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

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Организация питания детей в МКДОУ «Детский сад «РОМАШКА»**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 ясельного с 1- 3 лет и садиковского (3-7 лет) возраста. Ежедневное меню обеспечивает 80% суточного рациона, при этом завтрак составляет 25% суточной калорийности, обез 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 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 гигиенических требования к питанию (безопасность питания).Количество приемов пищи в нашем детском саду – 3.Завтрак – молочные каши: овсяная, манная, рисовая,курузная, пшенная, гречневая. В качестве напитка – чай с молоком, какао на молоке с батоном или бутербродом с маслом, сыром.Обед – закуска из свежих овощей (огурцы, помидоры). Первое горячее блюдо – щи, борщ, овощной суп, суп — пюре, суп с крупами или макаронными изделиями и т.д.. Второе блюдо – мясное, рыбное, из птицы, из свежих фруктов, сухофруктов. Хлеб.Полдник в нашем учреждении – уплотненный, включает в себя блюда из творога – запеканка, ленивые вареники, пудинг с соусами собственного приготовления, блюда из овощей, а также напиток – молоко, соки, чай с лимоном, кисель из натуральных ягод с выпечкой собственного производства (ватрушка с творогом, сладкая булочка и т.д.), кондитерскими изделиями (печенье, вафли, конфеты). Батон.Пищевые продукты, поступающие в детский сад, имеют документы, подтверждающие их происхождение, качество и безопасность; хранятся в кладовой с соблюдением требований СаНПин и товарного соседства. Устройство, оборудование, содержание пищеблока детского сада соответствует санитарным правилам к организации детского общественного питания. Пищеблок оснащен всем необходимым технологическим и 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  |  Обед  |  Полдник  |  Ужин  |
|  от 3-х до 7-ми лет  |  400 - 550  |  600 - 800  |  250 - 350  |  450 - 600  |

 **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)** | **Углеводы (в граммах)** |
| **всего** | **В т.ч. животный** |
| 3\*7 лет | В детском саду 75% от нормы | 1350 | 40,5 | 24,3 | 45 | 195,75 |

**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%Обед – 35%Ужин – 15% | 3-7 лет | 450 630 270 | 13,5 18,9 8,1 | 15 21 9 | 65,2591,35 39,15 |
| Всего -75 |   | 350 | 40,5 | 45 | 195,75 |

 |

 |
|

|  |
| --- |
|  |

 |