

Горячее питание организовано в соответствии с **СанПиН 2.4.1.3049-13** "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и **организации** режима работы **дошкольных образовательных организаций**". docs.cntd.ru/2.4.1.3049-13

Для воспитанников детского сада, в том числе для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья организовано 4-х разовое питание: завтрак, второй завтрак, обед, полдник (уплотненный).

Для эффективной организации питания, в детском саду имеется примерное 10-ти дневное меню, специально составлена картотека блюд, где указаны раскладка, калорийность блюд, содержание жиров, белков и углеводов.

Основным принципом правильного питания дошкольников должно служить максимальное разнообразие пищевых рационов. Только при включении в повседневные рационы всех основных групп продуктов – мяса, рыбы, молока и молочных продуктов, яиц, пищевых жиров, овощей и фруктов, сахара и кондитерских изделий, хлеба, круп и др. можно обеспечить малышей всеми необходимыми им пищевыми веществами. И, наоборот, исключение из рациона тех или иных из названных групп продуктов, равно как и избыточное потребление каких-либо из них, неизбежно приводит к нарушениям в состоянии здоровья детей.

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

Также в меню предусмотрены блюда из творога (запеканки, крупеники). В качестве третьего блюда – компот из свежих или сухофруктов, кисель из свежих фруктов. Проводится витаминизация аскорбиновой кислотой или витамином С.

На завтрак готовятся различные молочные каши, макаронные изделия, яичные омлеты. Из напитков на завтрак дается кофейный напиток с молоком, какао с молоком, Полдник в детском саду – уплотненный. Здесь имеют место рыбные блюда (котлеты, тефтели, тушеная, запеканки), творог, чай сладкий, чай с молоком, молоко, кисломолочный продукт, выпечка.

В качестве второго завтрака дается фруктовый сок, фрукты.

Контроль качества питания и санитарно-гигиеническое состояние пищеблока осуществляет старшая медицинская сестра детского сада.

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 детского сада;

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 за работой пищеблока, доведение порций до ребёнка, правильной организации питания детей в группах.

Ежедневно в родительских уголках каждой возрастной группы вниманию родителей представлено меню на весь день с указанием его стоимости.