**Организация питания в детском саду**

Одна из главных задач детского сада - это обеспечение конституционного права каждого ребенка на охрану его жизни и здоровья. Здоровье детей невозможно обеспечить без рационального питания, которое является необходимым условием их гармоничного роста, физического и нервно-психического развития, устойчивости к действиям инфекций и др. неблагоприятных факторов внешней среды. Правильно организованное питание обеспечивает организм всеми необходимыми ему пищевыми веществами( белками, жирами, углеводами, витаминами и минеральными солями). и энергией.

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 привезти к ухудшению здоровья у детей с хроническими заболеваниями9 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.

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.

 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.

Питание в детском саду различается в зависимости от сезона и подразделяется на периоды зимы-весны и лета-осени. Меню для детей разрабатывается заранее, с учетом суточной нормы продуктов в рационе питания, объема порций и сведений о химическом составе продуктов.

Только ориентируясь на соотношение в блюдах белков, жиров и углеводов, можно обеспечить правильное питание в детском саду, при котором клетки получают необходимый строительный материал для роста.

Так как нормы калорийности питания детей зависят от их возраста, то и меню в детском саду составляется с учетом суточной потребности.

Питание в детском саду организовано в соответствии с Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.1.3049-13

"Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций"  
(утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ  
от 15 мая 2013 г. N 26)

Питание В МДОУ «Детский сад комбинированнго вида №242» Ленинского района г.Саратова организовано по 10-дневному меню.

Повара готовят из продуктов, которые поставляют следующие поставщики:

1. ООО «Торгмаркет»
2. ООО «Меркурий\_Н»
3. ИП Одайкина А.В.
4. ООО «Спутник»

Ответственными за организацию питания является врач-педиатр Немальцева Л.Е., старшая медсестра Мартынова И.В., повара Пронина В.А., Осянина О.В., Крылова О.В., Филиппова О.В.