Условия питания

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. Составляется меню-требование установленного образца с указанием выхода блюд для детей с учётом их возраста. Ежедневное меню обеспечивает 80% суточного рациона, при этом завтрак составляет 25% суточной калорийности, второй завтрак -5 % обед 30-35%, полдник 10-15%, ужин 20-25%. 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. В детском саду имеется вся необходимая документация по питанию, которая ведется по форме и заполняется своевременно. Все продукты, поступающие в детский сад, имеют необходимые санитарные сертификаты соответствия. Одним из важных факторов здоровья ребенка является организация рационального питания и отражение ее в воспитательно-образовательном процессе. Правильное питание – это основа длительной и плодотворной жизни, залог здоровья, бодрости, гарантия от появления различных недугов. Поэтому в плане работы детского сада вопрос о правильном питании занимает одно из важнейших мест. В детском саду питание организовано в групповых комнатах. Весь цикл приготовления блюд происходит на пищеблоке. Пищеблок на 100% укомплектован кадрами. Помещение пищеблока размещается на первом этаже, имеет отдельный выход.  Транспортирование пищевых продуктов осуществляется специальным автотранспортом поставщиков. При составлении меню используется разработанная картотека блюд, что обеспечивает сбалансированность питания по белкам, жирам, углеводам. Организация питания постоянно находится под контролем администрации. Пищевые продукты хранятся в соответствии с условиями хранения и сроками годности. Имеется достаточное количество холодильного оборудования. Ежемесячно проводится анализ выполнения норм питания и стоимости питания. В меню каждый день включена суточная норма молока, сливочного и растительного масла сахара, хлеба, мяса. Для приготовления вторых блюд кроме говядины используются также рыба, куры. Ежедневно в меню включены овощи, как в свежем, так и вареном и тушеном виде. Дети регулярно получают на полдник кисломолочные продукты. Питание детей осуществляется по 10-дневному типовому рациону питания детей от 1,5 до 3 лет и от 3 до 7 лет в соответствии с государственными стандартами общеобразовательных учреждениях, реализующих общеобразовательные программы дошкольного образования, с 12-часовым и 24-часовым пребыванием детей. **Перспективный 10-дневный план-меню** согласован и утверждён Роспотребнадзором, на основании которого составляется рабочее ежедневное меню. Объем пищи и выход блюд соответствуют возрасту детей.  Одна из главных задач, решаемых в Детском саду № 243 ОАО «РЖД», – это обеспечение конституционного права каждого ребенка на охрану его жизни и здоровья. Здоровье детей невозможно обеспечить без рационального питания, которое является необходимым условием их гармоничного роста, физического и нервно-психического развития, устойчивости к действию инфекций и других неблагоприятных факторов внешней среды. Кроме того правильно организованное питание формирует у детей культурно-гигиенические навыки, полезные привычки, так называемое рациональное пищевое поведение, закладывает основы культуры питания. В рацион питания Детский сад № 243 ОАО «РЖД» включены все основные группы продуктов – мясо, рыба, молоко и молочные продукты, яйца, пищевые жиры, овощи и фрукты, сахар, кондитерские изделия, хлеб, крупа и др., а также полуфабрикаты промышленного производства для питания детей. Рацион питания детей по качественному и количественному составу в зависимости от возраста детей и формируется отдельно для групп детей в возрасте от 1,5 до 3-х лет и от 4 до 6 лет. В Детском саду № 243 ОАО «РЖД» организовано 5-ти разовое и 6-ти питание в зависимости от времени пребывания воспитанников в Учреждении): завтрак, 2-й завтрак, обед, полдник, ужин, 2-ой ужин. Ежедневно проходит витаминизация 3-го блюда. Для профилактики йододефицита в питании используется йодированная соль. Родителей информируем об ассортименте питания воспитанников, вывешивая ежедневное меню. Обеспечение выполнения санитарно-гигиенических требований, организация питания. Важнейшим условием правильной организации питания детей является строгое соблюдение санитарно-гигиенических требований к пищеблоку и процессу приготовления и хранения пищи.   В целях профилактики пищевых отравлений и острых кишечных заболеваний работники пищеблока строго соблюдают установленные требования к технологической обработке продуктов, правил личной гигиены. Питание воспитанников Детского сада № 243 ОАО «РЖД» осуществляется в соответствии с документами, регламентирующими организацию питания в муниципальных дошкольных образовательных учреждениях:

Режим питания детей в детском саду устанавливается в соответствии с требованиями санитарных норм и правил, в соответствии с режимом групп по возрастам:

* завтрак 8.30.
* второй завтрак 10.00
* обед: 11.20 — 12.20
* полдник 15.30
* ужин 17.30
* второй ужин 20.00

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).

Завтрак – молочные каши: овсяная, манная, рисовая, пшенная, гречневая, «дружба». В качестве напитка – чай с молоком, чай с сахаром, чай с лимоном, какао на молоке, хлеб с маслом.

Второй завтрак – кисломолочные напитки, соки, фрукты.

Обед – закуска из свежих овощей (огурцы, помидоры), овощные салаты. Первое горячее блюдо – щи, борщ, овощной суп, суп — пюре, рыбный суп, суп с крупами или макаронными изделиями и т.д.. Второе блюдо – мясное, рыбное, из птицы. Третье блюдо – компот из свежих фруктов, сухофруктов, кисель, морс. Хлеб.

Полдник в нашем учреждении состоит из – батона или бутербродом с маслом и сыром, включает в себя блюда из творога – запеканка, ленивые вареники, а также напиток – молоко, соки, чай с лимоном, выпечка собственного производства (ватрушка с творогом, сладкая булочка и т.д.), кондитерскими изделиями (печенье, вафли, конфеты).

Ужин — блюда из овощей, рыбы, творога, супы.

Второй ужин – кисломолочные напитки, булочки, печенье и т.п.

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.

**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 100 % от нормы | 1800 | 54 | 60 | 60 | 261 |

**Распределение общей калорийности суточного рациона питания детей в зависимости от времени пребывания ребенка в ДОУ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Для детей с дневным пребыванием в детском саду****(12 часов)** | **Возраст детей** | **Энергетическая ценность (в калл)** | **Белки (в граммах)** | **Жиры (в граммах)** | **Углеводы (в граммах)** |
| Завтрак – 25%2-ой завтрак— 5%Обед – 35%Полдник – 10%Ужин – 25% | 3-7 лет | 45090 630180450 | 13,52,7 18,95,413,5 | 153,0 216,015 | 65,2513,05 91,3526,1065,25 |
| Всего -100% |   | 1800 | 54 | 60 | 261 |

Мероприятия, проводимые в детском саду:

— Медицинские осмотры персонала кухни;

— Поступление продуктов питания и продовольственного сырья только с сертификатами;

— На мясную продукцию имеется ветеринарная справка;

— Имеется журнал скоропортящихся продуктов, в которых указывается срок годности продуктов;

— Имеется холодильные установки с разной температурой хранения с регистрацией температуры в журнале;

— Производится обработка продуктов питания: мяса, яиц, фруктов и овощей, банок;

— Для приготовления пищи используются только разрешенные продукты (исключены: майонез, газированные напитки, жевательные резинки, чипсы и т.д.);

— Бракеражной комиссией ежедневно ведется контроль закладки продуктов питания, бракераж готовой продукции;

— Используются безопасные моющие средства (хозяйственное мыло + кальцинированная сода) и дезинфицирующие средства.