

О специальных условиях питания

Одним из факторов, влияющих на здоровье детей, является организация рационального питания в ДОО. Организация питания в детском саду осуществляется в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.1.3049-13 (в соответствии с 10-дневным меню, разработанным с учетом физиологических потребностей детей в калорийности и пищевых веществах). Питание пятиразовое, сбалансированное по белкам, жирам и углеводам, объему и калорийности блюд. В соответствии с СанПиН 2.4.1.3049-13 проводится «С» витаминизация, о чем делается отметка в журнале витаминизации блюд. Родители (законные представители) воспитанников ознакомлены о проведении витаминизации под подпись.

При организации детского питания в ДОО большое значение уделяется правильному составлению меню, централизованно через КШП «Подросток». Разнообразие пищи достигается как за счет широкого использования набора продуктов, строгого соблюдения правил приготовления пищи и различных способов их кулинарной обработки, позволяющей приготовить из одного продукта широкий ассортимент блюд. С этой целью в Учреждении создана картотека блюд - технологические карты.



Особое внимание уделяется организации режима питания:

- режим является одним из основных условий, обеспечивающих рациональное питание;
- режим строится с учетом 12 - часового пребывания детей в МДОАУ №159, при организации 4-х разового питания и дополнительного второго завтрака в виде соков и фруктов;
- график выдачи пищи по группам составлен с таким расчетом, чтобы дети получали не слишком горячую, но и не остывшую пищу;
- правильно организованный режим обеспечивает лучшее сохранение аппетита.

Большое значение для хорошего усвоения пищи имеют условия, в которых организуется питание. В группе создана спокойная обстановка, ничто не отвлекает внимание детей во время еды. Сервировка стола, внешний вид блюд, их вкусовые качества вызывают положительные эмоции у детей.



Каждый прием пищи используется как благоприятный момент для воспитания у детей культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания. Во время еды воспитатель обучает детей правильно сидеть за столом, пользоваться приборами. Как правило, у детей всегда есть любимые и нелюбимые блюда, причем зачастую нелюбимыми являются наиболее полноценными и питательными, которые нежелательно исключать из рациона. Настороженно дети относятся к незнакомым блюдам. Задача воспитателя – привить дошкольникам вкус к здоровой и полезной пище, объясняя детям пользу блюда, подать его красиво оформленным. Воспитатели приучают детей к чистоте и опрятности при приеме пищи.

Рациональное питание требует правильной организации его и в домашних условиях. Для того чтобы питание не было однообразным, знакомим родителей с ежедневным меню. Во время бесед с родителями подчеркивается целесообразность приучения ребенка к любой полезной для него пище. Работа по организации питания и контроля над ним требует теоретических знаний, знаний нормативно-инструктивных документов и умения воспитывать у работников бережное, заботливое отношение к питанию детей – источник их здоровья, бодрого настроения.

В каждой возрастной группе имеются родительские уголки, где размещается информация о сохранении и укреплении здоровья, организации и ведении здорового образа жизни, меню на каждый день.

В детском саду организован питьевой режим, используется бутилированная питьевая вода.