

С 1 января 2021 года вступили в силу новые Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения (СанПиН 2.3/2.4.3590-20), утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020 № 32. В новый СанПиН включены требования к общественному питанию, причем особое внимание уделено организации питания детей (гл. VIII).

Требования направлены на снижение риска здоровью детей, обусловленного пищевым фактором, а так же повышение роли здоровьесберегающей функции питания.

В МДОБУ «Детский сад № 21» сформировано цикличное десятидневное меню рациона горячего питания для организации питания воспитанников с учетом возраста и времени пребывания детей в дошкольной организации. При составлении 10-тидневного меню учитывались параметры по массе порций в зависимости от возраста, объему порций блюд по возрасту, а также распределение калорийности по приемам пищи и среднесуточный набор пищевой продукции.

Питание ребенка дошкольного возраста должно быть:

1. Полноценным, содержащим в необходимых количествах белки, жиры, углеводы, минеральные вещества, витамины, воду.
2. Разнообразным, состоять из продуктов растительного и животного происхождения. Чем разнообразнее набор продуктов, входящих в меню, тем полноценнее удовлетворяется потребность в пище.
3. Доброкачественным - не содержать вредных примесей и болезнетворных микробов. Пища должна быть не только вкусной, но и безопасной.
4. Достаточным по объему и калорийности, вызывать чувство сытости. Получаемое дошкольником питание должно не только покрывать расходуемую им энергию, но и обеспечивать материал, необходимый для роста и развития организма.

Среди новшеств в меню предусмотрены щадящие режимы тепловой обработки (варка, тушение, запекание, припускание). Для восполнения йода в состав блюд включена соль пищевая йодированная.

Из меню исключены жареные либо обжаренные изделия из мяса птицы, рыбы, мяса, субпродуктов, а также обжарка овощей для первых блюд.

Запрещены к использованию колбасные изделия в соответствии с требованиями новых санитарных правил, но добавлены субпродукты – печень говяжья.

Условия для организации питания воспитанников

Детский сад имеет пищеблок, оснащенный необходимым оборудованием. Все технологическое оборудование исправно, находится в рабочем состоянии, соответствует санитарным правилам к организации детского

общественного питания. Для приготовления блюд используется посуда из нержавеющей металла. Все блюда — собственного производства.

Выполнение норм основных продуктов:

- выдерживается достаточное обеспечение калорийности и содержания всех жизненно важных пищевых компонентов;
- используется максимальное разнообразие рациона;
- проводится технологическая и кулинарная обработка продуктов и блюд;
- пища, приготовленная на пищеблоке, всегда имеет хорошие вкусовые качества и привлекательный внешний вид блюд.

Соблюдение санитарных требований:

В образовательном учреждении соблюдаются санитарные требования к поставляемым продуктам питания, к транспортировке, хранению, к приготовлению и раздаче блюд, к санитарному состоянию пищеблока, к личной гигиене сотрудников пищеблока, к организации приема пищи детьми в группах.

Организация работы по пропаганде здорового питания

В ДОУ соблюдается оптимальный режим питания, проводится работа по формированию у детей навыков культуры питания, строго соблюдаются принципы разработанного меню, проводится разъяснительная работа, как с сотрудниками учреждения, так и с родителями по введению новых блюд; оформляются информационные стенды, информационные папки по вопросам здорового питания.

Организация питания

Питание в детском саду организовано в соответствии с требованиями СанПиН. В течение дня детям предлагается 4-х разовое питание: завтрак, второй завтрак, обед, уплотненный полдник. Все блюда готовятся поварами на пищеблоке МДОБУ «Детский сад № 1». При разработке меню учитываются возрастные особенности воспитанников.

Для родителей в детском саду на стенд вывешивается меню на каждый день, а так же направляется электронно в родительские мессенджеры. Меню сбалансировано по белкам, жирам, углеводам и калориям.

Ежедневно берутся суточные пробы для контроля качества и выполнения норм питания. Образовательное учреждение работает по цикличному десятидневному меню для организации питания детей в возрасте от 1 до 3 лет и от 3 до 7 лет.

Ежемесячно проводится анализ питания по выполнению норм, подсчитывается калорийность. Продукты проходят тщательный контроль, имеют сертификаты качества. Проводится С-витаминизация третьего блюда.

В рационе дошкольника, согласно СанПин, не рекомендуется использовать: копченые колбасы, консервы, жирные сорта мяса, некоторые специи: перец, горчица и другие острые приправы. Для улучшения вкусовых качеств лучше положить в пищу петрушку, укроп, сельдерей, зеленый или репчатый лук, чеснок, они улучшают вкус блюда и обладают способностью сдерживать рост болезнетворных микробов. Вкус пищи можно значительно улучшить, если использовать некоторые кислые соки (лимонный, клюквенный), а также сухофрукты. Из напитков предпочтительнее употреблять чай некрепкий с молоком, кофейный напиток с молоком, соки, компот из сухофруктов, отвар шиповника.

Необходимо исключить любые газированные напитки из рациона дошкольников. В качестве сладостей рекомендуется пастила, зефир, мармелад, мед, джем, варенье.

Часто дети предпочитают вместо каши есть пиццу, чипсы; вместо горячих блюд из мяса и рыбы – сосиски, колбасы. Дети не желают есть то, что полезно и необходимо для их здоровья, а родители нередко потакают им в этом и не всегда заботятся об организации правильного и рационального питания своих малышей в домашних условиях.

Если Ваш ребенок посещает детский сад, где получает 4 раза в день необходимое по возрасту питание, то домашний рацион должен дополнять, а не заменять рацион детского сада. С этой целью родители, ознакомившись с меню, дома должны дать малышу именно те продукты и блюда, которые он недополучил днем. Организация питания детей в дошкольном учреждении должна сочетаться с правильным питанием ребенка в семье. Для этого необходима четкая преемственность между ними. Нужно стремиться к тому, чтобы питание вне ДОО дополняло рацион, получаемый в организованном коллективе. В выходные и праздничные дни рацион питания ребенка по набору продуктов и пищевой ценности лучше максимально приближать к рациону, получаемому им в ДОО.