1.Территориальный орган Федеральной службы государственной статистики по саратовской области
Саратов стат- Цены и тарифы
<http://srtv.gks.ru/wps/wcm/connect/rosstat_ts/srtv/ru/statistics/prices/>
2. Федеральная служба государственной статистики gks.ru
- гост статистика
[http://www.gks.ru/wps/wcm/connect/rosstat\_main/rosstat/ru/statistics/tariffs/#](http://www.gks.ru/wps/wcm/connect/rosstat_main/rosstat/ru/statistics/tariffs/)
ЦЕНЫ
Потребительские цены на отдельные виды товаров
[http://www.gks.ru/wps/wcm/connect/rosstat\_main/rosstat/ru/statistics/tariffs/#](http://www.gks.ru/wps/wcm/connect/rosstat_main/rosstat/ru/statistics/tariffs/)
<http://www.gks.ru/free_doc/new_site/prices/bd/bd_1921001.htm>
центральная база статистических данных
фильтр для отбора региона, товаров, периода
<http://www.gks.ru/dbscripts/cbsd/DBInet.cgi?pl=1921001>
3. СаратовАгро единая электронная площадка
<https://www.roseltorg.ru/agro/saratovagro>
4. Единая информационная система в сфере закупок
  Официальный сайт единой информационной системы в сфере закупок в информационно-телекоммуникационной сети Интернет (далее – Официальный сайт ЕИС) предназначен для обеспечения свободного и безвозмездного доступа к полной и достоверной информации о контрактной системе в сфере закупок и закупках товаров, работ, услуг, отдельными видами юридических лиц, а также для формирования, обработки и хранения такой информации.   Порядок размещения информации на Официальном сайте ЕИС и ее содержание регламентируется Федеральным законом от 05.04.2013 № 44-ФЗ «О контрактной системе в сфере закупок товаров, работ, услуг для обеспечения государственных и муниципальных нужд» и Федеральным законом от 18.07.2011 № 223-ФЗ «О закупках товаров, работ, услуг отдельными видами юридических лиц», а также соответствующими подзаконными актами.
<http://zakupki.gov.ru/epz/main/public/home.html>

<http://zakupki.gov.ru/epz/order/quicksearch/search.html?searchString=6454049456&morphology=on>

5. Федеральная служба по аккредитации [http://fsa.gov.ru](http://fsa.gov.ru/)

6.Автоматизированная информационная система «Меркурий» предназначена для электронной сертификации и обеспечения прослеживаемости поднадзорных государственному ветеринарному надзору грузов при их производстве, обороте и перемещении по территории Российской Федерации в целях создания единой информационной среды для ветеринарии, повышения биологической и пищевой безопасности.

7.**Поставщики продуктов питания:**

ООО «Астра-ЛД» (яйцо, овощи, рыба, молоко, фрукты, масло, крупы)
 хлеб,печенье,вафли)
ООО«Торгмаркет»(мясо-говядины,)

ООО«Меркурий»(рыба-горбуша,печень-говяжья)

ООО«Спуник»(мясо-пицы,масло-сливочное)

[**Договор №4 от 10.01.22 (молоко и молочные продукты)**45](http://dou159.edu.sarkomobr.ru/files/download/3ec3dbb5d992d58)

[**Контракт от 14.12.21 (сок)**46](http://dou159.edu.sarkomobr.ru/files/download/22dbc3d515f80fe)

[**Договор № 3 от 10.01.22 (яйца,хлеб,фрукы,бакалея)**49](http://dou159.edu.sarkomobr.ru/files/download/b6ad48dfb1bbf5e)

[**Контракт от 14.12.21 (мясо птицы,масло сливочное)**29](http://dou159.edu.sarkomobr.ru/files/download/00176635e2e605a)

[**Конракт от 14.12.21 (мясо)**30](http://dou159.edu.sarkomobr.ru/files/download/6b84d98f5c86ccb)
 **Контракт от 14.12.21 (рыба)**33

[**Договор №2 от 10.01.22 (овощи)**52](http://dou159.edu.sarkomobr.ru/files/download/5f98b60e1ba11de)
**Договор № 1 от 10.01.22г (крупы,сахар,масло рас.соль)**

8.**Ответственные за организацию питания в ДОУ:**

- ***старшая медицинская сестра*** (разработка меню, составление ежедневного меню требования, контроль за кулинарной обработкой, выходом блюд и вкусовых качеств пищи, ежедневная С-витаминизация, контроль за правильностью хранения и сроков годности продуктов, ежедневный забор суточной пробы, снятие пробы и запись в бракеражном журнале, подсчет калорийности пищи, контроль за санитарным состоянием пищеблока).

- ***повар***(приготовление пищи, выдача готовой продукции после снятия пробы, соблюдении технологии приготовления пищи).

- ***бракеражная комиссия*** (два младших воспитателя, старшая медицинская сестра)  осуществляет контроль за закладкой продуктов в котел.

- ***кладовщик*** (хранение, маркировка, обработка и правильное использование инвентаря и посуды на пищеблоке).

- ***воспитатели*** (обеспечение приема пищи детьми, соблюдение санитарно-гигиенических условий приема пищи, формирование навыков самообслуживания, организация питьевого режима).

9. **Телефоны «Горячей линии по организации питани**  8 800 200 34 11

Отдел образования администрации Ленинского района 370703

***Памятка для родителей: в каких продуктах "живут" витамины?***
Для укрепления детского иммунитета необходимы витамины, особенно в осенне-зимний период. Организму необходимы элементы для роста и развития. Рацион питания ребенка должен быть разнообразным с преобладанием овощей и фруктов.
Здоровье ребенка зависит от многих факторов, одним из самых главных является правильное и полноценное питание, способное обеспечить растущий организм всеми необходимыми витаминами и минералами. Однако не каждые родители знают, когда и в каких микроэлементах у ребенка увеличивается потребность.
**Витамин А (ретинол)** - содержится в наибольшем количестве в печени трески (консервы), в печени домашнего скота и птицы; в гораздо меньших количествах - в икре зернистой, масле сливочном, сыре, яйцах куриных. Кроме того, провитамином А является бета-каротин, который содержится в основном в растительных продуктах: моркови, петрушке, укропе, луке, шиповнике и других. Витамин А обеспечивает нормальное состояние кожи и слизистых оболочек, улучшает зрение, улучшает сопротивляемость организма. Влияет на рост и развитие организма и формирование скелета.
**Витамин B1** - находится в горохе, фасоли, зеленом горошке, крупах (пшено, овес, гречка), в пшеничном хлебе из цельного зерна или с отрубями (в хлебе из муки высшего сорта его мало), свинине нежирной, печени и почках животных. Играет важную роль в обмене веществ (прежде всего - углеводов), необходим для нормальной деятельности центральной и периферической нервной системы. Он нормализует кислотность и двигательную функцию желудка и кишечника, повышает сопротивляемость организма инфекциям, укрепляет нервную систему, память, улучшает пищеварение.
**Витамин B2** - в печени, почках, твороге, сыре, шиповнике, меньше в молоке и кисломолочных продуктах, рыбе, масле сливочном, крупах (овес, гречка). Участвует в обмене жиров и обеспечении организма энергией, важен для восприятия различных цветов в процессе зрения. Он укрепляет волосы, ногти, положительно влияет на состояние нервной системы, функции печени и кроветворения.
**Витамин В3 (пантотеновая кислота)** - много в печени и почках животных, меньше - в цветной капусте, фасоли, помидорах, яичном желтке, мясе, птице, рыбе, в хлебе из пророщенных зародышей пшеницы. Регулирует функции центральной нервной системы, участвует в обмене жиров и углеводов, холестерина, образовании половых гормонов.
**Витамин B4 (холин)** - максимальное количество содержится в яичном желтке; меньше - в зародышах пшеницы, соевой муке, мясе, овсе, пшенице. Положительно влияет на процессы роста и сопротивляемости организма инфекциям, необходим для нормального функционирования нервной системы и обмена веществ (особенно - жиров) в организме.
 **Витамин РР (ниацин)** - в большом количестве содержится в печени и почках, мясе, птице и сыре; меньше (но все же - много) его в рыбе, колбасе, твороге, хлебе из цельного зерна, крупах (пшено, овес, гречка), сушеных грибах. Он регулирует кровообращение и уровень холестерина.
**Витамин В6 (пиродоксин)** - в цельном рисе, пшене, грече, кукурузе, фасоли, в хлебе из цельного зерна, с отрубями, в печени и почках животных, рыбе. Необходим для нормального функционирования нервной системы, протекания процессов кроветворения, для синтеза гемоглобина. Влияет на состояние кожных покровов, волос, ногтей, участвует в обмене белков, аминокислот.
**Витамин B9 (фолиевая кислота)** - очень много в петрушке, салате, шпинате, бобах, а также - в печени; меньше - в хлебе ржаном, из цельного зерна, икре зернистой, крупах, твороге, сыре. Он необходим для роста и развития всех органов и тканей, нормального кроветворения. Способствует удалению лишнего жира из организма.
**Витамин B12 (кобаламин)** - много в печени и почках животных, в печени трески; меньше в мясе, рыбе, продуктах моря, сыре, твороге. Способствует кроветворению, стимулирует рост, благоприятно влияет на состояние центральной и периферической нервной систем. Стимулирует рост, благотворно влияет на жировой обмен в печени.
**Витамин Н (биотин)** - максимальное количество его в печени и почках животных; немного меньше - в нешлифованном рисе, отрубях, бобовых, арахисе, яичном желтке. Он участвует в обмене углеводов и жиров. Необходим для синтеза антител и пищеварительных ферментов. Влияет на состояние кожи, волос, ногтей и регулирует уровень сахара в крови.
**Витамин С (аскорбиновая кислота)** - в шиповнике, сладком перце, черной смородине, облепихе, петрушке; много его и в других свежих овощах, фруктах и ягодах. Вопреки распространенному мнению, в плодоовощных соках витамина С немного. Полезен для поддержания иммунной системы, соединительной ткани, костей, способствует заживлению ран.
**Витамин D (кальциферол)** - в печени рыб, рыбьем жире, икре, яйцах, печени и сливочном масле. У здоровых детей большая часть его может образовываться в коже под воздействием солнечного света. Регулирует обмен кальция и фосфора, необходим для нормального образования и состояния костей, зубов.
**Витамин Е (токоферол)** - в масле зародышей пшеницы, орехах и растительных маслах; меньше - в крупах и хлебе. Защищает клетки от свободных радикалов, влияет на функции половых и эндокринных желез, замедляет старение.
**Витамин К** - в шпинате, салате, кабачках и белокочанной капусте, растительных маслах. Регулирует свертываемость крови, участвует в обмене веществ костной ткани, укрепляет стенки кровеносных сосудов, нормализует двигательную функцию желудочно-кишечного тракта и мышц.
**Витамин Р (биофлавоноиды)** - в овощах, фруктах и ягодах. Повышает прочность капилляров, уменьшает их проницаемость, стимулирует тканевое дыхание, деятельность эндокринных желез.

**О профилактике дефицита йода в организме человека**

Йод – один из важнейших микроэлементов, необходимых для поддержания здоровья нашего организма. В первую очередь он необходим для нормальной работы щитовидной железы, гормоны которой оказывают непосредственное влияние на работу головного мозга и иммунный статус организма.
Недостаточное поступление йода с пищей, водой приводит к развитию эндемического зоба с гипотиреозом, замедлению обмена веществ, артериальной гипотензии, отставанию в росте и умственной развитии у детей.
Рекомендуемая норма потребления йода – 150 мкг в день для взрослых и 70-150 мкг в день для детей. Особенно важно поступление йода в организм для беременных женщин – он оказывает ключевое воздействие на формирование плода и когнитивные функции ребенка.
Саратовская область – регион с низким содержанием йода в окружающей среде. Йоддефицитные состояния разной степени отмечаются практически во всех районах области.
Чтобы предупредить заболевания, связанные с недостатком йода, необходимо правильно и рационально питаться, использовать при приготовлении пищи йодированную соль и продукты, содержащие йод.
Наиболее богата йодом морская капуста (ламинария), значительное количество его содержится в морской рыбе (хек, пикша, лосось, камбала, морской окунь, треска, сельдь, горбуша), в морепродуктах (кальмры, креветки). В меньшем количестве йод присутствует в пресноводной рыбе, в яйцах, молоке, мясе, сырах, сливочном масле. Из фруктов наиболее богаты йодом фейхоа, яблоки, хурма.
Кроме того, одним из самых простых способов коррекции питания с целью профилактики дефицита йода является использование йодированной соли. Йодированная соль – это обычная поваренная соль, в которую добавлен йодат калия, наиболее стойкое соединение, которое позволяет сохранять соль обогащенной йодом в течение 12 месяцев. По истечении этого срока соль перестает быть йодированной и может применяться в качестве обычной поваренной соли.
Но необходимо обратить внимание на то, что людям с уже имеющимися заболеваниями щитовидной железы, коррекцию питания можно проводить только после консультации с врачом.

**Особенности питания детей в зимний период**
**Памятка для родителей: в каких продуктах "живут" витамины?**

Для укрепления детского иммунитета необходимы витамины, особенно в осенне-зимний период. Организму необходимы элементы для роста и развития. Рацион питания ребенка должен быть разнообразным с преобладанием овощей и фруктов.
Здоровье ребенка зависит от многих факторов, одним из самых главных является правильное и полноценное питание, способное обеспечить растущий организм всеми необходимыми витаминами и минералами. Однако не каждыеродители знают, когда и в каких микроэлементах у ребенка увеличивается потребность.

**Витамин А (ретинол)** - содержится в наибольшем количестве в печени трески (консервы), в печени домашнего скота и птицы; в гораздо меньших количествах - в икре зернистой, масле сливочном, сыре, яйцах куриных. Кроме того, провитамином А является бета-каротин, который содержится в основном в растительных продуктах: моркови, петрушке, укропе, луке, шиповнике и других. Витамин А обеспечивает нормальное состояние кожи и слизистых оболочек, улучшает зрение, улучшает сопротивляемость организма. Влияет на рост и развитие организма и формирование скелета.
**Витамин B1** - находится в горохе, фасоли, зеленом горошке, крупах (пшено, овес, гречка), в пшеничном хлебе из цельного зерна или с отрубями (в хлебе из муки высшего сорта его мало), свинине нежирной, печени и почках животных. Играет важную роль в обмене веществ (прежде всего - углеводов), необходим для нормальной деятельности центральной и периферической нервной системы. Он нормализует кислотность и двигательную функцию желудка и кишечника, повышает сопротивляемость организма инфекциям, укрепляет нервную систему, память, улучшает пищеварение.
**Витамин B2** - в печени, почках, твороге, сыре, шиповнике, меньше в молоке и кисломолочных продуктах, рыбе, масле сливочном, крупах (овес, гречка). Участвует в обмене жиров и обеспечении организма энергией, важен для восприятия различных цветов в процессе зрения. Он укрепляет волосы, ногти, положительно влияет на состояние нервной системы, функции печени и кроветворения.
**Витамин В3 (пантотеновая кислота)** - много в печени и почках животных, меньше - в цветной капусте, фасоли, помидорах, яичном желтке, мясе, птице, рыбе, в хлебе из пророщенных зародышей пшеницы. Регулирует функции центральной нервной системы, участвует в обмене жиров и углеводов, холестерина, образовании половых гормонов.
**Витамин B4 (холин)** - максимальное количество содержится в яичном желтке; меньше - в зародышах пшеницы, соевой муке, мясе, овсе, пшенице. Положительно влияет на процессы роста и сопротивляемости организма инфекциям, необходим для нормального функционирования нервной системы и обмена веществ (особенно - жиров) в организме.
 **Витамин РР (ниацин)** - в большом количестве содержится в печени и почках, мясе, птице и сыре; меньше (но все же - много) его в рыбе, колбасе, твороге, хлебе из цельного зерна, крупах (пшено, овес, гречка), сушеных грибах. Он регулирует кровообращение и уровень холестерина.
**Витамин В6 (пиродоксин)** - в цельном рисе, пшене, грече, кукурузе, фасоли, в хлебе из цельного зерна, с отрубями, в печени и почках животных, рыбе. Необходим для нормального функционирования нервной системы, протекания процессов кроветворения, для синтеза гемоглобина. Влияет на состояние кожных покровов, волос, ногтей, участвует в обмене белков, аминокислот.
**Витамин B9 (фолиевая кислота)** - очень много в петрушке, салате, шпинате, бобах, а также - в печени; меньше - в хлебе ржаном, из цельного зерна, икре зернистой, крупах, твороге, сыре. Он необходим для роста и развития всех органов и тканей, нормального кроветворения. Способствует удалению лишнего жира из организма.
**Витамин B12 (кобаламин)** - много в печени и почках животных, в печени трески; меньше в мясе, рыбе, продуктах моря, сыре, твороге. Способствует кроветворению, стимулирует рост, благоприятно влияет на состояние центральной и периферической нервной систем. Стимулирует рост, благотворно влияет на жировой обмен в печени.
**Витамин Н (биотин)** - максимальное количество его в печени и почках животных; немного меньше - в нешлифованном рисе, отрубях, бобовых, арахисе, яичном желтке. Он участвует в обмене углеводов и жиров. Необходим для синтеза антител и пищеварительных ферментов. Влияет на состояние кожи, волос, ногтей и регулирует уровень сахара в крови.
**Витамин С (аскорбиновая кислота)** - в шиповнике, сладком перце, черной смородине, облепихе, петрушке; много его и в других свежих овощах, фруктах и ягодах. Вопреки распространенному мнению, в плодоовощных соках витамина С немного. Полезен для поддержания иммунной системы, соединительной ткани, костей, способствует заживлению ран.
**Витамин D (кальциферол)** - в печени рыб, рыбьем жире, икре, яйцах, печени и сливочном масле. У здоровых детей большая часть его может образовываться в коже под воздействием солнечного света. Регулирует обмен кальция и фосфора, необходим для нормального образования и состояния костей, зубов.
**Витамин Е (токоферол)** - в масле зародышей пшеницы, орехах и растительных маслах; меньше - в крупах и хлебе. Защищает клетки от свободных радикалов, влияет на функции половых и эндокринных желез, замедляет старение.
**Витамин К** - в шпинате, салате, кабачках и белокочанной капусте, растительных маслах. Регулирует свертываемость крови, участвует в обмене веществ костной ткани, укрепляет стенки кровеносных сосудов, нормализует двигательную функцию желудочно-кишечного тракта и мышц.
**Витамин Р (биофлавоноиды)** - в овощах, фруктах и ягодах. Повышает прочность капилляров, уменьшает их проницаемость, стимулирует тканевое дыхание, деятельность эндокринных желе