

Условия питания и охраны здоровья воспитанников

Питание является одним из важнейших факторов, определяющим здоровье детей, способствует профилактике заболеваний, повышению работоспособности и успеваемости, физическому и умственному развитию, создает условия для адаптации подрастающего поколения к окружающей среде.

В детском саду организовано четырехразовое питание: завтрак, второй завтрак, обед, полдник (уплотнённый) в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Питание осуществляется в соответствии с примерным циклическим 10- дневным меню, разработанным на основе физиологических потребностей детей в пищевых веществах с учетом рекомендуемых среднесуточных норм питания для двух возрастных категорий: для детей с 2 до 3 лет и для детей с 3 до 7 лет, утвержденным директором Учреждения.

На основании утвержденного примерного 10- дневного меню ежедневно составляется меню - требование установленного образца, которое утверждается заведующим детским садом.

В рацион питания включены все основные группы продуктов питания: мясо и мясные субпродукты первой категории (печень, сердце), рыба, молоко, молочные продукты, пищевые жиры, яйца, овощи, фрукты, сахар, хлеб, кондитерские изделия, крупы и др.

В целях профилактики гиповитаминозов в детском саду проводится круглогодичная искусственная С-витаминизация готовых блюд. Препараты витаминов вводят в третье блюдо после охлаждения непосредственно перед выдачей.

Приготовление первых, вторых блюд, салатов, кондитерских изделий осуществляется на основе технологических карт оформленных в картотеке блюд в соответствии с десятидневным меню.

Из мясных и рыбных продуктов готовятся котлеты, биточки, тефтели, гуляш, которые делаются в отварном и тушеном виде. В качестве гарниров ко вторым блюдам чаще используются овощи (отварные, тушеные, в виде пюре).

Также в меню предусмотрены блюда из творога (запеканки, сырники).

В качестве третьего блюда — компот из свежих или сухофруктов, кисель.

На завтрак готовятся различные молочные каши, макаронные изделия, яичные омлеты. Из напитков на завтрак даётся кофейный напиток с молоком, какао с молоком, Полдник в детском саду – уплотненный. Здесь имеют место рыбные блюда (котлеты, тефтели,

тушенная, запеканки), творог, чай сладкий, чай с молоком, молоко, кисломолочный продукт, выпечка. В качестве второго завтрака даётся фруктовый сок, фрукты или кисель. В детском саду детям обязательно даются такие молочные продукты, как сыр, творог, сметана (два последних продукта используются только после тепловой обработки).

Наряду с молоком детям регулярно даются кисломолочные напитки (кефир, варенец и др.), которые способствуют нормальному пищеварению.

В питание детей включается хлеб (черный и белый), крупы, макаронные изделия, обеспечивающие детей крахмалом, растительными волокнами, витаминами, магнием и др. Наши повара делают все для того, чтобы готовые блюда были красивыми, вкусными, ароматными и готовят с учетом индивидуальных вкусов детей.

Выдача пищи на группы осуществляется строго по утвержденному графику только после проведения приемочного контроля бракеражной комиссией. Результаты контроля регистрируются в «Журнале бракеража готовой кулинарной продукции».

Продукция принимается в соответствии с сертификатами качества, приготовление блюд осуществляется в соответствии с технологическими картами.

По заявлению родителей организуется индивидуальный подход к питанию детей, имеющих аллергические и ряд других заболеваний.

При организации питания детей, нуждающихся в лечебном и диетическом питании соблюдаются следующие требования:

- лечебное и диетическое питание детей организуется в соответствии с представленными родителями (законными представителями ребенка) назначениями лечащего врача;
- индивидуальное меню должно быть разработано специалистом-диетологом с учетом заболевания ребенка (по назначению лечащего врача);
- выдача детям рационов питания должна осуществляться в соответствии с утвержденными меню, под контролем медицинской сестры.

В детском саду допускается употребление детьми, нуждающимися в лечебном и диетическом питании готовых домашних блюд, предоставленных родителями детей.

Для обеспечения преемственности питания родителей информируют об ассортименте питания ребенка, вывешивая меню на раздаче, в раздевалках групп, с указанием полного наименования блюд, их выхода, стоимости.

Сформированный рацион питания соответствует по пищевой ценности возрастным нормам, физиологической потребности детей в пищевых веществах и энергии.

Оборудование пищеблока. Санитарно-гигиенический режим.

Устройство, оборудование и содержание **пищеблока** соответствует санитарным правилам к организациям общественного питания. Всё технологическое и холодильное оборудование в рабочем состоянии.

Для приготовления пищи используются 2 — электроплиты, духовой (жарочный) шкаф, мясорубки и овощерезки, протирачная машина, миксер, разделочные столы, шкафы, моечные, стеллажи для посуды, раковины для мытья рук, контрольные весы и другое оборудование и кухонный инвентарь. В помещении пищеблока проводится ежедневная влажная уборка, генеральная уборка по утвержденному графику.

Технологическое оборудование, инвентарь, посуда, тара изготовлены из материалов, разрешенных для контакта с пищевыми продуктами. Весь кухонный инвентарь и кухонная посуда имеют маркировку для сырых и готовых пищевых продуктов. При работе технологического оборудования исключена возможность контакта пищевого сырья и готовых к употреблению продуктов.

Кухонная посуда, столы, оборудование, инвентарь промаркированы и используются по назначению.

Имеется отдельная кладовая для хранения продуктов питания.

Пищевые продукты, поступающие в детский сад, имеют документы, подтверждающие их происхождение, качество и безопасность. Качество продуктов проверяет кладовщик и медсестра. Пищевые продукты без сопроводительных документов, с истекшим сроком хранения и признаками порчи не допускаются к приему.

Особо скоропортящиеся пищевые продукты хранятся в холодильных камерах и холодильниках при температуре +2-+6 °С, которые обеспечиваются термометрами для контроля за температурным режимом хранения.

Кисломолочные и другие готовые к употреблению скоропортящиеся продукты перед подачей детям выдерживают в закрытой потребительской упаковке при комнатной температуре до достижения ими температуры подачи 15 °С +/- 2 °С, но не более одного часа.

Прием пищевых продуктов и продовольственного сырья в учреждение осуществляется при наличии документов, подтверждающих их качество и безопасность. Продукция поступает в таре производителя (поставщика). Документация, удостоверяющая качество и безопасность продукции, маркировочные ярлыки (или их копии) сохраняются до окончания реализации продукции.

Пищевые продукты хранятся в соответствии с условиями хранения и сроками годности, установленными предприятием-изготовителем в соответствии с нормативно-технической документацией.

Складские помещения для хранения продуктов оборудованы приборами для измерения температуры воздуха, холодильное оборудование – контрольными термометрами.

Контроль за качеством питания, разнообразием и витаминизацией блюд, закладкой продуктов питания, кулинарной обработкой, выходом блюд, вкусовыми качествами пищи, санитарным состоянием пищеблока, правильностью хранения, соблюдением сроков реализации продуктов возлагается на медицинскую сестру детского сада.

В помещениях пищеблока ежедневно проводят уборку: мытье полов, удаление пыли, протирание радиаторов, подоконников; еженедельно с применением моющих средств проводят мытье стен, осветительной арматуры, очистку стекол от пыли и копоти и т.п. Один раз в месяц проводится генеральная уборка с последующей дезинфекцией всех помещений, оборудования и инвентаря. В помещениях пищеблока 1 раз в квартал проводится дезинсекция и дератизация силами специализированных организаций.

Также отслеживается соблюдение сроков прохождения медицинских обследований персоналом с обязательными отметками в санитарных книжках; проводятся ежедневные осмотры работников пищеблока на наличие гнойничковых заболеваний кожи, контролируется соблюдение личной гигиены сотрудниками пищеблока.

Каждый сотрудник пищеблока ознакомлен под роспись с инструкциями по режиму работы в пищеблоке. Инструкции изготовлены в виде моющихся табличек и вывешены на стенах непосредственно на рабочих местах, что не затрудняет проведение санитарной обработки стен. Все инструкции составлены в соответствии с СанПиН.

Работа по организации питания детей в группах осуществляется под руководством воспитателя и заключается:

- в создании безопасных условий при подготовке и во время приема пищи;
- в воспитании культурно-гигиенических навыков во время приема пищи детьми.

Ежемесячно, ежеквартально и в конце календарного года проводится анализ выполнения питания по натуральным нормам, подсчитывается калорийность.

Медицинская сестра совместно с бракеражной комиссией, утвержденной приказом директора Учреждения систематически осуществляет контроль над правильностью обработки продуктов, закладкой, выходом блюд, вкусовыми качествами пищи. Особенно тщательно контролирует правильность приема, хранения и реализации продуктов.

В детском саду работает постоянно действующая приемочная и экспертная комиссия по закупкам товаров, работ, услуг для нужд детского сада «Ягодка», в том числе продуктов питания.

Назначены ответственные лица по работе в автоматизированной электронной системе Россельхознадзора «Меркурий» за приобретением качественных продуктов питания, таких как мясная, молочная и рыбная продукция и яйцо.

Назначены ответственные лица за передачу в государственную информационную систему маркировки «Честный знак» сведений о выводе из оборота товаров, подлежащих обязательной маркировке (молочная продукция).

В детском саду организован **административно-общественный контроль** за организацией и качеством питания воспитанников, в состав которой входит представитель родительской общественности. Члены комиссии организуют свою работу в соответствии с Планом-графиком.

В своей работе мы руководствуемся следующими принципами:

- Составление полноценного рациона питания;
- Использование разнообразного ассортимента продуктов, гарантирующих достаточное содержание необходимых минеральных веществ и витаминов;
- Строгое соблюдение режима питания, отвечающего физиологическим особенностям детей различных возрастных групп, правильное сочетание его с режимом дня для каждого ребёнка и режимом работы детского сада;
- Соблюдение правил эстетики питания, воспитание необходимых гигиенических навыков в зависимости от возраста и развития детей;
- Правильное сочетание питания в детском саду с питанием в домашних условиях, проведение необходимой санитарно-просветительской работы с родителями, гигиеническое воспитание детей;
- Индивидуальный подход к каждому ребёнку, учёт состояния его здоровья, особенностей развития, периода адаптации, наличие хронических заболеваний.
- Строгое соблюдение технологических требований при приготовлении пищи, обеспечение правильной обработки пищевых продуктов, повседневный контроль за работой пищеблока, доведение порций до ребёнка, правильной организации питания детей в группах.

Условия охраны здоровья воспитанников

Одна из приоритетных задач, стоящих перед детским садом — это охрана и укрепление здоровья детей. Здоровье ребёнка – основа успешного формирования,

развития и реализации его способностей, задатков, адаптация к быстро меняющимся условиям социальной жизни.

В детском саду ребёнок проводит значительную часть времени, поэтому окружающая его среда должна обеспечить укрепление психического и физического здоровья ребёнка, создать благоприятные гигиенические, педагогические и эстетические условия, комфортную психологическую обстановку.

В нашем детском саду создана система необходимых условий по охране и укреплению здоровья воспитанников:

- 1) проведение санитарно-просветительной работы среди сотрудников и родителей, с последующими рекомендациями по гигиеническому воспитанию детей и формированию навыков здорового образа жизни;
- 2) контроль за организацией питания дошкольников;
- 3) оформление соответствующей медицинской документации.

Все работники детского сада проходят первичный и плановый медицинский осмотр, имеют личную медицинскую книжку установленного образца.

В режиме пребывания детей в детском саду отражается время приема пищи, прогулок, дневного сна, организованной образовательной деятельности для каждой возрастной группы детей.

Составляющие режима структурировались на основе режима дня в двух вариантах в зависимости от сезона (летнего и зимнего). Зимний период (холодный) определен с 1 сентября по 31 мая. Летним периодом (теплым) считается календарный период с 1 июня по 31 августа.

При проведении режимных процессов в детском саду соблюдается:

- полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей (в сне, питании);
- тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели;
- привлечение детей к посильному участию в режимных процессах;
- поощрение самостоятельности и активности;
- формирование культурно-гигиенических навыков;
- эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов;
- учет потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка;
- спокойный и доброжелательный тон обращения, бережное отношение к ребенку;
- устранение долгих ожиданий, так как аппетит и сон малышей прямо зависит от состояния их нервной системы.

Режим дня соответствует возрастным особенностям детей и способствует их полноценному гармоничному развитию.

В летне-оздоровительный период вся работа с детьми проходит на свежем воздухе, за исключением сна и приема пищи. Соблюдается питьевой режим.

Пропаганда и обучение навыкам здорового образа жизни и элементарным требованиям охраны труда.

Проблема раннего формирования культуры здоровья актуальна, своевременна и достаточно сложна. Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни начинается уже в детском саду.

Работа проходит по таким направлениям, как рациональный режим дня, правильное питание, рациональная двигательная активность, закаливание организма, стабильное психоэмоциональное состояние.

Во всех дошкольных группах реализуется парциальная программа «ОБЖ», а в подготовительной к школе группе еще и парциальная программа «Разговор о правильном питании» (см. раздел «Образование»). Дети самостоятельно и под руководством воспитателя получают элементарные знания и навыки по формированию своего здоровья. Они учатся познать себя, анализировать свое состояние здоровья, самочувствие, избавляться от комплексов, давать себе объективную оценку. Организация обучения проходит через игру, игровые ситуации, беседы, акции, театрализованные представления, чтение художественной литературы, продуктивную деятельность. Таким образом, обучение дошкольников здоровому образу жизни идет во всех видах деятельности ребенка и поддерживается родителями дома.

В методическом кабинете накоплен богатый материал: дидактические игры и пособия по культуре поведения, ведению здорового образа жизни, рациональному питанию, соблюдению правил безопасного поведения и правил личной гигиены.

Проведение санитарно-противоэпидемических и профилактических мероприятий.

В целях профилактики возникновения и распространения инфекционных заболеваний и пищевых отравлений в детском саду медицинская сестра проводит:

- ежедневный «утренний фильтр» при приеме детей в детский сад и в течение дня с целью выявления больных, своевременную их изоляцию (совместно с воспитателями групп);
- систематическое наблюдение за состоянием здоровья воспитанников, особенно имеющих отклонения в состоянии здоровья;

- работу по организации профилактических осмотров воспитанников и их вакцинацию;
- распределение детей на медицинские группы для занятий физическим развитием;
- информирование заведующего детским садом, воспитателей, о состоянии здоровья детей;
- оказание первой медицинской помощи при возникновении несчастных случаев;
- один раз в неделю осмотр детей на педикулез.
- систематический контроль за санитарным состоянием и содержанием территории и всех помещений, соблюдением правил личной гигиены воспитанниками и персоналом;
- организацию и проведение профилактических и санитарно-противоэпидемических мероприятий;
- работу по организации и проведению профилактической и текущей дезинфекции, а также контроль за полнотой ее проведения;
- медицинский контроль за организацией физического воспитания;
- контроль за работой пищеблока и питанием детей;
- ведение медицинской документации.