В ДОУ выполняются принципы рационального здорового питания детей: регулярность, полноценность, разнообразие путем соблюдения режима питания, норм потребления продуктов, гигиены питания и индивидуального подхода к детям во время приема пищи.

**В детском саду разработано 20-ти дневное меню,**которое включает в  себя диетические блюда (запеканки, каши, котлеты, супы и т.д.)

**На завтрак** – каши.

**На второй завтрак**– сок, фрукты.

**Обед** - является основным приёмом пищи в детском саду.

**Первые  блюда** - это борщ, рассольник, щи, овощной, гороховый супы.

**На второе** – мясные, рыбные блюда (котлеты, биточки, гуляш, тефтели, рыба).

**На гарнир** - крупы, рожки, пюре, овощи.

**На третье** - компоты, кисели,

**Кисломолочные продукты:**ряженка.

 Широко используются в ежедневном меню продукты, содержащие микроэлементы, витамины, растительную клетчатку, способствующие функционированию процессов пищеварения и стимуляции аппетита детей.

 Учреждение организует питание детей в соответствии с санитарными нормами и правилами  СанПиН 2.4.1.3049-13.

        В ДОУ осуществляется трёхразовое питание детей.

Один раз в десять дней медсестра контролирует  выполнение среднесуточной нормы выдачи продуктов на одного ребенка и при необходимости проводит коррекцию питания в следующей декаде. Подсчет основных пищевых ингредиентов по итогам накопительной ведомости проводится один раз в месяц, подсчитывается калорийность (количество белков, жиров, углеводов, витаминов). В весенне-зимний период проводится витаминизация пищи препаратами «Аскорбиновая кислота».

В  ДОУ заключены договора на поставку продуктов питания. К любому  поставляемому  продукту прилагаются  обязательные документы: накладная, сертификат качества и ветеринарная справка (мясо). Прием  продуктов питания осуществляет завхоз и медсестра.

Дети, посещающие ДОУ, обеспечены 3-х разовым сбалансированным питанием, необходимым для нормального роста и развития ребенка.

В ДОУ при составлении ежедневного меню используется примерное цикличное меню:

- сезон лето-осень;

- сезон зима-весна

 Пищеблок оборудован необходимым технологическим и холодильным оборудованием. Технологическое оборудование, инвентарь, посуда, тара изготовлены из материалов, разрешенных для контакта с пищевыми продуктами.

Весь кухонный инвентарь и кухонная посуда имеет маркировку для сырых и готовых пищевых продуктов.

При работе технологического оборудования исключена возможность контакта пищевого сырья и готовых к употреблению продуктов.

 Производственное оборудование, разделочный инвентарь и посуда соответствуют следующим требованиям:

столы, предназначенные для обработки пищевых продуктов, цельнометаллические;

для разделки сырых и готовых продуктов имеются отдельные разделочные столы, ножи и доски из деревьев твердых пород без щелей и зазоров, гладко выструганные.

Посуда, используемая для приготовления и хранения пищи, безопасна для здоровья детей;

 компоты и кисели готовят в посуде из нержавеющей стали.

Для кипячения молока выделена отдельная посуда;

количество одновременно используемой столовой посуды и приборов соответствует списочному составу детей в группе.

Для персонала имеется отдельная столовая посуда.

Кухонная посуда, столы, оборудование, инвентарь промаркированы и используются по назначению.

 Пищеблок оборудован системами приточно-вытяжной вентиляции с механическим и естественным побуждением в зоне горячего цеха.

Моечные (производственные) ванны на пищеблоке, изготовленные из нержавеющей стали, обеспечены подводкой холодной и горячей воды через смесители.

 Для ополаскивания посуды (в том числе столовой) используются гибкие шланги с душевой насадкой.

Столовая и чайная посуда выделена для каждой группы.

Она изготовлена из фарфора (тарелки, блюдца, чашки), а столовые приборы (ложки, вилки, ножи) – из нержавеющей стали.

Посуду с отбитыми краями, трещинами, сколами, деформированную, с поврежденной эмалью, пластмассовую и столовые приборы из алюминия не допускается к использованию.

 Для персонала выделена и промаркирована отдельная посуда.

В помещениях пищеблока ежедневно проводят уборку: мытье полов, удаление пыли и паутины, протирание радиаторов, подоконников; еженедельно с применением моющих средств проводят мытье стен, осветительной арматуры, очистку стекол от пыли и копоти и т.п.

Один раз в неделю проводится генеральная уборка с последующей дезинфекцией всех помещений, оборудования и инвентаря.

 Для сервировки стола и привития культурно-гигиенических навыков имеются: салфетницы, салфетки, ножи, блюдца, чайные, столовые, десертные ложки.

Медицинское обслуживание в Учреждении обеспечивается внештатным медицинским персоналом, который наряду с администрацией и педагогическим персоналом Учреждения несет ответственность за здоровье и физическое развитие детей, проведение лечебно-профилактических мероприятий, соблюдение санитарно-гигиенических норм, режима и обеспечения качества питания детей.

Для работы медицинского персонала Учреждение предоставляет помещение и создает соответствующие условия, осуществляет контроль его работы в целях охраны и укрепления здоровья детей и работников Учреждения.

*Питание – один из важных факторов, обеспечивающих нормальное течение процессов роста, физического и нервно-психического развития ребенка. Ухудшение качества питания приводит к снижению уровня защитно-приспособительных механизмов детского организма и возможному увеличению аллергических реакций, способствует росту болезней органов пищеварения. Поэтому именно качеству питания в нашем детском саду уделяется повышенное внимание.*

*Основными принципами организации питания в нашем учреждении являются:*

* *Соответствие энергетической ценности рациона энергозатратам ребенка;*
* *Сбалансированность в рационе всех заменимых и незаменимых веществ;*
* *Максимальное разнообразие продуктов и блюд, обеспечивающих сбалансированность рациона;*
* *Правильная технологическая и кулинарная обработка продуктов, направленная на сохранность их исходной пищевой ценности, а также высокие вкусовые качества блюд;*
* *Оптимальный режим питания, обстановка, формирующая у детей навыки культуры приема пищи;*
* *Соблюдение гигиенических требований к питанию (безопасность питания).*

*При разработке меню учитываются группы общеразвивающей  и оздоровительной направленности. Различен объем порций для младших и старших детей.  Рацион разнообразен как за счет расширения ассортимента продуктов, так и за счет разнообразия блюд, готовящихся из одного продукта.*

*Ежедневно дети получают необходимое количество белков, жиров и углеводов, витаминизированные продукты. В рационе присутствуют свежие фрукты, овощи, соки, кисломолочные продукты.*

*В детском саду имеется вся необходимая документация по питанию, которая ведется по форме и заполняется своевременно. Технология приготовления блюд строго соблюдается.*

*Питание рациональное, 3-x разовое.*

*·         Завтрак*

*·     Сок или фрукты*

*·         Обед*

*·         Ужин*

*Бракеражная комиссия осуществляет ежедневный контроль качества пищи. Дети обеспечены соответствующей посудой, для приёма пищи. Выдача пищи проходит согласно графику, с учётом тёплого и холодного времени года. Для родителей (законных представителей) ежедневно в группах детского сада вывешивается меню, утверждённое заведующей МБДОУ.*

**

*В процессе организации питания решаются задачи гигиены и правил питания:*

*- перед принятием пищи тщательно мыть руки, если необходимо- лицо;*

*- пользоваться столовыми приборами в зависимости от возраста детей;*

*- класть пищу в рот небольшими кусочками и тщательно ее пережевывать;*

*- аккуратно есть и соблюдать правильную осанку за столом;*

*- рот и руки вытирать бумажной салфеткой.*

своей работе мы руководствуемся Федеральными законами и СанПиНом 2.4.1.3049 – 13, регламентирующими организацию питания в дошкольных учреждениях, определяющими требования к качеству и безопасности продуктов питания, а также контроль соблюдения их химического состава и калорийности.

В ДОУ организовано 3-х разовое сбалансированное питание детей в группах с 10,5 часовым пребыванием. Внедрена автоматизированная программа «Парус», модуль  и учет продуктов питания.

При составлении меню и расчета калорийности соблюдается оптимальное соотношение пищевых веществ (белков, жиров, углеводов) 1 : 1 : 4. Натуральные нормы питания в ДОУ в расчете на одного воспитанника выдерживаются.

Поставка продуктов питания в детский сад осуществляется несколькими поставщиками, с которыми заключены договоры. Продукты поставляются строго по заявке учреждения специализированным транспортом, имеющим санитарный паспорт. Сопроводительные документы подтверждают качество и безопасность каждого продукта на пищеблоке. Брокераж готовой продукции с оценкой вкусовых качеств проводится регулярно.

Закладка продуктов для приготовления еды осуществляется в присутствии медицинской сестры.

Приготовление пищи проводится по технологическим картам, которые приложены к примерному 20-дневному меню.

Приготовление еды на пищеблоке соответствует санитарно-гигиеническим требованиям и нормам.

Регулярно осуществляются лабораторные исследования питьевой воды: на кухне стоит промышленный фильтр очистки воды. Ежедневно на пищеблоке проводится контроль за соблюдением сроков реализации продуктов питания, а также их хранением. Контроль осуществляет заведующий ДОУ и медицинская сестра.

Ежедневно поварами оставляются пробы всех приготовленных блюд для проверки их качества. Согласно СанПину, пробы хранятся в холодильнике в течение 48 часов.

**Рациональное питание ребёнка**

Правильно организованное рациональное питание, обеспечивающее организм всеми необходимыми ему пищевыми веществами (белками, жирами, углеводами, витаминами и минеральными солями), является необходимым условием гармоничного роста, физического и нервно-психического развития ребенка.

Основным принципом питания дошкольников является максимальное разнообразие их 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 детей всеми необходимыми им пищевыми веществами.

**Советы врача**

Питание ребёнка в дошкольном учреждении и в семье должно сочетаться. С этой  целью в детском саду в холле ежедневно вывешивается меню. Пожалуйста, внимательно изучайте его: это поможет скорректировать домашнее питание, чтобы ребёнок получал все необходимые продукты.

Если у Вашего ребёнка есть хронические заболевания или какие-либо противопоказания к определённым продуктам питания, предупредите об этом медицинскую  сестру и воспитателей группы.

Утром, до отправления ребёнка в детский сад, не кормите его, так как это нарушает режим питания, приводит к снижению аппетита, в таком случае ребёнок плохо завтракает в группе. Однако, если Вы приводите ребёнка в детский сад очень рано, за 1 – 2 часа до завтрака, то ему можно дать дома сок и (или) какие-либо фрукты.