Пояснительная записка к десятидневному меню для питания детей раннего и дошкольного возраста в детских садах г. Ярославля.

Меню составлено в соответствии с СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций" (далее – СанПин).

Меню составлено для детей с дневным пребыванием 12 часов для ясельных групп (возраст 1-3 года) и групп детского сада (3-7 лет).

Т.к. табл. 4 СанПиНа предусмотрено, что при круглосуточном пребывании 2-й ужин составляет 5% суточного рациона, требования СанПин по БЖУК и натуральным нормам скорректированы на 5%. Соответственно:

	Суточная норма		Норма для 12-ти часового пребывания (95% от суточной нормы)	
	2-3 г.	3-7 лет	2-3 г.	3-7 лет
Энергия (ккал)	1400	1800	1330	1710
Белок, г	42	54	40	51
Жиры, г	47	60	45	57
Углеводы, г	203	261	193	248

Кроме корректировки на 12-часовое пребывание, примечаниями к Приложению №10 к СанПиН установлены допустимые отклонения от рекомендуемых норм питания ± 5%. Соответственно, выполнение рекомендуемых суточных наборов продуктов для организации питания детей в дошкольных образовательных организациях может составлять 90% от указанных в СанПиНе данных.

Данные по натуральным нормам по основным продуктам питания, предусмотренным п. 15.7 СанПин:

Выполнение суточных наборов основных продуктов
для организации питания детей в дошкольных образовательных организациях

Наименование пищевого продукта или группы пищевых продуктов	вес нетто, гр/мл		фактически, гр/мл		выполнение,%%	
	1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет
Молоко и кисломолочные продукты с м.д.ж. не ниже 2,5%	390	450	369,51	407,25	94,75	90,50
Творог, творожные изделия с м.д.ж. не менее 5%	30	40	27,69	36,00	92,30	90,00
Сметана с м.д.ж. не более 15%	9	11	8,49	10,37	94,30	94,23
Сыр твердый	4	6	3,90	5,91	97,38	98,47
Мясо (бескостное/ на кости)	50	55	45,41	50,14	90,82	91,16
Птица (полуфабрикат - филе)*	10,6	12,72	11,06	12,56	104,34	98,74
Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосоленое	32	37	29,43	33,10	91,97	90,00

Яйцо куриное столовое	20	24	18,53	21,60	92,63	90,00
Картофель	120	140	108,25	128,73	90,21	91,95
Овощи, зелень**	205	260	144,24	183,05	70,36	70,40
Фрукты (плоды) свежие	95	100	96,90	96,90	102,00	96,90
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	50	36,00	45,00	90,00	90,00
Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	60	80	53,91	73,58	90,00	91,98
Крупы (злаки), бобовые	30	43	29,39	39,80	97,95	92,56
Макаронные изделия	8	12	8,37	10,90	104,60	90,82
Масло коровье сладкосливочное	18	21	16,58	19,02	92,12	90,56
Масло растительное	9	11	8,61	10,06	95,64	91,47
Сахар	37	47	40,87	33,94	91,73	91,36
Соль пищевая поваренная	4	6	3,70	5,74	92,55	95,65

*норма по СанПиНу (20 и 24 гр. соответственно) пересчитана на полуфабрикат (филе) с коэффициентом 0,53 на основе данных Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях Могильный М.П., Тутельян Т.В. (ред.) Сборник технических нормативов. — М.: ДеЛи принт, 2011. — 584 с.

Технолог по дошкольному и школьному питанию А.Е. Емельянова