

Организация питания детей в детском саду.

Питание в МБДОУ «Детский сад №3» организуется в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.1. 3049-13.

Здоровье детей в ДОУ невозможно обеспечить без рационального питания. Питание является необходимым условием гармоничного роста дошкольников, их физического и нервно-психического развития, устойчивости организма к воздействиям инфекций и других неблагоприятных факторов внешней среды. Правильно организованное питание обеспечивает организм всеми необходимыми ему питательными веществами (белками, жирами, углеводами, витаминами и минеральными солями) и энергией.

Пищевые продукты (продовольственное сырье), поставляются в МБДОУ соответственно требованиям нормативных документов по показателям безопасности. Качество пищевых продуктов устанавливается в соответствии с контрактом, по которому они поставляются. Все поступающие продукты имеют удостоверения качества и безопасности на продукцию; декларацию соответствия или сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение на продукцию, ветеринарное свидетельство. Все поступающие продукты обязательно визуально подвергаются первичному осмотру. Он включает в себя: целостность упаковки и органолептическую оценку (внешний вид, цвет, консистенция, запах).

Качество поступающих продуктов проверяют заведующий складом продуктов и старшая медсестра, делая записи в «Журнале бракеража скоропортящихся пищевых продуктов, поступающих на пищеблок». Продукты завозятся экспедитором по заявке, составленной заведующим складом продуктов и подписанной заведующим МБДОУ. Продукты принимаются при наличии сертификата качества и накладной. Пищевые продукты хранятся в соответствии с условиями хранения и сроками годности. Имеется достаточное количество холодильного оборудования.

В МБДОУ используется цикличное двухнедельное меню с учетом рекомендуемых среднесуточных норм питания для возрастной категории с 1 года до 3 лет. Проводится расчет и оценка использованного на одного ребенка среднесуточного набора продуктов питания. По результатам оценки и при необходимости, проводится коррекция питания в следующей десятидневке. На основании цикличного двухнедельного меню ежедневно составляется меню - требование установленного образца, с указанием выхода блюд для детей раннего возраста. Закладка продуктов в котел производится в присутствии членов бракеражной комиссии.

Питание в МБДОУ удовлетворяет физические потребности детей в основных пищевых веществах и энергии. В примерном меню содержание белков обеспечивает 12 -15% от калорийности рациона, жиров 30 - 32% и углеводов 55 - 58%. При составлении примерного меню руководствуются распределением энергетической ценности (калорийности) суточного рациона по отдельным приемам пищи. В промежутке между завтраком и обедом организуется дополнительный прием пищи - второй завтрак, включающий напиток или сок и (или) свежие фрукты. Завтрак состоит из горячего блюда (каша, запеканка, творожные и яичные блюда и др.),

хлеба пшеничного со сливочным маслом и горячего напитка. Обед включает закуску (салат или порционные овощи), первое блюдо (суп), второе (гарнир и блюдо из мяса, рыбы или птицы), напиток (компот или кисель). Полдник включает напиток (молоко, кисломолочные напитки, соки, чай) с булочными или кондитерскими изделиями без крема, допускается выдача творожных или крупяных запеканок и блюд. Ужин включает рыбные, овощные и творожные блюда, салаты, винегреты и горячие напитки.

Ответственные лица назначаются приказом руководителя. В МБДОУ создана бракеражная комиссия в целях контроля над качеством приготовления пищи, соблюдения технологии приготовления пищи и выполнения санитарно-гигиенических требований. Бракеражная комиссия ежедневно приходит на снятие бракеражной пробы за 20 минут до начала раздачи готовой пищи, по результатам органолептической оценки и степени готовности блюда дает разрешение к реализации блюда. Результаты бракеражной пробы заносятся в «Бракеражный журнал готовой продукции».

Проводится круглогодичная искусственная С-витаминизация готовых блюд (1-3 года - 35 мг на порцию). Ежедневно поваром МБДОУ отбирается суточная проба готовой продукции в объеме: порционные блюда - в полном объеме, остальные - не менее чем 100гр., которая хранится 48 часов в холодильнике.

При раздаче готовой пищи с пищеблока старшая медсестра проверяет санитарное состояние и маркировку групповой посуды. В цеху готовой продукции имеются весы для выдачи вторых блюд и салатов по весу. На всех раздаточных половниках на пищеблоке имеются маркировки объема. Осуществляет контроль за раздачей питания в группах старшая медсестра и воспитатель группы. На всех раздаточных половниках в группах имеются маркировка объема.

Воспитатель и младший воспитатель раздают готовую продукцию согласно объему порции в соответствии с меню.

Меню вывешивается в доступном месте для сотрудников и родителей с указанием норм выхода блюд.

Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций

Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13

XV. Требования к составлению меню для организации питания детей разного возраста

15.1. Питание должно удовлетворять физиологические потребности детей в основных пищевых веществах и энергии и быть не меньше значений, указанных в таблице 3.

Таблица 3.

**Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах
для детей возрастных групп**

	0—3 мес.	4—6 мес.	7—12 мес.	1—2 г.	2—3 г.	3—7 лет
Энергия (ккал)	115*	115*	110*	1200	1400	1800
Белок, г	--	--	--	36	42	54
* в.т.ч. животный (%)				70	65	60
** г/кг массы тела	2,2	2,6	2,9	--	--	--
Жиры, г	6,5*	6*	5,5*	40	47	60
Углеводы, г	13*	13*	13*	174	203	261

Примечание:

* потребности для детей первого года жизни в энергии, жирах, углеводах даны в расчете г/кг массы тела;

** - потребности для детей первого года жизни, находящихся на искусственном вскармливании.

15.2. Ассортимент вырабатываемых на пищеблоке готовых блюд и кулинарных изделий определяется с учетом набора помещений, обеспечения технологическим, холодильным оборудованием.

В дошкольных образовательных организациях допускается доставка готовых блюд с комбинатов питания, пищеблоков дошкольных образовательных организаций, общеобразовательных организаций и организаций общественного питания.

Перетаривание готовой кулинарной продукции и блюд не допускается.

15.3. Питание должно быть организовано в соответствии с примерным меню, утвержденным руководителем дошкольной образовательной организации, рассчитанным не менее чем на 2 недели, с учетом физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей всех возрастных групп и рекомендуемых суточных наборов продуктов для организации питания детей в дошкольных образовательных организациях (Приложение 10).

В примерном меню содержание белков должно обеспечивать 12-15% от калорийности рациона, жиров 30-32%) и углеводов 55-58%.

При составлении меню учитываются национальные и территориальные особенности питания населения и состояние здоровья детей, а также в соответствии с рекомендуемым ассортиментом основных пищевых продуктов для использования в питании детей в дошкольных образовательных организациях (Приложение N 11).

15.4. При составлении примерного меню следует руководствоваться распределением энергетической ценности (калорийности) суточного рациона по отдельным приемам пищи с учетом таблицы 4.

Таблица 4.

Рекомендуемое распределение калорийности между приемами пищи в %

Для детей с круглосуточным пребыванием	Для детей с дневным пребыванием 8—10 час.	Для детей с дневным пребыванием 12 час.
завтрак (20—25%) 2-й завтрак (5%) обед (30—35%) полдник (10—15%) ужин (20—25%) 2-й ужин — (до 5%) — дополнительный прием пищи перед сном — кисломолочный напиток с булочным или мучным кулинарным изделием	завтрак (20—25%) 2-й завтрак (5%) обед (30—35%) полдник (10—15%)	завтрак (20—25%) 2-й завтрак (5%) обед (30—35%) полдник (10—15%) */ или уплотненный полдник (30—35%) ужин (20—25%)* * вместо полдника и ужина возможна организация уплотненного полдника (30—35%)

В промежутке между завтраком и обедом рекомендуется дополнительный прием пищи - второй завтрак, включающий напиток или сок и (или) свежие фрукты.

15.5. Примерное меню должно содержать информацию в соответствии с Приложением N 12. Обязательно приводятся ссылки на рецептуры используемых блюд и кулинарных изделий в соответствии со сборниками рецептов для детского питания. Наименования блюд и кулинарных изделий, указываемых в примерном меню, должны соответствовать их наименованиям, указанным в использованных сборниках рецептов. Повторение одних и тех же блюд или кулинарных изделий в один и тот же день или последующие два дня не допускается.

Производство готовых блюд осуществляется в соответствии с технологическими картами, в которых должна быть отражена рецептура и технология приготавливаемых блюд и кулинарных изделий. Технологические карты должны быть оформлены согласно Приложению N 7.

Фактический рацион питания должен соответствовать утвержденному примерному меню.

15.6. Завтрак должен состоять из горячего блюда (каша, запеканка, творожные и яичные блюда и др.), бутерброда и горячего напитка. Обед должен включать закуску (салат или порционные овощи, сельдь с луком), первое блюдо (суп), второе (гарнир и блюдо из мяса, рыбы или птицы), напиток (компот или кисель). Полдник включает напиток (молоко, кисломолочные напитки, соки, чай) с булочными или кондитерскими изделиями без крема, допускается выдача творожных или крупяных запеканок и блюд. Ужин может включать рыбные, мясные, овощные и творожные блюда, салаты, винегреты и горячие напитки. На второй ужин рекомендуется выдавать кисломолочные напитки.

Суммарные объемы блюд по приемам пищи должны соответствовать Приложению N 13.

15.7. В дошкольной образовательной организации, функционирующей в режиме 8 и более часов, примерным меню должно быть предусмотрено ежедневное использование в питании детей: молока, кисломолочных напитков, мяса (или рыбы), картофеля, овощей, фруктов, хлеба, круп, сливочного и растительного масла, сахара, соли. Остальные продукты (творог, сметана, птица, сыр, яйцо, соки и другие) включаются 2-3 раза в неделю.

При организации питания детей в дошкольных образовательных организациях, функционирующих в режиме кратковременного пребывания, в примерное меню включаются блюда и продукты с учетом режима работы дошкольной образовательной организации и режима питания детей.

15.8. При отсутствии каких-либо продуктов в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания разрешается проводить их замену на равноценные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов по белкам и углеводам (Приложение N 14).

При отсутствии свежих овощей и фруктов возможна их замена в меню на соки, быстрозамороженные овощи и фрукты.

15.9. На основании утвержденного примерного меню ежедневно составляется меню-раскладка, с указанием выхода блюд для детей разного возраста. Допускается составление (представление) меню-раскладки в электронном виде. Рекомендуется для заказа продуктов с учетом принятой логистики организации питания дошкольной образовательной организации составлять меню-требование.

15.10. В специализированных дошкольных образовательных организациях и группах для детей с хроническими заболеваниями (сахарный диабет, пищевая аллергия, часто болеющие дети) питание детей должно быть организовано в соответствии с принципами лечебного и профилактического питания детей с соответствующей патологией на основе соответствующих норм питания и меню.

15.11. Кратность приема пищи определяется временем пребывания детей и режимом работы групп (завтрак или обед, или завтрак и обед, или полдник).

Для детей, начиная с 9-месячного возраста, оптимальным является прием пищи с интервалом не более 4 часов.

Режим питания детей по отдельным приемам пищи, в зависимости от их времени пребывания в дошкольных образовательных организациях, представлен в таблице 5.

Таблица 5.

Режим питания детей

Время приема пищи	Режим питания детей в дошкольных образовательных организациях (группах)		
	8—10 часов	11—12 часов	24 часа
8 ³⁰ — 9 ³⁰	завтрак	завтрак	завтрак
10 ³⁰ — 11 ⁰⁰ (рекомендуемый)	второй завтрак	второй завтрак	второй завтрак
12 ⁰⁰ — 13 ⁰⁰	обед	обед	обед
15 ³⁰ — 16 ⁰⁰	полдник	полдник*	полдник
18 ³⁰ — 19 ⁰⁰	-	ужин	ужин
21 ⁰⁰	-	-	2 ужин

* При 12-часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и уплотненного полдника с включением блюд ужина.

15.12. Питание детей первого года жизни назначается индивидуально в соответствии с возрастными физиологическими нормативами и своевременным введением всех видов прикорма в соответствии со схемой введения прикорма детям первого года жизни (Приложение N 15).

15.12.1. Дети, находящиеся на искусственном вскармливании, должны получать сухие или жидкие адаптированные молочные смеси и продукты прикорма в соответствии с возрастом.

15.12.2. Для питания детей первого года жизни используются пищевые продукты промышленного производства, предназначенные для соответствующего возраста и имеющие свидетельства о государственной регистрации. Молочные продукты и молочные смеси могут поступать из молочной кухни. Детское питание, полученное из молочной кухни, хранят в холодильнике (по группам) в пределах сроков реализации.

15.13. Для обеспечения разнообразного и полноценного питания детей в дошкольных образовательных организациях и дома, родителей информируют об ассортименте питания ребенка, вывешивая ежедневное меню в каждой групповой ячейке. В ежедневном меню указывается наименование блюда и объем порции, а также замены блюд для детей с пищевыми аллергиями и сахарным диабетом.