

**Аналитический материал по оценке примерного  
двухнедельного рациона питания детей, посещающих детский сад,  
на зимне-весенний период в учреждениях с длительностью  
пребывания 10,5 часов от 29.11.2024.**

В Каменецком районном ЦГиЭ проведен анализ примерного двухнедельного рациона питания детей, посещающих детский сад, на зимне-весенний период в учреждениях с длительностью пребывания 10,5 часов.

**При анализе установлено:**

**1. Распределение калорийности по приемам пищи соответствует** анатомо-физиологическим особенностям организма детей в соответствии с возрастными особенностями (регламентируемым пределам) и составляет от общего суточного рациона при нормируемых показателях:

**если:**

*завтрак* составляет от 16,92 % до 22,78 % от общего суточного рациона при нормируемых показателях 20-25% (в 1-й день – 19,98 %, во 2-й день – 20,8 %, в 3-й день – 19,66 %, в 4-й день – 21,18 %, в 5-й день – 22,78 %, в 6-й день – 20,71 %, в 7-й день – 19,17 %, в 8-й день – 21,7 %, в 9-й день – 16,92 %, в 10-й день – 18,95 %); **среднеобобщенный показатель за 10 дней – 20 %;**

*обед* – от 29,45 % до 31,23 % при нормируемых показателях 30 - 35% (в 1-й день – 29,45 %, во 2-й день – 29,52 %, в 3-й день – 30,75 %, в 4-й день – 29,72 %, в 5-й день – 30,54 %, в 6-й день – 31 %, в 7-й день – 30,62 %, в 8-й день – 29,65 %, в 9-й день – 31,23 %, в 10-й день – 29,78 %); **среднеобобщенный показатель за 10 дней – 30%;**

*полдник* составляет от 16,68 % до 21,85 % от общего суточного рациона при нормируемых показателях 20,0 - 25,0 % (в 1-й день – 20,56 %, во 2-й день – 19,68 %, в 3-й день – 19,59 %, в 4-й день – 19 %, в 5-й день – 16,68 %, в 6-й день – 18,29 %, в 7-й день – 20,21 %, в 8-й день – 18,66 %, в 9-й день – 21,85 %, в 10-й день – 21,27 %); **среднеобобщенный показатель за 10 дней – 20%;**

**сад:**

*завтрак* составляет от 17,11 % до 22,49 % от общего суточного рациона при нормируемых показателях 20 - 25% (в 1-й день – 18,87 %, во 2-й день – 19,24 %, в 3-й день – 20,62 %, в 4-й день – 18,72 %, в 5-й день – 19,93 %, в 6-й день – 19,45 %, в 7-й день – 20,94 %, в 8-й день – 22,49 %, в 9-й день – 17,11 %, в 10-й день – 20,86 %); **среднеобобщенный показатель за 10 дней – 20 %;**

*обед* – от 27,58 % до 32,24 % при нормируемых показателях 30 - 35% (в 1-й день – 30,19 %, во 2-й день – 27,58 %, в 3-й день – 29,17 %, в 4-й день – 30,11 %, в 5-й день – 31,73 %, в 6-й день – 30,48 %, в 7-й день – 28,78 %, в 8-й день – 29,0 %, в 9-й день – 32,24 %, в 10-й день – 30,83 %); **среднеобобщенный показатель за 10 дней – 30 %;**

*полдник* составляет от 18,32 % до 23,17 % от общего суточного рациона при нормируемых показателях 20,0 - 25,0 % (в 1-й день – 20,93 %, во 2-й день – 23,17 %, в 3-й день – 20,22 %, в 4-й день – 21,18 %, в 5-й день – 18,34 %, в 6-й день – 20,06 %, в 7-й день – 20,28 %, в 8-й день – 18,51 %, в 9-й день – 20,65 %, в 10-й день – 18,32 %); **среднеобобщенный показатель за 10 дней – 20 %.**

**2. Анализ распределения общей калорийности по дням с учетом норм потребления пищевых веществ и энергии для детей согласно санитарным нормам и правилам, устанавливающим требования к питанию населения: нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Республики Беларусь, утвержденным Постановлением Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 20 ноября 2012 г. № 180, соответствует (в пределах  $\pm 5,0\%$ ) по всем дням рациона:**

**ясли:**

Среднестатистический показатель калорийности за 10 дней примерного рациона в пределах нормируемого – 1251,774 ккал, при регламентированном 840-1275 ккал (в 1-й день – 1215,38, во 2-й день – 1192,87, в 3-й день – 1352,41, в 4-й день – 1363,54, в 5-й день – 1166,31, в 6-й день – 1115,42, в 7-й день – 1272,18, в 8-й день – 1199,77, в 9-й день – 1313,84, в 10-й день – 1326,02).

**сад:**

Среднестатистический показатель калорийности за 10 дней примерного рациона в пределах нормируемого – 1669,693 ккал, при регламентированном 1050-1700 ккал (в 1-й день – 1899,52, во 2-й день – 1627,93, в 3-й день – 1737,18, в 4-й день – 1739,45, в 5-й день – 1526,67, в 6-й день – 1675,64, в 7-й день – 1658,7, в 8-й день – 1692,26, в 9-й день – 1666,8, в 10-й день – 1472,74).

**При оценке содержания показателей основных пищевых веществ (белков, жиров и углеводов) в представленных примерных рационах в разрезе определенных дней соответствует требованиям ТНПА (в пределах  $\pm 5,0\%$ ).**

**ясли:**

Среднестатистические показатели (за 10 дней) содержания основных пищевых веществ (белков, жиров и углеводов) в пределах регламентированных: *белков – 40,164 г, при регламентированных показателях 25,2-47,6г; жиров – 43,382 г., при регламентированных показателях 28,0-45,05г., углеводов – 171,783 г, при регламентированных показателях 122,5-178,5г.*

**сад:**

Среднестатистические показатели (за 10 дней) содержания основных пищевых веществ (белков, жиров и углеводов) в пределах

регламентированных: белков – 53,458 г, при регламентированных показателях 34,3-63,75г, жиров – 57,645 г, при регламентированных показателях 35,0-60,35г., углеводов – 228,315 г, при регламентированных показателях 142,1-238,0г.

**3. При анализе оптимального соотношения пищевых веществ:** Б:Ж:У в процентном соотношении от калорийности суточного рациона 10-15%, 30-32% и 55-60% установлено, что среднестатистическое (среднее за 10 дней) соотношение пищевых веществ является оптимальным для физиологической потребности детского организма и соответствует гигиенически регламентированным требованиям: соотношение Б:Ж:У за 10 дней составляет в процентном соотношении от калорийности суточного рациона:

ясли – 13 %, 32 % и 55 %;

сад – 13 %, 32 % и 55 %.

**4.** Питание детей согласно представленному примерному меню предусмотрено щадящим по химическому составу и способам приготовления: в приготовлении блюд не предусмотрено использование острых приправ (хрен, перец, горчица); не предусмотрено использование соков, напитков, чая из сухих концентратов; колбасы и сосиски вареные предусмотрены не более 1 раз в неделю (6-й день 2-ая неделя).

**5.** При анализе примерного меню фактов включения запрещенных блюд не установлено.

**6.** Повторяемость одноименных блюд в течение двух дней подряд согласно меню отсутствует.

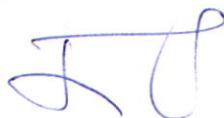
**7.** Овощи (салаты из свежих или вареных овощей), мясо (птица), масло растительное и животное, сахар, хлеб, крупа, молоко и кисломолочные напитки, свежие фрукты (или соки, нектары) в меню включаются ежедневно.

**8.** В примерные рационы питания включены блюда с высоким содержанием пектиновых веществ (зефир, мармелад).

**9.** В работе используется строго йодированная соль.

**ВЫВОД:** Примерный двухнедельный рацион питания детей, посещающих ясли-сад, на зимне-весенний период в учреждениях с длительностью пребывания 10,5 часов разработан с учетом физиологической потребности детей в пищевых веществах и энергии и действующих санитарно-эпидемиологических требований и может быть использован в работе при организации питания детей.

Главный врач  
Каменецкого районного ЦГиЭ



С.Н. Булах



**Аналитический материал по оценке примерного  
двухнедельного рациона питания детей, посещающих детский сад, в  
возрасте от 3 до 6 лет, на зимне-весенний период в учреждениях с  
длительностью пребывания 10,5 часов от 29.11.2024.**

В Каменецком районном ЦГиЭ проведен анализ примерного двухнедельного рациона питания детей, посещающих детский сад, на зимне-весенний период в учреждениях с длительностью пребывания 10,5 часов.

**При анализе установлено:**

**1. Распределение калорийности по приемам пищи соответствует** анатомо-физиологическим особенностям организма детей в соответствии с возрастными особенностями (регламентируемым пределом) и составляет от общего суточного рациона при нормируемых показателях:

**сад:**

*завтрак* составляет от 17,11 % до 22,71 % от общего суточного рациона при нормируемых показателях 20 - 25% (в 1-й день – 18,63 %, во 2-й день – 19,25 %, в 3-й день – 20,52 %, в 4-й день – 18,71 %, в 5-й день – 19,93 %, в 6-й день – 20,19 %, в 7-й день – 19,94 %, в 8-й день – 22,71 %, в 9-й день – 17,11 %, в 10-й день – 20,75 %); **среднеобобщенный показатель за 10 дней – 20 %;**

*обед* – от 27,56 % до 32,24 % при нормируемых показателях 30 - 35% (в 1-й день – 30,7 %, во 2-й день – 27,56 %, в 3-й день – 28,64 %, в 4-й день – 30,09 %, в 5-й день – 31,73 %, в 6-й день – 30,04 %, в 7-й день – 29,8 %, в 8-й день – 28,59 %, в 9-й день – 32,24 %, в 10-й день – 31,02 %); **среднеобобщенный показатель за 10 дней – 30 %;**

*полдник* составляет от 18,23 % до 23,19 % от общего суточного рациона при нормируемых показателях 20,0 - 25,0 % (в 1-й день – 20,67 %, во 2-й день – 23,19 %, в 3-й день – 20,84 %, в 4-й день – 21,2 %, в 5-й день – 18,34 %, в 6-й день – 19,78 %, в 7-й день – 20,26 %, в 8-й день – 18,69 %, в 9-й день – 20,65 %, в 10-й день – 18,23 %); **среднеобобщенный показатель за 10 дней – 20 %.**

**2. Анализ распределения общей калорийности по дням с учетом норм потребления пищевых веществ и энергии для детей согласно санитарным нормам и правилам, устанавливающим требования к питанию населения: нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Республики Беларусь, утвержденным Постановлением Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 20 ноября 2012 г. № 180, соответствует (в пределах  $\pm 5,0\%$ ) по всем дням рациона:**

Среднестатистический показатель калорийности за 10 дней примерного рациона в пределах нормируемого – 1676,361 ккал, при регламентированном 1050-1700 ккал (в 1-й день – 1924,27, во 2-й день – 1627,1, в 3-й день – 1768,93, в 4-й день – 1740,45, в 5-й день – 1526,67, в 6-й день – 1700,21, в 7-й день – 1659,7, в 8-й день – 1675,7, в 9-й день – 1666,84, в 10-й день – 1473,74).

**3. При оценке содержания показателей основных пищевых веществ** (белков, жиров и углеводов) в представленных примерных рационах в разрезе определенных дней соответствует требованиям ТНПА (в пределах  $\pm 5,0\%$ ).

Среднестатистические показатели (за 10 дней) содержания основных пищевых веществ (белков, жиров и углеводов) в пределах регламентированных: *белков – 55,533 г, при регламентированных показателях 34,3-63,75г, жиров – 58,779 г, при регламентированных показателях 35,0-60,35г., углеводов – 229,625 г, при регламентированных показателях 142,1-238,0г.*

**4. При анализе оптимального соотношения пищевых веществ:** Б:Ж:У в процентном соотношении от калорийности суточного рациона **10-15%, 30-32% и 55-60%** установлено, что среднестатистическое (среднее за 10 дней) соотношение пищевых веществ является оптимальным для физиологической потребности детского организма и соответствует гигиенически регламентированным требованиям: соотношение Б:Ж:У за 10 дней составляет в процентном соотношении от калорийности суточного рациона:

**13%, 32% и 55%.**

**5.** Питание детей согласно представленному примерному меню предусмотрено щадящим по химическому составу и способам приготовления: в приготовлении блюд не предусмотрено использование острых приправ (хрен, перец, горчица); не предусмотрено использование соков, напитков, чая из сухих концентратов; колбасы и сосиски вареные предусмотрены не более 1 раз в неделю (6-й день 2-ая неделя).

**6.** При анализе примерного меню фактов включения запрещенных блюд не установлено.

**7.** Повторяемость одноименных блюд в течение двух дней подряд согласно меню отсутствует.

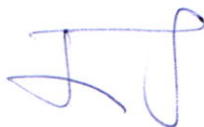
**8.** Овощи (салаты из свежих или вареных овощей), мясо (птица), масло растительное и животное, сахар, хлеб, крупа, молоко и кисломолочные напитки, свежие фрукты (или соки, нектары) в меню включаются ежедневно.

**9.** В примерные рационы питания включены блюда с высоким содержанием пектиновых веществ (зефир, мармелад).

10. В работе используется строго йодированная соль.

**ВЫВОД:** Примерный двухнедельный рацион питания детей, посещающих детский сад, на зимне-весенний период в учреждениях с длительностью пребывания 10,5 часов разработан с учетом физиологической потребности детей в пищевых веществах и энергии и действующих санитарно-эпидемиологических требований и может быть использован в работе при организации питания детей.

Главный врач  
Каменецкого районного ЦГиЭ



С.Н. Булах