

Организация режима питания воспитанников



Одна из главных задач, решаемых в ДОО, – это обеспечение конституционного права каждого ребенка на охрану его жизни и здоровья. 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.

Дети обеспечиваются четырёхразовым питанием (завтрак, обед, полдник, ужин), а также в 10.00 дается дополнительное питание. Ежедневно в меню включаются: молоко, кисломолочные напитки, сметана, мясо, картофель, овощи, фрукты, соки, хлеб, крупы, сливочное и растительное масло, сахар, соль. Остальные продукты (творог, рыба, сыр, яйцо и др.) включаются в меню 2-3 раза в неделю. Проводится круглогодичная искусственная С-витаминизация третьих блюд.

Организация рационального питания детей в ДОО основана на соблюдении утверждённых наборов продуктов и примерных меню и осуществляется в соответствии с 10- дневным меню. Разработана специальная картотека блюд. Организация питания в МДОУ уделяется особое внимание. Регулярно осуществляется контроль за качеством питания разнообразием и витаминизацией блюд, закладкой продуктов питания, кулинарной обработкой, выходом блюд, вкусовыми качествами пищи, правильностью хранения и соблюдением сроков реализации продуктов питания. Снабжение МДОУ продуктами питания осуществляется поставщиками на основе муниципального контракта. Все продукты сопровождаются сертификатами соответствия качества.

Важнейшим условием правильной организации питания детей является строгое соблюдение санитарно-гигиенических требований к пищеблоку и процессу приготовления и хранения пищи. Ежемесячно проводится анализ питания по нормам, подсчитывается калорийность. Приготовление пищи осуществляется на пищеблоке МДОУ, организация питания детей – в групповых помещениях.



Режим питания детей

Время приема пищи	Приемы пищи	Энергетическая ценность
08.30 – 09.00	Завтрак	20% суточного рациона
10.00 – 10.30	Второй завтрак*	5% суточного рациона
12.00 – 13.00	Обед	35% суточного рациона
15.20 – 15.30	Полдник	15% суточного рациона
18.00 – 18.30	Ужин**	20% суточного рациона

* Второй завтрак – дополнительный прием пищи, включающий напиток или сок и (или) свежие фрукты.

**После ужина в ДОО предусмотрен второй ужин в семье ребенка дома, до 5% суточного рациона.