

Для нормального роста и развития ребенка необходимо правильно организованное питание. Растущий и быстро развивающийся организм требует достаточной по количеству и полноценной по качеству пищи. Как недостаточное, так и избыточное одинаково вредно для здоровья ребенка и может привести к расстройству пищеварения, нарушению обмена веществ, снижению сопротивляемости организма, к замедлению не только физического, но и психического развития. В детском саду этому вопросу уделяется огромное внимание. Рациональное питание является одним из основных факторов, определяющих нормальное развитие ребёнка. Оно оказывает самое непосредственное влияние на жизнедеятельность, рост, состояние здоровья.

Мы понимаем, что правильное, сбалансированное питание, отвечающее физиологическим потребностям растущего организма, повышает устойчивость к различным неблагоприятным воздействиям. Поэтому важно соблюдать принципы рационального питания детей.

В своей работе мы руководствуемся следующими принципами.

- Составление полноценного рациона питания.
- Использование разнообразного ассортимента продуктов, гарантирующих достаточное содержание необходимых минеральных веществ и витаминов.
- Строгое соблюдение режима питания, отвечающего физиологическим особенностям детей различных возрастных групп, правильное сочетание его с режимом дня для каждого ребёнка и режимом работы учреждения.
- Соблюдение правил эстетики питания, воспитание необходимых гигиенических навыков в зависимости от возраста и развития детей.
- Правильное сочетание питания в детском саду с питанием в домашних условиях, проведение необходимой санитарно-просветительской работы с родителями, гигиеническое воспитание детей.
- Индивидуальный подход к каждому ребёнку, учёт состояния его здоровья, особенностей развития, периода адаптации, наличие хронических заболеваний.
- Строгое соблюдение технологических требований при приготовлении пищи, обеспечение правильной обработки пищевых продуктов, повседневный контроль функционирования пищеблока, доведение порций до ребёнка, правильной организации питания детей в группах.

Наш детский сад имеет типовой пищеблок, оснащенный необходимым современным оборудованием, все оборудование исправно, находится в рабочем состоянии.

Рекомендуемый перечень оборудования пищеблока.

Наименование производственных помещений	Оборудование
Кладовые	Стеллажи, подтоварники, среднетемпературные и низкотемпературные холодильные шкафы (при необходимости)
Овощной цех (первичной обработки овощей)	Производственные столы (не менее 2-х), картофелеочистительная и овощерезательная машины, моечные ванны, раковины для мытья рук
Овощной цех (вторичной обработки овощей)	Производственные столы (не менее 2-х), моечная ванна, универсальный механический привод или (и) овощерезательная машина, раковина для мытья рук.
Холодный цех	Производственные столы (не менее 2-х), контрольные весы, среднетемпературные холодильные шкафы (в количестве, обеспечивающем возможность соблюдения «товарного соседства» и хранения необходимого объема пищевых продуктов), универсальный механический привод или (и) овощерезательная машина, бактерицидная установка для обеззараживания воздуха, моечная ванна для повторной обработки овощей, не подлежащих термической обработке, зелени и фруктов, раковина для мытья рук.
Мясорыбный цех	Производственные столы (для разделки мяса, рыбы и птицы) – не менее 2-х, контрольные весы, среднетемпературные и, при необходимости, низкотемпературные холодильные шкафы (в количестве, обеспечивающем возможность соблюдения «товарного соседства» и хранения необходимого объема пищевых продуктов), электромясорубка, колода для разуба мяса, моечные ванны, раковины для мытья рук.
Горячий цех	Производственные столы (не менее 2-х): для сырой и готовой продукции), электрические плиты, электрическая сковорода, духовой (жарочный) шкаф, электропривод для готовой продукции, электрочайник, контрольные весы, раковина для мытья рук.
Моечная кухонной посуды	Производственный стол, моечные ванны, стеллаж раковина для мытья рук
Моечная тара	Моечная ванна

В детском саду организовано 3-х разовое сбалансированное питание (завтрак, второй завтрак (йогурт, сок, молоко), обед и полдник, совмещенный с ужином).

При составлении меню старшая медсестра Бурмистрова В.А. руководствуется разработанным и утвержденным 10 дневным меню. Важным условием организации питания является строгое соблюдение санитарно-гигиенических и культурно-гигиенических норм и правил, сервировка стола и конечно хороший эмоциональный настрой. Рациональное питание является одним из основных факторов, определяющих нормальное развитие ребёнка. Оно оказывает самое

непосредственное влияние на жизнедеятельность, рост, состояние здоровья.

В детском саду имеется картотека блюд с разработанными технологическими картами, позволяющими выдерживать все требования к приготовлению разнообразных детских блюд.

Продукты, включенные в рацион питания детей, позволяют удовлетворить физиологические потребности дошкольников в энергии, обеспечивают организм всеми необходимыми веществами (белками, жирами, углеводами, витаминами, минеральными солями), что является необходимым условием гармоничного роста и развития детей дошкольного возраста.

Все нормы по рекомендуемым объемам порций для детей в соответствии с п.2.10. требований к организации питания СанПиН выполнены согласно таблице.

### Выполнение среднесуточных норм питания в ДОО (на 1 ребенка)

Название продуктов	Ясли		Сад	
	В гр.	% %	В гр.	% %
Молоко	390	66,5	450	62,5
Творог	30	113,0	40	98,1
Сметана	9	72,1	11	67,0
Сыр	4,3	63,3	6,4	63,3
Бескостная говядина 1 кат.	55	101,6	60,5	105,3
Птица (куры 1 кат.)	23	90,3	27	93,9
Рыба (филе)	37	91,9	39	108,5
Колбасные изделия	5	-	7	-
Яйца диетические	0,5	85,0	0,6	71,3
Картофель	172	97,5	200	101
Овощи, зелень	256	72,4	325	67,3
Фрукты свежие	108	33,0	114	35,7
Фрукты сухие	9	147,0	11	96,6
Соки фруктовые, овощные	100	41,0	100	40,3
Напитки витаминные	-	-	50	-
Хлеб ржаной	40	78,2	50	122,0
Хлеб пшеничный	70	93,2	100	77,0
Крупы, бобовые	30	103,3	43	106,7
Макароны	8	106,0	12	99,8
Мука пшеничная	25	75,0	29	76,7
Мука картофельная	3	62,3	3	66,6

Масло сливочное	22	82,0	26	98,7
Масло растительное	9	46,0	11	96,3
Кондитерские изделия	7	61,0	20	29,0
Чай	0,5	40,0	0,6	46,6
Какао	0,5	7,0	0,6	7,3
Кофейный напиток	1	8,0	1,2	7,5
Дрожжи	0,4	93,7	0,5	94,0
Сахар	37	109,5	47	103,2
Соль	4	88,1	6	97,9

Выполнение натуральных и денежных норм питания из расчета 75.77 руб. на 1 ребенка раннего возраста и 91.20 руб. на 1 ребенка дошкольного возраста отслеживается ежедневно и в обязательном порядке. Старшей медицинской сестрой при составлении меню учитываются натуральные и денежные нормы для обеспечения качества питания. В течение года за счет бюджетных средств осуществляется витаминизация. В рационе круглый год – овощи, фрукты и соки. Контроль за соблюдением санитарных норм на пищеблоке и в группах, качеством питания, разнообразием и витаминизацией блюд, закладкой продуктов питания, кулинарной обработкой, выходом блюд, вкусовыми качествами пищи, правильностью хранения и соблюдением сроков реализации продуктов питания осуществляет медсестра детского сада. Качество привозимых продуктов и приготовленных блюд контролируется: заведующим детским садом кладовщиком, старшей медсестрой, шеф-поваром.

В правильной организации питания детей большое значение имеет создание благоприятной и эмоциональной и окружающей обстановке в группе. Группы обеспечены соответствующей посудой, удобными столами. Блюда подаются детям не слишком горячими, но и не холодными. Воспитатели приучают детей к чистоте и опрятности при приеме пищи.

В 2013 –2014 учебном году в дошкольном учреждении были организованы:

- производственное совещание по организации питания в ДООУ;
- контроль, который включил в себя: время приема пищи в режиме дня, дежурство детей по столовой, сервировка столов и др. Воспитатели обратили внимание на выявленные проблемы в работе: в течение учебного года были организованы беседы и занятия по повышению культуры поведения детей за столом и др.

Результатом качественной работы по организации питания является выполнение натуральных норм питания, отсутствие зафиксированных случаев отравления и заболевания детей в течение учебного года.