

Организация питания

Питание считается правильно организованным, если оно достаточно по калорийности, сбалансировано по содержанию пищевых веществ, рационально распределено в течение дня. Непременным условием правильной организации питания является соблюдение санитарных правил и норм.

Питание в МБДОУ № 41 осуществляется в соответствии с разработанным циклическим двадцатидневным меню для детей в возрасте от 1,5 до 7 лет с целью обеспечения их физиологических и возрастных потребностей в пищевых веществах и энергии. Меню разработано дифференцировано для детей разного возраста, с учетом сезонности.

Режим работы МБДОУ № 41 г. Красноярск: для групп с дневным пребыванием - 12 часов (с 7.00 до 19.00); В ДОУ организовано 4-разовое горячее питание для групп с 12-ч пребыванием: завтрак, 2-й завтрак, обед, полдник. Интервал между приемами пищи – не реже 3,5 – 4 часов. Длительность приема пищи: завтрак – 20 мин, обед – 30 мин., полдник – 10-15 мин.

Распределение энергетической ценности рациона на отдельные приемы пищи следующее: для детей 12-ч пребыванием: завтрак 20%, 2-ой завтрак-5%, обед 35%, полдник 15%.

Основой рациональной организации питания детей в ДОУ являются «Нормы физиологической потребности в пищевых веществах и энергии», утвержденные СанПиН 2.3/2.4.3590-20

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).

Для удовлетворения потребности детей в пищевых веществах и энергии использовался утвержденный набор пищевых продуктов (приложение 7 «Среднесуточные наборы пищевой продукции (минимальные)» к СанПиН 2.3/2.4.3590-20). В целях профилактики гиповитаминозов и эффективного оздоровления детей использовать витаминизированные напитки.

В целях профилактики йододефицита используется йодированная соль.

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

Для правильного приготовления блюд разработаны технологические карты. Технологические карты составлены на основе «Сборника технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений» в 2-х частях / под ред. доц. Коровка Л.С., доц. Добросердова И.И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г., с учетом санитарно-эпидемиологических требований, Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 2009 год, с учетом санитарно-эпидемиологических требований.