

## Организация питания в МБДОУ «Детский сад № 56»

В детском саду воспитанники обеспечиваются ежедневным 4-хразовым питанием: завтрак, 2-й завтрак, обед, полдник.

Правильная организация питания детей с учетом возрастных потребностей и индивидуальных особенностей определяет развитие здорового ребенка.

Основным принципом правильного питания дошкольников служит максимальное разнообразие пищевого рациона. 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.

Для эффективной организации питания, в нашем детском саду утверждено 10-ти дневное меню и технологические карты, где указаны раскладка, калорийность блюд, содержание жиров, белков и углеводов.

На завтрак в 10-ти дневном меню: молочные каши, макаронные изделия, яичные омлеты. Из напитков на завтрак - кофейный напиток с молоком, какао с молоком, чай с молоком.

На второй завтрак: сок или фрукты.

Обед: супы готовятся на мясном или курином бульоне (щи, борщ, вермишелевый, гороховый и др.).

*Из мясных, куриных и рыбных продуктов*: котлеты, биточки, тефтели, гуляш.

*В качестве гарниров* ко вторым блюдам: овощи (отварные, тушеные, в виде пюре, запеканки).

Учитывая необходимость использования в питании детей различных овощей в 10-дневное меню включены овощные салаты, заправленные растительным маслом.

*На третье блюдо* - компот из свежих фруктов или сухофруктов, кисель.

На полдник: блюда из творога (творожная запеканка, сырники, ватрушка), омлет; молоко, чай с молоком, выпечка, фрукты.

Контроль за качеством питания и санитарно-гигиеническим состоянием пищеблока осуществляет специально созданная комиссия, утвержденная приказом заведующего на календарный год.

В учреждении проводится круглогодичная искусственная «С» - витаминизация готовых блюд путем добавления в компот из сухофруктов аскорбиновой кислоты.

Постоянный контроль за:

- разнообразие, сбалансированность меню;
- сервировка стола, правильное пользование столовыми приборами;
- формирование культурно-гигиенических навыков у детей во время приема пищи.