

## **Условия питания обучающихся, в том числе инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья 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.

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.

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

При организации питания детей в ДОО руководствуемся среднесуточным набором продуктов рекомендуемых СанПин 2.4.1.2660-10

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 ДОО 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- с11.30-12.30 в соответствии с режимом дня возрастных групп

Полдник 16.00 во всех группах

Создание отдельного меню для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья не осуществляется.