

Доклад медицинской сестры

В настоящее время остро встала проблема болезненности населения. Все чаще и чаще мы узнаем о болезнях, которые добавляет нам экология, загрязненность воды, ненатуральные продукты. Педиатры бьют тревогу, уже дошкольники и младшие школьники имеют проблемы с желудочно-кишечным трактом, многие страдают ожирением либо анорексией. Все мы понимаем, что ребенка надо приучать к здоровому образу жизни с самого раннего возраста, потому что дети это наше будущее. Складывающейся ситуацией обеспокоены и правительство нашей страны, и региональные власти и общественность и мы, работники детского сада. Поэтому мы ведем работу по ознакомлению детей с правилами рационального питания.

Ваша задача и наша организовать правильное, здоровое и рациональное питание нашим детям. В условиях детского сада питание организовано в соответствии с требованиями к содержанию и организации режима работы в дошкольных учреждениях. При составлении меню учитываются возрастные особенности детей, нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах. Меню составляется на основе технологических карт. Ежедневно просчитывается калорийность получаемых детьми блюд.

Одним из важных факторов здоровья ребенка является организация рационального питания и отражение ее в воспитательно-образовательном процессе. Правильное питание – это основа длительной и плодотворной жизни, залог здоровья, бодрости, гарантия от появления различных недугов. Поэтому в плане работы детского сада вопрос о правильном питании занимает одно из важнейших мест. В детском саду питание организовано в групповой комнате. Весь цикл приготовления блюд происходит на пищеблоке. Пищеблок на 100% укомплектован кадрами. Помещение пищеблока размещается в здании детского сада, имеет отдельный выход. Транспортирование пищевых продуктов осуществляется автотранспортом. Имеется десятидневное перспективное меню. При составлении меню используется разработанная картотека блюд, что обеспечивает сбалансированность питания по белкам, жирам, углеводам. Готовая пища выдается только после снятия пробы и соответствующей записи в журнале результатов оценки готовых блюд. Организация питания постоянно находится под контролем администрации. В детском саду организовано 4-х разовое питание. В меню каждый день включена суточная норма молока, сливочного и растительного масла сахара, хлеба, мяса. Продукты, богатые белком (рыба, мясо), включаются в меню первой половины дня. Во второй половине дня детям предлагаются молочные и овощные блюда. Для приготовления вторых блюд кроме говядины используются также субпродукты (печень в виде суфле, котлет, биточков, гуляша). Ежедневно в меню включены овощи, как в свежем, так и вареном и тушеном виде. Дети регулярно получают на полдник кисломолочные продукты. Чтобы расти и интенсивно развиваться, детям необходимо постоянно восполнять запасы энергии. Нехватка любых пищевых веществ может вызвать задержку роста, физического и умственного развития, а также нарушение формирования костного скелета и зубов. В особенности это касается детей дошкольного возраста.