

Условия питания детей в ДОУ

Значительное место в здоровье ребёнка занимает питание.

Правильное питание обеспечивает нормальный рост и развитие детей, способствует профилактике заболеваний, продлению жизни людей, повышению работоспособности и создает условия для полноценной адаптации к окружающей среде.

Роль питания в современных условиях значительно повышается в связи ускорением темпов жизни, увеличением получаемой детьми познавательной информации в детских садах и дома, по телевидению, радио, кино, изменением условий воспитания в семье, вовлечением детей в занятия физкультурой и спортом.

Большое значение имеет правильная организация питания детей в детских дошкольных учреждениях.

В виду того, что детский сад не укомплектован штатом медицинской сестры, осуществляет контроль за питанием руководитель.

Под ежедневным контролем руководителя находятся следующие вопросы:

- составление ежедневной меню-раскладки;
- формирование рациона питания детей, включая контроль за ассортиментом пищевых продуктов;
- качество поступающих пищевых продуктов;
- санитарно-техническое состояние пищеблока;
- условия хранения пищевых продуктов и соблюдение сроков реализации;
- технологические процессы;
- состояние здоровья персонала, соблюдение персоналом правил личной гигиены;
- наличие у персонала гигиенических знаний и навыков;
- санитарное содержание пищеблока и санитарная обработка продуктов детского питания.

Основными принципами организации питания в детском саду являются:

-Адекватная энергетическая ценность рационов, соответствующая энергозатратам детей.

-Сбалансированность рациона по всем пищевым факторам, включая белки и аминокислоты, пищевые жиры и жирные кислоты, различные классы углеводов, витамины, минеральные соли и микроэлементы.

-Максимальное разнообразие рациона, являющееся основным условием обеспечения его сбалансированности, которое достигается путем использования достаточного ассортимента продуктов и различных способов кулинарной обработки.

-Адекватная технологическая и кулинарная обработка продуктов и блюд, обеспечивающая их высокие вкусовые достоинства и сохранность исходной пищевой ценности.

-Исключение из рациона питания продуктов и блюд, способных оказывать раздражающее действие на слизистую органов пищеварения, а также продуктов, которые могли бы привести к ухудшению здоровья у детей с хроническими заболеваниями, то есть питание в детском саду должно быть «щадящим».

-Обеспечение санитарно-эпидемиологической безопасности питания, включающее соблюдение всех санитарных требований к состоянию пищеблока, поставляемым продуктам питания, их транспортировке, хранению, приготовлению и раздаче блюд.

В нашем ДОУ организовано трехразовое питание включающее в себя завтрак, обед и полдник, и соответствующее всем требованиям СанПиН. Имеется перспективное 10-дневное меню, на основании которого старший повар составляет ежедневное меню-раскладку, а также картотека блюд, входящих в меню, в которой указывается рецептура (раскладка), энергетическая ценность каждого блюда. С перспективным 10-дневным меню вы можете ознакомиться у старшего повара детского сада.

ДОУ заключает контракты, по результатам открытого совместного аукциона по размещению заказа на закупку продуктов питания для нужд дошкольного учреждения.

При организации питания детей в ДОУ руководствуемся среднесуточным набором продуктов рекомендуемых СанПин 2.4.1.3049-13.

При составлении меню и расчётов калорийности строго соблюдается условие оптимального соотношения пищевых веществ (белков, жиров и углеводов), которое должно составлять 1:1:4 соответственно.

- в повседневный рацион питания детей включены **основные группы продуктов** - мясо, рыба, молоко, яйца, фрукты, овощи, сахар, хлеб, крупы и др.;
- из рациона питания исключены продукты, способные оказывать раздражающее действие на слизистую органов пищеварения, а также продукты, которые могли бы привести к ухудшению здоровья детей с хроническими заболеваниями вне стадии обострения или

компенсированными функциональными нарушениями органов желудочно-кишечного тракта (щадящее питание);

- учитываются индивидуальные особенности детей (в том числе непереносимость ими отдельных продуктов и блюд);
- соблюдается санитарно-эпидемиологическая безопасность питания, включающее соблюдение всех санитарных требований к состоянию пищеблока, поставляемым продуктам питания, их транспортировке, хранению, приготовлению и раздаче блюд.

В ДОУ организовано 3-разовое питание на основе перспективного меню. В меню представлены разнообразные блюда. В ежедневный рацион питания включены овощи и фрукты.

Режим приема пищи:

Завтрак -8.30 во всех группах

Обед- с11.30-12.00 в соответствии с режимом дня возрастных групп

Полдник 15.30 во всех группах