

Муниципальное дошкольное образовательное автономное
учреждение

« Центр развития ребенка – детский сад № 56 «Надежда» г.Орска»



Организация питания в детском саду

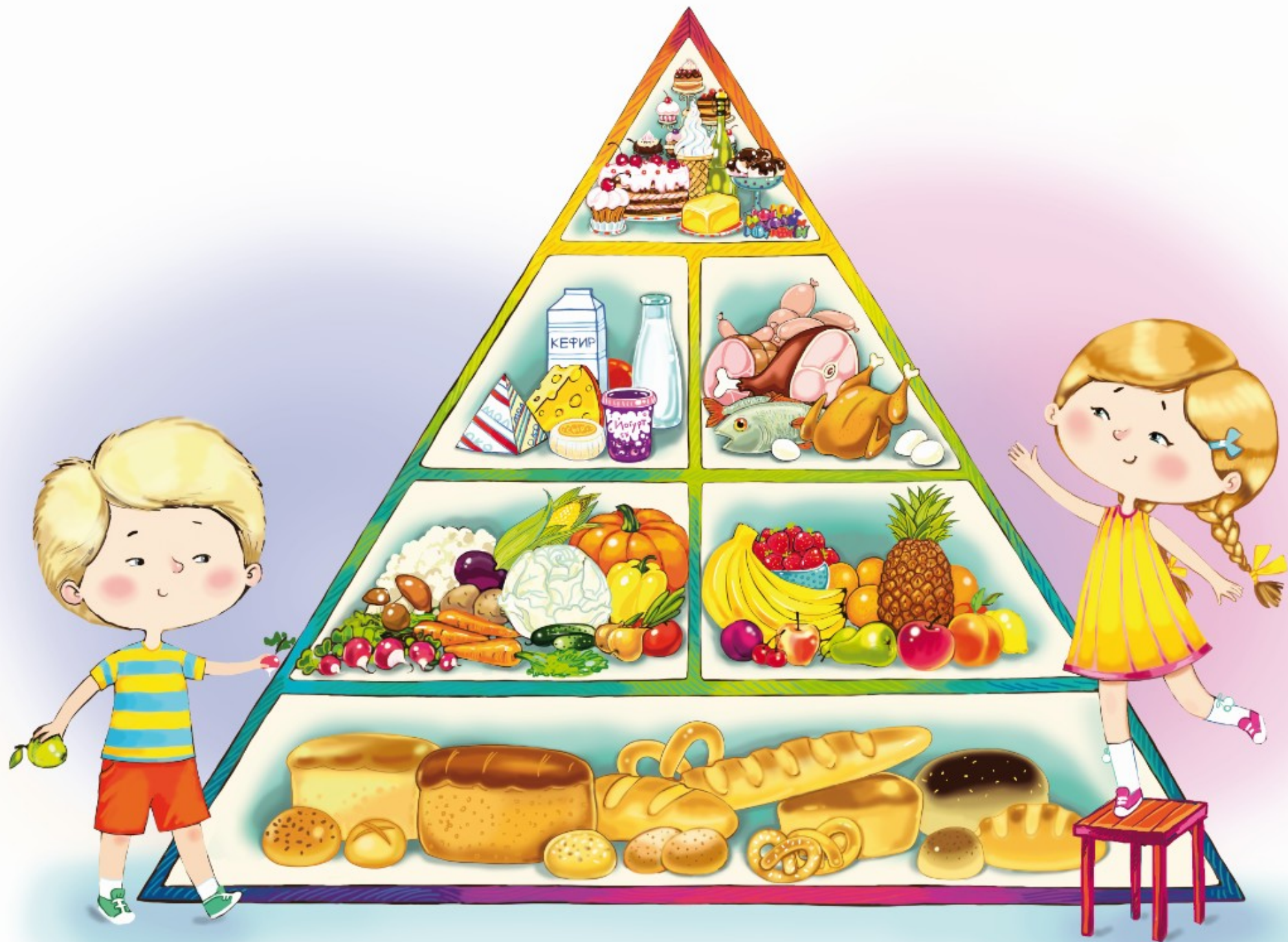




*Правильное питание
– это основа
длительной и
плодотворной
жизни, залог
здоровья, бодрости.*

*Одна из главных
задач, решаемых в
дошкольной
организации, – это
обеспечение
конституционного
права каждого
ребенка на охрану его
жизни и здоровья.*





При организации питания воспитанников дошкольной организации соблюдаются требования, установленные:

- **Федеральным законом от 30 марта 1999 г. N 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»;**
- **Федеральным законом от 2 января 2000 г. N 29-ФЗ «О качестве и безопасности пищевых продуктов»;**
- **Законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 3266-1 «Об образовании»;**
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 г. № 2 «О утверждении Санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»».

Организация питания в детском саду:

- **Весь цикл приготовления блюд происходит на пищеблоке.**
- **Имеется десятидневное перспективное меню.**
- **При составлении меню используется разработанная картотека блюд, что обеспечивает сбалансированность питания по белкам, жирам, углеводам.**
- **Готовая пища выдается только после снятия пробы медработником и соответствующей записи в журнале результатов оценки готовых блюд.**
- **Организация питания постоянно находится под контролем администрации**



Организация питания в детском саду:

- В детском саду организовано 5-ти разовое питание.
- В меню каждый день включена суточная норма молока, сливочного и растительного масла сахара, хлеба, мяса.
- Продукты, богатые белком (рыба, мясо), включаются в меню первой половины дня.
- Во второй половине дня детям предлагаются молочные и овощные блюда.
- Для приготовления вторых блюд кроме говядины используются также субпродукты (печень в виде суфле, котлет, биточков, гуляша).
- Ежедневно в меню включены овощи, как в свежем, так и вареном и тушеном виде.
- Дети регулярно получают на полдник кисломолочные продукты.



Режим питания



8.30 - 9.00

завтрак

10.30 - 11.00

второй завтрак

12.00 - 13.00

обед

15.30

полдник

18.30

ужин



Подготовка групповой комнаты к приему пищи:

- Организация культурно-гигиенических навыков;
- Создание обстановки спокойного общения, настраивающего детей на еду;
- Сервировка стола, дежурство;
- Маркировка мебели в соответствии с ростовыми показателями.



Формирование культурно-гигиенических навыков:

- Мыть руки перед едой с мылом;
- Класть пищу в рот небольшими кусочками и хорошо ее пережевывать;
- Рот и руки вытирать бумажной салфеткой;
- После окончания еды полоскать рот.



Формирование норм столового этикета в подготовительной группе

- Продолжать закреплять умение сохранять правильную позу во время еды;
- Совершенствовать умение сервировать стол в соответствии с ситуацией (завтрак, обед, ужин);
- Совершенствовать теоретические знания о том, что, как и чем едят и соответствующие практические навыки;
- Совершенствовать навыки общения за столом;
- Продолжать формировать эстетический вкус, упражнять в умении сервировать стол, используя результаты своей творческой продуктивной деятельности.



Рекомендации родителям о рационе питания:

- Меню дошкольника следует составлять из более легко усваиваемых продуктов, приготовленных с учетом нежной и пока незрелой пищеварительной системы.
- Учитывать потребность в энергетической ценности пищи.
- На столе должна быть разнообразная и вкусная пища, приготовленная с соблюдением санитарных норм.
- Не меньше трех четвертей рациона должна составлять теплая и горячая пища.





Рекомендации родителям Что и сколько:

- Каждый день ребенок должен получать молоко и молочные продукты – кефир, ряженку, нежирный творог и йогурт.
- Овощи, фрукты и соки из них также требуются дошкольнику ежедневно. Для полноценного питания дошкольнику необходимо 150–200 г картофеля и 200–250 г других овощей в день. В их числе – редис, салат, капуста, огурцы, помидоры и зелень. Фруктов и ягод нужно тоже немало – 200–300 г в свежем виде, плюс соки и нектары. Свежие овощи и фрукты – главный источник витаминов для ребенка.
- Вдобавок к мясу и овощам, детям нужны хлеб и макароны из твердых сортов пшеницы, а также жиры в виде сливочного и растительного масел.





мы за здоровое
питание!