



Организация питания в детском саду



L/O/G/O



Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастных групп

	1 до 3 лет 10,5ч	3 – 7 лет 10,5ч
Белки (г)	36	45
Жиры (г)	40	60
Углеводы (г)	193	248
Энергия/ ккал	1200	1800



• Питание детей в ДОУ организовано в соответствии с примерным 10 дневным меню, утвержденным руководителем ДОУ, 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.



ïèòàíèå äåðåé0001.pdf



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



При составлении меню учитывается:



- сезонные, национальные и территориальные особенности питания и составление здоровья детей, а также в соответствии с рекомендуемым ассортиментом основных пищевых продуктов для использования в питании детей ДОО.



- Производство готовых блюд осуществляется в соответствии с технологическими картами, в которых отражена рецептура и технология приготовления блюд и кулинарных изделий.

Технологические карты



Приложение 7 к СанПин 2.4.1.3049-13

Технологическая карта

Технологическая карта № _____

Наименование изделия:

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептов:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Выход:		

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества:				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал	

Технология приготовления: _____



Рекомендуемое распределение калорийности между приемами пищи в %



Для детей с круглосуточным пребыванием	Для детей с дневным пребыванием 8-10 час.	Для детей с дневным пребыванием 12 час.
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 - кисломолочный 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%)* * вместо полдника и ужина организация уплотненного полдника (30-35%)



•Завтрак состоит из горячего блюда (каши, запеканки, яичные блюда), бутерброда и горячего напитка.



Обед состоит из:

- салата или порционных овощей,
- первого блюда (суп),
- второго (гарнир и блюдо из мяса, рыбы, 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.



- Согласно СанПиН 2.4.1.3049-13 предусмотрено ежедневное использование в питании детей: молока, сметаны, мяса, картофеля, овощей, фруктов, хлеба, круп, сливочного и растительного масла, сахара, соли. Остальные продукты творог, сыр, яйцо, соки, рыба 2 раза в неделю. Выпечка также 2 раза в неделю – среда, пятница



- Необходимые расчеты и оценку использованного на одного ребенка, среднесуточного набора пищевых продуктов проводится один раз в десять дней.















Разновидности супов



Супы

1. Гороховый с гренками
2. Рассольник ленинградский
3. Борщ
4. Салма
5. Суп лапша домашняя
6. Суп с макаронными изделиями
7. Домашний рассольник
8. Суп крестьянский
9. Щи
10. Свекольник
11. Рисовый с яйцом
12. Харчо
13. Уря
14. Уха
15. Суп с рыбными фрикадельками
16. Суп с мясными фрикадельками
17. Суп с гречневой крупой
18. Овсяной



Разновидности выпечек



1. Плюшка Новомосковская

2. Дучмак с творогом

3. Булочка Веснушка

4. Булочка домашняя

5. Ватрушка

6. Пирожки с яблоками

7. Прищипы с курагой

8. Блины

9. Пицца

10. Расстегаи

11. Шанежки



Разновидности запеканок



1. Лапшевник
2. Творожно-морковная
3. Творожно-яблочная
4. Творожная со сладким соусом
5. Крупенник (творог + гречка)



Утверждаю
Заведующий МАДОУ № 22 г. Туймазы
Каримова Р.С.

« _____ » _____ 2014 год.



Технологическая карта № 110

Наименование изделия: Салат картофельный с огурцами солеными

Номер рецептуры: 43

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2011 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1,5-3 лет	с 1,5-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель				
с 01.09-31.10	27	27	36	36
с 31.10-31.12	29	29	38	38
с 31.12-28.02	21	21	41	41
с 29.02-01.09	34	34	45	45
Масса отварного очищенного картофеля		20		26
Лук репчатый	5	4	6	5
Огурцы соленые	15	8	20	12
Морковь				
До 1 января	12,6	12,6	17	17
С 1 января	13,4	13,4	17	18
Масса отварной очищенной моркови		10		13
Масло растительное	4	4	5	5
Выход		45		60



МЕНЮ

на 28.10.2014г



Завтрак: Икра свекольная
Каша геркулесовая молочная
Хлеб с маслом
Кофейный напиток с молоком

II завтрак: Ясли – яблоко
Сад – апельсин

Обед: Салат луковый
Рассольник ленинградский м/б, с/с
Капуста тушенная с мясом
Хлеб ржаной
Напиток из кураги «С»

Полдник: Запеканка творожно – морковная
Хлеб
Кефир



Спасибо за внимание!