

Каким образом родители смогут получать информацию о качестве питания в детском саду?

В дошкольном учреждении на информационном стенде для родителей ежедневно вывешивается меню на текущий день с указанием нормы выхода продуктов. Родители по договоренности с администрацией ДООУ и воспитателями групп могут наблюдать за процессом питания детей (соблюдая санитарные правила).

В существующем рационе питания есть продукты, которые вызывают аллергические реакции у детей? Как можно снизить употребление таких продуктов?

Родители могут принести справку от врача о том, какие продукты нежелательно использовать в питании конкретного ребенка. На основании заявления родителя сотрудники детского сада будут производить замену отдельных продуктов питания.

Как часто меняется состав меню?

Меню составляется на 2 недели. В нем учитываются минимум 10 различных сочетаний вторых блюд и 5 вариантов супов. Следующие 2 недели новый рацион, после чего первый вариант меню может повторяться. При этом для зимнего и летнего сезона составляется отдельный рацион. Он учитывает не только меняющиеся энергетические потребности детей, но и сезонные фрукты, овощи, ягоды.

Проверяют ли продукты для детей дошкольного возраста на соответствие требованиям?

Все продукты для детей дошкольного возраста в обязательном порядке проходят гигиеническую экспертизу, включающую санитарно-химические и санитарно-микробиологические исследования на соответствие этих продуктов действующим санитарным нормам и правилам в России.

Почему ребенок плохо ест в детском саду?

В период адаптации дети почти всегда плохо едят: незнакомая обстановка, незнакомые блюда, новые люди. Еще сложнее тем, кто пока не овладел навыками самостоятельной еды.

Но если плохой аппетит остается и по завершению периода адаптации, возможно, проблема в пищевых привычках. Дело в том, что меню в детском саду составляется по требованиям СанПиН 2.4.1.3049-13, СанПиН 2.3.2.1940-05 и согласно методических рекомендаций 2.4.5.0131-18. В них определяется не только список рекомендованных продуктов, но и способы кулинарной обработки тушение, запекание, варка. К тому же при приготовлении детских блюд используется минимум соли и приправ и малышам, чей домашний рацион включает жареное и жирное мясо, острые блюда, копчения, соленья, майонез и кетчупы, детсадовская еда может казаться пресной.

Как родители смогут контролировать качество приготовления питания в ДООУ?

В настоящее время родители являются участниками всех мероприятий, проводимых в детском саду. Родители входят в состав комиссии по проверке качества поставляемых продуктов питания и проверке качества приготовления пищи. Для организации контроля за процессом питания в каждом детском саду продолжит работу **общественная комиссия**. Руководитель информирует родителей о графике поставки продуктов в ДООУ. Родители приходят в назначенное время и вместе с

сотрудниками детского сада осуществляют визуальный контроль за качеством поставляемой продукции в детский сад: могут проверить срок годности поставляемой продукции, сохранность упаковки, проверить сертификаты качества на поставляемую продукцию, проверить соблюдение санитарных норм обработки и приготовления продукции. Общественная комиссия может также контролировать соблюдение технологии приготовления блюда в соответствии с технологической картой. В состав указанной комиссии входят старшая медицинская сестра, старший воспитатель, руководитель детского сада и родители.

Почему ребенок плохо ест в детском саду?

В период адаптации дети почти всегда плохо едят: незнакомая обстановка, незнакомые блюда, новые люди. Еще сложнее тем, кто пока не овладел навыками самостоятельной еды.

Но если плохой аппетит остается и по завершению периода адаптации, возможно, проблема в пищевых привычках. Дело в том, что меню в детском саду составляется по требованиям СанПиН 2.4.1.3049-13, СанПиН 2.3.2.1940-05 и согласно методических рекомендаций 2.4.5.0131-18. В них определяется не только список рекомендованных продуктов, но и способы кулинарной обработки тушение, запекание, варка. К тому же при приготовлении детских блюд используется минимум соли и приправ и малышам, чей домашний рацион включает жареное и жирное мясо, острые блюда, копчения, соленья, майонез и кетчупы, детсадовская еда может казаться пресной.

Как осуществляется доступ ребенка к питьевой воде?

В соответствии с требованиями СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» предъявляются требования к организации питьевого режима.

Питьевой режим в ДОУ организован с использованием кипяченой воды при условии ее хранения не более 3-х часов.

Питьевая вода, доступна ребенку в течение всего времени его нахождения в ДОУ. Ориентировочные размеры потребления воды ребенком зависят от времени года, двигательной активности ребенка, и, в среднем, составляют 80 мл на 1 кг его веса. При нахождении ребенка в дошкольном образовательном учреждении полный день ребенок должен получить не менее 70 % суточной потребности в воде.

При этом чистые чашки ставятся в специально отведенном месте на специальный промаркированный поднос (вверх дном), а для использованных стаканов ставится отдельный поднос. Мытье чашек осуществляется организованно, в моечных столовой посуды.

Кипячение осуществляется на пищеблоке в специально отведенной емкости. Обработка емкости для кипячения осуществляется ежедневно в конце рабочего дня.

В летний период организации питьевого режима осуществляется во время прогулки. Питьевая вода выносится помощниками воспитателя на улицу в соответствующей ёмкости (чайник с крышкой), разливается воспитателем в чашки по просьбе детей.

Почему так часто встречается печень в меню?

Согласно приложению N 7 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Таблица 1. Среднесуточные наборы пищевой продукции для детей до 7-ми лет (в нетто г, мл на 1 ребенка в сутки) Таблица 1. Среднесуточные наборы пищевой продукции для детей до 7-ми лет (в нетто г, мл на 1 ребенка в сутки)

N	Наименование пищевой продукции или группы пищевой продукции	Итого за сутки	
		1-3 года	3-7 лет
7	N Наименование пищевой продукции или Итого за сутки группы пищевой продукции 1-3 года 3-7 лет	20	25

Субпродукты - кладезь белка, витаминов и минералов, укрепляющих здоровье ребенка. Субпродуктами в кулинарии называют внутренние органы и части туш крупного рогатого скота: печень, сердце, язык. Животные белки, содержащиеся в большом количестве в мясных продуктах, - это строительный материал для клеток всего организма. Причем их нельзя получить ни с какой другой пищей, вот почему ребенок должен регулярно получать мясные блюда.

Этот вид пищи отличается высоким содержанием активных веществ и низким - соединительной ткани, которая обычно трудно усваивается организмом ребенка. А белка там в некоторых случаях содержится даже больше, чем в любом виде мяса. Очень ценятся субпродукты из-за наличия в них витамина B2, который хорошо сохраняется в приготовленных блюдах. Он считается «двигателем жизни», потому что участвует в работе каждой клетки организма, утилизируя энергию и направляя ее в нужное русло, например, на синтез белков. Без этого витамина ребенок будет быстро уставать. Наиболее полезными для детского рациона считаются печень, язык и сердце.

В печени содержится очень много витамина А. Всего 10 г готового продукта удовлетворяют суточную потребность маленького ребенка в этом витамине, который жизненно необходим ему для правильного роста, для хорошего зрения и слизистых оболочек, для укрепления иммунной системы.

А еще печень - богатый источник железа и потому особенно полезна детям, страдающим анемией (она характеризуется пониженным количеством гемоглобина, переносящего кислород к органам и тканям организма). В 100 г говяжьей печени содержится около 7 мг железа. Правильное включение блюд из печени в меню малыша помогает довести уровень гемоглобина крови до нормы.