

Организация питания

В детском саду организовано четырехразовое питание (завтрак, второй завтрак, обед, полдник) в соответствии с примерными 10 - дневными рационами питания (меню).

Принципы организации питания:

- соответствие энергетической ценности рациона энергозатратам ребёнка;
- сбалансированность в рационе всех пищевых веществ;
- максимальное разнообразие продуктов и блюд;
- правильная технологическая и кулинарная обработка продуктов, сохранность пищевой ценности;
- оптимальный режим питания;
- соблюдение гигиенических требований к питанию.

Циклическое меню содержит информацию о количественном составе основных пищевых веществ и энергии по каждому блюду, приему пищи, за каждый день и в целом за период его реализации.

Такие продукты, как молоко, кисломолочные напитки, сметана, мясо, картофель, овощи, фрукты, соки, хлеб, крупы, сливочное и растительное масло, сахар, соль, включаются в меню ежедневно, а остальные продукты (творог, рыба, сыр, яйцо и др.) - 2-3 раза в неделю. На каждое блюдо заводится технологическая карта.

Режим питания и распределение энергетической ценности (калорийности) суточного рациона на отдельные приемы пищи зависят от времени пребывания детей в ДОО.

В целях профилактики гиповитаминозов в ДОО круглогодично проводится витаминизация готовых блюд (из расчета для детей 1-3 лет - 35 мл, для детей 3-6 лет - 50 мл на порцию). Препараты витаминов вводятся в третье блюдо (компот, кисель и т. п.) после его охлаждения до температуры 15 °С (для компота) и 35 °С (для киселя) непосредственно перед реализацией. Витаминизированные блюда не подогревают. Данные ежедневно фиксируются в Журнале витаминизации третьих блюд.

Один раз в 10 дней медицинский работник производит необходимые расчеты и оценку использованного на одного ребенка среднесуточного набора пищевых продуктов. По результатам оценки при необходимости обеспечивается коррекция питания в течение следующей недели.

Пищевые продукты и продовольственное сырье доставляются в ДОО при наличии подтверждающих их качество и безопасность документов (сертификатов и удостоверений), которые сохраняются до окончания реализации продукции. Входной контроль поступающих продуктов осуществляют медицинский работник и кладовщик. Результаты контроля регистрируются в Журнале бракеража поступающего продовольственного сырья и пищевых продуктов.

Готовая пища выдается только после проведения приемочного контроля бракеражной комиссией, в состав которой входят: повар, представитель администрации ДООУ и медицинский работник. Результаты контроля готовой кулинарной продукции регистрируются в Журнале бракеража готовой продукции. Медицинский работник ежедневно перед началом работы проводит осмотр сотрудников, участвующих в приготовлении и раздаче пищи, на наличие гнойных заболеваний кожи рук и открытых поверхностей тела, а также ангин, катаральных явлений верхних дыхательных путей. Результаты осмотра заносятся в Журнал здоровья.

Возрастные объемы порций для детей

Наименование блюд	Вес (масса), г	
	1-3 года	3-7 лет
Наименование блюд	Вес (масса), г	
	1-3 года	3-7 лет
Завтрак		
Каша, овощное блюдо	120-200	200-250
Яичное блюдо	40-80	80-100
Творожное блюдо	70-120	120-150
Мясное, рыбное блюдо	50-70	70-80
Салат овощной	30-45	60
Напиток (какао, чай, молоко)	150-180	180-200
Обед		
Салат, закуска	30-45	60
Первое блюдо	150-200	250
Блюдо из мяса, рыбы, птицы	50-70	70-80
Гарнир	100-150	150-180
Третье блюдо (напиток)	150-180	180-200
Полдник		
Кефир, молоко	150-180	180-200
Булочка, выпечка (печенье,	50-70	70-80
Блюдо из творога, круп,	80-150	150-180
Свежие фрукты	40-75	75-100
Ужин		
Овощное блюдо, каша	120-200	200-250
Творожное блюдо	70-120	120-150
Напиток	150-180	180-200
Свежие фрукты	40-75	75-100
Хлеб на весь день:		
пшеничный	50-70	110
ржаной	20-30	60

В ДООУ организован питьевой режим бутилированной питьевой водой, которая отвечает требованиям санитарных правил. Для обеспечения преемственности питания родителей информируют об ассортименте питания ребенка, вывешивая ежедневное меню за время пребывания его в ДООУ.

Охрана здоровья обучающихся

Охрану физического здоровья воспитанников в ДОО осуществляет медицинская сестра.

Медицинское обслуживание детей в детском саду строится на основе нормативно-правовых документов с учетом результатов мониторинга состояния здоровья воспитанников, что важно для своевременного выявления отклонения в их здоровье. Организация охраны здоровья обучающихся в детском саду включает:

- 1) оказание первичной медико-санитарной помощи в порядке, установленном законодательством в сфере охраны здоровья;
- 2) организацию питания воспитанников;
- 3) определение оптимальной учебной, внеучебной нагрузки, режима учебных занятий и продолжительности каникул;
- 4) пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни;
- 5) организацию и создание условий для пропаганды детей и родителей профилактики заболеваний и оздоровления воспитанников, занятия ими физической культурой и спортом;
- 6) прохождение обучающихся в соответствии с законодательством Российской Федерации периодических медицинских осмотров и диспансеризации;
- 7) обеспечение безопасности воспитанников во время пребывания в организации;
- 8) профилактику несчастных случаев с обучающимися во время пребывания в организации;
- 9) проведение санитарно-противоэпидемических и профилактических мероприятий.

В ДОО для осуществления охраны здоровья имеются: 1 изолятор, кабинет медсестры, процедурный кабинет.

Для реализации образовательной программы в ДОО созданы условия для охраны здоровья воспитанников, в том числе обеспечиваются:

- 1) текущий контроль за состоянием здоровья обучающихся;
- 2) проведение санитарно-гигиенических, профилактических и оздоровительных мероприятий, обучение и воспитание в сфере охраны здоровья;
- 3) соблюдение государственных санитарно-эпидемиологических правил и нормативов;

Организация медико-педагогического обслуживания носит системный характер и осуществляется в соответствии с планом учреждения.

Медицинским персоналом своевременно даются рекомендации для каждого ребенка. Устанавливается щадящий режим, закаливание, двигательная активность при согласовании с родителями. Дети с хроническими заболеваниями, часто болеющие дети берутся на учет, с последующими оздоровительными мероприятиями. Медицинские работники проводят оценку физического развития детей с определением групп здоровья. Общие санитарно-гигиеническое состояние МБДОУ соответствует требованиям Госсанэпиднадзора: питьевой, световой и воздушный режимы поддерживаются в норме.

Достаточное внимание уделяется физкультурно-оздоровительной работе в группах. В режиме дня проводится ежедневная гигиеническая гимнастика, подвижные игры, здоровье-сберегающие гимнастики, физкультурные занятия, спортивные праздники и развлечения, закаливающие упражнения и процедуры – упражнения в постели после сна, корригирующие упражнения, точечный массаж, релаксационные упражнения. Это укрепляет и

развивает опорно-двигательный аппарат ребенка и улучшает кровотока - лимфообразования, углубляет дыхание, повышает пищеварение, улучшает обмен веществ. Все это хорошо влияет на рост и развитие детского организма.