

Организация питания в детском сад «Светлячок»



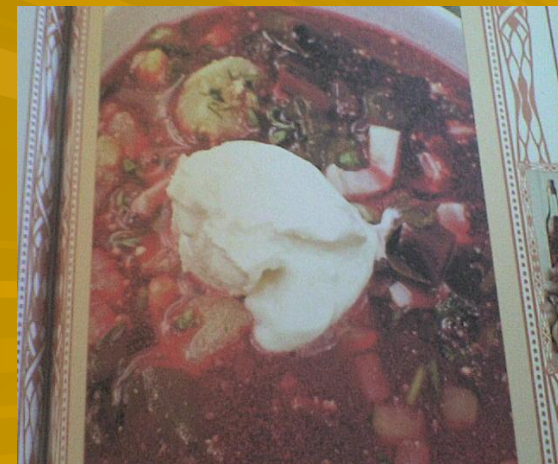
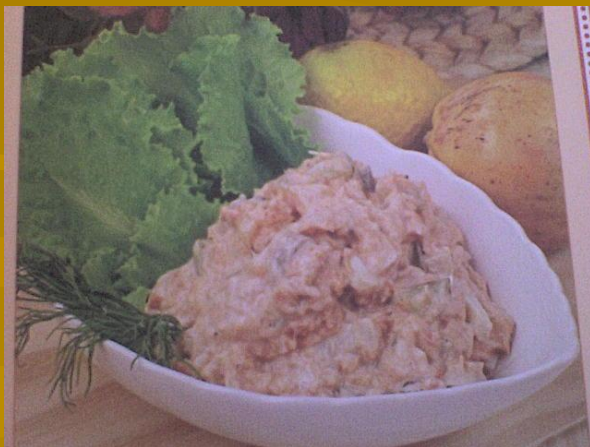
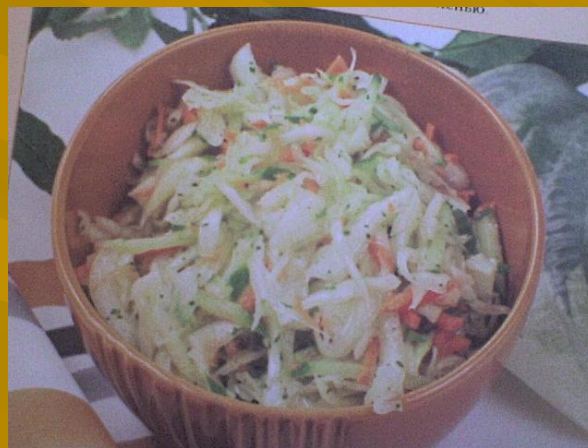
Для чего нужна человеку пища?

Для поддержания здоровья и работоспособности. Особенно велика роль питания в детском возрасте, когда формируется пищевой стереотип, закладываются типологические особенности взрослого человека. Именно поэтому от правильно организованного питания в детском возрасте во многом зависит состояние здоровья взрослого человека.

Детям в детском саду обеспечивается трёхразовое питание интервалами между приемами пищи 3,5-4 часа. Одним из основных требований к организации питания является строгая регулярность и своевременность. Регулярность приема пищи - основа хорошего аппетита у ребенка.



Меню для ребят в детском садике «Светлячок» разработано на основе рекомендаций Института питания РАМН и утверждается Роспотребнадзоре. В дневной рацион наших воспитанников входят все необходимые питательные вещества, которые так важны для их роста и развития.



Ежедневно в меню детей включаются свежие овощи, зелень, фрукты, соки. Ребята обеспечиваются качественным питанием и витаминными напитками (соки, настои, отвары, фрукты). При составлении меню учитывают вкусы и предпочтения детей, пожелания родителей. Для этого проводятся опросы и анкетирования. Медиками детского сада ведется строгий контроль качества питания.



Все блюда готовятся поварами-профессионалами на кухне детского сада. Для приготовления пищи используются только высококачественные продукты, охлажденные мясо и рыба, очищенная вода. Если блюдо особенно любимо или очень понравилось, добавка есть всегда.



В сервировку столов для детей включены салфетки, салатники, вилки, ножи. С воспитателями ребята уже с младшей группы осваивают правильное использование столовых приборов, нормы этикета.



Ожидаемый результат

Сотрудники детского сада должны знать:

- **принципы государственной политики в сфере охраны, укрепления и формирования здоровья подрастающего поколения;**
- **теоретические основы правильного питания;**
- **организацию работы с детьми и родителями по формированию культуры здорового образа жизни.**

Здоровье детей в наших руках

