

Муниципальное дошкольное
образовательное учреждение
детский сад №106

Организация здорового питания для детей дошкольного возраста

Рыбинск, 2023 г.



Организация питания

воспитанников дошкольных
образовательных учреждений
полностью возложена
на образовательное
учреждение



ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ ОСУЩЕСТВЛЯЕТСЯ В СООТВЕТСТВИИ С НОРМАТИВНЫМИ ДОКУМЕНТАМИ

Федеральный закон РФ от 7 февраля 1992 № 2300-1 «О защите прав потребителей»

Федеральный закон РФ от 30 марта 1999 г. № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»

Федеральный закон от 2 января 2000 г. № 29-ФЗ «О качестве и безопасности пищевых продуктов»

Технический регламент таможенного союза от 9 декабря 2011 года №880 «О безопасности пищевой продукции»

СанПиН 2.3./2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»;

СП 3.1./ 2.4. 3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодёжи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID – 19)»;

СанПиН 2.1.3684-21 «Санитарно-эпидемиологические требования к содержанию территорий городских и сельских поселений, к водным объектам, питьевой воде и питьевому водоснабжению, атмосферному воздуху, почвам, жилым помещениям, эксплуатации производственных, общественных помещений, организации и проведению санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий».

Пищеблок детского сада



горячий цех



холодный цех



мясо-рыбный цех



раздаточный блок



складское помещение

Приготовление пищи в детском саду осуществляется по утвержденному руководителем циклическому двадцатидневному меню для организации питания детей от 1 до 3 лет и от 3-х до 7 лет.



Рацион питания обучающихся

предусматривает формирование набора продуктов, предназначенных для питания детей в течение суток или иного фиксированного отрезка времени. На основании сформированного рациона питания разрабатывается меню, включающее распределение перечня блюд, кулинарных, кондитерских изделий по отдельным приемам пищи (завтрак, обед, полдник, ужин).



Суточный
рацион





Примерное меню разрабатывается с учетом сезонности, необходимого количества основных пищевых веществ и требуемой калорийности суточного рациона, дифференцированного по возрастным группам обучающихся. В основу меню должно быть положено ежедневное использование таких продуктов как мясо, хлеб, молоко, масло, сахар, овощи, фрукты. Рыбу, яйца, творог, сыр, кисломолочные продукты рекомендуется включать 1 раз в 3 дня. Интервалы между приемами пищи детей не должны превышать 3,5 - 4-х часов.

При составлении меню особое внимание обращено на разнообразие блюд в течение дня и всей недели, а также сочетание продуктов животного и растительного происхождения. Широко использованы в питании детей овощи и фрукты. Овощи используются в качестве гарнира ко вторым блюдам. Фрукты, помимо свежих, входят в состав компотов и соков. Повторение одних и тех же блюд или кулинарных изделий в один и тот же день или последующие два дня не допускается.



Среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания детей

№ п/п	Наименование пищевой продукции или группы пищевой продукции	Итого за сутки	
		1 -3 года	3- 7 лет
1	Молоко, молочная и кисломолочная продукция	390	450
2	Творог (5% - 9% жирности)	30	40
3	Сметана	9	11
4	Сыр	4	6
5	Мясо 1 категории	50	55
6	Птица (кура, индейка)	20	24
7	Субпродукты (печень, язык, сердце)	20	25
8	Рыба (филе)	32	37
9	Яйцо	1	1
10	Картофель	120	140
11	Овощи свежие, замороженные, консервированные, соленые и квашеные	180	220
12	Фрукты свежие	95	100
13	Сухофрукты	9	11
14	Соки фруктовые и овощные	100	100
15	Витаминизированные напитки	-	50

Продолжение таблицы

№ п/п	Наименование пищевой продукции или группы пищевой продукции	Итого за сутки	
		1 -3 года	3- 7 лет
17	Хлеб пшеничный	60	80
18	Крупы, бобовые	30	43
19	Макаронные изделия	8	12
20	Мука пшеничная	25	29
21	Масло сливочное	18	21
22	Масло растительное	9	11
23	Кондитерские изделия	12	20
24	Чай	0,5	0,6
25	Какао-порошок	0,5	0,6
26	Кофейный напиток	1	1,2
27	Сахар	25	30
28	Дрожжи хлебопекарные	0,4	0,5
29	Крахмал	2	3
30	Соль пищевая поваренная йодированная	3	5

Завтрак

состоит из горячего блюда (каша), бутерброда с маслом и горячего напитка (кофе, чай).



Второй завтрак

состоит из напитка (фруктовый сок, кисель из сока, кисель из повидла).



Обед

включает закуску (салат/порционные овощи), первое блюдо (суп), второе блюдо (гарнир и блюдо из мяса, рыбы или птицы), напиток (компот), хлеб.



Полдник

включает основное блюдо (рыбные, мясные, овощные, творожные, молочные блюда).

Напиток (какао или чай), выпечные изделия (пирожок, ватрушка, оладьи, батон), фрукты.



Производство готовых блюд на пищеблоке осуществляется в соответствии с меню – требованием и технологическими картами, в которых отражена рецептура и технология приготовления блюд и кулинарных изделий.

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 99
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ

2. ТРЕБОВАНИЯ К СЫРЬЮ
 Продолжительное сырье, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления блюда "СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ", должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества, и пр.).

3. РЕЦЕПТУРА

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г		Расход сырья и продуктов на 100 порций, кг	
	брутто	нетто	брутто	нетто
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3	2,16
КАРТОФЕЛЬ				
с 01.01 по 28.02				
с 01.03 по 31.07	86,15	56	8,62	5,6
с 01.08 по 31.08	93,33	56	9,33	5,6
с 01.09 по 31.10	70	56	7	5,6
с 01.11 по 31.12	74,67	56	7,47	5,6
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	80	56	8	5,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	30	29,85	3	2,99
МОРКОВЬ	10	8,4	1	0,84
с 01.01 по 31.08				
с 01.09 по 31.12	10,33	7,75	1,03	0,78
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	9,69	7,75	0,97	0,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3	3	0,3	0,3
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	108	108	10,8	10,8
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,06	0,06	0,01	0,01
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,083	0,08	0,01	0,01
Код: 200	7	7	0,7	0,7

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС
 Сырье производится в соответствии с рекомендациями сборника "Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2011 г." и технологическими рекомендациями для импортного сырья.
 Промыть, залить в бульон. Добавить мелко нарезанный картофель, морковь и репчатый лук, соль.

УПАКОВКА И ХРАНЕНИЕ

Примерное меню на неделю

Понедельник	Вторник	Среда
Завтрак		
КАША ЯЧНЕВАЯ НА СГУЩЕНОМ МОЛОКЕ	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ	КАША РИСОВАЯ
ЧАЙ С САХАРОМ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)
II Завтрак		
СОК ФРУКТОВЫЙ	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА
Обед		
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИЯМИ)	СУП КУДРЯШ С ЯЙЦОМ	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИЯМИ)
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	ЗРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С МЯСОМ	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ
ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ КУРИНЫЙ	СОУС ТОМАТНЫЙ	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ
ПЮРЕ «РОЗОВОЕ»	КОМПОТ ИЗ ЯГОД	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	ХЛЕБ РЖАНОЙ	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ
ХЛЕБ РЖАНОЙ		ХЛЕБ РЖАНОЙ
Ужин		
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	СУФЛЕ ПЕЧЕНОЧНОЕ	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА
КАКАО С МОЛОКОМ	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ
БАНАН	ЧАЙ С САХАРОМ	ЧАЙ С САХАРОМ
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

Четверг	Пятница
Завтрак	
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)
II Завтрак	
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА
Обед	
СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ	МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)
ГОЛУБЦЫ "ЛЕНИВЫЕ"	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ
СОУС МОЛОЧНЫЙ	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ
КОМПОТ ИЗ ЯГОД	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ
ХЛЕБ РЖАНОЙ	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ
	ХЛЕБ РЖАНОЙ
Ужин	
ПИРОЖОК С КАРТОФЕЛЕМ	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ
ЧАЙ С САХАРОМ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ
АПЕЛЬСИН	ЧАЙ С САХАРОМ

Поставка продуктов питания

в ДОУ осуществляется на основании договоров между поставщиком и заказчиком.

Наши поставщики продуктов: ООО "Рыбинский молочный завод", ИП "Громов", ООО "Купецъ", ИП "Бурик", ООО "Рамоз", ООО "ЛАНА", ИП "Абдулаева", ООО "Продкурьер", ООО "Мегле", ИП "Синёв", ООО "ФЕРТ", АО "Ярославский бройлер" .

Спасибо за внимание !

