**Организация питания**

Здоровье детей невозможно обеспечить без рационального питания, которое является необходимым условием их гармоничного роста, физического и нервно-психического развития, устойчивости к действию инфекций и других неблагоприятных факторов внешней среды. Кроме того, правильно организованное питание формирует у детей культурно-гигиенические навыки, полезные привычки, так называемое рациональное пищевое поведение, закладывает основы культуры питания.

Соблюдение правильного питания важно во все возрастные периоды, однако в дошкольном возрасте роль питания особенно велика. Это обусловлено рядом причин. Детский организм отличается бурным ростом и развитием: происходит формирование и становление структуры многих органов и систем, совершенствуются их функции, интенсивно идет созревание головного мозга и развитие высшей нервной деятельности.

**Основным принципом питания дошкольников** должно служить 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.

В МБДОУ «Детский сад №23 «Улыбка» соблюдаются принципы рационального, сбалансированного питания детей раннего и дошкольного возраста. Питание осуществляется в соответствии с Перспективным 10-дневным планом-меню, разработанным на основе физиологических потребностей в пищевых веществах и норм питания детей дошкольного возраста, согласованным и утвержденным Роспотребнадзором, на основании которого составляется рабочее ежедневное меню.

Объем пищи и выход блюд соответствуют возрасту детей. В рационе присутствуют свежие фрукты, овощи, соки, кисломолочные продукты. Основанием для приготовления блюд являются оформленные **технологические карты** (на основании действующих сборников технологических нормативов).

Дети в детском саду обеспечены **5-разовым сбалансированным питанием** в соответствии с режимом дня. Режим питания детей с 12-ти часовым пребыванием включает: завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин.

Круглогодично проводится искусственная **С-витаминизация** готовых блюд. **Для профилактики йододефицита** в питании используется йодированная соль.

Питание в детском саду организовано в групповых комнатах. Производственный процесс по приготовлению блюд выполняют квалифицированные повара. Весь цикл приготовления блюд осуществляется на пищеблоке. Помещение пищеблока размещается на первом этаже, имеет отдельный выход и полностью оснащено оборудованием в соответствии с нормативными требованиями.

**Контроль за организацией питания в ДОУ**

Организация питания в МБДОУ «Детский сад №23 «Улыбка» осуществляется **на основании документов**:

[Федеральный закон РФ от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"](http://docs.cntd.ru/document/902389617) <https://docs.cntd.ru/document/902389617>

[Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020 № 32 "Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"](http://docs.cntd.ru/document/566276706) <https://docs.cntd.ru/document/566276706>

[Приказ Минздравсоцразвития РФ и Минобрнауки РФ от 11.03.2012 № 213н/178 "Об утверждении методических рекомендаций по организации питания обучающихся и воспитанников образовательных учреждений"](http://docs.cntd.ru/document/902343508) <https://docs.cntd.ru/document/902343508>

[Методические рекомендации 2.4.5.0107-15 "Организация питания детей дошкольного и школьного возраста в организованных коллективах"](http://docs.cntd.ru/document/1200134269) <https://docs.cntd.ru/document/1200134269>

Прием пищевых продуктов и продовольственного сырья в детский сад осуществляется при наличии документов, подтверждающих их качество и безопасность. Продукция поступает в таре производителя (поставщика). Документация, удостоверяющая качество и безопасность продукции, маркировочные ярлыки (или их копии) хранятся до окончания реализации продукции. Входной контроль поступающих продуктов осуществляется завхозом. Результаты контроля регистрируются в журнале бракеража скоропортящихся пищевых продуктов, поступающих на пищеблок, который хранится в течение года. Не допускаются к приему пищевые продукты с признаками недоброкачественности, а также продукты без сопроводительных документов, подтверждающих их качество и безопасность, не имеющие маркировки.

Готовая пища выдается только после снятия пробы и соответствующей записи в журнале результатов оценки готовых блюд. **Организация питания постоянно находится под контролем администрации**. Контроль качества питания и санитарно-гигиеническое состояние пищеблока осуществляет заведующий, врач, повар детского сада. Учреждение постоянно проходит проверки Роспотребнадзора. Результативность работы ДОУ в течении времени функционирования детского сада признается удовлетворительной.

**Медицинский контроль за питанием**в МБДОУ включает:

* контроль за качеством поступающих продуктов;
* контроль за условиями хранения продуктов и соблюдением сроков реализации;
* контроль за технологией приготовления пищи и качеством готовых блюд (бракеражная комиссия);
* санитарно-эпидемический контроль за работой пищеблока и организацией обработки посуды, кухонного инвентаря;
* контроль за соблюдением правил личной гигиены сотрудников и их здоровья.

В детском саду имеется вся **необходимая документация по питанию**, которая ведется по форме и заполняется своевременно.

**Рекомендации для родителей**

Важным фактором, лежащим в основе здоровья и нормального развития детей любого возраста, является полноценное в количественном и качественном отношении питание.

С позиции современной науки о питании необходимо **соблюдение следующих условий**:

1. Ребенок должен получать достаточное количество питательных веществ, которые обеспечат его потребности в энергии и основных компонентах (белки, жиры, углеводы, минералы, микроэлементы, витамины).
2. Пища должна быть разнообразной, сбалансированной и содержать необходимое соотношение компонентов питания.
3. Питание должно опережающе сопровождать все процессы роста и развития организма ребенка, т.е. ребенок не должен испытывать нехватку пищи и питательных веществ.

Большинство дошкольников посещают детский сад, где получают в день необходимое по возрасту питание. Домашний рацион питания такого "организованного" ребенка должен дополнять, а не заменять рацион детского сада. С этой целью в каждой группе вывешивается ежедневное меню, чтобы родители могли с ним ознакомиться.

Качественная пища и правильная организация питания, т.е. культура еды, оказывают непосредственное влияние на жизнедеятельность, рост и развитие детского организма. Правильное отношение к еде, как и ЗОЖ, начинается с детства. Все это зависит от взрослых, которые окружают малыша.

**Обратная связь**

Уважаемые родители! Здесь вы можете задать любые интересующие вас вопросы, касающиеся организации питания. Заполните форму и получите компетентный ответ руководителя МБДОУ. Мы обязательно постараемся ответить на все ваши вопросы.