

## **Пищеблок**

Согласно санитарным требованиям на кухне есть отдельные зоны - для разделки сырых продуктов, мясной цех, овощной, помещение, где моют посуду, горячий цех. Деревянные разделочные доски все с надписями: „для овощей”, „для мяса” и т.д. Разделочные ножи тоже имеют каждый свою маркировку: мясо, хлеб, овощи, яйца... Последние, к примеру, перед приготовлением моют в специальной емкости и даже разбивают специальным ножом.

Все продукты подвергаются обработке и хранятся каждый в своем холодильнике, совершенно исключено встретить рядом на полках сырое мясо и, к примеру, сливочное масло. Холодильников много, и это необходимо.

По одной порции каждого блюда повара обязаны оставлять в холодильнике на сутки. При любой проверке сразу можно удостовериться, что ели детки именно в этот день.

## **Прием пищи**

Основным приемом пищи в детском саду является обед. Именно в это время малыш съедает максимальное количество мяса, рыбы и овощей. Первые блюда представлены борщами, бульонами, мясными и рыбными. На второе обычно дают мясные блюда (котлеты, биточки, гуляш, рагу). На гарнир подают макаронные изделия (и) или овощи. На третье - компот, кисель. На завтрак малыши получают молочные продукт, выпечку, блюда из творога и так далее. Один раз в неделю детям дают кисломолочные продукты (кефир, ряженку), обязательно 2 раза в неделю - рыбу.

С фруктами проблем нет в любое время года. Помимо трехразового питания в детском саду ежедневно на второй завтрак в 10.00 малыши получают яблоки или сок.

## **Родителям на заметку**

Если ваш ребенок уже посещает детский сад и отлично питается, старайтесь и в домашних условиях придерживаться меню, к которому ребенок привык в детском саду. Часто бывает так, что, посетив в выходные дни с родителями какое-то кафе и отведав деликатесов, малыш перегружает желудок, а врачам приходится восстанавливать его здоровье.