

Специальные условия питания

Организация полноценного, сбалансированного питания детей – одно из важных направлений деятельности нашего образовательного учреждения. Не надо забывать, что питание ребенка в детском саду должно сочетаться с правильным питанием в семье. Необходимо стремиться к тому, чтобы домашнее питание дополняло рацион детского сада, поэтому на ужин лучше предлагать те продукты и блюда, которые ребенок не получал в детском саду, а в выходные и праздничные дни рацион ребенка лучше приближать к детсадовскому. Мы же в свою очередь создаем в ДООУ все необходимые условия для обеспечения детей здоровым питанием.

Питание – один из важных факторов, обеспечивающих нормальное течение процессов роста, физического и нервно – психического развития ребенка. Ухудшение качества питания приводит к снижению уровня защитно – приспособительных механизмов детского организма и возможному увеличению аллергических реакций, способствует росту болезней органов пищеварения. Основными принципами организации питания в нашем учреждении являются:

Соответствие энергетической ценности рациона энергозатратам ребенка.
Сбалансированность в рационе всех заменимых и незаменимых пищевых веществ.

Максимальное разнообразие продуктов и блюд, обеспечивающих сбалансированность рациона.

Правильная технологическая и кулинарная обработка продуктов, направленная на сохранность их исходной пищевой ценности, а также высокие вкусовые качества блюд.

Оптимальный режим питания, обстановка, формирующая у детей навыки культуры приема пищи.

Соблюдение гигиенических требования к питанию (безопасность питания).

Мы понимаем, что правильное, сбалансированное питание, отвечающее физиологическим потребностям растущего организма, повышает устойчивость к различным неблагоприятным воздействиям, поэтому очень важно соблюдать принципы рационального питания детей.

Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастных групп от 3-х до 7-х лет

	от 3-х до 7-х лет
Энергия, ккал	1800
Белок, г	54
Жиры, г	60
Углеводы, г	261

Режим питания детей по отдельным приемам пищи представлен в таблице.

Время приема пищи	Кратность приема пищи
8.30 – 9.00	Завтрак
10.00	Второй завтрак
12.00 – 13.00	Обед
15.30 – 16.00	Полдник

Количество приемов пищи в нашем детском саду –4.

Завтрак – молочные каши: овсяная, манная, рисовая, пшенная, гречневая, "дружба". Каши чередуются с блюдами из натуральных яиц, творога, рыбы, овощей. В качестве напитка – чай с молоком, чай с лимоном, злаковый кофе, какао на молоке с бутербродом с маслом и сыром.

2-ой завтрак - В 10.00 детям получают свежие фрукты, соки.

Обед –закуска в виде салатов из свежих овощей (огурцы, помидоры, лук, свекла отварная, капуста,) с растительным маслом. Первое горячее блюдо – щи, борщ, овощной суп, суп с вермишелью, суп с клёцками, уха (рыбный суп). Второе блюдо – мясное, рыбное, из птицы. Третье блюдо –компот из свежих фруктов, сухофруктов, кисель. Хлеб.

Полдник может включать в себя молоко или другие молочные продукты (йогурт, снежок), хлебобулочные изделия, выпечку собственного производства (ватрушка с творогом, запеканка творожная, ленивые вареники со сметано-молочным соусом, блинчики), кондитерские изделия, печенье, пряники.

Рацион разнообразен за счет расширения ассортимента продуктов и разнообразия блюд. Родители могут ознакомиться с полным 10-дневным меню. Все блюда — собственного производства; готовятся в соответствии с технологическими картами, санитарными нормами на основе принципов «щадящего питания». При приготовлении блюд соблюдаются следующие технологии: варка, запекание, припускание, пассерование, тушение.

В ДОУ проводится круглогодичная С-витаминизация готовых блюд (50,0 мг на порцию) из расчета 50–75% от суточной потребности в витаминах в одной порции напитка. Препараты витаминов вводят в третье блюдо (компот, кисель и т. п.) после его охлаждения до температуры 15°С (для компота) и 35°С (для киселя) непосредственно перед реализацией. Витаминизированные блюда не подогревают. В детском саду организован питьевой режим. Питьевая вода по качеству и безопасности отвечает требованиям на питьевую воду (применяется кипяченая питьевая вода, при условии ее хранения не более 3-х часов)

Для контроля за организацией питания детей в учреждении создана бракеражная комиссия. Приемочный контроль готовой кулинарной продукции осуществляется бракеражной комиссией в составе повара, заведующего ДОУ. Результаты производственного контроля регистрируются в бракеражном журнале.

Пищевые продукты, поступающие в детский сад, имеют документы,

подтверждающие их происхождение, качество и безопасность; хранятся в соответствии с требованиями СанПин.

Доставка пищевых продуктов осуществляется лицами, имеющими личную медицинскую книжку с отметками о результатах медицинских осмотров.