Уважаемые родители!

Предлагаем вам познакомиться с изменениями в организации питания воспитанников в дошкольном учреждении, которые вступают в силу с 1 января 2021 года.

В 2021 году детей в дошкольных образовательных учреждениях будут кормить по-новому — Роспотребнадзор утвердил новые СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», которые устанавливают в том числе и правила организации питания в детских садах.

Сколько раз в день должны кормить детей в детском саду?

Все зависит от длительности пребывания ребенка в учреждении. В нашем дошкольном образовательном учреждении при 10-12 часовом пребывании будут кормить 4 раза — завтрак (8.30-9.00), второй завтрак (10.30-11.00), обед (12.00-13.00), уплотненный полдник (15.30). Приемы пищи определяются фактическим временем нахождения в организации.

Разработано и утверждено заведующим 10-дневное циклическое меню, с которым родители (законные представители) воспитанников имеют возможность ознакомиться.

Для детей от 1 года до 3 лет масса порций блюд должна быть следующей:

- каша или овощное, или яичное, или творожное, или мясное блюдо — 130-150 грамм;

- закуска (холодное блюдо (салат, овощи и т.п.)) — 20-40 грамм;

- первое блюдо — 150-180 грамм;

- второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы) — 50-60 грамм;

- гарнир — 110-120 грамм;

- третье блюдо (компот, кисель, чай, напиток кофейный, какао-напиток, напиток из шиповника, сок) — 150-180 грамм;

- фрукты — 95 грамм.

Для детей от 3 до 7 лет масса порций блюд установлена следующая:

- каша или овощное, или яичное, или творожное, или мясное блюдо — 150-200 грамм;

- закуска (холодное блюдо (салат, овощи и т.п.)) — 50-60 грамм;

- первое блюдо — 180-200 грамм;

- второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы) — 70-80 грамм;

- гарнир — 130-150 грамм;

- третье блюдо (компот, кисель, чай, напиток кофейный, какао-напиток, напиток из шиповника, сок) — 180-2000 грамм;

- фрукты — 100 грамм.

Под запретом в питании детей искусственные красители, добавки, консерванты и ароматизаторы.

Чем планируют кормить детей в ближайшие дни, родители могут узнать из меню. Оно должно вывешиваться на видном месте в группе. Если возникают вопросы, их можно задать заведующему дошкольным образовательным учреждением или медицинской сестре.

Количество сахара в питании детей строго определено! Не более 25 грамм в день для детей от 1 года до 3 лет и 30 грамм в день для детей от 3 до 7 лет, включая приготовленное блюдо и напитки. А, в случае использования пищевой продукции промышленного выпуска, содержащих сахар, количество сахара должно быть уменьшено в зависимости от его содержания в используемой готовой пищевой продукции (пункт 27 Приложения 7 СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

Дети должны получать:

- сливочное масло (18 грамм на каждого ребенка от 1 года до 3 лет и 21 грамм — от 3 до 7 лет);

- сметану (9 грамм на каждого ребенка от 1 года до 3 лет и 11 грамм — от 3 до 7 лет);

- сыр (4 грамма на каждого ребенка от 1 года до 3 лет и 6 грамм — от 3 до 7 лет);

- творог (30 грамм на каждого ребенка от 1 года до 3 лет и 40 грамм — от 3 до 7 лет).

О нормах питания подробнее читайте в Приложении 7 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 — они есть в свободном доступе в сети «Интернет». Список этот большой, с ним можно ознакомиться в Положениях о питании.

Для детей, нуждающихся в лечебном и диетическом питании, должно быть организовано лечебное и диетическое питание в соответствии с представленными родителями (законными представителями) ребенка  назначениями лечащего врача.

**Запрещённые продукты питания**

Список запрещённых продуктов питания для детских садов был значительно переработан. Теперь этот перечень состоит из 45 позиций (раньше было 36).  
**Перечень пищевой продукции,**

**которая не допускается при организации питания детей**

1. Пищевая продукция без маркировки и (или) с истекшими сроками годности и (или) признаками недоброкачественности.

2 Пищевая продукция, не соответствующая требованиям технических регламентов Таможенного союза.

3. Мясо сельскохозяйственных животных и птицы, рыба, не прошедшие ветеринарно-санитарную экспертизу.

4. Субпродукты, **кроме** говяжьих печени,**языка, сердца (раньше в ДОУ не использовались, введены с 01.01.2021).**

5. Непотрошеная птица.

6. Мясо диких животных.

7. Яйца и мясо водоплавающих птиц.

8. Яйца с загрязненной и (или) поврежденной скорлупой, а также яйца из хозяйств, неблагополучных по сальмонеллезам.

9. Консервы с нарушением герметичности банок, бомбажные, "хлопуши", банки с ржавчиной,

деформированные.

10. Крупа, мука, сухофрукты, загрязненные различными примесями или зараженные амбарными вредителями.

11. Пищевая продукция домашнего (не промышленного) изготовления.

12. Кремовые кондитерские изделия (пирожные и торты).

13. Зельцы, изделия из мясной обрези, диафрагмы; рулеты из мякоти голов, кровяные и ливерные колбасы, заливные блюда (мясные и рыбные), студни, форшмак из сельди.

14. Макароны по-флотски (с фаршем), макароны с рубленым яйцом.

15. Творог из непастеризованного молока, фляжный творог, фляжную сметану без термической

обработки.

16. Простокваша - "самоквас".

17. Грибы и продукты (кулинарные изделия), из них приготовленные.

18. Квас.

19. Соки концентрированные диффузионные.

20. Молоко и молочная продукция из хозяйств, неблагополучных по заболеваемости продуктивных сельскохозяйственных животных, а также не прошедшая первичную обработку и пастеризацию.

21. Сырокопченые мясные гастрономические изделия и **колбасы и сосиски (с 01.01.2021 запрещены к использованию в ДОУ, до этого разрешались к употреблению в пищу детей дошкольного возраста в ДОУ).**

22. Блюда, изготовленные из мяса, птицы, рыбы (кроме соленой), не прошедших тепловую

обработку.

23. Масло растительное пальмовое, рапсовое, кокосовое, хлопковое.

24. Жареные во фритюре пищевая продукция и продукция общественного питания.

25. Уксус, горчица, хрен, перец острый (красный, черный).

26. Острые соусы, кетчупы, майонез.

27. Овощи и фрукты консервированные, содержащие уксус.

28. Кофе натуральный; тонизирующие напитки (в том числе энергетические).

29. Кулинарные, гидрогенизированные масла и жиры, маргарин (кроме выпечки).

30. Ядро абрикосовой косточки, арахис.

31. Газированные напитки; газированная вода питьевая.

32. Молочная продукция и мороженое на основе растительных жиров.

33. Жевательная резинка.

34. Кумыс, кисломолочная продукция с содержанием этанола (более 0,5%).

35. Карамель, в том числе леденцовая.

36. Холодные напитки и морсы (без термической обработки) из плодово-ягодного сырья.

37. Окрошки и холодные супы.

38. Яичница-глазунья.

39. Паштеты, блинчики с мясом и с творогом.

40. Блюда из (или на основе) сухих пищевых концентратов, в том числе быстрого приготовления.

41. Картофельные и кукурузные чипсы, снеки.

42. Изделия из рубленного мяса и рыбы, салаты, блины и оладьи, приготовленные в условиях

палаточного лагеря.

43. Сырки творожные; изделия творожные более 9% жирности.

44. Молоко и молочные напитки стерилизованные менее 2,5% и более 3,5% жирности; кисломолочные напитки менее 2,5% и более 3,5% жирности.

45. Готовые кулинарные блюда, не входящие в меню текущего дня, реализуемые через буфеты.

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

* **Соответствие энергетической ценности рациона энергозатратам 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.**
* **Оптимальный режим питания, обстановка, формирующая у детей навыки культуры приема пищи.**

