



Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение
центр развития ребенка - «Детский сад № 200
«Солнышко»

Организация питания в детском саду

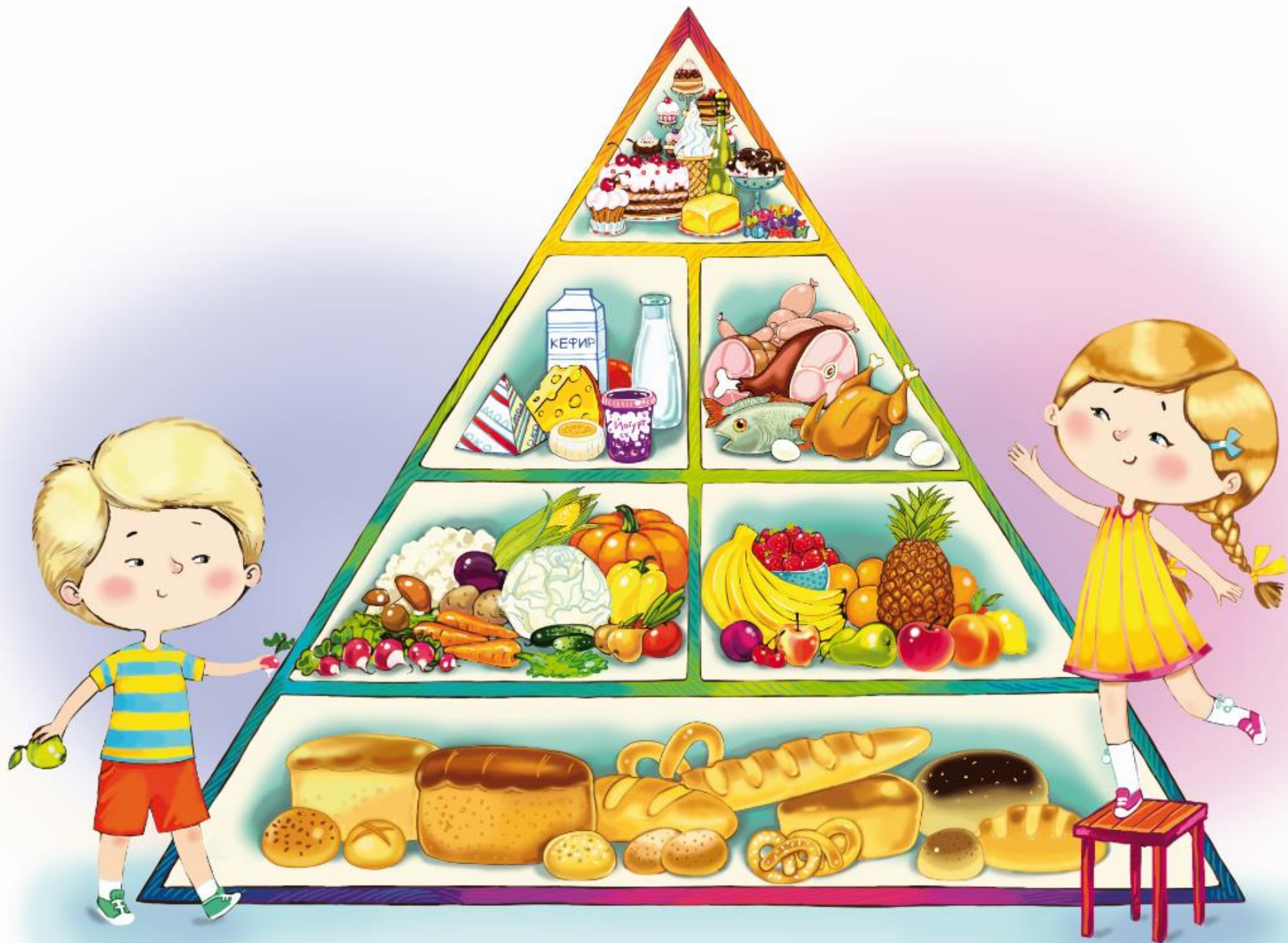




**Правильное питание – это основа
длительной и плодотворной жизни,
залог здоровья, бодрости.**

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





При организации питания воспитанников детского сада «Солнышко» соблюдаются требования, установленные:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», СанПиН 2.4.1.3648-20 «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлениям главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28;
- -«Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами СанПин 2.3/2.4.3590-20» «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организации общественного питания населения, утвержденными постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020г. №32»;
- Санитарными правилами и нормами СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и(или) безвредности для человека для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 №2;
- Уставом учреждения и Положением по организации МБДОУ ЦРР – «детский сад №200».

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 4-х 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.

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.



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.





*Здоровое питание –
основа здоровья*

