

Сведения об условиях питания обучающихся, в том числе инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Рациональное питание является одним из основных факторов внешней среды, определяющих нормальное развитие ребенка, оказывает самое непосредственное влияние на его жизнедеятельность, рост, состояние здоровья. Правильное, сбалансированное питание, отвечающее физиологическим потребностям растущего организма, повышает устойчивость к различным неблагоприятным факторам. Наиболее важно соблюдение принципов рационального питания у детей раннего и дошкольного возраста. Этот период характеризуется интенсивными процессами роста, дальнейшим совершенствованием функций многих органов и систем, особенно нервной системы, усиленными процессами обмена веществ, развитием моторной деятельности.

В муниципальном образовательном учреждении «Детский сад № 62» в соответствии с пунктом 15.11 СанПиН 2.4.1.3049-13 режим питания на основе примерного 10-дневного меню в группах с 12-часовым режимом пребывания рассчитан на четыре приема пищи:

- завтрак - 8.05 - 8.25,
- второй завтрак - 9.25 - 10.15,
- обед - 11.50 - 12.30,
- уплотненный полдник - 15.50 - 16.25.

В соответствии с нормами СанПиН 2.4.1.3049-13 в ежедневном меню детей присутствуют молоко, сметана, мясо, овощи, фрукты, соки, хлеб, крупы, сливочное и растительное масло, сахар. Рыба, творог, яйца, сыр включены 2 – 3 раза в неделю. Предусмотрено максимально возможное разнообразие блюд и кулинарных изделий, сочетаемость блюд во время одного приема пищи и в течение дня.

В примерном 10-дневном меню представлено большое разнообразие блюд:

- *завтрак* – каши молочные, напитки молочные (какао с молоком, кофейный напиток с молоком), чай, хлеб пшеничный с маслом сливочным (сыр);
- *второй завтрак* – соки фруктовые и овощные, фрукты (яблоки свежие, груши, мандарины, апельсины).
- *обед* – овощная закуска, первое блюдо, второе блюдо (мясное блюдо и гарнир овощной, либо крупяной), колбасные изделия, напиток (кисели, компоты из сухофруктов, из свежих плодов (лимонов, яблок, груш);
- *уплотненный полдник* – салаты, молочно-творожные блюда (запеканки, пудинги), рыбные блюда (рыба запеченная, припущенная, отварная и в виде суфле, шницель рыбный, биточки рыбные), омлеты, овощные блюда, выпечка, напитки (чай сладкий, чай сладкий с лимоном).

Для каждого блюда разработана технологическая карта. Наименования блюд и кулинарных изделий, указанные в примерном 10-дневном меню, соответствуют их наименованиям в технологических картах и сборнике технических нормативов.

Большое значение в приготовлении блюд для детского питания имеет точное соблюдение технологических процессов. Овощи очищают непосредственно перед приготовлением, закладывают только в кипящую воду, нарезав их перед варкой; не допускается предварительное замачивание овощей (п. 14.16.1 – п.14.16.3 СанПиН 2.4.1.3049-13). При приготовлении блюд используются такие методы тепловой обработки, как варка, запекание, припускание, пассирование, тушение, приготовление на пару, не используется жарка. Некоторые блюда имеют особенности приготовления для детей раннего и дошкольного возраста: так, например гуляш из отварного мяса, жаркое по-домашнему, капуста тушеная, плов из птицы для детей раннего возраста готовится без томатного пюре, для детей дошкольного возраста – с использованием томата. Колбасные изделия готовятся только для детей 3-7 лет, в меню детей раннего возраста данное блюдо не включается. Кондитерские изделия (вафли, печенье) в меню детей раннего возраста включаются реже.

Организация питания детей в МБДОУ № 62 должна сочетаться с правильным питанием ребенка в семье. Для обеспечения преемственности питания МБДОУ информируют родителей об ассортименте питания детей, вывешивая ежедневное меню с указанием выхода блюд.

В целях профилактики у детей йододефицита используется йодированная поваренную соль (п. 14.20 СанПиН 2.4.1.3049-13).

В течение дня ребенок должен получать достаточное количество чистой питьевой воды. Санитарно-гигиеническими требованиями допускается использование кипяченой питьевой воды (при условии ее хранения не более 3-х часов).

В МБДОУ «Детский сад № 62» ведется регулярный (ежедневный) контроль за организацией питания детей, выхода готового блюда, выдачи продуктов питания на группы детям в соответствии норм питания, условий хранения продуктов и сроков их реализации, санитарным состоянием пищеблока и мест раздачи пищи на группах.

В детском саду создана благоприятная эмоциональная обстановка во время приема пищи. Дети обеспечены соответствующей посудой, столы и стулья соответствуют ростовым показателям, имеют маркировку в соответствии СанПиН. Выдача пищи производится согласно графику, прием пищи организуется в соответствии с расписанием жизнедеятельности детей. Воспитатели уделяют большее значение воспитанию культуры поведения, формированию и совершенствованию навыков аккуратного приема пищи, поведением за столом, сообщают названия блюд, обращают внимание на

вкусно приготовленную пищу, докармливают детей, осуществляя индивидуальный подход. Дети приучены пользоваться салфетками, благодарят после еды.

Заведующий МБДОУ

«Детский сад №
Маликова Н.Э.

