

Здоровое питание летом

«Наша задача – качественно и питательно кормить детей. И даже в условиях нынешней продовольственной инфляции меню должно сохранить и калорийность, и необходимые витамины, чтобы оно соответствовало требованиям здорового питания»

Л. И. Черкесов

Одним из условий, гарантирующих охрану и укрепление здоровья детей в детском саду, является организация качественного питания. Основой организации питания детей в ДООУ служат среднесуточные наборы продуктов, рекомендованные санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях. СанПиН 2.4.1.2660-10», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 22.07.2010 № 91, а также составленное на их базе примерное 10-ти дневное меню. Для детей с 12-ти часовым пребыванием организовано 4-х разовое питание: завтрак, второй завтрак, обед, полдник.

В летний период времени важную роль в укреплении здоровья дошкольников играет соблюдение питьевого режима в течение дня. В МБДОУ «Детский сад №14» г. Чебоксары проделана большая работа в деле обеспечения качественной питьевой водой и детей, и взрослых. Появление установки, название которой говорит само за себя - «Мир живой воды» - обеспечивает эффективную подготовку качественной воды для питья в дошкольном учреждении. Благодаря данной установке вода становится кристально прозрачной, обладает отличным вкусом. В этом лично убедились представители совета родителей, которые активно участвуют в закладке продуктов питания, контрольном взвешивании готовых блюд.

Круглый год дети получают свежие овощи и фрукты. В летний период ассортимент расширяется, поступают зелень, лук зеленый, свежие огурцы, помидоры, молодая капуста, морковь. Из фруктов: яблоки, груши, апельсины. Ежедневно в меню присутствуют разнообразные фруктово-ягодные соки.

С целью эффективной организации питания в младших группах в дошкольном учреждении работает школа наставничества. 15 июня 2015 г. проведен мастер-класс «Фруктовая тарелка», где опытные младшие воспитатели поделились своими профессиональными секретами по сервировке стола в летний период с молодыми специалистами.

Вопрос организации качественного питания детей в дошкольном учреждении был и остаётся на особом контроле. Питание детей - это залог будущего здоровья нации.