** мувофиқ. Рухсати берилмаган, ҳужжати бўлмаган, сифати айниган, сақлаш ҳарорати бузилган ва муддати ўтган озиқ-овқат маҳсулотлари қабул қилинмайди (**8, 12, 13-иловалар**).

42. Тез бузиладиган озиқ-овқат маҳсулотлари санитария қоидаларига амал қилинган ҳолда совутгич камералари ва совутгичларда $+2$ – $+6^{\circ}\text{C}$ ҳароратларда сақланади. Совутгич камераларида ва совутгичларда ҳароратини назорат қилиш учун мазкур Талабларнинг **9-иловасига** мувофиқ термометрлар ўрнатилади.

Совутгич камераси битта бўлган тақдирда гўшт, балиқ ва сут маҳсулотлари сақлаш жойлари махсус ясалган полкалар билан ажратилади, улар енгил ювилиши учун мос бўлиши керак.

43. Товуқ ва балиқ етказиб берувчининг махсус тараларида белгиланган стеллажларда сақланади.

44. Сут қайнатилгунча келтирилган идишида сақланади.

45. Сариёғ корхонанинг махсус қадоғида ёки бўлинган ҳолда пергамент қоғозига ўраб, контейнер ва лотокларда сақланади. Йирик пишлоқлар тоза стеллажларда (пишлоқлар тахланаётганда картон ёки фанер билан ажратилади), кичик ҳажмдаги пишлоқлар токчаларда, истеъмол тараларида сақланади.

46. Сметана ва творог қопқоқли тараларда сақланади. Қошиқ ёки куракчаларни сметана ва творог сақланаётган идишларда қолдирилиши тақиқланади.

Тухумлар хом гўшт учун совутгичларда алоҳида токчаларда полимер идишларда 14 кундан ортиқ бўлмаган муддатда сақланади, қишда улар куруқ салқин омборхоналарда махсус тагликлардаги кутиларда ёки кассеталарда, алоҳида токчаларда, расталарда $+20^{\circ}\text{C}$ дан ортиқ бўлмаган ҳароратда сақланади. Тухумлар фақат ишлатишдан олдин тозалаб ювилади. Тухумларга ишлов бериш махсус жойда, белгиланган ванналар ва (ёки) идишлар ёрдамида амалга оширилади. Тухумлар тўлиқ эритмага ботирилади, бунда махсус контейнерлардан фойдаланиш мумкин. Бунда 1-2 фоизли илиқ сода эритмасига солинади, рухсат этилган зарарсизлантируви воситалар эритмасида зарарсизлантирилади (ишлаб чиқарувчининг йўриқномаларига мувофиқ), камида 5 дақиқа давомида оқар сувда чайилади ва белгиланган тоза идишларга терилади. Тухумни ювиш ва зарарсизлантиришда бошқа воситалардан фойдаланилганда унинг қўлланмасига амал қилган ҳолда ишлатилади.

Тозаланган тухумлар ошхонада белгиланган идишларда сақланади. Тухумларни олиб келинган кассеталар ошхонада сақланмайди.

47. Ёрмалар, ун ва макарон маҳсулотлари куруқ хоналарда, қопларда ёки озиқ-овқат маҳсулотлари учун махсус идишларда таглик ёки панжаралар устида полдан 15 см баландликда, девор билан озиқ-овқат маҳсулотлари ораси 20 смдан кам бўлмаган масофада сақланади.

48. Нон стеллаж ва шкафларда пастки қавати полдан 35 смдан кам бўлмаган ҳолда сақланади. Шкафларнинг эшиклариди ҳаво ўтиши учун тешиклар бўлиши керак. Нон сақлаш жойлари тозаланганда нон увоқлари махсус шёткалар билан супирилиб, полкалар 1фоизли сирка билан намланган матода артилади.

49. Картошка ва илдизли сабзавотлар қуруқ, қоронғу хоналарда сақланади. Карам омборхона расталарида, кўкат ва мевалар сақлаш идишларида салқин жойларда ҳарорати +12°C дан юқори бўлмаган ҳолатда сақланади.

50. Нохуш ҳиди бўлган озиқ-овқат маҳсулотларини ўзига ҳид тортувчи озиқ-овқат маҳсулотларидан (сариеғ, шакар, туз, тухум, чой, пишлок) алоҳида сақланиши керак.

51. Флягада келтирилган сут ишлатишдан олдин 2-3 дақиқа қайнатилади. Қайнатилгандан кейин сут совутилади ва қопқокли идишларда сақланади.

52. Озиқ-овқат маҳсулотларининг озуқавий қийматини сақлаш ва улардан заҳарланишнинг олдини олиш учун таом тайёрлаш технологиясига амал қилиниши керак.

Озиқ-овқат маҳсулотларини таомнома тақсимоти асосида қозонга солиниши тиббиёт ходими назоратида амалга оширилади. Донали таомлар тайёрланаётганда иссиқлик ишлови берилмасдан олдин оғирлиги тарозида ўлчанади. Пишириклар, омлет, рулет таомнома тақсимотида кўрсатилган оғирлиги бўйича кесилади. Суяқ таомлар миқдорига қараб, гарнир эса оғирлигига қараб тарқатилади.

53. Таом пиширилишида қайнатиш, пишириш, тоблаб пишириш, жазлаш, димлаб пишириш, буғда пиширишнинг ўзига хос бўлган технологик жараёнга амал қилиниши керак. Таом тайёрлашда ёғда чўмдириб қовуриш усули қўлланилмайди.

54. Озиқ-овқат маҳсулотларига пазандачилик ишлови беришда таомнинг технологик харитасида ёритилган тайёрланиш технологиясига тўлиқ амал қилинади.

55. Таомларни тайёрлаш жараёнида ошпазлар маҳсулотларга қўлини теккизмай махсус қолқоплардан, ошхона анжомларидан фойдаланиши мақсадга мувофиқ.

56. Ёрмаларда бегона аралашмалар бўлмаслиги керак. Ёрмалар ишлатилишидан олдин кўздан кечирилади ва оқиб турган сувда ювилади.

57. Иссиқ таомларни (суяқ таомлар, соуслар, қайноқ ичимликлар, иккинчи таомлар ва гарнирлар) ҳарорати тарқатилиш пайтида +60–65°C даражада, салатлар, ичимликларни ҳарорати +15°C даражадан паст бўлмаслиги лозим.

58. Тайёр биринчи ва иккинчи таомларнинг плитада сақланиш вақти 2 соатдан ошмаслиги керак. Таомларни қайта иситишга руҳсат этилмайди.

59. Сабзавотларга ишлов беришда қуйидаги талабларга амал қилиш керак:
сабзавотлар сараланади, ювилади, тозаланади, тозаланган сабзавотлар кам миқдорда сузгич ва сеткаларда оқиб турган сувда 5 дақиқа қайта ювилади;

оқ бошли карамларни ташқи япроқлари тозаланади;

сабзавотлар қозонга солишдан 30 дақиқадан олдин пўстлоғини тозаланади;

тозаланган картошка, илдизли сабзавотлар ва бошқа сабзавотлар қорайиб қолмаслиги учун совуқ сувда 2 соатдан ортиқ сақланиши мумкин эмас.

60. Витаминлар манбаи бўлган япроқли сабзавотлар ва кўкатлар ишлатилишидан олдин қуйидаги ишловлар берилди:

сувда тозалаб ювилади;

3 фоизли сирка ёки 10 фоизли ош тузи эритмасида 10 дақиқа ушлаб турилади;

оқиб турган сувда чайилади;

куритилади;

биринчи таом пишишидан 5 дақиқа аввал қозонга солинади.

61. Салатларни тайёрлаш ва аралаштириш уларнинг тарқатилишидан аввал бажарилади.

62. Салат мойи тарқатилишидан олдин қўшилади.

63. Салатларни тайёрланишида ўсимлик мойидан фойдаланилади.

64. Салатларга сметана ва майонезлар солиниши мумкин эмас.

65. Тайёрланган салатлар $4(\pm 2)^{\circ}\text{C}$ даражада 30 дақиқадан ошмаган муддатда сақланиши мумкин.

66. Мевалар, шу жумладан, цитруслар совуқ цехларда ёки иккинчи марта сабзавотларга ишлов бериш цехларида тозалаб ювилади.

67. Қадокланган қатиқ ва кефирлар истеъмолга берилишидан олдин тўғридан-тўғри пиёлаларга солинган ҳолда тақсимланади.

68. Профилактик мақсадида микронутриентлар (витамин ва минерал моддалар) етишмовчилигининг олдини олишда болаларнинг овқатланишида витамин ва минералларга бой бўлган нон (буғдой, жавдар, маккажўхори, сули унидан тайёрланган нонлар), табиий куритилган мева ва сабзавотлардан тайёрланган ичимликлар ишлатилади.

69. Нонушта иссиқ таомдан (бўтқа, пишириқлар, творог ва тухумли таомлар), бутерброд, какао, кисел ва сутли чойдан иборат бўлади.

Иккинчи нонуштага мева, сабзавотлар, қатиқ ёки кефир, сузма, шифобахш дамламалар берилади.

Тушлик ўз ичига салат (салат ёки сабзавотлар), биринчи таом (суяқ овқат), иккинчи таом (гарнир, гўштли, балиқли, товуқ гўштли ёки сабзавотли, ёрмали таомлар), ичимликликлар (шарбат, кисел, компот, қайнатилган, филтрлаган ёки қадокланган сув)ни олади.

Иккинчи тушликда сут, қатиқ ёки кефир, чой, булочка еки унли қандолат маҳсулотлари (кремсиз), творогли, пишлоқли, гўштли, ёрмали пишириқ ва таомлар берилиши мумкин.

Кечки овқат қўйидаги таомлардан иборат бўлиши мумкин: балиқли, гўштли, сабзавотли ва творогли таомлар, салатлар ва иссиқ ичимликлар.

Кечки тамадига: қатиқ ёки кефир, меваларни бериш тавсия этилади.

70. Озиқ-овқат маҳсулотларига пазандалик ишловини беришда таом тайёрлаш технологияси талабларига қатъий амал қилиниши керак:

шўрва ва бульонлар мол, қўй, парранда ва балиқ гўшtidан тайёрланади;

гўшт, парранда, куён, балиқ қиймасидан тайёрланган котлетнинг икки томони киздирилган ёғда 5 дақиқа давомида $150 - 160^{\circ}\text{C}$ қовурилиб, шундан сўнг $250 - 280^{\circ}\text{C}$ ҳароратда 5 — 7 дақиқа давомида қовуриш шкафида тайёр ҳолатга келтирилади;

қайнатилган гўшtidан (парранда, курка, куён, балиқ гўшти)дан тайёрланган иккинчи таомлар, шунингдек, биринчи таомларга қўшиб бериладиган майдаланган гўштни 5 — 7 дақиқа бульонда қайнатиб иккинчи термик ишлов берилади ҳамда 75°C ҳароратда бульон тарқатилгунга қадар қўпи билан 1 соат сақланади;

қўймоқ 2,5 — 3 см қатламда тайёрланиб, $180 - 200^{\circ}\text{C}$ ҳароратда 8 — 10 дақиқа давомида қовуриш шкафида тайёр ҳолатга келтирилади.

тухум сув қайнаганидан сўнг 10 дақиқа қайнатилади, тухум ҳар қандай таомга ишлатишдан олдин санитария қоидаларга амал қилган ҳолда яхшилаб ювилади;

гарнир учун макарон ва гуруч маҳсулотлари ювилиб миқдорига нисбатан 6 баробар қўп миқдордаги сувда қайнатилади, қайнатилган гарнир қайта ювилмайди;

творогли запеканкалар қовуриш шкафида $220 - 280^{\circ}\text{C}$ ҳароратда 20 — 30 дақиқа давомида тайёрланади, тайёр таомнинг қалинлиги 3-4 см дан ортиқ бўлмаслиги лозим.

71. Сабзавотларга пазандалик ишлови беришда уларнинг таркибидаги витаминларни сақлаб қолиш учун қўйидаги қоидаларга амал қилинади:

сабзавотларнинг пўстлоғи бевосита таом тайёрлашдан олдин арчилади;

сабзавотлар қайнаб турган сувга солинади;

сабзавотларни қозонга солишдан олдин ивитиб қўйиш мумкин эмас.

биринчи таом учун сабзавотлар ювилиб бўлаклангач қайнаб турган қозонга солинади.

Кўкатлар таом пишишига 5 дақиқа қолганда қозонга солинади;

Мевалар истеъмол қилинишидан олдин яхшилаб ювилиб тарқатилади.

Ўтган йилги ҳосилдан қолган хом сабзавотлардан фойдаланиб салатларни тайёрлашга фақат жорий йилнинг 31 март кунига қадар рухсат этилади.

Салатларни тайёрлашга мўлжалланган сабзавотлар дастлаб ювилади, сўнгра пўстлоғи билан қайнатилиб совутилади кейин қайнатилган сабзавотларни пўстлоғи арчилиб, қайнатилган маҳсулотларга ишлов бериш столида бўлакларга ажратилади.

Таом тайёрлаш учун ишлатиладиган сабзавотларни олдиндан қайнатиб қўйилиши мумкин эмас.

72. Таом тайёрлаш учун фақат давлат стандарти талаблари мувофиқ бўлган йодланган туздан фойдаланилади.

73. Ҳамшира тайёрланган таомларнинг органолептик хусусиятларини мазкур Талабларнинг **10-иловасига** мувофиқ ўрганиб, таомнинг таъми, сифати талаб даражасида эканлиги тўғрисида мазкур Талабларнинг **8-иловасига** мувофиқ тўлдириладиган таомларни сифатини назорат журналига қайд қилганидан сўнг тарқатишга рухсат берилади. Таомнома тақсимотида кўрсатилган 1 порциянинг ҳажми ва оғирлиги таомномада белгиланган миқдорга мувофиқ бўлиши лозим. Таомлар тайёрланишининг технологик жараёни бузилганда, шунингдек, таомлар сифатсиз тайёрланганда, унинг сабаби юзасидан қайд этилиб, аниқланган камчиликлар бартараф этилганидан кейин тарқатишга рухсат берилади.

74. Ҳар куни тайёрланган таомлардан кунлик синама қуйидаги миқдорда олиниши лозим:

порцияли таомлари тўлиқ ҳажмда;

биринчи таом, гарнирлар, учинчи таомлар 100 гр дан кам бўлмаслиги лозим.

Кунлик синамалар нохуш эпидемик вазиятларда микробиологик текширув ўтказиш мақсадида стерил шиша идишларга олинади. Кунлик синамалар копкакли идишларга (гарнир ва салатлар алоҳида идишларга) олинади ва 24 соат давомида махсус совутгичларда ёки сут маҳсулотларини сақлашга мўлжалланган сувутгичларнинг синама сақлаш учун махсус ажратилган қисмида +2-6°C ҳароратда сақланади.

Жума ва шанба кунлари олинган кунлик намуналар душанба кунигача сақланади. Муқаддам олинган кунлик намуналар бугун олинган синамалар (нонушта, тушлик, иккинчи тушлик, кечки овқат) билан алмаштирилади.

Кунлик синамаларни олиш ва уларнинг сақланишини назорати тиббий ходимлар томонидан амалга оширилади.

4-боб. Асосий назорат услублари

75. Озиқ-овқат маҳсулотларини ишлов бериш ёки термик ишлов бериш жараёнида йўқотиладиган миқдор мазкур Талабларнинг **5-иловасига** мувофиқ аниқланади.

76. Таомларнинг энергетик қийматини ҳисоблаш учун озиқ-овқат маҳсулотларининг кимёвий таркиби эса мазкур Талабларнинг **7-иловасига** мувофиқ ҳисобланади.

77. Ҳамшира кундузги таомларнинг кимёвий таркибини ҳисобга олган ҳолда оналарга кечки овқатда уйда болаларга қандай таом берилиши юзасидан тавсиялар беради.

78. Тайёрланган таомнинг умумий миқдори болалар сонига мос келиши керак. Тайёрланган таомнинг соф оғирлигини назорат қилиш озиқ-овқат маҳсулотларига дастлабки ва термик ишлов берилганда йўқотиладиган оғирлигининг нормаларига мувофиқ амалга оширилади (мазкур Талабларнинг **5-иловаси**). Тайёрланган таомнинг сифати органолептик усулда баҳоланади.

79. Тайёр таомлар тиббиёт ходими томонидан таомлар сифатини назорат қилиш журналида тарқатилишига рухсат этилганлиги тўғрисидаги ёзув қайд этилганидан сўнг тарқатилади.

5-боб. Ходимларнинг профилактик тиббий кўрикдан ўтиши ва уларнинг шахсий гигиенасига қўйиладиган талаблар

80. Мактабгача таълим ташкилоти ходимлари шахсий гигиена қоидаларига амал қилган ҳолда ишга тоза кийим ва пойабзалда келиши, устки, бош кийими ва шахсий буюмларини кийим шкафида қолдирилиши, тирноқлар қисқа олинган ҳолатда бўлиши лозим.

Иш бошлашдан олдин қўлларни тозалаб ювиш, устига тоза халат, бошқа махсус кийимбош кийиши, сочлари эса тўпланган бўлиши керак.

Хожатхонага киришдан олдин халатни ечиши, чиққандан сўнг қўлларни совунлаб ювиш керак. Ишчи ходимларга болалар хожатхонасидан фойдаланиш таъқиқланди.

Ишчи ходимларга болалар хожатхонасидан фойдаланиш тақиқланади

81. Озиқ-овқат бўлимининг ходимлари ҳар куни ҳамшира томонидан назоратдан ўтказилиб, уларнинг танасида кесилган, йиринглаган, кўкариб қолган ва юқори нафас йўлларида катарал ҳолатларнинг борлиги оғзини очиб текширилади ва журналга ўрнатилган тартибда белгиланади.

Ошхона ходимларига иш пайтида узук, сирға тақишлари таъқиқланади. Махсус кийимларни тўғноғич билан қистирилиши, иш жойида овқатланиш ва чекиш таъқиқланади.

82. Махсус кийимсиз ва тиббий кўриқдан ўтмаган шахсларнинг мактабгача таълим ташкилоти ошхонасига киришига рухсат этилмайди

Ўзбекистон Республикаси мактабгача таълим ташкилотларида тарбияланаётган болаларни хавфсиз ва сифатли овқатланишини ташкил этилишига оид гигиеник талабларга

1-ИЛОВА

1 — 3 ёшли болаларни умумий турдаги мактабгача таълим ташкилотларида ўртача кунлик овқатланиш нормалари, энергетик қуввати (оқсил, ёғ, углеводлар)

Т/р	Маҳсулотларнинг тури	9 — 10,5 соат					12 — 24		
		Кунлик нормаси, гр	оқсиллар	ёғлар	углеводлар	ккал	кунлик нормаси, гр	оқсиллар	ёғлар
1.	Витамин ва минераллар билан бойитилган олий ва 1-навли унидан нон маҳсулотлари	90	6,93	2,7	44,82	231,30	110	8,47	3,3
2.	Олий ва 1-навли ун	25	2,65	0,33	16,93	81,29	30	3,18	0,39
3.	Крахмал	3	0,003	0	2,39	9,57	3	0,003	0
4.	Ёрмалар, дуккакли дон маҳсулотлари, макарон маҳсулотлари, шу жумладан, мош-3 гр	35/3	4,83	0,84	21	110,88	45/3	6,21	1,08
5.	Шакар	20	0	0	19,96	79,84	25	0	0
6.	Қандолат маҳсулотлари (повидло, джем, мураббо)	10	0,03	0	6,81	27,36	10	0,03	0
7.	Сариёғ (табiiй, сигир сутдан олинган)	15	0,08	12,38	0,12	112,22	20	0,1	16,5
8.	Ўсимлик мойи	7	0	6,99	0	62,91	8	0	7,99
9.	Табiiй сигир сути (ёғлилик даражаси 2,5 — 3,2%)	180	5,04	5,76	8,46	105,84	200	5,6	6,4
10.	Қатик, кефир.	100	2,8	3,2	4,1	56,40	100/150**	2,8	3,2
11.	Сметана (ёғлилик даражаси 15%)	5	0,12	1,5	0,16	14,62	5	0,12	1,5

12.	Творог (ёғлилик даражаси 2,5%, 5,0%)	20	3,34	1,8	0,4	31,16	20	3,34	1,8
13.	Пишлоқ (шу жумладан қаттиқ турдаги)	8	2	2	0	26,00	10	2,5	2,5
14.	I категорияли мол, қўй, парранда, қуён гўшти	60/45*	11,16	9,6	0	131,04	80/60*	14,88	12,8
15.	Балиқ (тозаланган, бошсиз, музлатилган)	20	3,64	0,18	0	16,18	20	3,64	0,18
16.	Тухум (дона)	0,5	6,35	5,75	0,35	78,55	0,5	6,35	5,75
17.	Картошка	100	2	0,4	17,3	80,80	120	2,4	0,48
18.	Сабзавотлар(шу жумладан помидор пастаси 3 — 5 гр)	150	1,95	0,15	9	45,15	180	2,34	0,18
19.	Мевалар, резаворлар, шарбатлар.	130	1,404	0,52	17,16	78,94	150/200**	1,62	0,6
20.	Қурук мевалар (туршак, майиз, олхўри, олма, наматак, ёнғок)	10	0,18	0	5,5	22,72	10	0,18	0
21.	Чой	0,3	0,06	0	0,02	0,32	0,3	0,06	0
22.	Какао	2	0,48	0,35	0,558	7,30	2	0,48	0,35
23.	Йодланган ош тузи, табиий таъм ростловчилар (зира, кашнич дон)	4	0	0	0	0,00	5	0	0
24.	Хамиртуруш, разрыхлитель- (пиширик кукуни), улучшитель- (хамирни яхшилайдиган восита), пищевая сода-(ош содаси)	1	0,12	0,004	0,08	0,84	1	0,12	0,00
ЖАМИ:		1005,80	55,17	54,45	175,12	1411,23	1169,80	64,42	65,0

*9 — 10,5 соатлик ташилотларда гўштининг меъёри-суякли гўшт 60 гр, лақм гўшт 45 гр, 12 соатлик ташилотларда суякли гўшт 80 гр, лақм гўшт 60 гр ни ташикл этади.

**12 соатлик ташилотларда қатиқнинг меъёри 100г, меванинг меъёри 150 гр, 24 соатлик ташилотларда қатиқнинг меъёри 150г, меванинг меъёри 200 гр ни ташикл этади.

Эслатма: Таомнома тузилганида калориянинг ҳисоби ±10% га фарқ қилиши мумкин.

Ўзбекистон Республикаси мактабгача таълим ташкилотларида тарбияланаётган болаларни хавфсиз ва сифатли овқатланишини ташкил этилишига оид гигиеник талабларга
2-ИЛОВА

4 — 7 ёшли болаларни умумий турдаги мактабгача таълим ташкилотларида овқатланиш нормалари, энергетик қуввати (оқсил, ёғ, углеводлар)

Т/р		4 соат	9 — 10,5 соат
-----	--	--------	---------------

	Маҳсулотларнинг тури	кунлик нормаси, г.	оқсил	ёғ	углевод	ккал	кунлик нормаси, г.	оқсил	ёғ	углевод	к
1.	Витамин ва минераллар билан бойитилган олий ва 1-навли унидан нон маҳсулотлари	50	3,85	1,5	24,9	128,50	100	7,7	3	49,8	25
2.	Олий ва 1-навли ун						30	3,18	0,39	20,31	9
3.	Краҳмал						3	0,003	0	2,39	9
4.	Ёрмалар, дуккакли дон маҳсулотлари, макарон маҳсулотлари, шу жумладан, мош -3 гр						45/3	6,21	1,08	27	14
5.	Шакар	5	0	0	4,99	19,96	25	0	0	24,95	9
6.	Қандолат маҳсулотлари (повидло, джем, мураббо)						10	0,03	0	6,81	2
7.	Сариёғ (табиий, сигир суддан олинган)	10	0,05	8,25	0,08	74,77	20	0,1	16,5	0,16	14
8.	Ўсимлик мойи						8	0	7,99	0	7
9.	Табиий сигир сути (ёғлилик даражаси 2,5 — 3,2%)	100	2,8	3,2	4,7	58,80	200	5,6	6,4	9,4	11
10.	Қатик, кефир.	100	2,8	3,2	4,1	56,40	100	2,8	3,2	4,1	5
11.	Сметана (ёғлилик даражаси 15%)						5	0,12	1,5	0,16	1
12.	Творог (ёғлилик даражаси 2,5%, 5,0%)						20	3,34	1,8	0,4	3
13.	Пишлоқ (шу жумладан қаттиқ турдаги)	5	1,25	1,25	0	16,25	10	2,5	2,5	0	3
14.	I категорияли мол, қўй, парранда, қуён гўшти						80/60*	14,88	12,8	0	17
15.	Балиқ (тозаланган, бошсиз, музлатилган)						20	3,64	0,18	0	1
16.	Тухум (дона)						0,5	6,35	5,75	0,35	7
17.	Картошка						120	2,4	0,48	20,76	9
18.	Сабзавотлар (шу жумладан помидор пастаси 3 — 5 гр)						180	2,34	0,18	10,8	5
19.	Мевалар, резаворлар, шарбатлар.	100	1,08	0,4	13,2	60,72	150	1,62	0,6	19,8	9
20.	Қурук мевалар (туршак, майиз,						10	0,18	0	5,5	2

	олхўри, олма, наматак, ёнғоқ)										
21.	Чой	0,3	0,06	0	0,02	0,32	0,3	0,06	0	0,02	0
22.	Какао	1	0,24	0,18	0,28	3,70	2	0,48	0,35	0,55	7
23.	Йодланган ош тузи, табиий таъм ростловчилар (зира, кашнич дон)						5				
24.	Хамиртуруш, разрыхлитель- (пиширик кукуни), улучшитель- (хамирни яхшилайдиган восита), пищевая сода-(ош содаси)						1	0,12	0,004	0,08	0
ЖАМИ:		371,3	12,13	17,98	52,27	419,42	1159,8	63,65	64,70	203,34	16

*9 — 10,5 соатлик ташилотларда гўштининг меъёри-суякли гўшт 80 гр, лақм гўшт 60 гр, 12 соатлик ташилотларда суякли гўшт 90 гр, лақм гўшт 65 гр ни ташикл этади.

**12 соатлик ташилотларда қатиқнинг меъёри 150г, меванинг меъёри 200 гр, 24 соатлик ташилотларда қатиқнинг меъёри 150г, меванинг меъёри 200 гр ни ташикл этади.

Эслатма: Таомнома тузилганида калориянинг ҳисоби ±10% га фарқ қилиши мумкин.

Ўзбекистон Республикаси мактабгача таълим ташкилотларида тарбияланаётган болаларни хавфсиз ва сифатли овқатланишини ташкил этилишига оид гигиеник талабларга
3-ИЛОВА

Турли ёшдаги гуруҳлар учун минерал моддаларнинг тавсия этилган ўртача кунлик физиологик нормалари.

Боланинг ёши	кальций, мг	фосфор, мг	магний, мг	темир, мг	рух, мг	селен, мг	йод, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В ₁ , мг	В ₂ , мг	В ₆ , мг	РР, мг	Ф
1 — 3 ёш	800	800	150	10	5	0,01	0,1	30	400	5	10	0,5	0,5	0,5	6	1
4 — 7 ёш	900	800	200	10	8	0,02	0,1	50	500	7	10	0,9	1,0	1,2	8	2

Ўзбекистон Республикаси мактабгача таълим ташкилотларида тарбияланаётган болаларни хавфсиз ва сифатли овқатланишини ташкил этилишига оид гигиеник талабларга
4-ИЛОВА

Айрим озиқ-овқат маҳсулотларни алмаштирилиши жадвали

Маҳсулот номи	Оғирлиги (г)	Алмаштириладиган маҳсулот	Оғирлиги (г)
1-навли буғдой ундан ёпилган оқ нон	100	1-навли буғдой уни	75
1-категорияли мол гўшти	100	куён гўшти	98
		1-тоифа товуқ ва курка гўшти	110
		Тозаланган балиқ	125
		Творог	120
		Тухум	145
Ёғи олинмаган сут	100	Герметик ўрамдаги курук сут	12
		Қуйилтирилган шакарли сут	38
		Творог	17
		Ёғли қатиқ	103

		Пишлоқ	12,5
		1-категорияли мол гўшти	15
		Товуқ гўшти	22
		Тозаланган балиқ	20
Творог	100	Мол гўшти	66
		Тозаланган балиқ	105
Парранда тухуми (1 дона)		Творог	31
		Мол гўшти	72
		Тозаланган балиқ	30
		Бедана тухуми (2 дона)	50
		Пишлоқ	20
Балиқ	100	Мол гўшти	64
		Творог	105
Картошка	100	Оқ бошли карам	111
		Гулкарам	80
		Сабзи	154
		Лавлаги	118
		Дуккакли (ловия)	33
Олма	100	Олма шарбати	90
		Узум шарбати	133
		Олхўри шарбати	133
		Қуритилган мевалар:	
		Қуритилган олма	15
		Қуритилган олхўри	17
		Туршак	15
		Қуритилган узум	22
Қандолат маҳсулоти (повидло, джем, мураббо)	100	Табиий асал	93

Ўзбекистон Республикаси мактабгача таълим ташкилотларида тарбияланаётган болаларни хавфсиз ва сифатли овқатланишини ташкил этилишига оид гигиеник талабларга
5-ИЛОВА

Озиқ-овқат маҳсулотларига ишлов ва термик ишлов берилганда йўқотиладиган оғирлигининг нормаси (фоизда)

Маҳсулотлар	Хом ашёга ишлов беришдаги йўқотилиш, %	Тайёрлаш усули	Термик ишлов беришдаги йўқотилиш, %
1	2	3	4
Гўшт ва гўшт маҳсулотлари			
1 категорияли мол гўшти	26,4*	Қайнатиш	38
		Тоблаб пиширилган котлет (биточка, щницель)	12
		Қовуриш шкафида пиширилган котлет (биточка, щницель)	19
		Қайлали фрикаделка	15
	28,5*	Қайнатиш	36

1 категорияли қўй гўшти		Тоблаб пиширилган котлет (биточка, щницель)	12
		Қовуриш шкафида пиширилган котлет (биточка, щницель)	19
		Қайлали фрикаделка	15
		Қайнатилган гўштли фрикаделка	15
1 категорияли, тозаланган товук гўшти	11,1*	Қайнатиш	30
		Қовуриш шкафида пиширилган котлет (биточка, щницель)	21
		Парранда рагуси	21
		Қайлали фрикаделка	15
1 категорияли қуён гўшти	25*	Қуён гўштидан котлет ва биточка	21
Балиқ			
Минтай, сазан, толстолобик, судак тозаланган , бошсиз, музлатилган	5 — 7	Қовуриш шкафида пиширилган котлет (биточка, щницель)	13
		Тефтел димланган	15
		Фрикаделка димланган	15
		Қовуриш шкафида пиширилган котлет (биточка, щницель)	13
		Қовуриш шкафида пиширилган щницель	20
		Қовуриш шкафида пиширилган котлет (биточка, щницель)	13
		Тефтел димланган	15
		Фрикаделка димланган	15
		Қовуриш шкафида пиширилган котлет (биточка, щницель)	13
		Котлет ва биточка димланган	16
Сут ва сут маҳсулотлари			
Кефир (майда сиғимли 1 литргача идишга қуйилганда)	3,5		
Ряженка(майда сиғимли 1литргача идишга қуйилганда)	3	Запеканка	10
Сметана (майда сиғимли 1литргача идишга қуйилганда)	1		
Творог (ишлов бериш)	2	Творогли пиширик	9
Картошка			
Картошка	20 — 40**	Картошкали рагу:	
		димланган	17
		Қовуриш шкафида пиширилган картошка	20
		Сутли соусда қовуриш шкафида пиширилган картошка	10
		Картошкали пюре:	
қайнатилган	3		

		эзилган	3-5
		Картошкали котлет:	
		қайнатилган	3
		эзилган	3 — 5
Карамли таомлар			
Карам	20	Оқ бошли карамнинг йирик бўлақларини қайнатилиши	8
		Фарш учун қовурилган карам	25
		Димланган карам	21
		қайнатилиб, сутли соусда қовуриш шкафида пиширилган:	
		Қайнатиш	8
		Қовуриш шкафида пишириш	15
Гулкарам	48	қайнатилганда	10
		қовуриш шкафида пиширилганда	16
Сабзили таомлар			
Сабзи	20 — 25**	Қайнатилган сабзи	0,5
		Димланган сабзи	8
		Қовуриш шкафида пиширилган сабзи	32
		Сабзили пишириқ	16
Лавлаги			
Лавлаги	20 — 25**	Қайнатилган	5

**Таом тайёрлаш жараёнида лаҳм (филе) гўшт ишлатилганида 2 устундаги хом ашёга ишлов беришдаги йўқотиш фоизи қўлланилмайди.*

***Картошка, сабзи, лавлаги ишлов беришдаги йўқотилиш жадвалига асосан ҳисобланади.*

Картошка, сабзи, лавлагига ишлов беришдаги йўқотилиш жадвалига

Маҳсулотлар		Хом ашёга ишлов беришдаги йўқотилиш, %
Картошка	янги ҳосилдан 1.09 гача	20
	1.09 дан 31.10 гача	25
	1.11 дан 31.12 гача	30
	1.01 дан 28.02 гача	35
	1.03 дан янги ҳосилгача	40
Сабзи	янги ҳосилдан 01.01 гача	20
	01.01 дан янги ҳосилгача	25
Лавлаги	янги ҳосилдан 01.01 гача	20
	01.01 дан янги ҳосилгача	25

Ўзбекистон Республикаси мактабгача таълим ташкилотларида тарбияланаётган болаларни хавфсиз ва сифатли овқатланишини ташкил этилишига оид гигиеник талабларга
6-ИЛОВА

Болаларга берилаётган таомларнинг ҳажми (граммда)

Болаларнинг ёши	Нонушта	Иккинчи нонушта	Тушлик	Иккинчи тушлик	Кечки овқат
1 — 3 ёш	250 — 330	100 — 130	455 — 480	200 — 210	280 — 310
4 — 7 ёш	330 — 400	130 — 150	530 — 570	210 — 225	340 — 370
Болаларга берилаётган таомларнинг номи ва миқдори					

Таом номи	Порция миқдори (г, мл)	
	1 — 3 ёш	4 — 7 ёш
Нонушта		
Бўтқа (сутли, ёрмали, сабзавотли) ёки сабзавотли таом	120 — 150	150 — 180
ёки Гўштли, балиқли, творогли, тухумли таомлар гарнир билан	50/100	50/130
Қайноқ ичимликлар (сутли какао, сут, сутли чой)	100 — 130	130 — 150
Нон	25 — 30	30 — 40
ёки бутербродлар	35 — 65	40 — 75
Иккинчи нонушта		
Мевалар, шарбатлар, қатиқ ёки кефир	100 — 130	130 — 150
Тушлик		
Сабзавотлардан тайёрланган салат	35 — 40	40 — 50
1-таом (шўрва, бульон)	120	150
2-таом (қуноқ таомлар)	130 — 150	150 — 180
ёки (гўштли, балиқли таом гарнир билан)	50/100	50/130
Компот, шарбат, кисель	130	150
Иккинчи тушлик		
Сут, қатиқ, сутли чой, шарбатлар	150	150
Булочка ёки хамирли қандолат маҳсулотлари	50 — 60	60 — 75
Кечки овқат		
Бўтқа (сутли, ёрмали, сабзавотли) ёки сабзавотли таом	120 — 150	150 — 180
Сут, қатиқ	130	150
Кечки тамадди		
Қатиқ, кефир, ёки мевалар	70	100

Ўзбекистон Республикаси мактабгача таълим ташкилотларида тарбияланаётган болаларни хавфсиз ва сифатли овқатланишини ташкил этилишига оид гигиеник талабларга
7-ИЛОВА

100 грамм озиқ-овқат маҳсулотининг кимёвий таркиби

Маҳсулот номи	оқсил, (г)	ёғ, (г)	углеводлар, (г)	энергетик қуввати, ккал
Олий навли бугдой унидан нон	7,6	0,8	49,2	234,4
1-навли бугдой унидан нон	7,7	3,0	49,8	262,0
Олий навли бугдой унидан нон	13	1	69	337
1-навли бугдой уни	10,6	1,3	67,7	331,0
Жавдар уни	8,9	1,7	61,8	298,1
Маккажўхори уни	7,2	1,5	72,1	330,7
Сули уни	13	6,8	64,9	372,8
Бугдой уни кепаги	16	3,8	16,6	164,6
Крахмал	0,1	0	79,6	327,0
Ёрмалар				
Манний ёрмаси	10,3	1,0	67,9	328,0
Гречиха ёрмаси	12,6	3,3	62,1	335,0
Гуруч	7,0	1,0	71,4	330,0
Бугдой ёрмаси	11,8	2,2	59,5	305

Перловка ёрмаси	9,9	1,2	62,1	298,8
Оқ жўхори (сорго)	10,6	4,1	59,6	317,7
Тарик	11,5	3,33	66,5	348,0
Сули ёрмаси	11,0	6,2	50,1	305,0
Арпа ёрмаси	10	1,3	65,5	313,0
Мош ёрмаси	23,5	2	46	300
Ловия ёрмаси	21,0	1,6	52,7	310,0
Нўхот	23,0	1,6	50,8	314,0
Горох	20,5	2	49,5	298
Ясмиқ (чечевица)	24	1,5	46,3	294,7
Маккажўхори дони	6,7	0,1	82,2	356,5
Кунжут	18,4	48,7	12,2	560,7
Зира (кумин)	18	22	44	446
Мюсли	9	2	65	314
Кунгабоқар мағизи	20,7	52,9	10,5	600,9
Кашничдон	12,4	17,8	13,1	262,2
Консерваланган маккажўхори	2,2	0,4	11,2	57,2
Консерваланган яшил нўхот	3	0,5	7,3	45,7
Штрейзель	8,2	29,1	46,6	481,1
Олий навли макарон маҳсулотлари	11	1,3	70,5	337,7
1 навли макарон маҳсулотлари	11,2	1,6	68,4	332,8
Қандолат маҳсулотлари				
Какао кукуни	24,2	17,5	27,9	380,0
Повидло	0,37	0	68,9	278,0
Олма жеми	0,12	0,18	59,8	238,5
Ўрик жеми	0,6	0,1	41,6	164,6
Мураббо	0,4	0,3	68,2	254,0
Табиий асал	0,8	0	80,3	324,4
Ваниль	18,9	5,9	19,1	205,1
Шакар				
Шакар	0	0	99,8	379,0
Сут маҳсулотлари, ўсимлик ёғи				
Сут (ёғлилик даражаси 3,2%)	2,8	3,2	4,7	58,0
Сметана (ёғлилик даражаси 30%)	2,4	30,0	3,1	294,0
ёғли қатик (ёғлилик даражаси 3,2%)	2,8	3,2	4,1	56,0
Творог (ёғлилик даражаси 5%)	21	5,0	3,0	141,0
Творог (ёғлилик даражаси 2,5%)	19	2,5	3,8	113,7
Табиий сугир сариёғи	0,5	82,5	0,8	748,0
Пишлоқ қаттиқ навлари	25,0	25,0	0	331,5
Ўсимлик мойи	0	99,9	0	899,0
Сабзавотлар				
Бақлажон	1,2	0,1	5,1	24,0
Кабачка	0,6	0,3	4,6	24,0
Оқ бошли карам	1,8	0,1	4,7	27,0
Қизил бошли карам	0,8	0,2	5,1	25,4
Гулкарам	2,5	0,3	4,2	29,5
Броколли				
Бош пиёз	1,4	0,0	9,1	41,0
Кўк пиёз	1,3	0,1	3,2	18,9

Кизил сабзи	1,3	0,1	8,4	34,0
Бодринг	0,8	0,1	3,4	14,0
Тузланган бодринг	0,8	0,1	1,7	10,9
Ширин (булғор) қалампир	1,3	0,0	5,3	26,0
Редиска	1,2	0,1	4,6	21,0
Турп	2,0	0,2	6,5	32,0
Шолғом	1,5	0,1	6,2	31,7
Кўкатлар	2,6	0,4	5,2	36,0
Лавлаги	1,5	0,1	8,8	43,0
Помидор	1,1	0,2	3,7	20,0
Ошқовоқ	1,3	0,3	7,7	28,0
Картошка	2,0	0,4	17,3	80,0
Томат пастаси	4,8	0	19,0	99,0
Саримсоқпиез	6,5	0,5	29,9	150,1
Мевалар				
Олхўри	0,8	0,3	9,6	42,0
Олма	0,4	0,4	9,8	47,0
Нок	0,4	0,1	12,1	50,9
Беҳи	0,4	0,1	13,4	56,1
Узум	0,7	0,2	17,2	73,4
Ўрик	0,9	0,1	9	40,5
Шафтоли	0,9	0,1	9,5	42,5
Анор	0,7	0,6	14,5	66,2
Гилос	1,1	0,4	10,6	50,4
Олча	0,8	0,2	10,6	47,4
Лимон	0,9	0,1	3	16,5
Апелсин	0,9	0,2	8,1	37,8
Мандарин	0,8	0,2	7,5	35
Банан	1,5	0,5	21	94,5
Тарвуз	0,7	0,1	5,8	26,9
Зайтун	1,8	16,3	5,2	174,7
Олма шарбати	0,5	0,1	10,1	43,3
Қурук наъматак	3,4	1,4	48,3	210,8
Қурук мевалар	1,8	0	55,0	227,2
Гўшт маҳсулотлари				
Мол гўшти (1 категория)	18,6	16,0	0	218,0
Қўй гўшти (1 категория)	15,6	16,3	0	209,0
Қуён гўшти (1 категория)	21,2	15,0	0	220,0
Гўштли консерва	16,7	17,0	0	220,0
Парранда маҳсулоти				
Қурка гўшти (1 категория)	19,3	4,2	2,1	129,0
Товуқ гўшти (1 категория)	18,2	18,4	0,7	241,0
Товуқ тухуми	12,7	11,5	0,7	157,0
Балиқ*				
Минтай (Бошсиз тозаланган)	15	0,9	0	68,1
Сазан (Бошсиз тозаланган)	18,2	0,9	0	80,9
Толстолобик (Бошсиз тозаланган)	19,5	2,7	0	102,3
Судак (Бошсиз тозаланган)	18,4	1,1	0	83,5

**Балиқ ёз фаслида (июн, июл, август ойлари) берилмаслиги мақсадга мувофиқ бўлади. Бунда 4-иловага мувофиқ балиқни ўрнини алмаштирувчи бошқа маҳсулот берилиши лозим.*

Ўзбекистон Республикаси мактабгача таълим ташкилотларида тарбияланаётган болаларни хавфсиз ва сифатли овқатланишини ташкил этилишига оид гигиеник талабларга
8-ИЛОВА

Ошхонада юритилаётган назорат ҳужжатларининг шакллари Келтирилган озиқ-овқат маҳсулотларининг бракераж журнали

Маҳсулот етказиб берувчи таъминотчи ташкilot номи	Сана	Маҳсулот номи	Микдори (кг, литр, дона)	Баҳолаш		Бракераж комиссияси рухсати	Бракераж комиссияси аъзоси имзоси
				Маҳсулот сифатини органолептик усулда баҳолаш	Сифатсизлик аломатларини изоҳлаш		

Изоҳ: келтирилган сифатсиз озиқ-овқатлар маҳсулотлари аниқланганлиги, уларни етказиб берувчига қайтарилиши ёки ҳисобдан чиқарилиши тўғрисида ёзилади.

Таомларни сифатини назорат қилиш бракераж журнали

Тайёр таомнинг номи	Баҳоланиши			Синама олинган вақти	Тиббиёт ходимининг рухсати	Имзо
	таомноманинг бажарилиши	сифати	овқат тайёрлаш технологиясига риоя қилинганлиги			
20 _____ йил _____						
Нонушта						
Тушлик						
Иккинчи тушлик						
Кечки овқат						
20 _____ йил _____						

Ўзбекистон Республикаси мактабгача таълим ташкилотларида тарбияланаётган болаларни хавфсиз ва сифатли овқатланишини ташкил этилишига оид гигиеник талабларга
9-ИЛОВА

Мактабгача таълим ташкилотига келтирилган тез бузилувчи маҳсулотларни сақлаш муддати

Т/р	Маҳсулотларнинг номи	Маҳсулотларни +2 — +6°C хароратда сақлашнинг муддати
1	Гўштнинг йирик бўлакли ярим фабрикатлари	48 соат
2	Мол, парранда, қуён гўшти	5 кунгача
3	Пастеризация қилинган сут	36 соат
4	Қайта ишланмаган сигир сути	24 соат

5	Қатик	36 соат
6	Ёғли, ёғсизлантирилган, пархез творог	36 соат
7	Сметана	72 соат
8	Пишлоқ қаттиқ навлари	0 дан +4°C да 30 кунгача
9	Сигир сутидан тайёрланган сариеғ:	
	совутгичларда	0 +2°C да 48 соат
	музлатгичлар бўлган ҳолда	10 кундан ортиқ эмас
10	Тозаланган балиқлар (минтай, толстолобик, сазан, судак, сом)	0 дан 2°C гача 24 соат
11	Тухум	Олиб келингандан сўнг 14 кун

Ўзбекистон Республикаси мактабгача таълим ташкилотларида тарбияланаётган болаларни хавфсиз ва сифатли овқатланишини ташкил этилишига оид гигиеник талабларга
10-ИЛОВА

Таомларни органолептик баҳолаш

Таомларни органолептик баҳолаш — бу таомнинг ранги, ҳиди, таъми, консистенцияси, қаттиқлиги ва бошқа хусусиятларини ўрганишдир.

Таомларни баҳолаш уни ташқи кўринишини ўрганишдан бошланади. Ўрганишни куннинг табиий ёруғлигида ўтказиш мақсадга мувофиқдир. Кейин эса унинг ҳиди ўрганилади. Таомни бузилганлиги тўғрисида маълумот берувчи асосий кўрсаткич бу таом ҳидининг бузилишидир. Таомни ҳиди истеъмол қилинадиган ҳарорати даражасида аниқланади. Таомни ҳиди нафас олмаган ҳолатда ўрганилади. Таомларни ҳиди тоза, янги, ифорли, хушбўй, сут-қаттиқ таъмли, куйган, ачимсиқ, ем, моғорлаган, чириган, ўзига хос (селедка, саримсоқ, ялпиз, ванил, нефт маҳсулотларининг ҳиди ва бошқа ҳидлар) бўлиши мумкин.

Таомнинг консистенцияси сезги аъзолари ёрдамида аниқланади. Одамнинг бармоқ учлари, тили, тиши жуда сезгир бўлади. Қаттиқ, серсув, нозик, ёпишқоқ, ёғли, уқаланувчанлиги ва бошқа кўрсаткичлари ўрганилади.

Таомнинг мазаси ҳам истеъмол қилинадиган ҳарорати даражасида ўрганилади.

Тилнинг учи ширин ва шўрга энг сезгир бўлиб, унинг илдизи аччиқни, ён томонлари эса нордон таъмни сезади.

Биринчи таомни органолептик баҳолаш учун ликопчага оз миқдорда намуна (қозонда яхшилаб аралаштирилгандан кейин) олинади. Ташқи кўринишига кўра сабзавотларнинг тозаланганлиги, шакли, пишириш давомида унинг сақланиши, рецептга асосан барча хом-ашёларнинг мавжудлиги аниқланади. Шўрвалар ва бульонларнинг тиниқлиги, айниқса гўшти ва балиқли бульонларга эътибор берилади. Сифатсиз бульон тиниқ бўлмай, юзасида майда ёғ томчили юзани ҳосил қилмайди.

Таомнинг таъми ва ҳидини аниқлашда бегона ҳид, аччиқ, ортиқча кислоталилик ва туз мавжудлиги қайд этилади. Бунда пишмаган, куйган ёки ўткир кислоталик, шўр ва таъми айниган таомларни тарқатишга рухсат берилмайди.

Иккинчи таомни органолептик баҳолаш уларнинг таркибий қисмлари бўйича амалга оширилади. Умумий баҳолаш фақат соусли таомларга берилади.

Таомларни текширишда унинг ташқи кўриниши, гўштни бир хил катталиқда бўлиш, кесилганда унинг ранги (қайнатилган гўштни қуруқлиги бульондан ташқари ҳолатда узоқ муддат сақланганлиги тўғрисида, кесилган котлетларнинг қизил-пушти ранги эса фаршнинг сақлаш қоидаси бузилганлиги ёки яхши қовурилмаганлиги тўғрисида маълумот беради). Таомнинг консистенцияси унинг пишганлик даражасини, шунингдек, рецептга риоя қилинганлигини билдиради (котлетнинг ёпишқоқлиги унга нонни ортиқча қўшилганлигини билдиради). Гўшт юмшоқ, ширали, парранда гўшtlари — суяклардан осон ажраладиган, балиқ филеси эса юмшоқ, ширали, майдаланмаган бўлиши керак.

Сабзавотли гарнирларни баҳолашда уларни сифатли тозаланганлиги, таомнинг консистенцияси, ташқи кўриниши, рангига эътибор берилади. Ёрмаларни баҳолашда уларнинг консистенциясини таомномага мослиги (сочилувчан, ёпишқоқ) солиштирилади. Котлетлар ковурилгандан кейин шаклини сақлаб қолиши керак. Макарон маҳсулотлари юмшоқ бўлиб, осонлик билан ажралиши керак.

Соуснинг консистенцияси уни қошиқдан оқизиб ўрганилади, ранги, таъми, хидига эътибор берилади. Сифатсиз соусда куйган пиёз зарралари кул ранг бўлиб, аччиқ таъмли бўлади.

Таомларни органолептик баҳолашда эҳтиёт чораларини кўриш керак:

хом ҳолатда бериладиган маҳсулотлар текширилади;

айниган маҳсулотнинг ранги ва ҳиди ўзгарган ҳамда овқатдан заҳарланиш ҳолати содир бўлганда таомнинг мазаси татиб кўрилмайди.

Ўзбекистон Республикаси мактабгача таълим ташкилотларида тарбияланаётган болаларни хавфсиз ва сифатли овқатланишини ташкил этилишига оид гигиеник талабларга
11-ИЛОВА

Мактабгача таълим ташкилотларининг ошхоналарида тавсия этиладиган озиқ-овқат маҳсулотларининг рўйхати

Гўшт ва гўшт маҳсулотлари:

I категорияли мол гўшти (сарпанжа, курак қисми, сон-чаноқ, филе, бўйин қисми, тил);

I категорияли бузоқ гўшти (сарпанжа, курак қисми, сон-чаноқ, филе, бўйин қисми, тил);

I категорияли кам ёғли, суяксиз қўй гўшти;

I категорияли товук, курка гўшти (сарпанжа, курак қисми, сон-чаноқ, филе, бўйин қисми), ҳафтасига 2 мартадан кўп берилмайди;

I категорияли қуён гўшти (сарпанжа, курак қисми, сон-чаноқ, филе, бўйин қисми);

Балиқ: толстолобик, сазан, минтай, судак, сом;

Тухум: I категорияли товук тухуми, оғирлиги 55 граммдан кам бўлмаган;

Сут ва сут маҳсулотлари:

сут (ёғлилик даражаси 2,5% ва 3,2%), пастеризацияланган, стерилизация қилинган, куруқ сут;

творог (ёғлилик даражаси 5% ва 2,5%) термик ишлов берилгандан сўнг;

ўткир таъмсиз қаттиқ пишлок;

сметана (ёғлилик даражаси 10%, 15% ва 20%) -термик ишлов берилгандан сўнг;

кичик идишдаги қаттиқ, кефир (200, 250, 500 г., ҳажми 1 л дан ошмаган).

Ёғлар:

сариеғ (фақат сигир сугидан тайёрланган, ёғлик даражаси 82,5%);

ўсимлик мойи (тозаланган ва ҳидсизлантирилган кунгабоқар мойи), таом ҳамда пишириқлар учун ишлатиш мумкин;

Қандолат маҳсулотлари:

корхонада ишлаб чиқарилган — джем, мураббо, повидло, табиий асал;

Сабзавотлар:

картошка, оқ ва қизил бошли карам, гулкарам ва брокколи, сабзи, лавлаги, бодринг, помидор, кабачка, бақлажон, патиссон, ошқовоқ, пиёз, петрушка, укроп, сельдер, томат пастаси, томат-пюре;

Мева ва резаворлар: олма, нок, банан, олхўри; цитрус мевалар (апелсин, мандарин, лимон) — аллергия статусни ҳисобга олган ҳолда; куруқ мевалар (туршак, қуритилган узум, қора олхўри, қуритилган олма, наъматак);

Дуккакдилар: нўхат, ловия, мош, ясмик (чечевица);

Ичимликлар: табиий мева шарбатлари, кисель, кампот, наъматак дамламаси; какао, чой, қайнатилган сут.

Консервалар: мол гўшtidан тайёрланган консерва (истисно тарикасида гўшт бўлмаган вақтда), яшил нўхат ва маккажўхори консерваси;
Нон, ёрмалар, макарон маҳсулотлари: барча турлари.

Ўзбекистон Республикаси мактабгача таълим ташкилотларида тарбияланаётган болаларни хавфсиз ва сифатли овқатланишини ташкил этилишига оид гигиеник талабларга
12-ИЛОВА

Мактабгача таълим ташкилотларида юқумли касалликлар ҳамда овқатдан захарланиш ҳолатларининг олдини олиш мақсадида қуйидаги озиқ-овқат маҳсулотларини ишлатилишига руҳсат берилмайди

калла-пойча маҳсулотлари (буйрак, юрак, жигар, ўпка, елин);
барча ёввойи ҳайвонларнинг гўшти;
ичи тозаланмаган парранда гўшти;
2, 3, 4-категорияли гўшт, парранда, балиқ гўшти;
гўштининг ёғи ва шиллиқ пардаларининг миқдори 20 фоиздан кўп бўлиши;
холодец, гўштининг безли қисмлари, диафрагма, калла гўшtidан рулет;
дудланган маҳсулотлар, барча турдаги колбасалар, сосиска, сарделька;
чарви ёғи, думба ёғи, маргарин ва бошқа гидрогенизацияланган ёғлар;
ёғлилик даражаси 82,5 фоиздан кам бўлган сариёғ (сигир ёғи);
ўсимлик мойига сут қўшилган маҳсулотлар (спред);
творог маҳсулотига қўшилган сметана, шоколад, мураббо ва ўсимлик мойи қўшиб тайёрланган музқаймоқ;
қимиз ва этанол сақловчи ачитилган сут маҳсулотлари (0,5 фоиздан юқори);
пастеризацияланмаган сутдан тайёрланган творог ва сметана, термик ишлов берилмаган, катта идишдаги творог ва сметана;
ошхона шароитида тайёрланган қатик;
сувда сузувчи паррандаларни гўшти ва тухумлари (сальмонеллез билан зарарланиш хавфи бўлгани сабабли);
пўстлоғи ифлосланган, ёрилган ва сальмонеллез учрайдиган хўжаликлардан келтирилган тухумлар;
барча турдаги уй шароитида тайёрланган консервалар;
герметик беркитилишида камчилиги бўлган, идиши эзилган, шишган (бомбаж), қопқоғи занглаган, ёрлиғи бўлмаган консерваланган маҳсулотлар;
омбор зараркунандалари ва майда чиқиндилар билан зарарланган ёрмалар, дуккакдилар, ун, макарон маҳсулотлари, қуруқ мевалар;
пестицид ва нитрат миқдори лабораторияда текширилмаган, моғорлаган, бузилган мева ва сабзавотлар;
уй шароитида тайёрланган ва ота-оналар томонидан уйдан олиб келинган, сифати ва хавфсизлигини тасдиқловчи ҳужжатлари бўлмаган таомлар ва озиқ-овқат маҳсулотлари (шу жумладан, байрамлар ва туғилган кунларни нишонлашда);
кремли қандолат маҳсулотлари (пирожний ва тортлар), кремлар;
турли қўзиқоринлар ва улардан тайёрланган маҳсулотлар;
квас, морс, газли ичимликлар, сунъий ранг, маза, хид берувчи воситалар қўшилган таом ҳамда ичимликлар,
ёғда қовурилган (фритюр) маҳсулотлар (гренка, чипслар, фри);
майонез, мурч, хантал, хрен, сирка, қахва;
барча турдаги карамеллар;
қуруқ концентратлар асосида тез тайёрланадиган 1 ва 2 таомлар;
бир кун олдинги ёки олдинги овқатдан қолган овқат қолдиқлари;
бўлинмаган ёки майдаланган тухум билан макарон;
қовурилган тухум, омлетдан ташқари;
тухум барак;

Сифатли озиқ-овқат маҳсулотларининг хусусиятлари

Гўшт. Янги гўштнинг ранги қизил, ёрқин, ёғи юмшоқ, илиги суякни тўлиқ тўлдириб туради. Гўшт кесилганда тўқималари зич, таранг бўлиб, бармоқ билан босилганда тезда ўз ҳолатига қайтади. Янги гўштнинг ҳиди ушбу ҳайвоннинг гўшт ҳидига мос бўлади.

Совутилган гўшт усти текис ва шудрингга ўхшаш бўлиб, бармоқ билан босилганда кизил доғ пайдо бўлади. Кесилганда кул ранг-пушти рангли. Ёғи оқ ёки сарғиш рангда. Пайлари зич, оқ рангли баъзида кул ранг.

Гўштнинг кесилган юзаси нам (ёпишқоқ эмас), гўшtdан тиниқ кизил гўшт сели оқади. Консистенцияси эластик бўлмайди, бармоқ билан босиб кўрилганда чуқурча ҳосил бўлади. Ҳиди ҳар бир гўштнинг турига хосдир. Совутилган гўштнинг сифати қиздирилган пўлат пичоқни гўштга тикилиб, тортиб олинганда пичоқда қолган гўшт селининг ҳиди орқали аниқланади. Гўштнинг янги эканлигини қопқоқли идишда қайнатилгандан сўнг ҳидини аниқлаш орқали баҳоланади. Бунда бульон тиниқ, ёғ заррачалари ялтироқ бўлиши керак. Нордон ва ёқимсиз ҳид аниқланганда гўшт ишлатилмайди.

Балиқ. Янги балиқларнинг тангачалари силлиқ, тиниқ, танага маҳкам ўрнашган бўлади, жабралари оч қизил ёки пушти рангли, кўзлари бўртиб ялтираб туради. Гўшти зич, таранг, суяклардан қийин ажралаши, бармоқ билан босганда чуқурча ҳосил бўлмайди, агар ҳосил бўлса, у тез ва тўлиқ йўқолади. Сувга ташланган балиқ гўшти тезда чўкиб кетади. Янги балиқ ҳидланмаган, ўзига хос бўлади. Совутилган сифатли балиқнинг тангачалари силлиқ, кўзлари бўртиқ ялтироқ, кўз косасида туради, эритилгандан кейин гўштнинг таранглиги сақланган, суяқдан қийин ажралади, балиққа хос ҳиди сақланиб, бегона ҳидлар бўлмайди. Айниган балиқнинг кўзлари ичига кирган, тангачаларининг ялтироқлиги йўқолган, танаси хира ёпишқоқ шиллиқ билан қопланган, қорни шишган, анал тешиги бўртган, жабраларидан ифлос, сариқ рангли, жигар ранг кўланса ҳидли суюқлик ажралади. Гўшти титилиб, суяклардан осонгина ажралади. Тана юзасидаги ёғларнинг оксидланиши натижасида зангсимон доғлар пайдо бўлади. Иккиламчи музлатилган балиқларнинг танаси хиралашади, кўзлари ботиб кетади, кесилган гўштнинг ранги ўзгаради. Бундай балиқни озиқ-овқат учун ишлатиш мумкин эмас. Балиқнинг сифатини аниқлаш учун (айниқса музлатилган балиқни) пичоқ қайноқ сувда қиздирилиб бошнинг орқасидаги гўшти ичига киритилади ва ҳиди аниқланади. Бундан ташқари балиқни ёки унинг жабрасини сувда пишириш орқали ҳиди аниқланади.

Сут ва сут маҳсулотлари. Янги соғилган сут бироз сарғиш оқ рангли (ёғсиз сут оқ-кўкимтир рангда бўлади), ҳиди ва таъми ёқимли, бироз ширин бўлади. Сифатли сутда чўкма, бегона модда ва ҳидлар бўлмаслиги керак.

Творог оқ ёки бироз сарғиш рангга эга, кўриниши бир хил, нозик консистенцияли, нордон сутнинг таъми ва ҳидига эга, бегона таъм ва ҳидсиз бўлади. Таълим ташкилотларида творогга фақат термик ишлов берилгандан сўнг ишлатилади.

Сметана қуюқ, бир хил консистенцияли, оқсил ва ёғ заррачаларисиз, оқ ёки оқ-сарик рангли, ўзига хос таъм ва ҳидга эга, сезиларсиз нордон бўлади. Сметана фақат термик ишлов берилгандан кейин ишлатилади.

Сариёғнинг ранги оқ ёки оқ-сарик бир текис, таъми ва ҳиди ўзига хос, бегона кўшимчаларсиз бўлади. Ёғ тарқатилишидан олдин оксидланиш маҳсулотлари бўлган сариқ четидан тозаланади, тозаланган ёғнинг бу қатлами ишлатилмайди.

Тухум. Таълим ташкилотларида фақат 1-категорияли оғирлиги 55 грамдан кам бўлмаган товук тухумидан фойдаланишга рухсат этилади. Бедана тухуми ҳам берилиши мумкин. Тухумнинг янги эканлиги уларни овоскоп орқали ёритиш ёки картондан ясалган труба ёрдамида аниқланади. Тухумни тузли эритмага (1 л сув учун 20 гр туз) ботириб кўриш

узулидан ҳам фойдаланиш мумкин. Бунда тузли эритмадаги янги тухум чўкади, куриган, узок вақт сақланган тухумлар тузли эритма юзасига чиқади.