

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад комбинированного вида № 138» городского округа Самара  
(МБДОУ «Детский сад № 138» г.о. Самара)**

---

**Тополей ул., 16, г. Самара, Самарская область, 443115  
Тел. (846) 925-95-49; E-mail: [sdo.ds138@63edu.ru](mailto:sdo.ds138@63edu.ru); <https://detsad138samara.ru>**

**Организация питания в МБДОУ «Детский сад № 138» г.о. Самара**

В МБДОУ «Детский сад № 138» г.о. Самара организация питания воспитанников, в том числе инвалидов, лиц с ОВЗ и пищевой аллергией, осуществляется в соответствии с требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях (СанПиН 2.3/2.4.3590-20, утвержденные Постановлением от 27 октября 2020 года № 32).

Питание является одним из важнейших факторов, определяющим здоровье детей, способствует профилактике заболеваний, повышению работоспособности и успеваемости, физическому и умственному развитию, создает условия для адаптации подрастающего поколения к окружающей среде. В меню включено большое число разнообразных блюд. Пищеблок детского сада оснащен всем необходимым техническим оборудованием. Родителей информируют об ассортименте питания ребенка, вывешивая ежедневное меню в каждой группе.

Услуги по организации питания в МБДОУ «Детский сад № 138» г.о. Самара осуществляется **Обществом с ограниченной ответственностью «Комбинат школьного питания» Промышленного района**, в лице генерального директора Аврискиной Т.Н.

Для эффективной организации питания в детском саду имеется двадцатидневное меню, утвержденное директором ООО «Комбината школьного питания» Промышленного района и заведующим МБДОУ, составленное с учетом требований СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Пищевые продукты, поступающие в детский сад, имеют документы, подтверждающие их происхождение, качество и безопасность (поступление продуктов питания и продовольственного сырья только с сертификатами; на мясную продукцию имеется ветеринарная справка; ведется журнал скоропортящихся продуктов, в которых указывается срок годности); хранятся с соблюдением требований СанПиН и товарного соседства.

**Основные принципы организации питания в МБДОУ следующие:**

- Соответствие энергетической ценности рациона энергетическим затратам ребенка;
- Сбалансированность в рационе всех заменимых и незаменимых пищевых веществ;
- Максимальное разнообразие продуктов и блюд, обеспечивающих сбалансированность рациона;
- Правильная технологическая и кулинарная обработка продуктов, направленная на сохранность их исходной пищевой ценности, а также высокие вкусовые качества блюд;
- Учет индивидуальных особенностей питания детей с отклонениями в состоянии здоровья;
- Оптимальный режим питания, обстановка, формирующая у детей навыки культуры приема пищи;
- Соблюдение гигиенических требований к питанию детей.

**Количество приемов пищи в группах общеразвивающей направленности – четыре:**

- Завтрак
- Второй завтрак
- Обед
- Уплотненный полдник

В учреждении мы обеспечиваем правильно организованное полноценное, рациональное, сбалансированное питание, и в значительной мере, можем гарантировать

нормальный рост и развитие детского организма, оказать существенное влияние на иммунитет ребенка, повысить работоспособность и выносливость детей, создать оптимальные условия для нервно – психического и умственного развития. Поэтому организация питания в детском саду представляет собой задачу огромной социальной значимости и на практике является одной из главных.

Общий контроль за качеством питания осуществляет заведующий МБДОУ.

Повар-бригадир составляет каждый день заявку и осуществляет заказ продуктов, отслеживает качество поставляемых продуктов.

Медсестра следит за качеством приготовления пищи в соответствии с технологическими картами приготовления блюд, производит пробу готовых блюд и совместно с поваром-бригадиром закладывает ее на хранение в соответствии с требованиями СЭС, следит за выполнением графика получения пищи группами, проводит ежедневный обход групп, проверяя организацию питания в группах, ведет необходимую документацию.

Одним из важных факторов здоровья ребенка является организация рационального питания и отражение ее в воспитательно-образовательном процессе.

Правильное питание – это основа длительной и плодотворной жизни, залог здоровья, бодрости, гарантия от появления различных недугов. Поэтому в плане работы детского сада вопрос о правильном питании занимает одно из важнейших мест. В детском саду питание организовано в групповых комнатах.

Весь цикл приготовления блюд происходит на пищеблоке. Пищеблок на 100% укомплектован кадрами ООО «КШП». Помещение пищеблока размещается на первом этаже, имеет отдельный выход. Транспортирование пищевых продуктов осуществляется специальным автотранспортом поставщиков.

Контроль за фактическим питанием и санитарно-гигиеническим состоянием пищеблока осуществляется медицинской сестрой.

Прием пищевых продуктов и продовольственного сырья в детский сад осуществляется при наличии документов, подтверждающих их качество и безопасность. Продукция поступает в таре производителя (поставщика). Документация, удостоверяющая качество и безопасность продукции, маркировочные ярлыки (или их копии) хранятся до окончания реализации продукции. Входной контроль поступающих продуктов осуществляется поваром-бригадиром. Результаты контроля регистрируются в журнале бракеража скоропортящихся пищевых продуктов, поступающих на пищеблок, который хранится в течение года. Не допускаются к приему пищевые продукты с признаками недоброкачества, а также продукты без сопроводительных документов, подтверждающих их качество и безопасность, не имеющие маркировки.

Готовая пища выдается только после снятия пробы и соответствующей записи в журнале бракеража готовой кулинарной продукции. Организация питания постоянно находится под контролем администрации.

Пищеблок детского сада оснащен всем необходимым техническим оборудованием.

Работники пищеблока аттестованы и своевременно проходят санитарно-гигиеническое обучение.

#### **Нормативные документы:**

1. Указ Президента Российской Федерации от 9 октября 2007 г. № 1351 «Об утверждении Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года»
2. Указ Президента Российской Федерации от 30 января 2010 г. № 120 «Об утверждении Доктрины продовольственной безопасности Российской Федерации»
3. Основы государственной политики Российской Федерации в области здорового питания населения на период до 2020 года (утверждены распоряжением Правительства Российской Федерации от 25 октября 2010 г. № 1873-р)
4. Закон Российской Федерации от 7.02.1992 №2300-1 "О защите прав потребителей"

5. Закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года N 273-ФЗ «ОБ ОБРАЗОВАНИИ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»
6. Федеральный закон от 21 декабря 1996 г. № 159-ФЗ «О дополнительных гарантиях по социальной поддержке детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей».
7. Федеральный закон от 30 марта 1999 г. № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»
8. Федеральный закон от 2 января 2000 г. № 29-ФЗ «О качестве и безопасности пищевых продуктов»
9. Федеральный закон от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»
10. Федеральный закон от 5 апреля 2013 г. № 44-ФЗ "О контрактной системе в сфере закупок товаров, работ, услуг для обеспечения государственных и муниципальных нужд"
11. Методические рекомендации МР 2.4.0162-19 «Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями, сопровождающимися ограничениями в питании (в образовательных и оздоровительных организациях)
12. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 года № 26 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 « Санитарно- эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (с изменениями на 27 августа 2015 года)
13. Приказ Минобрнауки России № 178 от 11.03.2012 «Об утверждении методических рекомендаций по организации питания обучающихся и воспитанников образовательных учреждений».
14. Приказ Минобрнауки России № 1155 от 17.10.2013 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».
15. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 14 ноября 2001 года № 36 «СанПиН 2.3.2.1078-01 «Гигиенические требования безопасности и пищевой ценности пищевых продуктов» (с изменениями на 6 июля 2011 года) .
16. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 31 марта 2011 № 29 «Об утверждении СП 2.3.6.2867-11 « Изменения и дополнения № 4 к СП 2.3.6.1079 – 01 « Санитарно-эпидемиологические требования к организациям общественного питания, изготовлению и оборотоспособности в них пищевых продуктов и производственного сырья».

#### **Локальные акты МДОУ:**

- Приказ об организации питания детей;
- Приказ об утверждении графика выдачи пищи с пищеблока;
- Приказ о создании бракеражной комиссии;
- Приказ о назначении ответственного за снятие и хранение суточных проб»;
- Приказ о назначении ответственных по контролю за организацию питания детей в ДОУ»;
- Приказ об организации питания детей с пищевой аллергией;
- Приказ об утилизации остатков питания (готовой продукции);
- Приказ об установлении платы, взимаемой с родителей за присмотр и уход за ребенком;
- Положение об организации и контроле качества питания воспитанников и сотрудников Бюджетного учреждения;
- Положение по утилизации излишне приготовленной продукции по возникшим обстоятельствам;
- Положение о бракеражной комиссии Бюджетного учреждения;
- План работы бракеражной комиссии
- План работы по контролю за организацией питания в МБДОУ на учебный год;
- Примерное 20-ти дневное цикличное меню дневного рациона питания детей с 12-ти часовым пребыванием.

**Рекомендуемые суточные нормы  
(Приложение 7 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20)**

**Рекомендуемые среднесуточные нормы питания в дошкольных организациях  
(г, мл, на 1 ребенка)**

Наименование пищевого продукта или группы пищевых продуктов	Итого за сутки	
	1-3 года	3-7 лет
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2%, в т. ч. кисломолочные продукты с м.д.ж. 2,5-3,2% <sup>3</sup>	390	450
Творог, творожные изделия для детского питания с м.д.ж. не более 9% и кислотностью не более 150 °Т	30	40
Сметана с м.д.ж. не более 15%	9	11
Сыр неострых сортов твердый и мягкий	4	6
Мясо (говядина 1 кат.бескостная /говядина 1 кат. на костях) <sup>4</sup>	50	55
Птица (куры 1 кат.потр./цыплята-бройлеры 1 кат. потр./индейка 1 кат. потр.)	20	24
Рыба (филе), в т. ч. филе слабо- или малосоленое	32	37
Яйцо куриное диетическое	1	1
Картофель:	120	140
Овощи, зелень (свежие, замороженные, консервированные), включая соленые и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень, г	180	220
Фрукты (плоды) свежие	95	100
Фрукты (плоды) сухие	9	11
Соки фруктовые (овощные)	100	100

<b>Напитки витаминизированные (готовый напиток)</b>	<b>0</b>	<b>50</b>
<b>Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)</b>	<b>40</b>	<b>50</b>
<b>Хлеб пшеничный или хлеб зерновой</b>	<b>60</b>	<b>80</b>
<b>Крупы (злаки), бобовые</b>	<b>30</b>	<b>43</b>
<b>Макаронные изделия группы А</b>	<b>8</b>	<b>12</b>
<b>Мука пшеничная хлебопекарная</b>	<b>25</b>	<b>29</b>
<b>Мука картофельная (крахмал)</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>Масло коровье сладко-сливочное</b>	<b>18</b>	<b>21</b>
<b>Масло растительное</b>	<b>9</b>	<b>11</b>
<b>Кондитерские изделия</b>	<b>7</b>	<b>20</b>
<b>Чай, включая фиточай</b>	<b>0,5</b>	<b>0,6</b>
<b>Какао-порошок</b>	<b>0,5</b>	<b>0,6</b>
<b>Кофейный напиток</b>	<b>1</b>	<b>1,2</b>
<b>Дрожжи хлебопекарные</b>	<b>0,4</b>	<b>0,5</b>
<b>Сахар (в том числе для приготовления блюд и напитков, в случае использования пищевой продукции промышленного выпуска, содержащих сахар выдача сахара должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в используемом готовой пищевой продукции)</b>	<b>25</b>	<b>30</b>
<b>Соль пищевая поваренная</b>	<b>3</b>	<b>5</b>

### **Недопустимые продукты в ДОУ**

*(Приложение 6 к СанПиН 2.3.4.3590-20)*

**Пищевые продукты, которые не допускается использовать в питании детей в дошкольных организациях, в целях предотвращения возникновения и**

## **распространения инфекционных и массовых неинфекционных заболеваний (отравлений):**

- Пищевая продукция без маркировки и (или) с истекшими сроками годности и (или) признаками недоброкачества.
- Пищевая продукция, не соответствующая требованиям технических регламентов Таможенного союза.
- Мясо сельскохозяйственных животных и птицы, рыба, не прошедшие ветеринарно-санитарную экспертизу.
- Субпродукты, кроме говяжьих печени, языка, сердца.
- Непотрошенная птица.
- Мясо диких животных.
- Яйца и мясо водоплавающих птиц.
- Яйца с загрязненной и (или) поврежденной скорлупой, а также яйца из хозяйств, неблагополучных по сальмонеллезам.
- Консервы с нарушением герметичности банок, бомбажные, "хлопуши", банки с ржавчиной, деформированные.
- Крупа, мука, сухофрукты, загрязненные различными примесями или зараженные амбарными вредителями.
- Пищевая продукция домашнего (не промышленного) изготовления.
- Кремовые кондитерские изделия (пирожные и торты).
- Зельцы, изделия из мясной обрезки, диафрагмы; рулеты из мякоти голов, кровяные и ливерные колбасы, заливные блюда (мясные и рыбные), студни, форшмак из сельди.
- Макароны по-флотски (с фаршем), макароны с рубленным яйцом.
- Творог из непастеризованного молока, фляжный творог, фляжную сметану без термической обработки.
- Простокваша - "самоквас".
- Грибы и продукты (кулинарные изделия), из них приготовленные.
- Квас.
- Соки концентрированные диффузионные.
- Молоко и молочная продукция из хозяйств, неблагополучных по заболеваемости продуктивных сельскохозяйственных животных, а также не прошедшая первичную обработку и пастеризацию.
- Сырокопченые мясные гастрономические изделия и колбасы.
- Блюда, изготовленные из мяса, птицы, рыбы (кроме соленой), не прошедших тепловую обработку.
- Масло растительное пальмовое, рапсовое, кокосовое, хлопковое.
- Жареные во фритюре пищевая продукция и продукция общественного питания.
- Уксус, горчица, хрен, перец острый (красный, черный).
- Острые соусы, кетчупы, майонез.
- Овощи и фрукты консервированные, содержащие уксус.
- Кофе натуральный; тонизирующие напитки (в том числе энергетические).
- Кулинарные, гидрогенизированные масла и жиры, маргарин (кроме выпечки).
- Ядро абрикосовой косточки, арахис.
- Газированные напитки; газированная вода питьевая.
- Молочная продукция и мороженое на основе растительных жиров.
- Жевательная резинка.
- Кумыс, кисломолочная продукция с содержанием этанола (более 0,5%).
- Карамель, в том числе леденцовая.
- Холодные напитки и морсы (без термической обработки) из плодово-ягодного сырья.
- Окрошки и холодные супы.
- Яичница-глазунья.
- Паштеты, блинчики с мясом и с творогом.
- Блюда из (или на основе) сухих пищевых концентратов, в том числе быстрого

приготовления.

- Картофельные и кукурузные чипсы, снеки.
- Изделия из рубленого мяса и рыбы, салаты, блины и оладьи, приготовленные в условиях палаточного лагеря.
- Сырки творожные; изделия творожные более 9% жирности.
- Молоко и молочные напитки стерилизованные менее 2,5% и более 3,5% жирности; кисломолочные напитки менее 2,5% и более 3,5% жирности.
- Готовые кулинарные блюда, не входящие в меню текущего дня, реализуемые через буфеты.

### **Рекомендуемые продукты в ДОУ**

#### **Рекомендуемый ассортимент основных пищевых продуктов для использования в питании детей в дошкольных организациях**

##### **Мясо и мясопродукты:**

- говядина I категории,
- телятина,
- нежирные сорта свинины и баранины;
- мясо птицы охлажденное (курица, индейка),
- мясо кролика,
- субпродукты говяжьих (печень, язык).
- Рыба и рыбопродукты - треска, горбуша, лосось, хек, минтай, ледяная рыба,
- судак, сельдь (соленая), морепродукты.
- Яйца куриные - в виде омлетов или в вареном виде.

##### **Молоко и молочные продукты:**

- молоко (2,5%, 3,2% жирности), пастеризованное, стерилизованное;
- сгущенное молоко (цельное и с сахаром), сгущенно-вареное молоко;
- творог не более 9% жирности с кислотностью не более 150° Т - после термической обработки; творог и творожные изделия промышленного выпуска в мелкоштучной упаковке;
- сыр неострых сортов (твердый, полутвердый, мягкий, плавленый - для питания детей дошкольного возраста);
- сметана (10%, 15% жирности) - после термической обработки;
- кисломолочные продукты промышленного выпуска; ряженка, варенец, бифидок, кефир, йогурты, простокваша;
- сливки (10% жирности);
- мороженое (молочное, сливочное)

##### **Пищевые жиры:**

- сливочное масло (72,5%, 82,5% жирности);
- растительное масло (подсолнечное, кукурузное, соевое - только рафинированное;
- рапсовое, оливковое) - в салаты, винегреты, сельдь, вторые блюда;
- маргарин ограниченно для выпечки.

##### **Кондитерские изделия:**

- зефир, пастила, мармелад;
- шоколад и шоколадные конфеты - не чаще одного раза в неделю;
- галеты, печенье, крекеры, вафли, пряники, кексы (предпочтительнее с минимальным количеством пищевых ароматизаторов и красителей);
- пирожные, торты (песочные и бисквитные, без крема);
- джемы, варенье, повидло, мед - промышленного выпуска.

### **Овощи:**

- овощи свежие: картофель, капуста белокочанная, капуста краснокочанная, капуста цветная, брюссельская, брокколи, капуста морская, морковь, свекла, огурцы, томаты, перец сладкий, кабачки, баклажаны, патиссоны, лук (зеленый и репчатый), чеснок (с учетом индивидуальной переносимости), петрушка, укроп, листовой салат, щавель, шпинат, сельдерей, брюква, репа, редис, редька, тыква, корни белые сушеные, томатная паста, томат-пюре;
- овощи быстрозамороженные (очищенные полуфабрикаты): картофель, капуста цветная, брюссельская, брокколи, капуста морская, морковь, свекла, перец сладкий, кабачки, баклажаны, лук (репчатый), шпинат, сельдерей, тыква, горошек зеленый, фасоль стручковая.

### **Фрукты:**

- яблоки, груши, бананы, слива, персики, абрикосы, ягоды (за исключением клубники, в том числе быстрозамороженные);
- цитрусовые (апельсины, мандарины, лимоны) - с учетом индивидуальной переносимости;
- тропические фрукты (манго, киви, ананас, гуава) - с учетом индивидуальной переносимости;
- сухофрукты.
- Бобовые: горох, фасоль, соя, чечевица.
- Орехи: миндаль, фундук, ядро грецкого ореха.

### **Соки и напитки:**

- натуральные отечественные и импортные соки и нектары промышленного выпуска (осветленные и с мякотью);
- напитки промышленного выпуска на основе натуральных фруктов;
- витаминизированные напитки промышленного выпуска без консервантов и искусственных пищевых добавок;
- кофе (суррогатный), какао, чай.

### **Консервы:**

- говядина тушеная (в виде исключения при отсутствии мяса) для приготовления первых блюд);
- лосось, сайра (для приготовления супов);
- компоты, фрукты дольками;
- баклажанная и кабачковая икра для детского питания;
- зеленый горошек;
- кукуруза сахарная;
- фасоль стручковая консервированная;
- томаты и огурцы соленые.

**Хлеб** (ржаной, пшеничный или из смеси муки, предпочтительно обогащенный), крупы, макаронные изделия - все виды без ограничения.

- **Соль** поваренная йодированная - в эндемичных по содержанию йода районах.

### **Электронные ресурсы по питанию:**

- Питание - на сайте предложены рекомендации по питанию детей;
- [detskoe-menu.ru](http://detskoe-menu.ru) - Меню ребенка и рацион питания детей;
- [Kuking.net](http://Kuking.net) - на данном сайте находится масса рецептов для ребенка любого возраста;
- [Поваренок.ru](http://Поваренок.ru) - множество вкусных блюд с рецептами и фото для Ваших детей;
- [Say7.info](http://Say7.info) - кулинарные рецепты с пошаговыми фотографиями;
- [detskierecepty.ru](http://detskierecepty.ru) – кулинарный блог «Детские рецепты»;
- Здоровая еда - сайт о правильном и полезном питании;
- [ollforkids.ru](http://ollforkids.ru) - сайт для детей и родителей. Готовим ребенку;
- [кулинарам.рф](http://кулинарам.рф) - Кулинарные рецепты - про еду, как и что приготовить на ужин вкусно;
- [recteptydliadetei.ru](http://recteptydliadetei.ru) - Кулинарные рецепты для детей. Детское меню на каждый день.
- Кулинария для детей - на данном сайте вы можете найти много рецептов для детей;
- Готовим дома - Кулинарный сайт для родителей и детей;

- Готовим дома рецепты - кулинарные рецепты, которые с легкостью можно приготовить дома;
- Готовим Дома — лучшие рецепты для домашнего приготовления;
- Кулинямка — кулинарный сайт