Здоровье детей невозможно обеспечить без рационального питания, которое является необходимым условием их гармоничного роста, физического и нервно-психического развития, устойчивости к действию инфекций и других неблагоприятных факторов внешней среды. Кроме того, правильно организованное питание формирует у детей культурно-гигиенические навыки, полезные привычки, так называемое рациональное пищевое поведение, закладывает основы культуры питания.

Соблюдение правильного питания важно во все возрастные периоды, однако в дошкольном возрасте роль питания особенно велика. Это обусловлено рядом причин. Детский организм отличается бурным ростом и развитием: происходит формирование и становление структуры многих органов и систем, совершенствуются их функции, интенсивно идет созревание головного мозга и развитие высшей нервной деятельности.

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.

В МБДОУ «Детский сад «Алёнушка» п.Эгвекинота» соблюдаются принципы рационального, сбалансированного питания детей раннего и дошкольного возраста. Питание осуществляется в соответствии сезоном, с перспективным 10-дневным меню, разработанным на основе физиологических потребностей в пищевых веществах и норм питания детей дошкольного возраста, утвержденным заведующим , на основании которого составляется ежедневное меню-требование.

Объем пищи и выход блюд соответствуют возрасту детей. В рационе присутствуют свежие фрукты, соки, кисломолочные продукты. Основанием для приготовления блюд являются оформленные технологические карты (на основании действующих сборников технологических нормативов).

Дети в детском саду обеспечены 5-ти разовым сбалансированным питанием в соответствии с режимом дня. Режим питания детей с 10,5 часовым пребыванием включает:

завтрак;

второй завтрак;

обед;

полдник;

ужин.

Круглогодично проводится искусственная С-витаминизация готовых блюд. Для профилактики йододефицита в питании используется йодированная соль.

Стоимость питания (в рублях):

Питание в детском саду организовано в групповых комнатах. Производственный процесс по приготовлению блюд выполняют квалифицированные повара. Весь цикл приготовления блюд осуществляется на пищеблоке, состоящем из двух цехов и кладовой для хранения продуктов. Помещение пищеблока размещается на первом этаже, имеет отдельный выход и полностью оснащено оборудованием в соответствии с нормативными требованиями.

Для обеспечения здорового питания воспитанников с целью сохранения и укрепления их здоровья, а также профилактики заболеваний в МБДОУ «Детский сад «Алёнушка» п. Эгвекинота» разработана Программа развития питания.

Организация правильного питания - огромная социально значимая задача в ДОУ. В этот процесс включены сотрудники  детского сада: педагоги, медицинская сестра, младшие воспитатели, повара, администрация, а также родители воспитанников и сами дети.

Целью работы всего коллектива является – сохранение и укрепление здоровья детей, их разностороннее развитие, а также создание образовательной среды, обеспечивающей формирование правильной культуры питания.

Все основные режимные моменты, связанные с питанием детей, как известно, проводятся в группе. Ответственность за организацию питания детей каждой группы несут воспитатели и младшие воспитатели. Педагогические и гигиенические требования к организации питания в группе заключается в создании безопасных условий при подготовке к приему пище и, непосредственно, во время приема пищи, а также в воспитании культурно-гигиенических навыков во время личной гигиены детей. Перед едой дети приводят в порядок свою одежду, тщательно моют руки, дежурные принимают посильное участие в сервировке стола.

Организовывая питание в группах, мы руководствуемся задачами, сформулированными в Образовательной программе ДОУ, составленной на основе программы *«От рождения до школы»*, СанПиН 2.4.1.3049-13 и ФГОС ДО, ориентируясь на возрастные особенности детей дошкольного возраста.

Воспитатель и младший воспитатель  всегда работают согласованно. Организовывая прием пищи, они решаются следующие задачи гигиены и правил питания:

- соблюдение режима дня и всех режимных моментов входе всего воспитательного -образовательно процесса;

- учет физического, психического и эмоционального состояния детей;

- удовлетворение органических потребностей детей и создание положительного отношения детей к еде;

- своевременное формирование культурно-гигиенических и эстетических навыков питания, культуры поведения детей за столом с учетом возрастных особенностей детей;

- формирование правил поведения и взаимоотношений детей друг с другом и со взрослым.

Форма работы по организации питания с детьми ведется разнообразная. Психологический комфорт детей в группе во многом зависит от того, как  организовано питание: качество предлагаемых детям блюд, их соответствие потребностям растущего организма, разнообразие меню и сама процедура приема пищи. Работа с детьми проводится в игровой, доступной форме с использованием практических заданий на темы воспитания у детей культуры питания, создания у детей положительного отношения к приему пищи. Профессиональная обязанность воспитателя детского сада - обучить ребенка правилам поведения за столом, которая происходит как на специальных организованных занятиях, так и во время приема пищи. В организационно-образовательной деятельности закрепляются знания, умения и навыки организации правильного питания, формируются у них знания о здоровом питании, о пользе овощей и фруктов, о правилах поведения за столом, элементарные знания о своем организме. Педагоги проводят с детьми и практические занятия на тему воспитания культуры питания и положительного отношения к приему пищи. На таких занятиях дети учатся правилам этикета за столом, у детей формируются навыки правильного пользования столовыми приборами принадлежностями, а полученные в ОД и на практических занятиях знания дети могут самостоятельно закрепить в свободной деятельности.[Хочу такой сайт](https://сайтобразования.рф/)