

Особенности организации питания и питьевого режима

в летний оздоровительный период

В летний оздоровительный период важно обеспечить систему мер, направленную на качество организации рационального, сбалансированного питания, обеспечивающего организм ребенка всеми необходимыми ему пищевыми веществами (белками, жирами, углеводами, витаминами, минеральными солями) и энергией. Для обеспечения безопасности питания воспитанников в условиях функционирования учреждения дошкольного образования уделяется внимание не только качеству продуктов, поступающих на пищеблок, но и условиям, срокам их хранения, соблюдению требований к технологии приготовления готовых блюд, срокам годности и условиям хранения готовых блюд.

Для организации качественного рационального питания воспитанников необходимо:

- обеспечить энергетическую ценность суточных рационов питания, соответствующих энерготратам детей;
- максимально разнообразить и сбалансировать рацион по всем заменимым и незаменимым пищевым факторам, включая белки и аминокислоты, пищевые жиры и жирные кислоты, витамины, минеральные соли и микроэлементы, а также минорные компоненты пищи (флавоноиды, нуклеотиды и др.);
- использовать технологическую и кулинарную обработку продуктов и блюд, обеспечивающую их высокие вкусовые качества и сохранность исходной пищевой ценности;
- учитывать индивидуальные особенности воспитанников (в том числе непереносимость ими отдельных продуктов и блюд);
- обеспечить санитарно-гигиеническую безопасность питания (соблюдение соответствующих санитарных требований к состоянию пищеблока, поставляемым продуктам питания, их транспортировке, хранению, приготовлению, раздаче блюд и др.).

В летнее время особое внимание необходимо уделить организации питьевого режима, т. к. во время жары потребность в жидкости у ребенка существенно увеличивается. Для организации питьевого режима воспитанников используется негазированная питьевая вода промышленного производства, фасованная в емкости, или кипяченая, которая хранится не более 6 часов.

Питьевая вода должна быть доступна ребенку в течение всего времени его нахождения в учреждении дошкольного образования. Питьевая вода выносится на улицу, разливается в одноразовую посуду или посуду индивидуального пользования по просьбе детей.