

Часто задаваемые вопросы по питанию.

олжно ли меню утверждаться Роспотребнадзором?

Согласно СанПиН меню должно утверждаться руководителем организации. аким технологическим документам должна соответствовать температура готовых блюд на выходе?

Температура готовых блюд должна соответствовать технологической карте, технико-технологической карте, технологической инструкции.

то делать, если у ребенка есть медицинские показания для диетического питания?

Диетическое меню составляется индивидуально под каждого обучающего с учетом рекомендаций и медицинских показаний.

Если у вашего ребенка есть медицинские показания для предоставления диетического питания, то вам необходимо:

связаться с ответственным по организации питания в ДОУ;

- предоставить справку, подтверждающую и описывающую диету;
- написать заявление о предоставлении диетического питания;
- совместно обсудить меню для вашего ребенка.

то делать, если у ребенка есть заболевание, требующее специализированного питания?

Если у вашего ребенка есть заболевания, требующие специализированного питания, то вам необходимо:

- связаться с ответственным по организации питания в ОУ и предоставить справку, подтверждающую заболевание, и рекомендации врача;

- написать заявление о предоставлении специализированного питания;
- совместно обсудить меню для вашего ребенка.

ают ли детям в детском саду огурцы соленые в заливке на лимонной кислоте с добавлением чеснока и вареную докторскую колбасу?

Согласно Приложению 6 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 не допускается в питании детей использовать овощи и фрукты консервированные, содержащие уксус, а также сырокопченые мясные гастрономические изделия и колбасы. Таким образом, вареная колбаса недопустима для питания детей в детском саду. Если при приготовлении соленых огурцов не используется уксус, данное блюдо разрешено для питания детей.

олжно ли готовить в детском саду яичницу-глазунью и макароны по-флотски?

Нет. Согласно Приложению 6 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 яичница-глазунья и макароны по-флотски содержатся в списке запрещенной пищевой продукции.

ем отличается домашнее питание от питания в детском саду?

Домашняя пища готовится в меньшем объеме, чем в детском саду, ассортимент зависит от наличия продуктов в семье и желания ребенка. В детском саду предлагают специально разработанные для детей продукты и блюда. Свежеприготовленная пища дома — не всегда реальность, чаще пищу готовят впрок, на несколько дней, и хранят в холодильнике, причем при повторном подогревании пищевая и вкусовая ценность пищи снижается.

ужно ли соблюдать режим питания ребенку?

Да, обязательно. Во-первых, это необходимо для нормальной работы желудочно-кишечного тракта (выработки желудочного сока), а во-вторых, это позволяет выработать у ребенка стереотип правильного и рационального питания, необходимого для выбора продуктов, полезных для здоровья.

ужно ли запивать пищу?

Обычно ребенку предлагают напитки (чай, какао или чай с молоком, компот, сок) после основной еды. Однако у части детей имеются затруднения при приеме твердой пищи (хлеба, котлет и др.). В этих случаях, в порядке исключения, можно разрешить ребенку запивать такие блюда чаем, водой и другой жидкостью.

проверяют ли продукты для детей дошкольного возраста на соответствие требованиям?

Все продукты для детей дошкольного возраста в обязательном порядке проходят гигиеническую экспертизу, включающую санитарно-химические и санитарно-микробиологические исследования на соответствие этих продуктов действующим санитарным нормам и правилам в России.

ожет ли ежедневное меню отличаться от 10-дневного?

Питание должно быть организовано в соответствии с примерным меню, утвержденным руководителем дошкольной образовательной организации, рассчитанным не менее чем на 2 недели, 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.

При отсутствии каких-либо продуктов в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания разрешается проводить их замену на равноценные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов по белкам и углеводам.

акие продукты не разрешены для питания в детском саду?

Перечень пищевой продукции, которая не допускается при организации питания детей СанПиН 2.3/2.4.3590-20

ищевая продукция без маркировки и (или) с истекшими сроками годности и (или) признаками недоброкачества.

ищевая продукция, не соответствующая требованиям технических регламентов Таможенного союза.

ясо сельскохозяйственных животных и птицы, рыба, не прошедшие ветеринарно-санитарную экспертизу.

убпродукты, кроме говяжьих печени, языка, сердца.

епотрошенная птица.

ясо диких животных.

йца и мясо водоплавающих птиц.

йца с загрязненной и (или) поврежденной скорлупой, а также яйца из хозяйств, неблагополучных по сальмонеллезам.

онсервы с нарушением герметичности банок, бомбажные, "хлопуши", банки с ржавчиной, деформированные.

рупа, мука, сухофрукты, загрязненные различными примесями или зараженные амбарными вредителями.

ищевая продукция домашнего (не промышленного) изготовления.

ремовые кондитерские изделия (пирожные и торты).

ельцы, изделия из мясной обрезки, диафрагмы; рулеты из мякоти голов, кровяные и ливерные колбасы, заливные блюда (мясные и рыбные), студни, форшмак из сельди.

акарены по-флотски (с фаршем), макароны с рубленным яйцом.

ворог из непастеризованного молока, фляжный творог, фляжную сметану без термической обработки.

ростокваша - "самоквас".

рибы и продукты (кулинарные изделия), из них приготовленные.

вас.

оки концентрированные диффузионные.

олоко и молочная продукция из хозяйств, неблагополучных по заболеваемости продуктивных сельскохозяйственных животных, а также не прошедшая первичную обработку и пастеризацию.

ырокопченные мясные гастрономические изделия и колбасы.

люда, изготовленные из мяса, птицы, рыбы (кроме соленой), не прошедших тепловую обработку.

асло растительное пальмовое, рапсовое, кокосовое, хлопковое.

ареные во фритюре пищевая продукция и продукция общественного питания.

ксус, горчица, хрен, перец острый (красный, черный).

стрые соусы, кетчупы, майонез.

вощи и фрукты консервированные, содержащие уксус.

офе натуральный; тонизирующие напитки (в том числе энергетические).

улинарные, гидрогенизированные масла и жиры, маргарин (кроме выпечки).

дро абрикосовой косточки, арахис.

азированные напитки; газированная вода питьевая.

олочная продукция и мороженое на основе растительных жиров.

евательная резинка.

умыс, кисломолочная продукция с содержанием этанола (более 0,5%).

арамель, в том числе леденцовая.

олодные напитки и морсы (без термической обработки) из плодово-ягодного сырья.

крошки и холодные супы.

ичница-глазунья.

аштеты, блинчики с мясом и с творогом.

люда из (или на основе) сухих пищевых концентратов, в том числе быстрого приготовления.

артофельные и кукурузные чипсы, снеки.

зделия из рубленого мяса и рыбы, салаты, блины и оладьи, приготовленные в условиях палаточного лагеря.

ырки творожные; изделия творожные более 9% жирности.

олоко и молочные напитки, стерилизованные менее 2,5% и более 3,5% жирности;

кисломолочные напитки менее 2,5% и более 3,5% жирности.

отовые кулинарные блюда, не входящие в меню текущего дня, реализуемые через буфеты.

. Что делать, если ребенок ничего не хочет есть в детском саду?

Есть дети, которые в детском саду почти ничего не едят. Особенно часто они встречаются в младших группах. Иногда дети могут есть только йогурт или компот.

Не стоит заставлять такого ребенка есть, со временем он станет принимать пищу наравне со всеми. Достаточно, если ребенок будет в детском саду хотя бы пить (чай, компот) и понемногу пробовать каждое блюдо.

«Недоеденное» в детском саду дети могут наверстать и дома. Кормите ребенка привычной едой с утра, плотным ужином сразу после детского сада и легким «вторым ужином» ближе ко сну.

. С какими проблемами в питании сталкиваются дети в детском саду?

Обязательно следует сразу договориться с воспитателями о том, чтобы они не заставляли ребенка есть насильно или доедать то, что осталось в тарелке. Это способно навредить и аппетиту, и психике малыша. Если вы столкнетесь с подобным явлением, обязательно поставьте в известность администрацию сада.

Еще одна проблема, с которой сталкиваются дети в детском саду: некоторые из них не успевают поесть за отведенное время, зная это, они волнуются, давятся и иногда даже остаются голодными. Ребенку нужно привыкнуть к общему ритму жизни сада. К тому же

есть дети-«копуши», которые, как бы ни старались, все равно не успеют за всеми. Если ваш ребенок такой, поговорите с воспитателем, пусть малыша не торопят.

Вы также должны проинформировать воспитателей о том, какие продукты противопоказаны вашему ребенку (пищевая аллергия, болезни желудка печени, диабет и многие другие противопоказания). У каждого малыша к тому же есть блюда, которые он не любит. Дома вы обычно не заставляете есть эти продукты, — попросите и воспитательницу, чтобы ребенка не заставляли их есть.