**Питание в дошкольном учреждении.**

Для нормального роста и развития ребенка необходимо правильно организованное питание. Растущий и быстро развивающийся организм требует достаточной по количеству и полноценной по качеству пищи. Как недостаточное, так и избыточное одинаково вредно для здоровья ребенка и может привести к расстройству пищеварения, нарушению обмена веществ, снижению сопротивляемости организма, к замедлению не только физического, но и психического развития. В детском саду этому вопросу уделяется огромное внимание. Питание в ДОУ организовано в соответствии с санитарными правилами и нормами.

**Основные принципы организации питания:**

* 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 каждого ребенка и режимом работы ДОУ;
* соблюдение правил эстетики питания, воспитание необходимых гигиенических навыков в зависимости от возраста и уровня развития детей;
* правильное сочетание питания в ДОУ с пи­танием в домашних условиях, проведение необходимой санитар­ной - просветительной работой с родителями, гигиеническое вос­питание детей;
* индивидуальный подход к каждому ребенку, учет состояния его здоровья, особенности развития, периода адаптации, хронических заболеваний;
* строгое соблюдение технологических требований при приготов­лении пищи, обеспечение правильной кулинарной обработки пи­щевых продуктов;
* повседневный контроль за работой пищеблока, доведение пищи до ребенка, правильной организацией питания детей в группах
* учет эффективности питания детей.