

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД №51 Г. УЛАН-УДЭ

# Организация питания в детском саду



## **НОРМАТИВНО-ПРАВОВЫЕ ДОКУМЕНТЫ:**

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 30.03.1999 № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»;
- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 27.10.2020 № 32;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28;
- "О безопасности пищевой продукции" (ТР ТС 021/2011) ХАССП;
- Федеральный закон "О закупках товаров, работ, услуг отдельными видами юридических лиц" от 18.07.2011 N 223-ФЗ



## РАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ

- Одно из необходимых условий гармоничного роста дошкольников
- Физического и нервно-психического развития
- Устойчивости к воздействию инфекций и других неблагоприятных факторов внешней среды



## ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ В ДЕТСКОМ САДУ:

- Соответствие энергетической ценности рациона энергозатратам ребёнка (не менее 75%)
- Сбалансированность в рационе всех заменимых и незаменимых пищевых веществ (белки, жиры, углеводы, витамины и т.д.)
- Максимальное разнообразие продуктов и блюд, обеспечивающих сбалансированность рациона
- Правильная кулинарная и технологическая обработка продуктов
- Оптимальный режим питания, обстановка, формирующая у детей навыки культуры приема пищи
- Соблюдение гигиенических требований к питанию детей в организованных коллективах



# СУТОЧНЫЕ НАБОРЫ ПРОДУКТОВ

Приложение №7  
к СанПиН 2.3/2.4.3590/20

Наименование продуктов питания		Среднесуточные наборы пищевой продукции (минимальные) для детей до 7 лет 75% от суточного рациона			
		брутто		нетто	
		1-3 года	3 -7 лет	1-3 года	3 -7 лет
1	Молоко, молочная и кисломолочные продукция	293	338	293	338
2	Творог (5% - 9% м.д.ж.)	22,5	30	22,5	30
3	Сметана	6,7	8,3	6,8	8,3
4	Сыр	3,2	4,8	3	4,5
5	Мясо бескостное	41	45	37,5	41,2
6	Птица (куры, цыплята-бройлеры, индейка - потрошенная, 1 кат.)	17	20	15	18
7	Субпродукты (печень, язык, сердце)	16	20	15	18,8
8	Рыба (филе), в т.ч. филе слабо- или малосоленое	26	29	24	27,8
9	Яйцо, шт.	0,75шт	0,75шт	15	18
10	Картофель с 1.09 по 31.10	120	135	90	105
11	Картофель с 31.10 по 31.12	129	150	90	105
12	Картофель с 31.12 по 28.02	138,8	161	90	105
13	Картофель с 29.02 по 01 09	150	175,5	90	105
14	Овощи (свежие, замороженные, консервированные), включая соленые и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень, г	169	206	135	165
15	Фрукты свежие	81	86	71	75
16	Сухофрукты	6,8	8,3	6,8	8,3
17	Соки фруктовые и овощные	75	75	75	75

## СУТОЧНЫЕ НАБОРЫ ПРОДУКТОВ

		Приложение №7			
		к СанПиН 2.3/2.4.3590/20			
Среднесуточные наборы пищевой продукции (минимальные) для детей до 7 лет 75% от суточного рациона					
		75%			
		брутто		нетто	
		1-3 года	3 -7 лет	1-3 года	3 -7 лет
18	Витаминизированные напитки	0	37,5	0	37,5
19	Хлеб ржаной	30	38	30	38
20	Хлеб пшеничный	45	60	45	60
21	Крупы, бобовые	22	32	23	32
22	Макаронные изделия	6	9	6	9
23	Мука пшеничная	18,8	21,8	18,8	21,8
24	Масло сливочное	14	16	14	16
25	Масло растительное	7	8	7	8
26	Кондитерские изделия	9	15	9	15
27	Чай	4	5	4	5
28	Какао-порошок	4	5	4	5
29	Кофейный напиток	0,75	0,9	0,75	0,9
30	Сахар (в том числе для приготовления блюд и напитков, в случае использования пищевой продукции промышленного выпуска, содержащих сахар выдача сахара должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в используемом готовой пищевой продукции)	19	23	19	23
31	Дрожжи хлебопекарные	3	4,0	3	4,0
32	Крахмал	1,5	2,3	1,5	2,3
33	Соль пищевая поваренная йодированная	2,3	4,0	2,3	4,0

## МАССА ПОРЦИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ВОЗРАСТА (В ГРАММАХ)

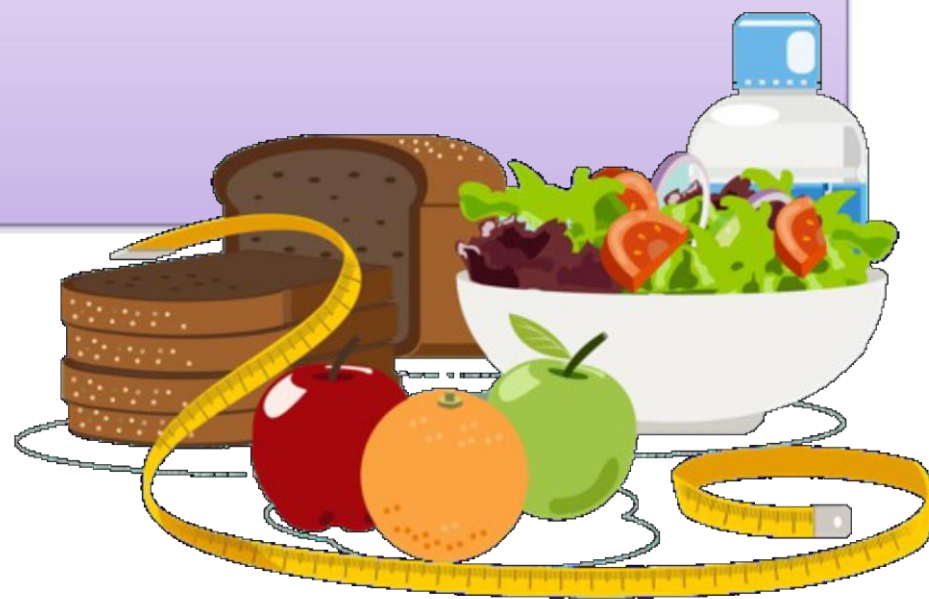
Блюдо	Масса порций	
	от 1 года до 3 лет	3 - 7 лет
Каша, или овощное, или яичное, или творожное, или мясное блюдо (допускается комбинация разных блюд завтрака, при этом выход каждого блюда может быть уменьшен при условии соблюдения общей массы блюд завтрака)	130 - 150	150 - 200
Закуска (холодное блюдо) (салат, овощи и т.п.)	30 - 40	50 - 60
Первое блюдо	150 - 180	180 - 200
Второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы)	50 - 60	70 - 80
Гарнир	110 - 120	130 - 150
Третье блюдо (компот, кисель, чай, напиток кофейный, какао-напиток, напиток из шиповника, сок)	150 - 180	180 - 200
Фрукты	95	100





**Дети должны получать питание 4 раза в сутки с интервалами между приемами пищи не более 4 ч.**

- Завтрак составляет 25 % от суточной энергетической ценности рациона,
- обед 35 %,
- полдник — 15—20%,
- ужин— 25%.





# Полезные каши







