**Организация питания.**

 В ДОУ 4-х разовое сбалансированное питание: завтрак, 2ой завтрак, обед,

полдник.

Рацион для детей раннего и дошкольного возраста нашего детского сада

обладает достаточной энергетической и биологической ценностью,

соответствует физиологическим возрастным потребностям детей, содержит

 необходимое количество белков, жиров, углеводов, витаминов,

минеральных веществ. Правильный режим питания детей предусматривает

соответствующее распределение продуктов в течение суток.

 Повара готовят вкусные и разнообразные блюда, соблюдая технологию

тепловой обработки, сберегая витаминный состав овощей и фруктов. В

повседневные рационы детский сад включает все основные группы

продуктов - мясо, рыба, молоко и молочные продукты, яйцо, овощи, фрукты,

кондитерские изделия и сахар, хлеб, крупы и т.д.

Мясо и рыба приготавливаются в виде самых разнообразных блюд – котлет,

 фрикаделек, гуляша и др. – в зависимости от индивидуальных вкусов

дошкольников.

В детском саду детям обязательно даются такие молочные продукты, как

Сыр творог, сметана (два последних продукта используются только после

тепловой обработки).

 В питание детей включается хлеб (черный и белый), крупы, особенно

гречневая и овсяная, 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.

 При составлении меню учитываются все медицинские противопоказания в

 продуктах питания. Меню ежедневно составляется по согласованному

примерному 10-ти дневному меню.

На каждое блюдо имеется технологическая карта приготовления.