

## Анкета для родителей

### Как ест дома Ваш ребенок

Ответьте на вопросы анкеты и верните ее воспитателю. Это поможет узнать, почему ваш ребенок плохо ест. Медсестра проанализирует ваши ответы и даст рекомендации, как кормить ребенка дома.

**1. Сколько раз в день Вы кормите ребенка, когда он не посещает детский сад**

- 3 раза: 1 балл
- 4 раза: 2 балла
- 5 раз и более: 3 балла.

**2. Ребенок плохо ест домашнюю еду**

- да: 1 балл
- нет: 2 балла.

**3. Ребенок ест только после прогулки на улице**

- да: 1 балл
- нет: 2 балла.

**4. Ребенок ест только во время просмотра телевизора, планшета**

- да: 1 балл
- нет: 2 балла.

**5. Ребенок ест только свои любимые блюда**

- да: 1 балл
- нет: 2 балла.

**6. Ребенок негативно реагирует на запах пищи**

- да: 1 балл
- нет: 2 балла.

**7. Ребенок с трудом соглашается попробовать новую пищу**

- да: 1 балл
- нет: 2 балла.

*За каждое блюдо в вопросах 8-11: 1 балл.*

### 8. Что ребенок с удовольствием ест на завтрак

- кашу;
  - блюда из яиц;
  - мюсли с молоком;
  - йогурт;
  - бутерброд;
  - другие блюда (перечислить) \_\_\_\_\_
- 

### 9. Что ребенок с удовольствием ест на обед

- суп овощной;
  - суп мясной;
  - котлеты с разными гарнирами;
  - вторые горячие блюда;
  - салат;
  - бутерброд;
  - другие блюда (перечислить) \_\_\_\_\_
- 

### 10. Что ребенок с удовольствием ест на полдник

- блюда из яиц, творога;
  - йогурт;
  - салат;
  - бутерброд;
  - фрукты;
  - конфеты, печенье;
  - котлеты с разными гарнирами;
  - другие блюда (перечислить) \_\_\_\_\_
- 

### 11. Что ребенок с удовольствием ест на ужин

- кашу;
- суп овощной;
- суп мясной;
- салат;
- блюда из яиц, творога;
- мюсли с молоком;
- бутерброд;
- котлеты с разными гарнирами;
- вторые горячие блюда;
- кефир, ряженку, простоквашу;
- другие блюда (перечислить).

## Результаты анкетирования и рекомендации диетолога

**0–30 баллов:** у ребенка не сформированы стереотипы пищевого поведения.

Рекомендации:

- организуйте ребенку правильный режим дня и питания;
- разнообразьте меню;
- не включайте телевизор, планшет, когда ребенок ест;
- своим примером покажите ребенку, как нужно есть и что новая пища вкусная и полезная;
- если ребенок и дальше будет плохо есть, обратитесь к гастроэнтерологу.

**30–35 баллов:** есть проблемы в организации питания дома.

Рекомендации:

- измените режим дня, дневной рацион;
- приучайте ребенка к новым блюдам;
- своим примером покажите ребенку, как нужно есть и что новая пища вкусная и полезная;
- если ребенок и дальше будет плохо есть, обратитесь к гастроэнтерологу.

**35 и более:** питание ребенка дома организовано правильно, меню сбалансированное.