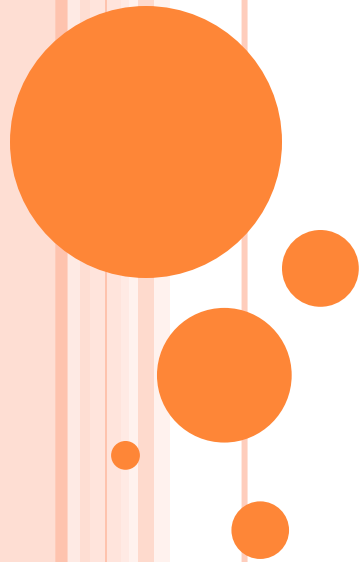




ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ В ДЕТСКОМ САДУ



РАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ

- Одно из необходимых условий гармоничного роста дошкольников
- физического и нервно-психического развития
- устойчивости к воздействию инфекций и других неблагоприятных факторов внешней среды



Организация питания

Питание детей в ДООУ организовано в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями. Продукты, поступающие на пищеблок дошкольного учреждения, имеют санитарно-эпидемиологические заключения; осуществляется контроль за технологией приготовления пищи, за реализацией скоропортящихся продуктов, и за реализацией продуктов по срокам их хранения.

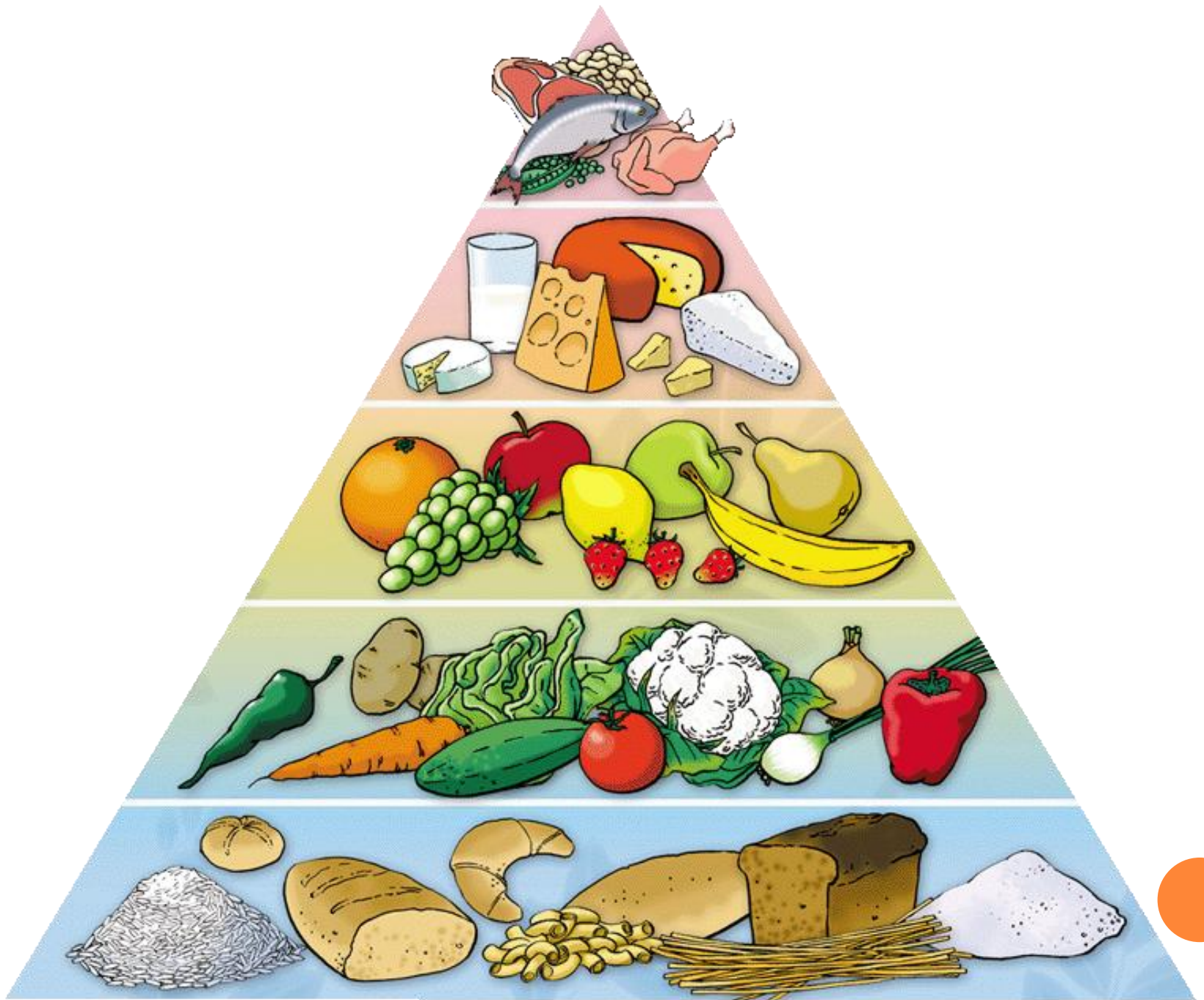
Питание пятиразовое: завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин.



УСЛОВИЯ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ

- Правильный подбор продуктов, обеспечивающий нормы физиологических потребностей детей;
- Строгий режим питания, который должен предусматривать не менее 5 приемов пищи;
- Соблюдение всех санитарных требований
- Выполнение основных норм питания
- Столовый этикет
- Организация питьевого режима
- Организация работы по пропаганде здорового питания





ВЫПОЛНЕНИЕ ОСНОВНЫХ НОРМ ПИТАНИЯ

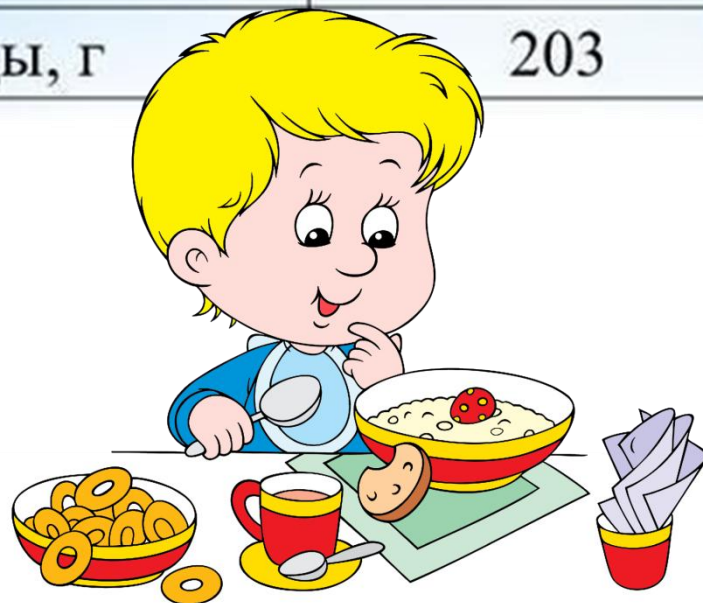
- Выдерживается достаточное обеспечение калорийности важных пищевых компонентов**
- Используется максимальное разнообразие рациона**
- Проводится технологическая и кулинарная обработка продуктов**
- Пища, всегда имеет хорошие вкусовые качества**

ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТЬЕВОГО РЕЖИМА

- Питьевой режим проводится в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.1.3049-13 ;**
- Питьевая вода доступна воспитанникам в течение всего времени нахождения в саду**
- Размеры потребления воды ребёнком зависят от времени года и двигательной активности ребёнка**

Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастных групп.

Показатели в сутки	2-3 года	3-7 лет
Энергия (ккал)	1400	1800
Белок, г	42	54
Жиры, г	47	60
Углеводы, г	203	261



ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ В ДОУ:

- Соответствие энергетической ценности рациона энергозатратам ребёнка;
- Сбалансированность в рационе всех заменимых и незаменимых пищевых веществ
- Максимальное разнообразие продуктов и блюд, обеспечивающих сбалансированность рациона
- правильная кулинарная и технологическая обработка продуктов
- Оптимальный режим питания, обстановка, формирующая у детей навыки культуры приема пищи
- Соблюдение гигиенических требований к питанию детей в организованных коллективах

Родителям на заметку:

- Домашний рацион должен дополнять, а не заменять рацион детского сада. Знакомьтесь с меню , его ежедневно вывешивают в ДОУ;
- Перед поступлением ребёнка в детский сад максимально приблизьте режим питания и состав рациона к условиям детского сада;
- Завтрак до детского сада лучше исключить, иначе ребёнок будет плохо завтракать в группе;
- Вечером дома важно дать ребёнку именно те продукты и блюда, которые он не получил днем;
- В выходные и праздничные дни лучше придерживаться меню детского сада.



**Питаясь в детском саду ребенок
получает сбалансированный
рацион, с высоким содержанием
витаминов и микроэлементов**



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

