**Об условиях питания и охраны здоровья обучающихся:**

*Здоровье детей невозможно обеспечить без рационального питания, которое является необходимым условием их гармоничного роста, физического и нервно-психического развития, устойчивости к действию инфекций и других неблагоприятных факторов внешней среды. Кроме того, правильно организованное питание формирует у детей культурно-гигиенические навыки, полезные привычки, так называемое рациональное пищевое поведение, закладывает основы культуры питания. Соблюдение правильного питания важно во все возрастные периоды, однако в дошкольном возрасте роль питания особенно велика. Это обусловлено рядом причин. Детский организм отличается бурным ростом и развитием: происходит формирование и становление структуры многих органов и систем, совершенствуются их функции, интенсивно идет созревание головного мозга и развитие высшей нервной деятельности.*

*Основным принципом питания дошкольников должно служить максимальное разнообразие их пищевых рационов. Только при включении в повседневные рационы всех основных групп продуктов — мяса, рыбы, молока и молочных продуктов, яиц, пищевых жиров, овощей и фруктов, сахара и кондитерских изделий, хлеба, круп и др. можно обеспечить детей всеми необходимыми им пищевыми веществами.*

*В МБДОУ детском саду  № 4 соблюдаются принципы рационального, сбалансированного питания детей раннего и дошкольного возраста. Питание осуществляется в соответствии с разработанным на основе физиологических потребностей в пищевых веществах и норм питания детей дошкольного возраста, согласованным и утвержденным заведующим детского сада, на основании которого составляется рабочее ежедневное меню.*

*Объем пищи и выход блюд соответствуют возрасту детей. В рационе присутствуют свежие фрукты, овощи, соки, кисломолочные продукты. Основанием для приготовления блюд являются оформленные технологические карты (на основании действующих сборников технологических нормативов).*