

# *Организация питания в детском саду*





# Результаты анкетирования оценки организации питания в детском саду

<b>Всего проанкетировано</b>	<b>162 чел.</b>
<b>отлично</b>	<b>71 чел.</b>
<b>хорошо</b>	<b>86 чел.</b>
<b>удовлетворительно</b>	<b>3 чел.</b>
<b>без оценки</b>	<b>2 чел.</b>
<b>внесли предложения по организации питания</b>	<b>33 чел.</b>
<b>выразили благодарность за хорошо организованную работу по питанию</b>	<b>87 чел.</b>
<b>представили анкеты без предложений</b>	<b>42 чел.</b>

	Не любимые	Любимые
<b>КАШИ</b>	- Молочные и немолочные - Гречка (сухая) - Молочная вермишель	- Молочные каши (манная, рисовая, геркулесовая) - Молочная лапша
<b>ПЕРВЫЕ БЛЮДА</b>	- Супы - Рассольник - Рыбный суп - Гороховый суп - Борщ - Суп с яйцом	- Супы - Борщ (самый любимый) - Гороховый суп (II место) - Рассольник
<b>ГОРЯЧИЕ БЛЮДА</b>	- Картофельное пюре - Капуста (тушеная капуста?) - Ленивые голубцы - Плов - Ежи мясные - Рис с изюмом - Макароны - Котлета - Сосиска - Запеканка - Омлет - Гороховое пюре - Подлива из мяса - Рыбная котлета - Рыбное суфле - Рыбные тефтели	- Картофельное пюре - Солянка - Ленивые голубцы - Плов - Гречка с мясной подливой - Рис с мясной подливой - Макароны - Котлета - Сосиска, колбаса - Запеканка (самая любимая) - Омлет - Гороховое пюре - Макароны с курицей - Рыбная котлета - Рыбная запеканка - Рыбные тефтели - Мясное суфле
<b>САЛАТЫ</b>	- Зеленый горошек - Салат из моркови и яблок - Квашеная капуста	- Салат из овощей - Квашеная капуста
<b>ОВОЩИ</b>	- Морковь - Соленый огурец - Свекла	- Соленый огурец - Свежий огурец - Морковь - Тушеная морковь - Тушеная свекла
<b>ФРУКТЫ</b>	- Яблоки	- Фрукты
<b>КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ</b>	- <b>НЕТ ?</b>	- Булочки - Оладьи - Сушки - Мармелад
<b>НАПИТКИ</b>	- Кефир - Молоко - Чай с молоком - Чай с лимоном - Какао	- Кефир - Компот - Чай с лимоном - Какао - Сок - Кисель - Напиток из шиповника
<b>ДРУГОЕ</b>		- Хлеб с маслом



# Сбалансированное питание



Наименование пищевого продукта или группы пищевых продуктов	Количество продуктов в зависимости от возраста детей	
	в г, мл, нетто	
	1-3 года	3-7 лет
Молоко и кисломолочные продукты	390	450
Творог, творожные изделия	30	40
Сметана	9	11
Сыр твердый	4,3	6,4
Мясо (бескостное/ на кости)	50	55
Птица	20	24
Рыба (филе)	32	37
Колбасные изделия	-	7
Яйцо куриное столовое	20	24
Картофель	120	140
Овощи, зелень	205	260
Фрукты (плоды) свежие	95	100
Фрукты (плоды) сухие	9	11
Соки фруктовые (овощные)	100	100
Напитки витаминизированные	-	50
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	50
Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	60	80
Крупы (злаки), бобовые	30	43
Макаронные изделия	8	12
Мука пшеничная хлебопекарная	25	29
Масло коровье сладкосливочное	18	21
Масло растительное	9	11
Кондитерские изделия	7	10
Чай, включая фиточай	0,5	0,6
Какао-порошок	0,5	0,6
Кофейный напиток	1,0	1,2
Сахар	30	35
Дрожжи хлебопекарные	0,4	0,5
Мука картофельная (крахмал)	2	3
Соль пищевая поваренная	4	6

## Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых

	2-3 г.	3-7 лет
Энергия (ккал)	1400	1800
Белок, г	42	54
В т.ч. животный (%)	65	60
г/кг массы тела	-	-
Жиры,г	47	60
Углеводы,г	203	261

# **Рекомендуемое распределение калорийности между приемами пищи в % от суточного рациона**

**Для детей с дневным  
пребыванием 12 часов**

**Завтрак (20 – 25 %)**

**2 завтрак (5 %)**

**Обед (30 – 35%)**

**Полдник (10-15%)**

**Ужин (20 – 25 %)**

# Работа пищеблока







TECTO













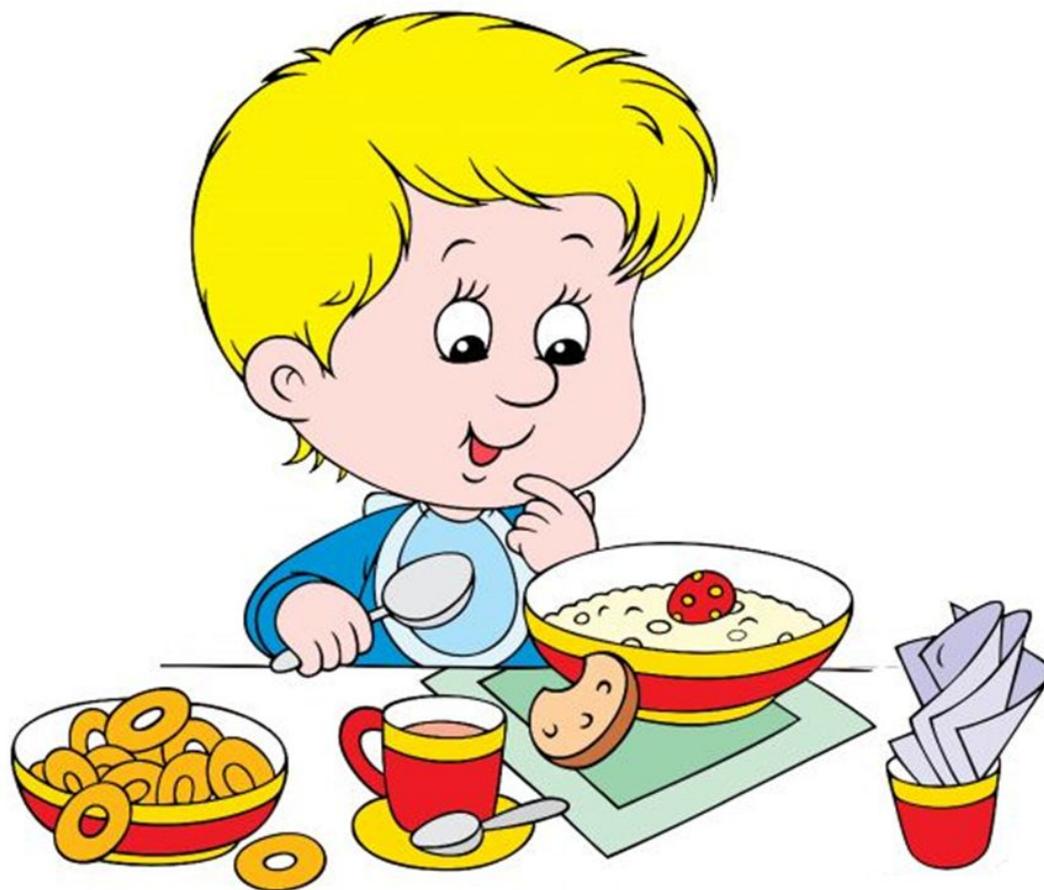








# Организация питания в группах

































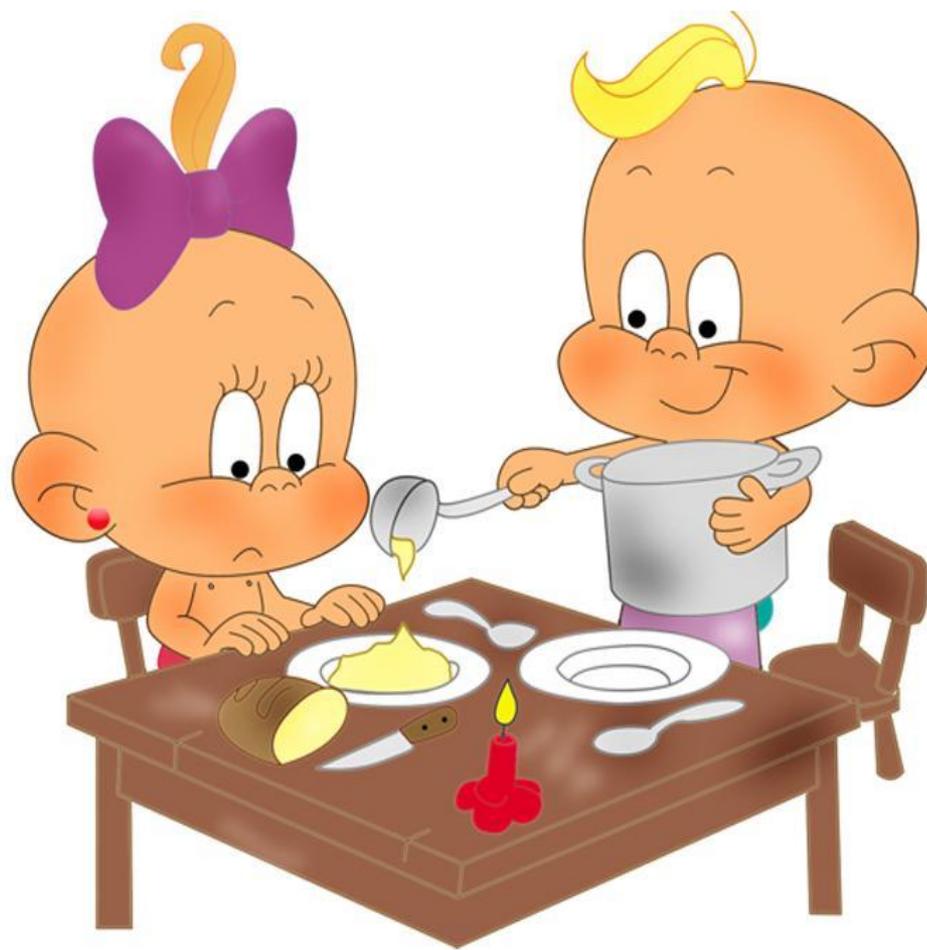








# Тема питания в свободной деятельности детей



















# Психологическая составляющая питания







**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ**

