

Условия питания воспитанников, в том числе инвалидов и лиц с ОВЗ

Питание детей в МБ ДОУ «Детский сад № 185» организовано в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 от 27.10.2020г.). Достаточно по калорийности, сбалансировано по содержанию пищевых веществ, рационально распределено в течение дня. Примерное цикличное 10-дневное меню разработано для детей в возрасте от 1 года и до прекращения образовательных отношений. Учреждение специализированно для воспитанников с аллергопатологиями, основное лечение гипоаллергенная диета (исключение продуктов). На основании имеющегося цикличного десятидневного меню составляется меню требование с учетом замены продуктов, с указанием выхода блюд разного возраста детей. Замена продуктов проводится только по назначению врача на равноценные по составу продукты в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания.

В меню представлены разнообразные блюда, исключены их повторы. В ежедневный рацион питания включены фрукты и овощи. Меню дифференцировано с учетом сезонности.

В Учреждении организовано 4-разовое питание: завтрак, обед, полдник, ужин. Интервал между приемами пищи – не реже 3,5 – 4 часов. Дополнительно для дошкольников организован второй завтрак, включающий прием пищи, богатой витаминами – соки, фрукты.

Основой рациональной организации питания детей в ДОУ являются «Нормы физиологической потребности в пищевых веществах и энергии», утвержденные СанПиН 2.3/2.4.3590-20 от 27.10.2020г.

Согласно этим нормам все пищевые вещества, входящие в состав рациона, находятся в определенных соотношениях между собой и сбалансированы с потребностями детского организма. Соотношение белков, жиров, углеводов в количественном выражении составляет (оптимальное соотношение 1:1:4).

Одним из важнейших условий рационального питания является разнообразие пищи, под которым понимается не только использование различных продуктов, но и применение разных способов их кулинарной обработки. Основными приемами кулинарной обработки являются отваривание, тушение, запекание, т.е. соблюдаются принципы щадящего питания.

Для правильного приготовления блюд разработаны технологические карты, в которых указаны раскладка, калорийность блюда, содержание в нем белков, жиров, углеводов. Использование таких карт позволяет легко подсчитать химический состав рациона и при необходимости заменить одно блюдо другим, равноценным ему по составу и калорийности.

С целью контроля за организацией питания воспитанников в учреждении создана бракеражная комиссия. Выдача готовой пищи производится только после проведения контроля бракеражной комиссией. Результаты регистрируются в бракеражном журнале. Пищевые продукты,

поступающие в ДОУ, имеют документы, подтверждающие их происхождение, качество, безопасность, хранятся с соблюдением требований СанПиН и товарного соседства.

Устройство, оборудование, содержание пищеблока ДОУ соответствует СанПиН. Пищеблок оснащен всем необходимым технологическим и холодильным оборудованием, производственным инвентарем, кухонной посудой.

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	Обед	Полдник	Ужин
от 1 года до 3-х лет	350	450	200	400
от 3-х до 7-ми лет	400	600	250	450

РЕКОМЕНДУЕМЫЕ СУТОЧНЫЕ НАБОРЫ ПРОДУКТОВ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ В ДОШКОЛЬНЫХ

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ (Г, МЛ, НА 1 РЕБЕНКА/СУТКИ)

Наименование пищевого продукта или группы пищевых продуктов	Количество продуктов в зависимости от возраста детей			
	в г, мл, брутто		в г, мл, нетто	
	1 - 3 года	3 - 7 лет	1 - 3 года	3 - 7 лет
Молоко и кисломолочные продукты с м.д.ж. не ниже 2,5%	390	450	390	450
Творог, творожные изделия с м.д.ж. не менее 5%	30	40	30	40
Сметана с м.д.ж. не более 15%	9	11	9	11
Сыр твердый	4,3	6,4	4	6
Мясо (бескостное/на кости)	55/68	60,5/75	50	55
Птица (куры 1 кат. потр./цыплята-бройлеры 1 кат. потр./индейка 1 кат. потр.)	23/23/22	27/27/26	20	24
Рыба (филе), в т.ч. филе слабо- или малосоленое	34	39	32	37
Субпродукты (печень, язык, сердце)	23,4	29,2	20	25
Яйцо куриное столовое	1 шт.	1 шт.	40	40
Картофель: с 01.09 по 31.10	160	187	120	140
с 31.10 по 31.12	172	200	120	140
с 31.12 по 28.02	185	215	120	140
с 29.02 по 01.09	200	234	120	140
Овощи, зелень	216	264	180	220

Фрукты (плоды) свежие	108	114	95	100
Фрукты (плоды) сухие	9	11	9	11
Соки фруктовые (овощные)	100	100	100	100
Напитки витаминизированные (готовый напиток)	-	50	-	50
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	50	40	50
Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	60	80	60	80
Крупы (злаки), бобовые	30	43	30	43
Макаронные изделия	8	12	8	12
Мука пшеничная хлебопекарная	25	29	25	29
Масло коровье сладкосливочное	18	21	18	21
Масло растительное	9	11	9	11
Кондитерские изделия	12	20	12	20
Чай, включая фиточай	0,5	0,6	0,5	0,6
Какао-порошок	0,5	0,6	0,5	0,6
Кофейный напиток	1,0	1,2	1,0	1,2
Сахар	25	30	25	30
Дрожжи хлебопекарные	0,4	0,5	0,4	0,5
Мука картофельная (крахмал)	2	3	2	3
Соль пищевая поваренная	3	5	3	5
Хим. состав (без учета т/о)				
Белок, г			42	54
Жир, г			47	60
Углеводы, г			203	261
Энергетическая ценность, ккал			1400	1800