

С организацией питания в нашем детском саду Вы можете ознакомиться на этой страничке.



Отправляя малыша в детский сад, родители беспокоятся о том, чтобы ребенок был опрятно одет, чтобы ему было интересно в группе, на прогулке, чтобы он отдыхал в тихий час... и т. д. Но самый главный вопрос, волнующий мам и пап, – это чем малыша будут кормить.

Организация полноценного, сбалансированного питания детей – одно из важных направлений деятельности нашего образовательного учреждения.

Не надо забывать, что питание ребенка в детском саду должно сочетаться с правильным питанием в семье. Необходимо стремиться к тому, чтобы домашнее питание дополняло рацион детского сада, поэтому на ужин лучше предлагать те продукты и блюда, которые ребенок не получал в детском саду, а в выходные и праздничные дни рацион ребенка лучше приближать к детсадовскому.

Мы же в свою очередь создаем в ДООУ все необходимые условия для обеспечения детей здоровым питанием.



Питание – один из важных факторов, обеспечивающих нормальное течение процессов роста, физического и нервно – психического развития ребенка. Ухудшение качества питания приводит к снижению уровня защитно – приспособительных механизмов детского организма и возможному увеличению аллергических реакций, способствует росту болезней органов пищеварения.

Основными принципами организации питания в нашем учреждении являются:

- Соответствие энергетической ценности рациона энергозатратам ребенка.

- Сбалансированность в рационе всех заменимых и незаменимых пищевых веществ.
- Максимальное разнообразие продуктов и блюд, обеспечивающих сбалансированность рациона.
- Правильная технологическая и кулинарная обработка продуктов, направленная на сохранность их исходной пищевой ценности, а также высокие вкусовые качества блюд.
- Оптимальный режим питания, обстановка, формирующая у детей навыки культуры приема пищи.
- Соблюдение гигиенических требования к питанию (безопасность питания).

Мы понимаем, что правильное, сбалансированное питание, отвечающее физиологическим потребностям растущего организма, повышает устойчивость к различным неблагоприятным воздействиям, поэтому очень важно соблюдать принципы рационального питания детей.

Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастных групп

	<i>от 3-х до 7-х лет</i>
<i>Энергия, ккал</i>	<i>1800</i>
<i>Белок, г</i>	<i>54</i>
<i>Жиры, г</i>	<i>60</i>
<i>Углеводы, г</i>	<i>261</i>

Режим питания детей по отдельным приемам пищи представлен в таблице.

<i>Время приема пищи</i>	<i>Кратность приема пищи</i>
<i>8³⁰ - 9⁰⁰</i>	<i>завтрак</i>
<i>10⁰⁰</i>	<i>второй завтрак</i>
<i>12⁰⁰ - 13⁰⁰</i>	<i>обед</i>
<i>15³⁰ - 16⁰⁰</i>	<i>полдник</i>

Количество приемов пищи в нашем детском саду – 4.



Завтрак – молочные каши: овсяная, манная, рисовая, пшенная, гречневая, "дружба". Каши чередуются с блюдами из натуральных яиц, творога, рыбы, овощей. В качестве напитка – чай с молоком, чай с лимоном, злаковый кофе, какао на молоке с бутербродом с маслом и сыром.

2-ой завтрак - В 10.00 детям получают свежие фрукты, соки.

Обед – закуска в виде салатов из свежих овощей (огурцы, помидоры, лук, свекла отварная, капуста,) с растительным маслом. Первое горячее блюдо – щи, борщ,

овощной суп, суп с вермишелью, суп с клёцками, уха (рыбный суп). Второе блюдо – мясное, рыбное, из птицы. Третье блюдо – компот из свежих фруктов, сухофруктов, кисель. Хлеб.

Полдник может включать в себя молоко или другие молочные продукты (йогурт, снежок), хлебобулочные изделия, выпечку собственного производства (ватрушка с творогом, запеканка творожная, ленивые вареники со сметано-молочным соусом, блинчики), кондитерские изделия, печенье, пряники.

Рацион разнообразен за счет расширения ассортимента продуктов и разнообразия блюд. Родители могут ознакомиться с полным 10-дневным меню. Все блюда — собственного производства; готовятся в соответствии с технологическими картами, санитарными нормами на основе принципов «щадящего питания». При приготовлении блюд соблюдаются следующие технологии: варка, запекание, припускание, пассерование, тушение.



В ДОУ проводится круглогодичная С-витаминизация готовых блюд (50,0 мг на порцию) из расчета 50–75% от суточной потребности в витаминах в одной порции напитка. Препараты витаминов вводят в третье блюдо (компот, кисель и т. п.) после его охлаждения до температуры 15°C (для компота) и 35°C (для киселя) непосредственно перед реализацией. Витаминизированные блюда не подогревают.

В детском саду организован питьевой режим. Питьевая вода по качеству и безопасности отвечает требованиям на

питьевую воду (применяется кипяченая питьевая вода, при условии ее хранения не более 3-х часов).

Для контроля за организацией питания детей в учреждении создана бракеражная комиссия. Приемочный контроль готовой кулинарной продукции осуществляется бракеражной комиссией в составе повара, заведующего ДОУ. Результаты производственного контроля регистрируются в бракеражном журнале.

Пищевые продукты, поступающие в детский сад, имеют документы, подтверждающие их происхождение, качество и безопасность; хранятся в соответствии с требованиями СанПин.

Доставка пищевых продуктов осуществляется лицами, имеющие личную медицинскую книжку с отметками о результатах медицинских осмотров.

Устройство, оборудование, содержание пищеблока детского сада соответствует санитарным правилам к организации детского общественного питания. Пищеблок оснащен всем необходимым технологическим и холодильным оборудованием, производственным инвентарем, кухонной посудой.