

## **Уважаемые родители!**



**Рациональное питание детей - необходимое условие обеспечения здоровья, устойчивости к действию инфекций и других неблагоприятных факторов, способности к обучению и работоспособности во все возрастные периоды.**

**В связи с этим организация рационов питания во время воспитательного и учебного процесса является одним из важных факторов профилактики заболеваний и поддержания здоровья детей, а обеспечение полноценного и безопасного питания дошкольников является приоритетным направлением в осуществление государственного санитарно-эпидемиологического надзора.**

**Согласно постановлению Главного государственного санитарного врача Российской Федерации № 26 от 15.05.2013 с 01 августа 2013 года введены в действие санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (далее - санитарные правила) СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях», направленные на охрану здоровья детей при осуществлении деятельности по их воспитанию, обучению, развитию и оздоровлению в дошкольных**

организациях независимо от их вида, организационно-правовых форм и форм собственности. Настоящими санитарными правилами установлены санитарно-эпидемиологические требования как к организации питания в детском саду, так и к составлению меню для организации питания детей разного возраста:

- Требования к оборудованию пищеблока, инвентарю, посуде.
- Требования к условиям хранения, приготовления и реализации пищевых продуктов и кулинарных изделий.
- Требования к составлению меню для организации питания детей разного возраста.
- Требования к перевозке и приему в дошкольные организации пищевых продуктов.

Для организации питания в детском саду имеются функциональные помещения: пищеблок, склад продуктов питания.

## **КОНТРОЛЬ ЗА ОРГАНИЗАЦИЕЙ ПИТАНИЯ В ДОУ**

Питание воспитанников ДОУ «Детский сад «Росинка» осуществляется в соответствии с документами, регламентирующими организацию питания в муниципальных дошкольных образовательных учреждениях

### **СанПиН 2.4.1.3049-13**

- Пищевые продукты, которые не допускается использовать в питании детей (**Приложение № 9 к СанПиН 2.4.1.3049-13**)
- Рекомендуемые суточные наборы продуктов для организации питания детей в дошкольных образовательных организациях (**Приложение № 10 к СанПиН 2.4.1.3049-13**)
- Рекомендуемый ассортимент основных пищевых продуктов для использования в питании детей в дошкольных организациях (**Приложение № 11 к СанПиН 2.4.1.3049-13**)
- В соответствии с приказом МДОУ «Детский сад «РОСИНКА» от **20.11.2015г. № 396 «Об утверждении циклического меню для организации питания детей в ДОУ», дошкольное учреждение работает по новому 10-ти дневному меню, разработанному при помощи программного обеспечения «Детский сад: Питание» Программный центр П.С. Батищев г.Киров.**

## ПЕРСОНАЛ ПИЩЕБЛОКА

<i>Шеф-повар</i>	<i>Кух. рабочие</i>	<i>Специалист по питанию</i>
<i>Фидлер Н.А</i>	<i>Фролкина А .</i>	<i>Плесовских Ф. Н.</i>
<i>повар</i>	<i>Неркаги Н.</i>	<i>кладовщик</i>
<i>Столбовая Т К</i>		<i>Моисеева Л. А</i>

Устройство и оборудование пищеблока соответствуют санитарным правилам и нормам к организации детского общественного питания. Пищеблок состоит из овощного, холодного, мясорыбного, горячего цехов и склада, оборудован необходимым технологическим и холодильным оборудованием в рабочем состоянии. Технологическое оборудование, инвентарь, посуда, тара изготовлены из материалов, разрешенных для контакта с пищевыми продуктами. Весь кухонный инвентарь и кухонная посуда имеют маркировку для сырых и готовых пищевых продуктов. При работе технологического оборудования исключена возможность контакта пищевого сырья и готовых к употреблению продуктов. Производственное оборудование, разделочный инвентарь и посуда отвечают следующим требованиям:

- столы, предназначенные для обработки пищевых продуктов цельнометаллические;
- для разделки сырых и готовых продуктов имеются отдельные разделочные столы, ножи и доски из деревьев твердых пород без щелей и зазоров, гладко выструганные. Разделочные доски из пластмассы и прессованной фанеры к использованию не допускаются;
- доски и ножи промаркированы: «СМ» - сырое мясо, «СК» - сырые куры, «СР» - сырая рыба, «СО» - сырые овощи, «ВМ» - вареное мясо, «ВР» - вареная рыба, «ВО» - вареные овощи, «гастрономия», «Сельдь», «Х» - хлеб, «Зелень»;
- посуда, используемая для приготовления и хранения пищи безопасная для здоровья детей;
- компоты и кисели готовят в посуде из нержавеющей стали. Для кипячения молока выделена отдельная посуда;
- количество одновременно используемой столовой посуды и приборов соответствует списочному составу детей в группе. Для персонала имеется отдельная столовая посуда. Посуду хранят в буфете.

Пищеблок оборудован системой приточно-вытяжной вентиляции. В помещениях пищеблока ежедневно проводят уборку: мытье полов, удаление пыли, протирание радиаторов, подоконников; еженедельно с

применением моющих средств проводится мытье стен, осветительной арматуры, очистку стекол от пыли и копоти и т.п. Один раз в месяц проводится генеральная уборка с последующей дезинфекцией всех помещений, оборудования и инвентаря.

Пищевые продукты поступают в детский сад на **склад продуктов питания** и имеют документы, подтверждающие их происхождение, качество и безопасность. Качество продуктов проверяет кладовщик - ответственное лицо проводит бракераж сырых продуктов, делает запись в специальном журнале. Не допускаются к приему пищевые продукты без сопроводительных документов, с истекшим сроком хранения и признаками порчи. Особо скоропортящиеся пищевые продукты хранятся в холодильной камере, в которой имеются специальные разграниченные полочки места для хранения мяса, рыбы. Молочные продукты хранятся в отдельном холодильнике. Масло сливочное хранят на полках в заводской таре. Крупные сыры - на чистых стеллажах. Яйцо в коробах хранят на подтоварниках. Крупа, мука, макаронные изделия хранятся в мешках, картонных коробках на подтоварниках. Ржаной и пшеничный хлеб хранятся раздельно в шкафу на пищеблоке. Картофель и корнеплоды хранятся в сухом, темном помещении.

#### **При приготовлении пищи соблюдаются следующие правила:**

- обработку сырых и вареных продуктов проводят на разных столах при использовании соответствующих маркированных разделочных досок и ножей;
- на пищеблоке имеется 2 мясорубки для отдельного приготовления сырых и готовых продуктов.

Питание детей соответствует принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, приготовление на пару, тушение, запекание, и исключается жарка блюд, а также продукты с раздражающими свойствами. С момента приготовления до отпуска первые и вторые блюда могут находиться на горячей плите не более 2 часов.

#### **При обработке овощей соблюдаются следующие требования:**

- Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.
- Не допускается предварительное замачивание овощей.
- Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.
- Овощи урожая прошлого года (капусту, репчатый лук, корнеплоды и др.) в период после 1 марта допускается использовать только после термической обработки.
- Овощи, предназначенные для приготовления винегретов и салатов, варят в кожуре, охлаждают; очищают и нарезают вареные овощи в холодном

цехе или в горячем цехе на столе для вареной продукции. Варка овощей накануне дня приготовления блюд не допускается. Отваренные для салатов овощи хранятся в холодильнике не более 6 часов.

- Изготовление салатов и их заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Салаты заправляют непосредственно перед раздачей. В качестве заправки салатов используется растительное масло. Использование сметаны и майонеза для заправки салатов не допускается.

- Фрукты, включая цитрусовые, тщательно промывают в условиях цеха первичной обработки овощей (овощного цеха), а затем вторично в условиях холодного цеха в моечных ваннах.

- Ряженку, йогурт и другие кисломолочные продукты разливают порционно в чашки непосредственно из пакетов или бутылок перед их раздачей.

**При подготовке меню** учитываются очень важные условия - максимальное разнообразие блюд с обязательным введением в него всех групп продуктов, включая мясные, рыбные, молочные продукты, свежие фрукты и овощи в натуральном виде, в виде салатов и др., а также исключение частой повторяемости блюд в течение срока действия меню. Питание должно удовлетворять физиологические потребности детей в основных пищевых веществах и энергии .

Все блюда — собственного производства; готовятся в соответствии с технологическими картами, санитарными нормами: **Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений. Уральский региональный центр питания, 2013 г. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях/ М.П. Могильный, В.А. Тутельян г. Москва**

### **Приложение N 13**

**к СанПиН 2.4.1.3049-13**

## **Суммарные объемы блюд по приемам пищи (в граммах)**

<b>Возраст детей</b>	<b>Завтрак</b>	<b>Обед</b>	<b>Полдник</b>	<b>Ужин</b>
<b>3-7</b>	<b>400-550</b>	<b>600-800</b>	<b>250-350</b>	<b>450-600</b>
<b>1-3</b>	<b>350-450</b>	<b>450-550</b>	<b>200-250</b>	<b>400-500</b>

## **Распределение общей калорийности суточного рациона питания детей в зависимости от времени пребывания ребенка в ДОУ**

<b>Для детей с дневным пребыванием в детском саду (12 часов)</b>	<b>Возраст детей</b>
<b>Завтрак – 25%</b>	<b>2-7 лет</b>
<b>Обед – 35%</b>	
<b>Ужин- 15%</b>	
<b>Всего-75</b>	

При составлении меню и расчетов калорийности необходимо соблюдать оптимальное соотношение пищевых веществ (белков, жиров, углеводов), которое должно составлять 1:1:4 соответственно.

Примерное меню должно содержать информацию о количественном составе основных пищевых веществ и энергии по каждому блюду, приему пищи, за каждый день и в целом за период его реализации. Обязательно приводят ссылки на рецептуры используемых блюд и кулинарных изделий, в соответствии со сборниками рецептур. Наименования блюд и кулинарных изделий, указываемых в примерном циклическом меню должны соответствовать их наименованиям, указанным в использованных сборниках рецептур.

Ежедневно в меню включены: молоко, кисломолочные напитки, сметана, мясо, картофель, овощи, фрукты, соки, хлеб, крупы, сливочное и растительное масло, сахар, соль. Остальные продукты (творог, рыбу, сыр, яйцо и другие) 2-3 раза в неделю. В течение двух недель ребенок должен получить все продукты в полном объеме. При отсутствии каких-либо продуктов в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания разрешается проводить их замену на равноценные по составу продукты.

На основании утвержденного примерного меню ежедневно составляется меню-требование установленного образца, с указанием выхода блюд для детей разного возраста. На каждое блюдо заведена технологическая карта.

В целях улучшения витаминного статуса, нормализации обмена веществ, снижения заболеваемости, укрепления здоровья подрастающего поколения, в организованных детских и подростковых учреждениях, согласно требованиям нормативных документов (СанПиН 2.4.1.3049-13) проводится круглогодичная или сезонная «С» – витаминизация.

Искусственная витаминизация в ДОУ осуществляется согласно СанПиН п.14.21 из расчета для детей от 1-3 лет – 35мл., для детей 3-7 лет – 50мл. (на порцию).

Препараты витаминов вводят в третье блюдо (компот или кисель). После его охлаждения до температуры 15<sup>0</sup>С. (для компота) и 35<sup>0</sup>С. (для киселя) не посредственно перед реализацией. Подогрев витаминизированных блюд не допускается.

Витамин «С» (аскорбиновая кислота) необходим для биохимических окислительно-восстановительных процессов. Витамин «С» способствует образованию дезоксирибонуклеиновой кислоты (ДНК).

Аскорбиновая кислота имеет огромное значение для правильного обмена веществ, недостаток ее приводит к ломкости сосудов, усиленной пигментации кожи. Считается, что ударные дозы этого витамина успешно борются с сенной лихорадкой и пищевой аллергией.

Необходимые расчеты и оценку использованного на одного ребенка среднесуточного набора пищевых продуктов проводится 1 раз в десять дней. По результатам оценки, при необходимости, проводится коррекцию питания в течение следующей недели (декады).

Подсчет энергетической ценности полученного рациона питания и содержания в нем основных пищевых веществ (белков, жиров и углеводов) проводят ежемесячно.

Для обеспечения преемственности питания родителей информируют об ассортименте питания ребенка, вывешивая ежедневное меню.

Выдача готовой пищи разрешается только после проведения приемочного контроля бракеражной комиссией в составе повара, представителя администрации, медицинского работника. Результаты контроля регистрируются в специальном журнале. Масса порционных блюд должна соответствовать выходу блюда, указанному в меню.

Непосредственно после приготовления пищи отбирается суточная проба готовой продукции. Суточная проба отбирается в объеме: порционные блюда - в полном объеме; холодные закуски, первые блюда, гарниры, третьи и прочие блюда - не менее 100 г. Пробу отбирают стерильными или прокипяченными ложками в стерильную или прокипяченную стеклянную посуду с плотно закрывающимися крышками (гарниры и салаты - в отдельную посуду) и сохраняют в течение не менее 48 часов при температуре +2 - +6 °С в отдельном холодильнике или в специально

отведенном месте в холодильнике для молочных продуктов, гастрономии. Посуду с пробами маркируют с указанием приема пищи и датой отбора.

