

ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ воспитанников числе инвалидов и лиц с ОВЗ В ДО

Подписан цифровой подписью:
Кузнецова Ольга Викторовна
DN: O="МДОУ ""Клетковский
детский сад""", CN=Кузнецова
Ольга Викторовна, E=forbigwork
@mail.ru

Одна из **главных задач** детского сада - это обеспечение права каждого ребенка на **охрану его жизни и здоровья**. невозможно обеспечить без рационального питания, необходимым условием их гармоничного роста, физического и психического развития, устойчивости к действиям инфекций и др. неблагоприятных факторов внешней среды. Правильно организованное питание обеспечивает организм всеми необходимыми ему пищевыми веществами(белками, жирами, углеводами, витаминами и минеральными солями). и энергией.

Основным принципом питания дошкольников является *максимальное разнообразие пищевых рационов, которое достигается путем использования достаточного ассортимента продуктов и различных способов кулинарной обработки*. В повседневный рацион включены *основные группы продуктов* - мясо, рыба, молоко, яйца, фрукты, овощи, сахар, хлеб, крупы и др.

Исключение из рациона питания продуктов и блюд, способных оказывать раздражающее действие на слизистую органов пищеварения, а также продуктов, которые могли бы привести к ухудшению здоровья у детей с хроническими заболеваниями (вне стадии обострения) или компенсированными функциональными нарушениями органов желудочно-кишечного тракта (щадящее питание).

Учет индивидуальных особенностей детей (в том числе непереносимость ими отдельных продуктов и блюд).

Обеспечение санитарно-эпидемиологической безопасности питания, включающее соблюдение всех санитарных требований к состоянию пищеблока, поставляемым продуктам питания, их транспортировке, хранению, приготовлению и раздаче блюд.

Для эффективной организации питания, организовано 4-х разовое питание на основе перспективного 10-дневного меню. Меню составляется по технологическим картам, которые позволяют выдержать все необходимые требования по приготовлению детских блюд.

Из мясных и рыбных продуктов готовятся котлеты, биточки, гуляш, которые делаются в отварном и тушеном виде. В качестве гарниров ко вторым блюдам чаще используются овощи (отварные, тушеные, в виде пюре).

Первые блюда представлены различными борщами, супами, как мясными, рыбными, так и вегетарианскими.

Учитывая необходимость использования в питании детей различных овощей, как в свежем, так и в сыром виде, в состав блюда включается салат, преимущественно из свежих овощей. Салаты, как правило, заправляются растительным маслом.

Также в меню предусмотрены блюда из творога.

На завтрак готовятся различные молочные каши, макаронные изделия, яичные омлеты. Из напитков на завтрак дается кофейный напиток с молоком, какао с молоком, на ужин – чай сладкий, чай с молоком, лимоном.

На полдник выдается кисломолочный напиток или сок, выпечка, фрукты.

На второй завтрак детям даются фруктовые соки, кисломолочный напиток, кондитерские изделия.

В ДОО строго соблюдаются все нормы питания, предусмотренные санитарными нормами и правилами.

Ежедневно производится отбор проб со всех блюд.

При организации питания соблюдаются все физиологические и возрастные нормы в суточной потребности основных пищевых веществ.

Контроль за питанием осуществляет заведующий ДОО, бракеражная комиссия.

Контроль качества питания и санитарно-гигиеническое состояние пищеблока осуществляет заведующая детским садом.

Уважаемые родители, пожалуйста, обратите внимание на следующие рекомендации:

Питание ребенка в дошкольном учреждении и в семье должно сочетаться. С этой целью в каждой группе вывешивается меню. Пожалуйста, внимательно, изучайте его, если у вашего ребенка есть хронические заболевания и какие-либо противопоказания к определенным продуктам питания предупредите об этом медицинскую сестру и воспитателей группы.

До отправления ребенка в детский сад не кормите его, т.к. это нарушает режим питания, приводит к снижению аппетита.

Особенности питания ребенка в период адаптации

Переход ребенка от домашнего воспитания к воспитанию в детском коллективе всегда сопровождается определенными психологическими трудностями, часто у детей в это время снижается аппетит, нарушается сон, иногда наблюдаются невротические реакции, снижается общая сопротивляемость к заболеваниям. правильная организация питания в это время имеет большое значение и помогает ребенку скорее адаптироваться в коллективе.

Перед поступлением ребенка в детский сад максимально приблизьте режим питания и состав рациона к условиям детского сада. Приучить его к тем блюдам, которые чаще дают в дошкольном учреждении, особенно, если раньше он их никогда не получал.

Впервые дни нельзя менять стереотип поведения ребенка, в том числе и привычки в питании. Первое время, если ребенок не ел самостоятельно, воспитатели обязательно будут его кормить и докармливать.

Если ребенок отказывается от пищи, ни в коем случае нельзя кормить его насильно. Это усиливает отрицательное отношение к детскому коллективу.

Для профилактики ОРЗ и ОРВИ следует проводить дополнительно витаминизацию рациона питания детей, используя широкий ассортимент имеющихся витаминизированных пищевых продуктов и напитков, а по необходимости (по заключению врача), также поливитаминных препаратов (витаминно-минеральных комплексов).