

Организация питания в ДОУ

Важным условием гармоничного роста и развития дошкольников является правильная организация питания, обеспечивающая растущий организм энергией и всеми необходимыми витаминами, минеральными веществами, белками, жирами, углеводами. Соблюдение принципов рационального, сбалансированного питания детей раннего и дошкольного возраста – важный фактор процессов роста, совершенствования многих органов и систем, особенно нервной системы, усиленными процессами обмена веществ, развитием моторной деятельности.

Основным принципом правильного питания дошкольников должно служить максимальное разнообразие 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. И, наоборот, исключение из рациона тех или иных из названных групп продуктов, равно как и избыточное потребление каких-либо из них, неизбежно приводит к нарушениям в состоянии здоровья детей.

Для эффективной организации питания в детском саду имеется примерное 10-ти дневное меню, утвержденное заведующим МБДОУ.

Специально составлена картотека технологических карт блюд, где указаны раскладка, калорийность блюд, содержание жиров, белков и углеводов, в соответствии со Сборником технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, рекомендованным Роспотребнадзором по Ростовской области.

Каждое учреждение вправе внести свои изменения в предлагаемое меню, обязательно учитывая таблицу замены продуктов в соответствии с требованиями СанПин.

Дети в детском саду обеспечены 4-х разовым сбалансированным питанием в соответствии с режимом дня. Режим питания детей с 10-ти часовым пребыванием включает: завтрак, 2-й завтрак, обед, полдник.

Питание в детском саду различается в зависимости от сезона и подразделяется на периоды "зима-весна" и "лето-осень". Меню для детей разрабатывается заранее, с учетом суточной нормы продуктов в рационе питания, объема порций и сведений о химическом составе продуктов.

- Завтрак в детском саду состоит из молочных, яичных или творожных блюд, хлеба с маслом и сыром, напитка.
- Второй завтрак более легкий и может состоять из какого-либо фрукта или сока.
- Обед состоит из горячего блюда и мясных продуктов с гарниром. Для приготовления вторых блюд используются мясо говядины и кури. В дополнение предлагается компот или кисель из свежих или свежемороженых фруктов. Детские супы достаточно разнообразны, поэтому в течение недели они не повторяются.
- Полдник состоит из кисломолочного напитка, блюд из печени, блюд из творога, печенья или булочки.

Также в МБДОУ круглогодично проводится:

- искусственная С-витаминизация готовых блюд;
- используются продукты питания, обогащенные йодом.

Питание в детском саду организовано в групповых комнатах. Производственный процесс по приготовлению блюд выполняют квалифицированные повара. Весь цикл приготовления блюд осуществляется на пищеблоке. Помещение пищеблока размещается в здании детского сада, оснащено оборудованием .