

Питание детей дошкольного возраста



Цель:

Создание условий для формирования представлений о полезной еде и правилах правильного питания у всех участников образовательной деятельности.

Задачи:

- формировать представления детей о правильном питании и пользе натуральных продуктов для них.
- обогащать знание детей и родителей о пользе витаминов и их влиянии на организм человека
- воспитывать осознанное отношение к выполнению правил здорового питания;
- распространять имеющийся опыт среди коллег;
- формировать готовность родителей к сотрудничеству с педагогами.

- **Завтрак** состоит из горячего блюда (каша, запеканка, творожные и яичные блюда и др.), бутерброда и горячего напитка.
- Обед включает закуску (салат или порционные овощи), первое блюдо (суп), второе (гарнир и блюдо из мяса, рыбы или птицы), напиток (компот или кисель).
- Уплотнённый полдник включает напиток (молоко, кисломолочные напитки, соки, чай) с булочными или кондитерскими изделиями без крема, рыбные, мясные, овощные и творожные блюда, винегреты.

Организация питания осуществляется на основе принципов "щадящего питания".

При приготовлении блюд должны соблюдаться щадящие технологии: варка, запекание, припускание, пассерование, тушение, приготовление на пару, приготовление в пароконвектомате. При приготовлении блюд не применяется жарка.

СанПиН 2.4.1.3049-13 статья 14 пункт 1010

Режим питания детей

СанПин 2.4.1.3049-13

12 часовое
пребывание

8.10 – 8.30 завтрак

10.00 – 11.00 второй завтрак

11.30 – 13.00 обед

16.00 – 16.30 уплотненный
полдник с включением блюд
ужина



Мероприятия по совершенствованию организации питания в ДОУ



Мероприятия по совершенствованию организации питания с родителями





**СПАСИБО
ЗА
ВНИМАНИЕ**