

ВИТАМИНИЗАЦИЯ В ДЕТСКОМ САДУ

Здоровьесберегающие технологии очень активно применяются в дошкольных учреждениях. Если оздоравливающие процедуры, такие как: закаливание, дыхательная гимнастика, входят в парциальные программы обучения, то витаминизация в детском саду закреплена на уровне федерального законодательства.

ПРАВИЛА ВИТАМИНИЗАЦИИ

В Санитарно-эпидемиологических правилах и нормативах СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». сказано:

«В целях профилактики недостаточности микронутриентов (витаминов и минеральных веществ) в питании детей используются пищевые продукты, обогащенные микронутриентами.

Витаминизация блюд проводится с учетом состояния здоровья детей, под контролем медицинского работника и при обязательном информировании родителей о проведении витаминизации.»

Технология приготовления витаминизированных напитков указывается в инструкции изготовителя.

В том случае, если в рационе питания отсутствуют витаминизированные напитки, то проводится искусственная С-витаминизация в детском саду.

Объемы рассчитываются строго по возрасту ребенка:

- для детей 1-3 лет — 35 мг,
- для детей 3-6 лет — 50 мг на порцию.

Препараты витаминов вводятся в третьи блюда при определенной температуре последних: температура компота должна быть 15 С градусов, киселя - 35 С градусов.

Витаминизация в детском саду отображается в специальном журнале, куда данные заносит медицинский работник.

Все вопросы касательно профилактических мер по повышению иммунитета можно адресовать медицинскому работнику, который является ответственным лицом за организацию здорового питания в детском саду.

1. С- витаминизация проводится в яслях, яслях-садах, детских садах. По специальному разрешению санэпидстанции С-витаминизирование пищи синтетической аскорбиновой кислотой может не проводиться в том случае, если плодоовощные блюда, шиповник и другие витаминосители, используемые в питании содержат такие количества витамина С, которые соответствуют утвержденным МЗ СССР нормам потребности людей в этом витамине, СЭС может разрешить временный (сезонный) перерыв в С-витаминизации на основании данных лабораторного контроля соответствующих блюд.
2. Ежедневно витаминизируются только первые или третьи блюда обеда или молоко. Предпочтительно витаминизировать третьи

блюда, в том числе чай, компот, кисель.

3. Аскорбиновая кислота вводится из расчета суточной нормы потребности человека в витамине С:

30 мг для детей в возрасте до 1 года,

40 мг для детей в возрасте от 1 года до 6 лет,

50 мг для детей в возрасте от 6 лет до 8 лет-20%.

4. Витаминизация проводится на пищеблоке старшей медицинской сестрой, диетсестрой или другим лицом медицинского персонала, специально выделенным для этой цели.

5. Витаминизация готовых блюд проводится непосредственно перед раздачей. Подогрев витаминизированных блюд не допускается.

6. Способ витаминизации первых блюд: таблетки аскорбиновой кислоты, рассчитанных по числу порций (или соответственно отвешанную аскорбиновую кислоту в порошке), кладут в чистую тарелку, куда заранее налито небольшое количество (100-200 мл) жидкой части блюда, подлежащего витаминизации, и растворяют при помешивании ложечкой, после чего в общую массу блюда, перемешивая половником: ополаскивают жидкой частью этого блюда, которую тоже выливают в общую массу блюда.

При витаминизации молока аскорбиновую кислоту добавляют непосредственно после закипания молока из расчета, соответствующего потребности детей данного возраста в аскорбиновой кислоте, но не более 175 мг аскорбиновой кислоты на 1 л молока (во избежание его свертывания). Практически витаминизацию молока можно проводить лишь для детей в возрасте до 1 года. При витаминизации киселей, *t* аскорбиновую кислоту вводят в жидкость, в которой разводят картофельную муку.

7. В учреждении, где проводится витаминизация, лицо, ответственное за С-витаминизацию, ежедневно разносит в меню-раскладку сведения о проводимой витаминизации, причем указывает наименование витаминизированного блюда, число витаминизированных порций, количество аскорбиновой кислоты (в мг), введенной в общую массу блюда, количество таблеток, используемых для витаминизации, содержание аскорбиновой кислоты в таблетке.

8. Аскорбиновую кислоту (таблетки или порошок), используемую для витаминизации готовых блюд, следует хранить в защищенном от света, сухом, прохладном месте, в плотно закрытой таре, под замком, ключ от которого должен находиться у лица, ответственного за С-витаминизацию.