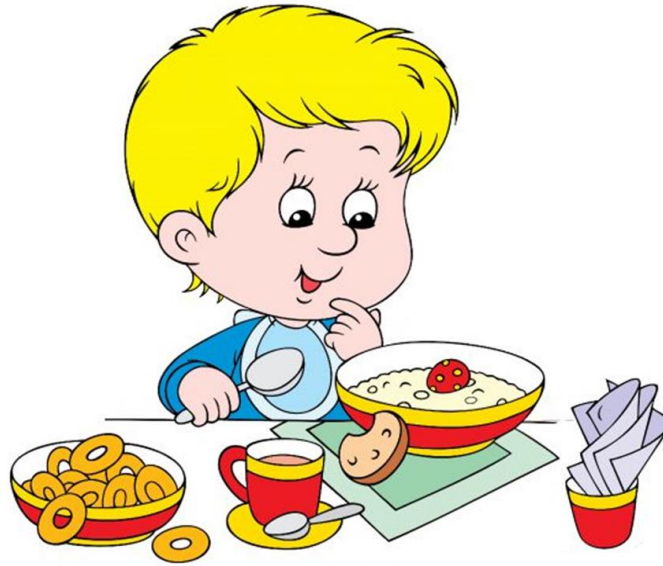


## **Условия организации питания обучающихся.**



Среди множества разнообразных факторов, постоянно действующих на развитие детского организма и его здоровье, **важнейшая роль принадлежит питанию**. Характер питания в раннем детстве накладывает отпечаток и влияет на дальнейшее развитие ребенка и его состояние здоровья не только в детско-подростковом возрасте, но и во взрослой жизни.

### **Что понимается под правильным питанием и каким оно должно быть для ребенка дошкольного возраста?**

Правильное, или рациональное питание – это такое питание, которое обеспечивает укрепление и улучшение здоровья, физических и духовных сил человека, предупреждение и лечение заболеваний. **Одним словом, правильное питание – это здоровое питание.**

Питание ребенка дошкольного возраста должно быть:

**Во-первых**, полноценным, содержащим в необходимых количествах белки, жиры, углеводы, минеральные вещества, витамины, воду.

**Во-вторых**, разнообразным, состоять из продуктов растительного и животного происхождения. Чем разнообразнее набор продуктов, входящих в меню, тем полноценнее удовлетворяется потребность в пище.

**В-третьих**, доброкачественным - не содержать вредных примесей и болезнетворных микробов. Пища должна быть не только вкусной, но и безопасной.

**В-четвертых**, достаточным по объему и калорийности, вызывать чувство сытости. Получаемое дошкольником питание должно не только покрывать расходуемую им энергию, но и обеспечивать материал, необходимый для роста и развития организма.

Процесс организации питания в детском саду основывается на нормативных и методических документах по питанию. Основным документом является СанПиН 2.4.1.3049-13.

В ДОУ организовано четырёхразовое питание на основе примерного десятидневного меню. В детском саду имеется картотека технологических карт. Один экземпляр картотеки находится у диетической сестры, другой на пищеблоке. На второй завтрак дети получают соки, фрукты. В питании детей используется йодированная соль, проводится обязательная витаминизация третьего блюда.

Для информации родителей вывешивается ежедневно меню, утвержденное заведующей, для помощников воспитателей вывешена информация: график выдачи готовой продукции, норма порций – объем пищи в граммах для детей в соответствии с возрастом.

Сестра диетическая ведет всю необходимую документацию, составляет меню-требование на детей дошкольного возраста и ГКП. В случае увеличения или уменьшения количества детей (свыше трех человек) по сравнению с утвержденными по меню данными, медсестра составляет расчет изменения потребности в продуктах питания. При увеличении потребности в продуктах выписывается накладная «добавить» со склада, а при уменьшении потребности в продуктах, излишки сдаются на склад и оформляются такой же накладной с указанием – «возврат». Накладные подписываются завхозом, поваром, утверждаются заведующей.

Продукты питания поставляются в детский сад на основе прямых договоров согласно поданных заявок. Завхоз и диетическая сестра ведут всю необходимую документацию по организации питания.

В детском саду создана благоприятная эмоциональная обстановка во время приема пищи. Дети обеспечены соответствующей посудой, столы и стулья соответствуют ростовым показателям, имеют маркировку в соответствии с СанПиН. Выдача пищи производится согласно графику, прием пищи организуется в соответствии с расписанием жизнедеятельности детей.

**ГРАФИК ПИТАНИЯ ВОСПИТАННИКОВ МДОБУ № 78 «Неваляшка»**

Возрастные группы	Завтрак	Второй завтрак		Обед	Полдник
		холодный период года	тёплый период года		
4 - разовое питание ( завтрак, второй завтрак, обед, полдник) в соответствии с режимом дня.					
младшая группа	8.20 – 9.00	9.40 – 9.50	10.30	12.20 - 12.50	16.10 - 16.30
средняя группа	8.30 – 9.00	9.50 -10.00	10.30	12.30 - 12.55	16.10 - 16.30
старшая группа	8.30 - 9.00	10.00 - 10.10	10.30	12.30 – 12.55	16. 20 - 16.40
подготовительная группа	8.30 – 9.00	10.55 -11.05	10.30	12.40 - 13.00	16. 20 – 16.40
3 - разовое питание ( завтрак, второй завтрак, обед) в соответствии с режимом дня.					
ГКП 1	8.20 – 9.00	9.40 – 9.50	10.30	12.20 - 12.50	-
ГКП 2	8.30 – 9.00	9.50 -10.00	10.30	12.30 - 12.55	-

Воспитатели осуществляют руководство питанием детей: следят за осанкой, поведением за столом, сообщают названия блюд, обращают внимание на вкусно приготовленную пищу, докармливают детей, осуществляют индивидуальный подход.

В ДОУ для родительской общественности размещены наглядно-информационные стенды по питанию детей.