

Организация питания детей в МБДОУ -детский сад № 1 «Солнышко»

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.

В нашем саду организовано 3-разовое питание, согласно 10-дневному меню, разработанного на основе физиологических потребностей в пищевых веществах и нормах питания. Составляется меню-требование установленного образца с указанием выхода блюд для детей раннего и дошкольного возраста. Ежедневное меню обеспечивает 80% суточного рациона, при этом завтрак составляет 25% суточной калорийности, обед 35-40%, полдник 15-20%.

Ведется бракераж готовой продукции с регулярной оценкой вкусовых качеств. Выдача пищи с кухни проводится только после снятия пробы медсестрой и членами бракеражной комиссии с отметкой в журнале о вкусовых качествах готовых блюд. Оставляется суточная проба, выставляется контрольное блюдо.

Основными принципами организации питания в нашем учреждении являются:

- * Соответствие энергетической ценности рациона энерго затратам ребенка.
- * Сбалансированность в рационе всех заменимых и незаменимых пищевых веществ.
- * Максимальное разнообразие продуктов и блюд, обеспечивающих сбалансированность рациона.
- * Правильная технологическая и кулинарная обработка продуктов, направленная на сохранность их исходной пищевой ценности, а также высокие вкусовые качества блюд.
- * Оптимальный режим питания, обстановка, формирующая у детей навыки культуры приема пищи.
- * Соблюдение гигиенических требования к питанию (безопасность питания).

Количество приемов пищи в нашем детском саду – 3

Завтрак – молочные каши: манная, рисовая, пшенная. В качестве напитка – чай с лимоном, бутербродом с маслом, хлеб пшеничный, пшеничный (йодообогащенный), ржаной.

Обед – Первое горячее блюдо – щи, борщ, овощной суп, рыбный суп, суп с крупами или макаронными изделиями и т.д..

Второе блюдо – мясное, рыбное, из птицы, с гарниром.

Третье блюдо – компот из сухофруктов, кисель плодово-ягодный (С-витаминизация). Хлеб пшеничный.

Полдник в нашем учреждении – уплотненный, включает в себя блюда из творога – запеканка, собственного приготовления, а также напиток – молоко,какао с молоком, напиток кофейный с молоком. Выпечка собственного производства (ватрушка с творогом, сладкая булочка и т.д.), кондитерскими изделиями (печенье, пряник).

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

Устройство, оборудование, содержание пищеблока детского сада соответствует санитарным правилам к организации детского общественного питания.

Пищеблок оснащен всем необходимым технологическими холодильным оборудованием, производственным инвентарем, кухонной посудой.

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



Приложение N 13
к СанПиН 2.4.1.3049-13

Суммарные объемы блюд по приемам пищи (в граммах)

Возраст детей	Завтрак	2-завтрак	Обед	Полдник
от 3-х до 7-ми лет	400 - 550	140-220	600 - 800	250 – 300

Нормы физиологических потребностей детей в пищевых веществах и энергии (в день)

Возраст детей	Норма потребности в день	Энергетическая потребность (в калл) (1800)	Белки (в граммах)		Жиры (в граммах)
			всего	В т.ч. животный	
3*7 лет	В детском саду 75% от нормы	1350	40,5	24,3	45

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

Для детей с дневным пребыванием в детском саду (10 часов)	Возраст детей	Энергетическая ценность (в калл)	Белки (в граммах)	Жиры (в граммах)	Углеводы (в граммах)
Завтрак – 25%	3-7 лет	450	13,5	15	65,25
Обед – 35%		630	18,9	21	91,35
Ужин – 15%		270	8,1	9	39,15
Всего -75		350	40,5	45	195,75