

## **Условия питания детей инвалидов, детей с ОВЗ в ДОУ**

Значительное место в здоровье ребёнка занимает питание.

Правильное питание обеспечивает нормальный рост и развитие детей, способствует профилактике заболеваний, продлению жизни людей, повышению работоспособности и создает условия для полноценной адаптации к окружающей среде.

Роль питания в современных условиях значительно повышается в связи ускорением темпов жизни, увеличением получаемой детьми познавательной информации в детских садах и дома, по телевидению, радио, кино, изменением условий воспитания в семье, вовлечением детей в занятия физкультурой и спортом.

Большое значение имеет правильная организация питания детей в детских дошкольных учреждениях.

Под ежедневным контролем руководителя находятся следующие вопросы:

- составление ежедневной меню-раскладки;
- формирование рациона питания детей, включая контроль за ассортиментом пищевых продуктов;
- качество поступающих пищевых продуктов;
- санитарно-техническое состояние пищеблока;
- условия хранения пищевых продуктов и соблюдение сроков реализации;
- технологические процессы;
- состояние здоровья персонала, соблюдение персоналом правил личной гигиены;
- наличие у персонала гигиенических знаний и навыков;
- санитарное содержание пищеблока и санитарная обработка продуктов детского питания.

### **Основными принципами организации питания в детском саду являются:**

- Адекватная энергетическая ценность рационов, соответствующая энергозатратам детей.
- Сбалансированность рациона по всем пищевым факторам, включая белки и аминокислоты, пищевые жиры и жирные кислоты, различные классы углеводов, витамины, минеральные соли и микроэлементы.
- Максимальное разнообразие рациона, являющееся основным условием обеспечения его сбалансированности, которое достигается путем использования достаточного ассортимента продуктов и различных способов кулинарной обработки.
- Адекватная технологическая и кулинарная обработка продуктов и блюд, обеспечивающая их высокие вкусовые достоинства и сохранность исходной пищевой ценности.
- Исключение из рациона питания продуктов и блюд, способных оказывать раздражающее действие на слизистую органов пищеварения, а также продуктов, которые могли бы привести к ухудшению здоровья у детей с хроническими заболеваниями, то есть питание в детском саду должно быть «щадящим».

-Обеспечение санитарно- эпидемиологической безопасности питания, включающее соблюдение всех санитарных требований к состоянию пищеблока, поставляемым продуктам питания, их транспортировке , хранению, приготовлению и раздаче блюд.

В нашем ДОО организовано трехразовое питание включающее в себя- завтрак, обед и полдник, и соответствующее всем требованиям СанПиН. Имеется перспективное 12-дневное меню, на основании которого повар составляет ежедневное меню-раскладку, а также картотека блюд, входящих в меню, в которой указывается рецептура (раскладка), энергетическая ценность каждого блюда.

ДОО заключает контракты, по результатам открытого совместного аукциона по размещению заказа на закупку продуктов питания для нужд дошкольного учреждения.

При составлении меню и расчётов калорийности строго соблюдается условие оптимального соотношения пищевых веществ (белков, жиров и углеводов), которое должно составлять 1:1:4 соответственно.

- в повседневный рацион питания детей включены **основные группы продуктов** - мясо, рыба, молоко, яйца, фрукты, овощи, сахар, хлеб, крупы и др.;
- из рациона питания исключены продукты, способные оказывать раздражающее действие на слизистую органов пищеварения, а также продукты, которые могли бы привести к ухудшению здоровья детей с хроническими заболеваниями вне стадии обострения или компенсированными функциональными нарушениями органов желудочно-кишечного тракта (щадящее питание);
- учитываются индивидуальные особенности детей (в том числе непереносимость ими отдельных продуктов и блюд);
- соблюдается санитарно-эпидемиологическая безопасность питания, включающее соблюдение всех санитарных требований к состоянию пищеблока, поставляемым продуктам питания, их транспортировке, хранению, приготовлению и раздаче блюд.

В ДОО организовано 3-разовое питание на основе перспективного меню. В меню представлены разнообразные блюда. В ежедневный рацион питания включены овощи и фрукты.

Режим приема пищи:

Завтрак -8.30 во всех группах

Обед- с11.30-12.00 в соответствии с режимом дня возрастных групп

Полдник 15.30 во всех группах

Создание отдельного меню для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья не осуществляется.

**Нормы питания детей  
в дошкольных образовательных учреждениях  
(г, мл, на 1 ребенка в день)**

№ п/п	Наименование продуктов	Натуральные нормы (г, мл, на 1 ребенка в день)	
		1-3 года	3-7 лет
1.	Молоко	234	337
2.	Творог	18	30
3.	Сметана	5	8
4.	Сыр	2	4.5

5.	Мясо (безкостное/на кости)	30	41
6.	Птица (цыпл.-бройл.)	12	18
7.	Рыба	19	28
8.	Субпродукты	12	19
9.	Яйцо куриное	0,6	0,75
10.	Картофель: с 01.09.по 31.10.	72	105
11.	Овощи, зелень	108	165
12.	Фрукты (плоды) свежие	57	75
13.	Фрукты (плоды) сухие	5	8
14.	Соки фруктовые (овощные)	60	75
15.	Напитки витаминизированные (готовый напиток)	-	37
16.	Хлеб ржаной (рж.-пшен.)	24	38
17.	Хлеб пшеничный	36	60
18.	Крупы (злаки), бобовые	18	22
19.	Макаронные изделия гр. А	5	9
20.	Мука пшен. хлебопекарная	15	22
21.	Масло коровье сладкосливоч.	11	16
22.	Масло растительное	5	9
23.	Кондитерские изделия	7	15
24.	Чай	0,3	0,05
25.	Какао-порошок	0,3	0,6
26.	Кофейный напиток	0,15	0,9
27.	Сахар	15	23
28.	Дрожжи хлебопекарные	0,25	0,4
29.	Мука картофельная (крахмал)	1,2	2,3
30.	Соль пищевая поваренная	2	4

<b>Наименование показателей</b>	<b>2-3 года норма</b>	<b>3-7 лет норма</b>
Белки, г	44,3	55
Жиры, г	42	52
Углеводы, г	161	206
Калорийность (ккал)	1170	1440