[Организация питания в ДОУ](http://liu2014bel.ucoz.ru/organizacija_pitanija_v_dou.doc)



**Основными принципами организации питания детей в детском саду являются**

* **обеспечение сбалансированного рационального питания воспитанников,**
* **соблюдение определенного режима питания, а также выполнения установленных правил технологии приготовления блюд,**
* **обеспечивающих максимальное сохранение пищевой ценности продуктов.**

**Питание в Учреждении осуществляется в соответствии с примерным 10-дневным меню, разработанным на основе физиологических потребностей в пищевых веществах и возрастных норм необходимых пищевых продуктов детей дошкольного возраста. Включение 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. позволяет обеспечить детей всеми необходимыми им пищевыми веществами.**

**Организованное питание детей в детском саду является одним из факторов, определяющей здоровье детей.**

**Питание  детей организовано  с соблюдением основных  принципов организации рационального питания: выполнение режима питания, калорийность, ежедневное соблюдение норм потребления продуктов для нормального роста и развития ребенка, выполнение правил технологии приготовления пищи, гигиена и культура приема пищи, индивидуальный подход, эмоциональная и эстетическая обстановка во время приема пищи.**

**Организация питания детей в дошкольном учреждении должна сочетаться с правильным питанием ребенка в семье. Для этого родителям (законным представителям) важно стремиться, чтобы питание ребенка дома дополняло рацион, получаемый в детском саду, а в выходные и праздничные дни рацион питания ребенка по набору продуктов и пищевой ценности был максимально приближать к рациону, получаемому им в дошкольном учреждении.**

**Перед поступлением ребенка в детский сад родителям рекомендуем приблизить режим питания и состав рациона к условиям детского коллектива, приучить его к тем блюдам, которые чаще дают в детском учреждении, особенно если дома он их не получал. Утром, до отправления ребенка в детский сад, рекомендуем не кормить его, так как это нарушает режим питания, и приводит к снижению аппетита, в таком случае ребенок плохо завтракает в группе.**

**В МКДОУ разработаны технологические карты приготовления блюд и примерное десятидневное меню (возрастная категория: от 1  до 3 лет; от 3 до 7 лет) на осенне-зимний и весенне-летний периоды.**

**Примерное десятидневное меню содержит  среднесуточный набор продуктов питания, информацию о количественном составе основных пищевых веществ и энергии по каждому блюду (белки, жиры, углеводы, калорийность). На основании утверждённого примерного меню ежедневно составляется меню-требование установленного образца с указанием выхода блюд для детей. В соответствии с требованиями СанПиН в ДОУ организовано четырёхразовое питание:**

* **завтрак;**
* **второй завтрак (сок, свежие фрукты);**
* **обед;**
* **полдник.**

**Ежедневно в меню включены молоко, кисломолочные продукты, сметана, мясо (говядина I категории), картофель, овощи, фрукты, соки, хлеб, крупы, сливочное и растительное масло, сахар, соль. Остальные продукты (творог, рыба, сыр, яйцо и др.) 2-3 раза в неделю. При отсутствии каких-либо продуктов в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания проводится замена на равноценные  по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов (приложение 10 санитарных правил). При отсутствии свежих овощей и фруктов в меню включаются соки, свежезамороженные овощи и фрукты.**

