



Условия питания

Питание детей в МБ ДОУ организовано в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами (СанПиН 2.4.1. 3049-13 от 15.05.2013г.)

Питание организовано согласно цикличного 10-дневного меню, достаточно по калорийности, сбалансировано по содержанию пищевых веществ, рационально распределено в течение дня, с соблюдением санитарных правил и норм.

Примерное цикличное 10-дневное меню разработано для детей в возрасте от 1 до 3 и с 3 до 7.

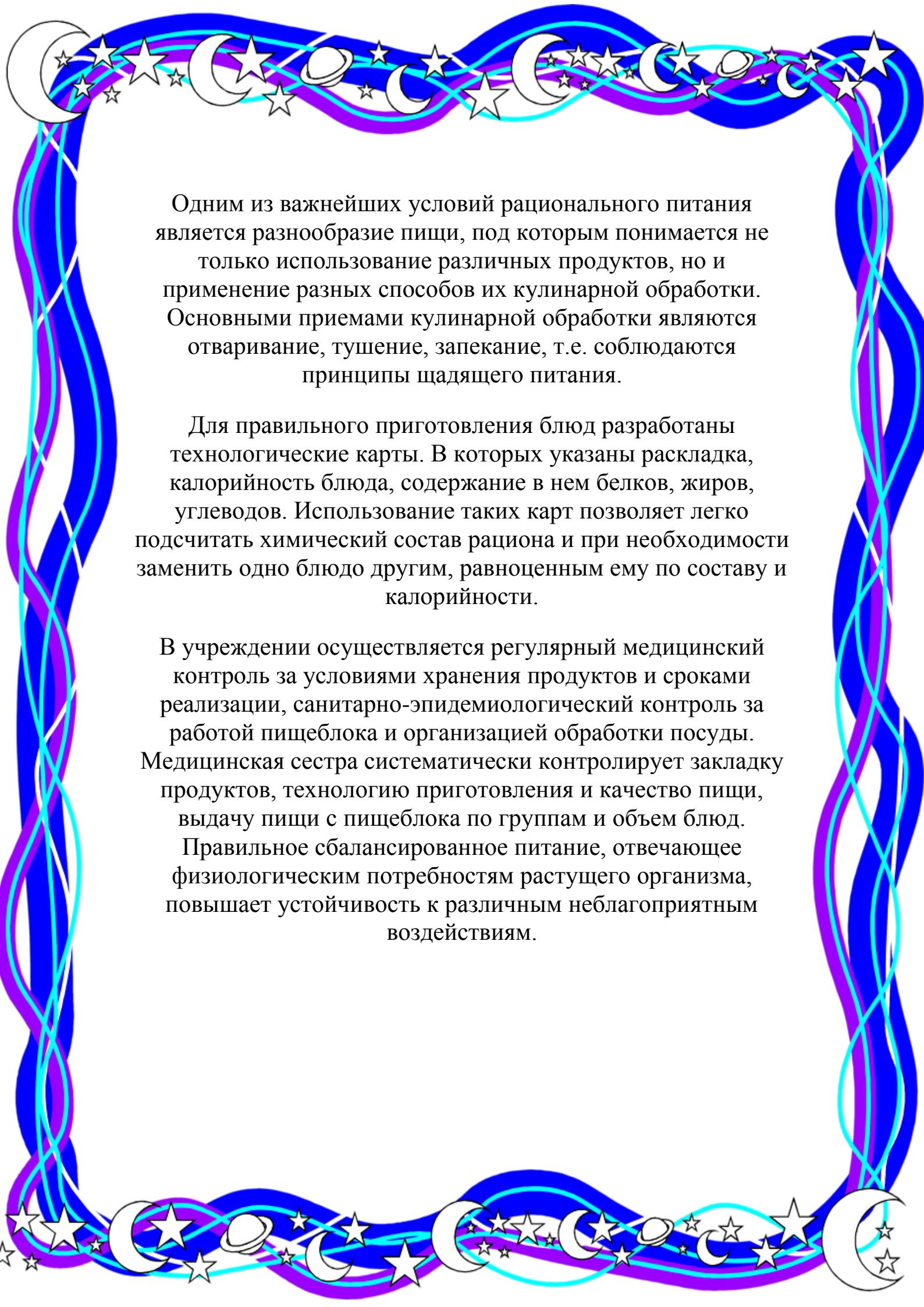
В меню представлены разнообразные блюда, исключены их повторы. В ежедневный рацион питания включены фрукты и овощи. Меню дифференцировано с учетом сезонности.

В МБ ДОУ организовано 4-разовое горячее питание: завтрак, обед, полдник, ужин. Интервал между приемами пищи – не реже 3,5 – 4 часов.

Дополнительно для дошкольников организован второй завтрак, включающий прием пищи, богатой витаминами – соков, фруктов.

Основой рациональной организации питания детей в МБ ДОУ являются «Нормы физиологической потребности в пищевых веществах и энергии», утвержденные СанПиН 2.4.1.3049-13.

Согласно этим нормам все пищевые вещества, входящие в состав рациона, находятся в определенных соотношениях между собой и сбалансированы с потребностями детского организма.



Одним из важнейших условий рационального питания является разнообразие пищи, под которым понимается не только использование различных продуктов, но и применение разных способов их кулинарной обработки. Основными приемами кулинарной обработки являются отваривание, тушение, запекание, т.е. соблюдаются принципы щадящего питания.

Для правильного приготовления блюд разработаны технологические карты. В которых указаны раскладка, калорийность блюда, содержание в нем белков, жиров, углеводов. Использование таких карт позволяет легко подсчитать химический состав рациона и при необходимости заменить одно блюдо другим, равноценным ему по составу и калорийности.

В учреждении осуществляется регулярный медицинский контроль за условиями хранения продуктов и сроками реализации, санитарно-эпидемиологический контроль за работой пищеблока и организацией обработки посуды. Медицинская сестра систематически контролирует закладку продуктов, технологию приготовления и качество пищи, выдачу пищи с пищеблока по группам и объем блюд. Правильное сбалансированное питание, отвечающее физиологическим потребностям растущего организма, повышает устойчивость к различным неблагоприятным воздействиям.