



ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ, В ТОМ ЧИСЛЕ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Рациональное питание детей — необходимое условие обеспечения здоровья, устойчивости к действию инфекций и других неблагоприятных факторов, способности к обучению и работоспособности во все возрастные периоды.

В связи с этим организация рационов питания во время пребывания детей в ДОО является одним из важных факторов профилактики заболеваний и поддержания здоровья воспитанников, а обеспечение полноценного и безопасного питания дошкольников является приоритетным направлением в осуществление государственного санитарно-эпидемиологического надзора.

Согласно постановлению Главного государственного санитарного врача Российской Федерации № 26 от 15.05.2013 с 01 августа 2013 года введены в действие санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (далее — санитарные правила) СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях», направленные на охрану здоровья детей при осуществлении деятельности по их воспитанию, обучению, развитию и оздоровлению в дошкольных организациях независимо от их вида, организационно-правовых форм и форм собственности.

При подготовке меню учитываются очень важные условия — максимальное разнообразие блюд с обязательным введением в него всех групп продуктов, включая мясные, рыбные, молочные продукты, свежие фрукты и овощи в натуральном виде, в виде салатов и др., а также исключение частой повторяемости блюд в течение срока действия меню. Питание должно удовлетворять физиологические потребности детей в основных пищевых веществах и энергии. Нормативы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастных групп:

- от 1 до 2 лет
Энергия — 1200 ккал; Белок — 36 г, в т.ч. животный 70 %; Жиры — 40 г; Углеводы — 174 г.
- от 2 до 3 лет
Энергия — 1400 ккал; Белок — 42 г, в т.ч. животный 70 %; Жиры — 47 г; Углеводы — 203 г.
- от 3 до 7 лет
Энергия — 1800 ккал; Белок — 64 г, в т.ч. животный 65 %; Жиры — 60 г; Углеводы — 261 г.

УСЛОВИЯ ПИТАНИЯ ВОСПИТАННИКОВ

Основным принципом питания дошкольников является максимальное разнообразие пищевых рационов, которое достигается путем использования достаточного ассортимента продуктов и различных способов кулинарной обработки. В повседневный рацион включены основные группы продуктов - мясо, рыба, молоко, яйца, фрукты, овощи, сахар, хлеб, крупы и др.

- Исключение из рациона питания продуктов и блюд, способных оказывать раздражающее действие на слизистую органов пищеварения, а также продуктов, которые могли бы привести к ухудшению здоровья у детей с хроническими заболеваниями вне стадии обострения) или компенсированными функциональными нарушениями органов желудочно-кишечного тракта (щадящее питание).
- Учет индивидуальных особенностей детей (в том числе непереносимость ими отдельных продуктов и блюд).
- Обеспечение санитарно-эпидемиологической безопасности питания, включающее соблюдение всех санитарных требований к состоянию пищеблока, поставляемым продуктам питания, их транспортировке, хранению, приготовлению и раздаче блюд.

При составлении рациона ребенка учитывается его возраст и физиологическая потребность в основных пищевых веществах и энергии. В детском саду организовано четырехразовое питание в соответствии с примерным двухнедельным меню, утвержденным заведующим детским садом. Дополнительно дети получают второй завтрак (соки или свежие фрукты).

Питание удовлетворяет физиологические потребности детей в основных пищевых веществах и энергии. Производство готовых блюд осуществляется в соответствии с технологическими картами, в которых отражена рецептура и технология приготовления.

При приготовлении блюд соблюдаются щадящие технологии:

- варка;
- запекание;
- припускание;
- пассерование;
- тушение;
- приготовление на пару.

При приготовлении блюд жарка не применяется.

Прием пищевых продуктов и продовольственного сырья в детский сад осуществляется строго при наличии документов, подтверждающих их качество и безопасность.

Выдача пищи на группы осуществляется строго по графику утвержденному заведующим ДОУ на основании СанПиН.

Работа по организации питания обучающихся, в том числе детей-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, осуществляется под руководством воспитателей, младших воспитателей и заключается:

- в создании безопасных условий при подготовке и во время приема пищи;
- в формировании культурно-гигиенических навыков во время приема пищи детьми.

Перед раздачей пищи детям младший воспитатель обязан:

- промыть столы горячей водой с мылом;
- тщательно вымыть руки;
- надеть специальную одежду для получения и раздачи пищи;
- сервировать столы в соответствии с приемом пищи.

Во время раздачи пищи категорически запрещается нахождение детей в обеденной зоне. Воспитатель в группах докармливает детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, у которых не сформирован навык самостоятельного приема пищи. Подача блюд и прием пищи в обед осуществляется в следующем порядке:

- во время сервировки столов на столы ставятся хлебные тарелки с хлебом;
- разливают III блюдо;
- подается первое блюдо;
- по мере употребления первого блюда подается второе блюдо;
- прием пищи заканчивается приемом третьего блюда.

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ, ПОЖАЛУЙСТА, ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ НА СЛЕДУЮЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Питание ребенка в дошкольном учреждении и в семье должно сочетаться. С этой целью в каждой группе вывешивается меню. Пожалуйста, внимательно изучайте его, если у вашего ребенка есть хронические заболевания и какие-либо противопоказания к определенным продуктам питания предупредите об этом медицинскую сестру и воспитателей группы. Диетическое питание организуется на основании справки от врача-педиатра.

До отправления ребенка в детский сад не кормите его, т.к. это нарушает режим питания, приводит к снижению аппетита. Если Вы приводите ребенка с 7.00-7.30, то дома можно дать сок и (или) какие – либо фрукты.

ОСОБЕННОСТИ ПИТАНИЯ РЕБЕНКА В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ

Переход ребенка от домашнего воспитания к воспитанию в детском коллективе всегда сопровождается определенными психологическими трудностями, часто у детей в это время снижается аппетит, нарушается сон, иногда наблюдаются невротические реакции, снижается общая сопротивляемость к заболеваниям, правильная организация питания в это время имеет большое значение и помогает ребенку скорее адаптироваться в коллективе.

Перед поступлением ребенка в детский сад максимально приблизьте режим питания и состав рациона к условиям детского сада. Приучить его к тем блюдам, которые чаще дают в дошкольном учреждении, особенно, если раньше он их никогда не получал.

В первые дни нельзя менять стереотип поведения ребенка, в том числе и привычки в питании. Первое время, если ребенок не ел самостоятельно, воспитатели обязательно будут его кормить и докармливать.

Если ребенок отказывается от пищи ни в коем случае нельзя кормить его насильно. Это усиливает отрицательное отношение к детскому коллективу.

Для профилактики ОРЗ и ОРВИ следует проводить дополнительно витаминизацию рациона питания детей, используя широкий ассортимент имеющихся витаминизированных пищевых продуктов и напитков, а по необходимости (по заключению врача), также поливитаминных препаратов (витаминно-минеральных комплексов).

Родители систематически информируются по вопросам питания на родительских собраниях. В родительских уголках вывешивается ежедневное меню для детей.