

ВОЗРАСТНЫЕ ОБЪЕМЫ ПОРЦИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ

<i>Наименование блюда</i>	<i>Вес (масса),г</i>	
	<i>1-3 года</i>	<i>3-7 лет</i>
Завтрак		
<i>Каша, овощное блюдо</i>	<i>120-200</i>	<i>200-250</i>
<i>Яичное блюдо</i>	<i>40-80</i>	<i>80-100</i>
<i>Творожное блюдо</i>	<i>70-120</i>	<i>120-150</i>
<i>Мясное, рыбное блюдо</i>	<i>50-70</i>	<i>70-80</i>
<i>Салат овощной</i>	<i>30-45</i>	<i>60</i>
<i>Напиток (какао, чай, молоко и т.п.)</i>	<i>150-180</i>	<i>180-200</i>
Обед		
<i>Салат, закуска</i>	<i>30-45</i>	<i>60</i>
<i>Первое блюдо</i>	<i>150-200</i>	<i>250</i>
<i>Блюдо из мяса, рыбы, птицы</i>	<i>50-70</i>	<i>70-80</i>
<i>Гарнир</i>	<i>100-150</i>	<i>150-180</i>
<i>Третье блюдо (напиток)</i>	<i>150-180</i>	<i>180-200</i>
Полдник		
<i>Кефир, молоко</i>	<i>150-180</i>	<i>180-200</i>
<i>Булочка, выпечка (печенье, вафли)</i>	<i>50-70</i>	<i>70-80</i>
<i>Блюдо из творога, круп, овощей</i>	<i>80-150</i>	<i>150-180</i>
<i>Свежи фрукты</i>	<i>40-75</i>	<i>75-100</i>
Ужин		
<i>Овощное блюдо, каша</i>	<i>120-200</i>	<i>200-250</i>
<i>Творожное блюдо</i>	<i>70-120</i>	<i>120-150</i>
<i>Напиток</i>	<i>150-180</i>	<i>180-200</i>
<i>Свежие фрукты</i>	<i>40-75</i>	<i>75-100</i>
<i>Хлеб на весь день:</i>		
<i>пшеничный</i>	<i>50-70</i>	<i>110</i>
<i>ржаной</i>	<i>20-30</i>	<i>60</i>

ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ

В детском саду этому вопросу уделяется огромное внимание. С этой целью в детском саду организовано 3-х разовое питание. Учреждение работает по новому 20-дневному меню, утвержденное Роспотребнадзором. В рационе питания детей используются пищевые продукты обогащенные незаменимыми микронутриентами такими как: йодированная соль, витаминизированные соки, кисели и напитки, витаминизированный хлеб. Проводится круглогодичная искусственная С-витаминизация третьего блюда.

ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ В УЧРЕЖДЕНИИ

Питание детей осуществляется в соответствии с рекомендуемым 20-дневным меню. Соблюдается обеспечение суточной потребности в пищевых веществах и энергии составляет от 75-80%.

Строго выполняется режим;

В течение года обеспечивается выполнение норм питания ребенка;

Строгое соблюдение санитарно – гигиенических требований.

ВЫПОЛНЕНИЕ НОРМ ОСНОВНЫХ ПРОДУКТОВ:

Выдерживается достаточное обеспечение калорийности и содержания всех жизненно важных пищевых компонентов;

Используется максимальное разнообразие рациона;

Проводится адекватная технологическая и кулинарная обработка продуктов и блюд;

Пища, приготовленная на пищеблоке, практически всегда имеет хорошие вкусовые качества и привлекательный внешний вид блюд.

ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТЬЕВОГО РЕЖИМА:

Питьевой режим в детском саду проводится в соответствии с требованиями СанПиН 2.1.4.2660-10.

Питьевая вода доступна воспитанникам в течение всего времени нахождения в саду.

Ориентировочные размеры потребления воды ребенком зависят от времени года, двигательной активности ребенка;

При питьевом режиме используется кипяченая вода;

ОПТИМИЗАЦИЯ ПРОИЗВОДСТВЕННОГО КОНТРОЛЯ:

1. Соблюдаются все санитарные требования к состоянию:

- пищеблока;
- к поставляемым продуктам питания;
- к транспортировке, хранению;
- к приготовлению и раздаче блюд;
- к личной гигиене пищеблока;
- к организации приема пищи детьми в группах

2. Обеспечивается контроль санитарно-гигиенической безопасности питания;

3. Систематически проводится контроль за качеством питания;

РЕКОМЕНДУЕМЫЙ АССОРТИМЕНТ ОСНОВНЫХ ПИЩЕВЫХ ПРОДУКТОВ ДЛЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ В ПИТАНИИ ДЕТЕЙ В ДОШКОЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ

Мясо и мясопродукты:

- говядина I категории;
- телятина;
- нежирные сорта свинины и баранины;
- мясо птицы охлажденное (курица, индейка);
- мясо кролика;
- сосиски, сардельки (говяжьи), колбасы вареные для детского питания, не чаще чем 1 - 2 раза в неделю - после тепловой обработки;
- субпродукты говяжьи (печень, язык).

Рыба и рыбопродукты - треска, горбуша, лосось, хек, минтай, ледяная рыба, судак, сельдь (соленая), морепродукты.

Яйца куриные - в виде омлетов или в вареном виде.

Молоко и молочные продукты:

- молоко (2,5%, 3,2% жирности), пастеризованное, стерилизованное, сухое;
- сгущенное молоко (цельное и с сахаром), сгущенно-вареное молоко;
- творог не более 9% жирности с кислотностью не более 150 °Т - после термической обработки; творог и творожные изделия промышленного выпуска в мелкоштучной упаковке;
- сыр неострых сортов (твердый, полутвердый, мягкий, плавленый - для питания детей дошкольного возраста);
- сметана (10%, 15% жирности) - после термической обработки;
- кисломолочные продукты промышленного выпуска; ряженка, варенец, бифидок, кефир, йогурты, простокваша;
- сливки (10% жирности);
- мороженое (молочное, сливочное).

Пищевые жиры:

- сливочное масло (72,5%, 82,5% жирности);
- растительное масло (подсолнечное, кукурузное, соевое - только рафинированное; рапсовое, оливковое) - в салаты, винегреты, сельдь, вторые блюда;
- маргарин ограниченно для выпечки.

Кондитерские изделия:

- зефир, пастила, мармелад;
- шоколад и шоколадные конфеты - не чаще одного раза в неделю;
- галеты, печенье, крекеры, вафли, пряники, кексы (предпочтительнее с минимальным количеством пищевых ароматизаторов и красителей);
- пирожные, торты (песочные и бисквитные, без крема);
- джемы, варенье, повидло, мед - промышленного выпуска.

Овощи:

- овощи свежие: картофель, капуста белокочанная, капуста краснокочанная, капуста цветная, брюссельская, брокколи, капуста морская, морковь, свекла, огурцы, томаты,

перец сладкий, кабачки, баклажаны, патиссоны, лук (зеленый и репчатый), чеснок (с учетом индивидуальной переносимости), петрушка, укроп, листовой салат, щавель, шпинат, сельдерей, брюква, репа, редис, редька, тыква, корни белые сушеные, томатная паста, томат-пюре;

- овощи быстрозамороженные (очищенные полуфабрикаты): картофель, капуста цветная, брюссельская, брокколи, капуста морская, морковь, свекла, перец сладкий, кабачки, баклажаны, лук (репчатый), шпинат, сельдерей, тыква, горошек зеленый, фасоль стручковая.

Фрукты:

- яблоки, груши, бананы, слива, персики, абрикосы, ягоды (за исключением клубники, в том числе быстрозамороженные);

- цитрусовые (апельсины, мандарины, лимоны) - с учетом индивидуальной переносимости;

- тропические фрукты (манго, киви, ананас, гуава) - с учетом индивидуальной переносимости;

- сухофрукты.

Бобовые: горох, фасоль, соя, чечевица.

Орехи: миндаль, фундук, ядро грецкого ореха.

Соки и напитки:

- натуральные отечественные и импортные соки и нектары промышленного выпуска (осветленные и с мякотью);

- напитки промышленного выпуска на основе натуральных фруктов;

- витаминизированные напитки промышленного выпуска без консервантов и искусственных пищевых добавок;

- кофе (суррогатный), какао, чай.

Консервы:

- говядина тушеная (в виде исключения при отсутствии мяса) для приготовления первых блюд);

- лосось, сайра (для приготовления супов);

- компоты, фрукты дольками;

- баклажанная и кабачковая икра для детского питания;

- зеленый горошек;

- кукуруза сахарная;

- фасоль стручковая консервированная;

- томаты и огурцы соленые.

Хлеб (ржаной, пшеничный или из смеси муки, предпочтительно обогащенный), крупы, макаронные изделия - все виды без ограничения.

Соль поваренная йодированная - в эндемичных по содержанию йода районах.

Дополнительно при наличии финансовых возможностей в питании детей могут использоваться:

- икра осетровая и лососевая зернистая (не чаще 1 раза в 2 недели);

- рыба соленая красная (предпочтительнее горбуша, кета) - не чаще 1 раза в 2 недели.

ПИЩЕВЫЕ ПРОДУКТЫ,
КОТОРЫЕ НЕ ДОПУСКАЕТСЯ ИСПОЛЬЗОВАТЬ В ПИТАНИИ
ДЕТЕЙ В ДОШКОЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ, В ЦЕЛЯХ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ
ВОЗНИКНОВЕНИЯ И РАСПРОСТРАНЕНИЯ ИНФЕКЦИОННЫХ И МАССОВЫХ
НЕИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ (ОТРАВЛЕНИЙ):

- субпродуктов, кроме печени, языка, сердца;
- непотрошеной птицы;
- мяса диких животных;
- мясо и субпродукты замороженные, со сроком годности более 6 месяцев;
- мясо птицы замороженное;
- мясо птицы механической обвалки и коллагенсодержащее сырье из мяса птицы;
- мясо третьей и четвертой категории;
- мясо с массовой долей костей, жировой и соединительной ткани свыше 20%;
- зельцев, изделий из мясной обрести, диафрагмы; рулетов из мякоти голов, кровяных и ливерных колбас;
- кулинарных жиров, свиного или бараньего сала, маргарина и других гидрогенизированных жиров;
- яиц и мяса водоплавающих птиц;
- яиц с загрязненной скорлупой, с насечкой, "тек", "бой", а также яиц из хозяйств, неблагополучных по сальмонеллезам;
- консервов с нарушением герметичности банок, бомбажных, "хлопуш", банок с ржавчиной, деформированных, без этикеток;
- крупы, мука, сухофруктов и других продуктов, загрязненных различными примесями или зараженных амбарными вредителями;
- любых пищевых продуктов домашнего (не промышленного) изготовления, а также принесенных из дома и не имеющих документов, подтверждающих их качество и безопасность (в том числе при организации праздничных мероприятий, праздновании дней рождения и т.п.);
- кремовых кондитерских изделий (пирожных и тортов) и кремов;
- творога из непастеризованного молока, фляжного творога, фляжной сметаны без термической обработки;
- простокваши "самокваса";
- грибов и продуктов (кулинарных изделий), из них приготовленных;
- кваса, газированных напитков;
- молока и молочных продуктов из хозяйств, неблагополучных по заболеваемости сельскохозяйственных животных, а также не прошедших первичную обработку и пастеризацию;
- сырокопченых, полукопченых, подкопченных мясных гастрономических изделий и колбас;
- блюд, изготовленных из мяса, птицы, рыбы, не прошедших тепловую обработку, кроме соленой рыбы (сельдь, семга, форель);
- бульонов, приготовленных на основе костей;
- жареных в жире (во фритюре) пищевых продуктов и изделий, чипсов;
- уксуса, горчицы, хрена, перца острого (красного, черного, белого) и других острых (жгучих) приправ и содержащих их пищевых продуктов;

- острых соусов, кетчупов, майонезов и майонезных соусов, маринованных овощей и фруктов (огурцы, томаты, сливы, яблоки) и других продуктов, консервированных с уксусом;
- кофе натурального;
- ядра абрикосовой косточки, арахиса;
- молочных продуктов, творожных сырков и мороженого с использованием растительных жиров;
- кумыса и других кисломолочных продуктов с содержанием этанола (более 0,5%);
- карамели, в том числе леденцовой;
- первых и вторых блюд из/на основе сухих пищевых концентратов быстрого приготовления;
- продуктов, содержащих в своем составе синтетические ароматизаторы и красители;
- сливочное масло жирностью ниже 72%;
- продуктов, в том числе кондитерских изделий, содержащих алкоголь;
- консервированные продукты с использованием уксуса.

ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ ПО ПРОПАГАНДЕ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ:

Учитываются индивидуальные особенности детей (в том числе непереносимость ими отдельных продуктов и блюд.)

Соблюдается оптимальный режим питания;

Проводится работа по формированию у детей навыков культуры питания;

Строго соблюдаются принципы разработанного меню;

Проводится разъяснительная работа, как с сотрудниками учреждения, так и с родителями по введению новых блюд;

Информирование родителей по вопросам здорового питания (стендовая информация).

Необходимые расчеты и оценка использованного на одного ребенка среднесуточного набора продуктов проводится 1 раз в 10 дней, при необходимости проводится коррекция питания в течение следующей недели. Подсчет энергетической ценности полученного рациона питания и содержания в нем основных пищевых веществ (белков, жиров, углеводов) проводится ежемесячно.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575791

Владелец Дунаева Светлана Николаевна

Действителен с 24.08.2021 по 24.08.2022