

Організація харчування



Спасибі усім, хто на кухні працює,

Компоти нам варить, смачні страви готує.

Спасибі вам за пиріжки, вареники і пампушки.

Без вас були б малимий не вирости б такими

В чому ж полягають зміни в організації харчування у закладах дошкільної освіти у 2022 році?

закладах освіти та дитячих закладах оздоровлення та відпочинку» від 22.11.2004 № 1591.

А з 1 вересня 2021 року чинності набрала постанова КМУ «Про затвердження норм та Порядку організації харчування у закладах освіти та дитячих закладах оздоровлення та відпочинку» від 24.03.2021 № 305. Втратила чинність постанова КМУ «Про затвердження норм харчування у

Із 01 січня 2022 року оплата за харчування вихованців за день зросла. Окрім цього, 60% денної вартості вносять батьки, 40% – міська рада (рішення виконавчого комітету Ужгородської міської ради від 20.10.2021 №463 «Про грошову норму харчування у ЗДО та дошкільних відділеннях ЗЗСО»).

Розроблене чотиритижневе сезонне меню з урахуванням нових норм харчування та з дотриманням калорійності відносно кратності харчування.

Вихованці ЗДО з дванадцятигодинним режимом роботи із 01 січня 2022 року харчуються тричі на день. Перерва між споживанням їжі становить не більше 4 годин.

Змінені норми по білках, жирах, вуглеводах, збільшилася кількість вітамінів, меню стало якісніше:

- скорочено кількість цукру та солі;
- зменшено кількість хліба на 1 прийом їжі з 60 до 30 грамів;
- збільшено кількість м'яса в раціоні в залежності від віку вихованців;
- макаронні вироби тепер з вищим вмістом клітковини;
- збільшилася кількість круп;
- зменшено споживання картоплі як самостійної страви;
- масло має бути не менше 72% жирності;
- збільшилася кількість та асортимент соків, овочів, сушених та свіжих фруктів;

Раціон фактично не змінився, але якісний склад його виріс в рази. На 75 % тарілка має складатися із рослинної їжі. За рахунок того, що збільшиться кількість спожитої клітковини, у дитини покращиться травлення. Меню підібране таким чином, щоб сформувати здорову звичку в харчуванні дітей.

Сподіваємося, що родини вихованців підтримають курс держави на здорове харчування дітей.



РЕЖИМ ХАРЧУВАННЯ ДИТИНИ ВДОМА І ВСЕ ІНШЕ



Режим харчування дитини вдома

Меню домашнього харчування має бути збалансованим та містити достатню кількість білків, жирів, вуглеводів, мінеральних речовин, вітамінів, що сповна забезпечують енергетичні витрати дитячого організму.

Подбайте про те, щоб посуд, з якого їсть дитина, завжди був чисто вимитим, їжа свіжою, щойно приготованою. Якщо дитина харчується у дитячому садку, відкоригуйте режим харчування вдома, урахувавши поживну цінність їжі, що подається у дошкільному закладі, та години прийому їжі.

Привчайте дитину:

- перед прийомом їжі обов'язково мити руки з милом, витирати їх індивідуальним рушником;
- самостійно сідати на стілець та підсовувати його до столу;
- під час прийому їжі охайно вживати тверду їжу;
- відламувати хліб маленькими шматочками, заїдати його рідкою їжею (суп, борщ тощо); самостійно їсти ложкою з тарілки, пити з чашки;
- не обливатись; після прийому їжі користуватися серветкою, вставати зі стільця.

Навчайте малюка підтримувати чистоту навколо себе, бути охайним, пояснюйте йому, що і як треба робити.