

## Организация питания в детском саду

Питание – один из важных факторов, обеспечивающих нормальное течение процессов роста, физического и нервно – психического развития ребенка. Ухудшение качества питания приводит к снижению уровня защитно – приспособительных механизмов детского организма и возможному увеличению аллергических реакций, способствует росту болезней органов пищеварения. Поэтому именно качеству питания в нашем детском саду уделяется повышенное внимание.

Питание в детском саду организуется на основе СанПиН 2.4.1.3049-13 (Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций).

Режим питания детей: 4-х разовое питание.

Детский сад работает по утвержденному 10-ти дневному меню с учетом рекомендуемых среднесуточных норм питания. Рацион питания разнообразен как за счет расширения ассортимента продуктов, так и за счет разнообразия блюд, готовящихся из одного продукта.

При разработке меню учитывают возрастные группы: 1,5-3 лет и 3-7 лет. Набор блюд при этом единый, различен объем порций для младших и старших детей. Энергетическая ценность меню просчитано по установленным нормам: для ребенка младше трех лет составляет 1400 ккал, а старше трех лет – 1800 ккал.

Для осуществления контроля организации питания детей, качества доставляемых продуктов и соблюдения санитарно-гигиенических требований при приготовлении и раздаче пищи в учреждении создана бракеражная комиссия. Ежедневно в соответствии с графиком бракеражная комиссия снимает пробу готовых блюд на пищеблоке.

Пищевые продукты, поступающие в детский сад, имеют документы, подтверждающие их происхождение, качество и безопасность; хранятся в с соблюдением требований СанПиН и товарного соседства.

Устройство, оборудование, содержание пищеблока детского сада соответствует санитарным правилам к организации детского общественного питания. Пищеблок оснащен всем необходимым технологическим и холодильным оборудованием, производственным инвентарем, кухонной посудой.

Все блюда – собственного производства; готовятся в соответствии с технологическими картами, санитарными нормами.

Задачи организации питания воспитанников  
Задачи организации питания воспитанников: - обеспечение воспитанников пищевыми веществами, в т.ч. незаменимыми, и энергией в соответствии с возрастными физиологическими потребностями в них, с учетом

времени пребывания в ДОУ и характера осуществляемой деятельности; - формирование рационального пищевого поведения; - создание психологически комфортных условий для воспитанников ДОУ.

### **Основные принципы организации питания ребенка в семье:**

- Родители должны знать и соблюдать режим питания, принятый в детском саду, как по кратности приемов пищи, так и по длительности интервалов между ними.
- Не следует давать детям бутерброды, сладости между приемами пищи – это может нарушить ритмичную деятельность пищеварительных органов, а также снизить аппетит.
- Правильное питание в семье внесет еще большее разнообразие в рацион ребенка, дома можно приготовить то блюдо, которое ему нравится. Важно, чтобы родители знали, какие продукты более полезны в детском возрасте.
- Важно соблюдение суточной нормы употребления молока, мяса, широкое использование овощей, фруктов, сливочного и растительного масла.
- Сладости (варенье, зефир, мармелад, джем и т.д.) можно давать ребенку в небольшом количестве после основного приема пищи.
- При приготовлении пищи родители должны соблюдать технологию приготовления блюд, правила холодной и тепловой обработки, обращать особое внимание на сохранность первоначальной пищевой ценности продукта и на уменьшение потерь при обработке.
- Закреплять у детей гигиенические навыки культуры поведения за столом и культуры питания.

### **Пищевые продукты, которые не допускается использовать в питании детей (Приложение № 9 СанПиН 2.4.1.3049-13)**

Мясо и мясопродукты:

- мясо диких животных;
- коллагенсодержащее сырье из мяса птицы;
- мясо третьей и четвертой категории;
- мясо с массовой долей костей, жировой и соединительной ткани свыше 20%;
- субпродукты, кроме печени, языка, сердца;
- кровяные и ливерные колбасы;
- непотрошенная птица;
- мясо водоплавающих птиц.

Блюда, изготовленные из мяса, птицы, рыбы:

- зельцы, изделия из мясной обреси, диафрагмы; рулеты из мякоти голов;
- блюда, не прошедшие тепловую обработку, кроме соленой рыбы (сельдь, семга, форель).

#### Консервы:

- консервы с нарушением герметичности банок, бомбажные, "хлопуши", банки с ржавчиной, деформированные, без этикеток.

#### Пищевые жиры:

- кулинарные жиры, свиное или баранье сало, маргарин (маргарин допускается только для выпечки) и другие гидрогенизированные жиры; - сливочное масло жирностью ниже 72%;
- жареные в жире (во фритюре) пищевые продукты и кулинарные изделия, чипсы.

#### Молоко и молочные продукты:

- молоко и молочные продукты из хозяйств, неблагополучных по заболеваемости сельскохозяйственных животных,
- молоко, не прошедшее пастеризацию;
- молочные продукты, творожные сырки с использованием растительных жиров;
- мороженое;
- творог из непастеризованного молока;
- фляжная сметана без термической обработки;
- простокваша "самоквас";

#### Яйца:

- яйца водоплавающих птиц;
- яйца с загрязненной скорлупой, с насечкой, "тек", "бой";
- яйца из хозяйств, неблагополучных по сальмонеллезам;

#### Кондитерские изделия:

- кремовые кондитерские изделия (пирожные и торты) и кремы.

#### Прочие продукты и блюда:

- любые пищевые продукты домашнего (не промышленного) изготовления, а также принесенные из дома (в том числе при организации праздничных мероприятий, праздновании дней рождения и т.п.);
- первые и вторые блюда на основе сухих пищевых концентратов быстрого приготовления;
- крупы, мука, сухофрукты и другие продукты, загрязненные различными примесями или зараженные амбарными вредителями;
- грибы и кулинарные изделия, из них приготовленные;
- квас, газированные напитки;
- уксус, горчица, хрен, перец острый и другие острые приправы и содержащие их пищевые продукты, включая острые соусы, кетчупы, майонезы и майонезные соусы;
- маринованные овощи и фрукты (огурцы, томаты, сливы, яблоки) с применением уксуса, не прошедшие перед выдачей термическую обработку; - кофе натуральный;
- ядра абрикосовой косточки, арахиса;
- карамель, в том числе леденцовая;

- продукты, в том числе кондитерские изделия, содержащие алкоголь; кумыс и другие кисломолочные продукты с содержанием этанола (более 0,5%).