
Условия питания и охрана здоровья

воспитанников ДОУ, в том числе, детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья

Организация питания детей в МБДОУ детский сад «Солнышко»

Питание – один из важных факторов, обеспечивающих нормальное течение процессов роста, физического и нервно – психического развития ребенка.

Ухудшение качества питания приводит к снижению уровня защитно - приспособительных механизмов детского организма и возможному увеличению аллергических реакций, способствует росту болезней органов пищеварения. Поэтому именно качеству питания в нашем детском саду уделяется повышенное внимание.

В нашем саду организовано 4-разовое питание, согласно 10-дневному меню, разработанного на основе физиологических потребностей в пищевых веществах и нормах питания. Составляется меню-требование установленного образца с указанием выхода блюд для детей раннего и дошкольного возраста. Ежедневное меню обеспечивает 80% суточного рациона, при этом завтрак составляет 25% суточной калорийности, обед 35-40%, полдник 15-20%.

Ведется бракераж готовой продукции с регулярной оценкой вкусовых качеств. Выдача пищи с кухни проводится только после снятия пробы медсестрой и членами бракеражной комиссии с отметкой в журнале о вкусовых качествах готовых блюд. Оставляется суточная проба, выставляется контрольное блюдо.

Основными принципами организации питания в нашем учреждении являются:

- * Соответствие энергетической ценности рациона энергозатратам ребенка.
- * Сбалансированность в рационе всех заменимых и незаменимых пищевых веществ.
- * Максимальное разнообразие продуктов и блюд, обеспечивающих сбалансированность рациона.
- * Правильная технологическая и кулинарная обработка продуктов, направленная на сохранность их исходной пищевой ценности, а также высокие вкусовые качества блюд.
- * Оптимальный режим питания, обстановка, формирующая у детей навыки культуры приема пищи.
- * Соблюдение гигиенических требования к питанию (безопасность питания).

Количество приемов пищи в нашем детском саду – 4.

Завтрак – молочные каши: манная, рисовая, пшенная, кукурузная. В качестве напитка – чай с лимоном, бутербродом с маслом, хлеб пшеничный, ржаной.

2-й Завтрак – Для групп раннего возраста – ряженка, яблоки, бананы.

Для дошкольных групп – сок, яблоки, бананы.

Обед – Первое горячее блюдо – щи, борщ, овощной суп, рыбный суп, суп с крупами или макаронными изделиями и т.д.

Второе блюдо – мясное, рыбное, из птицы, с гарниром.

Третье блюдо – компот из сухофруктов, кисель плодово-ягодный (С-витаминизация). Хлеб пшеничный.

Полдник в нашем учреждении – уплотненный, включает в себя блюда из творога – запеканка, собственного приготовления, а также напиток – молоко, какао с молоком, напиток кофейный с молоком.

Выпечка собственного производства (ватрушка с творогом, сладкая булочка и т.д.), кондитерскими изделиями (печенье, пряник). Пищевые продукты, поступающие в детский сад, имеют документы, подтверждающие их происхождение, качество и безопасность; хранятся в кладовой с соблюдением требований СанПиН. Устройство, оборудование, содержание пищеблока детского сада соответствует санитарным правилам к организации детского общественного питания. Пищеблок оснащен всем необходимым технологическим и холодильным оборудованием, производственным инвентарем, кухонной посудой. Все блюда — собственного производства; готовятся в соответствии с технологическими картами, санитарными нормами.

Суммарные объемы блюд по приемам пищи (в граммах)

Возраст детей	Завтрак	2-завтрак	Обед	Полдник
от 3-х до 7-ми лет	400 - 550	140-220	600 - 800	250 – 300

Условия охраны здоровья воспитанников ДДОУ

Медицинское обслуживание детей проводится медицинской сестрой ФАП и врачом МБУЗ «Алгасовская участковая больница».

Врач-педиатр осуществляет лечебно-профилактическую поддержку воспитанникам, проводит диспансеризацию декретированных возрастов (3,5,7 лет). Совместно с медсестрой делает профилактические прививки, согласно Национальному календарю прививок, ежегодно организует проведение профилактического осмотра детей узкими медицинскими специалистами.

Медицинская сестра оказывает доврачебную помощь.

Калькулятор обеспечивает выполнение Инструкции по охране жизни и здоровья детей в МБДОУ, осуществляет контроль за качеством питания детей.

Ежегодно проводится плановая профилактика энтеробиоза воспитанников. Ежедневно проводятся осмотры сотрудников с отметками в соответствующих журналах. Каждый год организуются плановые профилактические осмотры сотрудников медицинскими специалистами,

гигиеническое обучение и профилактика энтеробиоза сотрудников с отметками в ЛМК.

Меры по охране и укреплению здоровья дошкольников

Одна из главных задач коллектива дошкольного учреждения - построение системы профилактических и оздоровительных мероприятий, направленной на сохранение и укрепление физического и психического здоровья дошкольников и всех участников образовательного процесса.

В рамках данной системы предусмотрена оптимизация режима дня; улучшение питания; осуществление профилактических мероприятий; контроль за физическим, психическим состоянием детей; внедрение эффективных принципов развивающей педагогики оздоровления; обеспечение условий для успешной адаптации дошкольников к детскому саду и школе; формирование у детей и родителей мотивации к здоровому образу жизни.

В МБДОУ разработана **модель здоровьесберегающего воспитательно-развивающего пространства**, включающая в себя:

- оборудованный спортивный зал для проведения физкультурных занятий;
- спортивную площадку;
- оборудованные прогулочные площадки, где созданы возможности для метания, лазания, прыжков, упражнений в равновесии;
- физкультурные центры в каждой возрастной группе.

Работа по физическому воспитанию дошкольников строится с учетом возрастных и психологических особенностей детей при четко организованном медико-педагогическом контроле, соблюдении оптимального двигательного режима.

Физкультурно-оздоровительная работа осуществляется в следующих формах:

- утренний прием детей на свежем воздухе (в теплый период года);
- проведение утренней гимнастики (на свежем воздухе в теплый период года), физкультминуток, динамических пауз, игр с движениями в свободной деятельности;
- организованная двигательная деятельность, согласно учебному плану (с обязательным проведением одного занятия на свежем воздухе);
- музыкально-ритмические движения;
- спортивные досуги и развлечения;

- гимнастика после сна, дыхательные упражнения;
- ежедневный режим прогулок – 3-4 часа;
- сбалансированное питание.

Взаимодействие с семьей в процессе охраны и укрепления здоровья детей при поддержке дошкольного учреждения состоит в конструировании природо - и культуросообразной модели поведения, мотивации на готовность принимать помощь и поддержку от специалистов ДООУ в вопросах сохранения и укрепления здоровья ребенка, на активное участие в физкультурно-оздоровительной работе и создании культурных традиций детского сада. В целях создания единого образовательного пространства для детей, родителей и педагогов проводятся совместные мероприятия, в которых участвуют дети вместе со своими родителями.