

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
центр развития ребенка – «Детский сад № 230»



# О здоровом питании в ДОУ

В рамках родительского собрания  
«Сохранение и укрепление  
здоровья воспитанников  
в детском саду»

L/O/G/O





Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение центр развития ребенка – «Детский сад № 230»



**1** Питание детей в детском саду

**2** Советы родителям

**3** Чем кормить дома?

Фотогалерея

# Питание в детском саду



- Питание детей в детском саду определено нормами, специально установленными для детей дошкольного возраста.
- Питание в нашем детском саду осуществляется по 10-ти дневному меню. Разработана картотека блюд, на каждое блюдо имеется технологическая карта. Меню разработано с учетом физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для воспитанников всех возрастных групп, в совокупности все блюда с меню должны дать малышу весь объем микроэлементов и полезных веществ, что ему необходимы.
- Согласно санитарно-гигиеническим требованиям соблюдения режима питания в детском саду предусмотрено четырехразовое питание: завтрак, обед, полдник, ужин.
- Познакомиться детально с «Меню детского сада» вы можете на нашем сайте - [230.мбдоу-барнаул.рф](http://230.мбдоу-барнаул.рф)
- Детское питание разрабатывается специалистом до мельчайших подробностей.
- Контроль за качеством приготовленной еды и ее вкусовыми характеристиками постоянно осуществляется медработником детского сада.

# Советы родителям.



- Чтобы расти и интенсивно развиваться, детям необходимо постоянно восполнять запасы энергии. Нехватка любых пищевых веществ может вызвать задержку роста, физического и умственного развития, а также нарушение формирования костного скелета и зубов. В особенности это касается детей дошкольного возраста.
- Почему вопросы питания дошкольников являются такими важными? Потому что, к сожалению, большинство заболеваний сегодня начинают формироваться именно в этом возрасте. Это хронические заболевания желудочно-кишечного тракта. Более того: именно нарушения в питании детей являются одной из основных причин и других хронических заболеваний детей.

# Чем кормить детей дома?



- Большинство дошкольников посещают детский сад, где получают четыре раза в день необходимое по возрасту питание. Домашний рацион питания такого “организованного” ребенка должен дополнять, а не заменять рацион детского сада. С этой целью в каждой группе воспитатели вывешивают **ежедневное меню**, чтобы родители могли с ним ознакомиться. Поэтому, забирая ребенка домой, не забудьте прочитать его и постарайтесь дать малышу дома именно те продукты и блюда, которые он недополучил днем. В выходные и праздничные дни старайтесь придерживаться меню детского сада, используя рекомендации медицинского работника детского учреждения.
- Утром перед отправлением ребенка в детский сад не кормите его, так как он потом будет плохо завтракать в группе. Ну а если вам приходится отводить его очень рано, напоите кефиром или дайте яблоко.





# Фотогалерея





*Моем руки чисто...чисто,  
А потом за стол садимся.*



*Да здравствует полотенце пушистое!*















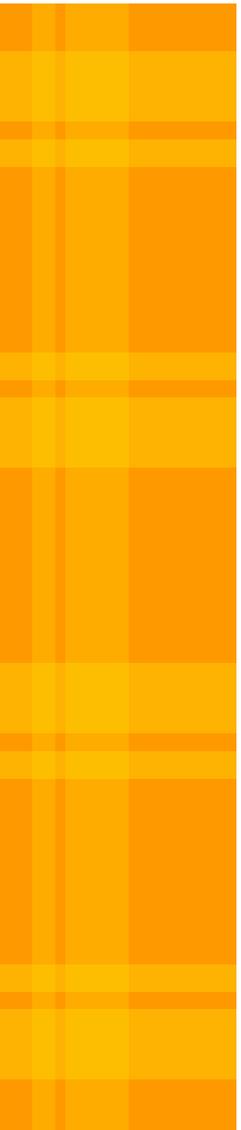
















*Ах как супчик наш хорош, в нём полезное найдёшь –  
витамины и бульон, .....*



*Сорока-ворона кашу варила, деток кормила...*





*Ах как вкусна, запеканка из творога...*





*Очень сладкая морковь в запеканке нашей...*



# Витамины





**Будьте  
здоровы!**



**L/O/G/O**