

Питание в МБДОУ «Детский сад №10 «Кораблик»

Питание в ДОУ осуществляется в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.3648-20 к составлению меню для организации питания детей разного возраста.

Питание в ДОУ удовлетворяет физиологические потребности детей в основных пищевых веществах и энергии в соответствии с таблицей 21 (см. [Методические рекомендации МР 2.3.1.0253-21 "Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения РФ"](#)).

Питание в ДОУ организовано в соответствии с десятидневным меню, разработанным и утвержденным заведующим, с учетом физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей всех возрастных групп и рекомендуемых суточных наборов продуктов для организации питания детей в дошкольных образовательных организациях.

В примерном меню содержание белков составляет 12 - 15% от калорийности рациона, жиров 25-35% и углеводов 55-60 %.

В меню учитываются особенности питания нашего региона и состояние здоровья детей, а также в соответствии с рекомендуемым ассортиментом основных пищевых продуктов для использования в питании детей в дошкольных образовательных организациях.

В промежутке между завтраком и обедом организован дополнительный прием пищи - второй завтрак, включающий напиток или сок и (или) свежие фрукты.

Фактический рацион питания соответствует утвержденному десятидневному меню.

Завтрак состоит из горячего блюда (каша, запеканка, творожные и яичные блюда и др.), бутерброда и горячего напитка. Обед включает закуску (салат или порционные овощи, сельдь), первое блюдо (суп), второе (гарнир и блюдо из мяса, рыбы или птицы), напиток (компот или кисель).

Полдник включает напиток (молоко, кисломолочные напитки, соки, чай) с булочными или кондитерскими изделиями без крема, допускается выдача творожных или крупяных запеканок и блюд.

Ужин включает рыбные, овощные и творожные блюда, салаты, винегреты и горячие напитки.

На основании утвержденного меню ежедневно составляется меню-раскладка, с указанием выхода блюд для детей разного возраста.

Кратность приема пищи определяется временем пребывания детей и режимом работы групп (завтрак, второй завтрак, обед, полдник и ужин).

Режим питания детей по отдельным приемам пищи, в зависимости от их времени пребывания в ДОУ, представлен в таблице.

Режим питания детей ДОУ

Время приема пищи	Режим питания детей в дошкольных группах с пребыванием детей 12 часов
8ч 15м -8ч 50м	завтрак
10ч 00м-10ч 10м	второй завтрак
11ч 30м-12ч 30м	обед
15ч 15м-15ч 30м	полдник
16ч 20м-16ч 45м	ужин

Меню, утвержденное заведующим ДОУ, выставляется в родительском уголке за предыдущий, текущий и следующий день.