

## Документация по организации питания



## Просветительская деятельность



## Кладовая Холодильное оборудование



Кладовщик



Стеллажи с сухими продуктами

## Пищеблок с современным оборудованием



Электроплиты



Жарочный шкаф



Картофелечистка



Душевая кабина



Мясорубка



Система очистки воды

## Организация работы на пищеблоке детского сада



## Организация работы на пищеблоке детского сада



## Специально организованная образовательная деятельность с воспитанниками



## Совместная образовательная деятельность в режимных моментах



## Организация питания детей в группах: организация дежурства





## Организация питания детей в группах: сервировка стола



## Организация питания детей в группах: культура потребления еды



## Организация питания детей в группах: культура потребления еды



## Организация питания детей в группах



## Организация питания детей: презентация новых блюд для родителей



## Формы работы с сотрудниками



Вопросы организации питания на Педагогических советах



Организация открытых просмотров педагогической деятельности



Конкурс на лучшее детское блюдо - сентябрь 2016

## Проведение праздничных мероприятий с участием воспитанников



## Сотрудничество с социумом при проведении познавательных мероприятий



Познавательное занятие «Азбука здорового питания»



Дидактическая игра «Где прячутся витамины?»



Беседа с специалистом Пензенского областного центра медицинской профилактики о пользе витаминов



Совместная фотография с организаторами праздника



# Наличие информационных стендов



**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

*Правильное питание - залог здоровья!*

Блюдо	Вес	Калории	Белки	Жиры	Углеводы
Суп из картофеля	150г	110	4,5	1,5	18,0
Салат из овощей	150г	45	1,5	0,5	8,0
Пюре из картофеля	150г	150	2,5	1,5	25,0
Компот из фруктов	100г	40	0,5	0,2	10,0
Хлеб	10г	40	0,5	0,2	8,0
<b>Итого</b>	<b>560г</b>	<b>385</b>	<b>9,0</b>	<b>3,7</b>	<b>69,0</b>

**Правила приготовления картофеля по-русски**

Ингредиенты	Масса	
	Взвешивать	Норма
Картофель	100	100
Молоко	2,5	4,0
Сливки	10	10
Соль	1	1

1. Для приготовления картофеля по-русски необходимо использовать картофель сорта «Руса».

2. Для приготовления картофеля по-русски необходимо использовать картофель сорта «Руса».

3. Для приготовления картофеля по-русски необходимо использовать картофель сорта «Руса».

# Конкурс на лучшую организацию детского питания среди муниципальных образовательных учреждений города Пензы, реализующих основную общеобразовательную программу дошкольного образования (2015, 2016 гг.)

## Традиции здорового питания семьи

**МБДОУ №141 г. Пензы**

Прежде чем начать готовить и подавать ребенку домашнюю еду, необходимо знать, что такое здоровое питание. Оно включает в себя правильное питание, которое является основой для здоровья. Также в него входят: питание, которое является основой для здоровья. Также в него входят: питание, которое является основой для здоровья.

**Рекомендации по организации детского питания:**

- 1. Питание должно быть разнообразным.
- 2. Питание должно быть регулярным.
- 3. Питание должно быть здоровым.
- 4. Питание должно быть безопасным.

**Рецепты:**

- 1. Рыба отварная, порезанная кубиками.
- 2. Рыба отварная, порезанная кубиками.
- 3. Рыба отварная, порезанная кубиками.
- 4. Рыба отварная, порезанная кубиками.

**Приемы пищи:**

1. Прием пищи должен быть регулярным.
2. Прием пищи должен быть разнообразным.
3. Прием пищи должен быть здоровым.
4. Прием пищи должен быть безопасным.

**Приемы аппетита!**

## «Здоровое питание – здоровые Мы»

**МБДОУ детского сада № 141 г. Пензы**

Мы очень любим рыбу. Мы любим готовить и есть рыбу. Мы очень любим рыбу. Мы любим готовить и есть рыбу.

**Рецепты:**

- 1. Рыба отварная, порезанная кубиками.
- 2. Рыба отварная, порезанная кубиками.
- 3. Рыба отварная, порезанная кубиками.
- 4. Рыба отварная, порезанная кубиками.

**Приемы аппетита!**

## Путешествие в страну Здравовкусия

**Обед**

Готовь с мамой и все да  
А чтобы мне здоровой быть,  
Нужно фрукты чист мыть!  
Каждый день я буду есть,  
Витамин в них не съест!  
На стол всегда я вы:  
Яблоко, бананы,  
Виноград, Гранат и Киви,  
У нас два завтрака в квартире!  
На первый завтрак мы салат,  
А на второй все фрукты.  
«Хорошие продукты!»  
Потом идет на завтрак,  
Там витамин аптеки,  
Киви и яблоки, дольки банана.  
Уже обед стоит.  
Нарежь дружок сей же час,  
Это для борща супа,  
Рыбные салаты,  
Варенье банана и творога,  
В них все, что очень важно!  
Белка, яйца и углеводов,  
Во всем балансе нам нужен.  
Большая моя задача не стоять,  
Весь день буду я занят.  
До ужина на полдник  
Смеси мы приготовить хотим,  
Закрепить ртом фрукты,  
Иль творожок жевать!  
Такой вот рацион для нас,  
Мы каждому советуем.  
Здоровой будет вся семья!  
И с мамой поблагодарим,  
А так же попросим вас:  
«Радости всем животам!»

**Завтрак 1**

**Завтрак 2**

**Подник**

**Ужин**

**Кабачки запеченные с луком:**  
Кабачки - 600г, томаты - 300г, лук - 2 шт, твердый выжирный сыр 150 г.  
Очищенные кабачки и помидоры нарезать кружочками. В смазанную форму выложить кабачки, сверху лук и помидоры. Немного посолить, посыпать тертым сыром, порезанным бальзамом, сверху тертый сыр и поставить в духовку на 15-20 минут.

**Суп сливочный с семгой:**  
Семга, картофель, лук, морковь, рис, сливки. Смету сварить, добавить от костей. В кастрюлю в бульонном от семги положить порезанный картофель, лук, морковь, поперчить и варить до готовности. Добавить сметану, сливки, посолить по вкусу.

**Омлет Дрожжевой:**  
Яйца, 1 ст.л. муки, 4 ст.л. сметаны, 250 мл молока, соль 0,5 ч.л., масло сливочное 70г.  
Белки отделить от желтков. Белки взбить до пены. Желтки смешать со сметаной, молоком, мукой, солью и в эту массу осторожно влить белки так, чтобы они не осели. Форму обильно смазать сливочным маслом, в нее перелить получившуюся смесь и запекать при температуре 180 градусов 45 минут.

# Взаимодействие с семьями воспитанников при проведении конкурсов

## *Конкурс «Традиции вкусной и здоровой еды в нашей семье»*

