

## **Основными задачами организации питания воспитанников ДОУ являются:**

- обеспечение детей питанием, соответствующим возрастным, физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии;
- соблюдение принципов щадящего рационального и сбалансированного питания;
- обеспечение гарантированного качества питания и безопасности пищевых продуктов, используемых в питании;
- предупреждение среди детей инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;
- пропаганда принципов здорового и полноценного питания.

## **Основными организационными принципами питания воспитанников ДОУ являются:**

- организация рационального питания основана на соблюдении утвержденных продуктов, утвержденного 10-ти дневного меню;
- сбалансированность рациона по всем заменимым и незаменимым пищевым факторам, включая белки и аминокислоты, пищевые жиры и жирные кислоты, различные классы углеводов, витамины, минеральные соли и микроэлементы обеспечиваются 10-ти дневным меню;
- прием пищи организуется в группах, осуществляется при высокой культуре обслуживания;
- обеспечение санитарно-гигиенической безопасности питания включает соблюдение всех санитарных требований к состоянию пищеблока, поставляемым продуктам питания, их транспортировке, хранению, приготовлению и раздаче блюд.

## **Основные принципы организации сбалансированного рациона:**

- питание в дошкольном учреждении строится в соответствии с основными требованиями к рациональному питанию: химический состав, калорийность, объем рациона и режим питания.
- особое внимание уделяется объему пищи, который строго соответствует возрасту ребенка, а также рациональному питанию. Меню соответствует полному, необходимому набору продуктов и соответствию соотношения белков, жиров и углеводов.
- в меню присутствуют полноценные продукты, разнообразие которых соответствует потребности детского организма. Дети ежедневно получают мясо, масло сливочное, растительное, овощи, сахар, хлеб. Другие продукты – рыбу, сметану, сыр, яйцо, творог – используются через день или один-два раза в неделю.
- разнообразие пищи достигается как за счет широкого использования набора продуктов, так и за счет различных способов их кулинарной обработки, позволяющей приготовить из одного продукта широкий ассортимент блюд.
- в питании детей используются, как белые крупы – рис, манная. Так и черные – гречневая, овсяная, пшено, ячневая, пшеничная.
- круглый год дети получают свежие овощи (помидоры, огурцы) и фрукты (апельсины, яблоки, груши, бананы).

- в целом набор и разнообразие продуктов круглый год соответствует потребности в питательных веществах по мере роста и развития детей.

### СанПиН 2.4.1.3049-13

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:

XIII. Требования к оборудованию пищеблока, инвентарю, посуде.

XIV. Требования к условиям хранения, приготовления и реализации пищевых продуктов и кулинарных изделий.

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

XVI. Требования к перевозке и приему в дошкольные организации пищевых продуктов.

Для организации питания в ДООУ имеются необходимые помещения, в том числе пищеблок, состоящий из горячего и холодного цехов, кладовой для сыпучих продуктов, продуктов, овощного склада.

**Пищеблок** 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 маркированная столовая посуда.

Пищеблок оборудован системой приточно-вытяжной вентиляции с механическим и естественным побуждением. В помещениях пищеблока ежедневно проводят уборку: мытье полов, удаление пыли и паутины, 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 ответственное лицо - заведующий складом продуктов, который 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.

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.
- Кефир, ряженку, простоквашу и другие кисломолочные продукты порционируют 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 (см. таблицу).

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

	Показатели (в сутки)	1-2 года	От 2 лет до 3 лет	3-7 лет
1	Энергия (ккал)	1200	1400	1800
2	Белок, г	36	42	54
3	* в. т.ч. животный (%)	70 - 65		60
4	** г/кг массы тела	-	-	-
6	Жиры, г	40	47	60
14	Углеводы, г	174	203	261

Распределение энергетической ценности (калорийности) суточного рациона питания детей на отдельные приемы пищи: завтрак (20 %); 2 завтрак (5 %); обед (35 %); Полдник (15 %); Ужин (20 %).

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

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.