

Сведения об условиях питания воспитанников.

Для нормального роста и развития ребенка необходимо правильно организованное питание. Растущий и быстро развивающийся организм требует достаточной по количеству и полноценной по качеству пищи. Как недостаточное, так и избыточное одинаково вредно для здоровья ребенка и может привести к расстройству пищеварения, нарушению обмена веществ, снижению сопротивляемости организма, к замедлению не только физического, но и психического развития. В дошкольной группе этому вопросу уделяется огромное внимание. Питание у нас организовано в соответствии с санитарными правилами и нормами.

Основные принципы организации питания:

- составление полноценного рациона 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 ребенка и режимом работы детского сада;
- соблюдение правил эстетики питания, воспитание необходимых гигиенических навыков в зависимости от возраста и уровня развития детей;
- правильное сочетание питания в детском саду с питанием в домашних условиях, проведение необходимой санитарной - просветительной работой с родителями, гигиеническое воспитание детей;
- учет климатических особенностей региона, времени года, изменений в связи с этим режима питания, включение соответствующих продуктов и блюд, повышение или понижение калорийности рациона;
- индивидуальный подход к каждому ребенку, учет состояния его здоровья, особенности развития, периода адаптации, хронических заболеваний;
- строгое соблюдение технологических требований при приготовлении пищи, обеспечение правильной кулинарной обработки пищевых продуктов;

- повседневный контроль за работой пищеблока, доведение пищи до ребенка, правильной организацией питания детей в группах;
- учет эффективности питания детей.

Организация питания.

Дошкольная группа обеспечивает сбалансированное 5-ти разовое питание.

При организации питания учитываются возрастные физиологические нормы суточной потребности, суммарный объем блюд по приему пищи (в граммах).

Питание детей соответствует принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, приготовление на пару, тушение, запекание. Исключается жарка блюд, а также продукты с раздражающими свойствами.

Организация детского питания напрямую связана со столовым этикетом. Знакомство с ним позволяет ребенку быть уверенным в себе, правильно вести себя за столом, умело пользоваться столовыми приборами.

Культурно - гигиенические навыки приема пищи у детей формируются с учетом возрастных особенностей. Причем в процессе приобщения его к этикету большое внимание уделяем взаимодействию воспитателей с родителями. Уже с младшего возраста вырабатываем у воспитанников правильное отношение к еде, разным блюдам, умение пользоваться столовыми приборами и салфетками.

Внимание обращаем на качество предлагаемых детям блюд, соответствие пищи требованиям растущего организма, разнообразие меню и непосредственно процедуре приема пищи.

Профессиональная обязанность воспитателя детского сада - обучить ребенка правилам поведения за столом. Это обучение происходит как на специально организованных занятиях, так и во время приема пищи. Правильная и красивая сервировка стола поднимает аппетит и создает доброжелательный настрой у окружающих. Умение вести себя за столом, пользоваться столовыми приборами и салфетками развивает у детей уверенность в себе.

Для обеспечения преемственности питания, родителей информируем об ассортименте

питания воспитанников, вывешивая ежедневное меню.

Организация питьевого режима:

Питьевой режим в детском саду проводится в соответствии с требованиями СанПиН. Питьевая вода доступна воспитанникам в течение всего времени нахождения в дошкольной группе. Ориентировочные размеры потребления воды ребенком зависят от времени года, двигательной активности ребенка.