

МЕДИЦИНСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ И ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ В ДОО

Контроль качества питания / Двухнедельное меню

Двухнедельное меню для дошкольных групп по новым СанПиН

С 1 января 2021 года разрабатывать меню надо в соответствии с требованиями новых СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Узнайте об изменениях и воспользуйтесь готовым двухнедельным вариантом. Разработчики оформили его по рекомендуемому образцу.

Новые [СанПиН 2.3/2.4.3590-20](#) изменили требования к организации питания детей в ДОО. В таблице вы увидите пять основных нововведений. Узнайте, чем вызваны изменения, кто должен утверждать меню, что обязательно в нем указать, как оформлять технологические карты. Смотрите образец приказа об утверждении меню. В конце статьи – готовое меню для детей 3–7 лет с учетом пребывания в ДОО 11–12 часов. При такой продолжительности дети должны получить не менее 90 процентов от суточной потребности в пищевых веществах и энергии в пять приемов пищи. В меню включена питьевая специализированная вода для детей – 300 мл на день дополнительно к напиткам: чаю, фиточаю, какао, киселям, компотам.

	Было в СанПиН 2.4.1.3049-13	Стало в СанПиН 2.3./2.4.3590-20
1.	ДОО разрабатывает и утверждает примерное двухнедельное или четырехнедельное меню	ДОО разрабатывает и утверждает двухнедельное или четырехнедельное меню: не используется термин «примерное»
2.	Суммарный объем блюд в граммах разделен на четыре приема пищи и указан как диапазон от минимальной до максимальной массы порции	Суммарный объем блюд за день разделен на шесть приемов пищи, а порции даются в форме «не менее... граммов»
3.	Есть перечень ежедневного набора продуктов	Нет перечня ежедневного набора продуктов и регламента периодичности повторения блюд в меню
4.	Варианты замены одних продуктов	Варианты замен необходимо подбирать с

	на другие равноценны по содержанию основного пищевого вещества	учетом изменения массы, благодаря которой достигается необходимое количество пищевых веществ в блюде
5.	Есть перечень замены продуктов	Нет перечня рекомендованных продуктов на замену

Какие новые требования к меню учитывать

В [СанПиН 2.3/2.4.3590-20](#) пять новых изменений к организации питания детей в ДОО и разработке меню.

Суммарный объем блюд и количество приемов пищи. Деление суммарного объема блюд на большее количество приемов сделает меню разнообразнее за счет использования разных блюд. Кроме того, новый подход дает более точные характеристики объема. Если ранее надо было указывать: обед 600–800 г, то теперь: не менее 600 г.

Обязательно учитывайте длительность работы образовательной организации: 9-часовая, 12-часовая, 24-часовая. От этого зависит количество приемов пищи. Кроме этого, при составлении меню необходимо правильно распределить доли приемов пищи в суммарной калорийности в течение дня. Пример смотрите ниже.

ПРИМЕР. Как распределять калорийность и суммарную массу порций блюд за один прием пищи, если воспитанники находятся в ДОО 11–12 часов.

Завтрак – 25%, суммарная масса порций блюд – не менее 400 г.
 Второй завтрак – 5%, суммарная масса порций блюд – не менее 100 г.
 Обед – 35%, суммарная масса порций блюд – не менее 600 г.
 Полдник – 15%, суммарная масса порций блюд – не менее 250 г.
 Ужин – 25%, суммарная масса порций блюд – не менее 450 г.
 Полдник может быть заменен на уплотненный ужин, на который приходится 30% дневной калорийности.

Набор продуктов. Теперь руководитель решает, какой должен быть ежедневный набор продуктов и их периодичность. Составлять меню надо на основе набора продуктов, указанного в приложении 9. Данные продукты обеспечивают физиологическую потребность детей в основных пищевых веществах и энергии и основываются на принципах здорового питания.

Замена продуктов. Изменился подход к замене продуктов. Ранее предлагались варианты замены одних продуктов на другие, которые равноценны по содержанию основного пищевого вещества. Так, картофель заменяли вермишелью и другими овощами, содержащими равное количество углеводов: свекла, морковь. Творог можно было заменить белковыми продуктами: говядина, рыба, яйцо. При таком подходе у вас часто возникала потребность заменить несколько блюд. По новым СанПиН заменять продукты надо с учетом пищевой ценности согласно таблице пищевых продуктов, которая есть в новых СанПиН. Необходимое количество пищевых веществ в блюде вы получите изменением массы.

ПРИМЕР. Чем заменить говядину и молоко

100 г говядины можно заменить на 97 г мяса птицы или 125 г трески. 100 г молока с массовой долей жира 3,2% можно заменить на 12,5 г сыра или 14 г говядины.

Перечни рекомендованных и запрещенных продуктов. Новые СанПиН не содержат перечня рекомендованных продуктов. Это значит, что при формировании меню следует руководствоваться принципами здорового питания и среднесуточным набором пищевой продукции (приложение 7, [таблица 1](#)). Кроме того, надо учитывать, какие продукты нельзя использовать. Новый список запрещенных продуктов дополнен и ориентирован на обеспечение безопасности. Какие пять пунктов есть в новых СанПиН и нет в старых, смотрите далее. Эти ограничения помогут выбрать поставщика пищевых продуктов и указать в договоре поставки обязательные требования. А на этапе контроля при приемке по количеству и качеству теперь надо указывать, что именно проверить для оценки соответствия требованиям безопасности.

<p>5 пунктов, которые добавлены в перечень запрещенных продуктов по новым СанПиН</p>	<ol style="list-style-type: none">1. Продукты без маркировки, с истекшими сроками годности, признаками недоброкачества.2. Продукты, которые не соответствуют требованиям ТР ТС.3. Мясо сельскохозяйственных животных, птицы, рыба, которое не прошло ветеринарно-санитарную экспертизу.4. Пальмовое, рапсовое, кокосовое, хлопковое растительные масла.5. Творожные сырки и творожные изделия более девяти процентов жирности.
---	--

Кто утверждает меню и как часто менять его

[СанПиН 2.3/2.4.3590-20](#) указывают, что меню необходимо разработать не менее чем на две недели. Руководитель ДОО должен утвердить его. Образец приказа об утверждении меню смотрите далее.

Меню утверждает руководитель ДОО в случае, если в организации работает собственный пищеблок и в случае использования услуг сторонних организаций. Если вы организуете питание с помощью услуг предприятия общественного питания или индивидуального предпринимателя, меню утверждает также и руководитель этой организации. Но при этом он должен согласовать меню с руководителем ДОО.

Образец приказа

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Детский сад № 1»
(МБДОУ «Детский сад № 1»)

ПРИКАЗ

29.12.2020

№ 125

г. Энск

Об утверждении ежедневного цикличного двухнедельного меню

В целях исполнения требований СанПиН 2.3./2.4.3590-20 к организации питания детей 3 – 7 лет с 01.01.2021, -

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить меню № 1 на период с 01.02.2021 по 15.02.2021.
2. Ответственному за организацию питания Кораблеву И.Н. подготовить и представить на утверждение меню № 2 на двухнедельный период в срок до 12.02.2021.
3. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

Заведующий

Л.И.Семенова

С приказом ознакомлены:

Ответственный за организацию
питания И Н. Кораблев

29.12.2020

Отредактируйте текст приказа

Добавить – добавьте работников, которых нужно ознакомить с приказом

Печать – распечатайте приказ



Внимание

Разместите ежедневное меню на инфостендах, которые видят родители: на сайте ДОО, при входе на территорию

Что обязательно указать в меню

В [СанПиН 2.3/2.4.3590-20](#) в приложении 8 есть рекомендованная форма меню. По сравнению с предыдущей формой в ней нет графы «витамин С». Кроме того, «выход блюда» заменен на «вес блюда», под которым надо понимать массу порции. В новой форме производится учет веса блюда, содержания белков, жиров, углеводов и энергетической ценности не только за весь день, как было раньше, но и по каждому приему пищи: итого за завтрак / обед / ужин.

В меню должны быть указаны показатели пищевой ценности, которые рассчитываются с учетом потерь при холодной и термической обработке. Другие обязательные реквизиты смотрите ниже.

5 пунктов, которые должны быть указаны в ежедневном меню	<ol style="list-style-type: none">1. Возрастная группа детей.2. Наименование приема пищи.3. Наименования блюд.4. Масса порции.5. Калорийность порции.
---	---

Как оформлять технологические карты

Технологическая карта (далее – ТК) как обязательный документ по новым санитарным правилам не требуется. Единственный обязательный документ для применения в ДОО – утвержденное в установленном порядке меню. Это значит, что наличие ТК Роспотребнадзор проверять не будет. Соответственно, нет обязательных требований к форме ТК. Однако ТК удобны и помогают правильно организовать питание в ДОО.

[СанПиН 2.3/2.4.3590-20](#) предусматривают использование сборников рецептов для формирования ТК. Сейчас есть несколько актуальных изданий, но они носят справочный характер. Официальных сборников не существует. Если вы используете

сборники рецептур, изданные до вступления в силу новых санитарных правил, необходимо проверить соответствие набора продуктов, входящих в состав блюд, новому запрещенному списку.

ПРИМЕР. Сборники технологических карт

1. Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений. Под редакцией А.Я. Первалова, 2018.
 2. Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях. Под редакцией М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. М., 2011.
-

Технологическая карта – давно принятый в практике документ. Он содержит нормы закладки сырья, нормы выхода блюд, описание технологического процесса изготовления, показатели качества и безопасности, пищевую ценность. Так как [глава XIV](#) и [приложение 7](#) СанПиН 2.4.1.3049-13 отменены, ТК можно оформить по рекомендованной форме приложения А ГОСТ 31987-2012. Но и данную форму можно дополнять графами в соответствии с вашими задачами. За содержание, актуальность и оформление ТК несет ответственность разработчик – руководитель организации, который утвердил ее.
