**Условия питания в учреждении**

Основным принципом питания дошкольников должно служить максимальное разнообразие их пищевых рационов. Только при включении в повседневные рационы всех основных групп продуктов – мяса, рыбы, молока и молочных продуктов, яиц, пищевых жиров, овощей и фруктов, сахара и кондитерских изделий, хлеба, круп и др. можно обеспечить детей всеми необходимыми им пищевыми веществами. И, наоборот, исключение из рациона тех или иных из названных групп продуктов или, напротив, избыточное потребление каких-либо из них неизбежно приводит к нарушениям в состоянии здоровья детей.

Правильно организованное питание, обеспечивающее организм всеми необходимыми ему пищевыми веществами (белками, жирами, углеводами, витаминами и минеральными солями) и энергией, является необходимым условием гармоничного роста и развития детей дошкольного возраста. В то же время, правильно организованное питание способствует повышению устойчивости организма к действию инфекций и других неблагоприятных внешних факторов.

Правильный подбор продуктов – условие необходимое, но еще недостаточное для рационального питания дошкольников. Необходимо стремиться к тому, чтобы готовые блюда были красивыми, вкусными, ароматными и готовились с учетом индивидуальных вкусов детей. Другим условием является строгий режим питания, который должен предусматривать не менее 3 приемов пищи: завтрак, обед, полдник.

 ***Организация питания***

Для нормального роста и развития ребенка необходимо правильно организованное питание. Растущий и быстро развивающийся организм требует достаточной по количеству и полноценной по качеству пищи. В детском саду  этому вопросу уделяется огромное  внимание. С этой целью  в детском саду  организовано 3-х разовое питание.  Учреждение работает по новому 10-дневному меню, разработанное Институтом питания ГУ НИИ питания РАМН и  согласованное с Роспотребнадзором. В рационе питания детей используются пищевые продукты, обогащенные незаменимыми микронутриентами такими как: йодированная соль,  витаминизированные соки, кисели и напитки.  Проводиться круглогодичная искусственная С- витаминизация третьего блюда.

 ***Требования к организации детского питания в учреждении***

 Питание детей осуществляется  в соответствии с рекомендуемым 10-дневным меню.

·         Соблюдается обеспечение  **суточной** потребности  в пищевых веществах и энергии  составило  от  75-80%.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Возраст детей | Энергетическая ценность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Всего | В.т.ч. животные |
| до 3 лет | 1540 | 53 | 37 | 53 | 212 |
| 3-6лет | 1970 | 68 | 44 | 68 | 272 |

·         Строго  выполняется  режим;

·         В течение года обеспечивается  выполнение норм питания ребенка;

·         Строгое соблюдение санитарно – гигиенических требований.

***Выполнение норм  основных продуктов:***

 Выдерживается   достаточное обеспечение калорийности и содержания  всех жизненно важных пищевых компонентов;

Используется максимальное разнообразие рациона;

Проводится адекватная технологическая и кулинарная  обработка продуктов и блюд;

Пища, приготовленная на пищеблоке, практически всегда  имеет хорошие вкусовые качества и привлекательный внешний вид блюд.