

# Информация об условиях питания и охраны здоровья обучающихся

Информация об условиях питания и охраны здоровья воспитанников

Организация питания немаловажный компонент в системе жизнедеятельности ДОУ. В ДОУ организации питания уделяется большое внимание, определены основные принципы организации питания.

Информация об условиях питания и охраны здоровья воспитанников

Организация питания в МБДОУ ДС "Дюймовочка" построена в соответствии с Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении санитарных правил СП «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4-3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Бракераж готовой продукции проводится регулярно с оценкой вкусовых качеств. При этом осуществляется регулярный контроль за условиями хранения продуктов и сроками их реализации, санитарно-эпидемиологический контроль за работой пищеблока и организацией обработки посуды. Завхоз разрабатывает меню, систематически контролирует приготовление пищи, объём продуктов, время закладки продуктов в котёл. Раздачу пищи по группам и в группах, а также качество приготовления пищи. График выдачи питания разработан в соответствии с возрастными особенностями детей.

Информация об условиях питания и охраны здоровья воспитанников, относящихся к отдельным категориям

Питание организовано согласно цикличного 10-дневного меню, достаточно по калорийности, сбалансировано по содержанию пищевых веществ, рационально распределено в течение дня, с соблюдением санитарных правил и норм.

Примерное цикличное 10-дневное меню разработано для детей в возрасте от 1 до 3 лет и от 3-7 лет с целью обеспечения их физиологических и возрастных потребностей в пищевых веществах и энергии. В меню представлены разнообразные блюда, исключены их повторы. В ежедневный рацион питания включены фрукты и овощи.

В ДОУ осуществляется 4-х разовое питание детей: завтрак, второй завтрак, обед, полдник. Перерыв между приемами пищи соответствует требуемым нормам. Проводится витаминизация третьих блюд.

Здоровье детей невозможно обеспечить без рационального питания, которое является необходимым условием их гармоничного роста, физического и нервно-

психического развития, устойчивости к действию инфекций и других неблагоприятных факторов внешней среды. Кроме того, правильно организованное питание формирует у детей культурно-гигиенические навыки, полезные привычки, так называемое рациональное пищевое поведение, закладывает основы культуры питания.

В рацион питания ДОО включены все основные группы продуктов - мясо, рыба, молоко и молочные продукты, яйца, овощи и фрукты, сахар, кондитерские изделия, хлеб, крупы и др.

В детском саду имеется вся необходимая документация по питанию, которая ведется по форме и заполняется своевременно. Возле пищеблока вывешен график выдачи готовой продукции для каждой группы, ежедневно вывешивается меню с перечнем блюд на день и нормой выдачи.

На информационном стенде для родителей в группах также ежедневно вывешивается меню с перечнем блюд на день и нормой выдачи.

Основой рациональной организации питания детей в МБДОУ являются «Нормы физиологической потребности в пищевых веществах и энергии», утвержденные Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами СанПиН 2.3/2.4-3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения,

Согласно этим нормам все пищевые вещества, входящие в состав рациона, находятся в определенных соотношениях между собой и сбалансированы с потребностями детского организма.

Одним из важнейших условий рационального питания является разнообразие пищи, под которым понимается не только использование различных продуктов, но и применение разных способов их кулинарной обработки. Основными приемами кулинарной обработки являются отваривание, тушение, запекание, т.е. соблюдаются принципы щадящего питания.

Для правильного приготовления блюд разработаны технологические карты. В которых указаны раскладка, калорийность блюда, содержание в нем белков, жиров, углеводов. Бракераж готовой продукции проводится регулярно с оценкой вкусовых качеств. В учреждении осуществляется регулярный медицинский контроль за условиями хранения продуктов и сроками реализации, санитарно-эпидемиологический контроль за работой пищеблока и организацией обработки посуды. Медицинская сестра систематически контролирует закладку продуктов, технологию приготовления и качество пищи, выдачу пищи с пищеблока по группам и объем блюд. Правильное сбалансированное питание, отвечающее физиологическим потребностям растущего организма, повышает устойчивость к различным неблагоприятным воздействиям.

Питание детей организовано с учётом:

выполнения режима питания; калорийности питания, ежедневного соблюдения норм потребления продуктов; витаминизации; хранения проб (48 часов);

соблюдения питьевого режима; гигиена приёма пищи; индивидуальный подход к детям во время питания; правильность расстановки мебели; соблюдение ростовых показателей.

#### Соблюдение санитарно-эпидемиологического режима

Питание детей в МБДОУ ДС «Дюймовочка» организовано в соответствии с Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении санитарных правил СП «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4-3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения".

Весь цикл приготовления блюд происходит на пищеблоке. Помещение пищеблока размещается на первом этаже, имеет отдельный выход.

На пищеблоке МБДОУ созданы все условия для приготовления блюд и соблюдение рационов питания, которые должны быть разработаны с учетом физиологической потребности детей дошкольного возраста, с указанием биологической и энергетической ценности пищи, объема блюд.

Имеется цех первичной обработки сырой продукции который оборудован ванными, столами первичной обработки продуктов, мясорубкой, вторичный цех обработки овощей оборудован ванными, столами для обработки продуктов. Кладовая продуктов оборудована холодильником, морозильной камерой, весами. Имеются холодильники для молока и для мяса. Овощной склад оборудован помещением, облицованном плиткой, имеются электронные весы

Пищеблок оборудован в соответствии с нормативными требованиями: имеется столы для обработки продукции. В работе используются электронагреватель проточный закрытый, плита электрическая промышленная 4-х конфорочная, нержавеющая с жарочным шкафом, жарочные шкафы.

Ведутся бракеражные журналы готовой и сырой продукции, проводится ежемесячный анализ выполнения норм питания. Продукты закупаются с учетом сроков хранения, сертификации качества.

Штат укомплектован квалифицированными поварами.

#### Деятельность дошкольного образовательного учреждения по формированию основ культуры здорового питания

В Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования выделена область «Физическое развитие», в которой среди прочих задач овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.). Особое внимание должно уделяться правильному питанию, ведь именно оно — одна из главных составляющих физического развития ребенка.

Наша воспитательно-образовательная работа по формированию начальных представлений о здоровом образе жизни строиться на основе:

1. Образовательной программы ДОО составленной в соответствии с ФГОС ДО;
2. Санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4-3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"
3. Годового плана работы
4. На основе образовательной области «Физическое развитие»

Цель: Сформировать у воспитанников знания о том, что необходимо сохранять и развивать свое здоровье, важность культуры питания, как составляющей здорового образа жизни.

#### ЗАДАЧИ ВОСПИТАТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ:

1. С раннего возраста способствовать привитию у детей навыков правильного питания и здорового образа жизни
2. Способствовать расширению знаний детей о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, формировать готовность соблюдать эти правила
3. Формировать представления о правилах этикета, связанных с питанием, осознание того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности

И наша работа началась в начале учебного года, в связи с тем, что годовая задача у нас была «Создание единого здоровьесберегающего пространства в условиях ДОО через проектную деятельность», педагогами реализовывалась проектная деятельность и большинство проектов оказалось, как раз-таки про здоровое питание, поэтому мы решили не останавливаться на достигнутом, а наоборот углубиться в эту проблем.

Формирование навыков правильного питания должно проходить в системе «педагог — ребенок — родитель».

#### Работа педагогов

Важнейшей задачей взрослых является формирование у детей определенных знаний в области питания, что в дальнейшем поможет сохранить здоровье ребенка. Педагоги и родители закладывают основу правильного питания детей, которое тесно связано с культурой поведения детей за столом. Так как дети большую часть проводят в саду, то и основы питания должны закладывать педагоги. Воспитатели должны научить детей культурно-гигиеническим навыкам, правильному поведению за столом. Важно обращать внимание на осанку ребенка при приеме пищи, на культуру принятия пищи, культурно-гигиенические правила, связанные с приемом пищи. Важно, чтобы во время еды педагоги были спокойны, несуетливы, всегда поддерживали хорошее настроение у детей. Например, использовать следующие фразы: «Как вкусно пахнут котлеты!», «Как сегодня красиво подано блюдо!», «Какой вкусный суп!» и для того, что бы все это было в интересной форме педагогам и младшим воспитателям было предложено продумать расстановку столов, сервировку стола, внешний вид поданного блюда, что бы все вызывало аппетит и интерес у детей.

В каждой группе создается соответствующая развивающая предметно-

пространственная среда, необходимые условия по воспитанию культурно-гигиенических навыков, организованы «Уголки дежурства», которые являются важным фактором воспитания не только культурно-гигиенических навыков, но и решают задачи:

\* трудового воспитания – во время дежурства дети получают первоначальные трудовые навыки (накрывают на стол: раскладывают столовые приборы, салфетки);

\* нравственного воспитания – оказание посильной помощи помощнику воспитателя;

\* эстетического воспитания - ребенок с дошкольного возраста учится видеть, понимать и ценить красоту окружающей обстановки (эстетично накрыты столы) Дети не просто дежурят, а после этого приглашают других ребят за стол и желают приятного аппетита.

Во время приема пищи педагоги могут включить музыку, могут прочитать что-то из художественной литературы или организовать прием пищи в виде кафе.

### Дети

Формировать навыки здорового питания необходимо последовательно и постепенно с учётом возрастных особенностей детей. Чем раньше у ребёнка сформированы навыки еды, тем они прочнее закрепятся и станут привычкой. Поэтому работа по правильному питанию у нас ведется с самых ранних групп. Для познавательной активности используются проблемные ситуации, игровые приемы. В гости к детям приходят сказочные герои — Морковка, Незнайка, Повар и т.д. Эти персонажи обращаются к ребятам за помощью или просят научить тому, чего не знают.

Учитывая, что для детей дошкольного возраста игра является наиболее действенным способом познания и взаимодействия с окружающим миром, педагоги в работе используют игры, пособия. Большинство которых создано собственными руками, но не стоит ограничиваться только дидактическими играми – например такая игра как «Улыбка», служит об напоминании выполнить какое-либо действие (помыл руки без напоминания – улыбка и т.д.)

Образовательная деятельность, связанная с отработкой навыков и правил поведения за столом, в составлении своего дневного рациона: «Встречаем гостей», «Составим меню для сказочного героя», «Вежливый магазин», «День рождения куклы Кати», «Поварята». Как правило, в сюжетно-ролевых играх дети отражают свой жизненный опыт и представление о правильном питании, о семейных традициях в области питания.

Помимо этого во время режимных моментов необходимо планировать чтение художественной литературы, просмотр мультфильмов, отражающих тему питания, например, сказка «Репка», стихи и загадки про овощи и фрукты, «Горшок каши» Б. Гримм, «Яблоко» В. Сутеев, «Слава хлебу!» С. Погореловский; мультфильмы: "Жила-была Царевна - Про еду", "Азбука здоровья - Смешарики", "Мудрые сказки тётушки Совы. Сладкоежка".

### Родители

Для того, чтобы ребенок был здоров важно, чтобы родители были грамотными

в вопросе правильного питания детей. Мы информируем родителей с примерным десятидневным меню, принципом его составления, рецептами блюд. В группах размещено меню на каждый день.

Для успешной работы с родителями в информационных уголках размещены рекомендации по основам правильного питания. Были изготовлены папки-передвижки: «Самые полезные продукты». «Из чего варят каши и как сделать каши вкусными».

А также привлекали родителей к участию в акции: «Еда без вреда». Привычка к здоровому образу жизни — это главная, важная для жизни привычка. Поэтому дошкольное учреждение и семья должны в дошкольном детстве, заложить основы здорового образа жизни. И именно в семье, в дошкольном учреждении, как можно раньше должны помочь ребенку понять ценность здоровья, осознать цель его жизни, побудить ребенка самостоятельно и активно формировать, сохранять и приумножать свое здоровье.

#### Питание

- Витаминизация 3-го блюд аскорбиновой кислотой
- Использование в рационе питания соков, фруктов, овощей
- Использование йодированной соли в пищу

**Информация о поставщиках продуктов питания в МБДОУ**  
**Основными поставщиками продуктов питания являются:**

- 1.ООО "СоюзПродукт"
2. ИП. Яковенко
3. ИП. Буланова