

Индивидуальный предприниматель Яксун Вероника Валерьевна



# Организация питания

В МАДОУ «Детский сад  
№ 377» г. Перми

Врач по общей гигиене  
Глаголева Татьяна Борисовна

Пермь 2019

# **СанПиН 2.4.1.3049-13**

**«Санитарно-эпидемиологические  
требования к устройству,  
содержанию и организации режима  
работы дошкольных  
образовательных организаций»**

- Профилактическая медицина направлена на сохранение здоровья!
- Клиническая медицина – на предупреждение ухудшения заболевания.
- Диетическое питание для детей с хроническими заболеваниями – в специализированных дошкольных образовательных организациях.



# Сборники рецептов для детского питания

## СБОРНИК РЕЦЕПТУР

на продукцию для питания детей  
в дошкольных образовательных  
организациях

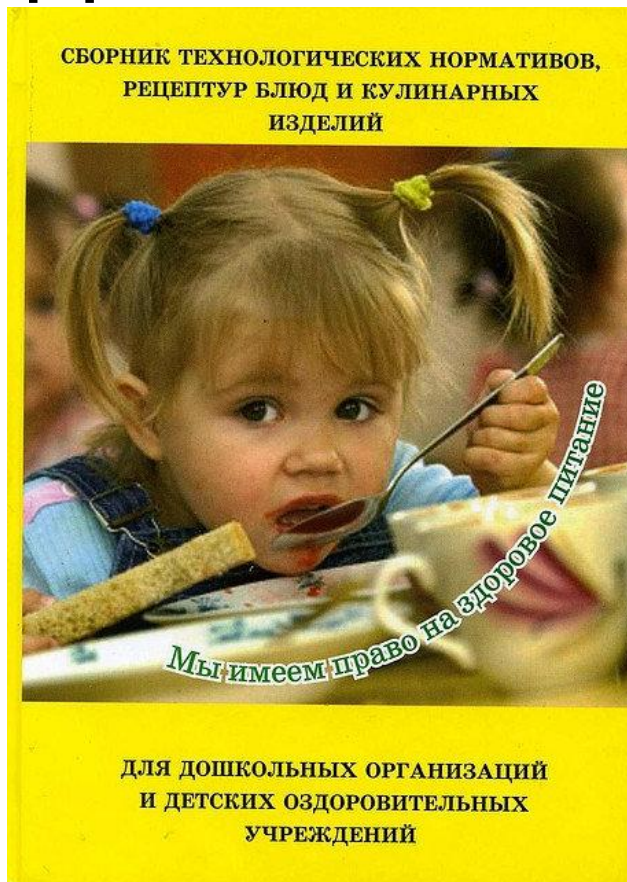
Сборник технических нормативов



ДЕЛИ  
ПЛЮС

- Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна
- ФГБНУ «НИИ питания»;
- ФГБОУ ВО «Московский государственный университет технологий и управления имени К.Г. Разумовского (ПКУ)»;
- Москва, ООО «Дели плюс», 2016г;

# Сборники рецептур для детского питания

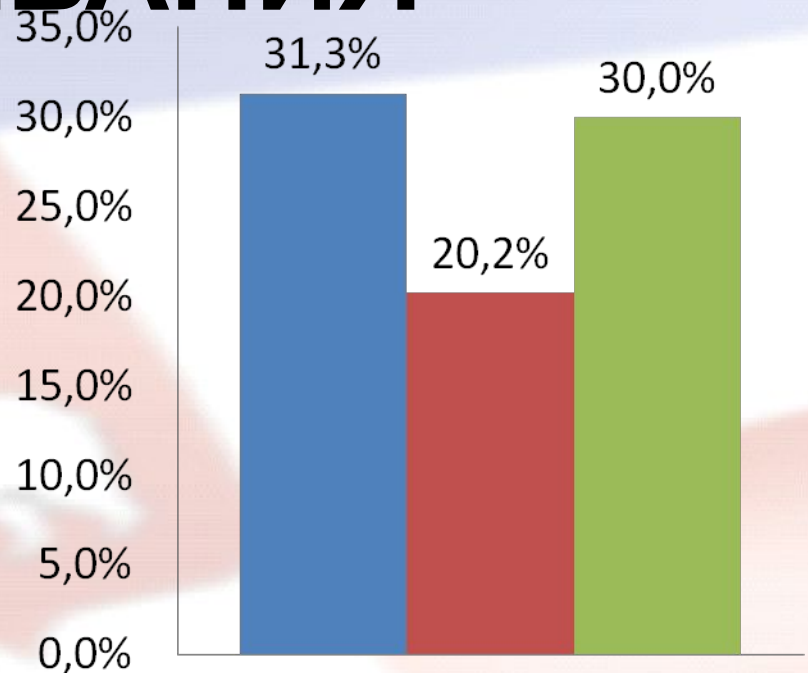


- Под ред. А.Я. Перевалова
- ЗАО «Уральский региональный центр питания»
- ГОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е. А. Вагнера»
- Пермь, 2012 г.



# АЛИМЕНТАРНО- ЗАВИСИМЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

- Ожирение (по данным ВОЗ каждый 3-й ребенок 6-9 лет страдает ожирением,)
- Болезни системы кровообращения
- Сахарный диабет 2 типа
- Алиментарные дефициты
- Онкологические заболевания
- Желудочно-кишечные заболевания
- Заболевания опорно-двигательного аппарата



распространенность  
избыточной массы тела

■ ПК (ДВН) ■ РФ (ДВН) ■ РФ (ЭССЕ)

# **ЗДОРОВОЕ СБАЛАНСИРОВАННОЕ ПИТАНИЕ**

- 1. Энергетическое равновесие**
- 2. Сбалансированность питания по содержанию основных пищевых веществ**
- 3. Режим приема пищи**





# Меню

**ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ  
ПОТРЕБИТЕЛЕЙ  
И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
«ЦЕНТР ГИГИЕНЫ И ЭПИДЕМИОЛОГИИ В ПЕРМСКОМ КРАЕ»**

Юридический адрес: Россия, 614016, Пермский край, г. Пермь, ул. Куйбышева, 50  
Телефон/факс: (342) 239-34-09, факс: 239-34-11  
ОГРН 1055901616671, ИНН 5904122072  
УФК по Пермскому краю (ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Пермском крае», л/с 20566U23700)  
Расчетный счет: 40501810500002000002 в Отделении Пермь г. Пермь  
Код по ОКПО 75507248

Аттестат аккредитации  
№ RA.RU.710044



**ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ № 2738 - ЦА**  
по результатам санитарно-эпидемиологических обследований,  
санитарно-эпидемиологических и гигиенических оценок

В соответствии с заявлением Индивидуального предпринимателя Вероники Валерьевны Яксун № 2880-ЦА от 03.05.2018 г. о проведении гигиенической оценки примерного десятидневного меню на осенне-зимний период года для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет в дошкольных образовательных организациях:

- МАДОУ «Детский сад № 22» г. Пермь по адресу: 614104, Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Уссурийская, д. 23;  
- МАДОУ «ЖКОСАД» г. Пермь по адресам: 1) 614083, Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Холмогорская, д. 2а, 2) 614089, Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Лихвинская, д. 114;  
- МАДОУ «Компас» г. Пермь по адресам: 614014, Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Постановова, д. 4 (корпус № 1); 614014, Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Красногвардейская, д. 42 (корпус № 2);  
- МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад № 176» г. Пермь по адресу: 614051, Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Юрша, д. 60а;  
- МАДОУ «Детский сад № 227» г. Пермь по адресам: 1) 614077, Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Крупской, д. 91а; 2) 614060, Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Степана Разина, д. 77; 3) 614077, Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Старцева, д. 35в.  
- МАДОУ «Детский сад № 393» г. Пермь по адресам: 1) 614056, Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Гашкова, д. 22 А; 2) 614056, Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Гашкова, 22 Б; 3) 614056, Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Красноуральская, д. 35;  
- МАДОУ «Эрудит» г. Пермь по адресам: 1) 614107, Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Ивановская, д. 18, 2) 614107, Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Грибоедова, д. 68В;  
- МАДОУ «Центр развития ребенка - детский сад № 411» г. Пермь по адресу: 614056, Россия, Пермский край г. Пермь, ул. Целинная, д. 11А;  
- МАДОУ «Детский сад № 421 «Гармония» г. Пермь по адресу: 614007, Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Революции, д. 3а;  
- МАДОУ «ЦРР – детский сад № 272» г. Пермь по адресам: 1) 614017, Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Халтурина, д. 16, 2) 614070, Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Дружбы, д. 15а, 3) 614070, Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Техническая, д. 4;

**ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ  
ПОТРЕБИТЕЛЕЙ  
И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
«ЦЕНТР ГИГИЕНЫ И ЭПИДЕМИОЛОГИИ В ПЕРМСКОМ КРАЕ»**

Юридический адрес: Россия, 614016, Пермский край, г. Пермь, ул. Куйбышева, 50  
Телефон/факс: (342) 239-34-09, факс: 239-34-11  
ОГРН 1055901616671, ИНН 5904122072  
УФК по Пермскому краю (ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Пермском крае», л/с 20566U23700)  
Расчетный счет: 40501810500002000002 в Отделении Пермь г. Пермь  
Код по ОКПО 75507248

Аттестат аккредитации  
№ RA.RU.710044



**ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ № 2437 - ЦА**  
по результатам санитарно-эпидемиологических обследований,  
санитарно-эпидемиологических и гигиенических оценок

В соответствии с заявлением № 5185-ЦА от 14.08.2019 г. от Индивидуального предпринимателя Яксун В.В. о проведении гигиенической оценки примерных десятидневных меню на осенне-зимний период года для организации питания детей в возрасте от 1 г до 3 лет, от 3 до 7 лет в дошкольных образовательных организациях:

1) МАДОУ «Детский сад № 22» г. Пермь по адресу:  
- 614104, Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Уссурийская, д.23,  
2) МАДОУ «ЖКОСАД» г. Пермь по адресам:  
- 614083, Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Холмогорская, д. 2а.;  
- 614089, Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Лихвинская, д. 114,  
3) МАДОУ «Компас» г. Пермь по адресам:  
- 614014, Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Постановова, д.4 (корпус №1);  
- 614014, Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Красногвардейская, 42 (корпус №2),  
4) МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад № 176» г. Пермь по адресу:  
- 614051, Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Юрша, д.60а,  
5) МАДОУ «Детский сад № 227» г. Пермь по адресам:  
- 614077, Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Крупской, д.91а;  
- 614060, Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Степана Разина, д.77;  
- 614077, Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Старцева, 35-в,  
6) МАДОУ «Детский сад № 393» г. Пермь по адресам:  
- 614056, Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Гашкова, 22 А;  
- 614056, Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Гашкова, 22 Б;  
- 614056, Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Красноуральская, 35,  
7) МАДОУ «Эрудит» г. Пермь по адресам:  
- 614107, Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Ивановская, д. 18;  
- 614107, Россия, Пермский край, г. Пермь, ул. Грибоедова, д.68В,

# ПРАВИЛО № 1. ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ БАЛАНС



**Калорийность рациона**

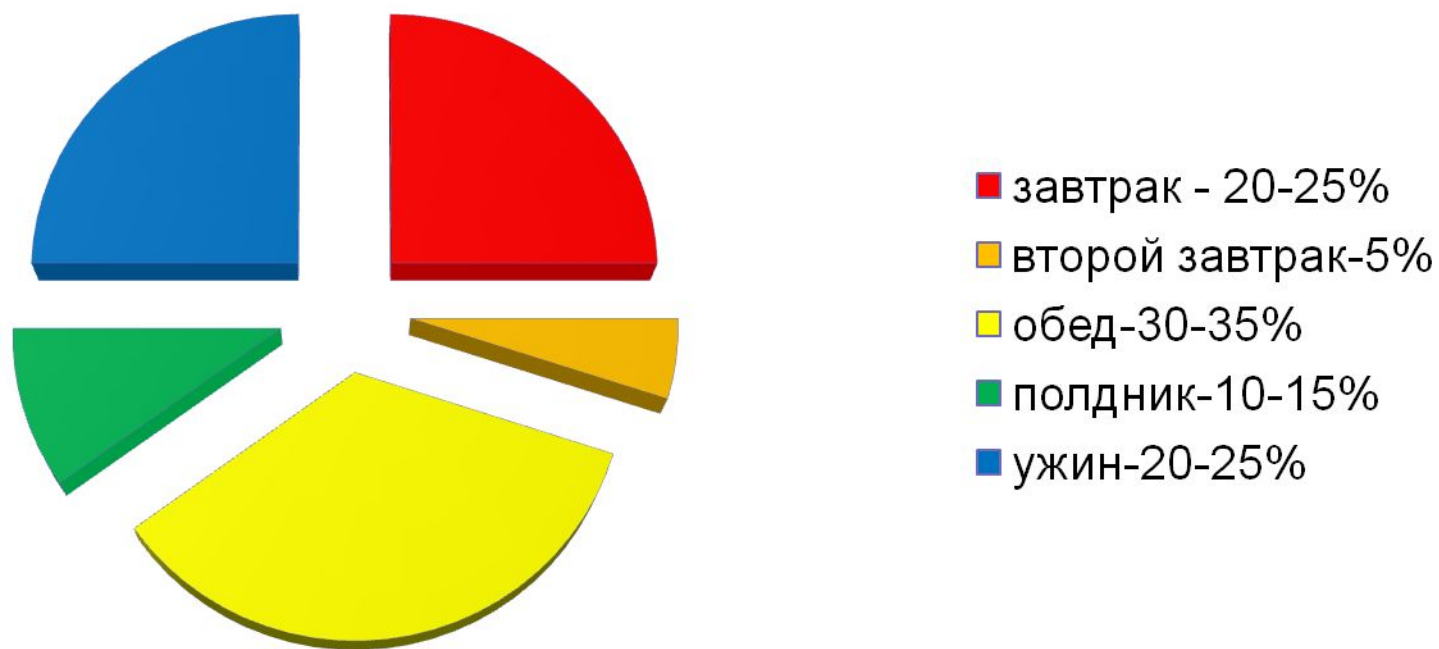
**Потребность  
в энергии**

# Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах

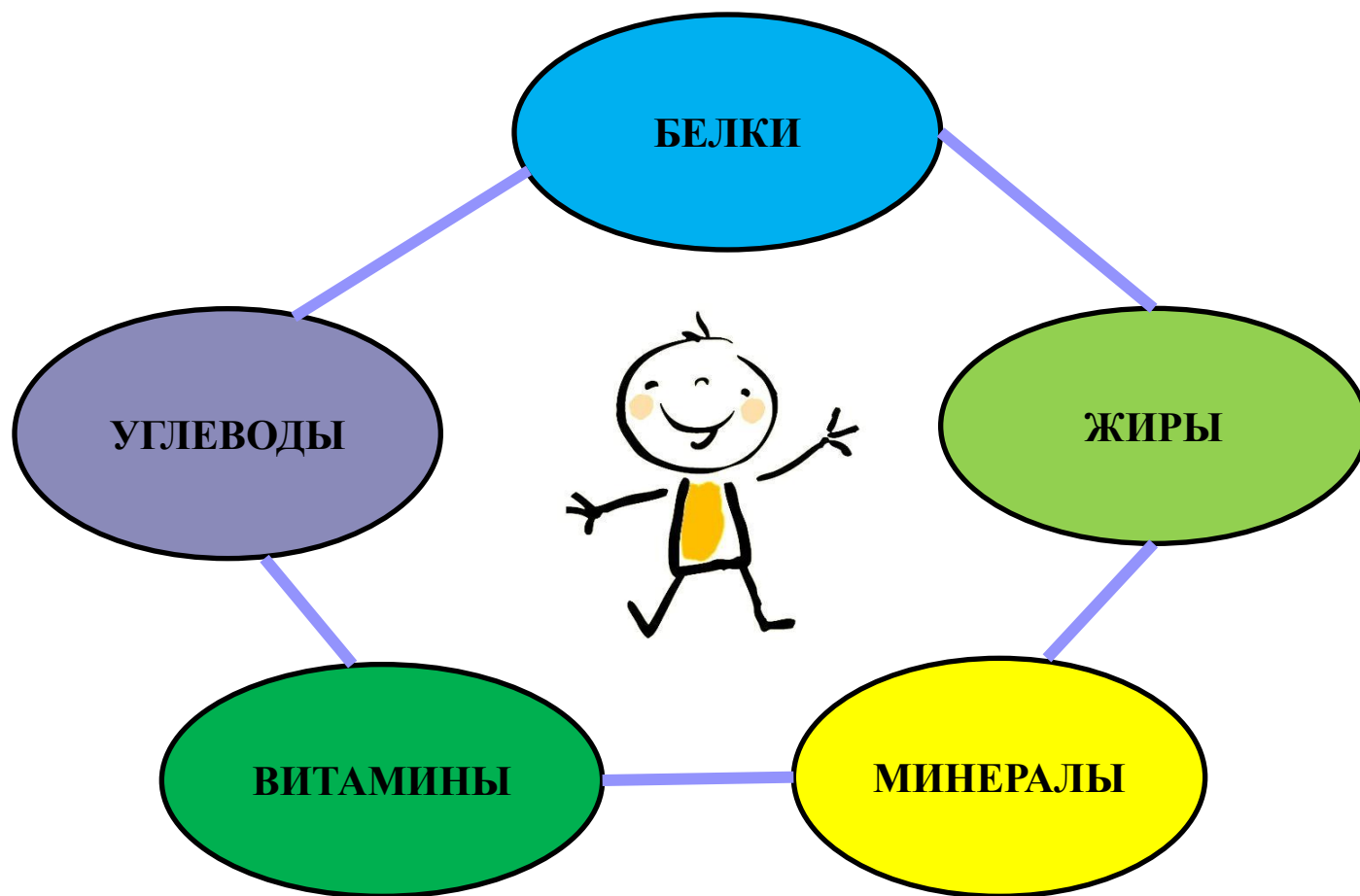
	<b>1-3 года</b>	<b>3-7 лет</b>
<b>Энергия (ккал)</b>	<b>1400</b>	<b>1800</b>
<b>Белок, г</b>	<b>42</b>	<b>54</b>
<b>Жиры, г</b>	<b>47</b>	<b>60</b>
<b>Углеводы, г</b>	<b>203</b>	<b>261</b>

# Калорийность рациона

прием пищи



## ПРАВИЛО № 2. СБАЛАНСИРОВАННОСТЬ ПИТАНИЯ

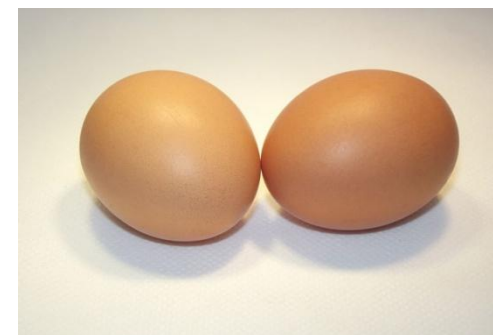


# БЕЛКИ

Бывают растительного и животного происхождения

Важны для роста

12-15% от суточной калорийности



# ЖИРЫ

Составляют 30-32%  
калорийности суточного  
рациона

Энергетическая  
Строительная  
Защитная  
Витаминнообменная  
функции



# УГЛЕВОДЫ

**Сахара, крахмалы,  
клетчатка**



**Составляют 55-58%  
калорийности суточного  
рациона**



**Источник энергии**



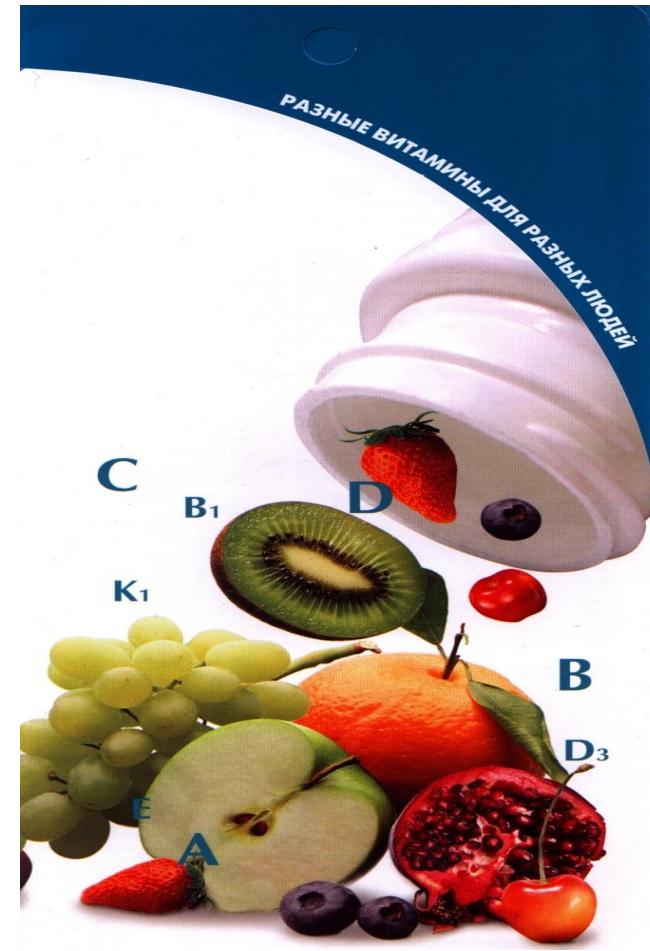


# ВИТАМИНЫ



# ВИТАМИНЫ

- Группы А (морковь, зелень, сладкий перец)
- Группы В (хлеб, молоко, сыр, творог, бобовые)
- Группы С (цитрусовые, капуста, смородина, картофель, помидоры)
- Группы Е (печень, яйца, овсяная и гречневая крупа)



# Витаминизация



- п.14.21 СанПиН 2.4.1.3049-13
- Витаминизированные напитки
- Реструктуризация компании ЗАО «Валитек» в ООО «ПАЛИТРА»

# Витаминизация



- **Дополнительный источник витаминов и минеральных веществ**
- **Для детей дошкольного возраста**

**Состав:** сахар, крахмал картофельный, регулятор кислотности лимонная кислота, премикс витаминный (С, В1, В2, В6, В12, РР, А, D3, Е, К1, пантотеновая кислота, фолиевая кислота, биотин), красители — натуральный концентрат свекольного сока, бета-каротин, натуральные ароматизаторы.

Пищевая ценность	в 100 г сухого продукта	в одной порции (25 г)	%ССП*
Энергетическая ценность, кДж/ккал	1590/380	400/95	3,8
Углеводы, г	94	24	6,5
<b>Витамины:</b>			
Витамин А, мкг	520	130	16,2
Витамин Е, мг	9,4	2,35	23,5
Витамин D, мкг	6,7	1,68	33,6
Витамин С, мг	80,4	20,1	33,5
Витамин В1 (тиамин), мг	1,2	0,3	21,4
Витамин В2 (рибофлавин), мг	1,36	0,34	21,2
Витамин В6, мг	1,48	0,37	18,5
Витамин В12, мкг	2,0	0,5	50,0
Витамин РР (ниацин), мг	12,0	3,0	16,7
Витамин К1, мкг	60,8	15,2	—
Пантотеновая кислота, мг	3,6	0,9	15,0
Фолиевая кислота, мкг	480	120	60,0
Биотин, мг	0,02	0,005	10,0

\* — ССП — средняя суточная потребность по ТР ТС 022/2011 «Пищевая продукция в части ее маркировки».

Упаковка 0,5 кг (20 стаканов)

**Компания «ПАЛИТРА» — российский производитель продуктов здорового питания для детей и взрослых.**

Производство соответствует требованиям ГОСТ Р ИСО 22000-2007 (ISO 22000-2005) № MRT-ISO.04ЖОЮЮ.RU.A00445.

**Сырье и готовая продукция проходят обязательный лабораторный контроль в соответствии с Программой производственного контроля.**



Юридический адрес ООО «ПАЛИТРА»:  
Российская Федерация, 125476, г. Москва,  
ул. Василия Петушкова, д. 8, тел. 8-800-222-01-52

# КИСЕЛЬ С ВИТАМИНАМИ

для детей дошкольного  
и школьного возраста



**РЕКОМЕНДОВАН для организованных коллективов в качестве третьего блюда**

Наше время — это время прогресса, новых технологий и стремления вперед. И это, безусловно, отражается на наших детях. **Дошкольные и школьные программы обучения стали намного интенсивнее. Нагрузка на детей стала больше.**

**Как сделать так, чтобы наши дети все успевали и меньше болели? Как повысить успеваемость ребенка?** Витамины являются незаменимыми помощниками, повышающие иммунитет, улучшающие умственное развитие ребенка и укрепляющие память и внимание.

**Ребенок, который получает витамины: меньше болеет и пропускает школу; лучше усваивает и запоминает учебный материал; легче справляется с заданиями; умеет концентрировать внимание.**

**Иммунитет**



**Витамины В, С, Д**

**Когнитивное и умственное развитие**



**Витамины группы В**

**Энергия и мышечная сила**



**Витамины группы В**

**Зрение**



**Витамин А, В2**

В соответствии с действующими СанПиНами в детских дошкольных и школьных учреждениях в целях профилактики недостаточности витаминов в питании детей необходимо использовать пищевые продукты, обогащенные витаминами.



**Кисель с витаминами «Витошка» для детей дошкольного и школьного возраста**  
**Разработан и производится в России.**  
**В состав киселя входят 13 витаминов в необходимом количестве с учетом дефицитов детского населения России.**

### **Безопасный продукт!**

Кисель с витаминами «Витошка» зарегистрирован и производится в соответствии с действующим законодательством: ТР ТС 021/2011, ТС 022/2011, ТР ТС 005/2011, СанПиН 2.3.2.1940, СанПиН 2.3.2.2804, СанПиН 1408.



### **Полезный продукт!**

Кисель «Витошка» содержит:

- все 13 необходимых ребенку витаминов, повышающих иммунитет, физическое развитие, стимулирующих познавательные процессы, мышление и способность к обучению;
- бета-каротин, поддерживающий иммунную систему;
- лимонную кислоту, обеспечивающую организм энергией;
- сахар и крахмал — углеводы необходимые для стабильной работы нервной системы, снабжения организма энергией.

### **Натуральный продукт!**

Кисель традиционного приготовления на основе сахара и крахмала. При производстве киселя «Витошка» используются только натуральные ингредиенты:

- свекольный сок и бета-каротин придает цвет киселю,
- натуральные ароматизаторы — вкус.

Кисель не содержит консервантов, стабилизаторов и искусственных красителей.

**Эффективный продукт!**  
**Использование витаминизированных продуктов снижает общее количество ОРЗ и простудных заболеваний, повышает обучаемость и успеваемость детей!\***

\*Подтверждено многолетними исследованиями

### **Вкусный продукт!**

**Кисель очень нравится детям всех возрастов!** Кисель имеет широкую линейку кусов: абрикос, вишня, клубника, малина, яблоко, черника.



**Состав:** сахар-песок, фруктоза, регулятор кислотности лимонная кислота, премикс витаминный (С, В1, В2, В6, В12, РР, А, D3, Е, К1, пантотеновая кислота, фолиевая кислота, биотин), красители – натуральный концентрат свекольного сока, бета-каротин, натуральные ароматизаторы.

Пищевая ценность	в 100 г сухого продукта	в одной порции (20 г)	%ССП*
Энергетическая ценность, кДж/ккал	1570/375	314/75	3,0
Углеводы, г	95	19	5,2
<b>Витамины:</b>			
Витамин А, мкг	600	120	15,0
Витамин Е, мг	11,7	2,34	23,4
Витамин D, мкг	8,4	1,68	33,6
Витамин С, мг	100	20,0	33,3
Витамин В1 (тиамин), мг	1,5	0,3	21,4
Витамин В2 (рибофлавин), мг	1,7	0,34	21,2
Витамин В6, мг	1,8	0,36	18,0
Витамин В12, мкг	2,5	0,5	50,0
Витамин РР (ниацин), мг	15,0	3,0	16,7
Витамин К1, мкг	76,0	15,2	—
Пантотеновая кислота, мг	4,5	0,9	15,0
Фолиевая кислота, мкг	600	120	60,0
Биотин, мг	0,025	0,005	10,0

\* – ССП – средняя суточная потребность по ТР ТС 022/2011 «Пищевая продукция в части ее маркировки».

Упаковка 1,0 кг (50 стаканов)

**Компания «ПАЛИТРА» – российский производитель продуктов здорового питания для детей и взрослых.**

Производство соответствует требованиям ГОСТ Р ИСО 22000-2007 (ISO 22000-2005) № MRT-ISO.04ЖОЮ00.RU.A00445.

**Сырье и готовая продукция проходят обязательный лабораторный контроль в соответствии с Программой производственного контроля.**

ВАША  
**ПАЛИТРА**  
ВКУСОВ

Юридический адрес ООО «ПАЛИТРА»:  
Российская Федерация, 125476, г. Москва,  
ул. Василия Петушкова, д. 8, тел. 8-800-222-01-52

# НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ

для детей дошкольного  
и школьного возраста



**РЕКОМЕНДОВАН для организованных коллективов в качестве третьего блюда**

Наше время — это время прогресса, новых технологий и стремления вперед. И это, безусловно, отражается на наших детях. **Дошкольные и школьные программы обучения стали намного интенсивнее. Нагрузка на детей стала больше.**

**Как сделать так, чтобы наши дети все успевали и меньше болели? Как повысить успеваемость ребенка?** Витамины являются незаменимыми помощниками, повышающие иммунитет, улучшающие умственное развитие ребенка и укрепляющие память и внимание.

**Ребенок, который получает витамины: меньше болеет и пропускает школу; лучше усваивает и запоминает учебный материал; легче справляется с заданиями; умеет концентрировать внимание.**

Иммунитет



Витамины В, С, Д

Когнитивное и умственное развитие



Витамины группы В

Энергия и мышечная сила



Витамины группы В

Зрение



Витамин А, В2

В соответствие с действующими СанПиНами в детских дошкольных и школьных учреждениях в целях профилактики недостаточности витаминов в питании детей необходимо использовать пищевые продукты, обогащенные витаминами.

**Напиток с витаминами «Витошка» для детей дошкольного и школьного возраста**  
Разработан и производится в России.  
В состав киселя входят 13 витаминов в необходимом количестве с учетом дефицитов детского населения России.

### Безопасный продукт!

Напиток с витаминами «Витошка» зарегистрирован и производится в соответствии с действующим законодательством: ТР ТС 021/2011, ТС 022/2011, ТР ТС 005/2011, СанПиН 2.3.2.1940, СанПиН 2.3.2.2804, СанПиН 1408.

### Полезный продукт!

Напиток «Витошка» содержит:

- все 13 необходимых ребенку витаминов, повышающих иммунитет, физическое развитие, стимулирующих познавательные процессы, мышление и способность к обучению;
- бета-каротин, поддерживающий иммунную систему;
- лимонную кислоту, обеспечивающую организм энергией;
- сахар — углевод необходимый для стабильной работы нервной системы, снабжения организма энергией.

### Натуральный продукт!

Напиток на основе сахара. При производстве напитка «Витошка» используются только натуральные ингредиенты:

- свекольный сок и бета-каротин придает цвет,
- натуральные ароматизаторы — вкус.

Напиток не содержит консервантов, стабилизаторов и искусственных красителей.



### Эффективный продукт!

**Использование витаминизированных продуктов снижает общее количество ОРЗ и простудных заболеваний, повышает обучаемость и успеваемость детей!\***

\*Подтверждено многолетними исследованиями

### Вкусный продукт!

**Напиток очень нравится детям всех возрастов!**

Напиток имеет широкую линейку кусов: апельсин, клубника, вишня и яблоко, персик, черная смородина, яблоко.





# Микроэлементы



- **Йод**
  - **железо**
  - **фтор**
  - **хром**
  - **селен**
  - **медь**
  - **ЦИНК**
- Рыба, орехи, морская капуста
  - Ржаной хлеб, геркулес, горох, ядрица, какао, печень, яблоки, шиповник, свекла
  - Рыба, какао, печень
  - Бобовые, перловая крупа, рыба, свекла
  - Рыба, мясо, злаковые
  - Хлеб ржаной, бобовые, макароны, орехи, крупы
  - Какао, свекла, печень, хлеб пшеничный

# Капуста



- Незаменимые аминокислоты: лизин, метионин
- Витамин С
- Витамин К
- Витамин U
- Витамины гр.В
- Синтез белка, гормон роста, усвоение кальция
- Кроветворение, регенерация, иммунитет
- Липидный обмен
- Тонус кишечника, деятельность печени
- Усвояемость Fe



# Морковь



- Сырая – источник  $\beta$ -каротина (провитамин А)
- Вареная морковь – превосходит по количеству антиоксидантов
- Функция зрения
- Кожа
- Устойчивость к инфекции
- Мембраны клетки
- Антиоксидант
- Профилактика онкологии



# Рыба



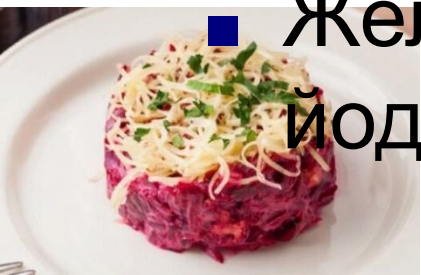
- Белок
- Фосфор
- Йод
- Витамины А, Д
- Ниацин (РР)
- ПНЖК омега-3
- Костная система, зубы, волосы
- Щитовидная железа
- Сердечно-сосудистая система
- Нервная система



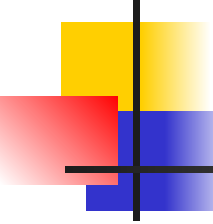
# Свекла



- Пектин
- Органические кислоты, антиоксиданты
- Бетаин
- Фолиевая кислота
- Железо, цинк, йод
- Регулятор обменных процессов
- Кроветворение
- Иммунитет
- Пищеварение







Все пищевые продукты,  
поступающие на пищеблок,  
соответствуют  
гигиеническим требованиям.

- Сопроводительные документы:
  - ярлыки
  - вет.справки
  - декларации/сертификаты соответствия

# Обработка яйца



- «НИКА-2»
- Комбинированное средство: моющее и дезинфицирующее
- В т.ч. против стафилококка



# Моющее средство



- «Прогресс»
- Универсальное эффективное средство
- Для удаления любых загрязнений

# Дезинфекция



- Широкий спектр применения
- Антимикробная активность
- Противовирусное действие
- Против грибковой инфекции, дерматофитов.





**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!**

