

Уважаемые родители, не надо забывать, что питание ребенка в детском саду должно сочетаться с правильным питанием в семье.

Нужно 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 детскому саду.

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. Кроме того, правильно организованное питание формирует у детей культурно-гигиенические навыки, полезные привычки, так называемое рациональное пищевое поведение, закладывает основы культуры питания.

Соблюдение правильного питания важно во все возрастные периоды, однако в дошкольном возрасте роль питания особенно велика. Это обусловлено рядом причин. Детский организм отличается бурным ростом и развитием: происходит формирование и становление структуры многих органов и систем, совершенствуются их функции, интенсивно идет созревание головного мозга и развитие высшей нервной деятельности.

Основным принципом питания дошкольников должно служить максимальное разнообразие их пищевых рационов. Только при включении 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. можно обеспечить детей всеми необходимыми им пищевыми веществами.

Организация питания детей в МБДОУ "Детский сад к "ЗЕРНЫШКО" села Репное Балашовского района Саратовской области"

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. Поэтому, именно качеству питания в МДОУ "Детский сад "Зернышко" Балашовского района Саратовской области" (далее Учреждение) уделяется повышенное внимание.

Основными принципами организации питания в 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).

В МБДОУ организовано для 10,5 - часового пребывания 4-х разовое питание: завтрак, 2-й завтрак, обед, полдник

Питание в ДОУ удовлетворяет физиологическим потребностям детей в основных пищевых веществах и энергии.

Обеспечение выполнения санитарно-гигиенических требований, организация питания.

Важнейшим условием правильной организации питания детей является строгое соблюдение санитарно-гигиенических требований к пищеблоку и процессу приготовления и хранения пищи.

В целях профилактики пищевых отравлений и острых кишечных заболеваний работники пищеблока строго соблюдают установленные требования к технологической обработке продуктов, правил личной гигиены.

Завтрак – молочные каши: овсяная, манная, рисовая, пшенная, гречневая, "дружба", суп молочный с макаронными изделиями. В качестве напитка – злаковый кофе с молоком, какао с молоком, бутерброды с маслом, сыром, повидлом.

2-ой завтрак - с 10.00 до 10.30 детям подают фрукты или фруктовые соки

Обед – закуска из свежих и отварных овощей. Первое горячее блюдо – щи, борщи, супы. Второе блюдо из мяса, рыбы, птицы с гарниром (овощным, крупяным, макаронные изделия). Третье блюдо – компот из свежемороженых ягод, свежих фруктов, сухофруктов, кисель из свежемороженых ягод, свежих фруктов. Хлеб ржаной и пшеничный.

Полдник - кисломолочные продукты (ряженка, йогурт, кефир, снежок), выпечку собственного производства или кондитерские изделия промышленного производства.

При разработке меню учитывают возрастные группы: 2-7 лет. Набор блюд при этом единый, различен объем порций для детей раннего возраста и дошкольного возраста. Рацион разнообразен как за счет расширения ассортимента продуктов, так и за счет разнообразия блюд, готовящихся из одного продукта. С основным меню родители могут ознакомиться в медицинском кабинете и на нашем сайте.

Для контроля за организацией питания детей в Учреждении создана бракеражная комиссия. Приемочный контроль готовой кулинарной продукции осуществляется бракеражной комиссией в составе повара, представителя администрации Учреждения и медицинского работника.

Результаты производственного контроля регистрируются в бракеражном журнале.

Пищевые продукты, поступающие в МБДОУ "Детский сад "Зернышко" села Репное", имеют документы, подтверждающие их происхождение, качество и безопасность; хранятся в с соблюдением требований СанПин и товарного соседства.

Устройство, оборудование, содержание пищеблока МБДОУ соответствует санитарным правилам к организации детского общественного питания. Пищеблок оснащен необходимым технологическим и холодильным оборудованием, производственным инвентарем, кухонной посудой. Все блюда — собственного производства; готовятся в соответствии с технологическими картами, санитарными нормами.

Мероприятия, проводимые в детском саду:

- Поступление продуктов питания и продовольственного сырья только с сертификатами;
- На мясную продукцию имеется ветеринарная справка;
- Имеется журнал скоропортящихся продуктов, в которых указывается срок годности продуктов;
- Имеется необходимое холодильное оборудование;
- Производится обработка продуктов питания: мяса, яиц, фруктов и овощей;
- Для приготовления пищи используются только разрешенные продукты.
- Бракеражной комиссией ежедневно ведется контроль закладки продуктов питания, бракераж готовой продукции;
- Используются безопасные моющие средства и дезинфицирующие средства.