

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида №101 г. Уссурийска Уссурийского  
городского округа

**Условия питания и охраны здоровья воспитанников**

Питание – один из важных факторов, обеспечивающих нормальное течение процессов роста, физического и нервно – психического развития ребенка. Поэтому именно качеству питания в нашем детском саду уделяется повышенное внимание. Контроль за качеством продуктов и приготовленных блюд в ДОО осуществляет специальная бракеражная комиссия в составе 5-ти человек: заведующего МБДОУ детским садом №101 г. Уссурийска Е.В. Логиной, старшей медсестры С.В. Кучменко, старшего воспитателя М.Ю. Игнатовой, председателя профкома Н.С. Шистко и завхоза Т.И. Климовой. 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. Ежедневное меню обеспечивает 80% суточного рациона, при этом завтрак составляет 25% суточной калорийности, обед 35-40%, полдник 15-20%.

В ДОО организовано 5-ти разовое питание:

- завтрак - с 8.20 до 8.50 часов - молочные каши, хлеб с маслом, сыр, чай;
- второй завтрак – 10.00 часов - сок (сок);
- обед – с 11.40 до 13.00 часов - первое горячее блюдо – щи, борщ, овощной суп, рыбный суп, суп с крупами или макаронными изделиями, рассольник, свекольник и т.д.,
  - второе блюдо – мясное, рыбное, из птицы, с гарниром,
  - третье блюдо – компот из сухофруктов или кисель плодово-ягодный (С-витаминизация). Хлеб пшеничный;
- полдник –с 15.00 до 15.20 часов - молоко;
- усиленный полдник – с 16.30 до 17.00 часов – творожная запеканка, омлет, вторые блюда, чай с лимоном, какао, кофейный напиток, кондитерские изделия и др.

Пищевые продукты, поступающие в детский сад, имеют документы, подтверждающие их происхождение, качество и безопасность; хранятся в кладовой с соблюдением требований санитарно-гигиенических требований. Устройство, оборудование, содержание пищеблока детского сада соответствует санитарным правилам и требованиям к организации детского общественного питания. Пищеблок оснащен всем необходимым технологическим и холодильным оборудованием, производственным инвентарем, кухонной посудой. Все блюда готовятся в соответствии с технологическими картами и санитарными нормами.

Основными принципами организации питания в нашем учреждении являются:

- соответствие энергетической ценности рациона энергозатратам 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 санитарно-гигиенических требования к организации питания в детском учреждении (безопасность питания).

Приложение №13  
к СанПиН 2.4.1.3049-13

**Суммарные объёмы блюд по приемам пищи (в грамах) составляет:**

<b>Возраст детей / Прием пищи</b>	<b>От 1 года до 3 лет (грамм)</b>	<b>От 3 лет до 7 лет (грамм)</b>
<b>Завтрак</b>	350-450	400-550
<b>Обед</b>	450-550	600-800
<b>Полдник</b>	200-250	250-350
<b>Ужин</b>	400-500	450-600

Приложение N 11  
к СанПиН 2.4.1.3049-13

**Рекомендуемый ассортимент основных пищевых продуктов  
для использования в питании детей в дошкольных организациях.**

**Мясо и мясопродукты:** говядина I категории, телятина, нежирные сорта свинины и баранины; мясо птицы охлажденное (курица, индейка), мясо кролика; сосиски, сардельки (говяжьи), колбасы вареные для детского питания, не чаще, чем 1 - 2 раза в неделю - после тепловой обработки; субпродукты говяжьи (печень, язык).

**Рыба и рыбопродукты:** треска, горбуша, лосось, хек, минтай, ледяная рыба, судак, сельдь (соленая), морепродукты.

**Яйца куриные** - в виде омлетов или в вареном виде.

**Молоко и молочные продукты:** молоко (2,5%, 3,2% жирности), пастеризованное, стерилизованное; сгущенное молоко (цельное и с сахаром), сгущенно-вареное молоко; творог не более 9% жирности с кислотностью не более 150 °Т - после термической обработки; творог и творожные изделия промышленного выпуска в мелкоштучной упаковке; сыр неострых сортов (твердый, полутвердый, мягкий, плавленый - для питания детей дошкольного возраста); сметана (10%, 15% жирности) - после термической обработки; кисломолочные продукты промышленного выпуска; ряженка, варенец, бифидок, кефир, йогурты, простокваша; сливки (10% жирности); мороженое (молочное, сливочное).

**Пищевые жиры:** сливочное масло (72,5%, 82,5% жирности); растительное масло (подсолнечное, кукурузное, соевое - только рафинированное; рапсовое, оливковое) -

в салаты, винегреты, сельдь, вторые блюда; маргарин ограниченно для выпечки.

**Кондитерские изделия:** зефир, пастила, мармелад; шоколад и шоколадные конфеты - не чаще одного раза в неделю; галеты, печенье, крекеры, вафли, пряники, кексы (предпочтительнее с минимальным количеством пищевых ароматизаторов и красителей); пирожные, торты (песочные и бисквитные, без крема); джемы, варенье, повидло, мед - промышленного выпуска.

**Овощи:** овощи свежие: картофель, капуста белокочанная, капуста краснокочанная, капуста цветная, брюссельская, брокколи, капуста морская, морковь, свекла, огурцы, томаты, перец сладкий, кабачки, баклажаны, патиссоны, лук (зеленый и репчатый), чеснок (с учетом индивидуальной переносимости), петрушка, укроп, листовой салат, щавель, шпинат, сельдерей, брюква, репа, редис, редька, тыква, корни белые сушеные, томатная паста, томат-пюре; овощи быстрозамороженные (очищенные полуфабрикаты): картофель, капуста цветная, брюссельская, брокколи, капуста морская, морковь, свекла, перец сладкий, кабачки, баклажаны, лук (репчатый), шпинат, сельдерей, тыква, горошек зеленый, фасоль стручковая.

**Фрукты:** яблоки, груши, бананы, слива, персики, абрикосы, ягоды (за исключением клубники, в том числе быстрозамороженные); цитрусовые (апельсины, мандарины, лимоны) - с учетом индивидуальной переносимости; тропические фрукты (манго, киви, ананас, гуава) - с учетом индивидуальной переносимости; сухофрукты.

**Бобовые:** горох, фасоль, соя, чечевица.

**Орехи:** миндаль, фундук, ядро грецкого ореха.

**Соки и напитки:** натуральные отечественные и импортные соки и нектары промышленного выпуска (осветленные и с мякотью); напитки промышленного выпуска на основе натуральных фруктов; витаминизированные напитки промышленного выпуска без консервантов и искусственных пищевых добавок; кофе (суррогатный), какао, чай.

**Консервы:** говядина тушеная (в виде исключения при отсутствии мяса) для приготовления первых блюд); лосось, сайра (для приготовления супов); компоты, фрукты дольками; баклажанная и кабачковая икра для детского питания; зеленый горошек; кукуруза сахарная; фасоль стручковая консервированная; томаты и огурцы соленые.

**Хлеб** (ржаной, пшеничный или из смеси муки, предпочтительно обогащенный), крупы, макаронные изделия - все виды без ограничения.

**Соль** поваренная йодированная - в эндемичных по содержанию йода районах.

Приложение N 9  
к СанПиН 2.4.1.3049-13

### **Пищевые продукты,**

**которые не допускается использовать в питании детей:**

**Мясо и мясопродукты:** мясо диких животных; коллагенсодержащее сырье из мяса птицы; мясо третьей и четвертой категории; мясо с массовой долей костей, жировой и соединительной ткани свыше 20%; субпродукты, кроме печени, языка, сердца; кровяные и ливерные колбасы; непотрошенная птица; мясо водоплавающих птиц.

**Блюда, изготовленные из мяса, птицы, рыбы:** зельцы, изделия из мясной

