



## ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ В ДОУ

Здоровье детей во многом зависит от правильного чётко организованного питания. Пища должна не только количественно, но и качественно отвечать физиологическим потребностям и возможностям детского организма. Рациональное питание оказывает непосредственное влияние на жизнедеятельность, рост, состояние малыша, повышает устойчивость к различным неблагоприятным воздействиям. Под правильно сбалансированным питанием понимается питание, полностью отвечающее возрастным физиологическим потребностям детского организма в основных пищевых веществах и энергии. Организация питания в ДОУ предусматривает выполнение режима дня

Закупка продуктов питания производится по договорам с поставщиками. Все продукты имеют санитарно-эпидемиологическое заключение. Качество продуктов проверяется старшей медсестрой и заведующим хозяйством. Не допускаются к приему в ДОУ пищевые продукты без сопроводительных документов, с истекшим сроком хранения и признаками порчи.

В детском саду осуществляется сбалансированное четырехразовое питание в соответствии с возрастными и физиологическими потребностями детей. В меню представлены разнообразные блюда. В ежедневный рацион питания включены овощи и фрукты. Для профилактики гиповитаминоза в ДОУ проводится искусственная витаминизация третьего блюда аскорбиновой кислотой, отваром шиповника. В весенне-летний период вводится дополнительный питьевой режим.

Готовая пища выдается только после проведения приемочного контроля бракеражной комиссией в составе повара, медицинского работника, представителя администрации. В правильной организации питания детей большое значение имеет создание благоприятной и эмоциональной окружающей обстановке в группе. Группы обеспечены соответствующей посудой, удобными столами. Воспитатели приучают детей к чистоте и опрятности при приеме пищи. Организация питания находится под постоянным контролем у администрации детского сада.

На каждое блюдо имеется технологическая карта. 10-дневное меню составляется в соответствии со сборником рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в ДОУ. Ведётся ежедневный расход и приход продуктов питания, учет питающихся, производится ежедневный расчет выхода на денежную норму, ежедневно контролируется калорийность.

В детском саду питание организовано в групповых комнатах. Весь цикл приготовления блюд происходит на пищеблоке. Помещение пищеблока размещается на первом этаже. Пищеблок ДОУ включает в себя горячий цех (оборудован моечной ванной, стеллажами для посуды, раковинами для мытья рук, водонагревателем, контрольными весами, электроплитой, духовым (жарочным) шкафом, разделочными столами), овощной цех, мясной цех.

В ДОУ имеется кладовая для хранения продуктов питания.



Выразителем сбалансированного питания здорового ребенка является рациональное питание. Рациональное питание (от лат. *rationalis* – разумный) – это физиологически полноценное питание здоровых людей с учетом их пола, возраста, характера труда и других факторов, основывающееся на следующих принципах:

- соответствии энергетической ценности рациона среднесуточным энерготратам;

- наличии в рационе необходимых пищевых веществ в оптимальных соотношениях;
- правильном распределении пищи по приемам в течение дня (режим питания) – время и количество приемов пищи, интервалы между ними;
- обеспечении высокого качества пищи – хорошая усвояемость пищи, зависящая от ее состава и способа приготовления, внешний вид, консистенция, вкус, запах, цвет, температура, объем, разнообразие пищи;
- обеспечении оптимальных условий приема пищи – соответствующая обстановка, сервировка стола, отсутствие отвлекающих от еды факторов, положительный настрой на прием пищи;
- санитарно-эпидемиологической и радиационной безопасности пищи.