|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| http://img-fotki.yandex.ru/get/6519/87580024.63/0_92c33_712e72b_XL  **Все о питании в детском саду**  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:  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 детском саду имеются функциональные помещения: пищеблок, склад продуктов питания.  **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», «X» - 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.   На пищеблоке имеется водонагреватель. 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 завхоз - 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 холодильнике, в котором имеются специальные разграниченные полочки места для хранения мяса, рыбы.  Молоко для приготовления пищи закупаем у населения. Имеется ветеринарная справка и все сопутствующие документы. 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 стеклянных банках.  Ржаной и пшеничный хлеб ежедневно доставляется свежим. 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 раздельного 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. * 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.  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 цикличном меню должны соответствовать их наименованиям, указанным в использованных сборниках рецептур. В примерном меню не допускается повторение одних и тех же блюд или кулинарных изделий в один и тот же день или в смежные дни.  Ежедневно в меню включены: молоко, мясо, картофель, овощи, фрукты, 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 детском саду проводится круглогодичная искусственная С-витаминизация готовых блюд.  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. |  |