Применяемые нормы обеспечения питанием детей в организованных детских коллективах

(МР 2.4.5.0107—15 «Организация питания детей дошкольного и школьного возраста в организованных коллективах» Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора)

Организация питания детей в организованных коллективах регламентируется СанПиН 2.4.1.3049—13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» и СанПиН 2.4.5.2409—08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в образовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования». Соблюдение требований, содержащихся в указанных документах, обеспечивает санитарно-микробиологическую и санитарно-химическую безопасность питания детей дошкольного возраста в организованных коллективах и пищевую ценность рациона, достаточную для нормального развития организма ребенка дошкольного и школьного возраста.

Продукты, используемые в питании детей в детских организованных коллективах, должны быть качественными, безопасными и соответствовать требованиям действующего законодательства. Питание должно быть щадящим как по способу приготовления (ограничение жареных блюд), так и по своему химическому составу (ограничение пищевых добавок, поваренной соли, специй и др.).

Рекомендуемое распределение калорийности между приемами пищи в зависимости от времени пребывания детей в дошкольных организациях (%)

Для детей с круглосуточным пребыванием	Для детей с дневным пребыванием 8—10 ч*	Для детей с дневным пребыванием 12 ч*
завтрак (20—25 %) 2-й завтрак (5 %) обед (30—35 %) полдник (10—15 %) ужин (20—25 %) 2-й ужин (до 5 %) – дополнительный прием пищи перед сном – кисло-молочный напиток с булочным или мучным кулинарным изделием	завтрак (20—25 %) 2-й завтрак (5 %) обед (30—35 %) полдник (10—15 %)	завтрак (20—25 %) 2-й завтрак (5 %) обед (30—35 %) полдник (10—15 %) / или уплотненный полдник** (30—35 %) ужин (20—25 %)**
* Рекомендуемое потребление белков, жиров, витаминов и минеральных веществ детьми во время пребывания в дошкольных организациях должно составлять не менее 70 % от суточной потребности; ** Вместо полдника и ужина возможна организация уплотненного полдника (30—35 %)		

Рекомендуемые среднесуточные наборы пищевых продуктов для организации питания детей 1—3 лет, 3—7 лет в организованных коллективах

Наименование продуктов	Количество продуктов в зависимости от возраста детей, г, мл, нетто	
	1—3 года	3—7 лет
1	2	3
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный, пшеничный, ржаной)	100	130
Мука пшеничная	25	29
Крупы (злаки), бобовые	30	43
Макаронные изделия	8	12
Картофель	120	140
Овощи, зелень (в т. ч. сезонные)	205	260
Фрукты (плоды свежие)	95	100
Фрукты сухие	9	11
Соки (фруктовые, овощные)	100	100
Напитки витаминизированные (готовый напиток)	–	50
Мясо (говядина, нежирная свинина, баранина и др.)	50	55
Мясо птицы*	20	24
Рыба, в т. ч. сельдь слабосоленая	32	37
Колбасные изделия **	–	7
Молоко и кисло-молочные напитки (не ниже 2,5 % жирности)	390	450
Творог (5—9 % жирности)	30	40
Сыр	4,3	6,4
Сметана (10—15 % жирности)	9	11
Масло сливочное	18	21
Масло растительное (подсолнечное, кукурузное, соевое)	9	11
Яйцо (не ниже 1категории)	20	24
Сахар***	30	35
Кондитерские изделия	7	10
Чай	0,5	0,6
Какао	0,5	0,6
Дрожжи хлебопекарные	0,4	0,5
Кофейный напиток	1,0	1,2
Мука картофельная (крахмал)	2	3
Соль	4	6

* Возможна замена на мясо других видов животных в эквивалентных количествах.
** Не являются обязательными продуктами для питания детей.
*** В том числе для приготовления блюд и напитков; в случае использования продуктов промышленного выпуска, содержащих сахар (сгущенное молоко, кисели и др.), выдача сахара должна быть уменьшена в соответствии с его количеством, поступающим в составе используемого готового продукта

Рекомендуемый ассортимент

основных пищевых продуктов для использования в питании детей в организованных коллективах

Мясо и мясопродукты:

– говядина I категории;

– нежирные сорта свинины и баранины;

– мясо птицы* охлажденное (цыплята, курица, индюшка);

– конина;

– оленина;

– субпродукты говяжьи (печень).

Рыба: треска, горбуша, лосось, хек, минтай, сельдь (соленая).

Яйца куриные не ниже 1 категории.

Молоко и молочные продукты:

– молоко (2,5—3,2 % жирности), пастеризованное, стерилизованное, сухое;

– сгущенное молоко (цельное и с сахаром), сгущенно-вареное молоко;

– творог 5—9 %-й жирности; творог и творожные изделия промышленного выпуска в мелкоштучной упаковке;

– сыр неострых сортов;

– сметана (10—15 %-й жирности) – после термической обработки;

– кисломолочные напитки промышленного выпуска: кефир, йогурты, простокваша, ряженка, варенец, бифидок.

Пищевые жиры:

– сливочное масло (72,5, 82,5 % жирности);

– растительное масло (подсолнечное, кукурузное, соевое);

– маргарин только для выпечки.

Кондитерские изделия:

– галеты, печенье, крекеры, вафли, пряники, сушки;

– джемы, варенье, повидло, мед – промышленного выпуска.

Овощи:

– овощи свежие: картофель, капуста белокочанная, капуста краснокочанная, капуста морская, морковь, свекла, лук (зеленый и репчатый), чеснок (с учетом индивидуальной переносимости), коренья белые сушеные;

– сезонные овощи: огурцы, томаты, цветная капуста, брокколи, перец сладкий, кабачки, баклажаны, патиссоны, петрушка, укроп, листовой салат, щавель,

шпинат, сельдерей, репа, редис, редька, тыква, в т. ч. овощи быстрозамороженные (отечественного производства).

Фрукты:

– яблоки, груши;

– сезонные фрукты: слива, персики, абрикосы, ягоды;

– фрукты сухие (плоды) и быстрозамороженные для приготовления напитков.

Бобовые.

Соки и напитки:

– соки и нектары промышленного выпуска (осветленные и с мякотью);

– напитки промышленного выпуска на основе натуральных фруктов;

– витаминизированные напитки промышленного выпуска;

– кофе (суррогатный), какао, чай.

Консервы:

– говядина тушеная (в виде исключения при отсутствии мяса) для приготовления первых блюд;

– лосось, сайра;

– баклажанная и кабачковая икра;

– зеленый горошек;

– кукуруза сахарная;

– фасоль стручковая консервированная;

– томаты и огурцы соленые;

– томатная паста, томат-пюре для приготовления первых и вторых блюд.

Хлеб (ржаной, пшеничный или из смеси муки).

Крупы: рис, овсяная, гречневая, пшено, кукурузная, ячневая и др.

Макаронные изделия.

Мука картофельная (крахмал).

Соль поваренная йодированная.

Ограничено потребление сосисок, сарделек (говяжьих), колбас вареных для детского питания до 1 раза в неделю – после тепловой обработки. Данные продукты не являются обязательными для питания детей.

В течение дня необходимо обеспечить негазированной питьевой водой гарантированного качества.