

# **Організація харчування в закладі дошкільної освіти**

**Завідувач ДНЗ №45 “Теремок”  
Галина МАЗУРЕНКО**



Уряд затвердив нові норми та порядок організації харчування у закладах освіти (постанова КМУ від 24.03.2021 № 305 «[Про затвердження норм та Порядку організації харчування у закладах освіти та дитячих закладах оздоровлення та відпочинку](#)»).

Такі зміни прийняті, з метою: врегулювання організації харчування дітей з огляду на принципи здорового харчування, приведення енергетичної цінності раціону до Норм фізіологічних потреб населення в основних харчових речовинах.

Постанова опублікована на сайті МОЗ, також тут міститься технологічна документація (технологічні картки на страви).

Над документами працювала робоча група, до складу якої увійшли представники ВГО «Асоціація працівників дошкільної освіти», Національного університету харчових технологій, Київського кооперативного інституту бізнесу і права.



**Розрахунок вартості харчування на один день –**  
ясельні групи – 70,53 грн. (42,30)  
садові групи – 94.70 грн (56,82)  
з урахуванням допомоги місцевої влади

**Норми споживання харчових продуктів**

**Вікова категорія дітей:**  
1-3 роки  
4-6 (7) років

## **РОЗРОБКА МЕНЮ**

**Технічне обладнання харчоблоку**

**Енергетична цінність (визначення хімічного складу продуктів харчування: білки, жири, вуглеводи)**

**Різноманітність страв та доцільне їх поєднання**

**Врахування рекомендацій Постанови Кабінету Міністрів України від 24.03.2021 № 305 щодо використання окремих продуктів харчування**

**Розробка технологічних карток**



# ЕНЕРГЕТИЧНА ЦІННІСТЬ ПРОДУКТІВ ХАРЧУВАННЯ ВИЗНАЧЕННЯ ХІМІЧНОГО СКЛАДУ (БІЛКИ, ЖИРИ, ВУГЛЕВОДИ)

## Енергетична та поживна цінність їжі на добу

Вікова група	Енергетична цінність сніданку, вечері. ккал	Енергетична цінність обіду, ккал	Добова енергетична цінність, ккал
1-4 роки	350-415	415-485	1385
4-6 (7) років	425-510	510-595	1700

## Загальна кількість **білку** на добу

Вікова група	Кількість білку на сніданок, вечерю, грамів	Кількість білку на обід, грамів	Добова потреба у білку, грамів
1-4 роки	13-15	15-18	53
4-6 (7) років	14-17	17-20	58

## Загальна кількість **жирів** на добу

Вікова група	Кількість жирів на сніданок, вечерю, грамів	Кількість жирів на обід, грамів	Добова потреба у жирах, грамів
1-4 роки	11-13	13-15	44
4-6 (7) років	14-16	16-19	56

## Загальна кількість **вуглеводів** на добу

Вікова група	Кількість вуглеводів на сніданок, вечерю, грамів	Кількість вуглеводів на обід, грамів	Добова потреба у вуглеводах, грамів
1-4 роки	48-58	58-67	194
4-6 (7) років	60-72	72-84	240

М'ясо, риба, молоко та молочні продукти, яйця, бобові та горіхи є основними джерелами білку. Додатковим джерелом корисних білків є злакові продукти. Діти повинні регулярно споживати харчові продукти та страви з вмістом вуглеводів. Пріоритетні продукти цієї групи — рослинні продукти .

# ЗМІНИ У ХАРЧУВАННІ

(продукти, які зменшили у кількості споживання)



**ЗМЕНШИЛИ ВЖИВАННЯ  
МОЛОЧНИХ КАШ**



**ХЛІБ ЗАМІНИЛИ НА  
ЦІЛЬНОЗЕРНОВИЙ**



**1-3 роки – без цукру,  
всі інші – норми  
споживання цукру  
зменшені**



**БОРОШНО ВХОДИТЬ  
ДО СКЛАДУ СТРАВ,  
АЛЕ ЯК ДОДАТКОВИЙ  
СКЛАДНИК  
(випічки немає)**



**ЗМЕНШИЛИ КІЛЬКІСТЬ  
ВЖИВАННЯ СОЛІ**



**КОНДИТЕРСЬКІ  
ВИРОБИ ВИКЛЮЧЕНІ  
З РАЦІОНУ  
ХАРЧУВАННЯ**

*продукти, які збільшили у кількості споживання*



**куряче м'ясо –  
шість разів на  
тиждень**



**фрукти – два рази  
на день**



**м'ясо свинини,  
або яловичини –  
два рази на  
тиждень**



**овочі – три рази  
на день**



**крупы – два рази  
на день**



**заморожені ягоди  
та овочі**

## ВЖИВАННЯ КВАШЕНИХ ОВОЧІВ



**Заборона  
використання  
плодовоовочевих та  
інших консервів  
промислового  
виробництва**

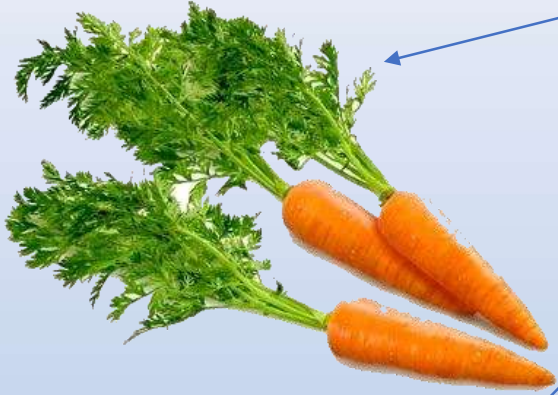


**Проведення вчасної  
процедури закупівлі  
свіжих овочів для  
приготування  
соління власноруч**



**Для вікової категорії  
дітей  
від 4 до 6 років**

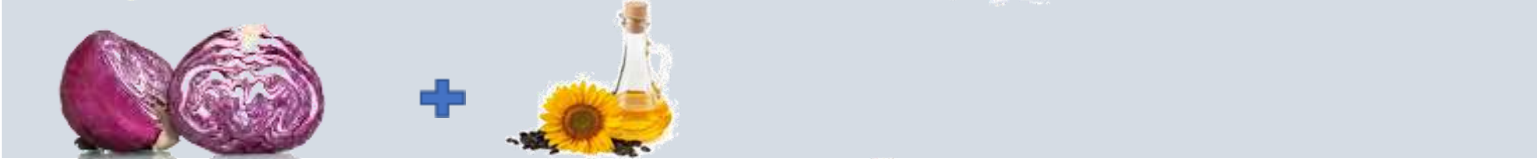
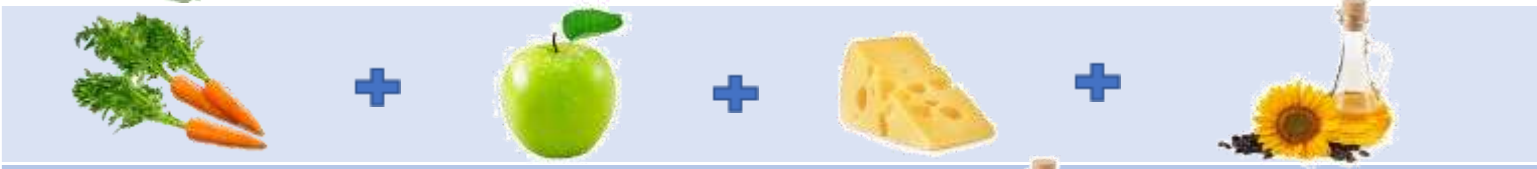
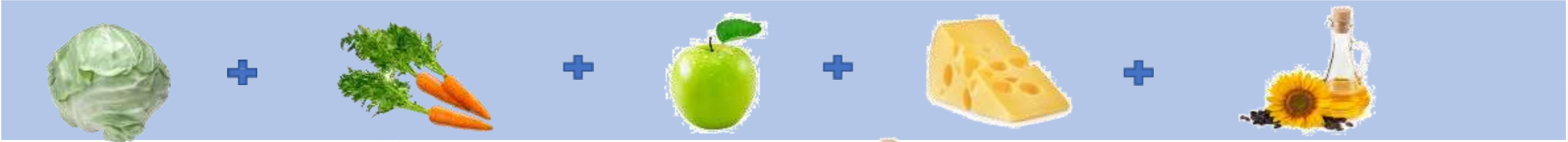
# СЕЗОННІ ОВОЧІ



**ЗАМОРОЖЕНИЙ**



# САЈАТИ



## АПРОБАЦІЯ СТРАВ З НОВОГО МЕНЮ



**чахохбілі**



**мафіни м'ясні з  
твердим сиром**



**рибне суфле,  
салат з буряка та  
яблука**



**гратен «Зебра»**

# Адреса сайту ДНЗ №45

<https://teremok45.jimdofree.com/>