

«Детский сад № 221»



[http:// mbdou221.ru](http://mbdou221.ru) e-mail: mbdou221@mail.ru
муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение

660028 город Красноярск ул. 8 Марта зд.26,

ОГРН 1212400029918 ИНН 2460120526

ПРИНЯТО:

на общем собрании трудового коллектива
протокол от 10.02.2022 № 1.

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ № 221
(наименование дошкольного образовательного учреждения)

_____/ О.Г.Этцель
подпись расшифровка подписи

ПОЛОЖЕНИЕ ОБ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ВОСПИТАННИКОВ МБДОУ № 221

1. Общие положения.

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с Федеральным Законом № 273-ФЗ от 29.12.2012г «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями от 8 декабря 2020 года, санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Приказом Минздравсоцразвития России № 213н и Минобрнауки России №178 от 11.03.2012г «Об утверждении методических рекомендаций по организации питания обучающихся и воспитанников образовательных учреждений», Федеральным законом № 29-ФЗ от 02.01.2000г «О качестве и безопасности пищевых продуктов» с изменениями на 13 июля 2020 года, МР 2.4.01-80-20, 2.4.0179-20, 2.3.6.0233-21, письмом Роспотребнадзора от 25.01.2005г. № 0100/399-05-32 «О профилактике заболеваний обусловленных дефицитом микронутриентов».

1.2. Данное Положение разработано с целью создания оптимальных условий для укрепления здоровья воспитанников, обеспечения безопасного и сбалансированного питания детей раннего и дошкольного возраста, осуществления контроля создания необходимых условий для качественного питания в МБДОУ № 221.

1.3. Настоящий локальный акт определяет основные цели и задачи организации питания в детском саду, устанавливает требования к организации питания детей.

1.4. Организация питания в МБДОУ № 221 осуществляется на договорной основе с «поставщиком» как за счёт средств бюджета, так и за счёт средств родителей (законных представителей) воспитанников.

1.5. Порядок поставки продуктов определяется муниципальным контрактом и (или) договором.

1.6. Закупка и поставка продуктов питания осуществляется в порядке, установленном Федеральным законом № 44-ФЗ от 05.04.2013г с изменениями на 30 декабря 2020 года «О контрактной системе в сфере закупок товаров, работ, услуг для обеспечения государственных и муниципальных нужд» на договорной основе, как за счёт средств бюджета, так и за счёт средств платы родителей (законных представителей) за присмотр и уход за детьми в дошкольном образовательном учреждении.

1.7. Организация питания в детском саду осуществляется штатными работниками дошкольного образовательного учреждения.

2. Основные цели и задачи организации питания.

2.1. Основной целью организации питания в ДОУ является создание оптимальных условий для укрепления здоровья и обеспечения безопасного и сбалансированного питания воспитанников, осуществления контроля необходимых условий для организации питания, а также соблюдения условий приобретения и хранения продуктов в дошкольном образовательном учреждении.

2.2. Основными задачами при организации питания воспитанников ДОУ являются:

- ✓ обеспечение воспитанников питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в рациональном и сбалансированном питании;
- ✓ гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании;
- ✓ предупреждение (профилактика) среди воспитанников дошкольного образовательного учреждения инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;
- ✓ пропаганда принципов здорового и полноценного питания;
- ✓ анализ и оценки уровня профессионализма лиц, участвующих в обеспечении качественного питания, по результатам их практической деятельности;
- ✓ разработка и соблюдение нормативно-правовых актов ДОУ в части организации и обеспечения качественного питания в дошкольном образовательном учреждении.

2.3. Принципы организации здорового питания

2.3.1. Федеральным законом от 01.03.2020 N 47-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "О качестве и безопасности пищевых продуктов" и статьей 37 Федерального закона от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской

Федерации" в части совершенствования правового регулирования вопросов обеспечения качества пищевых продуктов" установлено определение "здорового питания", что крайне важно для формирования здоровой нации и увеличения продолжительности активного долголетия.

Здоровое питание - питание, ежедневный рацион которого основывается на принципах здорового питания, отвечает требованиям безопасности и создает условия для физического и интеллектуального развития, жизнедеятельности человека и будущих поколений.

2.3.2. Принципами здорового питания являются основные правила и положения, способствующие укреплению здоровья человека и будущих поколений, снижению риска развития заболеваний и включают в себя:

- обеспечение приоритетности защиты жизни и здоровья потребителей пищевых продуктов по отношению к экономическим интересам индивидуальных предпринимателей и юридических лиц, осуществляющих деятельность, связанную с обращением пищевых продуктов;

- соответствие энергетической ценности ежедневного рациона энергозатратам;

- соответствие химического состава ежедневного рациона физиологическим потребностям человека в макронутриентах (белки и аминокислоты, жиры и жирные кислоты, углеводы) и микронутриентах (витамины, минеральные вещества и микроэлементы, биологически активные вещества);

- наличие в составе ежедневного рациона пищевых продуктов со сниженным содержанием насыщенных жиров (включая трансизомеры жирных кислот), простых сахаров и поваренной соли, а также пищевых продуктов, обогащенных витаминами, пищевыми волокнами и биологически активными веществами;

- обеспечение максимально разнообразного здорового питания и оптимального его режима;

- применение технологической и кулинарной обработки пищевых продуктов, обеспечивающих сохранность их исходной пищевой ценности;

- обеспечение соблюдения санитарно-эпидемиологических требований на всех этапах обращения пищевых продуктов (готовых блюд);

- исключение использования фальсифицированных пищевых продуктов.

2.3.3. Здоровое питание предусматривает профилактику патологических пищевых привычек (избыточный по калорийности ужин, чрезмерное потребление соли и сахара, легких углеводов, предпочтение продукции с высоким содержанием сахара (кондитерские изделия, сладкие выпечка и напитки), жира (колбасные изделия и сосиски, бутерброды), продолжительные перерывы между основными приемами пищи.

2.3.4. Здоровое питание направлено на снижение рисков формирования патологии желудочно-кишечного тракта, эндокринной системы, снижение риска развития сердечно-сосудистых заболеваний и избыточной массы тела.

2.4. Формирование у детей культуры правильного питания.

2.4.1. В организации создаются благоприятные условия для приема пищи, включая интерьер обеденного зала, сервировку столов, микроклимат, освещенность.

2.4.2. При приеме пищи дети не должны спешить. При быстрой еде пища плохо измельчается, недостаточно обрабатывается слюной, что ведет к повышенной нагрузке на слизистую желудка. В результате ухудшается перевариваемость и усвояемость пищи. Торопливая еда формирует у детей патологический стереотип поведения.

3. Требования к организации питания.

3.1. Дошкольное образовательное учреждение обеспечивает гарантированное сбалансированное питание воспитанников в соответствии с их возрастом и временем пребывания в детском саду по нормам, утвержденным санитарными нормами и правилами.

3.2. Требования к деятельности по формированию рациона и организации питания детей в ДООУ, производству, реализации, организации потребления продукции общественного питания для детей, посещающих дошкольное образовательное учреждение, определяются санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами, установленными санитарными, гигиеническими и иными нормами и требованиями, не соблюдение, которых создаёт угрозу жизни и здоровья детей.

3.3. Оборудование и содержание пищеблока должны соответствовать санитарным правилам и нормам организации общественного питания, а также типовой инструкции по охране труда при работе в пищеблоке. Посуда, инвентарь, тара должны иметь соответствующие санитарно-эпидемиологическое заключение. Для приготовления пищи используется электрооборудование. Помещение пищеблока оборудовано вытяжной вентиляцией.

3.4. Сбор и обращение отходов должны соответствовать требованиям по обращению с твердыми коммунальными отходами и содержанию территории. Хранение отходов на пищеблоке не допускается.

3.5. Все помещения пищеблока должны подвергаться уборке. В производственных помещениях ежедневно проводится влажная уборка с применением моющих и дезинфицирующих средств. Столы для приема пищи должны подвергаться уборке после каждого использования. Генеральная уборка осуществляется 1 раз в неделю с регистрацией данных в спец.журнале.

3.6. Для уборки производственных и санитарно-бытовых помещений выделяется отдельный промаркированный инвентарь, хранение которого осуществляется в

специально отведенных местах. Уборочный инвентарь для туалета хранится отдельно от инвентаря для уборки других помещений.

3.7. Запрещается ремонт производственных помещений одновременно с изготовлением продукции общественного питания в них.

3.8. Лица, поступающие на работу в организацию, должны соответствовать требованиям, касающимся прохождения ими профессиональной гигиенической подготовки и аттестации, предварительных и периодических медицинских осмотров, вакцинации, установленным законодательством Российской Федерации.

4. Порядок поставки продуктов.

4.1. Порядок поставки продуктов определяется договором между поставщиком и организацией.

4.2. Поставщик поставляет товар отдельными партиями по заявкам организации, с момента подписания контракта. Заявки подает\отправляет кладовщик (лицо его заменяющее).

4.3. Поставка товара осуществляется путем его доставки поставщиком на склад организации.

4.4. Заявка подается по установленной в контракте\договоре форме на адрес электронной почты, указанной в контракте.

4.5. За транспортировку пищевых продуктов и их сохранность отвечает Поставщик продуктов. Доставка пищевых продуктов осуществляется специализированным транспортом, имеющим санитарный паспорт.

4.6. Товар должен быть упакован надлежащим образом, обеспечивающим его сохранность при перевозке и хранении.

4.7. На упаковку (тару) товара должна быть нанесена маркировка в соответствии с требованиями законодательства Российской Федерации.

4.8. Продукция поставляется в одноразовой упаковке (таре) производителя.

4.9. Вместе с товаром поставщик передает документы на него, указанные в спецификации.

4.10. Входной контроль поступающих продуктов осуществляется кладовщиком. Результаты контроля регистрируются в журнале бракеража скоропортящихся пищевых продуктов, поступающих на пищеблок ДОУ, который хранится в течение года.

Приложение N 5
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Рекомендуемый образец

Журнал бракеража скоропортящейся пищевой продукции

Дата и час, поступления пищевой продукции	Наименован ие	Фасовка	дата выраб отки	изготови тель	поставщ ик	количе ство поступ ившего продук та (в кг, литрах, шт)	номер документа, подтверждающего безопасность принятого пищевого продукта (декларация о соответствии, свидетельство о государственной регистрации, документы по результатам ветеринарно-санитар ной экспертизы)	Результаты органолептическо й оценки, поступившего продовольственно го сырья и пищевых продуктов	Условия хранения, конечный срок реализации	Дата и час фактической реализации	Подпись ответстве нного лица	Примеч ание
--	------------------	---------	-----------------------	------------------	---------------	---	---	---	--	---	---------------------------------------	----------------

ИНСТРУКЦИЯ О ПРАВИЛАХ ПРИЕМКИ ПИЩЕВОЙ ПРОДУКЦИИ

Контролируемый параметр	Точка контроля	На соответствие какому документу	Действия
Температура в кузове автотранспорта, на котором была поставлена пищевая продукция	Температурный логгер или термограф для контроля температуры в кузове (или кабине) или термометр в кузове автомобиля	На маркировке пищевой продукции. Необходимо зарегистрировать показания термометра и сравнить их со значениями температуры, указанными на маркировке, при которых необходимо обеспечивать хранение данного пищевого продукта	В случае если температура в кузове не соответствует температуре хранения пищевых продуктов, данная партия пищевой продукции в учреждение не принимается
Соблюдение принципов товарного соседства при транспортировке пищевых продуктов	Наличие промаркированной тары для перевозки пищевых продуктов	ТР ТС 021/2011 «О безопасности пищевой продукции». Кулинарные и кондитерские изделия перевозятся в специально предназначенном для этих целей транспорте в промаркированной чистой таре. Транспортирование пищевых продуктов совместно с токсичными, остро пахнущими, радиоактивными и другими опасными веществами не допускается. Продовольственное сырье и готовая продукция при транспортировке не должны контактировать друг с другом	В случае установления факта поставки готовой продукции совместно с пищевым сырьем и без тары или в случае установления факта контакта при перевозке продовольственного сырья (сырой пищевой продукции) и готовой к употреблению, такая продукция не принимается. Например, хлеб (в упаковке или без нее) при перевозке находился на транспортной таре с сырыми овощами (даже если они были в упаковке (вакуумированные))
Соблюдение правил личной гигиены при транспортировке пищевых продуктов	Наличие санитарной одежды (халат, рукавицы) у лиц, сопровождающих пищевые продукты и осуществляющих их погрузку и выгрузку	ТР ТС 021/2011 «О безопасности пищевой продукции»	Составляется Акт о разгрузке пищевой продукции грузчиком (экспедитором) без санитарной одежды, Акт направляется в адрес поставщика
Идентификация пищевой продукции в соответствии с приложением к настоящей инструкции	Маркировочный ярлык, декларация о соответствии, ВСД, счет-фактура, товарные накладные	ТР ТС 021/2011 «О безопасности пищевой продукции», СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Соответствие информации на маркировочном ярлыке, декларации о соответствии, ВСД Соответствие сроков годности пищевой продукции, мясная продукция, птица и рыба должны поступать в том термическом состоянии, которое указано на	В случае установления несоответствия информации в документах данная пищевая продукция в учреждение не принимается

		маркировочном ярлыке, наличие клейма на мясной продукции,	
Внешние показатели качества пищевой продукции	Упаковка пищевой продукции	ТР ТС 021/2011 «О безопасности пищевой продукции», СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Целостность упаковки, отсутствие вздутия упаковки, Консервы с нарушением герметичности банок, бомбажные, «хлопуши», банки с ржавчиной, деформированные	В случае установления нарушения целостности упаковки или ее повреждения, данная продукция не принимается и составляется акт списания (возврата)
Наличие в составе пищевых продуктов запрещенных ингредиентов	Информация о составе, указанная на упаковке и (или) маркировочном ярлыке	ТР ТС 021/2011 «О безопасности пищевой продукции», СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Проверка состава колбасных изделий на наличие мяса птицы механической обвалки, жгучих специй, консервации на наличие уксуса, кондитерских изделий на наличие запрещенных растительных масел и жиров, сроки годности мясной продукции не должны превышать 6 месяцев	В случае установления нарушения целостности упаковки или ее повреждения, данная продукция не принимается и составляется акт списания (возврата)

Порядок проведения идентификации поступающей пищевой продукции*

Сопроводительная документация	Наименование пищевой продукции	Полное наименование изготовителя	Адрес изготовителя (юридический и фактический)	Дата изготовления пищевой продукции	Срок годности	Количество пищевой продукции	Условия хранения пищевой продукции	Наименование технической документации в соответствии с которой изготовлена пищевая продукция (ГОСТ, ТУ, СТО)	Единый знак обращения продукции на рынке государств – членов Таможенного союза
Декларация о соответствии	полное совпадение	полное совпадение	полное совпадение	не указывается	полное совпадение	не указывается	полное совпадение	полное совпадение	не указывается
Ветеринарно-сопроводительная документация (на продукцию животного происхождения)	полное совпадение	полное совпадение	полное совпадение	полное совпадение	полное совпадение	полное совпадение	не указывается	полное совпадение	не указывается
Маркировочный ярлык	полное совпадение	полное совпадение	полное совпадение	полное совпадение	полное совпадение	не указывается	полное совпадение	полное совпадение	должен быть на маркировке
Счет-фактура или товарная накладная	полное совпадение	полное совпадение	не указывается	не указывается	не указывается	полное совпадение	не указывается	в случае указания полное совпадение	не указывается
Спецификация договора на поставку пищевой продукции	Общее название пищевой продукции в соответствии с техническим регламентом на данную пищевую продукцию	не указывается	не указывается	не указывается	не указывается	не указывается	не указывается	полное совпадение	не указывается

Примечание: *идентификация осуществляется путем сопоставления информации на маркировке (этикетка (ярлык) с характеристиками продукции, а также информацией, изложенной в нормативном или техническом документе, в соответствии с которым вырабатывается продукт, декларации о соответствии, ветеринарно-сопроводительных документах, сертификатах.

5. Условия и сроки хранения продуктов.

5.1. Доставка и хранение продуктов питания должны находиться под строгим контролем кладовщика, группы ХАССП, общественной комиссии, ответственных лиц.

5.2. Прием пищевой продукции, в том числе продовольственного сырья должен осуществляться при наличии маркировки и товаросопроводительной документации, сведений об оценке (подтверждении) соответствия, предусмотренных в том числе техническими регламентами.

5.2.1. В случае нарушений условий и режима перевозки, а также отсутствии товаросопроводительной документации и маркировки пищевая продукция и продовольственное (пищевое) сырье не принимаются.

5.2.3. Готовые блюда, напитки, кулинарные и кондитерские изделия, изготавливаемые в организации, должны соответствовать требованиям технических регламентов и единым санитарным требованиям.

5.2.4. Пищевая продукция, срок годности которой истек, подлежит утилизации.

5.3. Не допускаются к приему пищевые продукты с признаками недоброкачества, а также продукты без сопроводительных документов, подтверждающих их качество и безопасность, не имеющие маркировки, в случае если наличие такой маркировки предусмотрено законодательством Российской Федерации.

5.4. Документация, удостоверяющая качество и безопасность продукции, маркировочные ярлыки (или их копии) должны сохраняться до окончания реализации продукции.

5.5. Сроки хранения и реализации особо скоропортящихся продуктов должны соблюдаться в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН.

5.6. Дошкольное образовательное учреждение обеспечено техническими средствами для реализации технологического процесса, его части или технологической операции (технологическое оборудование), холодильным, моечным оборудованием, инвентарем, посудой (одноразового использования, при необходимости), тарой, изготовленными из материалов, соответствующих требованиям, предъявляемым к материалам, контактирующим с пищевой продукцией, устойчивыми к действию моющих и дезинфицирующих средств и обеспечивающими условия хранения, изготовления, перевозки (транспортирования) и реализации пищевой продукции.

5.7. Складские помещения и холодильные камеры необходимо содержать в чистоте, хорошо проветривать.

Приложение N 2
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Рекомендуемый образец

Журнал
учета температурного режима холодильного оборудования

Наименование производственн ого помещения	Наименование холодильного оборудования	Температура в градусах Цельсия					
		месяц/дни: (ежедневно)					
		1	2	3	4		30

Приложение N 3
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Рекомендуемый образец

Журнал учета температуры и влажности в складских помещениях

N п/п	Наименование складского помещения	Месяц/дни: (температура в градусах Цельсия и влажность в процентах)					
		1	2	3	4	5	6

6. Нормы питания и физиологических потребностей детей в пищевых веществах.

6.1. Изготовление продукции должно производиться в соответствии с ассортиментом, утвержденным руководителем организации или уполномоченным им лицом, по технологической карте, технико-технологической карте, технологической инструкции, разработанным и утвержденным руководителем организации или уполномоченным им лицом.

6.1.1. Допускается на месте обслуживания изготавливать блюдо или кулинарное изделие из полуфабрикатов при наличии оборудования, позволяющего осуществлять их доготовку. При этом должны соблюдаться условия хранения и сроки годности используемых полуфабрикатов.

6.1.2. При изготовлении блюд, кулинарных и кондитерских изделий необходимо

обеспечивать последовательность и поточность технологических процессов, обеспечивающих химическую, биологическую и физическую (в том числе исключение попадания посторонних предметов и частиц (металлические, деревянные предметы, пластик, стекло) в пищевую продукцию) безопасность.

6.2. Для обеспечения преемственности питания родителей (законных представителей) информируют об ассортименте питания ребёнка, размещают в доступных для родителей и детей местах (в обеденном зале, холле, групповой ячейке) следующую информацию:

- ✓ ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции;
- ✓ рекомендации по организации здорового питания детей.

6.3. Питание в ДОО осуществляется с учетом примерного десятидневного меню, разработанного на основе физиологических потребностей в питании детей дошкольного возраста. Меню должно утверждаться руководителем организации.

6.3.1. Для детей, нуждающихся в лечебном и диетическом питании, должно быть организовано лечебное и диетическое питание в соответствии с представленными родителями (законными представителями ребенка) назначениями лечащего врача.

6.3.2. Индивидуальное меню должно быть разработано специалистом-диетологом с учетом заболевания ребенка (по назначениям лечащего врача).

6.3.3. Выдача детям рационов питания должна осуществляться в соответствии с утвержденными индивидуальными меню, под контролем ответственных лиц, назначенных в организации.

6.3.4. Для детей, нуждающихся в лечебном и диетическом питании, допускается употребление детьми готовых домашних блюд, предоставленных родителями детей, в обеденном зале или специально отведенных помещениях (местах), оборудованных столами и стульями, холодильником (в зависимости от количества питающихся в данной форме детей) для временного хранения готовых блюд и пищевой продукции, микроволновыми печами для разогрева блюд, условиями для мытья рук.

6.4. На основе примерного меню составляется ежедневное меню-требование.

6.5. Наименования блюд и кулинарных изделий, указываемых в меню, должны соответствовать их наименованиям, указанным в технологических документах. Объем пищи и выход блюд должны строго соответствовать возрасту ребёнка.

Таблица 1

**Масса порций для детей в зависимости
от возраста (в граммах)**

Блюдо	Масса порций	
	от 1 года до 3 лет	3 - 7 лет
Каша, или овощное, или яичное, или творожное, или мясное блюдо (допускается комбинация разных блюд завтрака, при этом выход каждого блюда может быть уменьшен при условии соблюдения общей массы блюд завтрака)	130 - 150	150 - 200
Закуска (холодное блюдо) (салат, овощи и т.п.)	30 - 40	50 - 60
Первое блюдо	150 - 180	180 - 200
Второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы)	50 - 60	70 - 80
Гарнир	110 - 120	130 - 150
Третье блюдо (компот, кисель, чай, напиток кофейный, какао-напиток, напиток из шиповника, сок)	150 - 180	180 - 200
Фрукты	95	100

**Суммарные объемы блюд по приемам пищи
(в граммах - не менее)**

Показатели	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет
Завтрак	350	400
Второй завтрак	100	100
Обед	450	600
Полдник	200	250
Ужин	400	450
Второй ужин	100	150

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет/3 - 6 лет/
7 - 11 лет/12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 1							
завтрак							
итого за завтрак							
обед							
итого за обед							
полдник							
итого за полдник							
ужин							
итого за ужин							
Итого за день:							
День 2							
завтрак							
итого за завтрак							
обед							
итого за обед							

полдник							
итого за полдник							
ужин							
итого за ужин							
Итого за день:							
...							
Среднее значение за период:							

6.5.1. Меню должно предусматривать распределение блюд, кулинарных, мучных, кондитерских и хлебобулочных изделий по отдельным приемам пищи (завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин) с учетом следующего:

- ✓ При отсутствии второго завтрака калорийность основного завтрака должна быть увеличена на 5% соответственно.
- ✓ При 12-часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина и с распределением калорийности суточного рациона 30%.

Режим питания в зависимости от длительности пребывания детей в дошкольной организации

Время приема пищи	Приемы пищи в зависимости от длительности пребывания детей в дошкольной организации
	11 - 12 часов
8.30 - 9.00	завтрак
10.30 - 11.00	второй завтрак
12.00 - 13.00	обед
15.30	полдник
18.30	ужин

- ✓ Допускается в течение дня отступление от норм калорийности по отдельным приемам пищи в пределах +/- 5% при условии, что средний %

пищевой ценности за неделю будет соответствовать нормам, приведенным в [таблице N 3](#) приложения N 10 к САНПИН 2.3/2.4.3590-20, по каждому приему пищи.

Таблица N 3 приложения N 10 к САНПИН 2.3/2.4.3590-20

Распределение в процентном отношении потребления пищевых веществ и энергии по приемам пищи в зависимости от времени пребывания в организации

Тип организации	Прием пищи	Доля суточной потребности в пищевых веществах и энергии
Дошкольные организации, организации по уходу и присмотру, организации отдыха (труда и отдыха) с дневным пребыванием детей	завтрак	20%
	второй завтрак	5%
	обед	35%
	полдник	15%
	ужин	25%

✓ На период летнего отдыха и оздоровления (до 90 дней), в выходные, праздничные и каникулярные дни, при повышенной физической нагрузке (спортивные соревнования, слеты, сборы и т.п.) нормы питания, включая калорийность суточного рациона, должны быть увеличены не менее чем на 10,0% в день на каждого человека.

6.6. При необходимости внесения изменений в меню (несвоевременный завоз продуктов, недоброкачественность продукта) кладовщиком ДООУ составляется объяснительная записка с указанием причины. В меню-требование вносятся изменения.

6.7. Выдача готовой пищи разрешается только после проведения контроля бракеражной комиссией в составе не менее 3-х человек. Результаты контроля регистрируются в журнале бракеража готовой кулинарной продукции.

Рекомендуемый образец

Журнал бракеража готовой пищевой продукции

Дата и час изготовлени я блюда	Время снятия бракеража	Наименован ие готового блюда	Результаты органолепти ческой оценки качества готовых блюд	Разрешение к реализации блюда, кулинарног о изделия	Подписи членов бракераж ной комиссии	Результат ы взвешива ния порционн ых блюд	При меча ние

6.8. При нарушении технологии приготовления пищи, а также в случае неготовности, блюдо допускают к выдаче только после устранения выявленных кулинарных недостатков.

6.8.1. Выдача пищи на группы осуществляется по утвержденному графику.

6.8.2. Допускается изменением времени выдачи пищи, в связи с производственной необходимостью, на 5-10 минут раньше или позже.

6.9. Непосредственно после приготовления пищи отбирается суточная проба готовой продукции (все готовые блюда).

Рекомендации по отбору суточных проб

Проба отбирается от каждой партии приготовленных на пищеблоке блюд, а также однократно по всем выдаваемым с рационом питания готовым пищевым продуктам.

Суточная проба отбирается из котла перед раздачей или с линии раздачи (или транспортировкой).

Отбору подлежат все готовые блюда, а также пищевые продукты, выдаваемые детям без термической обработки в соответствии с меню.

Продукция промышленного производства может отбираться как в организации питания, непосредственно перед раздачей, так и на складе (ПЛК) от поступившей партии и хранится до конца ее реализации в выделенном холодильнике с маркировкой «фасованная проба» на складе.

Блюда отбираются в полном объеме, но не менее 100 гр. Фасованная продукция, выдаваемая поштучно, оставляется в количестве – 1 шт.

Гарниры отбираются отдельно от основного (мясного, рыбного или из мяса птицы блюда).

Пробы отбираются стерильными (или прокипяченными) ложками и помещаются в промаркированную стерильную (или прокипяченную) стеклянную (пластиковую) посуду с плотно закрывающимися крышками.

Пробы от каждого приема и приготовления пищи размещаются на подносе.

Поднос с пробами маркируется с указанием наименования приема пищи и датой отбора.

Отобранные пробы сохраняют в течение 48 часов с момента их употребления в специальном холодильнике «Для суточных проб» или в специально отведенном месте в холодильнике при температуре плюс 2 – плюс 6 °С.

При неудовлетворительных результатах лабораторных исследований продукции повторно исследуется удвоенное количество образцов, проводится дополнительный контроль производства по ходу технологического процесса, сырья, полуфабрикатов, вспомогательных материалов, воды и воздуха, санитарной одежды, рук работников организации, санитарно-гигиенического состояния всех рабочих помещений.

При получении неудовлетворительных результатов лабораторных исследований разрабатываются и проводятся необходимые санитарно-гигиенические и противоэпидемические мероприятия.

**ПОТРЕБНОСТЬ В ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВАХ, ЭНЕРГИИ, ВИТАМИНАХ
И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВАХ (СУТОЧНАЯ).**

Потребность в пищевых веществах Показатели	1 - 3 лет	3-7 лет
белки (г/сут)	42	54
жиры (г/сут)	47	60
углеводы (г/сут)	203	261
энергетическая ценность (ккал/сут)	1400	1800
витамин С (мг/сут)	45	50
витамин В1 (мг/сут)	0,8	0,9
витамин В2 (мг/сут)	0,9	1,0
витамин А (рет. экв/сут)	450	500
витамин D (мкг/сут)	10	10
кальций (мг/сут)	800	900
фосфор (мг/сут)	700	800
магний (мг/сут)	80	200
железо (мг/сут)	10	10
калий (мг/сут)	400	600
йод (мг/сут)	0,07	0,1
селен (мг/сут)	0,0015	0,02
фтор (мг/сут)	1,4	2,0

6.10. Допускается замена продуктов на основании Приложение N 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

ТАБЛИЦА
ЗАМЕНЫ ПИЩЕВОЙ ПРОДУКЦИИ В ГРАММАХ (НЕТТО) С УЧЕТОМ
ИХ ПИЩЕВОЙ ЦЕННОСТИ

Вид пищевой продукции	Масса, г	Вид пищевой продукции-заменитель	Масса, г
Говядина	100	Мясо кролика	96
		Печень говяжья	116
		Мясо птицы	97
		Рыба (треска)	125
		Творог с массовой долей жира 9%	120
		Баранина II кат.	97
		Конина I кат.	104
		Мясо лося (мясо с ферм)	95
		Оленина (мясо с ферм)	104
		Консервы мясные	120
Молоко питьевое с массовой долей жира 3,2%	100	Молоко питьевое с массовой долей жира 2,5%	100
		Молоко сгущенное (цельное и с сахаром)	40
		Сгущено-вареное молоко	40
		Творог с массовой долей жира 9%	17
		Мясо (говядина I кат.)	14
		Мясо (говядина II кат.)	17
		Рыба (треска)	17,5
		Сыр	12,5
		Яйцо куриное	22
Творог с массовой долей жира 9%	100	Мясо говядина	83
		Рыба (треска)	105
Яйцо куриное (1 шт.)	41	Творог с массовой долей жира 9%	31

		Мясо (говядина)	26
		Рыба (треска)	30
		Молоко цельное	186
		Сыр	20
Рыба (треска)	100	Мясо (говядина)	87
		Творог с массовой долей жира 9%	105
Картофель	100	Капуста белокочанная	111
		Капуста цветная	80
		Морковь	154
		Свекла	118
		Бобы (фасоль), в том числе консервированные	33
		Горошек зеленый	40
		Горошек зеленый консервированный	64
		Кабачки	300
Фрукты свежие	100	Фрукты консервированные	200
		Соки фруктовые	133
		Соки фруктово-ягодные	133
		Сухофрукты:	
		Яблоки	12
		Чернослив	17
		Курага	8
		Изюм	22

6.11. Ответственным лицом за организацию питания\кладовщиком заполняется ведомость контроля за рационом питания.

Приложение N 13
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Ведомость контроля за рационом питания с _____ по _____									
Режим питания: _____ Возрастная категория: _____									
п/п	Наименование группы пищевой продукции	Норма продукции в граммах г (нетто) согласно приложению N 12	Количество пищевой продукции в нетто по дням в граммах на одного человека					В среднем за неделю (10 дней)	Отклонение от нормы в % (+/-)
			1	2	3	...	7		

Рекомендации по корректировке меню: _____

Подпись медицинского работника и дата: _____

Подпись руководителя образовательной (оздоровительной) организации, организации по уходу и присмотру и дата ознакомления: _____

Подпись ответственного лица за организацию питания и дата ознакомления, а также проведенной корректировки в соответствии с рекомендациями медицинского работника: _____

7. Профилактика заболеваний.

7.1. Для исключения риска микробиологического и паразитарного загрязнения пищевой продукции работники производственных помещений организации обязаны:

- ✓ оставлять в индивидуальных шкафах или специально отведенных местах одежду второго и третьего слоя, обувь, головной убор, а также иные личные вещи и хранить отдельно от рабочей одежды и обуви;
- ✓ снимать в специально отведенном месте рабочую одежду, фартук, головной убор при посещении туалета либо надевать сверху халаты;
- ✓ тщательно мыть руки с мылом или иным моющим средством для рук после посещения туалета;
- ✓ сообщать обо всех случаях заболеваний кишечными инфекциями у членов семьи, проживающих совместно, медицинскому работнику или ответственному

лицу;

✓ использовать одноразовые перчатки при порционировании блюд, приготовлении холодных закусок, салатов, подлежащие замене на новые при нарушении их целостности и после санитарно-гигиенических перерывов в работе.

7.2. Для предотвращения размножения патогенных микроорганизмов не допускается:

✓ нахождение на раздаче более 3 часов с момента изготовления готовых блюд, требующих разогревания перед употреблением;

✓ реализация с нарушением установленных сроков годности и условий хранения, обеспечивающих качество и безопасность продукции;

✓ заправка соусами (за исключением растительных масел) салатной продукции, иных блюд, предназначенных для реализации вне организации.

✓ реализация на следующий день готовых блюд;

✓ замораживание нереализованных готовых блюд для последующей реализации в другие дни;

✓ привлечение к приготовлению, порционированию и раздаче кулинарных изделий посторонних лиц, включая персонал, в должностные обязанности которого не входят указанные виды деятельности.

7.3. Для исключения перекрестного микробиологического и паразитарного загрязнения:

✓ создаются условия для раздельного хранения и отпуска полуфабрикатов и готовых к употреблению кулинарных и кондитерских изделий.

7.4. В целях исключения контактного микробиологического и паразитарного загрязнения пищевой продукции для работников организации должны быть оборудованы отдельные туалеты с раковинами для мытья рук.

8. Питьевой режим.

8.1. Допускается организация питьевого режима с использованием кипяченой питьевой воды, при условии соблюдения следующих требований:

✓ кипятить воду нужно не менее 5 минут;

✓ до раздачи детям кипяченая вода должна быть охлаждена до комнатной температуры непосредственно в емкости, где она кипятилась;

✓ смену воды в емкости для ее раздачи необходимо проводить не реже, чем через 3 часа.

✓ Перед сменой кипяченой воды емкость должна полностью освободиться от остатков воды, промываться в соответствии с инструкцией по правилам мытья кухонной посуды, ополаскиваться.

✓ Время смены кипяченой воды должно отмечаться в графике, ведение которого осуществляется младшим воспитателем в произвольной форме.

9. Порядок учета детей поставленных на питание.

9.1. К началу учебного\календарного или при необходимости (смена ответственных, изменение санитарных норм и т.п.) года заведующим издается приказ об организации питания в ДООУ, назначении ответственных лиц за организацию питания, определяются их функциональные обязанности.

9.2. Ответственный за организацию питания осуществляют учет питающихся детей в произвольной форме.

9.3. Ежедневно лицо, ответственное за организацию питания совместно с кладовщиком организации, составляют меню-требование на следующий день. Меню-требование составляется на основании списков присутствующих детей, которые ежедневно с 8.30 ч. до 08.45 ч. подают воспитатели.

9.4. На следующий день в 8.45 воспитатели подают сведения о фактическом присутствии воспитанников в группах лицу, ответственному за питание, который рассчитывает выход блюд.

9.5. С последующим приемом пищи (обед, полдник) дети, отсутствующие в дошкольном образовательном учреждении, снимаются с питания, а продукты, оставшиеся невостребованными, возвращаются на склад по требованию.

9.6. В случае снижения численности детей, если закладка продуктов для приготовления завтрака произошла, порции отпускаются другим детям, как дополнительное питание в виде увеличения нормы блюда. На следующий день не пришедшие дети снимаются с питания автоматически.

9.7. Если на завтрак пришло больше детей, чем было заявлено, то для всех детей уменьшают выход блюд, составляется акт и вносятся изменения в меню-требование на следующие виды приёма пищи в соответствии с количеством прибывших детей.

10. Финансирование расходов на питание воспитанников.

10.1. Финансирование расходов на питание в дошкольном образовательном учреждении осуществляется за счёт бюджетных средств.

10.2. Объёмы финансирования расходов на организацию питания на очередной финансовый год устанавливаются с учётом прогноза численности детей в дошкольном образовательном учреждении.

10.3. Лицо, ответственное за организацию питания, осуществляет учет питающихся детей.

11. Организация питания в групповых ячейках.

11.1. Работа по организации питания детей в группах осуществляется под руководством воспитателя и заключается:

- ✓ в создании безопасных условий при подготовке и во время приема пищи;
- ✓ в формировании культурно-гигиенических навыков во время приема пищи детьми.

11.2. Привлекать детей к получению пищи с пищеблока категорически запрещается.

11.3. Перед раздачей пищи детям младший воспитатель обязан:

- ✓ промыть столы горячей водой с мылом;
- ✓ тщательно вымыть руки;
- ✓ надеть специальную одежду для получения и раздачи пищи;
- ✓ проветрить помещение;
- ✓ сервировать столы в соответствии с приемом пищи.

11.4. К сервировке столов могут привлекаться дети с 5 лет.

11.5. Во время раздачи пищи категорически запрещается нахождение воспитанников в обеденной зоне.

11.6. Подача блюд и прием пищи в обед осуществляется в следующем порядке:

- ✓ во время сервировки столов на столы ставятся хлебные тарелки с хлебом;
- ✓ разливают III блюдо;
- ✓ подается первое блюдо;
- ✓ дети рассаживаются за столы и начинают прием пищи;
- ✓ по мере употребления воспитанниками ДООУ блюда, младший воспитатель убирает со столов салатники;
- ✓ дети приступают к приему первого блюда;
- ✓ по окончании, помощник воспитателя убирает со столов тарелки для первого блюда;
- ✓ подается второе блюдо;
- ✓ прием пищи заканчивается приемом третьего блюда.

11.7. В группах раннего, младшего возраста детей, у которых не сформирован навык самостоятельного приема пищи, докармливают.

11.8. Пищевые отходы утилизируются с буфетных групповых ячеек после каждого приема пищи.

11.9. Запрещается сливать\утилизировать пищевые отходы в систему канализации.

12. Контроль организации питания в ДООУ.

12.1. Контроль, осуществляемый ответственными лицами.

Контроль организации питания в ДООУ, качества питания (разнообразия), витаминизации блюд, закладки продуктов питания, кулинарной обработки, выхода блюд, вкусовых качеств пищи, санитарного состояния пищеблока, правильности хранения и соблюдения сроков реализации продуктов осуществляют шеф-повар, медицинский работник, кладовщик, а также специально созданные комиссии: группа ХАССП, группа общественного

контроля, бракеражная комиссия.

12.1.1. При осуществлении контрольной деятельности, лица указанные в п.12.1. руководствуются федеральным законодательством, действующими санитарными правилами и нормами, локальными актами организации.

12.1.2. В организации проводится производственный контроль, основанный на принципах ХАССП (в английской транскрипции HACCP - Hazard Analysis and Critical Control Points) в соответствии с порядком и периодичностью (включая организационные мероприятия, лабораторные исследования и испытания), установленными предприятием общественного питания.

12.2. Родительский контроль/Общественный контроль за организацией и качеством питания детей.

12.2.1. Решение вопросов качественного и здорового питания детей, пропаганды основ здорового питания образовательной организацией должно осуществляться при взаимодействии с родительской общественностью.

12.2.2. Порядок проведения мероприятий по родительскому контролю за организацией питания детей, в том числе регламентирующего порядок доступа законных представителей детей в помещения для приема пищи, рекомендуется регламентировать локальным нормативным актом образовательной организации.

12.2.3. При проведении мероприятий родительского контроля за организацией питания детей быть оценены:

- ✓ соответствие реализуемых блюд утвержденному меню;
- ✓ санитарно-техническое содержание помещения для приема пищи, состояние обеденной мебели, столовой посуды, наличие салфеток и т.п.;
- ✓ условия соблюдения правил личной гигиены детьми;
- ✓ наличие и состояние санитарной одежды у сотрудников, осуществляющих раздачу готовых блюд;
- ✓ объем и вид пищевых отходов после приема пищи;
- ✓ наличие лабораторно-инструментальных исследований качества и безопасности поступающей пищевой продукции и готовых блюд;
- ✓ информирование родителей и детей о здоровом питании.

12.2.4. Организация родительского контроля может осуществляться в форме анкетирования родителей и детей (приложение) и участия в работе комиссии по общественному контролю.

12.2.5. Итоги проверок обсуждаются на собраниях и могут явиться основанием для обращений в адрес администрации образовательной организации, ее учредителя и (или) оператора питания, органов контроля (надзора).

13. Заключительные положения.

13.1. Настоящее Положение об организации питания является локальным нормативным актом ДООУ, принимается на педагогическом совете и утверждается (либо вводится в действие) приказом заведующего дошкольным образовательным учреждением.

13.2. принимаются в порядке, предусмотренном п.13.1. настоящего Положения.

13.3. После принятия Положения (или изменений и дополнений отдельных пунктов и разделов) в новой редакции предыдущая редакция автоматически утрачивает силу.

ПРИЛОЖЕНИЯ
К ПОЛОЖЕНИЮ ОБ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ.

Технологическая карта

Технологическая карта № _____

Наименование изделия:

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептов:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Выход:		

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества				Витамин / мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	

Технология приготовления: _____

Органолептические свойства:

Цвет, запах, консистенция, вкус и т.п.

Температура готового блюда _____

ПЕРЕЧЕНЬ ПИЩЕВОЙ ПРОДУКЦИИ, КОТОРАЯ НЕ ДОПУСКАЕТСЯ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ

1. Пищевая продукция без маркировки и (или) с истекшими сроками годности и (или) признаками недоброкачества.
2. Пищевая продукция, не соответствующая требованиям технических регламентов Таможенного союза.
3. Мясо сельскохозяйственных животных и птицы, рыба, не прошедшие ветеринарно-санитарную экспертизу.
4. Субпродукты, кроме говяжьих печени, языка, сердца.
5. Непотрошенная птица.
6. Мясо диких животных.
7. Яйца и мясо водоплавающих птиц.
8. Яйца с загрязненной и (или) поврежденной скорлупой, а также яйца из хозяйств, неблагополучных по сальмонеллезам.
9. Консервы с нарушением герметичности банок, бомбажные, "хлопуши", банки с ржавчиной, деформированные.
10. Крупа, мука, сухофрукты, загрязненные различными примесями или зараженные амбарными вредителями.
11. Пищевая продукция домашнего (не промышленного) изготовления.
12. Кремовые кондитерские изделия (пирожные и торты).
13. Зельцы, изделия из мясной обрести, диафрагмы; рулеты из мякоти голов, кровяные и ливерные колбасы, заливные блюда (мясные и рыбные), студни, форшмак из сельди.
14. Макароны по-флотски (с фаршем), макароны с рубленым яйцом.
15. Творог из непастеризованного молока, фляжный творог, фляжную сметану без термической обработки.
16. Простокваша - "самокваш".
17. Грибы и продукты (кулинарные изделия), из них приготовленные.
18. Квас.
19. Соки концентрированные диффузионные.
20. Молоко и молочная продукция из хозяйств, неблагополучных по заболеваемости продуктивных сельскохозяйственных животных, а также не прошедшая первичную обработку и пастеризацию.

21. Сырокопченые мясные гастрономические изделия и колбасы.
22. Блюда, изготовленные из мяса, птицы, рыбы (кроме соленой), не прошедших тепловую обработку.
23. Масло растительное пальмовое, рапсовое, кокосовое, хлопковое.
24. Жареные во фритюре пищевая продукция и продукция общественного питания.
25. Уксус, горчица, хрен, перец острый (красный, черный).
26. Острые соусы, кетчупы, майонез.
27. Овощи и фрукты консервированные, содержащие уксус.
28. Кофе натуральный; тонизирующие напитки (в том числе энергетические).
29. Кулинарные, гидрогенизированные масла и жиры, маргарин (кроме выпечки).
30. Ядро абрикосовой косточки, арахис.
31. Газированные напитки; газированная вода питьевая.
32. Молочная продукция и мороженое на основе растительных жиров.
33. Жевательная резинка.
34. Кумыс, кисломолочная продукция с содержанием этанола (более 0,5%).
35. Карамель, в том числе леденцовая.
36. Холодные напитки и морсы (без термической обработки) из плодово-ягодного сырья.
37. Окрошки и холодные супы.
38. Яичница-глазунья.
39. Паштеты, блинчики с мясом и с творогом.
40. Блюда из (или на основе) сухих пищевых концентратов, в том числе быстрого приготовления.
41. Картофельные и кукурузные чипсы, снеки.
42. Изделия из рубленого мяса и рыбы, салаты, блины и оладьи, приготовленные в условиях палаточного лагеря.
43. Сырки творожные; изделия творожные более 9% жирности.
44. Молоко и молочные напитки стерилизованные менее 2,5% и более 3,5% жирности; кисломолочные напитки менее 2,5% и более 3,5% жирности.
45. Готовые кулинарные блюда, не входящие в меню текущего дня, реализуемые через буфеты

Гигиенический журнал (сотрудники)

N п/п	Дата	Ф.И.О. работника (последнее при наличии)	Должн ость	Подпись сотрудника об отсутствии признаков инфекционны х заболеваний у сотрудника и членов семьи	Подпись сотрудника об отсутствии заболеваний верхних дыхательных путей и гнойничковых заболеваний кожи рук и открытых поверхностей тела	Результат осмотра медицински м работником (ответствен ным лицом) (допущен/от странен)	Подпис ь медици нского работни ка (ответс твенног о лица)
1.							
2.							
3.							

АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ.

Пожалуйста, выберите варианты ответов.

Если требуется развёрнутый ответ или дополнительные пояснения, впишите в специальную строку.

ФИО _____

Группа _____

Дата _____

1. УДОВЛЕТВОРЯЕТ ЛИ ВАС СИСТЕМА ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ в ДОУ?

☐ ДА

☐ НЕТ, укажите причину _____

☐ ЗАТРУДНЯЮСЬ ОТВЕТИТЬ

2. УДОВЛЕТВОРЯЕТ ЛИ ВАС САНИТАРНОЕ СОСТОЯНИЕ МЕСТА ПРИЕМА ПИЩИ ДЕТЬМИ?

☐ ДА

☐ НЕТ, почему _____

☐ ЗАТРУДНЯЮСЬ ОТВЕТИТЬ

3. НАЕДАЕТСЯ ЛИ РЕБЕНОК в ДОУ?

☐ ДА

☐ ИНОГДА

☐ НЕТ

4. ЛЮБИМОЕ БЛЮДО ВАШЕГО РЕБЕНКА-

в ДОУ _____

дома _____

☐ ЗАТРУДНЯЮСЬ ОТВЕТИТЬ

5. УСТРАИВАЕТ ли МЕНЮ в ДОУ?

☐ ДА

☐ НЕТ, почему _____

☐ ЧАСТИЧНО, почему _____

6. СЧИТАЕТЕ ЛИ ПИТАНИЕ в ДОУ ЗДОРОВЫМ и ПОЛНОЦЕННЫМ?

☐ ДА

☐ НЕТ, почему _____

7. ВАШИ ПРЕДЛОЖЕНИЯ ПО ВНЕСЕНИЮ ИЗМЕНЕНИЙ в МЕНЮ с учетом санитарных правил -

9. ВАШИ ПРЕДЛОЖЕНИЯ ПО УЛУЧШЕНИЮ ПИТАНИЯ В ДОУ -

ФОРМА ОЦЕНОЧНОГО ЛИСТА.

Дата проведения проверки:

Инициативная группа, проводившая проверку:

Вопросы

Да/нет

1. Имеется ли в организации меню?

- А) да, для всех возрастных групп и режимов функционирования организации
- Б) да, но без учета возрастных групп
- В) нет

2. Вывешено ли цикличное меню для ознакомления родителей и детей?

- А) да
- Б) нет

3. Вывешено ли ежедневное меню в удобном для ознакомления родителей и детей месте?

- А) да
- Б) нет

4. В меню отсутствуют повторы блюд?

- А) да, по всем дням
- Б) нет, имеются повторы в смежные дни

5. В меню отсутствуют запрещенные блюда и продукты

- А) да, по всем дням
- Б) нет, имеются повторы в смежные дни

6. Соответствует ли регламентированное цикличным меню количество приемов пищи режиму функционирования организации?

- А) да
- Б) нет

7. Есть ли в организации приказ о создании и порядке работы бракеражной комиссии?

- А) да
- Б) нет

8. От всех ли партий приготовленных блюд снимается бракераж?

- А) да

Б) нет

9. Выявлялись ли факты не допуска к реализации блюд и продуктов по результатам работы бракеражной комиссии (за период не менее месяца)?

А) нет

Б) да

10. Имели место факты выдачи детям остывшей пищи?

А) нет

Б) да

11. Проводится ли уборка помещений после каждого приема пищи?

А) да

Б) нет

12. Качественно ли проведена уборка помещений для приема пищи на момент работы комиссии?

А) да

Б) нет

13. Обнаруживались ли в помещениях для приема пищи насекомые, грызуны и следы их жизнедеятельности?

А) нет

Б) да

14. Созданы ли условия для соблюдения детьми правил личной гигиены?

А) да

Б) нет

15. Выявлялись ли замечания к соблюдению детьми правил личной гигиены?

А) нет

Б) да

16. Выявлялись ли при сравнении реализуемого меню с утвержденным меню факты исключения отдельных блюд из меню без обоснованных причин?

А) нет

Б) да

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В СЕМЬЕ.

Роль и значение питания.

Рациональное питание обеспечивает хорошее физическое и нервно-психическое развитие детей, повышает сопротивляемость по отношению к инфекционным заболеваниям, улучшает работоспособность и выносливость.

Питание должно покрывать не только затраты, происходящие в процессе жизни, но и обеспечить правильный рост и развитие ребенка.

Всякие нарушения в питании как количественные, так и, особенно, качественные отрицательно влияют на здоровье детей. Особенно вредны для

детского организма нарушения в питании в период наиболее интенсивного роста ребенка.

Питание ребенка необходимо построить с учетом того, чтобы он получал с пищей все вещества, которые входят в состав его тканей и органов (белки, жиры, углеводы, минеральные соли, витамины и воду). Особенно большое значение имеет белок.

Белок является пластическим материалом, входит в состав всех органов и тканей, поддерживает нормальное состояние иммунитета, играет исключительно важную роль в функциональных процессах организма.

Белки содержатся как в животных, так и растительных продуктах (крупы, муке, хлебе, картофеле). Наиболее полноценны белки животного происхождения, содержащиеся в мясе, рыбе, яйце, твороге, молоке, сыре, так как они содержат жизненно необходимые аминокислоты. Недостаток белка в питании ведет к задержке роста и развития ребенка, снижается сопротивляемость к различным внешним воздействиям.

Жиры также входят в состав органов и тканей человека, они необходимы для покрытия энерготрат, участвуют в теплорегуляции, обеспечивают нормальное состояние иммунитета. Наличие жира в рационе делает пищу вкуснее и дает более длительное чувство насыщения.

Наиболее ценны молочные жиры (масло сливочное, жир молока), которые содержат витамины А и Д. В питании детей должно также содержаться и растительное масло - источник биологически важных ненасыщенных жирных кислот. Жир говяжий, особенно бараний, имеют высокую точку плавления, поэтому трудно перевариваются.

Углеводы - главный источник энергии в организме. Они участвуют в обмене веществ, способствуют правильному использованию белка и жира.

Углеводы содержатся в хлебе, крупах, картофеле, овощах, ягодах, фруктах, сахаре, сладостях. Избыток в питании хлеба, мучных и крупяных изделий, сладостей приводит к повышенному содержанию в рационе углеводов, что нарушает правильное соотношение между белками, жирами и углеводами.

Минеральные вещества принимают участие во всех обменных процессах организма (кроветворении, пищеварении и т.д.). Минеральные соли содержатся во всех продуктах (мясе, рыбе, молоке, яйце, картофеле, овощах и др.). Особенно важно обеспечить растущий организм солями кальция и фосфора, которые входят в состав костной ткани. Соли кальция необходимы для работы сердца и мускулатуры. Некоторые фосфорные соединения входят в состав нервной ткани. Основным полноценным источником кальция является молоко. Много кальция в овощах и корнеплодах, но кальций, содержащийся в растительных продуктах,

хуже усваивается. Фосфор широко распространен в природе, содержится в муке, крупах, картофеле, яйце, мясе.

Железо входит в состав гемоглобина, способствует переносу кислорода в ткани, оно содержится в говядине, печени, желтке яйца, зелени (шпинат, салат, петрушка и др.), помидорах, ягодах, яблоках.

Соли натрия и калия служат регуляторами воды в тканях. Калий регулирует выделение ее через почки. Калий содержится в картофеле, капусте, моркови, черносливе и др. продуктах.

Некоторые минеральные вещества необходимы организму в очень малых количествах (кобальт, медь, йод, марганец, фтор), их называют микроэлементами. Они также необходимы для правильной жизнедеятельности организма. Медь, кобальт стимулируют кроветворение. Фтор, марганец входят в состав костной ткани, в частности, зубов. Магний имеет большое значение для мышечной системы, особенно мышцы сердца. Йод регулирует функцию щитовидной железы.

Очень большое значение имеет содержание в питании ребенка необходимого количества витаминов. Витамины способствуют правильному росту и развитию ребенка, участвуют во всех обменных процессах и должны входить в рацион в определенных количествах.

Витамин А имеет большое значение для растущего организма. Данный витамин повышает сопротивляемость организма к инфекционным заболеваниям, необходим для нормальной функции органов зрения, для роста и размножения клеток организма. При его отсутствии замедляется рост, нарушается острота зрения, повышается заболеваемость особенно верхних дыхательных путей, кожа лица и рук теряет эластичность, становится шершавой, легко подвергается воспалительным процессам. Витамин А в чистом виде содержится в сливочном масле, сливках, молоке, икре, рыбьем жире, сельди, яичном желтке, печени. Также витамин А может образовываться в организме из провитамина-каротина, который содержится в растительных продуктах (моркови - красной, томате, шпинате, щавеле, зеленом луке, салате, шиповнике, хурме, абрикосах и др.).

Витамин Д участвует в минеральном обмене, способствует правильному отложению солей кальция и фосфора в костях, тесно связан с иммуно-реактивным состоянием организма. Содержится в печени рыб и животных, сельди, желтке яйца, сливочном масле, рыбьем жире.

Витамины группы В. Витамин В1 - тиамин принимает участие в белковом и углеводном обмене. При недостатке его в питании наблюдаются нарушения со стороны нервной системы (повышенная возбудимость, раздражительность, быстрая утомляемость). Витамин В1 содержится в хлебе грубого помола

(ржаном, пшеничном), горохе, фасоли, овсяной и гречневой крупах, в мясе, яйце, молоке.

Витамин В2 - рибофлавин связан с белковым и жировым обменом, имеет большое значение для нормальной функции нервной системы, желудочно-кишечного тракта. При недостатке его в рационе нарушается всасывание жировых веществ, возникают кожные заболевания, появляются стоматиты, трещины в углах рта, нарушается деятельность центральной нервной системы (быстрая утомляемость). Витамин В2 содержится в молоке, яйце, печени, мясе, овощах.

Витамин РР - никотиновая кислота участвует в обменных процессах. Данный витамин содержится во многих продуктах, поэтому при разнообразном ассортименте продуктов рацион содержит достаточное количество витамина РР. Основным источником данного витамина являются ржаной и пшеничный хлеб, томат, картофель, морковь, капуста. Также витамин РР содержится в мясе, рыбе, молоке, яйце.

Витамин С - аскорбиновая кислота предохраняет от заболеваний и повышает сопротивляемость детей к инфекционным заболеваниям, участвует во всех обменных процессах. При недостатке витамина С повышается восприимчивость к различным заболеваниям, падает работоспособность. Витамин С широко распространен в природе: содержится в зелени, овощах, ягодах, фруктах. Источником этого витамина является картофель, капуста, но так как витамин С разрушается кислородом воздуха, особенно при нагревании, легко растворяется в воде, то для сохранения витамина С в пище очень большое значение имеет кулинарная обработка.

Вода входит в состав всех органов и тканей человеческого тела. Она составляет главную массу крови, лимфы, пищеварительных соков. Для удовлетворения потребности в воде, в рацион ребенка нужно включать первые блюда, напитки (чай, молоко, кисель, компот, суп и т.п.).

Для правильного использования пищи большое значение имеют ее вкусовые качества, разнообразие меню. Для повышения вкусовых качеств пищи можно в небольших количествах использовать зелень и др. приправы (петрушку, укроп, лук, ревен). Жгучие, острые и пряные приправы раздражают слизистую желудочно-кишечного тракта (перец, горчица, хрен и т.п.), что приводит к развитию заболеваний. Приправы увеличивают аппетит, что затрудняет контроль за пищевым поведением, приводит к избыточному потреблению пищи.

Для того, чтобы пища хорошо усваивалась, она должна быть разнообразной, безопасной, правильно и вкусно приготовленной, - только такую пищу ребенок съедает с удовольствием, т.е. с аппетитом. Аппетит зависит и от режима питания.

Режим питания предусматривает определенные часы приема пищи и интервалы между ними, количественное и качественное распределение ее в течение дня.

Если ребенок приучен есть в определенное время, то к этому времени начинается выделение пищеварительных соков, "рефлекс на время". Поэтому дети должны получать питание в точно установленные часы. При запаздывании с принятием пищи налаженная работа пищеварительных желез расстраивается, выделение пищеварительного сока снижается и постепенно развивается анорексия (понижение аппетита). Наблюдения ученых показали, что при правильно построенном питании пища покидает желудок в среднем через 3,5-4 часа. Следовательно, интервалы между приемами пищи должны соответствовать этому времени.

Здоровое питание предусматривает первый прием пищи ребенком дома - завтрак с учетом времени и объема блюд, предлагаемых на завтрак в общеобразовательной организации.

При приготовлении пищи дома рекомендуется:

Контролировать потребление жира:

- исключать жареные блюда, приготовление во фритюре;
- не использовать дополнительный жир при приготовлении;
- ограничивать употребление колбасных изделий, мясных копченостей, особенно с видимым жиром - они содержат большое количество животного жира и мало белка;
- использовать в питании нежирные сорта рыбы, снимать шкуру с птицы, применять нежирные сорта мяса, молока и молочных продуктов, при этом предпочтение отдавать продуктам с более низким содержанием жирности.

Контролировать потребление сахара:

- основные источники сахара: варенье, шоколад, конфеты, кондитерские изделия, сладкие газированные напитки;
- сладкие блюда, с большим содержанием сахара необходимо принимать ограниченно, в связи с вредным влиянием на обмен веществ, риск возникновения пищевой аллергии и избыточного веса, а также нарушения работы желудочно-кишечного тракта.

Контролировать потребление соли:

- норма потребления соли составляет 3-5 г в сутки в готовых блюдах;

- избыточное потребление соли приводит к задержке жидкости в организме, повышению артериального давления, отекам;

- основные правила употребления соли: готовьте без соли, солите готовое блюдо перед употреблением, используйте соль с пониженным содержанием натрия, ограничивайте употребление мясных копченостей.

Выбирать правильные способы кулинарной обработки пищи:

- предпочтительно: приготовление на пару, отваривание, запекание, тушение, припускание.