**Распространенные вопросы родителей** **по питанию в ДОУ**

**и ответы на них**

# [С какими проблемами в питании сталкиваются дети в детском саду?](http://ds317.roovr.ru/cvedeniya-ob-obrazovatelnoy-organizatsii/organizatsiya-pitaniya-v-obrazovatelnoy-organizatsii/forma-obratnoy-svyazi/%22%20%5Cl%20%22collapse21)

# Ответ:

1. Обязательно следует сразу договориться с воспитателями о том, чтобы они не заставляли ребенка есть насильно или доедать то, что осталось в тарелке. Это способно навредить и аппетиту, и психике малыша. Если вы столкнетесь с подобным явлением, обязательно поставьте в известность администрацию сада.
2. Еще одна проблема, с которой сталкиваются дети в детском саду: некоторые из них не успевают поесть за отведенное время, зная это, они волнуются, давятся и иногда даже остаются голодными. Ребенку нужно привыкнуть к общему ритму жизни сада. К тому же есть дети-«копуши», которые, как бы ни старались, все равно не успеют за всеми. Если ваш ребенок такой, поговорите с воспитателем, пусть малыша не торопят.
3. Вы также должны проинформировать воспитателей о том, какие продукты противопоказаны вашему ребенку (пищевая аллергия, болезни желудка печени, диабет и многие другие противопоказания). У каждого малыша к тому же есть блюда, которые он не любит. Дома вы обычно не заставляете есть эти продукты, — попросите и воспитательницу, чтобы ребенка не заставляли их есть

# [Как подготовить ребенка к питанию в детском саду?](http://ds317.roovr.ru/cvedeniya-ob-obrazovatelnoy-organizatsii/organizatsiya-pitaniya-v-obrazovatelnoy-organizatsii/forma-obratnoy-svyazi/%22%20%5Cl%20%22collapse20)

**Ответ:**

Перед поступлением ребенка в детский сад попробуйте немного приблизить свое домашнее меню (если оно у вас «изысканное») к детсадовскому (каши, суп, запеканки, простые котлеты, компот). Пусть ребенок получает такие блюда хотя бы на завтрак и на обед.

Постарайтесь также соблюдать детсадовский режим питания.

# [Какие продукты не разрешены для питания в детском саду?](http://ds317.roovr.ru/cvedeniya-ob-obrazovatelnoy-organizatsii/organizatsiya-pitaniya-v-obrazovatelnoy-organizatsii/forma-obratnoy-svyazi/%22%20%5Cl%20%22collapse19)

#  Ответ:

С перечнем продуктов, не допускающихся при организации питания детей в детском саду, Вы можете познакомиться, перейдя по ссылке:

[http://detsad19-lastochka.ru/wp-content/uploads/2022/07/Перечень-пищевой-продукции-которая-не-допускается-при-организации-питания-детей-СанПиН-2020-г.pdf](http://detsad19-lastochka.ru/wp-content/uploads/2022/07/%D0%9F%D0%B5%D1%80%D0%B5%D1%87%D0%B5%D0%BD%D1%8C-%D0%BF%D0%B8%D1%89%D0%B5%D0%B2%D0%BE%D0%B9-%D0%BF%D1%80%D0%BE%D0%B4%D1%83%D0%BA%D1%86%D0%B8%D0%B8-%D0%BA%D0%BE%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%B0%D1%8F-%D0%BD%D0%B5-%D0%B4%D0%BE%D0%BF%D1%83%D1%81%D0%BA%D0%B0%D0%B5%D1%82%D1%81%D1%8F-%D0%BF%D1%80%D0%B8-%D0%BE%D1%80%D0%B3%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B7%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%B8-%D0%BF%D0%B8%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D1%8F-%D0%B4%D0%B5%D1%82%D0%B5%D0%B9-%D0%A1%D0%B0%D0%BD%D0%9F%D0%B8%D0%9D-2020-%D0%B3.pdf)

# [Нужно ли соблюдать режим питания ребенку?](http://ds317.roovr.ru/cvedeniya-ob-obrazovatelnoy-organizatsii/organizatsiya-pitaniya-v-obrazovatelnoy-organizatsii/forma-obratnoy-svyazi/%22%20%5Cl%20%22collapse17)

**Ответ:**

Да, обязательно. Во-первых, это необходимо для нормальной работы желудочно-кишечного тракта (выработки желудочного сока), а во-вторых, это позволяет выработать у ребенка стереотип правильного и рационального питания, необходимого для выбора продуктов, полезных для здоровья.

# [Чем отличается домашнее питание от питания в детском саду?](http://ds317.roovr.ru/cvedeniya-ob-obrazovatelnoy-organizatsii/organizatsiya-pitaniya-v-obrazovatelnoy-organizatsii/forma-obratnoy-svyazi/%22%20%5Cl%20%22collapse16)

**Ответ:**

Домашняя пища готовится в меньшем объеме, чем в детском саду, ассортимент зависит от наличия продуктов в семье и желания ребенка. В детском саду предлагают специально разработанные для детей продукты и блюда, однако, не всегда учитываются сиюминутные желания ребенка. Свежеприготовленная пища дома — не всегда реальность, чаще пищу готовят впрок, на несколько дней, и хранят в холодильнике, причем при повторном подогревании пищевая и вкусовая ценность пищи снижается.

# [1 января 2021 года вступил в силу новый СанПиН 2.3/2.4.3590-20, который](http://ds317.roovr.ru/cvedeniya-ob-obrazovatelnoy-organizatsii/organizatsiya-pitaniya-v-obrazovatelnoy-organizatsii/forma-obratnoy-svyazi/%22%20%5Cl%20%22collapse13) [вносит изменения в организацию питания, формирование печатных](http://ds317.roovr.ru/cvedeniya-ob-obrazovatelnoy-organizatsii/organizatsiya-pitaniya-v-obrazovatelnoy-organizatsii/forma-obratnoy-svyazi/#collapse13) [форм документов в образовательных организациях и т. д. Должно ли](http://ds317.roovr.ru/cvedeniya-ob-obrazovatelnoy-organizatsii/organizatsiya-pitaniya-v-obrazovatelnoy-organizatsii/forma-obratnoy-svyazi/#collapse13) [меню утверждаться Роспотребнадзором?](http://ds317.roovr.ru/cvedeniya-ob-obrazovatelnoy-organizatsii/organizatsiya-pitaniya-v-obrazovatelnoy-organizatsii/forma-obratnoy-svyazi/#collapse13)

**Ответ:**

Согласно СанПиН меню должно утверждаться руководителем организации.