

Организация питания

**Методические рекомендации по
организации процесса питания и
сервировки столов в
дошкольных образовательных
учреждениях**



❖ **Психологический комфорт детей во время их пребывания в образовательном учреждении во многом зависит от организации питания. Важным моментом в правильной организации питания является правильная сервировка, она играет большую роль для развития аппетита ребёнка и закрепления культурных навыков.**



Эстетическое оформление стола:

- ❖ обязательно бумажные салфетки,
- ❖ красиво и правильно разложенные столовые приборы (ложки, вилки, ножи),
- ❖ порционно нарезанный хлеб в хлебнице,
- ❖ чашки, тарелки по количеству детей,
- ❖ допускается цветочная композиция для украшения.







К завтраку стол сервируется следующим образом:

- ❖ На середину стола ставится хлебница с хлебом накрытая салфеткой, тарелку с порционным маслом, салфетницу
- ❖ Затем раскладывают ложки, вилки, ножи (для масла) – старший дошкольный возраст. Вилка с левой стороны, нож и ложка – справа. Если нет ножей – справа ложка и вилка. Чайные пары ставятся в центре стола, по количеству детей.
- ❖ Основное блюдо детям подает младший воспитатель перед тем, как они сядут за стол. Заранее блюда не раскладывают, за исключением тех, которые едят холодными. Подают и убирают посуду слева от сидящего ребенка.
- ❖ Если на завтрак подают яйца, их кладут в тарелку, которая стоит в центре стола.







К обеду стол сервируется:

- ❖ На середину стола ставится хлебница с хлебом накрытая салфеткой, салфетница.
- ❖ Затем раскладывают ложки, вилки, ножи. Вилки с левой стороны, нож и ложка – справа. Если нет ножей – справа ложка и вилка.
- ❖ Чайные пары с маленькой ложечкой ставятся в центре стола, по количеству детей.
- ❖ Салаты раскладывают в отдельные тарелочки до того, как дети сядут за стол.
- ❖ Супы (если нет салатов) подаются только тогда, когда ребёнок сядет за стол.
- ❖ Не нужно преждевременно раскладывать второе, чтобы оно не остывало: остывшая пища менее полезна. Если воспитатель и младший воспитатель внимательно следит за детьми во время еды, они всегда успеют вовремя подать каждому второе.







К полднику стол сервируется:

- ❖ В центре стола ставится салфетница, чайные пары.
- ❖ Тарелка ставится каждому ребёнку, если предлагается выпечка или печенье.







К ужину стол сервируется:

- ❖ так же, как и к завтраку. Не подается только масло.







Порядок действий по организации приема пищи:

- ❖ **Подготовка к приему пищи.** Соблюдение гигиенических требований (мебель расставлена удобно в соответствии с ростом детей; столы промыть горячей водой с мылом. Младший воспитатель обязан тщательно вымыть руки, надеть специальную одежду, проветрить помещение, использовать только чистую посуду)
- ❖ **Гигиенические процедуры:**валеологическое просвещение детей, закрепление правил мытья рук; самоконтроль детей.
Соблюдение постепенности посадки детей за столы. Воспитатель старается, чтобы вслед за дежурными за стол сели те дети, которые медленно едят и имеют плохой аппетит.
- ❖ **Сервировка стола:** организация дежурства; ознакомление с меню, объявление его детям; привлечение внимания детей к эстетичному оформлению столов, соблюдение правильной осанки.
- ❖ **Прием пищи** (завтрак, обед, полдник, ужин).
Индивидуальная работа по воспитанию культуры еды; обучение правилам этикета; оценка деятельности.

Организация дежурства

❖ Общие требования:

- дежурство носит характер поручений;
- единство требований со стороны обоих воспитателей и младшего воспитателя;
- обязательно выполнение гигиенических процедур, наличие привлекательной формы для дежурных (фартук, колпачок);
- назначают по 1 дежурному для каждого стола;
- поощрение и благодарность за помощь



Доска дежурств по столовой





младший возраст:

- ❖ к концу года можно повесить «Доску дежурств» и научить детей пользоваться ею;
- ❖ раскладывание на столе ложек, салфетниц и хлебниц.



средний возраст:

- ❖ сервировка стола под руководством взрослого;
- ❖ уборка использованных салфеток;
- ❖ составление грязной посуды стопкой в центре стола.



старший возраст:

- сервировка стола;
- размещение бумажных салфеток в салфетницах (скручивание в трубочки, нарезание, складывание);
- уборка грязной посуды и использованных салфеток.
- Сметка крошек со стола



❖ Сервировать стол – это значит подготовить его для приема пищи. Основная цель сервировки стола – создать порядок на столе, обеспечить всех необходимыми предметами. Порядок сервировки выработан годами, продиктован требованиями гигиены и необходимостью обеспечить наибольшее удобство.



**Правильная сервировка стола как
необходимое условие воспитания
положительного отношения к еде
и формирования навыков приема
пищи.**



❖ бумажные
салфетки не
раскладывают,
а ставят в
салфетнице
(закончив есть,
вытирают сначала
губы, затем руки,
а использованные
салфетки кладут на
блюдо)



❖ хлебница ставится в центре стола, при необходимости хлеб нарезается пополам (не ломается!)



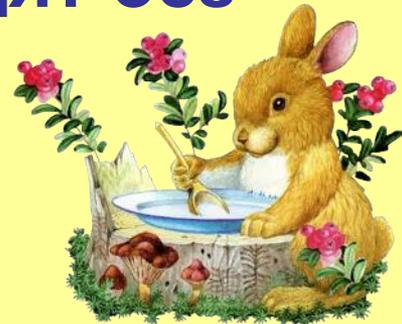
- **Расставляются чайные пары**



❖ если подают компот с ягодами, то на блюде кладут чайную ложку

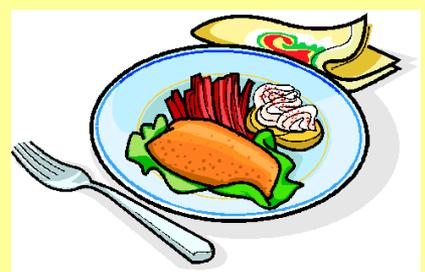


- **справа от тарелки кладут столовые приборы:**
ближе к тарелке вилку зубчиками кверху, рядом столовую ложку углублением вниз,
- **если подается столовый нож, тогда вилку кладут слева от тарелки, а нож справа ближе к тарелке, лезвием к тарелке (ножом нарезают на маленькие кусочки мясо, колбасу, сыр, огурцы, помидоры, яблоки, груши).**
- **то, что легко разделить вилкой, едят без ножа:** вареный картофель, котлеты, запеканку, омлет.









❖ салат, овощную нарезку, маринад
подают в отдельной тарелочке



❖ раскладка блюд на тарелках должна быть эстетически привлекательной



❖ по мере съедания блюд необходимо убирать грязные тарелки



Распределение обязанностей взрослых во время кормления:

- При организации кормления детей старше полутора лет младший воспитатель моет руки ребенку, и он садится за стол.
- Воспитатель подает ему пищу. Когда все сидят за столом, младший воспитатель включается в кормление: она помогает маленьким, ослабленным детям, следит за чистотой столов. Когда большая часть детей закончит есть, у столов остается один взрослый:
- во время завтрака — младший воспитатель, а воспитатель готовит детей к непосредственно образовательной деятельности.
- Если это обед, остается воспитатель, а младший воспитатель организует туалет детей и провожает их в спальню. После ухода воспитателя в спальню с основной массой детей младший воспитатель наблюдает за теми, кто еще не закончил обед.





Литература:

- Алексеева А., Дружинина Л., Ладодо К. Организация питания детей в дошкольных учреждениях. – М.: Просвещение, 1990. – 210с.
- Гринкевич А. М., Лазарева Г. Ю., Чапова О. И. Детское питание. – М.: Издательский Дом Равновесие, 2006. – 768с.
- Кисляковская В. Г. , Васильева Л. П., Гурвич Д. Б. Питание детей раннего и дошкольного возраста. – М.: Просвещение, 1983. – 208с.
- Алямовская В.Г и др. Беседы о поведении ребенка за столом. - М.: ТЦ Сфера. 2009.
- Алямовская В.Г., Белая К.Ю, Зимонина В.Н. и др. Культура поведения за столом. Методические рекомендации по организации питания детей. - М.: издательство «Ижица», 2004.
- Демидова О.Н. Будьте вежливы всегда. Конспекты занятий по этической грамматике с детьми 6-7 лет. Практическое пособие для воспитателей и методистов ДОУ.- Воронеж, 2009.
- Есина Л.Д. Воспитание культуры поведения у старших дошкольников. - М.:Издательство «Скрипторий 2003», 2008.
- Искусство сервировки стола. – М., АСТ-ПРЕСС КНИГА, 2003.
- Курочкина И.Н. Этикет для детей и взрослых. М., 2001.
- Курочкина И.Н.Современный этикет и воспитание культуры поведения у дошкольников. - М., 2001.
- Насонкина СА. Наглядное пособие. Учимся вежливости. Дошкольникам об этикете. Издательство «Детство-пресс» СПб.
- Этикет от А до Я /Автор-составитель Чудакова Н.В..М., 1997.