

Организация питания

Организация *питания* немаловажный компонент в системе жизнедеятельности ДОУ. В ДОУ организации питания уделяется большое внимание, определены основные принципы организации питания:

- составление полноценных рационов питания;
- использование разнообразного ассортимента продуктов, гарантирующих достаточное содержание необходимых минеральных веществ и витаминов;
- строгое соблюдение режима питания, отвечающего физиологическим особенностям детей различных возрастных групп; правильное сочетание его с режимом дня каждого ребёнка и режимом работы учреждения;
- соблюдение правил эстетики питания, воспитание необходимых гигиенических навыков в зависимости от возраста и уровня развития детей;
- правильное сочетание питания в дошкольном учреждении с питанием в домашних условиях, проведение необходимой санитарно-просветительной работы с родителями, гигиеническое воспитание детей;
- учёт климатических особенностей региона, времени года, изменение в связи с этим режима питания, включение соответствующих продуктов и блюд, повышение или понижение калорийности рациона;
- индивидуальный подход к каждому ребёнку, учёт состояния его здоровья, особенностей развития, периода адаптации, наличия хронических заболеваний;
- строгое соблюдение технологических требований при приготовлении пищи, обеспечение правильной кулинарной обработки пищевых продуктов;
- повседневный контроль за работой пищеблока, доведением пищи до ребёнка, правильной организацией питания детей в группах;
- учёт эффективности питания детей.

В детском саду имеется перспективное меню, специально разработанная картотека блюд, где указаны раскладка, калорийность блюда, содержание в нём белков, жиров, углеводов.

Использование таких карточек позволяет легко подсчитать химический состав рациона и при необходимости заменить одно блюдо другим, равноценным ему по составу и калорийности.

Бракераж готовой продукции проводится регулярно с оценкой вкусовых качеств. При этом осуществляется регулярный медицинский контроль за условиями хранения продуктов и сроками их реализации, санитарно-эпидемиологический контроль за работой пищеблока и организацией обработки посуды. Медсестра систематически контролирует приготовление пищи, объём продуктов, время закладки продуктов в котёл. Раздачу пищи по группам и в группах, а также качество приготовления пищи.

Для обеспечения правильного питания мы учитывает три условия:

1. Наличие в пище всех необходимых ингредиентов;
2. Здоровый пищеварительный тракт, а также наличие в нем всех ферментов для правильной переработки этих пищевых веществ;
3. Рациональный режим питания, включающий: технологию приготовления пищи; рациональное распределение пищи по калорийности в течение дня

Питание в детском саду хорошо сбалансировано.

График питания детей

	Возрастная группа	Время приема пищи
Завтрак	1-я младшие (от 2-до 3-х лет);	8.20-8.40
	2-я младшие (от 3-х до 4-х лет)	8.25-8.45
	средние (от 4-х до 5-ти лет)	8.30-8.50
	старшие (от 5-до 6 лет)	8.35-8.50
	подготовительные (от 6-ти до 7-ми лет)	8.40-8.55
Второй завтрак	1-я младшие (от 2-до 3-х лет);	10.30-10.40
	2-я младшие (от 3-х до 4-х лет)	10.30-10.40
	средние (от 4-х до 5-ти лет)	10.30-10.40
	старшие (от 5-до 6 лет)	10.45-10.55
	подготовительные (от 6-ти до 7-ми лет)	10.45-10.55
Обед	1-я младшие (от 2-до 3-х лет);	11.40-12.10
	2-я младшие (от 3-х до 4-х лет)	12.10-12.35
	средние (от 4-х до 5-ти лет)	12.15-12.40
	старшие (от 5-до 6 лет)	12.20-12.45
	подготовительные (от 6-ти до 7-ми лет)	12.30-12.50
«Уплотненный полдник» с включением блюд ужина	1-я младшие (от 2-до 3-х лет);	15.55-16.20
	2-я младшие (от 3-х до 4-х лет)	16.00-16.20
	средние (от 4-х до 5-ти лет)	16.05-16.25
	старшие (от 5-до 6 лет)	16.10-16.30
	подготовительные (от 6-ти до 7-ми лет)	16.20-16.40