

«Угостим кукол чаем»



Дошкольник большую часть дня проводит в детском учреждении, поэтому немаловажно правильно организованное питание в детском саду. Жизнедеятельность ребёнка дошкольного возраста связана с большим расходом энергии. А восполнить её можно только лишь за счёт веществ, которые поступают с пищей. Таким образом, питание в детском саду должно быть полноценным и сбалансированным, то есть, содержать основные пищевые вещества: белки, жиры, углеводы, минеральные вещества, воду. С целью получения детьми всех нужных для правильного развития веществ, разработан примерный суточный рацион. Детский суточный рацион охватывает **продукты животного и растительного происхождения**. Питание в детском саду предусматривает ежедневное употребление детьми продуктов животного происхождения. Это молоко, кисломолочные продукты, сметана, мясо, сливочное масло. Из продуктов растительного происхождения в детский рацион включают: овощи, фрукты, соки, хлеб, крупы, растительное масло. Не обойтись в детском саду и без **сахара и соли**. Такие продукты, как: рыба, творог, сыр, яйцо рекомендуют давать не более 2-3 раз в неделю.



Для того чтобы питание в детском саду приносило пользу и удовольствие детям, нужно соблюдать ряд условий: соблюдать сервировку стола, использовать мебель по росту, пользоваться безопасной посудой.

Воспитатель по мере надобности проводит с родителями консультации на тему «Питание в детском саду», обсуждает проблемные вопросы на родительском собрании. Можно сделать альбом «Вкусные рецепты», в котором родители делятся своими семейными рецептами друг с другом. В родительский уголок помещается «Меню выходного дня» с рекомендациями для родителей.

Воспитатели группы средней группы «Дюймовочка» Михеева Любовь Александровна и Кириллова Евгения Олеговна уделяют большое внимание формированию у детей навыков самообслуживания и личной гигиены. С целью закрепления полученных знаний педагогами была организована сюжетно-ролевая игра «Угостим кукол чаем». В процессе игры ребята сервировали стол для кукол, пришедших в гости, особое внимание уделяя порядку использования столовых приборов.

