

# **Организация питания**

Рациональное питание является одним из основных факторов, определяющих нормальное развитие ребёнка. Оно оказывает самое непосредственное влияние на жизнедеятельность, рост, состояние здоровья. Мы понимаем, что правильное, сбалансированное питание, отвечающее физиологическим потребностям растущего организма, повышает устойчивость к различным неблагоприятным воздействиям. Поэтому важно соблюдать принципы рационального питания детей.

Мы работаем по примерному 10-дневному перспективному меню, разработанному в соответствии с СанПиН 2.4.1.3049-13 (ПОСТАНОВЛЕНИЕ от 15.05.2013 г. №26 Главного государственного санитарного врача РФ) для всех групп детского сада. Меню согласовано с Главным государственным санитарным врачом по Ленинградской области в Гатчинском районе.

***В детском саду осуществляется 4-х разовое полноценное питание:*** завтрак, обед, полдник, ужин. В своей работе мы руководствуемся следующими принципами:

- Составление полноценного рациона питания.
- Использование разнообразного ассортимента продуктов, гарантирующих достаточное содержание необходимых минеральных веществ и витаминов.
- Строгое соблюдение режима питания, отвечающего физиологическим особенностям детей дошкольного возраста, правильное сочетание его с режимом дня для каждого ребёнка и режимом работы учреждения.
- Соблюдение правил эстетики питания, воспитание необходимых гигиенических навыков в зависимости от возраста и развития детей.
- Правильное сочетание питания в детском саду с питанием в домашних условиях, проведение необходимой санитарно-просветительской работы с родителями, гигиеническое воспитание детей.
- Индивидуальный подход к каждому ребёнку, учёт состояния его здоровья, особенностей развития, периода адаптации, наличие хронических заболеваний.
- Строгое соблюдение технологических требований при приготовлении пищи, обеспечение правильной обработки пищевых продуктов, повседневный контроль за работой пищеблока, доведение порций до ребёнка, правильной организации питания детей в группах.