****

**Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение**

**«Рассветовский детский сад «Гнездышко"»**

|  |
| --- |
| **368887 РД, Тарумовский район с.Рассвет, ул.Дружбы,2 «в»** |

**Соблюдение**

**санитарно-гигиенического режима на пищеблоке МКДОУ «Рассветовский детский сад «Гнездышко»**

Выполнение санитарно-гигиенических правил в пищеблоке ДОУ регламентируется санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами «Санитарно-эпиде­миологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях. СанПиН 2.4.1.2660-10», утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 22.07.2010 № 91 (далее –СанПиН 2.4.1.2660-10).

**Ежедневно в ДОУ должна осуществляться проверка качества уборки кухни и всех подсобных помещений, мытья посуды и оборудования.** Правильность мытья посуды проверяется путем измерения температуры воды в моечных ваннах, определения процента моющих средств, активности применяемых дезинфицирующих растворов экспресс-методом, проведением йод-крахмальной пробы.

Также необходимо отслеживать соблюдение сроков прохождения медицинских обследований персоналом с обязательными отметками в санитарных книжках; проводить ежедневные осмотры работников пищеблока на наличие гнойничковых заболеваний кожи, следить за соблюдением личной гигиены сотрудниками пищеблока.

**Каждый сотрудник пищеблока должен быть ознакомлен под роспись с инструкциями по режиму работы в пищеблоке.** Вывешивать инструкции на стенах непосредственно на рабочих местах допускается только в случае, если они изготовлены в виде моющихся табличек (например, в ламинированном виде). Вывешивание инструкций в виде бумажных листков не допускается, поскольку это затрудняет проведение санитарной обработки стен.

Приведенные в приложении инструкции составлены в соответствии с СанПиН 2.4.1.2660-10. Данные инструкции являются примерными, приведенные в них режимы санитарной обработки предметов производственного окружения в пищеблоке рекомендуется уточнять с учетом указаний по использованию конкретных моющих и дезинфицирующих средств.

**Инструкция по режиму уборки в пищеблоке**

1. Ежедневно в помещениях пищеблока производится:

* мытье полов;
* удаление пыли и паутины;
* протирание радиаторов;
* протирание подоконников.

Уборка осуществляется с применением моющих средств, предназначенных для этой цели в соответствии с инструкцией по применению.

2. В конце каждого рабочего дня бочки и металлические ведра для сбора отходов и мусора очищаются, промываются 2%-ным раствором кальцинированной соды, ополаскиваются и просушиваются. Для мытья следует использовать отдельный трап с бортиком, обложенным плиткой, душевой поддон или моечную ванну (в комнате для уборочного инвентаря, в тамбуре камеры пищевых отходов или другом специально выделенном месте).

3. Еженедельно производится:

* мытье стен;
* мытье осветительной аппаратуры;
* очистка стекол от пыли и копоти.

Уборка осуществляется с применением моющих средств, предназначенных для этой цели в соответствии с инструкцией по применению.

4. Ежемесячно проводится генеральная уборка с последующей дезинфекцией всех помещений пищеблока, оборудования и инвентаря растворами дезинфицирующих средств, предназначенных для этой цели в соответствии с инструкцией по применению.

5. Дезинсекцию и дератизацию в помещениях пищеблока проводят силами специализированных организаций.

6. Уборочный инвентарь после использования промывается горячей водой с моющими средствами, просушивается и убирается в специальный шкаф. В холодном цеху хранятся ведро, тряпка, швабра, таз для уборки с тряпкой, в горячем цеху – ведро, тряпка, швабра, таз для уборки с тряпкой.

7. Для уборки в пищеблоке используется темный халат, имеющий соответствующую маркировку.

**Инструкция по режиму мытья посуды и обработке инвентаря в пищеблоке**

1. Варочные котлы освобождают от остатков пищи, моют щетками горячей водой (температура не ниже 40 °С) с добавлением моющих средств («Прогресс» (50 мл на 10 л воды) или других предназначенных для этой цели средств), затем ополаскивают горячей проточной водой (температура не ниже 65 °С). Просушивают котлы в перевернутом виде на решетчатых стеллажах.

2. Разделочные доски и мелкий деревянный инвентарь моют в первой ванне с горячей водой (40 °С) с добавлением моющих средств, ополаскивают горячей проточной водой (65 °С) во второй ванне, затем просушивают на решетчатых металлических стеллажах.

3. Металлический инвентарь после мытья прокаливают в духовом шкафу, мясорубки разбирают, промывают, обдают кипятком и тщательно просушивают.

4. Тару под пробу (банки) очищают от пищи и промывают, затем кипятят и просушивают.

5. Ветошь для мытья посуды хранят в двух промаркированных емкостях: с чистой и грязной ветошью. В конце рабочего дня грязную ветошь простирывают, просушивают и убирают в чистую тару.

**Инструкция по мытью посуды и обеденных столов в группах**

1. Столовую посуду моют в 2-гнездных ваннах по следующей схеме:

* удаление остатков пищи в бачки для отходов;
* при возникновении случаев инфекционных заболеваний – замачивание в дезинфицирующем растворе (на основании предписаний, выданных органами Роспотребнадзора);
* мытье очищенной посуды в воде (температура не ниже 40 °С) с добавлением моющего средства, предназначенного для обработки столовой посуды в детских учреждениях в соответствии с инструкцией по применению;
* ополаскивание посуды горячей проточной водой (температура не ниже 65 °С) с помощью гибкого шланга с душевой насадкой.

Просушивают столовую посуду на решетчатых полках.

2. Чашки промывают горячей водой с применением моющих средств, ополаскивают горячей проточной водой (температура не ниже 65 °С) и просушивают.

3. При обнаружении посуды с отбитыми краями, трещинами, сколами, деформированной, с поврежденной эмалью проводят ее утилизацию.

4. Столовые приборы после механической очистки и мытья с применением моющих средств ополаскивают горячей проточной водой.

Чистые столовые приборы хранят в предварительно промытых металлических кассетах в вертикальном положении ручками вверх.

5. Предварительно промаркированную столовую посуду для персонала моют отдельно от детской столовой посуды.

6. Столы после каждого приема пищи моют горячей водой с моющими средствами специальной ветошью.

7. Ветошь замачивают в дезинфицирующем растворе, в конце дня простирывают с моющим средством, прополаскивают, сушат и хранят в специальной промаркированной таре.

8. Высушенную посуду хранят в буфете на высоте не менее 0,5 м от пола.

**Требования к соблюдению личной гигиены сотрудниками пищеблока**

1. Сотрудник пищеблока приходит на работу с коротко стрижеными ногтями, в чистой одежде и обуви.

2. Верхняя одежда, головной убор, уличная обувь и личные вещи помещаются в индивидуальный шкаф.

3. Перед началом работы сотрудник пищеблока проходит осмотр медицинским работником ДОУ на наличие гнойничковых заболеваний кожи рук и открытых поверхностей тела, а также ангин, катаральных явлений верхних дыхательных путей. Больных работников не допускают или немедленно отстраняют от работы. Работников, имеющих на руках нагноения, порезы, ожоги, не допускают к работе по приготовлению блюд и их раздаче.

4. Перед началом работы сотрудник тщательно моет руки, надевает чистый халат или другой специальный костюм, аккуратно убирает волосы под колпак или косынку.

5. Для работы в пищеблоке используются:

* в холодном цеху – халат, косынка;
* горячем цеху – халат, косынка;
* для раздачи пищи в группы – халат, косынка;
* уборки помещений – темный халат.

6. Во время работы запрещается носить кольца, серьги, закалывать одежду булавками, принимать пищу и курить на рабочем месте.

7. Перед посещением туалетной комнаты следует снять халат, после посещения – тщательно вымыть руки с мылом.

8. Перед уходом из ДОУ халат убирается в шкаф для специальной одежды.

**Требования к производственному персоналу, обеспечивающему питание воспитанников ДОУ**

К производственному персоналу относятся работники ДОУ, занятые изготовлением кулинарной продукции, мучных кондитерских и булочных изделий: заведующий производством, шеф­-повар, повар, кухонный работник. При установлении требований к производственному персоналу учитываются следующие критерии:

* уровень профессиональной подготовки и квалификации, в т. ч. теоретические знания и умение применять их на практике;
* способность к организации производственной деятельности (для заведующего производством, начальника цеха);
* знание документов, касающихся профессиональной деятельности;
* соблюдение профессиональной этики поведения.

**Требования к квалификации производственного персонала**

Производственный персонал должен иметь специальное образование или пройти профессиональную подготовку на производстве с целью овладения знаниями, навыками и квалификацией для выполнения своих функций. Подготовка, квалификация и специализация производственного персонала столовых дошкольных образовательных учреждений (далее – ДОУ) должны соответствовать типу пищеблока (сырьевая столовая, столовая-доготовочная, буфет-раздаточная). Работники обязаны систематически совершенствовать свои знания, квалификацию и профессиональное мастерство.

Прием производственного персонала на работу осуществляется на конкурсной основе по результатам квалификационных испытаний и социологического тестирования.

**Обязанности производственного персонала**

Производственный персонал должен обеспечить выпуск кулинарной продукции, булочных и мучных кондитерских изделий, безопасных для здоровья и жизни потребителей, в соответствии с требованиями нормативной и технической документации. Весь персонал обязан пройти инструктаж по охране труда и технике безопасности при производстве продукции.

Кроме того, в обязанности производственного персонала ДОУ входит:

* знание основ технологии и организации производства продукции общественного питания, основ рационального питания для организованных контингентов детей (в т. ч. диетического (профилактического) питания), практических основ организации питания воспитанников ДОУ;
* соблюдение должностных инструкций, тарифно-квалификационных характеристик и правил внутреннего трудового распорядка ДОУ;
* соблюдение требований производственной санитарии, правил личной гигиены и гигиены на рабочем месте;
* знание и соблюдение основных действующих технических регламентов и национальных стандартов в отрасли, существующих сборников технологических нормативов и других технических документов (в соответствии с занимаемой должностью с учетом специфики организации или ее подразделения в ДОУ);
* знание основ санитарного законодательства, законодательства о защите прав потребителей, о качестве и безопасности пищевых продуктов;
* знание и соблюдение основных действующих санитарно-эпидемиологических правил, норм и гигиенических нормативов, требований санитарно-противоэпидемического и дезинфекционного режима на производстве;
* знание основ санитарии и гигиены при работе в столовых образовательных учреждений, приемке и хранении продуктов, приготовлении блюд, правил личной гигиены, способов дезинфекции предметов производственного окружения и принципов использования дезинфицирующих средств;
* знание и соблюдение мер пожарной и электробезопасности;
* соблюдение культуры и этики общения;
* знание рациональной организации труда на рабочем месте и умение четко планировать работу.

Производственный персонал должен быть одет в санитарную одежду и обувь установленного образца, находящуюся в хорошем состоянии, без видимых загрязнений, повреждений и заметных следов ремонта и изготовленную из материалов, допущенных в установленном порядке.

Производственному персоналу категорически запрещается появляться в помещении для приема пищи в санитарной одежде, если это не связано с выполнением им прямых обязанностей.

Все работники подлежат периодическому медицинскому освидетельствованию. Перед поступлением на работу персонал ДОУ обязан пройти предварительный медицинский осмотр и прослушать курс гигиенического обучения в соответствии с требованиями санитарных правил, пройти гигиеническую аттестацию. На каждого работника должна быть заведена личная медицинская книжка, в которую вносятся результаты медицинских обследований, сведения о перенесенных инфекционных заболеваниях, прививках и о гигиенической аттестации. К работе на производстве не допускаются лица, являющиеся источниками инфекционных заболеваний.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **План работы бракеражной комиссии на 2019/2020 учебный год**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Мероприятия в детском саду** | **Сроки выполнения** | **Ответственный** |
| Проведение организационных совещаний | 3 раза в год | Председатель комиссии |
| Контроль санитарного состояния транспорта при доставке продуктов | 1 раз в месяц | Члены комиссии |
| Отслеживание составления меню в соответствии с нормами и калорийностью блюд | Ежедневно | Члены комиссии |
| Контроль сроков реализации продуктов | 1 раз в месяц | Члены комиссии в присутствии завхоза |
| Отслеживание технологии приготовления, закладки продуктов, выхода блюд | 1–2 раза в неделю | Члены комиссии |
| Контроль санитарно-гигиенического состояния пищеблока | Постоянно | Член комиссии (медицинский работник, председатель) |
|  |

 |

**Документы пищеблока ДОУ**

Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (далее – ДОУ) регламентируется документами, разработанными в соответствии с Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях. СанПиН 2.4.1.2660-10", утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 22.07.2010 № 91 (далее – СанПиН 2.4.1.2660-10).

В каждом дошкольном учреждении утверждается 10-дневное **примерное цикличное меню** (приложение 1), составленное с учетом среднесуточных **норм питания** в ДОУ для детей от 1 до 3 лет и от 3 до 7 лет .

При разработке меню и расчете калорийности соблюдаются оптимальные сочетания пищевых веществ (белков, жиров, углеводов), учитываются национальные и территориальные особенности питания населения и состояние здоровья детей. Для этого используется рекомендуемый СанПиН 2.4.1.2660-10 **ассортимент пищевых продуктов** и возрастные **объемы порций** для детей.

Цикличное меню содержит информацию о количественном составе основных пищевых веществ и энергии по каждому блюду, приему пищи, за каждый день и в целом за период его реализации.

В меню приводятся ссылки на рецептуру блюд и кулинарных изделий в соответствии со сборниками рецептур. Такие продукты, как молоко, кисломолочные напитки, сметана, мясо, картофель, овощи, фрукты, соки, хлеб, крупы, сливочное и растительное масло, сахар, соль, включаются в меню ежедневно, а остальные продукты (творог, рыба, сыр, яйцо и др.) – 2–3 раза в неделю. На каждое блюдо заводится **технологическая карта** .

Цикличное меню утверждается Федеральной службой в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека.

**Режим питания** и распределение энергетической ценности (калорийности) суточного рациона на отдельные приемы пищи зависят от времени пребывания детей в ДОУ .

При отсутствии каких-либо продуктов в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания производится их **замена** на равноценные по составу .

В целях профилактики гипотовитаминозов в ДОУ круглогодично проводится искусственная С-витаминизация готовых блюд (из расчета для детей 1–3 лет – 35 мл, для детей 3–6 лет – 50 мл на порцию). Препараты витаминов вводятся в третье блюдо (компот, кисель и т. п.) после его охлаждения до температуры 15 °С (для компота) и 35 °С (для киселя) непосредственно перед реализацией. Витаминизированные блюда не подогревают. Данные ежедневно фиксируются в **Журнале витаминизации третьих блюд** .Один раз в 10 дней медицинский работник производит необходимые расчеты и оценку использованного на одного ребенка среднесуточного набора пищевых продуктов. По результатам оценки при необходимости обеспечивается коррекция питания в течение следующей недели (декады).Подсчет энергетической ценности полученного рациона питания и содержания в нем основных пищевых веществ (белков, жиров, углеводов) проводится ежемесячно. Все данные заносятся в **накопительную ведомость** .Пищевые продукты и продовольственное сырье доставляются в ДОУ при наличии подтверждающих их качество и безопасность документов (сертификатов и удостоверений), которые сохраняются до окончания реализации продукции.

Входной контроль поступающих продуктов осуществляют медицинский работник и кладовщик. Результаты контроля регистрируются в **Журнале бракеража поступающего продовольственного сырья и пищевых продуктов** . Готовая пища выдается только после проведения приемочного контроля бракеражной комиссией, в состав которой входят: повар, представитель администрации ДОУ и медицинский работник. Результаты контроля готовой кулинарной продукции регистрируются в **Журнале бракеража готовой продукции** (приложение 12).

Масса порций блюд должна соответствовать выходу блюда, указанному в меню. При нарушении технологии приготовления пищи, а также в случае неготовности блюда выдача разрешается только после устранения выявленных кулинарных недостатков.

Согласно графику медицинский работник присутствует при закладке основных продуктов в котел и ведет **Журнал закладки продуктов** .

Также медицинский работник ежедневно перед началом работы проводит осмотр сотрудников, участвующих в приготовлении и раздаче пищи, на наличие гнойных заболеваний кожи рук и открытых поверхностей тела, а также ангин, катаральных явлений верхних дыхательных путей. Результаты осмотра заносятся в **Журнал здоровья** .

В помещениях пищеблока ежедневно перед каждой раздачей пищи проводится влажная уборка, данные об этом заносятся в **Журнал санитарного состояния** .

Для своевременного заказа продуктов согласно цикличному меню кладовщик ведет **тетрадь заказов и их выполнения** .

**Среднесуточные нормы питания в дошкольных организациях
(г, мл, на одного ребенка)**

| Наименование пищевого продукта или группыпищевых продуктов | Количество продуктов в зависимости от возраста детей, г, мл |
| --- | --- |
| Брутто | Нетто |
| 1–3 года | 3–7 лет | 1–3 года | 3–7 лет |
| Наименование пищевого продукта или группыпищевых продуктов | Количество продуктов в зависимости от возраста детей, г, мл |
| Брутто | Нетто |
| 1–3 года | 3–7 лет | 1–3 года | 3–7 лет |
| Молоко с м.д.ж.\* 2,5–3,2%, в т. ч. кисломолочные продукты с м.д.ж. 2,5–3,2% | 390 | 450 | 390 | 450 |
| Творог, творожные изделия для детского питания с м.д.ж. не более 9% и кислотностью не более 150 °Т\*\* | 30 | 40 | 30 | 40 |
| Сметана с м.д.ж. не более 15% | 9 | 11 | 9 | 11 |
| Сыр неострых сортов твердый и мягкий | 4,3 | 6,4 | 4 | 6 |
| Мясо (говядина 1-й категории бескостная/ говядина 1-й категории на костях) | 55/68 | 60,5/75 | 50 | 55 |
| Птица (куры 1-й категории потр.\*\*\* / цыплята-бройлеры 1-й кат. потр. / индейка 1-й категории потр.) | 23/23/22 | 27/27/26 | 20 | 24 |
| Рыба (филе), в т. ч. филе слабо- или малосоленое | 37 | 39 | 32 | 37 |
| Колбасные изделия для питания дошкольников | 5 | 7 | 4,9 | 6,9 |
| Яйцо куриное диетическое | 0,5 шт. | 0,6 шт. | 20 | 24 |
| Картофель:с 01.09 по 31.10 |  160 |  187 |  120 |  140 |
| с 31.10 по 31.12 | 172 | 200 | 120 | 140 |
| с 31.12 по 28.02 | 185 | 215 | 120 | 140 |
| с 29.02 по 01.09 | 200 | 234 | 120 | 140 |
| Овощи, зелень | 256 | 325 | 205 | 260 |
| Фрукты (плоды) свежие | 108 | 114 | 95 | 100 |
| Фрукты (плоды) сухие | 9 | 11 | 9 | 11 |
| Соки фруктовые (овощные) | 100 | 100 | 100 | 100 |
| Напитки витаминизированные (готовый напиток) | – | 50 | – | 50 |
| Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 40 | 50 | 40 | 50 |
| Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | 70 | 100 | 70 | 100 |
| Крупы (злаки), бобовые | 30 | 43 | 30 | 43 |
| Макаронные изделия группы А | 8 | 12 | 8 | 12 |
| Мука пшеничная хлебопекарная | 25 | 29 | 25 | 29 |
| Мука картофельная (крахмал) | 3 | 3 | 3 | 3 |
| Масло коровье сладкосливочное | 22 | 26 | 22 | 26 |
| Масло растительное | 9 | 11 | 9 | 11 |
| Кондитерские изделия | 7 | 20 | 7 | 20 |
| Чай, включая фиточай | 0,5 | 0,6 | 0,5 | 0,6 |
| Какао-порошок | 0,5 | 0,6 | 0,5 | 0,6 |
| Кофейный напиток злаковый (суррогатный), в т. ч. из цикория  | 1,0 | 1,2 | 1,0 | 1,2 |
| Дрожжи хлебопекарные | 0,4 | 0,5 | 0,4 | 0,5 |
| Сахар | 37 | 47 | 37 | 47 |
| Соль пищевая поваренная | 4 | 6 | 4 | 6 |

 \* Здесь и далее: м.д.ж. – массовая доля жира. – Примеч. ред.

 \*\* °Т – градус Тернера. Свежесть молока устанавливают по его кислотности, которая определяется титрованием и выражается в градусах Тернера. Один градус Тернера соответствует количеству кислоты, требующему для своей нейтрализации 1 мл децинормального раствора едкой щелочи. Кислотность свежевыдоенного молока равна 0. По ГОСТ кислотность молока не должна превышать 22 °Т. При кислотности, выше 27 °Т молоко при кипячении свертывается.

 \*\*\* Здесь и далее: потр. – потрошеная. – Примеч. ред.

Приложение 3

Рекомендуемый ассортимент основных
пищевых продуктов для использования в питании детей в дошкольных организациях

Мясо и мясопродукты:

* говядина I категории;
* телятина;
* нежирные сорта свинины и баранины;
* мясо птицы охлажденное (курица, индейка);
* мясо кролика;
* сосиски, сардельки (говяжьи), колбасы вареные для детского питания, не чаще, чем 1–2 раза в неделю, – после тепловой обработки;
* субпродукты говяжьи (печень, язык).

Рыба и рыбопродукты – треска, горбуша, лосось, хек, минтай, ледяная рыба, судак, сельдь (соленая), морепродукты.

Яйца куриные – в виде омлетов или в вареном виде.

Молоко и молочные продукты:

* молоко (2,5, 3,2%-ной жирности), пастеризованное, стерилизованное, сухое;
* сгущенное молоко (цельное и с сахаром), сгущено-вареное молоко;
* творог не более 9%-ной жирности с кислотностью не более 15 °Т – после термической обработки; творог и творожные изделия промышленного выпуска в мелкоштучной упаковке;
* сыр неострых сортов (твердый, полутвердый, мягкий, плавленый – для питания детей дошкольного возраста);
* сметана (10, 15%-ной жирности) – после термической обработки;
* кисломолочные продукты промышленного выпуска; ряженка, варенец, бифидок, кефир, йогурты, простокваша;
* сливки (10%-ной жирности);
* мороженое (молочное, сливочное).

Пищевые жиры:

* сливочное масло (72,5, 82,5%-ной жирности);
* растительное масло (подсолнечное, кукурузное, соевое – только рафинированное; рапсовое, оливковое) – в салаты, винегреты, сельдь, вторые блюда;
* маргарин ограниченно только для выпечки.

Кондитерские изделия:

* зефир, пастила, мармелад;
* шоколад и шоколадные конфеты – не чаще одного раза в неделю;
* галеты, печенья, крекеры, вафли, пряники, кексы (предпочтительнее с минимальным количеством пищевых ароматизаторов и красителей);
* пирожные, торты (песочные и бисквитные, без крема);
* джемы, варенья, повидло, мед – промышленного выпуска.

Овощи:

* свежие: картофель, капуста белокочанная, капуста краснокочанная, капуста цветная, брюссельская, брокколи, капуста морская, морковь, свекла, огурцы, томаты, перец сладкий, кабачки, баклажаны, патиссоны, лук (зеленый и репчатый), чеснок (с учетом индивидуальной переносимости), петрушка, укроп, листовой салат, щавель, шпинат, сельдерей, брюква, репа, редис, редька, тыква, коренья белые сушеные, томатная паста, томат-пюре;
* быстрозамороженные (очищенные полуфабрикаты): картофель, капуста цветная, брюссельская, брокколи, капуста морская, морковь, свекла, перец сладкий, кабачки, баклажаны, лук (репчатый), шпинат, сельдерей, тыква, горошек зеленый, фасоль стручковая.

Фрукты:

* яблоки, груши, бананы, слива, персики, абрикосы, ягоды (за исключением клубники, в т. ч. быстрозамороженные);
* цитрусовые (апельсины, мандарины, лимоны) – с учетом индивидуальной переносимости;
* тропические фрукты (манго, киви, ананас, гуава) – с учетом индивидуальной переносимости;
* сухофрукты.

Бобовые: горох, фасоль, соя, чечевица.

Орехи: миндаль, фундук, ядро грецкого ореха.

Соки и напитки:

* натуральные отечественные и импортные соки, нектары промышленного выпуска (осветленные и с мякотью);
* напитки промышленного выпуска на основе натуральных фруктов;
* витаминизированные напитки промышленного выпуска без консервантов и искусственных пищевых добавок;
* кофе (суррогатный), какао, чай.

Консервы:

* говядина тушеная (в виде исключения при отсутствии мяса) для приготовления первых блюд;
* лосось, сайра (для приготовления супов);
* компоты, фрукты дольками;
* баклажанная и кабачковая икра для детского питания;
* зеленый горошек;
* кукуруза сахарная;
* фасоль стручковая консервированная;
* томаты и огурцы соленые.

Хлеб (ржаной, пшеничный или из смеси муки, предпочтительно обогащенный), крупы, макаронные изделия – все виды без ограничения.

Соль поваренная йодированная – в эндемичных по содержанию йода районах.

Дополнительно при наличии финансовых возможностей в питании детей могут использоваться:

* икра осетровая и лососевая зернистая – не чаще одного раза в две недели;

**Возрастные объемы порций для детей**

| Наименование блюд | Вес (масса), г |
| --- | --- |
| 1–3 года | 3–7 лет |
| Наименование блюд | Вес (масса), г |
| 1–3 года | 3–7 лет |
| Завтрак |
| Каша, овощное блюдо | 120–200 | 200–250 |
| Яичное блюдо | 40–80 | 80–100 |
| Творожное блюдо | 70–120 | 120–150 |
| Мясное, рыбное блюдо | 50–70 | 70–80 |
| Салат овощной | 30–45 | 60 |
| Напиток (какао, чай, молоко и т. п.) | 150–180 | 180–200 |
| Обед |
| Салат, закуска | 30–45 | 60 |
| Первое блюдо | 150–200 | 250 |
| Блюдо из мяса, рыбы, птицы | 50–70 | 70–80 |
| Гарнир | 100–150 | 150–180 |
| Третье блюдо (напиток) | 150–180 | 180–200 |
| Полдник |
| Кефир, молоко | 150–180 | 180–200 |
| Булочка, выпечка (печенье, вафли) | 50–70 | 70–80 |
| Блюдо из творога, круп, овощей | 80–150 | 150–180 |
| Свежие фрукты | 40–75 | 75–100 |
| Ужин |
| Овощное блюдо, каша | 120–200 | 200–250 |
| Творожное блюдо | 70–120 | 120–150 |
| Напиток | 150–180 | 180–200 |
| Свежие фрукты | 40–75 | 75–100 |
| Хлеб на весь день: |   |   |
| пшеничный | 50–70 | 110 |
| ржаной | 20–30 | 60 |