

Условия питания обучающихся МДОАУ №115

Рациональное питание детей - необходимое условие обеспечения здоровья, устойчивости к действию инфекций и других неблагоприятных факторов, способности к обучению и работоспособности во все возрастные периоды.

В соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» в детском саду для воспитанников (обучающихся) организовано пятиразовое питание, которое осуществляется на основании муниципального контракта на оказание услуг по организации общественного питания с комбинатом питания. Питание сбалансировано и построено на основе примерного 10-дневного меню, с учетом потребностей детского организма в белках, жирах, углеводах и калориях. В рационе круглый год - овощи, фрукты и соки. Разработаны и внедрены технологические карты, позволяющие выдерживать все требования к приготовлению разнообразных детских блюд.

Контроль соблюдения санитарных норм на пищеблоке и в группах, качества питания, разнообразия, выхода блюд, вкусовых качеств пищи, правильного хранения и соблюдения сроков реализации продуктов питания осуществляют комбинат питания и бракеражная комиссия, назначенная приказом заведующего детским садом

В комплексе с другими здоровьесберегающими факторами питание является основой для физического и нервно-психического развития детей, повышения сопротивляемости организма к заболеваниям.

Основными принципами организации рационального питания детей в МДОАУ № 115 является:

- обеспечение поступления всех основных пищевых веществ в количествах, отвечающим физиологическим потребностям детского организма;
- соблюдение определенного режима питания;
- выполнение установленных правил технологии приготовления блюд, обеспечивающих максимальное сохранение пищевой ценности продуктов, а также создание условий для эстетического и культурно-гигиенического развития детей.

При организации детского питания в МДОАУ № 115 большое значение уделяется правильному составлению меню, поскольку важным является правильное распределение различных продуктов в течение суток, а также калорийность питания, что осуществляется при помощи десятидневного меню. Разнообразие пищи достигается как за счет широкого использования набора продуктов, строгого соблюдения правил приготовления пищи и различных способов их кулинарной обработки, позволяющей приготовить из одного продукта широкий ассортимент блюд. С этой целью в МДОАУ № 115 имеется картотека блюд - технологические карты. Большое значение для хорошего усвоения пищи имеют условия, в которых организуется питание. Во всех возрастных группах создана спокойная обстановка, ничто не отвлекает внимание детей во время еды. Сервировка стола, внешний вид блюд, их вкусовые качества вызывают положительные эмоции у детей. На основе

примерного перспективного десятидневное меню комбинат составляет ежедневное меню на неделю вперед, что обеспечивает:

- правильное сочетание блюд в рационе;
- разнообразие в диете, и повышение усвоения отдельных продуктов;
- распределение калорийности питания в течение суток;
- строгое соответствие объема пищи возрасту ребенка, то есть, пища удовлетворяет не только потребностям растущего организма и вызывает чувство насыщения, но и соответствует возрастной емкости желудка.

Объемы разовых порций и суточный объем пищи нормированы для детей каждой возрастной группы в строгом соответствии требованиям СанПиН. Особое внимание уделяется организации режима питания:

- режим является одним из основных условий, обеспечивающих рациональное питание,
- режим строится с учетом 12 - часового пребывания детей в МДОАУ № 115, при организации 5-ти разового питания и дополнительного второго завтрака в виде соков и фруктов;
- график выдачи пищи по группам составлен с таким расчетом, чтобы дети получали не слишком горячую, но и не уже остывшую пищу.
- правильно организованный режим обеспечивает лучшее сохранение аппетита.

