

Выступление на общем родительском собрании в ДОУ.

2 слайд Организация питания в муниципальном детском саду осуществляется в соответствии с документами.

Закон РФ от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании» (в действующей редакции)

СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольном учреждении» с изменениями в 2016г.

Федеральный Закон от 13.07.2015г. № 52 – ФЗ «О санитарно – эпидемиологическом благополучии населения»

3 слайд Факторы определяющие соответствие питания принципам здорового образа жизни

Состав продуктов питания

Их качество и количество

Режим и организация

4 слайд В нашем саду предлагается 4-разовое питание: первый завтрак, на него приходится 25 % суточной пищевой ценности рациона питания, второй завтрак - 10 % , обед- 25 %, полдник - 20 %. Суточная калорийность питания детей дошкольного возраста составляет примерно 1800-2000 ккал в день.

5 слайд Завтракать детям-дошкольникам нужно обязательно, ведь наличие завтрака является профилактикой возникновения избыточного веса у детей и подростков. А приобретенная привычка завтракать спасет от ожирения и во взрослом возрасте. Отсутствие же аппетита у ребенка по утрам – показатель недостатка сна.

6 слайд Второй завтрак не такой незаменимый, как первый прием пищи, но и не бесполезный. Лучшее время второго завтрака видится разумным примерно через 2-3 часа после основного утреннего приема пищи. В таком случае мы не подвергаем организм ни сильному голоду, ни излишней пищевой нагрузке.

Если вы первый раз завтракали плотно, то логичным выглядит перекус полегче, например фруктовый, если ели легко – понасыщенной.

7 слайд Обед в детском саду должен быть разнообразным. Например, поскольку присутствуют первые блюда, с крупой и картофелем, то гарнир ко второму блюду повара никогда не приготовят из таких же продуктов. Также они избегают использования блюд, которые приготовили из одного и того же — макарон в супе и гарнире. Когда составляется меню на обед, учитывают сочетание продуктов растительного и животного происхождения. Важно, чтобы каждый день детки получали одно крупяное и два овощных блюда.

8 слайд Полдник состоит из трёх блюд: кисломолочного напитка и хлебобулочного или мучного кондитерского изделия, а также, – свежих фруктов.

И на ужин творожная запеканка чередуется с рыбными блюдами.

9 слайд Если ваш малыш посещает садик, будьте спокойны: питание там сбалансированно и рассчитано с учетом возрастных норм по пищевым компонентам, микроэлементам и витаминам.

Приятного аппетита.