

Условия питания и охраны здоровья обучающихся, в том числе инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Питание в учреждении организовано согласно цикличного десятидневного меню, достаточно по калорийности, сбалансировано по содержанию пищевых веществ, рационально распределено в течение дня, с соблюдением санитарных правил и норм

Примерное цикличное десятидневное меню	Примерное цикличное десятидневное меню МБДОУ Детский сад № 4 разработано для детей в возрасте от 1 года до 7 лет с целью обеспечения их физиологических и возрастных потребностей в пищевых веществах и энергии. Меню дифференцировано для детей разного возраста, с учетом сезонности.
Режим приема пищи	В ДОУ организовано 4-разовое питание: завтрак, 2-ой завтрак, обед, полдник. Интервал между приемами пищи – не реже 3,5 – 4 часов. Длительность приема пищи: завтрак – 20-30 мин, 2-ой завтрак 10—15 мин., обед – 30 мин., полдник – 25-30 мин.
Основа рациональной организации питания	<p>Основой рациональной организации питания детей в ДОУ является «Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах (суточная)», утвержденная СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (приложение №10)</p> <p>Согласно этим нормам все пищевые вещества, входящие в состав рациона, находятся в определенных соотношениях между собой и сбалансированы с потребностями детского организма. Соотношение белков, жиров, углеводов в количественном выражении составляет (оптимальное соотношение 1:1:4).</p> <p>Для удовлетворения потребности детей в пищевых веществах и энергии используется утвержденный набор пищевых продуктов (приложение №7«Среднесуточные наборы пищевой продукции (минимальные)» к СанПиН 2.3/2.4.3590-20.). Замена одного вида продуктов другими производится на основании приложения 11 «Таблица замены пищевой продукции в граммах (нетто) с учётом их пищевой» к СанПиН 2.3/2.4.3590-20.. Ассортимент основных продуктов питания, используемый в питании детей и приготовлении блюд, берется согласно приложения №7«Среднесуточные наборы пищевой продукции (минимальные)» к СанПиН 2.3/2.4.3590-20</p>
Профилактика гиповитаминозов	В целях профилактики гиповитаминозов и эффективного оздоровления детей холодные напитки (компот, кисель и др.) обогащаются витамином «С», исходя из расчета 35 мг для детей от 1-го до 3-х лет и 50 мг для детей от 3-х до 8-ми лет на порцию. Вводится в напиток после его охлаждения до температуры не выше 15 °С (перед реализацией).
Разнообразие пищи	Одним из важнейших условий рационального питания является разнообразие пищи, под которым понимается не только использование различных продуктов, но и применение разных способов их кулинарной обработки. Основными приемами кулинарной обработки являются отваривание, тушение, запекание, т.е. соблюдаются принципы щадящего питания.
Технологические карты	Для правильного приготовления блюд разработаны технологические карты. Объем порций для детей разного возраста составлен с учетом Приложения № 9 «Масса порций для детей в зависимости от возраста в граммах)» к СанПиН 2.3/2.4.3590-20
Основа примерного цикличного 10-дневного меню	<ol style="list-style-type: none"> 1. СанПиН 2.3/2.4.3590-20. «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»; 2. Химический состав российских продуктов: справочник / под ред. Член-корр. МАИ, проф. И.М. Скурихина и академика РАМН, проф. В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2002; 3. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 2009 год; 4. «Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах (суточная)»утвержденные СанПиН 2.3/2.4.3590-20