

**Про зміни в організації харчування дітей у  
закладах освіти відповідно до постанови  
КМУ від 24.03.2021 № 305 «Про затвердження  
норм та Порядку організації харчування у  
закладах освіти та дитячих закладах  
оздоровлення та відпочинку», постанови  
КМУ від 28.07.2021 № 786 «Про внесення  
змін до норм харчування у закладах освіти та  
дитячих закладах оздоровлення та  
відпочинку»**



## Фактори до змін в системі організації харчування

- Структура харчування дітей у закладах освіти не відповідає сучасним вимогам до здорового харчування.
- Доведено зв'язок між дитячим харчуванням та подальшим виникненням ожиріння, цукрового діабету, серцево-судинних захворювань та деяких видів раку.

# Нові норми і рівні споживання цукру і солі

## Вікові категорії дітей ЗДО

1 рік

4 роки

4-6(7) років

## Обмеження цукру

0 грам

25 грама

25 грама

## Обмеження солі

3 грама

4 грами

5грамів

## Вікові категорії дітей ЗЗСО

Молодші школярі

Підлітки

## Обмеження цукру

37,5 грама

37,5 грама

## Обмеження солі

4 грами

5 грамів

## Основні зміни у харчуванні дітей в закладах освіти



➔ Зменшили кількість вживання солі



➔ Норми споживання цукру зменшено



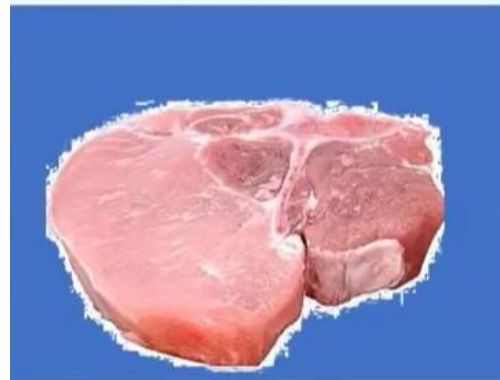
➔ Зменшили вживання молочних каш



➔ Ковбасні та кондитерські вироби виключені з раціону харчування



➔ Куряче м'ясо шість разів на тиждень



➔ М'ясо свинини, або яловичини - два рази на тиждень



→ Борошно входить до складу страв, але як додатковий складник  
(випічки немає)



→ Хліб замінили на цільнозерновий



→ Крупи - три рази на день



→ Споживання фруктів щоденно



→ Овочі – три рази на день



→ Заморожені ягоди та овочі



→ Індивідуальна кип'ячена або фасована вода



→ Зменшено кількість споживання хліба та картоплі

**Норми разового харчування  
на одну дитину на 5 днів в ЗЗСО (у гр.)**

<b>Продукти</b>	<b>Було</b>	<b>Стало</b>
<b>Хліб</b>	300-400	90-250/150-250
<b>Цукор</b>	75-90	37,5
<b>Картопля</b>	500-600	180-215/120-150
<b>Крупи, бобові</b>	105-150	160
<b>Овочі</b>	700-900	500
<b>Фрукти</b>	250-375	500
<b>М'ясо, птиці</b>	175	140-240
<b>Риба</b>	125	120-240
<b>Молоко</b>	90-100	200
<b>Сир кисломолочний</b>	80-100	125
<b>Сметана</b>	25-30	25



### #НовеШкільнеХарчування

Здорове та поживне шкільне харчування не може бути дешевим. Зустрічаю інформацію, що громади заклали в бюджет 14 чи 15 грн на харчування пільгових категорій. За ці кошти можна лише напхати шлунки якоюсь їжею. Про виконання норм харчування не йдеться. Ну, хіба що, якимись "іншими схемами" передбачається постачання продуктів "безкоштовно" для шкіл. Реальні кошти мають закладаються на рівні 30 грн за обід. Чим же тоді діти з однієї громади гірші за дітей іншої громади? Виглядає таки трохи дивним, що підняті стандарти в шкільному харчуванні звалили на плечі лише громад і батьків.





**Норми разового харчування  
на одну дитину на 5 днів в ЗДО (у гр.)**

<b>Продукти</b>	<b>Було</b>	<b>Стало</b>
<b>М'ясо</b>	60/100	81/109
<b>Риба</b>	20/45	20/30
<b>Молоко</b>	350/400	124,5/155,5
<b>Сир кисломолочний</b>	35/45	28,5/36,4
<b>Сметана</b>	5/10	10,6/16,6
<b>Масло вершкове</b>	12/21	6/7,5
<b>Масло рослинне</b>	6/9	13/14,5
<b>Яйце</b>	10/20	16/16 +12/15 на страву
<b>Сир твердий</b>	3/5	3/4,1
<b>Цукор</b>	35/45	-/25
<b>Крупи</b>	30/45	74/93 або 98/120
<b>Картопля</b>	130/190	86,2/107,8
<b>Овочі</b>	180/230	180/240
<b>Фрукти</b>	45/100	120/160
<b>Сік</b>	50/70	48/72
<b>Хліб</b>	75/120	60/60
<b>Сухофрукти</b>	10/10	12/15



**Підготовка меню**

**Погодження**

**Використання**

Технологи управління  
освіти



Головне управління  
Держпродспоживслужби в  
Миколаївській області



Використання  
погодженого меню  
зкладами освіти

## НОРМИ

споживання основних груп харчових продуктів для організації одноразового харчування в закладах загальної середньої освіти та інших закладах освіти, що провадять освітню діяльність на певному рівні ( рівнях) повної загальної середньої освіти, дитячих закладах оздоровлення та відпочинку у разі п'ятиденного перебування (6-11 р.)

Найменування	Норма 5 днів /нетто	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	За 20 днів норма	Факт	%	
Овочі	500	141,7	-	103	169,6	88,9	109	121,5	60	34	120,1	91	-	87,3	34	101,1	185,1	60	127,6	188	103,3	2000	1992,2	100	
Фрукти та ягоди	500	100	125	100	100	100	100	100	100	100	100	100	96	100	100	100	100	100	100	100	100	75	2000	1996	100
Соки	200	200	-	-	-	-	-	200	-	-	-	-	-	200	-	-	200	-	-	-	-	-	800	800	100
Фрукти та ягоди сушені	50	18	30	-	-	-	20	-	30	-	-	20	-	-	-	-	-	50	30	-	-	-	200	198	99
Злакові, зернові та бобові	480/30	38,7	10,8	48	-	42,8	36	-	-	34	38,7	56,4	9	-	36	40,8	38,7	-	53,4	-	-	-	480	483,3	100
Картопля	120	-	-	-	128,3	-	-	128,3	-	-	-	-	-	102,6	-	-	-	-	-	-	-	128,3	480	487,5	101
Хліб	90	-	-	30	30	30	-	30	-	30	30	30	-	30	30	-	-	-	20	30	40	360	360	100	
Риба	60	-	-	-	60	-	-	60	-	-	-	-	-	60	-	-	-	-	-	-	-	59,9	240	239,9	100
Птиця	140	70,2	-	-	-	70	68	-	-	-	70,2	70	-	-	-	70	70,2	-	-	72	-	-	560	560,6	100
Яйця	1/40	-	7,2	40	-	-	13,6	-	24	-	-	5,6	-	-	-	-	-	24	40	-	5,6	-	160	160	100
Молоко та молочні продукти	200	-	-	178,5	22,5	-	6,8	22,5	-	171	-	3,5	-	18	171	-	-	-	178,5	-	22,5	-	800	794,8	99,5
Кефір	125	-	-	-	-	125	-	-	-	-	125	-	-	-	-	125	-	-	-	-	-	125	500	500	100
Сир кисломолочний	125	-	136,8	-	-	-	-	-	120	-	-	-	114	-	-	-	-	120	-	-	-	-	500	490,8	99
Сир твердий	15	-	-	-	-	-	15	-	-	15	-	-	-	15	15	-	-	-	-	-	-	-	60	60	100
Сметана	25	-	5,4	10	-	-	10	-	15	-	10	-	21	-	-	-	-	15	15	-	-	-	100	101,4	101
Масло вершкове	15	1,8	-	3,5	3	3	1,8	6,5	6,8	-	3,5	3	-	2,4	2,3	4,2	5	6,8	2,4	-	4,2	60	60,2	100	
Масло рослинне	27,5	7,1	1,8	3,9	13	5	3,7	5,4	-	6	5,4	6,1	2	9,7	3	7,5	5,4	-	2,3	12	10,4	110	109,7	100	
Сіль	5	0,9	0,5	1,1	1,3	1,1	1,2	1,7	0,4	0,6	1	0,6	0,3	1,1	0,6	1,5	1,2	-	1,5	1,4	1,4	20	19,7	99	
Цукор	37,5	-	18,3	8,5	6,7	5	8,7	-	15,5	7,5	1	11,7	17,1	2	7,5	-	-	17,5	10,5	11,7	1	150	149,2	99,5	
Какао	6	-	-	6	-	-	-	-	-	6	-	-	-	-	6	-	-	-	6	-	-	-	24	24	100
Чай	0,5	-	-	-	0,5	-	0,5	-	-	-	-	0,5	-	-	-	-	-	-	-	0,5	-	-	2	2	100
Білки	18-21	21,04	27,99	19,88	16,44	23,5	24,37	17,64	26,95	18,58	23,12	21,1	22,93	22,14	19,68	24,3	20,62	26,35	24,79	20,01	21,54	360-420	425,97	101	
Жири	17-21	22,94	17,33	23,96	16,58	15,11	19,21	18,68	22,91	19,36	22,92	14,91	17,38	18,63	19,16	18,9	17,41	22,91	19,67	22,33	18,88	340-420	389,18	100	
Вуглеводи	73-88	84,11	69,52	78,43	76,09	73,3	76,85	87,29	71,88	82,33	84,39	87,2	73,1	93,91	92,33	67,72	71,89	61,08	81,83	57,12	79,21	1460-1760	1619,1	100	
Ккал	526-630	621,74	547,21	598,21	557,47	545,1	562,93	562,67	602,37	579,61	631,31	551	535,2	633,12	622,2	546,35	519,91	557,37	597,49	516,04	569,32	10520-12600	11456,62	100	

## НОРМИ

споживання основних груп харчових продуктів для організації одноразового харчування в закладах загальної середньої освіти та інших закладах освіти, що провадять освітню діяльність на певному рівні (рівнях) повної загальної середньої освіти, дитячих закладах оздоровлення та відпочинку у разі п'ятиденного перебування (11-14 р.)

Найменування	Норма 5 днів /нетто	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	За 20 днів норма	Факт	%
Овочі	500	154,8	-	103	178,6	89,6	109	127,5	60	42,5	126,8	91	-	98,3	34	101,1	135,3	60	127,6	218	124,15	200	1982,3	99,1
Фрукти та ягоди	500	100	125	100	100	100	100	100	100	100	100	100	96	100	100	100	100	200	-	100	75	200	1996	100
Соки	200	200	-	-	-	-	-	200	-	-	-	-	-	200	-	-	200	-	-	-	-	800	800	100
Фрукти та ягоди сушені	50	18	30	-	-	-	20	-	30	-	-	20	-	-	-	-	-	-	50	30	-	200	198	99
Злакові, зернові то бобові	600/148	39,6	10,8	60	-	53,6	36	-	-	42,5	53,8	70,5	9	-	34	54	53,8	-	66,8	6	-	592	590,4	100
Картопля	150	-	-	-	128,3	-	-	128,3	-	-	-	-	-	128,3	-	-	-	-	-	74,2	128,3	600	587,5	98,2
Хліб	150	-	-	50	50	50	-	50	-	50	50	50	-	50	50	-	-	-	50	50	50	600	600	100
Риба	90	-	-	-	90	-	-	90	-	-	-	-	-	100,4	-	-	-	-	-	-	90	360	370,4	102
Птиця	200	97,5	-	-	-	105	100	-	-	-	97,5	100	-	-	-	126	97,5	-	-	100	-	800	823,5	102
Яйця	40	-	7,2	40	-	-	24	-	24	-	-	-	-	-	-	-	-	24	40	-	-	160	159,2	99,5
Молоко та молочні продукти	200	-	-	178,5	22,5	-	-	22,5	-	171	-	5	-	18	171	-	-	-	178,5	-	22,5	800	789,5	99
Кефір	125	-	-	-	-	125	-	-	-	-	125	-	-	-	-	125	-	-	-	-	125	500	500	100
Сир кисломолочний	125	-	136,8	-	-	-	-	-	120	-	-	-	114	-	-	-	-	120	-	-	-	500	490,8	98,2
Сир твердий	15	-	-	-	-	-	15	-	-	18,8	-	-	-	-	20	-	-	-	-	7	-	60	60,8	100
Сметана	25	-	5,4	10	-	-	10	-	15	-	10	-	21	-	-	-	-	15	15	-	-	100	101,4	100
Масло вершкове	20	2,5	-	3,5	6	3,8	1,8	11,5	6,8	-	3,5	8,8	-	2,4	-	5	3,5	6,8	3	-	11,5	80	80,4	100
Масло рослинне	32,5	5	1,8	4,8	13,9	5	4,3	8,1	-	7,5	7,5	6,4	2	10,3	6	7,5	7,5	-	5,3	17	10,1	130	130	100
Сіль	7,5	1,7	0,6	1,6	1,8	1,6	1,7	1,9	0,6	1,1	1,7	1,4	0,6	1,7	0,6	2,1	1,8	0,6	1,9	2,1	1,8	30	28,9	96,5
Цукор	37,5	-	18,3	8,5	6,7	6	6,7	-	15,5	7,5	1	11,7	17,1	2	7,5	-	-	17,5	10,5	11,7	-	150	148,2	99
Какао	6	-	-	6	-	-	-	-	-	6	-	-	-	-	6	-	-	-	6	-	-	24	24	100
Чай	0,5	-	-	-	0,5	-	0,5	-	-	-	-	0,5	-	-	-	-	-	-	-	0,5	-	2	2	100
Білки	21-25	27,14	27,99	21,48	21,64	32	41,37	23,04	26,96	22,18	28,82	28,3	23,13	24,04	19,58	32	26,42	28,45	29,41	25,2	26,15	420-500	512,3	102
Жири	21-25	27,62	17,33	26,96	24,56	17,6	22,81	21,07	22,91	24,36	27,59	19,35	17,85	17,77	20,96	22,4	22,09	23,11	23,47	28,32	25,67	420-500	453,8	100
Вуглеводи	81,98	94,41	69,52	90,73	86,89	91,9	85,15	97,79	71,88	99,83	96,17	106,39	93,1	101,19	88,63	75,92	83,67	93,68	96,97	78,32	76,31	1620-1960	1688,45	100
Ккал	600-720	726,74	547,21	678,32	632,86	685,9	650,63	631,97	602,37	706,11	742,52	695,19	610,2	656,37	626	643,25	599,02	698,37	707,39	677,44	599,42	12000-14400	12486,28	100

Ін. тех Кшв БД Котелів

НОРМИ

споживання основних груп харчових продуктів для організації одноразового харчування в закладах загальної середньої освіти та інших закладах освіти, що провадять освітню діяльність на першому рівні (рівнях) повної загальної середньої освіти, дитячих закладах оздоровлення та відпочинку у разі п'ятиденного перебування (14-18 р.)

Найменування	Норма 5 днів /нетто	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	За 20 днів норма	Факт	%	
Овочі	500	154,8	-	103	187,6	89,6	109	133,5	60	42,5	131,5	91	-	99,3	34	101,1	140,3	60	127,6	218	136,1	2000	2019	100	
Фрукти та ягоди	500	100	125	100	100	100	100	100	200	100	-	100	96	100	100	100	100	200	-	100	75	2000	1996	100	
Соки	200	200	-	-	-	-	-	200	-	-	-	-	-	200	-	-	200	-	-	-	-	800	800	100	
Фрукти та ягоди сушені	50	18	30	-	-	-	20	-	30	-	-	20	-	-	-	-	-	50	30	-	-	200	198	99	
Злакові, зернові та бобові	600/37,5	39,6	10,8	60	-	53,6	36	-	-	42,5	64,5	70,5	9	-	36	51	64,5	-	66,8	6	-	600	603,2	100	
Картопля	150	-	-	-	128,3	-	-	128,3	-	-	-	-	-	128,3	-	-	-	-	-	-	74,2	128,3	600	587,4	98,2
Хліб	150	-	-	50	50	50	-	50	-	50	50	50	-	50	50	-	-	-	-	50	50	50	600	600	100
Риба	120	-	-	-	120	-	-	120	-	-	-	-	-	120	-	-	-	-	-	-	-	120	480	480	100
Птиця	240	97,5	-	-	-	126	120	-	-	-	117	120	-	-	-	126	117	-	-	120	-	-	960	943,5	98,3
Яйця	40	-	7,2	40	-	-	20	-	24	-	-	9,6	-	-	-	-	-	24	40	-	-	160	164,8	102	
Молоко та молочні продукти	200	-	-	178,5	22,5	-	-	22,5	-	171	-	6	-	18	171	-	-	-	178,5	-	22,5	800	790,5	99	
Кефір	125	-	-	-	-	125	-	-	-	-	125	-	-	-	-	125	-	-	-	-	-	125	500	500	100
Сир кисломолочний	125	-	136,8	-	-	-	-	-	120	-	-	-	114	-	-	-	-	-	120	-	-	-	500	490,8	98,2
Сир твердий	15	-	-	-	-	-	15	-	-	18,8	-	-	-	-	20	-	-	-	-	-	7	-	60	60,8	100
Сметана	25	-	5,4	10	-	-	10	-	15	-	10	-	21	-	-	-	-	15	15	-	-	100	101,4	101	
Масло вершкове	22,5	2,5	-	3,5	8	3,8	1,8	11,5	6,8	-	3,5	13,8	-	2,4	2,3	5	3,5	6,8	3	-	12,2	90	90,4	100	
Масло рослинне	37,5	5	1,8	4,8	14,8	10	9,7	10,8	-	7,5	9	6,8	2	10,9	3	7,5	15	-	2,3	18,4	12,8	150	148,1	99	
Сіль	7,5	1,8	0,6	1,4	1,8	1,6	1,9	2,6	0,6	1,3	1,6	1,3	0,6	1,5	0,6	2,1	1,9	-	2,2	1,9	2,2	30	29,5	98,5	
Цукор	37,5	-	18,3	8,5	6,7	6	6,7	-	15,5	7,5	1	11,7	17,1	2	7,5	-	-	-	17,5	10,5	11,7	-	150	148,2	99
Какао	6	-	-	6	-	-	-	-	-	6	-	-	-	-	6	-	-	-	-	6	-	-	24	24	100
Чай	0,5	-	-	-	0,5	-	0,5	-	-	-	-	0,5	-	-	-	-	-	-	-	-	0,5	-	2	2	100
Білки	23-27	27,14	27,99	21,48	25,84	36	45,87	27,54	28,45	22,18	32,96	32	23,23	28,84	19,58	36	30,56	28,45	29,41	26,9	30,68	460-540	551,11	102	
Жири	23-27	27,62	17,33	26,96	25,86	20,1	25,11	24	23,31	24,36	31,32	21,3	18,1	19,07	20,96	24	25,42	23,11	23,47	29,62	27,97	460-540	461,62	100	
Вуглеводи	93-112	94,41	69,52	90,73	87,69	92,6	90,35	98,39	93,68	99,83	104,58	109,6	103,1	103,19	88,63	76,62	92,08	93,68	96,97	79,42	76,91	1860-2240	1861,98	100	
Ккал	675-810	726,74	547,21	679,32	663,26	718,8	705,53	656,37	697,37	706,11	820,25	685,6	647,7	692,07	626	676,15	676,75	697,37	707,39	698,24	623,82	13500-16200	13653,05	100	

Ін. тех. Кеу. БД Коменстр



**Шафа пекарська**



**Машина для  
приготування  
картопляного пюре**



**Сковорода  
електрична**



№ з/п	Обладнання	Заклад
1	Холодильник (11)	Гімназії № 1, 2, 3, 5, 9, Грушівська, Чаусівська, ліцеї «Лідер», «Ерудит», ПШ № 11 (2 хол.)
2	М'ясорубка електрична (2)	Гімназія № 2, ліцей «Ерудит»
3	Машина перетиральна (10)	Гімназії № 1, 2, 3, 4, 9, ПШ № 11, Грушівська, Кінецьпільський ЗЗСО, Підгороднянська ЗОШ, ліцей «Ерудит»
4	Плита електрична	Гімназія № 8
5	Шафа пекарська (2)	Кінецьпільський ЗЗСО, Підгороднянська ЗОШ
6	Сковорода електрична (2)	Кінецьпільський ЗЗСО, гімназія № 4
7	Машина тістозмішувальна (3)	Гімназії № 1, 2, ліцей «Ерудит»
8	Марміт	Гімназії № 5
9	Стелажі	ліцей «Ерудит»



# Виклики до змін в організації харчування перед засновником



Дякую за увагу!