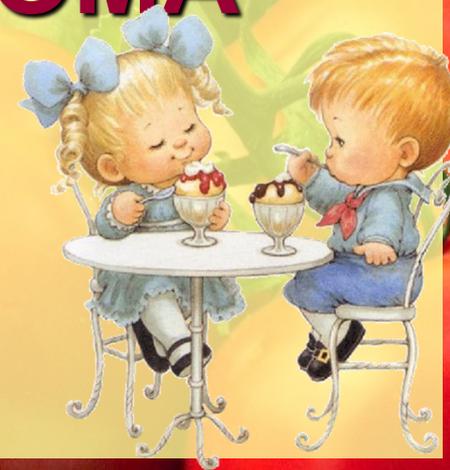


Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение детский сад № 9 «Рябинка»

# **ОРГАНИЗАЦИЯ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ В ДЕТСКОМ САДУ И ДОМА**



## **«Он есть то, что он ест...»**

- Правильно ли Вы питаетесь?**
- Правильно ли Вы кормите своего ребенка?**
- Как заинтересовать малышей вопросом правильного питания?**
- Как научить любить тушеные овощи, молочные блюда, каши?**

# Локальные акты

- СанПин 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;
- СанПин 2.3.6.1079-01 «Организация общественного питания «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям общественного питания, изготовлению и оборотоспособности в них пищевых продуктов и продовольственного сырья»;
- Закон «О защите прав потребителей» РФ от 07.02.1992 № 2300-1 (ред. от 28.07.2012 с изм. С 01.01.2013);
- Федеральный закон от 30.03.1999 № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»;
- Федеральный закон от 02.01.2000 № 29-ФЗ «О качестве и безопасности пищевых продуктов»;
- СанПин 2.3.2.1324-03 «Гигиенические требования к срокам годности и условиям хранения пищевых продуктов»;
- Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

# ЛОКАЛЬНЫЕ АКТЫ ДОУ:

Положения (Положение о бракеражной комиссии,  
Положение об организации питания,  
Положение об административно-общественном  
контроле за организацией питания)

Инструкции

Приказы

## Режим питания детей

Трапеза	Группы	Время
<b>Завтрак 1</b>	Младшая	8.05-8.35
	Средняя	8.11-8.45
	Старшая	8.25-8.45
	Подготовительная	8.35-8.55
<b>Завтрак 2</b>	Младшая	10.00-10.10
	Средняя	10.00-10.10
	Старшая	10.00-10.10
	Подготовительная	10.10-10.20
<b>Обед</b>	Младшая	12.20-12.50
	Средняя	12.30-13.00
	Старшая	12.40-13.10
	Подготовительная	12.50-13.15
<b>Полдник</b>	Младшая	15.20-15.45
	Средняя	15.20-15.45
	Старшая	15.25-15.40
	Подготовительная	15.25-15.40
<b>Ужин</b>	Все группы	Ужин дома

**Организация питания воспитанников  
МБДОУ детский сад № 9 «Рябинка» полностью  
возложена на учреждение.**

**Поставка продуктов в ДОУ осуществляется  
на основании Контракта и прямого договора  
между поставщиком и заказчиком.**

**Стоимость питания составляет 77 р. в день  
на одного воспитанника**

**Закон Нижегородской области от 22.12.2017 г.  
№173 «Об областном бюджете на 2018 г. и на  
плановый период 2019 и 2020 годов»**

**Стоимость питания особой категории  
воспитанников составляет 120 р. 41 коп.**

Прием продуктов  
в ДОУ производит  
кладовщик в соответствии с  
требованиями  
СанПиН 2.4.1.3049-13





**При составлении 10-дневного рациона питания (меню) особое внимание обращено на разнообразие блюд в течение дня, все недели и сочетание продуктов животного и растительного происхождения. Широко использованы в питании детей овощи и фрукты. Меню составлено так, чтобы ребенок получал ежедневно два овощных блюда и только одно крупяное. Овощи используются в качестве гарнира ко вторым блюдам.**



# Рекомендуемое распределение калорийности

между приемами пищи в %

СанПин 2.4.1.3049-13

1-3	3-7
-Завтрак (30,7%) -II Завтрак (6,1%) - обед (38,9%) - уплотненный полдник (34,1%)	-Завтрак (29,0%) - II завтрак (7,3%) - обед (37%) - уплотненный полдник (31,5%)



- 
- **Завтрак** состоит из горячего блюда (каша, запеканка, творожные и яичные блюда и др.), бутерброда и горячего напитка.
  - **Обед** включает закуску (салат или порционные овощи), первое блюдо (суп), второе (гарнир и блюдо из мяса, рыбы или птицы), напиток (компот или кисель).
  - **Уплотнённый полдник** включает напиток (кисломолочные напитки, соки, чай) с булочными или кондитерскими изделиями без крема, рыбные, мясные, овощные и творожные блюда.

**Организация питания осуществляется на основе принципов "щадящего питания".**

**При приготовлении блюд должны соблюдаться щадящие технологии: варка, запекание, припускание, пассерование, тушение, приготовление на пару.**

**При приготовлении блюд не применяется жарка.**

**СанПиН 2.4.1.3049-13 статья 14 пункт 1010**

# **ПЛОХОЙ АППЕТИТ детей**

**Не так важно, сколько ребенок съест,  
намного важнее – сколько он может  
усвоить!**



## **СТОЛОВЫЙ ЭТИКЕТ**

- Участвовать в сервировке и уборке стола**
- Перед едой мыть руки**
- Жевать пищу с закрытым ртом**
- Кушать самостоятельно, правильно держать столовые приборы**
- Закончив еду, поблагодарить тех, кто ее приготовил**

## **5 правил правильного питания:**

- 1. Еда должна быть простой, вкусной и полезной**
- 2. Настроение во время еды должно быть хорошим**
- 3. Ребенок имеет право на свои собственные привычки, вкусы**
- 4. Нет плохих продуктов – есть плохие повара**
- 5. Здоровье зависит от правильного питания**



**СПАСИБО  
ЗА  
ВНИМАНИЕ**