

## **Условия питания воспитанников, в том числе инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

В соответствии с требованиями СанПиН разработано примерное десятидневное меню, соблюдается оптимальное соотношение пищевых веществ. Меню составляется с учетом физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей всех возрастных групп и рекомендуемых суточных наборов продуктов для организации питания детей в дошкольном учреждении. Качество и организация питания соответствует требованиям санитарного законодательства (СанПиН 2.4.1.3049 – 13). Питание пятиразовое (введён второй завтрак включающий напиток или сок и (или) свежие фрукты).

**Отдельное меню** для воспитанников инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в МАДОУ **не предусмотрено**. Питание детей-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в МАДОУ г. Мурманска № 115 обеспечивается в соответствии с возрастом и временем пребывания, по нормам, установленным Минздравом РФ и соответствует требованиям СанПиН 2.4.1.3049-13.

В примерном меню содержание белков обеспечивает 12-15% калорийности рациона, жиров – 30-32%, углеводов – 55-58%. При составлении меню учитывается распределение энергетической ценности (калорийности) суточного рациона по отдельным приемам пищи.

Рекомендуемое распределение калорийности между приемами пищи в % для детей с 12 часовым пребыванием:

завтрак	2 завтрак	обед	полдник	ужин
20 - 25%	5%	30 - 35%	10 - 15%	20 - 25%

Завтрак состоит из горячего блюда (каша, запеканка, творожные и яичные блюда и др.), бутерброда и горячего напитка. Обед включает закуску (салат или порционные овощи), первое блюдо (суп), второе (блюдо из мяса, рыбы, птицы и гарнир), напиток (компот или кисель). Полдник включает напиток (молоко, кисломолочные напитки, соки, чай) с булочными или кондитерскими изделиями

из крема. Ужин включает рыбные, мясные, овощные и творожные блюда, салаты, винегреты и горячие напитки (допустимо выдавать кисломолочные напитки). При отсутствии овощей и фруктов возможна их замена в меню на соки, быстрозамороженные овощи и фрукты.

При приготовлении блюд соблюдаются щадящие технологии: варка, запекание, припускание, пассерование, тушение, приготовление на пару, не применяется жарка.

Организация питания воспитанников в группе компенсирующей направленности осуществляется воспитателями группы и заключается в создании безопасных условий при подготовке к приему пищи и во время приема пищи; в воспитании культурно-гигиенических навыков во время приема пищи воспитанниками. Получение пищи на группы осуществляется помощником воспитателя строго по графику, утвержденному заведующим и только после проведения приёмочного контроля бракеражной комиссией.

Строго соблюдается питьевой режим. Готовая пища детям выдается только после снятия пробы медицинским работником с соответствующей записью в журнале результатов оценки готовых блюд. Организация питания в детском саду находится под постоянным контролем администрации учреждения. Меню детского сада ежедневно размещается на стенде учреждения, так же ежедневно информация о питании воспитанников размещается в групповых информационных уголках для родителей.

Качество и организация питания соответствует требованиям санитарного законодательства (СанПиН 2.4.1.3049 – 13). Контроль за организацией питания в учреждении осуществляется комиссией, утверждённой приказом заведующего.

В МАДОУ ведётся бракеражный журнал (прошнурованный, с печатью), где фиксируются многие показатели: что каждый день дети получают на завтрак, на обед, на полдник, объем, качество. Потребление каждого вида продукта соответствует норме.

Основа правильного питания в детском саду — это нормы, которые утверждены постановлением правительства РФ. Рекомендуемые среднесуточные

нормы питания в дошкольных организациях (г, мл, на 1 ребенка) по Сан ПиН  
2.4.1.3049-13.

Наименование пищевого продукта или группы пищевых продуктов	Количество продуктов			
	в зависимости от возраста детей			
	в г, мл, брутто <sup>2</sup>		в г, мл, нетто	
	1–3 года	3–7 лет	1–3 года	3–7
Молоко с м.д.ж. 2,5–3,2%, в т. ч. кисломолочные продукты с м.д.ж. 2,5–3,2% <sup>3</sup>	390	450	390	450
Творог, творожные изделия для детского питания с м.д.ж. не более 9% и кислотностью не более 150 оТ	30	40	30	40
Сметана с м.д.ж. не более 15%	9	11	9	11
Сыр неострых сортов твердый и мягкий	4,3	6,4	4	6
Мясо (говядина 1 кат. бескостная/говядина 1 кат. на костях) <sup>4</sup>	55/68	60,5/75	50	55
Птица (куры 1 кат. потр./цыплята-бройлеры 1 кат. потр./индейка 1 кат. потр.) <sup>4</sup>	23/23/22	27/27/26	20	24
Рыба (филе), в т. ч. филе слабо- или малосоленое <sup>4</sup>	37	39	32	37
Колбасные изделия для питания дошкольников	5	7	4,9	6,9
Яйцо куриное диетическое	0,5 шт	0,6 шт	20	24
Картофель:				
с 01.09 по 31.10	160	187	120	140
с 31.10 по 31.12	172	200	120	140
с 31.12 по 28.02	185	215	120	140
с 29.02 по 01.09	200	234	120	140
Овощи, зелень <sup>4</sup>	256	325	205	260
Фрукты (плоды) свежие <sup>4</sup>	108	114	95	100
Фрукты (плоды) сухие	9	11	9	11
Соки фруктовые (овощные)	100	100	100	100
Напитки витаминизированные (готовый напиток)	-	50	-	50
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	50	40	50
Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	70	100	70	100

Крупы (злаки), бобовые	30	43	30	43
Макаронные изделия группы А	8	12	8	12
Мука пшеничная хлебопекарная	25	29	25	29
Мука картофельная (крахмал)	3	3	3	3
Масло коровье сладко-сливочное	22	26	22	26
Масло растительное	9	11	9	11
Кондитерские изделия	7	20	7	20
Чай, включая фиточай	0,5	0,6	0,5	0,6
Какао-порошок	0,5	0,6	0,5	0,6
Кофейный напиток злаковый (суррогатный), в т. ч. из цикория	1,0	1,2	1,0	1,2
Дрожжи хлебопекарные	0,4	0,5	0,4	0,5
Сахар5	37	47	37	47
Соль пищевая поваренная	4	6	4	6