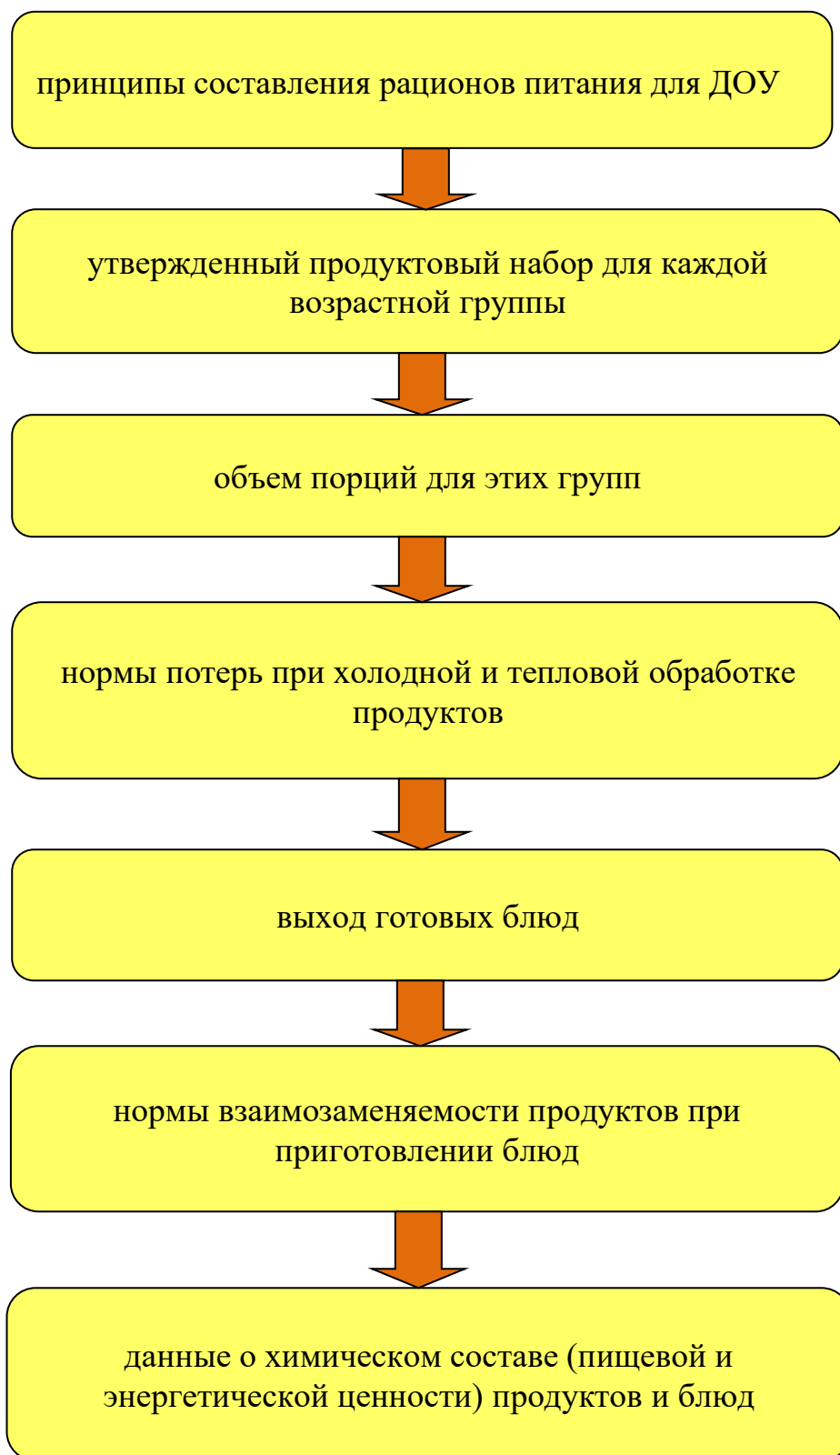


Правильно организованное питание, обеспечивающее организм всеми необходимыми ему пищевыми веществами и энергией, является необходимым условием гармоничного роста и развития детей дошкольного возраста. В то же время, правильно организованное питание способствует повышению устойчивости организма к действию инфекций и других неблагоприятных внешних факторов.

Основной принцип питания дошкольников — это максимальное разнообразие их пищевых рационов. Только при включении в повседневные рационы всех основных групп продуктов – мяса, рыбы, молока и молочных продуктов, яиц, пищевых жиров, овощей и фруктов, сахара и кондитерских изделий, хлеба, круп и др. можно обеспечить детей всеми необходимыми им пищевыми веществами. И, наоборот, исключение из рациона тех или иных из названных групп продуктов или, напротив, избыточное потребление каких-либо из них неизбежно приводит к нарушениям в состоянии здоровья детей.

В связи с этим организация питания, является проблемой большой значимости. Поэтому от того, насколько правильно организовано питание в ДООУ, во многом зависит здоровье и развитие дошкольников.

При составлении рациона питания, учитывается :



Принципы составления рационов питания

принцип сбалансированности (оптимальное соотношение пищевых веществ, удовлетворяющих физиологические потребности детей)

принцип рациональности (используется разрешенный ассортимент продуктов питания и различных способов кулинарной обработки)

принцип учета возрастных особенностей

принцип разнообразия (не допускается повторение одних и тех же кулинарных изделий, блюд в один и тот же день или последующие два дня)

принцип щадящего питания

(при приготовлении блюд используются такие методы тепловой обработки, как варка, запекание, припускание, пассерование, тушение (не используется жарка), а также исключение из рациона питания запрещенных продуктов и блюд, способных оказывать раздражающее действие на слизистую органов пищеварения.

принцип безопасности питания т.е соблюдение всех санитарных требований к состоянию пищеблока, поставляемым продуктам питания, их транспортировке, хранению, приготовлению и раздаче блюд.

Нормативно-технологическая документация, регламентирующая организацию питания детей в Учреждении.

При приготовлении, хранении, отпуске и оценке качества готовых блюд в зависимости от условий следует соблюдать требования следующих действующих нормативных документов:

Перечень нормативных правовых документов:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
- СанПиН 2.3/2.4. 3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания населения», утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28 (зарегистрировано №61573 от 18.12.2020г).
- Федерального закона от 02.01.2020 № 29-ФЗ «О качестве и безопасности пищевых продуктов». (Абзац 4 статьи 1):
- Федеральный закон «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» от 12.03.1999 № 52-ФЗ.
- «Сборник технических нормативов. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях», под. ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна.- Москва:. ДеЛи принт, 2017г.;

Нормативно-правовая основа регулирующая деятельность Учреждения по организации питания

1. Устав
2. Договор об образовании по основной образовательной программе дошкольного образования.
3. Договоры на поставку продуктов питания.
4. Графики поставки продуктов (согласованные с поставщиками).
5. Локальные акты Учреждения:
 - ❖ Положение об организации питания;
 - ❖ Приказ об организации питания и назначении ответственных за организацию питания;
 - ❖ Приказ о создании бракеражной комиссии на текущий год;
 - ❖ Порядок организации питания (график выдачи пищи).

Нормативно-технологическая документация по организации питания

Наличие, ведение, учет, хранение, соответствие установленным требованиям

1. Утвержденное заведующим Примерное 10-дневного меню.
2. Технологические карты.
3. Меню-требование.
4. Табель учета посещаемости детей в соответствии с требованиями приказа Минфина РФ от 15 декабря 2010 г. N 173н.
5. Накопительная ведомость.
6. Наличие документации по контролю за организацией питания, ее

соответствие требованиям СанПиН 2.3/2.4. 3590-20 :

- Журнал бракеража готовой пищевой продукции;
- Журнал бракеража скоропортящейся пищевой продукции;
- Журнал учёта температурного режима холодильного оборудования.
- Журнал учёта температуры и влажности в складских помещениях;
- Гигиенический журнал(сотрудники).

7.Наличие сопроводительной товарно-транспортной документации на поступающие продукты, ее соответствие ветеринарным и санитарным нормам. (Автоматизированная информационная система «Меркурий» предназначена для электронной сертификации и обеспечения прослеживаемости поднадзорных государственному ветеринарному надзору грузов при их производстве, обороте и перемещении по территории Российской Федерации в целях создания единой информационной среды для ветеринарии, повышения биологической и пищевой безопасности.).

Рекомендации для родителей детей дошкольного возраста по составлению рациона питания в домашних условиях в вечерние часы, выходные дни.

Домашнее питание должно дополнять питание в дошкольном учреждении. На ужин лучше давать различные молочные каши, отдавая предпочтение гречневой и овсяной. Очень хорошо готовить каши с овощами или фруктами (овсяную, манную или рисовую с морковью, черносливом, курагой, изюмом; пшённую и рисовую с тыквой и изюмом). Каши нужно чередовать с овощными блюдами – овощным рагу, тушёной капустой, свеклой, морковью в молочном соусе и овощной икрой. Можно готовить и смешанные крупяноовощные блюда: овощные голубцы с рисом, морковные, картофельные, капустные, свекольные котлеты с соусом, различные запеканки. Полезно на ужин давать детям блюда из творога (сырники, запеканки, пудинги, ленивые вареники), а также блюда из яиц (омлет натуральный, омлет с различными овощами, с картофелем, с яблоками).

Правила домашнего питания родителям

- ✗ После детского сада предложите ребёнку овощи и особенно фрукты. Подойдут компоты из свежих или сухих фруктов, а также консервированные фруктовые или овощные соки, фруктовые пюре для детского питания.
- ✗ От хлебобулочных изделий и сладостей на ужин лучше отказаться. Ими в детском саду кормят на уплотнённом полднике. Ужин ребёнка обязательно должен быть лёгким и не поздним.
- ✗ Не рекомендуется предлагать на ужин мясо и мясные продукты, так как они возбуждают нервную систему и тяжело перевариваются. Кроме того, в меню ребёнка не должны быть использованы острые приправы – хрен, перец, горчица, уксус, а также продукты с их использованием. Их заменяют луком, чесноком, свежей зеленью и лимонным соком.
- ✗ В качестве питья на ужин можно предложить кефир или молоко, реже – чай с молоком, какао.

Нежелательно давать детям кисели из концентратов – этот продукт не имеет практически никакой биологической ценности, витаминов там незначительное количество, он богат крахмалом и сахаром, содержит красители .

Организация питания детей

в соответствии СанПиН 2.3/ 2.4. 3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания населения», утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28 (зарегистрировано №61573 от 18.12.2020г).

1.	Организация питания в ДОУ	Осуществляется за счёт средств местного бюджета. Бесплатное горячее питание за счет средств местного бюджета детям: - инвалидам и детям оставшимся без попечения родителей.
2.	Формирование рациона здорового питания	Осуществляется посредством реализации основного меню, включающего горячее питание, Предусматривает распределение блюд, кулинарных, мучных кондитерских и хлебобулочных изделий по отдельным приемам пищи
2.	Распределение блюд	завтрак- (20%) 2 завтрак – (5%); обед – (35%); уплотненный полдник (30%). Допускается в течении дня отступление по нормам калорийности по отдельным приемам пищи в пределах +/-5% при условии, что средний % пищевой ценности за неделю будет соответствовать нормам.
4.	Меню	Разрабатывается меню и утверждается заведующим. Меню разрабатывается на период не менее двух недель (10 дневное) для каждой возрастной группы (1 -3 года и 3 -7 лет).
5.	Приготовление блюд	Пища готовится на каждый прием и реализуется не позднее 2 часов с момента ее приготовления
6.	Замена блюд	Производится замена одного вида пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции с учетом их пищевой ценности
7.	Корректировка	Допускается с учетом климатогеографических, национальных, конфессиональных и территориальных особенностей при условии соблюдения требований к содержанию и соотношению в рационе питания основных пищевых веществ.
8.	Информация для родителей(размещается в доступном месте)	Ежедневное меню основного (организованного питания) на сутки для всех возрастных групп, с указанием наименования приема питания, наименования

		блюда, массы порции, калорийности порции.
9.	Перечень пищевой продукции , которая не допускается при организации питания детей	Приложение № 6 Правил
10.	Контроль за качеством и безопасностью приготовленной пищевой продукции	Отбирается ежедневная суточная проба от каждой партии приготовленной пищевой продукции.
11.	Питьевой режим с упакованной (бутилированной) питьевой водой	Допускается к выдаче только при наличии документа, подтверждающего ее происхождение, безопасность и качество, соответствие упакованной питьевой воды обязательным требованиям.
12.	Питьевой режим кипяченной питьевой водой	Требования: • Кипятить воду нужно не менее 5 минут; • До раздачи детям кипяченая вода должна быть охлаждена до комнатной температуры непосредственно в емкости, где она кипятилась. • Смену воды в емкости для ее раздачи необходимо проводить не реже, чем через 3 часа.
13.	Дополнительное обогащение рациона питания детей микронутриентами в идентичных по недостатку отдельных микроэлементов	Пищевая продукция промышленного выпуска, обогащенные витаминами и микроэлементами, а также витаминизированные напитки промышленного выпуска. Витаминные напитки готовятся в соответствии с прилагаемыми инструкциями непосредственно перед раздачей. Замена витаминизации блюд перед выдачей детям поливитаминных препаратов не допускается

