ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ В

МБДОУ ЦРР – д/с  № 56 г. Ставрополя.

Рациональное питание детей дошкольного возраста – необходимое условие их гармоничного роста, физического и нервно-психического развития, устойчивости к действию инфекций и других неблагоприятных факторов внешней среды.

Ребенок находящийся 12 часов в нашем учреждении получает питание, обеспечивающее 75-80% суточного рациона. При этом завтрак составляет 25% суточной калорийности, обед – 35-40 %, полдник – 15- 20 %. В МБДОУ ЦРР - д/с №56 рационально составленное меню представляет собой такой подбор блюд суточного рациона, который удовлетворяет потребность детей в основных пищевых веществах. Учреждение имеет 10-дневное меню, разработанную картотеку блюд, где указаны раскладка, калорийность блюда, содержание белков, жиров, углеводов. Цеха пищеблока оснащены современным технологическим оборудованием: пароконвектоматами, водонагревательным котлом, тестомесом, овощерезкой, протирочной машиной, мясорубкой, картофелечисткой. Кроме того имеется современное холодильное оборудование, предназначенное для разных групп продуктов. Все разделочные столы, пищеварочные котлы, кастрюли – выполнены из высококачественной нержавеющей стали.

Здоровое питание – одно из самых основных составляющих здоровья дошкольников. Именно приготовление пищи на пароконвектоматах в корне изменило процесс работы поваров, теперь мы можем быть уверены в безопасности приготовления мясных, рыбных блюд. При приготовлении блюд для дошкольников продукты в основном варят, припускают, тушат или отваривают. В традиционном процессе готовки – продукты теряют свои полезные свойства, но на паровом режиме приготовления продукты сохраняют больше питательных веществ и витаминов. Для правильной организации питания детей необходимо заботиться о соблюдении преемственности в питании детей в дошкольном учреждении и дома. С этой целью мы информируем родителей об ассортименте питания ребенка, вывешивая ежедневное меню.