

## Пояснительная записка

Настоящее «Примерное 15-дневное меню для организации питания детей от 1,5 лет до 7 лет в дошкольной группе Муниципального общеобразовательного бюджетного учреждения «Основная общеобразовательная школа Лесозаводского городского округа с. Курское» 10,5-часовым пребыванием» (далее – примерное меню) разработано в соответствии Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.3/2.4.3590 – 20 от 27.10.2020 г В основу разработки примерного меню были использованы **«Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях(под ред.доц.Коровка Л.С., доц.Добросердова И.И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.), «Питание детей» (под ре.Снигур М.И.), «Питание здорового и больного ребенка»(под ред.Ладодо К.С., Дружинина Л.В.), «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях 2015 г., «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях 2011г., «Для дошкольных образовательных учреждений, 2004 г., Пермь, «Организация рационального питания детей в ДОУ» Воронеж, 2010 г., «Основные принципы организации детей в ДОУ» 2002 г. (под ред. Ладодо К.С., Дружинина Л.В.), «Сборник технологических нормативом, рецептур блюд и кулинарных изделий 2013 г.», Пермь, «Рецептура блюд для детских учреждений» (Под редакцией Т.В.Плотникова, 2013 год), «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений» г.Пермь 2001 год. «Нормы питания детей в детских яслях, детских садах, яслях-садах и в санаторных дошкольных учреждениях (граммов в день на одного ребенка)», приложение №7 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20.**

При разработке примерного меню соблюдены возрастные физиологические нормы суточной потребности в основных пищевых веществах и энергии, обеспечивающие растущий организм детей энергией и основными пищевыми веществами в соответствии с временем пребывания в детском саду 10,5 часов, приложение № 10 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Предусмотрено использование 15-дневного меню. Реализация примерного меню обеспечивает строгое выполнение режима питания детей. В ДОШКОЛЬНОЙ ГРУППЕ с 10,5 -часовым пребыванием детей предусмотрено 4-разовое питание. Ассортимент основных продуктов питания, рекомендуемых для использования в питании детей и приготовления блюд представлен в Приложении 11 к СанПиН 2.4.1.3049 – 13 (с изм. от 27.10.2020 г.)

При отсутствие каких-либо продуктов разрешается проводить их замену на равноценные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов (приложение 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания . замена целого дня.

В примерном меню использованы рекомендуемые объемы порций для детей разного возраста в соответствии в Приложение № 9 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Зимой и весной при отсутствии свежих овощей и фруктов рекомендуется включать в меню соки, свежемороженые овощи и фрукты при соблюдении сроков их реализации. Дополнительную витаминизацию следует проводить строго в соответствии с правилами, изложенными в СанПиН 2.4.1.3049 – 13 (с изм. от 27.10.2020 г.)

Рекомендуется использовать йодированную поваренную соль.

В примерном меню не содержатся продукты, не рекомендованные для питания детей дошкольного возраста.

