

Питание в МКДОУ «Казаковский детский сад».

Ассортимент детского питания:

Завтрак – горячие блюда - молочные каши: овсяная, манная, рисовая, пшенная, ячневая. Каши чередуются с блюдами из натуральных яиц, творога. В качестве напитка – чай, чай с молоком, фруктовый чай, цикорий, кофе или какао на молоке, бутерброд с маслом, сыром, вареньем (джемом).

2-ой завтрак - детям подают соки, напитки, фрукты.

Обед – первое горячее блюдо – щи, борщ, овощной суп, рыбный суп. Второе горячее блюдо – мясное, рыбное, из птицы с гарниром. Обед может включать закуску (салат или порционные овощи). Третье блюдо – компот из свежих фруктов, сухофруктов, кисель. Хлеб.

Уплотненный полдник может включать овощные и творожные блюда, каши, выпечку, горячие напитки.

Одна из главных задач, решаемых в МКДОУ, – это обеспечение конституционного права каждого ребенка на охрану его жизни и здоровья. В детское 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. Ежедневно в меню включены овощи, как в свежем, так и вареном и тушеном виде. Дети 2 раза в неделю получают кисломолочные продукты.

Рацион питания детей по качественному и количественному составу в зависимости от возраста детей и формируется отдельно для групп детей в возрасте от 1,5 до 3-х лет и от 3 до 7 лет. Набор блюд при этом единый, различен объем порций для младших и старших детей. Рацион разнообразен как за счет расширения ассортимента продуктов, так и за счет разнообразия блюд, готовящихся из одного продукта.

В МКДОУ соблюдается питьевой режим, проводится круглогодичная искусственная С-витаминизация готовых блюд (из расчета для детей 1–3 лет – 35 мг, для детей 3–7 лет – 50,0 мг на порцию). Препараты витаминов вводят в третье блюдо (компот, кисель и т. п.) после его охлаждения до температуры 15 °С (для компота) и 35 °С (для киселя) непосредственно перед реализацией. Витаминизированные блюда не подогревают.

Основными принципами здорового детского питания воспитанников в дошкольном образовательном учреждении являются:

- ◆ **Максимальное разнообразие рациона питания.** Включение в повседневные рационы всех основных групп продуктов – мяса, рыбы, молока и молочных продуктов, яиц, пищевых жиров, овощей и фруктов, сахара и кондитерских изделий, хлеба, круп и др.
- ◆ **Адекватная энергетическая ценность рационов, соответствующая энергозатратам детей;**
- ◆ **Сбалансированность рациона по всем заменяемым и незаменимым пищевым ингредиентам, включая белки и аминокислоты, пищевые жиры, различные классы углеводов;**
- ◆ **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.**

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. Все блюда в МКДОУ — собственного производства; готовятся в соответствии с технологическими картами, санитарными нормами. При приготовлении блюд применяется варка, запекание, припускание, пассерование, тушение, с целью обеспечения здорового питания продукты не обжариваются.

Организация питания осуществляется на основе принципов сбалансированности, разнообразия, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей ребенка. С этой целью администрацией детского сада ведется углубленная работа с семьей, по изучению здоровья каждого воспитанника для выявления группы аллергичных детей в ДОУ и обеспечения замены продуктов с учетом заболевания.

Бракераж готовой продукции проводится регулярно с оценкой вкусовых качеств. При этом осуществляется регулярный контроль заведующей, за условиями хранения продуктов и сроками их реализации, санитарно – эпидемиологический контроль, за работой пищеблока и организацией обработки посуды.

Бракеражная комиссия ДОУ систематически контролирует приготовление пищи, объем продуктов, время закладки продуктов в котел, раздачу пищи по группам, а также качество приготовления пищи. Бракераж готовой продукции проводится регулярно с оценкой вкусовых качеств. При этом осуществляется регулярный контроль, за условиями хранения продуктов и сроками их реализации, санитарно – эпидемиологический контроль, за работой пищеблока и организацией обработки посуды.

Пищевые продукты, поступающие в детский сад, имеют документы, подтверждающие их происхождение, качество и безопасность; хранятся в с соблюдением требований СанПиН и товарного соседства. Приемку продуктов питания, поступающих на пищеблок организуют кладовщик. На пищевые продукты, поступающие в Учреждение, поставщиками

предоставляются документы, подтверждающие их происхождение, качество и безопасность.

Полноценное питание - важнейшее условие хорошего здоровья, нормального роста и развития детей. Особая роль в этом отношении принадлежит регулярному обеспечению растущего организма всеми необходимыми витаминами и минеральными веществами.

В процессе организации питания с детьми решаются задачи гигиены и правил питания:

- ◆ мыть руки перед едой;
- ◆ класть пищу в рот небольшими кусочками и хорошо ее пережевывать;
- ◆ рот и руки вытирать бумажной салфеткой;
- ◆ после окончания еды полоскать рот.

Для того чтобы дети осваивали нормы этикета, стол сервируют всеми необходимыми приборами: скатерть или салфетка, тарелка, столовая вилка и ложка, чашка с блюдцем и чайной ложкой. На середину стола ставят бумажные салфетки, хлеб в хлебнице.

В организации питания принимают участие дежурные воспитанники группы. Учитывается и уровень самостоятельности детей. Работа дежурных сочетается с работой каждого ребенка: дети сами могут убирать за собой тарелки, а салфетки собирают дежурные. Огромное значение в работе с детьми имеет пример взрослого. Исходя из этого, предъявляются высокие требования к культуре каждого сотрудника дошкольного учреждения.

Здоровье детей невозможно обеспечить без рационального питания, которое является необходимым условием их гармоничного роста, физического и нервно-психического развития, устойчивости к действию инфекций и других неблагоприятных факторов внешней среды.