

Организация питания в ДОУ

Основные принципы организации правильного питания в ДОУ

От того, насколько правильно организовано детское питание в ДОУ, зависит, как будет происходить рост и развитие детей. Кроме того, этот фактор оказывает влияние на здоровье малышей в настоящее время и в будущем.



Базовые положения о питании дошкольников

Питание дошкольников в ДОУ организовывается на основании ряда принципов. При этом тип образовательного учреждения и время пребывания в нем детей роли не играют. Итак, к базовым положениям относятся:

- Правильная организация режима питания.
- Адекватная энергетическая ценность питания, на которую должно приходиться не менее 70 % энергозатрат воспитанников ДОУ.
- Сбалансированность рациона: нужно придерживаться правильного соотношения белков, жиров и углеводов. Кроме того, продукты должны содержать достаточное количество микро- и макроэлементов.

- Технологическая и кулинарная обработка продуктов питания, обеспечивающая их сохранность и высокие вкусовые качества готовых блюд.
- Соблюдение санитарно-гигиенических норм в рамках транспортировки, получения, хранения и обработки продуктов питания, а также во время раздачи еды и обработки посуды в групповых ячейках, при этом во внимание принимается специфика дошкольного учреждения.
- Ежедневный контроль выполнения санитарно-гигиенических требований.
- Максимальный учет сотрудниками детского сада индивидуальных особенностей подопечных.

Нормы СанПиН в сфере питания детей в ДОУ.

Нормативы детского питания в ДОУ утверждены на законодательном уровне, при его организации должны учитываться следующие положения:

- **СанПиН 2.3/2.4.3590-20** «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения». Сроки действия документа – с 1.01.2021 по 01.01.2027 гг.
- **Приказ Министерства здравоохранения и соцразвития России и Министерства образования и науки № 213н/178** «Об утверждении методических рекомендаций по организации питания обучающихся и воспитанников образовательных учреждений». Этот документ вступил в законную силу 11.03.2012 г.

В новом СанПиНе 2.3/2.4.3590-20 закреплены требования к организации питания в ДОУ. Они касаются:

- **Продуктов, которые нельзя использовать** при организации питания в детском саду.
- **Минимальных среднесуточных наборов продуктов**, которые положены детям в возрасте до 7 лет.
- **Объема и веса порций**, которые зависят от возрастной категории воспитанников ДОУ.
- **Суточного содержания в меню витаминов и минералов**, которое указывает на потребность в этих элементах и энергии.
- **Процентного распределения потребления продуктов питания и энергии по приемам пищи**. Здесь учитывается время, в течение которого дети находятся в ДОУ.
- **Режима питания**. За основу берется продолжительность пребывания дошкольника в детском саду.
- **Замены продуктов**, при этом во внимание принимается их пищевая ценность.

- **Регулярности приемов пищи**, которая определяется на основании режима функционирования ДОУ, а также режима обучения и пр.