

Утверждаю:

Зав.МДОУ№2 _____ В.И.Тартина.

Организация питания воспитанников в ДООУ « Детский сад№2»

На 2018-2019год.

В МДОУ «Детский сад №2 Сонковского района Тверской области» дети, находящиеся в дошкольном учреждении 12 часов, получают четырехразовое питание. В этом случае калорийность полдника не превышает 10-12%, а калорийность ужина 20-25% суточной нормы.

Рационально составленное меню в детском дошкольном учреждении представляет собой такой подбор блюд суточного рациона, который удовлетворяет потребность детей в основных пищевых веществах и энергии с учетом возраста, условий воспитания и состояния здоровья, а также климатогеографических и национальных особенностей питания.

Основными принципами организации рационального питания детей в дошкольных учреждениях являются обеспечение достаточного поступления всех пищевых веществ, необходимых для нормального роста и развития детского организма, и соблюдение санитарных правил приготовления пищи, гигиенических основ и эстетики питания.

Во избежание возникновения токсикоинфекции и пищевых отравлений у детей формируются правила личной гигиены и оснащённость пищеблока соответствует действующим санитарно-гигиеническим правилам и нормам.

Рационально разработанное меню предполагает определенное сочетание продуктов и правильное соотношение основных пищевых ингредиентов. В МДОУ примерное меню составлено на 10 дней, что позволяет более точно распределить продукты с учетом их калорийности и химического состава, облегчает своевременную доставку продуктов в учреждение. На основании примерного десятидневного меню составляется рабочее ежедневное меню.

Медицинская сестра МДОУ периодически проводит расчеты химического состава и калорийности пищи детей по количеству фактически израсходованных продуктов в среднем за сутки. Исходные данные для этих расчетов берутся из накопительной бухгалтерской ведомости фактического расхода продуктов за истекший месяц или любые 10 дней подряд каждого месяца, из которых высчитывается среднесуточный расход продуктов. Это позволяет своевременно вносить необходимые коррективы в питание детей.

При составлении детского меню, особое внимание обращается на достаточное разнообразие блюд в течении недели и особенно в течении дня.

В состав обеда, как правило, включается вся предусмотренная норма мяса. Выбор первых блюд для детей дошкольного возраста ничем не ограничен. Им показаны бульоны, супы на этих бульонах, заправленные овощами, крупами, вегетарианские супы.

В качестве вторых блюд дают котлеты, биточки, тефтели, тушеные овощи с мясом, рыбой, птицей и т.д. и т.п.

В состав обеда обязательно включается салат, преимущественно из сырых овощей, по возможности добавляется свежая зелень.

В качестве третьего блюда детям выдаются компоты из свежих или сухих фруктов, кисели, соки.

На завтрак и ужин дети получают различные молочные каши, каши с овощами и фруктами, крупяные и овощные запеканки, творожные, рыбные блюда. Каши чередуются с овощными блюдами. Очень полезны блюда из творога, а также из яиц.

В качестве питья на завтрак обычно дают злаковый кофе на молоке, молоко, чай с молоком, а на ужин – дети получают чай, кисель, молоко, реже чай с молоком.

Полдник в МДОУ обычно состоит из 2-х блюд – молочного напитка (кефира, чая, молока и т.д.) кондитерских изделий (печенье, сухариков, вафель) или свежих фруктов.