

## Условия питания детей в лагере «НЕПОСЕДЫ»

Очень важным направлением деятельности учреждения является организация питания, в связи с тем, что в летний период организм ребенка испытывает повышенные нагрузки, а это связано с большим расходом энергии и с высоким потреблением пищевых веществ.

Для школьного периода жизни ребенка характерны следующие особенности развития организма: интенсивный рост и связанное с этим увеличение массы костной и мышечной тканей, изменения в обмене веществ, обусловленные окончательным становлением функции желез внутренней секреции, значительная нагрузка на ЦНС. Следовательно, для обеспечения всех этих жизненно важных процессов необходимо организовать правильное и полноценное питание, обеспечить повышенные потребности ребенка в белках, жирах, углеводах, витаминах и минеральных веществах.

Обеспечить организм ребенка школьного возраста достаточным количеством полноценных питательных веществ можно только при включении в рацион разнообразных продуктов питания.

На 2025 год организацию питания согласно контракту, заключенным с лагерем дневного пребывания «НЕПОСЕДЫ», осуществляет ООО «Венера».

Питание осуществляется по примерному 10-ти дневному меню и технологическим картам, которые составлены с учетом требований Санитарных правил и норм, методических рекомендаций. Меню разработано для организации питания воспитанников в возрасте 7-11 лет и 12-18 лет. И предусматривает двукратный прием пищи: завтрак, обед. Примерное меню составлено на основе рациона и с использованием продуктов, входящих в рекомендуемые среднесуточные наборы пищевых продуктов для обучающихся общеобразовательных учреждений с учетом практики преимущественного использования тех или иных продуктов в соответствующие приемы пищи, обеспечивающей достаточное разнообразие и необходимую биологическую ценность рациона питания.

Медработниками, бракеражной комиссией и комиссией по питанию осуществляется контроль организации питания обучающихся, выполнения санитарно-гигиенических требований, рациона питания в соответствии с утвержденным 10-ти дневным меню, качеством поступающих продуктов и условиями их хранения, соблюдением технологического процесса приготовления пищи.

Бракеражная комиссия в составе трех человек (медицинского работника, работника пищеблока и представителя администрации учреждения) перед раздачей пищи проводит бракераж и оценку качества готовых блюд по органолептическим показателям. Результаты бракеража регистрируются в «Журнале бракеража готовой продукции».

При формировании рациона питания воспитанников лагеря, составлении меню и приготовлении пищи, предназначенной для детей и подростков, по возможности соблюдаются принципы адекватного рационального, сбалансированного, щадящего питания, подразумевающего:

- удовлетворение потребности детей в пищевых веществах и энергии, в т.ч. в макронутриентах (белки, жиры, углеводы) и микронутриентах (витамины, микроэлементы) в соответствии с возрастными физиологическими потребностями;
- сбалансированность рациона по всем пищевым веществам;
- технологическая обработка продуктов, обеспечивающая высокие вкусовые качества и сохранность пищевой ценности всех продуктов;
- исключение из рациона продуктов и блюд, обладающих раздражающими, экстрактивными свойствами, а также продуктов, которые могли бы привести к ухудшению здоровья детей с хроническими заболеваниями и компенсированными функциональными нарушениями органов пищеварения.

Распределение энергетической ценности (калорийности) в рационе обучающихся школы-интерната примерно соответствует рекомендуемым значениям, предусмотренным СанПиН 2.3.-2.4.3590-20., соотношение основных пищевых веществ (белков, жиров и

углеводов) приближены к оптимальным. Объемы порций приготавливаемых блюд соответствуют рекомендуемым.

С целью профилактики полигиповитаминозов, улучшения витаминного статуса, нормализации обмена веществ, снижения заболеваемости и укрепления здоровья проводится профилактическая витаминизация путем регулярного приема поливитаминных препаратов профилактического назначения в дозах, соответствующих физиологической потребности организма детей в основных витаминах такими препаратами как: «Аскорбиновая кислота», «Ундевит», «Гендевит».

Одной из мер по профилактике витаминного дефицита у детей является С-витаминизация готового третьего блюда, которая проводится с сентября по май месяц включительно на основании приказа МЗ СССР от 24 августа 1972 года «О дальнейшем улучшении проводимой в СССР обязательной С-витаминизации питания в лечебно-профилактических и других учреждениях».