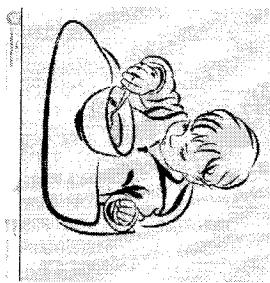


Принята на общем собрании  
01.11.2018

Протокол № 5 от 01.11.2018

Утверждено  
Заведующий МБДОУ г. Мурманска № 108  
Т.И. Лебедева  
01.11.2018

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
г. Мурманска № 108**



**ПРОГРАММА**

по организации и контролю питания  
«Будь здоров маалыш».

**Уважаемые родители!**

Рациональное и полноценное питание – залог крепкого здоровья, нормального роста и правильного развития детей.

Питание обеспечивает основные жизненные функции организма. К этому прежде всего нужно отнести рост и развитие, а также непрерывное обновление тканей (пластическая роль пищи). С пищей достается энергия, необходимая для всех внутренних процессов организма, а также для осуществления внешней работы и передвижения, растущий организм получает вещества

необходимые для синтеза организмом соединений, выполняющих роль регуляторов и биологических катализаторов: гормонов и ферментов.

Для гармоничного развития организму должны доставляться питательные вещества определенного качества и количества.

Отсюда вытекает основное требование к рациональному питанию: соответствие количества и качества пищи потребностям организма. Невыполнение этого требования приводит к отставанию роста и развития детей и к разнообразным заболеваниям пищевой неадекватности.

Выполнение основных законов питания особенно важно для растущего организма: отставание в массе тела, росте, физиологическом и психическом развитии, вызванное нерациональным питанием, не может быть исправлено коррекцией химического состава пищи и увеличением ее количества, так как после достижения определенного возраста эти изменения оказываются необратимыми.

Оптимальным является рацион, калорийность которого полностью соответствует энергогратам детского организма, сбалансированный по белкам, жирам и углеводам.

Сегодняшняя ситуация, по организации питания, осложнена тем что на продуктовом рынке появляются некачественные продукты с различными синтетическими добавками, красителями, геномодифицированные , что приводит росту аллергических, эндокринных заболеваний, дерматитов , бронхиальной астме, кишечных расстройств, повышению массы тела и многих других нарушений.

Дошкольный возраст самый благоприятный для воспитания у детей правильных пищевых привычек, культуры питания, стереотипов пищевого поведения.

Формирование основ правильного питания ребенка это овладение им полезными навыками, которые помогут ему в повседневной жизни

Этим обусловлено особое внимание к организации сбалансированного детского питания . С организацией питания в нашем детском саду Вы можете познакомиться на этой странице. Мы познакомим вас со всеми особенностями организации питания в детском саду: от поставки продуктов питания до организации питания детей в группах, с консультациями, рекомендациями по организации правильного, здорового питания детей в домашних условиях

### **Цель программы:**

1. Обеспечение гарантий прав детей раннего и дошкольного возраста, сохранение здоровья воспитанников.

### **Задачи**

1. Создание условий, направленных на обеспечение воспитанников рациональным и сбалансированным питанием.
2. Гарантирование качества и безопасности питания, пищевых продуктов, используемых в приготовлении блюд.
3. Пропаганда принципов здорового и полноценного питания среди родительской общественности.

## **Основные направления работы по организации и контролю питания:**

1. Изучение нормативно-правовой базы по вопросам организации питания в ДОУ;
2. Организация обучения руководителей по вопросам организации питания;
3. Материально-техническое оснащение помещения пищеблока;
4. Организация питания детей раннего возраста;
5. Организация питания детей дошкольного возраста;
6. Контроль и анализ условий организации питания раннего и дошкольного возраста с привлечением родительской общественности
7. Разработка мероприятий по вопросам сбалансированного, полезного питания в ДОУ;
8. Изучение и распространение опыта по организации питания в ДОУ, пропаганда вопросов здорового питания среди родителей.

### **Требования к организации питания воспитанников в ДОУ.**

Организация питания возлагается на администрацию ДОУ. Распределение обязанностей по организации питания между работниками пищеблока, педагогами, младшими воспитателями определено должностными инструкциями. Заведующий ДОУ несет ответственность за организацию питания, осуществляет контроль за работой сотрудников. При транспортировке пищевых продуктов необходимо соблюдать условия, обеспечивающие их сохранность и предохраняющие от загрязнения, с учетом санитарно-эпидемиологических требований к их перевозке.

Прием пищевых продуктов и продовольственного сырья в ДОУ осуществляется при наличии товаросопроводительных документов, подтверждающих их качество и безопасность (ведомость на доставку продуктов питания, счет-фактура, удостоверение качества, при необходимости – ветеринарное свидетельство).

Продукция поступает в таре производителя (поставщика) и в таре ДОУ. Документация, удостоверяющая качество и безопасность продукции, маркировочные ярлыки (или их копии), сохраняются до окончания реализации продукции.

Входной контроль поступающих продуктов (брекераж сырых продуктов) осуществляется ответственным лицом. Результаты контроля регистрируются в специальном журнале. Не допускаются к приему пищевые продукты с признаками недоброкачественности, а также продукты без сопроводительных документов, подтверждающих их качество и безопасность, имеющие маркировки, в случае если наличие такой маркировки предусмотрено законодательством Российской Федерации.

Пищевые продукты хранятся в соответствии с условиями их хранения и сроками годности, установленными предприятием-изготовителем в соответствии с нормативно-технической документацией. Складские помещения для хранения продуктов оборудуются приборами для измерения температуры воздуха, холодильное оборудование –контрольными термометрами. Устройство, оборудование и содержание пищеблока ДОУ должно

соответствовать санитарным правилам к организациям общественного питания. Все технологическое и холодильное оборудование должно быть в рабочем состоянии. Технологическое оборудование, инвентарь, посуда, тара должны быть изготовлены из материалов, разрешенных для контакта с пищевыми продуктами. Весь кухонный инвентарь и кухонная посуда должны иметь маркировку для сырых и готовых пищевых продуктов. Для приготовления пищи используется электрооборудование, электрическая плита.

В помещении пищеблока проводят ежедневную влажную уборку, генеральную уборку по утвержденному графику. Работники пищеблока проходят медицинские осмотры и обследования, профессиональную гигиеническую подготовку, должны иметь личную медицинскую книжку, куда вносят результаты медицинских обследований и лабораторных исследований, сведения о прививках, перенесенных инфекционных заболеваниях, сведения о прохождении профессиональной гигиенической подготовки.

Ежедневно перед началом работы ответственное лицо, прошедшее специальный инструктаж проводит осмотр работников, связанных с приготовлением и раздачей пищи, на наличие гнойничковых заболеваний кожи рук и открытых поверхностей тела, а также ангин, катаральных явлений верхних дыхательных путей. Результаты осмотра заносятся в «Журнал здоровья». Не допускаются или немедленно отстраняют от работы больных работников или при подозрении на инфекционные заболевания.

Допускаются к работе по приготовлению блюд и их раздачи работники пищеблока, имеющие на руках порезы, ожоги, если они будут работать в перчатках. Работники пищеблока не должны во время работы носить кольца, серьги, закалывать спецодежду булавками, принимать пищу и курить на рабочем месте и на территории ДОУ. В ДОУ должен быть организован питьевой режим. Питьевая вода, в том числе расфасованная в емкости и бутылированная, по качеству и безопасности должна отвечать требованиям на питьевую воду.

Допускается использование кипяченой воды, при условии ее хранения не более 3-х часов.

Для обеспечения разнообразного и полноценного питания детей в ДОУ и дома родителей информируют об ассортименте питания ребенка, вывешивая ежедневное меню в каждой групповой ячейке. В ежедневном меню указывается наименование блюда и объем порции. Помещение пищеблока должно быть оборудовано вытяжной вентиляцией

### **Принципы организации питания:**

1. составление полноценного рациона питания;
2. использование разнообразного ассортимента продуктов, гарантирующих достаточное содержание необходимых минеральных веществ и витаминов;
3. строгое соблюдение режима питания, отвечающего физиологическим особенностям детей различных возрастных групп, правильное сочетание его с режимом дня каждого ребенка и режимом работы ДОУ;
4. соблюдение правил эстетики питания, воспитание необходимых гигиенических навыков в зависимости от возраста и уровня развития детей;

5. правильное сочетание питания в ДОУ с питанием в домашних условиях, проведение необходимой санитарно-просветительной работы с родителями, гигиеническое воспитание детей;
6. учет климатических особенностей региона, времени года, изменений в связи с этим режима питания, включение соответствующих продуктов и блюд, повышение или понижение калорийности рациона;
7. индивидуальный подход к каждому ребенку, учет состояния его здоровья, особенности развития, период адаптации, хронических заболеваний;
8. строгое соблюдение технологических требований при приготовлении пищи, обеспечение правильной кулинарной обработки пищевых продуктов;
9. повседневный контроль за работой пищеблока, выполнением норм питания, правильной организацией питания детей в группах;
10. привлечение родительской общественности к контрольным мероприятиям по организации питания;
11. учет эффективности питания детей.

#### **Работа с родителями:**

1. Выступление на родительских собраниях по вопросам организации питания воспитанников в детском саду и дома
2. Информационный уголок рационального питания детей дошкольного возраста.
3. Знакомства родителей с ежедневным меню на информационном стенде.
4. Знакомство со странничкой «Здоровье ребёнка» на сайте МБДОУ № 108
5. Индивидуальное консультирование родителей детей с плохим аппетитом.
6. Обязанности родителей по формированию культуры питания
7. Консультирование по вопросам организации питания детей в семье через уголки для родителей
- 9.Выпуск газеты «Поговорим о правильном питании»
- 10.Заседание родительского комитета по организации питания в ДОУ.
- 11.Выполнение натуральных норм.
- 12.Конкурс рецептов «Любимое блюдо моего ребёнка»
- 13.Прививать навыки культуры правильного питания в семье.
- 14.Выполнять рекомендации педагогов ДОУ по питанию в семье.

#### **Работа с поставщиками:**

- 1.Заключение договоров, контрактов на поставку продуктов( на один год ).
- 2.Контроль администрации за соблюдением требований к транспортировке, своевременность доставки продуктов, качеством и ассортиментом продуктов.
- 3.Контроль сертификатов, деклараций качества поставляемой продукции.

## **Реализация программы.**

1. Программа реализуется в течение учебного года.
2. Оценка результативности и эффективности программы.
3. Данная программа направлена на совместную деятельность воспитатель-дети-родители.

### **Результативность программы:**

1. Снижения заболеваемости детей через сбалансированное и рациональное питание.
2. Бережного отношения детей к своему здоровью.
3. Пропаганда здоровой и полезной пищи.
4. Формирования культуры питания.
5. Навыков ежедневного соблюдения правил личной гигиены.

### **Эффективность программы:**

- 1.Отсутствие (пищевых) заболеваний среди детей в течение года.
2. Улучшение антропометрические показателей.
3. Отсутствие нарушений санитарно-гигиенического режима.
4. Положительное влияние образовательно-разъяснительной работой с дополнительниками и родителями по вопросам здорового питания на общее самочувствие воспитанников.

## **КОНТРОЛЬ за организацией питания в ДОУ**

<b>№</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Дата</b>	<b>Исполнители</b>
<b>1</b>	<b>Контроль зав поступлением продуктов питания в ДОУ:</b>  •своевременность доставки продуктов питания, точность веса, количество и качество, ассортимент получаемых продуктов питания;  •наличие маркировочных ярлычков (производитель товара, срок реализации);  •наличие промышленных ярлычков на кисломолочную продукцию, молоко;	ежедневно	Старшая медицинская сестра, брекеражная комиссия, администрация, повар, представитель родительской

			общественности.
2	<b>Контроль за технологией приготовления пищи, качеством готовых блюд и кулинарных изделий:</b> •соблюдение правил холодной (первой) обработки сырья с позиции наибольшей сохранности пищевых веществ и безопасности питания; •продолжительность, температурный режим	ежедневно	Бракеражная комиссия, администрация, старшая Медицинская сестра
3	<b>Особенность приготовления блюд детского питания:</b> •оценка качества готовых блюд, снятие пробы (бракераж готовых блюд); •контроль за правильностью отбора и хранения суточной пробы пищи.	ежедневно	Бракеражная комиссия, старшая Медицинская сестра
4	Контроль за санитарным режимом пищеблока: •обеспечение правильной последовательности (поточности) технологических процессов; расстановка оборудования на пищеблоке; •соблюдение принципа поточности при приготовлении пищи; •оснащенность производственным инвентарем, кухонной посудой, разделочными досками, маркировка, условия хранения; •организация обработки тары, кухонной посуды и производственного инвентаря, наличие и использование моющих и дезинфицирующих средств; •организация и качество мытья кухни; •соблюдение режима уборки помещений, наличие и соблюдение графика генеральной уборки, наличие	ежедневно	Бракеражная комиссия, старшая Медицинская сестра представитель родительской общественности.

	маркированного уборочного инвентаря, условия его хранения, сбор пищевых отходов; •соблюдение правил личной гигиены сотрудников пищеблока.		
<b>5</b>	<b>Контроль за закладкой продуктов при подготовлении блюд</b>	1 раз в неделю	Бракеражная комиссия, старшая медицинская сестра
<b>6</b>	<b>Контроль за качеством приготовления пищи и соблюдением натуральных норм:</b>	ежедневно	Бракеражная комиссия, администрация, старшая медицинская сестра
	•наличие утвержденного 10-ти дневного меню и технологических карт;		
	•правильность составления меню-раскладки, правильность определения нормы каждого ребенка и указания выхода блюд;		
	•контроль за выполнением суточного набора продуктов;		
	•подсчет калорийности и соблюдения норм питания;		
	•коррекция питания соответственно фактическому количеству детей;		
	•соблюдение правильной закладки продуктов при приготовлении пищи;		
	•контроль наличия остатков продуктов;		
	•соблюдение технологического процесса		
<b>7</b>	<b>Контроль за организацией приема пищи:</b>	ежедневно	Бракеражная комиссия, администрация, старшая медицинская сестра
	•соблюдение графика выдачи пищи с пищеблока;		
	•соблюдение режима питания ,кратность, длительность интервалов между приемами пиши);		
	•условия приема, сервировка столов, культура приема пиши;		

- соблюдение детьми правил личной гигиены (мытье рук);
- объем и температура блод, аппетит детей, наличие остатков пищи;
- организация и соблюдение пищевого режима

8	<b>Поведение итогов работы за учебный год</b>	июнь	администрация

#### Ожидаемые результаты:

1. Помочь дошкольнику выработать чувство ответственности за гармоничное развитие растущего организма на основе правильного питания.
2. Сформировать понимание необходимости употребления в пищу полезных продуктов, способствующих профилактике различных заболеваний.
3. Вызвать положительное отношение употребления продуктов питания в соответствии их с пищевой и энергетической ценностью.
4. Формирование навыков ежедневного соблюдения правил личной гигиены и безопасности в процессе употребления, хранения и приготовления пиши.
5. Получение детьми всех продуктов для здорового жизнеобеспечения.
6. Избежание детского пищевого отравления, аллергических проявлений

#### Циклограмма контроля за организацией питания в МБДОУ на месяц

##### Приложение № 1

Объекты контроля	1 неделя				2 неделя				3 неделя				4 неделя				Участники контроля
	Пн	Вт	Ср	Чт													
Санитарное состояние пищеблока, соблюдение графика уборки																	Старшая медсестра,

		начальник ХО
<b>Соблюдение режима питания, графика выдачи пиши</b>		Старшая медсестра
<b>Исправность технологического и холодильного оборудования</b>		Старшая медсестра, начальник ХО
<b>Маркировка посуды, уборочного и разделочного инвентаря</b>		Старшая медсестра, начальник ХО
<b>Ведение журнала температурного режима холодильного оборудования, журнала здоровья работников пищеблока</b>		Заведующий складом Старшая медсестра
<b>Соблюдение товарного соседства при хранении продуктов питания</b>		Старшая медсестра, заведующий складом
<b>Бракераж сырых и скоропортящихся продуктов</b>		Старшая медсестра
<b>Витаминизация готовых блюд</b>		Старшая медсестра
<b>Бракераж готовой продукции</b>		Старшая медсестра

<b>Условия хранения моющих средств и дезрастворов (наличие документов подтверждающих их качество и безопасность)</b>		
<b>Состояние посуды для приготовления и приема пищи</b>		
<b>Наличие товаро- сопроводительных документов, подтверждающих их качество</b>		
<b>Сроки реализации продуктов</b>		
<b>Суточные пробы, отбор и хранение</b>		
<b>Соблюдение поточности технологических процессов</b>		
<b>Соответствие количества приготовленной пищи объемам и числу порций</b>		

<b>Соответствие закладки продуктов меню- требованию</b>																		
<b>Соблюдение технологии приготовления блюд</b>																		
<b>Создание условий в группах для приема пищи в соответствии с возрастом</b>																		
<b>Соблюдение охраны труда на пищеблоке, наличие медицинской аптеки</b>																		

**Список литературы:**

1. СанПин 2.4.1.3049-13;
2. Справочник по детской диетике Медицина 1980г;
3. Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях Савельева Н.Ю.;
4. Сборник химического состава пищевых продуктов Москва 1987г.
5. Питание детей раннего и дошкольного возраста В.Г.Кисляновская, Л.П. Васильева, Д.Б.Гурвич.
6. Программа «От рождения до школы» Н.Е.Вераксы
7. Журнал «Здоровье дошкольника»
8. Журнал «Руководитель ДОУ»