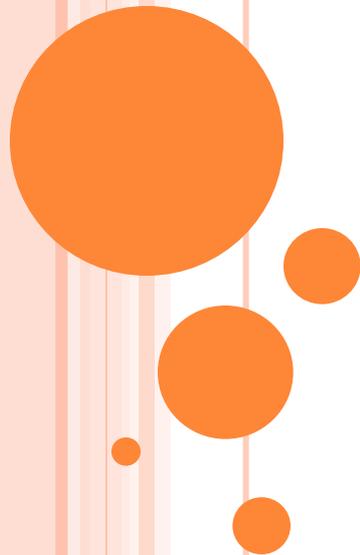


МАДОУ «ДЕТСКИЙ САД №279»

# ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ ВОСПИТАННИКОВ В ДЕТСКОМ САДУ



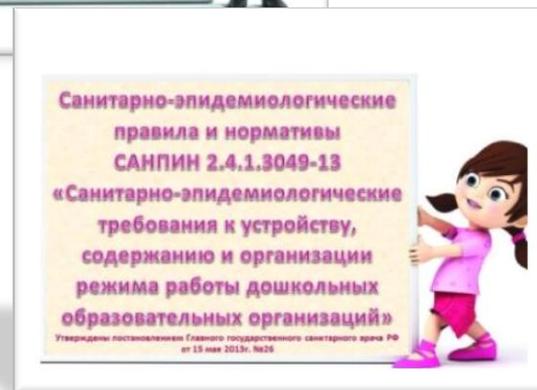
## ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ ОСУЩЕСТВЛЯЕТСЯ В СООТВЕТСТВИИ С ДОКУМЕНТАМИ:

➤ Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г.

➤ СанПиН 2.3./2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утвержденные постановлением Главного санитарного врача Российской Федерации № 32 от 27.10.2020;

➤ Методические рекомендации МР 2.4.0179-20 "Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций", утвержденные Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека 18 мая 2020 г.;

➤ Методические рекомендации МР 2.4.0180-20 "Родительский контроль за организацией горячего питания детей в общеобразовательных организациях", утвержденные Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека 18 мая 2020 г.



# ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ В ДЕТСКОМ САДУ:

- Весь цикл приготовления блюд происходит на пищеблоке.
- Имеется десятидневное перспективное меню.
- При составлении меню используются блюда, которые обеспечивают сбалансированность питания по белкам, жирам, углеводам.
- Готовая пища выдается только после снятия пробы и соответствующей записи в журнале результатов оценки готовых блюд.
- Организация питания постоянно находится под контролем администрации .



# ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ В ДЕТСКОМ САДУ:

- В детском саду организовано 4-х разовое питание.
- В меню каждый день включена суточная норма молока, сливочного и растительного масла сахара, хлеба, мяса.
- Продукты, богатые белком (рыба, мясо), включаются в меню первой половины дня.
- Во второй половине дня детям предлагаются молочные и овощные блюда.
- Для приготовления вторых блюд кроме говядины используются также субпродукты (печень в виде суфле, котлет, биточков, гуляша).
- Ежедневно в меню включены овощи, как в свежем, так и вареном и тушеном виде.
- Дети регулярно получают на полдник кисломолочные продукты.



# КУЛЬТУРА ПИТАНИЯ В ДЕТСКОМ САДУ

Поскольку дети проводят большую часть дня в детском саду, то именно на воспитателей ложится обязанность научить ребенка полезно, вкусно, красиво и, самое главное, аккуратно питаться.

Это обучение происходит как на специально организованных занятиях, так и во время приема пищи.

Уроки этикета начинаются уже в раннем возрасте.

Ребенок учится не только правильно вести себя за столом, но и уверенно пользоваться столовыми приборами, быть опрятным и вежливым.



## СОВМЕСТНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ С ДЕТЬМИ ПО ФОРМИРОВАНИЮ КУЛЬТУРЫ ПИТАНИЯ

- чтение художественной литературы об овощах и фруктах, разучивание стихотворений, пословиц и поговорок наизусть;
- отгадывание загадок;
- продуктивные виды деятельности (рисование, лепка, аппликация, художественный труд);
- организация наблюдений и сравнений: «Можно ли есть суп вилкой? », «Режут ли кашу ножом? », «Какая ложка лучше?»;
- организация бесед «Почему нельзя спешить во время еды? », «Не мешай соседу за столом», «Говори и делай красиво»;
- сюжетно-ролевые и дидактические игры «Магазин полезных продуктов», «Веселый повар»,
- тематические выставки «Планета полезных продуктов», «Вот как мы умеем»;
- театрализованное представление



**Приоритетные методы работы с детьми:**  
игровая обучающая ситуация, приучение, упражнение,  
создание воспитывающих ситуаций, поощрение.



# ВОСПИТАНИЕ КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ

**Детей 3-4 года учат:**

- ✓ самостоятельно и аккуратно мыть руки с помощью мыла, насухо вытираться полотенцем, вешать полотенце на свое место;
- ✓ правильно пользоваться столовыми приборами;
- ✓ кушать аккуратно: не крошить хлеб, пережевывать пищу с закрытым ртом.



# ВОСПИТАНИЕ КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ

- ✓ Детей 4-6 лет учат:
- ✓ брать пищу небольшими порциями;
- ✓ есть тихо;
- ✓ правильно пользоваться столовыми Приборами (вилкой, ложкой, ножом);
- ✓ сидеть с прямой спиной;
- ✓ аккуратно составлять посуду после еды;
- ✓ относить за собой часть посуды.



# ПРАВИЛА СТОЛОВОГО ЭТИКТА

## Поведение человека во время приема пищи регулируется правилами столового этикета:

**1. Как сидеть за столом:** спину держать прямо, локти слегка прижать к туловищу, запястьями коснуться края стола, голову слегка наклонить, ноги поставить вместе, к столу вплотную не придвигаться; за стол нужно садиться в опрятном виде, с чисто вымытыми руками.

**2. Как пользоваться столовыми приборами и принадлежностями:** ложку держат в правой руке, подносят ко рту широкой стороной, ближе к зауженному краю, содержимое медленно выливают в рот; вилку можно в левой руке: в правой — когда стол сервирован только вилкой, в левой — когда вилкой и ножом; бумажной салфеткой пользуются один раз, при необходимости берут другую.

**3. Что, чем и как есть:** суп едят ложкой, котлету — вилкой и ножом; макароны, омлет, вареники, — только вилкой; ягоды — десертной ложкой и др.).

**4. Как общаться за столом:** говорить вполголоса, вежливо обращаться с просьбами («Подайте, пожалуйста», «Будьте добры», благодарить, не говорить с полным ртом).

**5. Как правильно и красиво сервировать стол:** учитывать законы сервировки и эстетики.



# НАВЫКИ ОПРЯТНОЙ ЕДЫ ВКЛЮЧАЮТ УМЕНИЕ:

- правильное пользование столовыми и чайными приборами, салфеткой;
- есть аккуратно, не проливай на скатерть (салфетку);
- не крошить хлеб;
- пережевывать пищу с закрытым ртом;
- не разговаривать с полным ртом;
- после еды положить ложку и вилку в тарелку;
- ТИХО ВЫХОДИТЬ ПО ОКОНЧАНИИ ЕДЫ ИЗ-ЗА СТОЛА;
- ВЫХОДЯ ИЗ-ЗА СТОЛА,  
нужно убрать стул и поблагодарить.



# ПРАВИЛА СЕРВИРОВКИ СТОЛА

В зависимости от времени приема пищи столы сервируются по-разному.

К завтраку на середину стола ставят хлебницу, тарелку с порционным маслом, салфетницу, блюдца. Вилки раскладываются с левой стороны, ножи — с правой, ложки — параллельно краю стола. Посуду убирают слева от сидящего ребенка.



**К обеду** стол сервируют похожим образом, но компот в чашки на столе разливают заранее, на край стола ставят горкой тарелки. При этом, в младших группах ставятся только глубокие тарелки, а в средней и старшей — глубокие и мелкие тарелки в тех случаях, когда второе раскладывается в группе, а не приносится из кухни. Использованная посуда тут же убирается.

**К полднику** в центре стола ставится салфетница, кружки и индивидуальная тарелка.

**К ужину** стол сервируется так же, как и к завтраку. Не подается только масло.



## ДЕЖУРСТВО ПО СТОЛОВОЙ.

*Хорошая сервировка стола имеет большое значение для улучшения аппетита детей и для закрепления культурных навыков. В приготовлении столов для питания активное участие принимают дежурные.*

**Младшая группа (конец учебного года):** дежурный расставляет бокалы, кладет салфетки, ложки, ставит хлебницы.

**Средняя группа (второе полугодие)** обязанностей прибавляется: расставить блюда, которые предварительно поставил на стол помощник воспитателя, вложить в подставки салфетки, убрать после еды хлебницы и подставки с салфетками.

**Старшие группы:** дежурные могут самостоятельно сервировать стол и прибираться после приема пищи.

В обязанности дежурных входит расстановка посуды и складывание тканевых салфеток, объявление меню.

*Дети 5-7 лет принимают участие в накладывании хлеба в хлебницы двумя вилками: одну подгладывать под кусочек хлеба, другой поддерживать его сверху.*

# ДЕЖУРСТВО ПО СТОЛОВОЙ.

Дежурным по столам выдают яркую, нарядную форму, состоящую из цветных фартучков и колпачков.

Шапочки и колпачки висят в специальном «Уголке дежурного», оборудованном специальными прозрачными кармашками, куда вставляют фотографии дежурящих детей.

При единых требованиях и контроле со стороны воспитателей и помощника воспитателя дети 5–6 лет быстро усваивают, как для какого питания надо накрывать стол, и с удовольствием выполняют эти обязанности.



# РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ

## ЧТО И СКОЛЬКО

Каждый день ребенок должен получать молоко и молочные продукты – кефир, ряженку, нежирный творог и йогурт.

Овощи, фрукты и соки из них также требуются дошкольнику ежедневно. Для полноценного питания дошкольнику необходимо 150–200 г картофеля и 200–250 г других овощей в день. В их числе – редис, салат, капуста, огурцы, помидоры и зелень. Фруктов и ягод нужно тоже немало – 200–300 г в свежем виде, плюс соки и нектары. Свежие овощи и фрукты – главный источник витаминов для ребенка.

Вдобавок к мясу и овощам, детям нужны хлеб и макароны из твердых сортов пшеницы, а также жиры в виде сливочного и растительного масел.



*Красивая сервировка стола не только способствует возбуждению аппетита, но и создает у детей доброжелательный настрой по отношению друг к другу.*



**Знание правил столового этикета формирует в человеке уверенность, стремление красиво и правильно вести себя за столом, а значит, быть приятным в общении.**

**Спасибо за внимание!**

