

Информация о питании в ДОУ

Одним из важных факторов здоровья ребенка является организация рационального питания. Правильное питание – это основа длительной и плодотворной жизни, залог здоровья, бодрости, гарантия от появления различных недугов.

Поэтому вопрос о правильном питании воспитанников в ДОУ занимает одно из важнейших мест. Основа правильного питания в детских садах — это нормы, которые утверждены СанПин.

Причем для разных возрастных групп — нормы свои. Если малышу от 1 года до 3 лет, в сутки ему необходимо в среднем 53 г белка, 53 г жиров и 212 г углеводов, а с 3 лет до 6 лет — соответственно 68 г, 68 г и 272 г.

В детском учреждении составляют меню, учитывая нормы питания. Ребенок должен получать в день определенное количество продуктов, разрешенных СанПин СанПин 2.3/2.4.3590-20, в котором учитываются особенности питания всех категорий граждан, в том числе и питание в детских садах, школах, больницах, социальных и специализированных учреждениях. Потребление каждого вида продукта должно соответствовать норме. Весь цикл приготовления блюд происходит на пищеблоке, который соответствует нормам, имеет пять оборудованных цехов, на 100% укомплектован кадрами. Помещение пищеблока имеет отдельный выход. В детском саду питание организовано в групповых комнатах.