



**Штомесячны
навукова-метадычны
ілюстраваны часопіс**

№ 5 (213)

май 2009

**Выходзіць
са жніўня 1991 года**

**ЗАСНАВАЛЬНІК:
Міністэрства адукацыі
Рэспублікі Беларусь**

Часопіс зарэгістраваны
ў Міністэрстве інфармацыі
Рэспублікі Беларусь.
Пасведчанне № 353,
31 жніўня 2004 года.

**Галоўны рэдактар
Алесь САЧАНКА**

РЭДАКЦЫЙНАЯ КАЛЕГІЯ:

Т.М. АРЭШКА, І.Л. ЖЫПКО,
В.К. ЗУБОВІЧ, Т.М. КАВАЛЁВА,
Т.М. КАРАСЦЯЛЁВА,
Л.М. КЛЫШКО, Г.Р. МАКАРАНКАВА,
Л.А. ПАЊЬКО, Н.Ф. ПАШКАВЕЦ,
М.М. ЧАРНЫЎСКІ, В.Л. ЧЭЧАТ,
С.А. ПТАБІНСКАЯ, В.А. ПЫШКІНА.

НАВУКОВЫЯ КАНСУЛЬТАНТЫ:

В.І. ІЎЧАНКАЎ, Я.І. КАЛАМІНСКІ,
І.А. КАМАРОВА, Л.А. КАНДЫБОВІЧ,
Т.Ю. ЛАГВІНА, Л.Г. ТАРУСАВА,
А.І. ЛЯЎКО, Н.С. СТАРЖЫНСКАЯ,
І.І. ЦЫРКУН, В.Л. ЧЭЧАТ.

КАНСУЛЬТАНТЫ ЧАСОПІСА:

Брэсцкая вобласць
Н.Д. ШАМОВІЧ.
Віцебская вобласць
А.В. ЛЯДВІНА.
Юмеляская вобласць
Г.В. МЕЛЬНІКАВА.
Гродзенская вобласць
А.І. КУХТА.
Магілёўская вобласць
Л.А. БАГНОЎСКАЯ.
Мінская вобласць
І.А. ІВАНОВА.
г.Мінск
Г.Ф. АСТРОЎСКАЯ.

Мастацкі рэдактар:
М.А. АНЦІПКІНА

Літаратурны рэдактар:
А.М. МАЛІНОЎСКАЯ

Мастацка-тэхнічная група:
М.М. БУДЧАНІН, М.К. ПАЊЧАНКА,
В.І. САЧАНКА, Н.Я. ЧАРАТУН

Дзяжурны рэдактар:
С.А. ШТАБІНСКАЯ

© «Пралеска», май, 2009.
Адрас рэдакцыі: 220103, г.Мінск,
вул. Сядых, 42. Тэл.: 8 017 281-20-65;
8 017 281-50-84;
8 017 281-26-62 (бухгалтэрыя).
E-mail: pralieska-red@tut.by

АКТУАЛЬНА!

ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ: КАЧЕСТВО, БЕЗОПАСНОСТЬ, СБАЛАНСИРОВАННОСТЬ

С Республиканского семинара по совершенствованию организации питания детей в учреждениях, обеспечивающих получение дошкольного образования

2

ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ: ПЛЮСЫ И МИНУСЫ

Комментарий начальника управления дошкольного образования Министерства образования Республики Беларусь Галины Григорьевны Макаренко

14

Решение Республиканского семинара «Совершенствование организации питания детей в учреждениях, обеспечивающих получение дошкольного образования»

16

У НАС — ТАК. А ЯК У ВАС?

ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ: СВЕТОГОРСКИЙ ВАРИАНТ

Из опыта дошкольных учреждений района

И. РОСЛОВЦЕВА, М. ЧЕБАТАРЁВА. ЗАВТРАК, ОБЕД И УЖИН — ДЕТАМ ОЧЕНЬ НУЖЕН!

17

Г. ОГИЕНКО, Т. КРУК, М. БЕДЕНКО. «У НАС СЕГОДНЯ ИМЕНИНЫ»

21

ВАМ НА ЗАМЕТКУ

Е. ЩЕРБИНА. КУЛИНАРНЫЙ КЛУБ В ДЕТСКОМ САДУ

24

МАНТЭСОРЫ-ПЕДАГОГИКА

Е. КУКАР. ВКУСНАЯ ПЕДАГОГИКА.

27

«ЗДОРОВЬЕ НА НАШЕМ СТОЛЕ!» Сценарий музыкально-кулинарного праздника в разновозрастной группе с элементами педагогики Марии Монтессори с участием родителей

28

Л. ЯВОР. ДОЛОЙ, СКУКА!

30

ГЭТА ВЫ МОЖАЦЕ

А. ЮНИЦКАЯ. ТЕСТОПЛАСТИКА — ФАНТАСТИКА!

31

В. ИВАНОВА. ВДОХНОВЕНИЕ

32

Л. КУЛЕШОВА. КАК СДЕЛАТЬ СКАЗКУ С ЧУДЕСАМИ

33

Н. ШЕВЕЛЕНКО. НЕОБЫЧНОЕ В ОБЫЧНОМ

34

Е. МАНЬКО. ЗА ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

34

РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ В ФОРМЕ «КРУГЛОГО СТОЛА»

35

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ НА КУЛИНАРНУЮ ПРОДУКЦИЮ

36

ПИТАНИЕ — ОСНОВА НАШЕЙ ЖИЗНИ

48

О РАЦИОНАЛЬНОМ ПИТАНИИ ДЕТЕЙ

50

ВИТАМИНЫ В ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД

52

ДОМАШНИЙ УЖИН

53

ПИТАНИЕ В ВЫХОДНЫЕ ДНИ

53

О ПОЛЬЗЕ СОКА

54

ПРОФИЛАКТИКА ОСТРЫХ КИШЕЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ

54

ПРАВИЛА ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ ПОВАРА

55

УГОЛОК ПОВАРА

55

РАЗВИВАЕМСЯ Ў ДЗЕЙНАСЦІ

О. САРНАВСКАЯ. ВЕСЁЛАЯ НЕДЕЛЯ. Конспект занятия для детей группы «Фантазёры»

56

«БУСЛЯНКА». СЯМЕЙНЫ КЛУБ «ПРАЛЕСКИ»

58

1 ЧЭРВЕНЯ — МІЖНАРОДНЫ ДЗЕНЬ АБАРОНЫ ДЗЯЦЕЙ

С. РОМАНОВЕЦ. ДЕТАМ ОБ ИХ ПРАВАХ.

Планы мероприятий по проведению Международного дня защиты детей

59

ГОД РОДНОЙ ЗЕМЛИ

М. ШАВЫРКІН. ПТУШКІ БЕЛАРУСІ. «ЖАВАРАНАЧКІ, ПРЫЛЯЦЦЕ...»

60

«БУСЕЛ, БУСЕЛ, КЛЁКА...»

62

С. ШТАБІНСКАЯ. ПТУШКІ БЕЛАРУСІ. Дыдактычны матэрыял у дапамогу педагогам і бацькам

63

ПРАГРАМА «ПРАЛЕСКА»: ВЫЯЎЛЕНЧАЯ ДЗЕЙНАСЦЬ

В. ЕГОРОВА. ЧУДО-ПТИЦА. Игра-занятие по изобразительной деятельности

для детей группы «Почемучки» (4—5 лет)

63

ЮРЫДЫЧНЫ КЛУБ

64

На першай старонцы вокладкі: выхаванка ясляў-сада № 242 г.Мінска Ганна АКУЛІЧ за абедам.

Матэрыялы ў рэдакцыю павінны быць надрукаваны на машынцы або набраны на камп'ютары, рысункі, фотаздымкі разборліва падпісаны з адваротнага боку. Абавязкова неабходна дакладна і поўна паведамляць сваё прозвішча, імя і імя па бацьку, паштовы індэкс, хатні адрас, тэлефон, пасаду, пашпартныя дадзеныя (серыя, нумар, калі і кім выдадзены, асабісты нумар грамадзяніна). Рукапісы па пошце не вяртаюцца. Рэдакцыя не вядзе перапіску з аўтарамі. Матэрыялы, дасланыя па электроннай пошце, да разгляду не прымаюцца. Рэдакцыя можа друкаваць пэўныя матэрыялы ў парадку абмеркавання, не падзяляючы пункт погляду аўтараў. У адпаведнасці з Законам аб друку за дакладнасць прыведзеных у публікацыях фактаў і цытат адказнасць нясуць аўтары. За змест рэкламы адказваюць рэкламадаўцы. Тых, хто звяртаецца ў «Юрыдычны клуб», просім кортак і дакладна паведамляць сутнасць вашага пытання і свой адрас. Пераказы некаторых слоў зроблены паводле магчымасцей камп'ютара. Рэдакцыя не нясе адказнасці за друкарскі брак у нумарах часопіса. Па пытаннях браку звяртацца ў РУП «Выдавецтва «Беларускі Дом друку».

Падпісана да друку 30.04.2009. Папера афсетная, на вокладцы і ўклады мелававая. Фарма 60x84 1/8. Ум. друк. арк. 8,5. Ум. фарб.-адбіт. 11,3. Улік.-выд. арк. 11,25. Тыраж 10.368. Заказ 912.

Надрукавана ў РУП «Выдавецтва «Беларускі Дом друку». 220013, г.Мінск, праспект Незалежнасці, 79.

ЗМЕСТ НУМАРА

ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ:

С РЕСПУБЛИКАНСКОГО СЕМИНАРА ПО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В УЧРЕЖДЕНИЯХ, ОБЕСПЕЧИВАЮЩИХ ПОЛУЧЕНИЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

31 марта на базе Светлогорского района Гомельской области проходил Республиканский семинар «Совершенствование организации питания детей в учреждениях, обеспечивающих получение дошкольного образования». В нём приняли участие представители различных структур системы образования, Республиканского центра гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья, специалисты по организации питания и др. Семинар проводили Министерство образования Республики Беларусь и управление образования Гомельского облисполкома.

В центре внимания участников семинара были наиболее волнующие сегодня вопросы организации питания детей в дошкольных учреждениях страны: качество питания, его разнообразие, балансированность, режим и безопасность, выполнение норм, эффективность использования бюджетных средств, соблюдение гигиенических и санитарных норм, ведение документации, технологическая дисциплина, работа с родителями и др. А накануне прошла презентация продуктов питания отечественного производства, поставляемых в ДУ, и презентация опыта Гомельской области по организации питания детей в дошкольных учреждениях.

Участники семинара посетили также дошкольный центр развития ребёнка «Непоседы» яслей-сада № 22 г. Светлогорска (заведующая И.П. Рословцева) и ясли-сад посёлка Сосновый Бор (заведующая А.К. Юницкая), где подробно ознакомились с особенностями и условиями питания детей в учреждениях различного типа и места расположения.

Далее состоялось пленарное заседание. На нём перед участниками семинара выступили:

Бондарь Марина Андреевна, начальник управления образования Гомельского облисполкома.



* На снимке: заседание «круглого стола».

Величко Людмила Филипповна, начальник отдела образования Светлогорского райисполкома.

Левшунов Олег Фёдорович, начальник отдела образования администрации Центрального района г. Гомеля.

Кодушкина Галина Ивановна, главный бухгалтер отдела образования администрации Центрального района г. Гомеля.

Острая дискуссия о плюсах и минусах в работе по организации питания детей разгорелась на заседании «круглого стола». Здесь, в частности, выступили:

Гурская Наталья Васильевна, инженер-технолог управления образования Октябрьского района г. Минска.

Шеллович Илона Аполлинарьевна, заведующая дошкольным центром развития ребёнка яслей-сада № 1 г. Клецка Минской области.

Малахова Алла Антоновна, заведующая отделом гигиены детей и подростков ГУ «Республиканский центр гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья».

Цемборевич Наталья Владимировна, старший научный сотрудник лаборатории изучения статуса питания населения ГУ «Республиканский научно-практический центр гигиены».

Финская Татьяна Михайловна, главный инженер-технолог управления образования Минского облисполкома и др.

Работа участников «круглого стола» далее проходила в форме вопросов и ответов и продолжалась более трёх часов. Активное участие в ней приняли все присутствующие.

Итоги семинара подвела и ответила на многочисленные вопросы начальник управления дошкольного образования Министерства образования Республики Беларусь **Галина Григорьевна Макаренко**. Она высказала особую благодарность организаторам семинара за высокий уровень его подготовки и проведения. Председатель Светлогорского районного Совета депутатов **Галина Васильевна Филиппович** выразила признательность участникам семинара за заботу о детях, их здоровье и развитии.

Учитывая значимость темы семинара и необходимость решения существующих проблем в организации питания детей, редакция журнала «Пралеска» решила оперативно опубликовать материалы данного семинара, чтобы познакомить с ними всех заинтересованных. Эти материалы помещены далее в журнале. *Благодарим искренне всех, кто помогал редакции в подготовке их к печати.*

КАЧЕСТВО, БЕЗОПАСНОСТЬ, СБАЛАНСИРОВАННОСТЬ



Марина БОНДАРЬ,
начальник управления
образования Гомельского
облисполкома

“Основным вопросом, можно сказать, главным в организации питания детей сегодня является выполнение норм питания.”

УВАЖАЕМЫЕ участники семинара, приглашённые!

Мы благодарны Министерству образования за оказанную честь — принимать гостей на Гомельской земле, представить нашу работу по организации питания детей дошкольников.

По состоянию на 15.12.2008 г. в области функционирует 708 учреждений, обеспечивающих получение дошкольного образования, в том числе 36 санаторных яслей-садов. В них воспитывается более 55 тысяч детей.

В 2.908 группах дошкольных учреждений организовано трёхразовое питание, в 342 санаторных — четырёх-, пятиразовое. Приготовление пищи повсюду осуществляется по технологическим картам, составленным на основе «Сборника рецептур блюд для детей раннего и дошкольного возраста». Для детей,

имеющих отклонения в состоянии здоровья, а это 0,2% (с аллергическими заболеваниями, сердечно-сосудистыми, заболеваниями органов пищеварения), организовано индивидуальное диетическое питание.

Организаторами питания детей являются отделы образования. Обслуживание дошкольных учреждений, т.е. поставка продуктов питания в 14% районов, осуществляется через райпо. В большинстве районов отделами образования заключены прямые договора с поставщиками. А в сельских дошкольных учреждениях Хойникского, Ельского районов по решению райисполкомов данную функцию выполняет нехозрасчётный участок «Общепит». На наш взгляд, это позитивная практика, поскольку продукты завозятся параллельно в школы и детские сады, тем самым обеспечивается определённая экономия ресурсов.

Но самое главное — организована доставка продукции в стопроцентном объёме транспортом (с изотермическими свойствами) в соответствии с требованиями областного Центра гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья.

В 80% детских садов питание детей организовано в групповых комнатах. Некоторые районы избрали другой метод организации питания — в специально оборудованных комнатах для приёма пищи. Это, как правило, нравится детям, поскольку расширяет их пространственные, познавательные возможности.

Основным вопросом, можно сказать, главным в организации питания детей сегодня является выполнение норм питания. Не секрет, что деньги, поступающие на питание, не позволяют обеспечить выполнение этих норм в полном объёме. Существенное влияние на данную ситуацию оказывают следующие действия.

Во-первых, ежегодно учреждениями образования районов в феврале-марте разрабатывается программа закладки овощей на год под полную потребность, которая

утверждается и защищается руководителем учреждения на совместном заседании отдела образования и совета по питанию. Овощи выделяются подшефными хозяйствами, они направляются на улучшение качества и удешевление питания. Это позволяет увеличить нормы питания примерно на 20%.

Во-вторых, организована тесная связь управления образования с производителями соков в области. Это Туровский, Ельский, Калинковичский консервные заводы. В январе составляем план-заказ соков под потребность дошкольных учреждений. Радует, что стоимость этих соков без применения торговых надбавок и наценок уменьшается примерно на 30%. Поставщики завозят их в учреждения образования своим транспортом.

С целью рекламы своей продукции заводы-производители ежегодно участвуют в областных выставках, посвящённых здоровому питанию. В прошлом году они выступили соучредителями конкурса «Здоровое питание — признак долголетия», который проводился в течение нескольких месяцев. По его итогам все победители, а это педагоги и учащиеся, были награждены продукцией заводов-производителей.

В наши дошкольные учреждения для питания детей поступает продукция, которая производится только на территории Гомельской области.

Используем и такой подход — работу с родителями по внесению денежных доплат, направляемых на улучшение питания детей. В среднем в месяц они составляют до 15 тыс. рублей.

Такая форма имеет место и в Светлогорском районе. Уже работают в этом направлении отделы образования Железнодорожного, Советского районов г.Гомеля, а также Лельчицкого, Хойникского и других районов. Это позволяет обеспечивать выполнение норм до 100%. Знаю, что подобная практика есть и в столице, но там, безусловно, другие возможности. В сельских районах получить с родите-

лей дополнительные деньги даже на питание детей не так просто. Поэтому мы используем различные формы работы с ними. Одной из наиболее эффективных стало коллективное составление «Моего любимого меню». На этих занятиях родителям предлагается составить дневное меню на выделенные ими деньги. И родители наяву видят, что средств хватает только на то, чтобы накормить ребёнка один раз. Кроме этого ведётся постоянная работа по составлению «Вечернего меню», «Меню выходного дня». Главная цель такой деятельности — обучение родителей знанию норм полноценного питания ребёнка.

Немаловажное значение в управленческой деятельности имеет вопрос контроля организации питания. Управлением образования издан приказ, согласно которому отделы образования до 1 числа каждого месяца обязаны представить анализ выполнения норм питания и денежных норм. По итогам состояния дел руководители отделов, учреждений образования приглашаются на заседания совета по питанию для выявления причин, по которым имеют место недостатки в выполнении норм питания, санитарных правил, культуры питания и др.

Организовывается необходимый контроль и за качеством питания детей. С этой целью еженедельно осуществляются методические выезды членов совета по питанию с привлечением общественных инспекторов, территориального госсаннадзора по изучению на местах положения дел, выполнению нормативных документов. В частности, областным управлением образования был разработан алгоритм действий руководителя учреждения образования по контролю за качеством приготовления блюд, закладкой продуктов питания на пищеблоках учреждений. Надо отметить, что благодаря такой регламентации действий нам удалось навести порядок во многих учреждениях образования.

Сегодня мы представляем также опыт Центрального района г.Гомеля, где внедрены электронные средства учёта и контроля за использованием поступающей продукции в детские сады. Программа разработана специалистами, работающими в управлении образования по обслуживанию областной корпоративной сети. В настоящее время налажена системная работа

по обучению специалистов организации питания в дошкольных учреждениях. Это медицинские сёстры, кладовщицы.

Используя компьютерные ресурсы, удаётся добиться большой чёткости, достоверности, оперативности в организации работы по обеспечению норм питания, успешно решать другие вопросы. Кстати, хочу подчеркнуть, что мы основательно занимаемся решением вопроса о внедрении данной программы во всех регионах области.

Несколько слов о повышении квалификации специалистов, занимающихся организацией питания детей. На базе областного Института развития образования проводятся двухнедельные курсы для поваров дошкольных учреждений области. В план работы входят посещения учреждений г.Гомеля, где наработан передовой опыт, его представление, рассмотрение путей решения встречающихся проблем. В этом учебном году курсовую переподготовку прошли уже 120 поваров. На курсах воспитателей, заведующих дошкольными учреждениями как минимум планируется 2–4-часовая программа по вопросам совершенствования организации питания детей. Кроме того, на хозрасчётной основе по вопросам организации питания, обеспечения контроля за ним обучено более 250 руководителей, их заместителей, медработников дошкольных учреж-

дений. За два последних года такая многоплановая работа позволила нам обеспечить качественное решение имеющихся ранее проблем, уменьшить количество обращений родителей по организации питания до единичных.

О действиях по укреплению материально-технической базы. Согласно разработанным и утверждённым райисполкомом программам замены и приобретения холодильно-технологического оборудования для пищеблоков учреждений образования, в области капитально отремонтировано 150 пищеблоков на общую сумму 500 млн руб. В текущем году в бюджете районов также предусмотрены средства на укрепление материально-технической базы пищеблоков, в том числе их пополнения современными технологическими средствами. В г.Гомеле в 2008 году сдан в эксплуатацию детский сад на 280 мест, где пищеблок оборудован новейшим оборудованием (пароконвеноматы, печи СВЧ, имеются добротные складские помещения, овощной, мясной, рыбные цеха и другие подсобные помещения).

В заключение хочу пожелать всем участникам полезной, взаимообогащающей работы на семинаре, а также интересных, эффективных находок в управленческой деятельности, направленных на решение вопросов обеспечения здоровья наших детей.

УТВЕРЖДАЮ

Начальник управления образования
Гомельского облисполкома
Бондарь М.А.

АЛГОРИТМ

действий руководителя учреждения образования по контролю за продукцией, поступающей для питания детей и подростков

1. Во время привоза продуктов питания в учреждение (в соответствии с установленным графиком) проверять накладные с целью установления наличия импортной продукции.
2. В случае отсутствия руководителя на рабочем месте данную функцию выполняет лицо, его заменяющее.
3. При выявлении продуктов импортного производства незамедлительно возратить данный товар поставщику.
4. Предупредить поставщика о недопущении подобных случаев, проинформировать отдел образования о наличии таких фактов.
5. В случае неоднократного повторения фактов поставки импортной продукции в учреждение отделам образования информировать управление.
6. При игнорировании поставщиками замечаний о недопустимости поставки импортной продукции в детские сады, школы, ПТУ, колледжи информировать органы исполнительной власти.

РЕШАТЬ ВОПРОСЫ ПИТАНИЯ ВО ВЗАИМОДЕЙСТВИИ



Людмила ВЕЛИЧКО,
начальник отдела образования
Светлогорского райисполкома

“ Наряду с решением задач экономического, технологического характера нам сегодня важно уделить внимание образовательному аспекту процесса организации питания детей. Перед дошкольными учреждениями района поставлена задача осуществления системного подхода ко всем составляющим этого процесса, начиная от гигиены и заканчивая пропагандой здорового образа жизни. ”

ПОЗВОЛЬТЕ представить вам систему образования района. Сегодня в наших учреждениях обра-

зования обучается 14.036 детей. В 42 учреждениях, обеспечивающих получение дошкольного образования, воспитывается 3.635 детей.

С целью сохранения и укрепления здоровья воспитанников в районе открыто 5 санаторных дошкольных учреждений и 12 санаторных групп в учреждениях общего назначения. У нас 2 центра развития ребёнка, 5 дошкольных учреждений с углубленным направлением в работе: экологическим, музыкальным, эстетическим, патриотическим.

Охват дошкольным образованием составляет 95%: (96,1% — в городе, 87,2% — на селе). Организован подвоз детей в дошкольные учреждения из малонаселённых деревень.

В районе функционирует 29 новых форм дошкольного образования. Все они представляют собой группы разного направления организации деятельности детей с их кратковременным пребыванием.

Программой развития образования района предусмотрено дальнейшее сохранение и развитие многофункциональной сети дошкольных учреждений.

А теперь о питании детей. В детском возрасте, безусловно, велика роль питания. Вряд ли сегодня стоит это доказывать. Вот почему приоритетным направлением деятельности отдела и учреждений образования района является организация качественного рационального питания, питьевого режима — главных составляющих сохранения и укрепления здоровья детей.

Значительное внимание этим вопросам уделяет районный исполнительный комитет. Вопросы состояния питания детей в дошкольных учреждениях, школах ежегодно рассматриваются на заседаниях исполкома.

Действует созданный, согласно решению райисполкома, межведомственный совет по питанию, возглавляемый заместителем председателя исполкома С.В. Меркуловым. Деятельность совета направлена на совершенствование процесса организации питания детей, обеспечения эффективности контроля, решения проблем по поставкам продуктов, удешевления питания в учреждениях образования и др.

Решением райисполкома утверждена программа по замене технологического оборудования на 2007—2010 годы.

В соответствии с распоряжением райисполкома от 31.07.2008 г. № 660 создан стабилизационный фонд продукции растениеводства на межсезонный период 2008—2009 годов. Это позволило обеспечить в соответствии с потребностями овощной продукцией дошкольные учреждения и школы.

На территории дошкольных учреждений оборудованы овощехранилища. Это позволяет производить закладку и хранение овощей для удешевления питания воспитанников. Отделом заключён ряд договоров непосредственно с оптовыми базами и предприятиями Гомельской области, в летнее время — с сельскохозяйственными предприятиями Светлогорского района. Налажено взаимодействие с отделом регулирования цен и потребительского рынка для совместного решения возникающих проблем по поставкам продуктов. Такой подход даёт возможность приобретать продукты питания по значительно более низким ценам и автоматически снижать стоимость питания ребёнка в день.

Системная работа по созданию условий для организации рационального питания в дошкольных учреждениях проводится отделом образования во взаимодействии с другими службами райисполкома. Вопросы организации питания регулярно рассматриваются на советах отдела образования, совещаниях руководителей с принятием конкретных мер по повышению качества питания детей. Как правило, такие советы и совещания проходят с участием специалистов зонального центра гигиены и эпидемиологии, комбината школьного питания, райпо. Совместная работа позволяет определить единые подходы и требования к организации питания, обсудить итоги проверок, наметить мероприятия, направленные на устранение недостатков и улучшение работы.

Уровень и состояние организации питания детей учитываются при премировании руководителей учреждений образования согласно положению об условиях матери-

ального стимулирования труда руководителей системы образования Светлогорского района. Приказом по отделу образования от 20.11.2008 г. № 831 возложена персональная ответственность за организацию питания, обеспечение его качества и безопасности на руководителей дошкольных учреждений и работников пищеблока.

В ходе проверок изучаем не только качество организации питания, но и то, в какой мере система питания устраивает родителей, насколько творчески коллективы подходят к данным вопросам.

Проводятся методические занятия с ответственными лицами по организации питания, перед которыми с рекомендациями выступают представители санитарной службы района, технолог, товаровед и др. Анализируется работа каждого учреждения, подводятся итоги выполнения норм, которые находят отражение в отчётах за десять дней, один месяц, квартал. Вносятся предложения по усовершенствованию технологии приготовления пищи, заслушиваются отчёты ответственных за питание, устанавливаются причины невыполнения натуральных норм, принимаются меры по улучшению питания детей и подростков.

Системность в работе по организации питания детей в текущем учебном году достигается за счёт выполнения комплекса мероприятий, направленных на обеспечение в учреждениях образования полноценного питания, отвечающего всем необходимым требованиям. В соответствии с ними разработаны районные мероприятия по укреплению материально-технической базы пищеблоков. За два года закуплено 148 единиц технологического и холодильного оборудования на сумму 154 млн руб.

Обеспечиваются соответствующие установленным требованиям условия транспортировки, а также хранения пищевых продуктов и продовольственного сырья. Отдел образования осуществляет кольцевой завоз продуктов в 20 детских садов города в соответствии с утверждённым перечнем продуктов питания, согласно заявкам. В сельские дошкольные учреждения поставки осуществляются через предприятия райпо.

Отделом образования разработаны и утверждены в зональном центре гигиены и эпидемиологии примерные 10-дневные меню для всех категорий дошкольных учреждений. Имеется набор технологических карт. Примерное цикличное меню и

технологические карты переработаны с чётким указанием регламента всего процесса приготовления блюд, учётом температурного режима работы технологического оборудования.

В районе выполняется комплексный план мероприятий по профилактике групповой заболеваемости острыми кишечными инфекциями при организации питания в учреждениях образования.

В организации питания дошкольников актуальной остаётся проблема соответствия денежных норм расходов на питание установленным нормам питания детей в дошкольных учреждениях.

Одним из путей решения этой проблемы стала апробация в 2006 году системы работы с введением в рацион детей блюд и продуктов за дополнительную родительскую плату (доплата за питание составляет 5—15 тысяч рублей в месяц — в зависимости от решения родителей). Таким образом, появилась возможность выполнять натуральные нормы на 80—100%. В настоящее время по такой системе работают все детские сады города и 40% сельских дошкольных учреждений. Как показывает опыт, она устраивает большинство родителей и отчасти решает проблему полноценного питания на базе дошкольного учреждения.

Отделом образования принимаются меры по выполнению установленных норм питания также через обеспечение систематического контроля за рациональным использованием выделяемых бюджетных средств на питание детей, осуществление анализа выполнения установленных норм питания. Апробируется компьютерная программа «Электронное меню» из опыта работы Центрального района города Гомеля.

Наряду с решением задач экономического, технологического характера нам сегодня важно уделить внимание образовательному аспекту процесса организации питания детей. Перед дошкольными учреждениями района поставлена задача осуществления системного подхода ко всем составляющим этого процесса, начиная от гигиены и заканчивая пропагандой здорового образа жизни. Эти задачи реализуются в разных видах деятельности.

В районе накоплен положительный опыт работы в данном направлении. В познавательно-практической деятельности дети изучают историю продуктов, традиции белорусской кухни, знакомятся с технологией приготовления блюд из овощей и фруктов. В про-

цессе художественной деятельности учатся сервировать стол, вышивать и оформлять салфетки, участвовать в приготовлении салатов и других блюд. Представление дошкольников о полезной и вредной для здоровья пище формируется в игровой деятельности.

Более действенной стала работа с родителями воспитанников. Они являются самыми активными участниками кулинарных выставок, конкурсов рецептов полезных блюд, дегустаций, подключаются к изготовлению наглядных пособий, игр, помогающих рассказывать детям о правильном питании. Родители входят в состав советов по питанию, созданных в дошкольных учреждениях.

В прошлом году в рамках областного конкурса «Здоровое питание — основа долголетия» прошёл ряд мероприятий с детьми и родителями. По итогам конкурса лучшие работы отмечены дипломами в номинации «Как питаешься — так и улыбаешься».

Традиционно проходит районный смотр-конкурс на лучшую организацию работы по формированию правильного питания обучающихся и воспитанников учреждений образования.

Совсем недавно в рамках сотрудничества Светлогорска и Мендипа (округ Великобритания) мне удалось побывать в Англии, посетить 8 учреждений образования. В преддверии проведения семинара интересовал вопрос организации питания детей в этой стране. Хочу сказать, что в 2006 году в Англии только 45% детей были охвачены горячим питанием, в 2009 — 38%. Кстати, каждый четвёртый житель Англии страдает ожирением. У них абсолютно другая система организации питания — с 13 до 14 часов — ланч, дети кушают то, что принесли из дома, или организован завоз блюд в специальных контейнерах. Организация питания детей — национальная проблема Англии!

Много вопросов на эту тему задавали мне коллеги. Я имела возможность не только изучить организацию питания в Англии, но и презентовать наш опыт работы.

Подводя итоги, хочу отметить, что вся работа по совершенствованию организации питания детей в нашем районе направлена на решение вопросов качества, сбалансированности, безопасности питания, индивидуального подхода к ребёнку, внедрению современных технологий.

ЭЛЕКТРОННОЕ МЕНЮ — НАШ ЭФФЕКТИВНЫЙ ПОМОЩНИК



Олег ЛЕВШУНОВ,
начальник отдела образования
администрации Центрального
района г.Гомеля



Галина КОДУШКИНА,
главный бухгалтер

“У нас создана региональная автоматизированная распределённая система подготовки и составления меню с возможностью учёта списания продуктов, контроля выполнения норм питания, в том числе и денежных, а также норм физиологической потребности в пищевых веществах и энергии в дошкольных учреждениях (АРС «Питание»).”

У НАС создана региональная автоматизированная распределённая система подготовки и составления меню с возможностью учёта списания продуктов, контроля выполнения норм питания, в том числе и денежных, а также норм физиологической потребности в пищевых веществах и энергии в дошкольных учреждениях (АРС «Питание»). Но вначале хотелось бы кратко рассказать в целом о существующей в нашем отделе системе информатизации.

Работа по применению компьютерных технологий в управленческой деятельности у нас началась в 1995 году. Уже тогда мы понимали, что дальнейшая автоматизация деятельности невозможна без компьютерных сетей и деловых приложений, способных работать над общими базами данных (сетевых приложений).

Работая в рамках реализации Республиканской программы «Информатизация системы образования», одним из направлений дальнейшей нашей деятельности стало создание информационной корпоративной сети, в которой были бы объединены все учреждения, подчинённые отделу образования. Здесь мы использовали многолетний опыт Гомельского областного управления образования. Таким образом, обеспечили себе возможность слияния информационных ресурсов, накапливаемых в нашем районе с областными. Корпоративная сеть нашего отдела построена на тех же технических и программных решениях, что и региональная система управления образования, полностью совместима с ней и способна решать самые разнообразные задачи распределения, сбора и синхронизации данных от уровня учреждения до райотдела и областных структур.

Корпоративная сеть отдела образования имеет следующую структуру:

- локальная сеть отдела образования;
- локальные сети учреждений образования, в которые включены все учреждения района, в т.ч. и дошкольные.

На сегодняшний день можно сказать, что задача построения автоматизированных транспортных магистралей учреждения — райотдел с обеспечением выхода в глобальную информационную среду области решена. На повестке дня теперь стоит вопрос расширения спектра прикладных телекоммуникационных задач.

Всё дальнейшее развитие системы ориентировано на сбор, обработку, доставку удалённым клиентам и управление информационными ресурсами различного назначения. А так как эффективность работы учреждений, обеспечивающих получение дошкольного образования, организация сбалансированного питания детей уже давно стояли на повестке дня, то в первую очередь мы решили поработать над этим.

Ожидаемые результаты внедрения программных средств — повышение качества питания воспитанников дошкольных учреждений при соблюдении лимитов финансовых расходов путём использования электронных средств в организации детского питания в дошкольных учреждениях.

Одним из основных направлений деятельности отдела образования является поиск эффективных форм работы по укреплению здоровья детей. Роль питания в решении этой задачи достаточно значительна.

В районе функционирует 20 дошкольных учреждений, которые посещают 2.585 детей. Все учреждения имеют статус юридического лица. Уставами определены направления их деятельности и режим работы.

Сеть дошкольных учреждений района достаточно разнообразна:

- 2 специальных (№ 3 — для детей с нарушением зрения, № 15 — для детей с нарушением слуха);
- 2 санаторных (№ 26, 165);
- 6 ДУ с углубленным направлением в работе (№ 11, 64, 71, 73, 96, 117);
- 9 общего назначения;
- дошкольный центр развития ребёнка.

В 14 дошкольных учреждениях района с режимом работы 10,5 часов организовано трёхразовое питание (№ 3, 7, 15, 16, 21, 51, 64, 71, 73, 74, 83, 88, 96, 151). В шести с режимом работы 12 часов — четырёхразовое питание (№ 8, 11, 26, 117, 165, 167).

Многогранность направлений работы каждого учреждения требует и особенного подхода при организации питания. При этом должны быть учтены все аспекты. Это:

- соответствие энергетической ценности рациона энергозатратам организма в зависимости от возраста;
- удовлетворение физиологических потребностей организма в основных пищевых веществах в определённых количествах и соотношениях;
- эффективность использования выделенных на питание бюджетных средств и др.

Анализ всех этих аспектов и привёл управление образования облисполкома к выводу, что без применения современных технологий, электронных средств невозможно добиться желаемого результата, а именно — обеспечения рационального, сбалансированного питания детей с учётом соблюдения лимита денежных средств. Областное управление образования поручило нашему отделу провести эту работу. Была создана рабочая группа по постановке задачи автоматизации организации питания.

Мы решили не останавливаться на использовании электронных средств только при составлении меню, зная, что в дошкольных учреждениях республики они уже применяются. Была поставлена задача обеспечения своевременного анализа и контроля как на уровне учреждения, так и отдела. В результате у нас создана региональная автоматизированная распределённая система подготовки и составления меню с возможностью учёта списания продуктов, контроля выполнения норм питания, в том числе и денежных, а также норм физиологической потребности в пищевых веществах и энергии в дошкольных учреждениях (АРС «Питание»). О данной работе более подробно расскажет главный бухгалтер нашего отдела образования Г.И. Кодушкина.

Г.И. КОДУШКИНА:

АРС «Питание» предусматривает централизованную подготовку и рассылку в дошкольные учреждения технологических карт, справочников и нормативов, обеспечение работников ДУ необходимым инструментарием (формирование меню, складской учёт продуктов питания, анализ выполнения норм) и последующий автоматизированный сбор данных в отдел образования для анализа специалистами правильности организации питания и выполнения норм, а также для ведения бухгалтерского учёта продуктов питания.

Ожидаемые результаты от внедрения АРС «Питание»:

Повышение качества питания воспитанников дошкольных учреждений при соблюдении лимитов финансовых расходов путём:

- ✓ повышения качества и оперативности контроля соблюдения норм питания (до ежесуточного);
- ✓ контроля:
 - а) выполнения правильности закладки продуктов согласно технологическим картам;
 - б) соблюдения денежных норм, норм питания детей и их физиологической потребности в веществах;
 - в) срока хранения продуктов на складе.
- ✓ обеспечения максимальной достоверности и объективности информации о соблюдении норм питания в различных аспектах (как краткосрочного, так и долгосрочного анализа);
- ✓ сокращения рутинных ручных операций и связанных с ними ошибок, сокращения объёма и времени обращения бумажного документооборота.

Внедрение её позволяет обеспечить выполнение следующих функций:

Со стороны РОО:

- Централизованная подготовка, утверждение и автоматизированная рассылка рецептурных блюд по дошкольным учреждениям, входящим в систему АРС «Питание».
- Централизованная подготовка и утверждение десятидневных примерных меню специалистами РОО.

- Автоматизированный сбор данных от удалённых дошкольных учреждений для контроля специалистами РОО.

- Анализ выполнения норм питания, в т.ч. денежных норм и норм физиологической потребности в веществах, на основе данных, собранных от удалённых дошкольных учреждений.

- Автоматизированный сбор накладных на продукты питания и данных о списании продуктов со склада.

Со стороны дошкольных учреждений:

- Получение утверждённых технологических карт на основании рецептурных сборников.
- Возможность формирования временных технологических карт до обновления централизованного справочника.
- Формирование меню на основе утверждённых технологических карт.
- Формирование меню-требования, накладных на приход и списание продуктов.
- Анализ выполнения норм питания, в т.ч. денежных норм и норм физиологической потребности в веществах.
- Учёт продуктов на складе.

Программный продукт содержит:

1. Полный справочник картотеки рецептур блюд, разработанный в соответствии со «Сборником рецептур блюд для детей раннего и дошкольного возраста», утверждённым Министерством образования и Министерством здравоохранения Республики Беларусь 11.04.2002 г. с учётом рекомендуемых возрастных объёмов блюд, в которых указаны нормы вложения массой нетто, выход полуфабрикатов и блюда в целом, химический состав и энергетическая ценность.
2. Справочник отходов и потерь при холодной обработке продуктов.
3. Картотеку рецептур блюд.
4. Справочник и нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд, составленный на основе норм взаимозаменяемости продуктов, действующих в системе общественного питания.
5. Справочник норм питания детей, дифференцированных по

возрасту, расхода основных продуктов и денежных норм.

6. Справочник норм физиологической потребности в веществах.

7. Справочник примерных цен на продукты питания.

При составлении рецептов блюд непосредственно в дошкольных учреждениях у АРС «Питание» имеются следующие функциональные возможности:

- Формирование меню по группам питания на основе каталога технологических карт с автоматическим расчётом:

- стоимости меню (на 1 ребёнка);

- химического состава блюд;

- калорийности;

- нетто продукта на 1 ребёнка;

- потребности в продуктах для всего меню (брутто).

- Замена продуктов в меню в соответствии с «Нормами взаимозаменяемости продуктов питания» при отсутствии необходимых продуктов на складе, с автоматическим расчётом количества заменяющего продукта.

- Формирование меню-требования.

- Формирование накладных на возврат (дополнение) при расхождении в планируемом и фактическом меню.

- Формирование заявки на списание продуктов со склада с последующей её передачей в приложение «АРМ «Склад продуктов питания».

Хочу немного остановиться и на трудностях, с которыми мы столкнулись при внедрении программы:

1. Отсутствие в дошкольных учреждениях необходимого количества компьютерной техники.

2. Отсутствие в дошкольных учреждениях специалистов, имеющих навыки работы с помощью ПВМ.

Поэтому этап обучения работы с программным продуктом очень часто начинается с банального обучения — включения компьютера, умения пользоваться компьютерной мышью, работе на клавиатуре. Но все эти проблемы у нас уже решены.

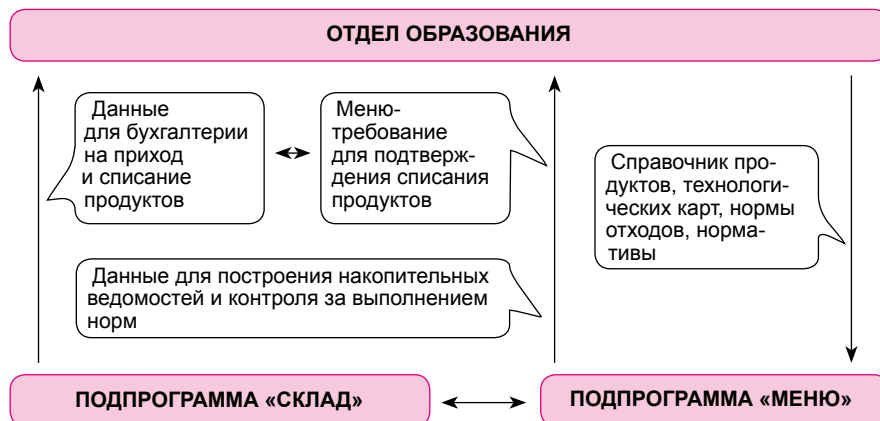
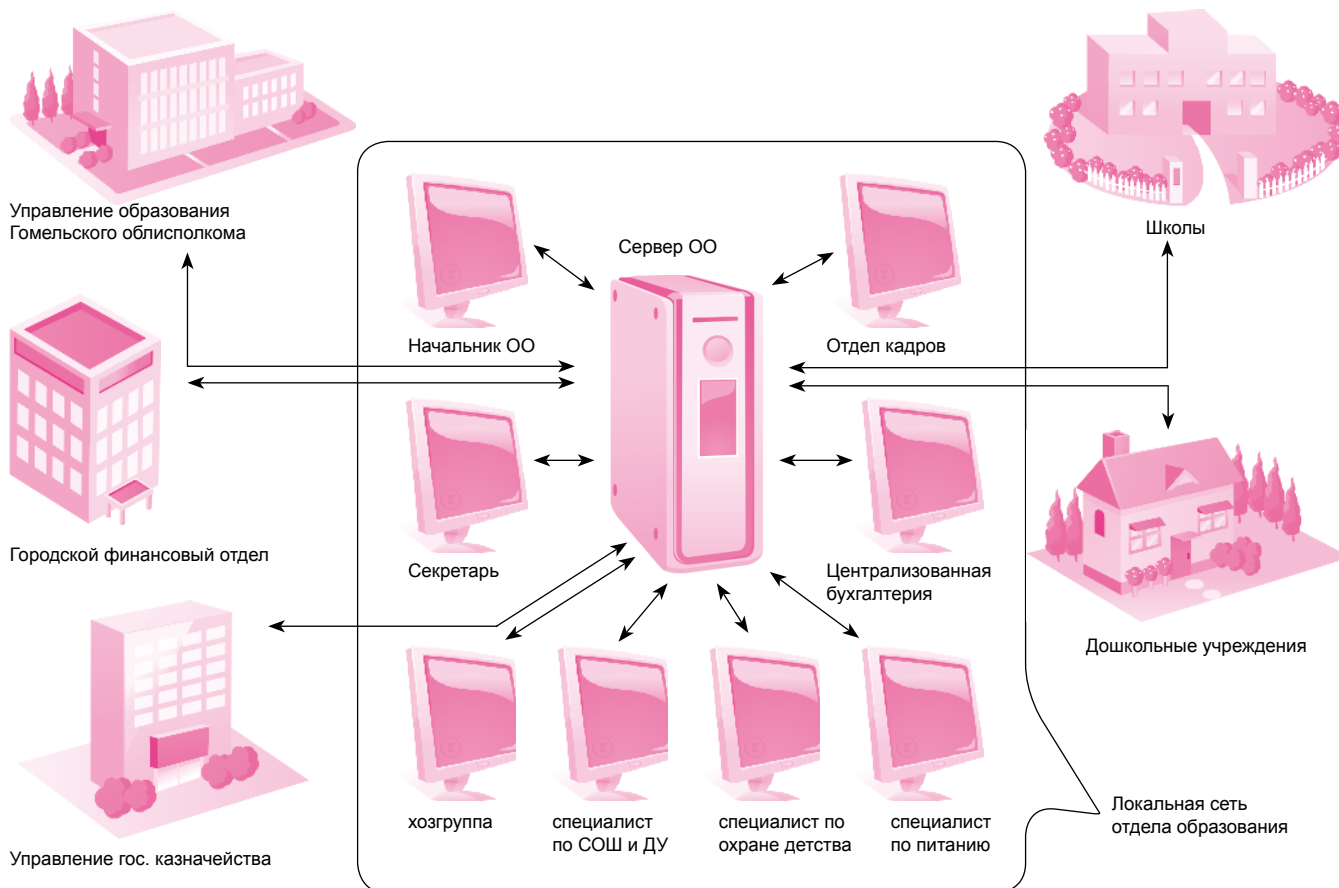


СХЕМА КОРПОРАТИВНОЙ СЕТИ ОТДЕЛА ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА г.ГОМЕЛЯ



ПУТЬ К УСПЕХУ – ПАРТНЁРСТВО



Наталья ГУРСКАЯ,
инженер-технолог
управления образования
Октябрьского района г.Минска

“ В вопросах организации питания нет ничего второстепенного, и самое главное — это люди, человеческий фактор. ”

ЗДОРОВЬЕ издавна высоко ценилось человеком. При этом его понимание с годами изменялось. Расширилось, углублялось. По определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье — это «состояние полного душевного, физического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов». В этой связи дошкольные учреждения призваны создать основу для дальнейшего развития ребёнка и обеспечить максимально благоприятные условия для формирования его здоровья, гармоничного, физического, психического и социального развития.

Одним из основных направлений в этой работе является организация питания. Правильно организованное рациональное, сбалансированное питание способствует росту и развитию детей, удовлетворению растущего организма ребёнка в необходимых веществах: белках, жирах, углеводах, минеральных веществах, витаминах.

Управлением образования нашего района максимум внимания уделяется этим вопросам, укреплению материально-технической базы дошкольных учреждений, в том числе пищеблоков. Проведён ремонт пищеблоков в семи дошкольных учреждениях. Произведена замена технологического, холодильного оборудования на более эффективное в работе. Приобретены пароконвекторные автоматы, средства малой механизации (хлебoreзки, механизмы для нарезки гастрономии, овощей). Правда, они пока единичные, но позволяют повысить качество приготовляемых блюд, облегчить труд повара. На приобретение торгово-технологического оборудования в 2008 году были направлены средства как городских целевых программ (92 млн руб.), так и районного бюджета (61.797,1 млн руб.).

В вопросах организации питания нет ничего второстепенного, и самое главное — это люди, человеческий фактор. Да, очень важен контроль, но одним из направлений в работе является обучение, оказание методической и практической помощи. К сожалению, кадры меняются, приходится их учить заново. Используем такие формы работы, как индивидуальные консультации, практические занятия. Особое внимание направлено на овладение медицинским персоналом знаниями по организации питания детей. Более 80% наших медсестёр по диетпитанию прошли курсы повышения квалификации, включая курс по диетологии.

Учитывая то, что в полном объёме не можем выполнить нормы питания детей, мы ответственно подошли к подбору блюд и формированию рационов питания, включили комбинированные блюда, сложные гарниры, руководствуясь в работе примерным двухнедельным меню. Данное меню разработано для дошкольных учреждений района с учётом физиологической потребности в пищевых веществах и энергии, возрастных особенностей детей, позволяет улучшить качественный состав рационов питания и разнообразить ассортимент блюд. В целях расширения ассортимента разработаны новые рецептуры блюд из доступных

видов сырья по приемлемым ценам. Это позволило снизить стоимость отдельных рационов питания. Приведу пример: «Вареники ленивые со сметаной» выходом 150/15 грамм стоят 790 рублей, а «Колобки из творога» с таким же выходом — 630 руб. Аналогично и другие утверждённые рецептуры из птицы, рыбы, печени.

В районе около 500 детей нуждаются в диетическом питании. Эти вопросы — на постоянном контроле как руководителей дошкольных учреждений, так и медицинского персонала. Осуществляется индивидуальный подход к каждому ребёнку, получающему диетическое питание.

Понимая, что в дошкольном учреждении ребёнок получает не все необходимые для его жизнедеятельности продукты питания, мы большое внимание уделяем разработке домашнего меню, а также меню в выходные и праздничные дни, ориентируясь на меню в дошкольном учреждении.

Очень важны в любом направлении работы детского сада, в т.ч. в вопросах организации питания в дошкольных учреждениях, партнёрские отношения работников дошкольных учреждений и родителей. Изучается мнение родителей, ими вносятся предложения. Сегодня многие папы и мамы поднимают вопросы о привлечении дополнительных средств и готовы к сотрудничеству для увеличения в рационах питания фруктов, соков, молочных продуктов детского ассортимента. Мы планируем активизировать работу в этом направлении с учётом существующей нормативной правовой базы.

Традиционным стало проведение на базе нашего района городских семинаров-практикумов, где кроме ассортимента блюд, предложенных дошкольными учреждениями, включая новые рецептуры, представлен широкий ассортимент с дегустацией продукции поставщиков: хлебозавода № 3, гормолзавода № 2 и др. Это позволяет непосредственно вести диалог с поставщиками о качестве, ассортименте, вкусовых качествах поступающих продуктов, что улучшает, делает разнообразным питание детей.

ПО ОТЛАЖЕННОЙ СИСТЕМЕ



Татьяна ФИНСКАЯ,
главный инженер-технолог
по питанию управления
образования Минского
облисполкома

“**Питание воспитанников дошкольных учреждений в Минской области осуществляется как за счёт государственной дотации, так и за родительские средства.**”

В НАСТОЯЩЕЕ время сложилась определённая система организации питания детей в дошкольных учреждениях. Принят ряд правительственных и межведомственных законодательных актов, регламентирующих нормы питания детей и расхода финансовых средств за счёт местного бюджета. Питание воспитанников дошкольных учреждений в Минской области осуществляется как за счёт государственной дотации, так и за родительские средства. Оно организуется в соответствии с требованиями санитарных норм и правил, по разработанным примерным двухнедельным меню с учётом сезонности, а также дифференциации детей по возрасту, профилю учреждения, согласованных с региональным центром гигиены, эпиде-

миологии и общественного здоровья главным инженером-технологом по питанию управления образования облисполкома. Дневные рационы составляются на основе примерных двухнедельных меню, утверждённых руководителем учреждения. Питание всех детей в учреждениях образования области по химическому составу носит щадящий характер.

Главной задачей по улучшению качества питания является своевременная доставка в учреждения образования продуктов питания. На балансах отделов образования рай(гор)исполкомов имеется соответствующий автотранспорт с охлаждаемым и изотермическим кузовом.

Большое значение в организации питания и профилактике острых кишечных инфекций имеет состояние материально-технической базы пищеблоков. За 2008 год в области приобретено 213 единиц холодильного оборудования на сумму 342,5 млн рублей, технологического оборудования — 678 единиц на сумму 1 млрд 28 млн рублей, 12 пароконвекционных печей на сумму 122 млн рублей.

Как известно, детский организм отличается от взрослого бурным ростом и развитием, формированием и становлением структуры многих органов и систем, совершенствованием их функций, развитием нервной деятельности. Поэтому пища, которую получают дети, должна возмещать энергетические затраты организма, обладать высокой биологической ценностью для обеспечения их роста и развития.

Одним из приоритетных направлений в нашей работе является удешевление питания за счёт использования местных ресурсов и резервов. На поставку продуктов питания у нас заключены договора напрямую с заводами-изготовителями, что позволяет осуществлять закупку продуктов питания без торговых наценок.

Также для удешевления питания приобретается современное высокотехнологическое оборудование — пароконвекционные печи (закладка продуктов питания меньше, обеспечивается энергосбережение). Во всех дошкольных учреждениях самостоятельно заготавливаются картофель и овощи под полную потребность по установочным ценам.

В сельской местности для организации питания в учреждениях образования хозяйства выделяют определённое количество мяса в среднем по цене 4—5 тысяч рублей за 1 кг.

В городских дошкольных учреждениях отделами образования рай(гор)исполкомов проведена работа с родителями о привлечении их средств на усиление питания в виде полноценного полдника. Предварительно проведено анкетирование о том, каким должен быть состав полдника, что предпочитают дети. Конечно, не все родители сразу были согласны с подобным предложением, и, как показал опыт, в основном это были родители с нормальным материальным достатком. С ними проводилась разъяснительная работа специалистами отделов образования, педагогами о необходимости подобных мер. Зачастую дети находятся в дошкольных учреждениях до 6—7 часов вечера, а на полдник получают только бутерброд или печенье и чай.

Приведённые доводы убедили родителей, и решением попечительских советов было принято включать в рацион полдника полноценные горячие блюда из творога, рыбы, мяса, яиц, овощей, по возможности фрукты. Рационы полдников согласованы с региональными центрами гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья. И уже с 2006 года в дошкольных учреждениях области функционирует система родительской доплаты. На сегодняшний день она составляет в среднем 500—700 рублей в день на одного ребёнка. Благодаря этому выполнение норм потребления продуктов питания возросло по сравнению с 2005 годом на 11%, т.е. в среднем составляет 95—100%.

При райисполкомках созданы и функционируют межведомственные комиссии, в состав которых входят главные государственные врачи зональных центров гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья, главные врачи детских больниц, начальники финансовых отделов райисполкомов, начальники отделов образования и заместители председателей райисполкомов, курирующие отделы образования. На заседаниях советов рассматриваются вопросы:

- выполнения комплексного плана мероприятий по профилактике

групповой заболеваемости острыми кишечными инфекциями при организации питания в учреждениях образования;

- организации диетического питания в дошкольных учреждениях;
- поставки продуктов питания в учреждения образования и трудности в работе с поставщиками, предприятиями-изготовителями;
- выполнения норм питания в дошкольных учреждениях;
- подготовки к организации питания в период летнего оздоровления;
- работы учреждений образования по пропаганде здорового образа жизни через рациональное сбалансированное питание.

В области отлажена система подготовки и переподготовки кадров поварского состава учреждений. Периодически диетсёстры, повара, ответственные лица по питанию, руководители учреждений образования повышают свои знания на курсах повышения квалификации.

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПИТАНИЯ В ДЕТСКИХ ДОШКОЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ МИНСКОЙ ОБЛАСТИ (по основным видам продуктов)

№ п/п	Наименование продуктов	% выполнения за 2005 год без родительской доплаты	% выполнения за 2008 год с родительской доплатой
1.	Хлеб пшеничный	87	89,9
2.	Хлеб ржаной	85	89,8
3.	Крупы	99	94
4.	Картофель	90	95
5.	Овощи	93	98
6.	Фрукты	47	94
7.	Соки	56	90
8.	Мясо	76	91
9.	Птица	95	100
10.	Молоко	62	95
11.	Масло сливочное	82	95
12.	Творог	65	98
13.	Сметана	71	96
14.	Сыр	60	90
15.	Яйца	53	98
16.	Рыба	65	92
17.	Масло растительное	90	95

Из таблицы видно, что значительно увеличилось потребление молочных продуктов, яиц, рыбы, мяса, особо значимых как белковосодержащих для формирования и развития детского организма.

ПОЛНЕЕ ИСПОЛЬЗОВАТЬ СОБСТВЕННЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ



Илона ШЕЛКОВИЧ,
заведующая ГУО «Дошкольный
центр развития ребёнка яслей-
сада № 1 г.Клецка»

“ На поставку продуктов питания у нас заключены договора напрямую с заводами-изготовителями, что позволяет производить их закупку без торговых наценок. ”

ПИТАНИЕ детей — одна из главных составляющих в работе всех дошкольных учреждений, поэтому в нашем районе и непосредственно в дошкольном центре развития ребёнка этому вопросу уделяется особое внимание. Одним из приоритетных направлений его удешевления является использование местных ресурсов и резервов. Так, на поставку продуктов питания у нас заключены договора напрямую с заводами-изготовителями, что позволяет производить их закупку без торговых наценок. Например, производственно-пищевой завод поставляет мясо крупными кусками без торговой надбавки. Это даёт возможность включать мясные блюда в меню детей в соответствии с установленными нормами. Овощи мы заготавливаем самостоятельно и в необходимом количестве, храним в овощехранилище дошкольного учреждения. На все овощи имеем необходимые протоколы исследования: на содержание нитратов, радионуклидов, солей тяжёлых металлов, пестицидов и пр. Для профилактики йододефицита используем только йодированную поваренную соль, включаем в меню морепродукты.

Средний процент выполнения норм по продуктам питания составляет 90,5%, при этом мы не используем доплату родителей. Организация питания в дошкольном учреждении ведётся с учётом действующих ежедневных норм и осуществляется в соответствии с двухнедельным примерным меню.

Особое внимание уделяется качеству поступающей продукции. Все продукты имеют удостоверения качества предприятия-изготовителя с указанием даты и времени выработки, сорта, категории, срока реализации.

Хочу остановиться на контроле за организацией питания в нашем дошкольном учреждении. Ежемесячно старшей медсестрой разрабатывается график контроля администрации за организацией питания, который включает в себя контроль за работой пищеблока, кладовой, организацией приёма пищи в группах. Данные проверки заносятся в специальные карты, позволяющие проанализировать все факторы, влияющие на качество работы по организации питания детей, и принять соответствующие меры.

Администрация дошкольного учреждения по графику посещает все возрастные группы, наблюдает, как питаются воспитанники, обращая особое внимание на организацию питания детей, вновь поступивших в ДУ, особенно раннего возраста, вернувшихся после перенесённого заболевания и с различными отклонениями в состоянии здоровья. Особое внимание также обращается на условия, которые должны обеспечиваться при приёме пищи: соблюдение гигиенических требований (обработка столов перед раздачей пищи, выполнение детьми гигиенических процедур перед каждым приёмом пищи, работа дежурных по столовой, умение пользоваться столовыми приборами согласно возрасту детей).

Карта «Анализ организации приёма пищи» позволяет нам получить целостную картину организации приёма пищи воспитанников во всех возрастных группах. Согласно разработанным критериям анализу и контролю подвергаются следующие вопросы:

- наличие меню в группе;
- эстетика помещения;
- создание эмоционально-положительной обстановки;
- качество проветривания;
- выполнение гигиенических процедур перед приёмом пищи;
- выполнение графика получения пищи на пищеблоке;
- достаточность, качество, маркировка посуды для получения еды;
- количество, качество посуды для приёма пищи;
- наличие в достаточном количестве столовых приборов соответственно возрасту детей;
- наличие салфетниц, хлебниц;
- соответствие объёма порций при раздаче;
- качество раздаваемой пищи (температурный режим);
- сервировка столов дежурными;
- уровень сформированности культурно-гигиенических навыков у детей при приёме пищи;
- использование бесед и стихотворного сопровождения при питании детей;
- согласованность действий воспитателя и помощника воспитателя во время приёма пищи детей.

По необходимости, если есть замечания, осуществляется повторный контроль.

Разрабатываемый заместителем заведующего по основной дея-

тельности ежемесячный график контроля администрации за режимными моментами в дошкольном учреждении также включает в себя вопросы организации питания в группах, и один из вопросов — соблюдение детьми правил культурного поведения за столом:

- правильно ли они пользуются столовыми приборами;
- пользуются ли бумажными салфетками;
- вежливо ли обращаются друг с другом;
- умеют ли обращаться ко взрослым;
- есть ли любимые блюда;
- равнодушны ли к еде;
- аккуратно ли кушают;
- съедают ли норму питания (первое, второе, третье блюда).

Основная цель такого контроля состоит в том, чтобы зафиксировать истинное положение дел в группе с организацией качественного питания и своевременно произвести его коррекцию.

Администрация также проверяет вопрос организации работы дежурных по столовой, результаты которого фиксируются в карте «Организация работы дежурных».

Плодотворно работает совет по питанию, который состоит из работников дошкольного учреждения и представителей родительского комитета. Два раза с месяца согласно графику советом контролируется вопрос по организации питания в дошкольном центре с последующим заполнением актов и проведением ежемесячного заседания с принятием конкретных решений.

Вопрос организации питания рассматривается на педагогических советах, производственно-педагогических совещаниях, групповых родительских собраниях, медико-педагогических совещаниях.

Для работников дошкольного учреждения проводятся консультации, даются рекомендации. Весь материал систематизирован и находится в методическом кабинете. Разработана консультация для педагогов и помощников воспитателей «Организация питания в дошкольном учреждении», где подробно описано, какими столовыми приборами необходимо пользоваться при приёме конкретного блюда, как правильно сервировать стол к приёму пищи и т.д.

Для родителей дошкольного учреждения выпущен тематиче-

ский фотоальбом «Что сегодня на обед?», где помещены фотографии работников пищеблока, фотографии детей при сервировке стола, организации питания. Все они имеют соответствующий художественный текст.

Один раз в два месяца в нашем дошкольном учреждении для родителей выпускается газета «Родничок». Практически в каждом выпуске рассматриваются вопросы питания. Так, в одном из номеров родителям было рассказано, как организовать праздничный стол детям на Новый год, в февральском номере газеты воспитатель поделилась опытом о проведении заседания семейного клуба детей и родителей, где мамы в салоне «Смак» предлагали попробовать любимые салаты своих детей. А в тематической газете, в рубрике «Приятного аппетита», редактор газеты взяла у меня интервью, в котором было рассказано о контроле за питанием в нашем учреждении, даны рекомендации родителям о правильном питании детей дома.

Для детей при приёме пищи используются потешки, сказки, четверостишия и другие поощряющие формы. Педагоги всех возрастных групп создали иллюстрированные картотеки блюд, которые используют для заучивания с детьми при приёме конкретного блюда. Оформили уголки помощников воспитателей в виде фруктов, где поместили объём выдачи блюд, график выдачи пищи, правила мытья посуды.

Особое внимание уделяется пополнению пищеблока кухонным оборудованием. За последние три года здесь обновлено технологическое, весовое, холодильное оборудование. В ближайшее время планируем приобрести пароконвекционную печь, которая позволит в полном объёме сохранить все витамины и микроэлементы в продуктах, сберечь энергоресурсы и готовить на пару вкусные и питательные блюда для детей.

В заключение хочется сказать, что правильно организованное питание в дошкольном учреждении способствует улучшению здоровья каждого ребёнка. Так, если в 2005 году пропуск по болезни одним ребёнком составлял 6,6, в 2006, 2007 гг. — 4,6, то в 2008 г. — 4,3 дня.

ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ: ПЛЮСЫ И МИНУСЫ

КОММЕНТАРИЙ

НАЧАЛЬНИКА УПРАВЛЕНИЯ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
МИНИСТЕРСТВА ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
ГАЛИНЫ ГРИГОРЬЕВНЫ МАКАРЕНКОВОЙ



“ Только профессиональная компетентность на всех уровнях и действенная система взаимодействия специалистов позволят предупредить факты грубых нарушений нормативной дисциплины. ”

ОРГАНИЗАЦИЯ питания детей в дошкольных учреждениях — актуальная проблема в системе дошкольного образования. Необходимость обеспечения сбалансированного качественного питания обусловлена его значением для развития растущего организма ребёнка.

Организация питания детей чётко регламентируется нормативными правовыми актами, которые охватывают все составляющие данного процесса.

Министерством образования, облисполкомами, Минским городским исполнительным комитетом принимаются комплексные организационно-административные меры по решению проблем питания. Внедряется система его удешевления за счёт поставки продуктов по себестоимости и привлечения родительских средств, определяются дополнительные мероприятия по совершенствованию деятельности всех структур, ответственных за организацию качественного питания детей в до-

школьных учреждениях, а также применяются меры дисциплинарного взыскания к ответственным лицам по фактам выявленных нарушений. Результаты проверок рассматриваются на заседаниях рай(гор)исполкомов, коллегиях управлений образования облисполкомов, расширенных советах отделов образования с участием представителей областных потребительских обществ и других заинтересованных сторон. Однако эти меры полностью не противодействуют нарушениям нормативной дисциплины в дошкольных учреждениях. Ежегодные проверки органами государственного контроля вскрывают факты этих нарушений, а также халатного и безответственного отношения к работе работников пищеблоков.

Объективный анализ сложившейся ситуации по организации питания детей выявляет следующие причины нарушений, ликвидация и решение которых зависят от всех заинтересованных.

✓ **Несоблюдение нормативной дисциплины.** Формирование нормативной грамотности должно начинаться с должностных инструкций. Соблюдение нормативной дисциплины, начиная с руководителя дошкольного учреждения и заканчивая каждым работником пищеблока, является основополагающим условием безопасности организации питания детей.

✓ **Нарушения технологии приготовления блюд, факты наличия просроченных продуктов, нерациональное использование денежных средств** не всегда обусловлены злоупотреблениями специалистов, а в большей мере результат безграмотного выполнения должностных обязанностей в силу низкой профессиональной компетентности.

Низкая заработная плата работников пищеблоков является главной причиной наличия в дошкольных учреждениях некавалифицированных кадров. Однако профессиональная компетентность руководителя, медицинской сестры по диетическому питанию может и

призвана нивелировать издержки в их деятельности. Так как главная задача дошкольного учреждения — это обеспечение условий безопасного питания. Поэтому резервом системы дошкольного образования является активизация работы по формированию у каждого специалиста потребности в совершенствовании своей профессиональной компетентности.

Более того, во всех регионах созданы ресурсные условия для эффективности этой работы. Усовершенствована система повышения квалификации специалистов, обеспечивающих организацию питания детей в дошкольных учреждениях, решён вопрос подготовки медицинских сестёр по диетическому питанию на базе медицинских училищ. В республике сложилась система методической учёбы (в курсовой и межкурсовой период) по совершенствованию организации питания детей в дошкольных учреждениях, внедрены активные формы межведомственного взаимодействия, во всех управлениях образования введены ставки специалистов, ответственных за организацию питания детей в учреждениях образования, за исключением г.Минска.

Таким образом, в каждом дошкольном учреждении республики, региона должны быть определены активные формы методического сопровождения деятельности специалистов, ответственных за организацию питания, дифференцированные с учётом результатов их работы, квалификации и итогов оценки организации питания в дошкольном учреждении государственными органами надзора. При организации этой работы особое внимание должно быть сосредоточено на деятельности конкретного специалиста, а не только на оформлении документов по мероприятиям. То есть результатом этой системы работы с кадрами является конечная оценка качества питания детей.

Только профессиональная компетентность на всех уровнях и действенная система взаимо-

действия специалистов позволят упредить факты грубых нарушений нормативной дисциплины!

Следует отметить, что в деятельности органов управления образованием отмечается смещение акцентов в работе специалистов по совершенствованию процесса организации питания детей в дошкольных учреждениях. Так, например, имеет место их отвлечение на переработку утверждённых, научно обоснованных, экспериментально апробированных рецептур блюд, с оформлением технологических карт (использование которых не предусмотрено нормативными документами по организации питания детей в дошкольных учреждениях). Процедура формирования новой рецептуры блюд по форме, установленной «Сборником рецептур блюд для детей раннего и дошкольного возраста», находится, прежде всего, в компетенции специалистов дошкольного учреждения, если возникает в этом необходимость, исходя из потребности конкретного учреждения. В данном случае более рациональной и эффективной была бы помощь специалиста управления в разработке или оценке новой рецептуры блюд в учреждении. Реальная ситуация такова, что специалисты занимаются составлением технологических карт при наличии рецептур блюд. Например, в конкретном регионе в течение года отсутствовали яйца в рационе питания детей (по итогам проверок государственного контроля) или в ходе проверки при соблюдении технологии приготовления блюда выход не соответствует рецептуре, несмотря на то, что данное блюдо готовится не впервые.

В деятельности дошкольных учреждений существуют проблемы, требующие регулирования на всех уровнях. Более того, проверки подтверждают факты, когда каждодневные рационы питания детей не соответствуют утверждённому десятидневному меню, что подтверждает несбалансированность питания детей. В условиях дефицита финансовых средств специалистам, безусловно, сложно рационально сформировать рацион детей. Во многих дошкольных учреждениях отсутствуют справки санитарного надзора по оценке организации питания, по результатам лабораторных исследований проб рационов на протяжении года.

Таким образом, решением данной проблемы приходится заниматься только руководителю, а всегда ли хватает компетентности руководителя и специалистов учреждения, чтобы самостоятельно оптимизировать процесс составления меню, обеспечить его соответствие десятидневным меню в условиях дефицита средств расходов на питание или в условиях привлечения дополнительных средств на выполнение норм питания? Поэтому всем заинтересованным в организации питания в соответствии с должностными функциями необходимо прогнозировать, определять и использовать индивидуально-дифференцированные активные формы методического сопровождения специалистов, обеспечить действенность административного и общественного контроля, оптимизировать координацию и регулирование деятельности всех заинтересованных с учётом результатов ежегодных проверок питания государственным контролем.

При создании вышеуказанных условий деятельности специалистов дошкольных учреждений следует повысить персональную ответственность, используя нормы и стимулы, определённые нормативными документами, прежде всего, морального и материального поощрения специалистов, не допускающих нарушений нормативной дисциплины.

В республике есть опыт работы управлений и отделов образования, руководителей дошкольных учреждений по удешевлению питания за счёт приобретения продуктов питания по себестоимости, привлечения спонсорских и родительских средств, рационального использования выделяемых бюджетных расходов на питание. Однако эта сложная социально обусловленная деятельность не стала нормой в выполнении должностных функций всех лиц, ответственных за организацию питания. В практике работы отдельных регионов волевым решением руководителям запрещают привлекать различные источники финансирования, установленные законодательством, для выполнения норм питания.

Нормативными правовыми актами предусмотрены разные формы организации дошкольного образования, в том числе с

одно-двух-трёхразовым питанием ребёнка. Поэтому учредителю учреждения необходимо своевременно информировать заказчика образовательных услуг дошкольного учреждения, т.е. семью, о реальных возможностях организации питания детей. Предлагая семье услуги дошкольного учреждения с 10,5–12-часовым режимом пребывания в нём, учредитель обязан обеспечить сбалансированный рацион питания ребёнка в соответствии с его физиологическими потребностями.

В настоящее время как никогда актуальным является тесное взаимодействие всех структур, в том числе на межведомственном уровне, в создании соответствующих условий организации качественного питания детей в дошкольных учреждениях, принятие конструктивных мер по повышению персональной ответственности и качественному выполнению должностных обязанностей специалистами.

Министерством образования принимаются следующие меры.

1. Программой развития системы дошкольного образования в Республике Беларусь на 2009–2014 годы в 2009–2010 годах предусмотрено выделение для местных бюджетов 138 млрд рублей для приведения в соответствие денежных норм расходов на питание установленным нормам питания.

2. Формируется заявка на научно-исследовательские работы в 2010 году по разработке новых форм организации питания детей в дошкольных учреждениях.

3. Ведётся изучение возможности подготовки справочника нормативных правовых актов по организации питания детей в дошкольных учреждениях с учётом приведения их в соответствие с новым проектом Санитарных норм и правил содержания детей в дошкольных учреждениях.

4. Принимаются меры по осуществлению экспертизы автоматизированной распределённой системы «Питание», разработанной по заказу управления образования Гомельского облисполкома.

5. Результаты комплексной проверки организации питания детей в дошкольных учреждениях будут рассмотрены на заседании коллегии Министерства образования в декабре 2009 года.

ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ: СВЕТЛОГОРСКИЙ ВАРИАНТ

ИЗ ОПЫТА ДОШКОЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ РАЙОНА

Ирина РОСЛОВЦЕВА,
заведующая
(ГУО ДЦРР яслей-сада № 22 «Непоседы» г.Светлогорска)

Марина ЧЕБАТАРЁВА,
зам. зав. по ОД



ЗАВТРАК, ОБЕД И УЖИН — ДЕТЯМ ОЧЕНЬ НУЖЕН!

С торжественного открытия наших яслей-сада прошло уже 33 года. За эти годы многое изменилось: развивалась и совершенствовалась педагогическая наука, поменялся облик детского сада. С 2004 года изменился и статус учреждения. Теперь — это дошкольный центр развития ребёнка. Именно с того момента для учреждения наступил новый отсчёт времени, появились новые приоритеты и направления в работе. Но, как и 33 года назад, педагоги по-прежнему рады встрече с детьми и их родителями.

В яслях-саду функционирует 9 групп, где воспитывается 180 детей. Коллектив центра — это 25 влюблённых в своё дело педагогов и весь технический персонал, которых объединяет одно общее желание — понять каждого ребёнка и создать условия для его всестороннего развития.

Наши принципы: каждый ребёнок уникален и неповторим; эффективное психолого-педагогическое сопровождение воспитанников основано на любви и уважении к их правам и достоинствам; в основе продуктивной педагогической деятельности — партнёрские отношения с семьёй.

ОРГАНИЗАЦИЯ полноценного питания детей — это сложный, многогранный и достаточно трудоёмкий процесс.

Здоровое питание является основой для жизнедеятельности. Именно в дошкольном возрасте уровень состояния здоровья ребёнка, успешность его физического развития во многом определяются качеством питания.

Недостаточно обеспечить ребёнка необходимым полноценным, сбалансированным питанием в ДУ. Большое значение имеет и правильная организация его в семье. Если нет чёткой преемственности в питании между дошкольным учреждением и семьёй, то работа детского сада в этом направлении теряет всякий смысл. Именно поэтому мы решили, что очень важно создать единое оздоровительное пространство в питании детей дома и в ДУ.

Анкетирование и беседы с родителями наших воспитанников показали, что в семьях очень редко обсуждаются вопросы правильного питания. Достаточно большой процент опрошенных родителей имеет очень смутное представление о пищевой ценности продуктов, о связи

питания и здоровья, некоторые насильно кормят детей дома, многие считают, что достаточно того, что дошкольное учреждение уделяет этому вопросу слишком много внимания. Вместе с тем, есть родители, которые имеют хорошие теоретические знания о здоровом детском питании, но не могут перевести их на практику. Объясняют это большой занятостью, неумением готовить и другими причинами.

Анализ полученных данных показал, что большинство родителей хотят больше знать о здоровом питании. Поэтому было принято решение, что пропаганду здорового питания необходимо начинать ещё до того, как мама впервые приведёт своего малыша в ДУ — это первый этап работы нашего центра с семьёй в данном направлении.

Опыт работы адаптационной группы с кратковременным пребыванием детей раннего возраста, полученный коллективом на протяжении трёх последних лет, подтвердил данное утверждение.

Ещё до поступления ребёнка в детский сад мы знакомим мам будущих воспитанников с распорядком дня, питания, с меню дошкольного

учреждения. Каждый родитель получает конкретные рекомендации по организации питания ребёнка дома, в период его подготовки к поступлению в детский сад, где советуем максимально приблизить режим его питания и меню к условиям детского сада.

А организация выставки на тему «Питание детей до 3-х лет» стала традицией в нашем учреждении. Здесь мы представляем вниманию родителей блюда, рекомендуемые для детей раннего возраста: суфле, запеканки, пудинги, салаты, каши и др. Каждый желающий может не только получить рецепт, но и продегустировать любое блюдо. К проведению таких мероприятий очень активно привлекаются медицинские работники, повара. Результат данной работы — более быстрое привыкание малышей к питанию в детском саду.

Вместе с тем, адаптационный период только начинается, и мы не останавливаемся на достигнутом. На следующем этапе работы родители первые 2—3 недели присутствуют на завтраках, обедах своих детей. В последующем мы предлагаем ребёнку свою помощь:

показываем, что готовы покормить его так же спокойно и ласково, как мама, что не будем настаивать на том, чтобы он доел всё или ел то, что ему не нравится. Ведь у каждого свои привычки, и нам приходится считаться с ними. Здесь мы идём на компромисс: «замаскировываем» незнакомое блюдо в знакомое; разрешаем малышу отказаться от углеводистой пищи, но обязательно съесть овощи; просим попробовать только кусочек нового для него продукта.

К примеру, чтобы вызвать у детей аппетит, желание съесть весь суп, нашим педагогам помогают сказки, рассказанные за столом. Многие из них мы предлагаем использовать и родителям наших воспитанников. Вот одна из них.

ЗАЙЧИШКИНЫ ПОДАРКИ

Пока дети гуляли, прибежали зайчишки и принесли вкусные подарки — капусту и морковку. Где же подарки от зайчат? Да вот они, в щах! И капуста тут, и морковка. А как вкусно пахнут щи! Мы сейчас щи съедем и зайчат поблагодарим. Зайчишки, наверное, подматривают, как дети едят, беспокоятся, понравились ли им подарки?

И ещё один обязательный компонент, который мы используем в своей работе с родителями на данном этапе, — это памятки, рекомендации для родителей.

Рекомендации для родителей в адаптационный период детей раннего возраста

Чтобы ваш ребёнок привыкал к детскому саду безболезненно, а приём пищи не был мучительным, рекомендуем следующее:

1. За месяц до поступления ребёнка в дошкольное учреждение, придерживайтесь дома режимных требований данного учреждения; завтрак — в 8.15, обед — в 12.00, сон — с 13.00 до 15.00. Заранее ознакомьтесь с меню, по возможности готовьте дома некоторые блюда, включая их полный набор: первое, второе, третье.

2. На что нужно обращать внимание во время еды:

- Последовательность блюд должна быть постоянной.
- Перед ребёнком можно ставить только одно блюдо.
- Блюдо не должно быть ни слишком горячим, ни холодным.
- Полезно класть пищу в рот небольшими кусочками, хорошенько пережёвывать.

- Не надо разговаривать во время еды.

- Рот и руки — вытирать бумажной салфеткой.

3. Чего не следует допускать во время еды:

- Громких разговоров и звучания музыки.

- Понуканий, поторапливания ребёнка.

- Насильного кормления или докармливания.

- Осуждения малыша за неосторожность, неопрятность, неправильное использование столовых приборов.

- Неэстетичной сервировки стола, некрасивого оформления блюд.

4. После окончания еды малыша нужно научить полоскать рот.

И если даже период адаптации малыша прошёл успешно, наш коллектив не останавливается на достигнутом. Именно на следующем этапе нам на помощь приходят самые различные формы взаимодействия с родителями: наглядная информация, индивидуальная работа, дегустации, мастер-классы, дни открытых дверей, презентации и другие формы работы.

Одной из таких форм работы стал наш консультационный пункт, который был создан с целью оказания практической помощи родителям в вопросах здорового питания. Родители не реже 1—2 раз в неделю могут получить квалифицированные ответы на интересующие их вопросы. Темы занятий, обсуждаемых на пункте, определяются как предложениями дошкольного учреждения, так и запросами родителей наших воспитанников. На занятиях с родителями мы обсуждаем различные вопросы: «Какая пища нужна мозгу»; «Каким продуктам отдать предпочтение», «Если у вашего ребёнка аллергия?», а также «Стоит ли насильно заставлять ребёнка кушать?» и многое другое.

Особый интерес у родителей вызывают меню выходного дня и домашнего ужина, которые, как правило, составляет диетсестра, пользуясь примерным десятидневным меню для дошкольных учреждений.

На ужин мы рекомендуем такие продукты, которые ребёнок не получал в детском саду, а питание в выходные — строить, ориентируясь на тот набор продуктов, который предусмотрен в дошкольных учреждениях. Один из важных

моментов, которому уделяем много внимания, — разъяснительная работа с родителями о том, чтобы утром до прихода в дошкольное учреждение ребёнка не кормили, так как это нарушит режим питания, приведёт к снижению аппетита. Но, вместе с тем, если ребёнка приходится приводить в детский сад очень рано, ему можно дать стакан кефира, молока с небольшим кусочком хлеба или какие-либо фрукты.

Варианты меню выходного дня

Вариант 1

Завтрак:

Каша геркулесовая молочная	180
Бутерброд с маслом и сыром	30/5/5
Чай с молоком	200

Обед:

Салат из капусты с морковью	50
Суп картофельный с зелёным горошком	200
Запеканка картофельная с мясом	200
Сок томатный	200
Хлеб ржаной	6

Полдник:

Пирожок с повидлом	60
Кефир	200

Ужин:

Вареники ленивые с маслом	180/5
Кисель из плодового концентрата	200
Яблоко	

Вариант 2

Завтрак:

Каша пшённая молочная с маслом	200/5
Бутерброд с маслом	40/5
Кофейный напиток с молоком	200

Обед:

Салат из капусты с чесноком	50
Борщ с капустой и картофелем	200/5
Биточки из говядины	70
Гарнир: капуста, тушенная с яблоками	130
Компот из кураги	200
Хлеб ржаной	60

Полдник:

Фрукты свежие	60
Ватрушка с повидлом	60
Молоко	200

Ужин:

Пудинг творожный с изюмом и соусом молочным сладким	150/50
Булочка	30
Чай с молоком	200

Вариант 3

Завтрак:

Запеканка манная с яблочным соусом	150/50
Бутерброд с маслом	30/5
Кофейный напиток с молоком	200

Обед:

Сельдь с гарниром	50
Суп картофельный с горохом	200
Котлета из говядины	70
Картофельное пюре	130
Компот из сухофруктов	200

Полдник:

Печенье	40
Молоко	200

Ужин:

Рыба, тушенная в томате с овощами	140
Хлеб пшеничный	30
Чай с лимоном	200

МАЛЕНЬКИЕ ХИТРОСТИ ДЛЯ СЛАСТЁН

Как можно привлечь внимание ребёнка к вкусной и полезной пище, чем заменить чипсы, чупа-чупсы, газировку? Эти вопросы чаще других задают наши родители. И нам есть, что им предложить.

Изумительные конфетки

Изюм и грецкие орехи прокрутите через мясорубку. Из массы сформируйте шарики и обваляйте их в вафельной крошке, в сахарной пудре или в кокосовой стружке. Положите в вазочку.

Это самый простой вариант. Если вы добавите в рецепт чернослив, мёд, сгущёнку — думаем, хуже не будет.

Конфеты из яблок и орехов

1 кг яблок, 500 г сахара, по 100 г ядер орехов (миндаля, грецких), 150 г воды.

Яблоки измельчите на тёрке, уварите с сахаром до густоты пюре, добавьте орехи. Снова варите до густой консистенции. После этого массу раскатайте в толстый слой, нарежьте прямоугольниками конфеты, обсыпьте их сахарной пудрой. Вкус — замечательный!

Фруктово-овощное печенье

5 долек сухих яблок, 1 ст.л. моркови, 2 ст.л. свёклы, 100 г печенья, джем.

Яблоки пропустите через мясорубку, морковь, свёклу натрите на мелкую тёрку, измельчите печенье, добавьте джем. Скатайте шарики, обваляйте в печенье и запекайте в духовке. После готовности посыпьте сахарной пудрой.

Яблочный морс

На 1 л воды: 1,5 кг яблок и пол-стакана сахарного песка (если яблоки очень кислые, то побольше).

Натрите яблоки на крупной тёрке, отожмите сок. Массу залейте горячей водой, варите 10–15 минут, дайте настояться в течение получаса, процедите, затем добавьте сахар, сок и ещё раз процедите.

Черничный морс

На 2 стакана черники: полстакана сахарного песка, 1 л воды.

Чернику переберите, разомните и отожмите. Полученный сок перелейте в стеклянную банку, накройте крышкой и поставьте в холодное место. Выжимки залейте горячей водой, прокипятите (10–12 минут) и процедите, а отвар смешайте с ранее полученным соком и добавьте сахарный сироп. Подавайте морс в охлаждённом виде.

Коктейль «Красная Шапочка»

1 кг моркови натереть на мелкой тёрке, залить половиной стакана воды, оставить на 2 часа. Затем отжать через марлю, добавить клюквенный сок (около стакана), сок одного лимона или полчайной ложки лимонной кислоты, сахар добавить по вкусу, взбить венчиком.

Коктейль «Чебурашка»

4–5 ч.л. земляничного варенья, 1 стакан холодного молока, 20 г сливочного мороженого, 20 г шоколада, натёртого на тёрке.

Положить в миксер мороженое, земляничное варенье, влить холодное молоко и взбить, чтобы смесь хорошо вспенилась. Перед подачей положить взбитые сливки, посыпать тёртым шоколадом.

Ореховый напиток

На 1 л напитка: 250 г очищенных грецких орехов, 0,8 л молока, до 120 г сахарного песка.

Растворите в горячем молоке сахар, добавьте толчёные орехи. Варите 10–12 минут на слабом огне и охладите.

Кисель «Слоёный»

Для молочного киселя: 320 г молока, 4 ч.л. сахарного песка, 1 ст.л. крахмала.

Для ягодного киселя: 80 г сока ягод, 3 ст.л. сахара, 1 ст.л. крахмала.

В формочки или вазочки, смоченные водой, налейте слой молочного киселя и хорошо его охладите. Потом налейте охлаждённый, но не до конца загустевший кисель из сока ягод (смородины, клубники, малины, ежевики) и вновь охладите. Подавайте со взбитой сметаной, посыпав сверху орехами.

НЕСКОЛЬКО УРОКОВ ИЗ «ШКОЛЫ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ».

Результат проводимой работы на консультационном пункте находит своё отражение в выпускаемых в

учреждении информационных буклетах под разными сериями: «Здоровое питание», «Питание, здоровье и занимательная психология», «Питание и здоровье».

Вопросы родителей, задаваемые на занятиях, подтолкнули нас к ещё одной, достаточно интересной и на наш взгляд эффективной форме работы с родителями — видеоурокам в «Школе здорового питания». Еда за красиво сервированным столом, подаваемая улыбающейся мамой, — это тот образ, к которому нужно стремиться и который будет сопровождать ребёнка по жизни, давая ему силы и надежду. Как научить родителей не только готовить полезную пищу, но и её преподносить, украшать стол — это большая наука.

Данная форма работы представляет практические и теоретические рекомендации для родителей на электронном носителе. Каждая мама может стать активным участником такого урока. Видеоурок состоит из нескольких частей: сервировка стола, «Маленькие хитрости», «Уроки экономии».

УРОК 1

ЗАВТРАК

Часто мы слышим от мам, что ребёнок утром отказывается завтракать, капризничает. Давайте устроим своим домашним сюрприз хотя бы в выходные дни. Ведь за красиво накрытым столом проявляется хорошее настроение и человек настраивается на позитивный лад.

Поговорим о маленьких хитростях. Проветрите утром кухню. На стол положите салфетки на каждого члена семьи. На салфетку поставьте закусочную тарелку, наискосок справа — блюдце с чашкой, чайную ложку на блюдце. Вилку — слева от тарелки, ложку — справа. Если к завтраку нужны только вилка и нож, то вилку кладите слева, нож — справа от тарелки.

Завтракайте в спокойной обстановке. Постарайтесь не включать телевизор, ведите беседу со своим ребёнком. Привлекайте его внимание к продуктам, стоящим на столе.

«Маленькие хитрости»

Проследите за своим ребёнком, как он пьёт молоко. Его нужно пить медленно и маленькими глотками, в обратном случае, попадая в желудок и подвергаясь действию кислого желудочного сока, оно свёртывается трудно перева-

риваемыми кусками. И ещё одна хитрость. Молоко лучше других продуктов снимает усталость, потому что очень быстро всасывается в кровь.

«Урок экономии»

Спаржа в сухарях

125 г сухарей, 500 г спаржи, 100 г сливочного масла, 2 яйца, соль.

Спаржу отварить в подсоленной воде. Охладить, смочить в яйце и запанировать в молотых сухарях. Тушить до готовности.

УРОК 2

ОБЕД

Сегодня мы хотим рассказать о том, как сервировать стол к обеду.

На стол поставьте две тарелки: сначала большую мелкую, а на неё глубокую суповую. С правой стороны положите столовый нож лезвием к тарелке и ложку углублением вверх. Столовую суповую ложку можно положить и за тарелкой ручкой вправо.

С левой стороны — вилку зубцами вверх, за ней ставят тарелочку для хлеба. Всю эту сервировку вам поможет сделать ребёнок. Тем более навыки у него есть. Обращайте его внимание на то, как важно принимать пищу за красивым столом. Далее раскладывает чайные ложки, располагая их рядом с посудой или за ней ручкой направо. Когда суп съеден, вместо суповой тарелки ставят большую мелкую. После того как убрана вся посуда — подавайте десерт.

«Маленькие хитрости»

Мойте крупу под струёй холодной воды. Не замачивайте её заранее, так как она теряет вкус. Гречневую и манную крупу перед приготовлением поджарьте на сковороде — будет вкуснее.

«Урок экономии»

Хлебный суп с луком и гренками

На 100 г пшеничного чёрствого хлеба, варенного мяса и лука, 50 г масла растительного, 1 яйцо, 20 г зелени петрушки, перец чёрный молотый, соль, 1 л бульона.

В бульон опустить мелко нарезанный лук, соль, перец, нарезанное кубиками варенное мясо. Довести до кипения и ввести взбитое яйцо. Суп сразу снять с огня, разлить в тарелки или чашки, посыпать зеленью, положить поджаренные на масле кубики белого хлеба.

Игра

Составление двух коллажей. Какая пища полезная, а какая нет?

УРОК 3

ПРАЗДНИЧНЫЙ СТОЛ

Праздничный стол начинается с подбора скатерти. Хорошо выглядит белоснежная льняная скатерть, но теперь всё чаще пользуются скатертями из различных цветных легко стирающихся материалов. Можно подобрать цветные скатерти ярких, сочных или мягких пастельных тонов.

Скатерть должна свешиваться за край стола на 35 см, салфетки для торжественного стола должны быть большого размера (35х35—45х45) и подходить к скатерти и посуде. Если стол накрыт двойной скатертью, то салфетки подберите такого же цвета, как и основная скатерть. Сложенные салфетки кладут на закусочные тарелки или слева от них.

Накрывая на стол, подумайте о цветах. Не рекомендуется ставить большие букеты и цветы с резким запахом. Тарелки ставьте на таком расстоянии одна от другой, чтобы при еде было свободно сидеть. Посуду на столе расставляйте также, как для обеда.

Но вот на что следует обратить внимание! Принято, чтобы на лучшие места садились хозяева. По правую руку от хозяйки усаживайте самого почётного гостя, а по левую руку от хозяина — самую почётную гостью. На салфетки можно положить карточки с именами гостей или хозяйке самой указывать места. А ещё не забывайте, что каждому приёму гостей присущ и воспитательный момент. Чем красивее он организован, чем аккуратнее накрыт стол, тем больше эстетического удовольствия доставляет он гостям.

«Маленькие хитрости»

Чтобы картофель получился рассыпчатым и вкусным, надо залить его подсоленным кипятком и поставить на большой огонь.

При его обработке пользуйтесь ножом из нержавеющей стали, т.к. витамин С разрушается от соприкосновения с железом.

«Уроки экономии»

Чайный пунш

1 л воды, 20 г чая, 1 лимон, 60—100 г сахара.

Довести до кипения воду, залить этим кипятком чай. Через 5—6 мин процедить, добавить сок лимона и сахар. Горячим разлить по стаканам.

Получился недорогой напиток, который в прохладный вечер поднимет настроение всей семье.

УРОК 4

ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ

Каждая мама знает, что питанию принадлежит первостепенная роль в сохранении здоровья ребёнка, а рациональное питание — одно из прекраснейших лечебных средств. В чём его польза?

В детский организм должны поступать растительные жиры — подсолнечное и кукурузное масло. Основную часть углеводов составляют крупы, хлеб, макаронные изделия, овощи и фрукты. Особое внимание необходимо уделять овощам и фруктам, поскольку они содержат витамины, минеральные соли, пектины, пищевые волокна и клетчатку.

Всё это известно каждой маме, поэтому мы хотим остановиться на таком вопросе, как органолептическая оценка пищи. Что же это значит? Прежде чем поставить блюдо на стол, мы невольно осматриваем его внешний вид и вдыхаем запахи. Так вот органолептическая оценка начинается с осмотра внешнего вида блюда. Затем мы должны определить запах, т.к. этот показатель очень важен. Как хозяйки вы должны знать, что запах бывает чистым, свежим, ароматным, пряным, пригорелым и др.

Также оцениваем и консистенцию продуктов, при прожёвывании пищи — её жёсткость, сочность, нежность, а также рассыпчатость, прилипаемость и т.д.

Последнее, на что мы должны обратить внимание, — вкус пищи. Он может быть горьким, солёным, сладким, кислым. Я не предлагаю устраивать вам дома лабораторию, но такая оценка не займёт много времени, зато позволит избежать многих неприятных и опасных ситуаций.

«Уроки экономии»

Гренки с ветчиной и спаржей

150 г хлеба пшеничного, 150 г ветчины, 500 г спаржевой фасоли, 100 г сыра, 60 г масла сливочного, 90 г помидоров, лук зелёный, спаржа.

«Маленькие хитрости»

Если добавить в сметану немного молока, она не свернётся в супе, соусе. Чтобы сметана лучше взбивалась, в неё следует добавить немного сырого яичного белка.

Желаем вам успехов!

Галина ОГИЕНКО,
воспитатель
дополнительного образования
I квалификационной категории

«У НАС СЕГОДНЯ ИМЕНИНЫ»

КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ

Очень популярны среди детей и родителей дни именинника. Это не просто чествование наших малышей.

Данная форма работы проводится ежемесячно и требует большой предварительной подготовки: совместной разработки дизайна помещения, изготовления атрибутов, составления схемы сервировки праздничного стола и его украшения, изготовления приглашений, билетов для дня рождения.

Все подготовительные мероприятия способствуют решению многих задач программы дошкольного образования «Пралеска». Они связаны не только с обучением дошкольников правилам столового этикета (культура поведения за столом, навыки сервировки стола, обучение приёмам складывания салфеток и т.п.), но и способствуют восприятию дизайна: углублению представления о том, чем занимается художник-дизайнер, содействию обогащения словарного запаса в процессе восприятия дизайна, а также расширению представлений об особенностях различных видов интерьера и его функциональных зон.

Родители — самые активные участники в подготовке таких праздников в дошкольном учреждении.

ПЕРВАЯ ЧАСТЬ

ОФОРМЛЕНИЕ КОМНАТЫ КО ДНЮ ИМЕНИННИКА

Задачи: способствовать проявлению интереса к дизайну как компоненту предметно-пространственной среды; познакомить детей с вариативным оформлением комнаты для празднования дня рождения, учить элементарному декорированию; закрепить знания детей о форме, пропорциях предметов; развивать конструктивные навыки, творческое воображение; вызвать желание сделать приятно своим друзьям, воспитывать аккуратность.

Материал: готовый макет комнаты с набором мебели, эскизы комнат, оформленные для праздника, клей, ножницы, кисти для клея, салфетки, пластилин, краски акварельные, кисти для красок, бумага формата А3.

Предварительная работа: рассматривание альбома «Дизайн ме-

бели», дидактические игры «Колесо истории» (история развития мебели), «Радуга».

На одном из столов поставить макет комнаты с набором игровой мебели. На другом столе разложить эскизы комнат, украшенные ко дню рождения. Приготовить зону практической деятельности.

Дети входят в изостудию под весёлую, бодрую музыку и становятся в круг.

Воспитатель (В.). Здравствуйте, дорогие ребята! Я очень рада вас видеть. А вы рады нашей встрече?

Упражнение «Давайте порадуемся».

Давайте порадуемся
солнцу и птицам,
(Дети поднимают руки вверх.)

А также порадуемся
улыбчивым лицам.
(Улыбаются друг другу.)

И всем, кто живёт
на этой планете,
(Разводят руками.)

«Доброе утро!» —
скажем мы вместе.
(Берутся за руки.)

«Доброе утро!» — маме и папе.
(Выполняют махи сцепленными
руками вперёд-назад.)

«Доброе утро!» —
останется с нами.

Почувствовали, как сразу стало уютнее и теплее в комнате от наших улыбок и добрых слов? А теперь я предлагаю вам присесть на стульчики. Всем удобно?

Звучит «Песенка крокодила Гены» (муз. В. Шаинского, сл. А. Тимофеевского).

В. Дети, понравилась вам песня? О чём в ней поётся?

Скоро в нашем детском саду в очередной раз будет отмечаться день именинника. И нам с вами поручили украсить изостудию к этому празднику. Надо подумать, как мы расставим мебель, как украсим столы, стены. А чтобы нам легче было это сделать, мы будем использовать макет изостудии, изготовленный ранее. Придумаем украшения для комнаты, чтобы это было ярко, красиво, празднично. В этот день мы будем поздравлять всех именинников, которые родились в мае, дарить им цветы, улыбки, хорошее настроение.

Им — самые сердечные слова!

Им — самые прелестные цветы!

Какие бы слова вы им сказали?

Давайте превратимся с вами в художников-дизайнеров. Вы согласны?

В. Мы с вами поделимся на три группы: одна группа будет расставлять мебель на макете, вторая — заниматься украшением макета комнаты воздушными шарами, используя пластилин, а третья — рисовать поздравительный плакат.

После окончания работы предложить каждой группе рассказать, почему они выбрали именно этот вариант.

В. Молодцы, ребята, вы очень постарались! Вот какая у нас получилась красивая комната!

А я с вами прощаюсь, до новых встреч!

ВТОРАЯ ЧАСТЬ

САЛФЕТКИ ДЛЯ ПРАЗДНИЧНОГО СТОЛА (оригами)

Задачи: учить свёртывать салфетки, используя метод оригами; развивать эстетическое восприятие, творчество, индивидуальность; воспитывать умение радоваться.

Материал: листы бумаги размером 15х15, салфетки матерчатые, схемы свёртывания салфеток.

Предварительная работа: рассматривание иллюстраций с изображением сервировки стола, беседа о праздновании дня рождения в семье, дидактическая игра «Сервирую стол».

На одном из столов лежат схемы свёртывания салфеток, на другом — готовые образцы салфеток (несколько вариантов). Приготовить зону практической деятельности.

В. Здравствуйте, ребята! Какое у вас настроение? Чему вы сегодня удивлялись? (Ответы детей.) А я сегодня удивилась солнцу. Оказывается, оно, как настоящий волшебник, умеет тепло и ласково здороваться.

Утром ранним кто-то странный
Заглянул в моё окно.

На ладони появилось

Ярко-рыжее пятно.

Это солнце заглянуло:

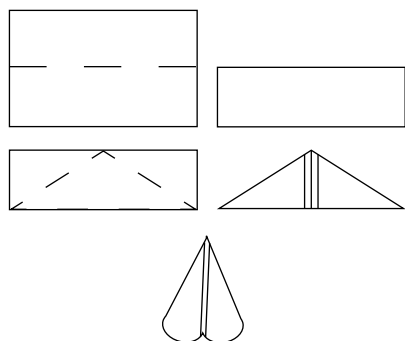
Будто руку, протянуло

Тонкий лучик золотой.

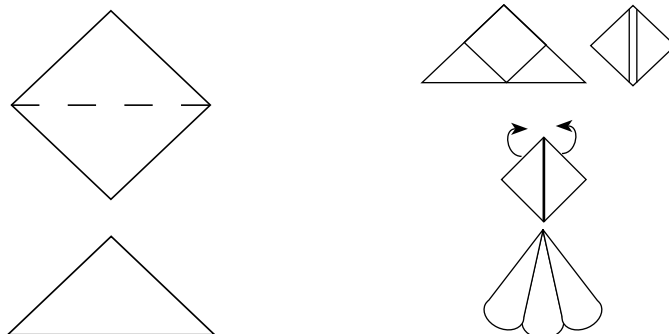
И, как с первым лучшим другом,
Поздоровалось со мной.

СХЕМЫ СВЁРТЫВАНИЯ САЛФЕТОК

Космос



Тройной шатёр



Давайте обнимемся и поприветствуем друг друга.

Доброе утро, мои дорогие! Я желаю вам дружно и весело провести этот день, увидеть много интересного и удивиться красоте, которая нас окружает.

Дети приветствуют друг друга и говорят добрые пожелания.

В. Вы знаете, что в нашем детском саду в очередной раз отмечается день именинника. Сегодня мы с вами будем учиться свёртывать салфетки для праздничного стола. Салфетка — это непременно предмет сервировки стола. Ведь без неё невозможно соблюсти чистоту и опрятность за столом. Кроме того, хорошо отглаженная и красиво сложенная полотняная салфетка ещё и украшает стол. Существует много способов свёртывания салфеток, мы же с вами познакомимся с двумя из них.

Дети рассматривают образцы свёрнутых салфеток.

В. Давайте с вами сделаем разминку для пальчиков.

Звучит музыка.

Солнышко просыпается,
(Дети сжимают кулаки.)

Лучики расправляются,
(Раздвигают пальчики.)

Лучики собираются
(Сдвигают пальчики.)

И засыпают.

(Сжимают пальчики в кулачок.)

Воспитатель предлагает детям рассмотреть схемы свёртывания салфеток. Дети учатся складывать их сначала на бумаге, а потом свёртывают полотняные салфетки.

В. Молодцы, ребята! Вы отлично справились с заданием, а теперь мы с вами украсим этими салфетками праздничные столы.

Тамара КРУК,
воспитатель
I квалификационной категории

ТРЕТЬЯ ЧАСТЬ

ПОДГОТОВКА ПОМЕЩЕНИЯ КО ДНЮ ИМЕНИННИКА

Задачи: учить детей планировать свою деятельность (моделирование сервировки столов); содействовать развитию творческого воображения; продолжать знакомить детей с искусством дизайна; создать у детей радостное настроение, желание самим украсить комнату заранее подготовленными праздничными украшениями; закрепить навыки оформительской деятельности; развить пространственную ориентировку, целостное восприятие, чувство цвета; способствовать развитию коммуникативных способностей в процессе совместной с другими детьми работой; воспитывать у детей организованность и заботу о других детях, эстетический вкус; познакомить с этикетом поздравления.

Материал: заранее изготовленные детьми красочные гирлянды, «смешные» шарики с рисунками детей, различные цветы, ленточки, плакаты в виде облачков с надписями: «Поздравляем», «С днём рождения». Салфетки индивидуальные по количеству детей в группе; посуда для сервировки столов (блюде с чашкой, тарелка, вилка, чайная ложка), различные украшения (сухоцветы, бабочки, цветы), вазы; фотографии с сервировкой столов, скатерти; гофрированная бумага разных цветов, тесьма.

Предварительная работа:

1. Беседа о предстоящем празднике, необходимости подготовки комнаты к празднику.

2. Обсуждение вариантов оформления комнаты.

3. Изготовление общего дизайн-проекта украшения комнаты на макете.

4. Изготовление праздничных гирлянд, «смешных шаров» с рисунками детей, различных объёмных цветов из гофрированной бумаги и оригами, приёмы декорирования: накладная анимация, мозаика, прорисовка пятнышек и прожилок, оформление в виде облачков плакатов «Поздравляем», «С днём рождения». Приготовление подарков именинникам.

5. Привлечение родителей к подготовке и проведению праздника.

Методические приёмы:

1. Беседа о предстоящем празднике, необходимости подготовки комнаты к празднику.

2. Проблемная ситуация «Отсутствие сервировки столов»

3. Рассматривание фотообразцов сервировки столов, обсуждение вариантов их оформления.

4. Обсуждение в подгруппах предстоящей работы (первая подгруппа — украшает салфетницы, вторая — скатерти).

Этапы работы:

1. Подбор и укладка гофрированной бумаги на салфетницы.

2. Декорирование композиций тесьмой.

3. Декорирование скатертей бабочками и цветами.

4. Моделирование столов.

5. Праздничное оформление комнаты согласно дизайн-проекту.

6. Знакомство с этикетом поздравления.

Людмила БЕДЕНКО,
музыкальный руководитель
I квалификационной категории

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

ПРАЗДНОВАНИЕ ДНЯ ИМЕНИННИКА

С самого утра в группе появляется именинница с мамой.

Мама именинницы.

Все-все-все! На день рождения!
Будут чай и угощенья,
Будут танцы, шутки, смех —
Праздник радости для всех!

Именинница. Я принесла вам приглашения на настоящий день рождения.

Именинница раздаёт всем детям приглашения в форме сердечек, которые она сделала вместе с мамой, и сообщает им о том, что всех приглашает на празднование своего дня рождения.

Накануне воспитатель разучила с детьми поздравительные стихи и приготовила подарок — альбом с рисунками детей в красочной обложке. До обеда в изостудии дети принимали участие в сервировке праздничных столов. Во второй половине дня в группе появляется клоунесса Василинка со связкой воздушных шаров (наполненных гелем) и коробкой, в которой находятся предметы для ряженья (носки, бантики, рожки, ушки и др.).

Василинка. Внимание, внимание! Большой-большой сюрприз!

Кто любит приключения —
Ко мне поторопись
И в это разноцветие
Скорее нарядись!

(Дети выбирают предмет по душе.)

Чтоб в путь со мной отправиться,
Не нужен транспорт нам.
За светлую улыбку
Вам шарики раздам.

(Клоунесса раздаёт детям шары.)

Шарики воздушные
Нас не подведут,
На праздник «День рождения»
Нас быстро донесут.

Дети вместе с Василинкой проходят в зал. Голос от лица клоуна Поздравлялкина, который сделан из надувных шаров (2,5 м в высоту), приветствует вошедших.

Голос Поздравлялкина.

Сколько у нас гостей,
Сколько у нас друзей!
Всех девчонок и мальчишек,
Шалунов и послушек,
Позовём на представленье
Под названием «День рождения»!

Дети рассаживаются на стулья, которые ведут к красиво оформленному столу именинницы.

1-й родитель.

Чей сегодня день рождения?
Кто родился в этот день?
Для кого сегодня птицы
Распевают «динь-дилинь»?

2-й родитель.

Для кого сегодня солнце
В небе улыбается?
Для кого цветочек яркий
В поле распускается?

Василинка выводит именинницу.

Василинка.

Наша именинница тут!
Но только как её зовут?

Именинница. Даша!

Василинка. А сколько нашей Даше лет?

Именинница.

Все мы любим день рождения,
И хоть полон он забот,
Как приятно в день рождения
Старше стать на целый год.
И сегодня, и сегодня
Мне исполнилось пять лет!

Василинка.

Если нынче день рождения —
Значит, будут поздравленья!

1-й ребёнок.

Будь красивой, будь счастливой,
Будь, как солнышко, игривой,
Будь, как звонкий ручеёк!

2-й ребёнок.

Никогда не ссорься с мамой,
С папой, с бабушкой, с друзьями
И расти большой, большой...

Василинка.

Вот такой, вот такой!

Дети встают на носочки и тянут руки вверх.

Василинка.

Если нынче день рождения —
Значит, будут поздравленья!
Весёлые, сказочные,
Шутливые, красочные.
Даша, уважаемые родители, для вас
Салют из шариков сейчас.

Под звуки фейерверка дети отпускают шары, которые летят под потолок.

Голос Поздравлялкина.

День рождения — это славно!
Это радостно, забавно
Поздравленья принимать
И подарки получать.

3-й ребёнок.

Этот день мы долго ждали,
мы рисунки рисовали.
Из бумаги, красок ярких
мы готовили подарки.

Имениннице вручают подарок — альбом с рисунками, который «держит» Поздравлялкин.

Василинка.

В круг скорее все вставайте,
Громче, музыка, играй!
И для Дашеньки сегодня
Испечём мы каравай.

*Исполняется хоровод «Каравай».
Родители выносят пирог.*

1-й родитель.

Испекли мы пирог
И на стол поставим,
Каждый чтоб отведать мог
(ставят).

2-й родитель.

Угощенье на столе!
Есть печенье, и цукаты,
И варенье, и желе,
Пряники, конфеты,
Шоколад, зефир...

Вместе. Будет праздник на весь мир.

Детей приглашают за праздничный стол.

Василинка.

А сейчас, чтоб не скучать,
Предлагаю поиграть.

Все игры чередуются с танцевальной программой, музыкальными номерами.

1. Кто отгадает с завязанными глазами праздничное блюдо по запаху (печенье, апельсин, банан, пирожное).

2. Игра с шариком (нужно как можно дольше удерживать шарик в воздухе без помощи рук).

3. Кто быстрее сосчитает гелиевые шарики одного цвета под толком.

4. Кто сможет с завязанными глазами на мольберте нарисовать самого красивого зайца.

Василинка. Дети, я только что получила телеграммы с поздравлениями для именинницы, а вот от кого они, никак не пойму. Давайте попробуем выяснить.

Зачитывает телеграммы.

«Дашенька! Поздравляю с днём рождения! Прилететь к тебе не могу, так как объелся варенья на дне рождения Малыша!»

Карлсон

«Целую, обнимаю. Поздравляю Дашу! Не могу приехать, засунул свой длинный нос в узкую дырку, не могу вытащить. Жду на помощь друзей».

Буратино

«Поздравляю с днём рождения! Ну, именинница, погоди!»

Волк

В конце празднования вручается сладкий приз или сувенир тому, кто победил в номинации «Самый весёлый гость» (а ими оказываются все дети, что несказанно всех радует).

КУЛИНАРНЫЙ КЛУБ В ДЕТСКОМ САДУ

ПИЩА нужна человеку для поддержания здоровья и работоспособности, поэтому так важно соблюдать правила рационального питания во все возрастные периоды жизни человека.

Детский организм отличается от взрослого бурным ростом и развитием, формированием и становлением структуры многих органов и систем, совершенствованием их функций, развитием и усложнением высшей нервной деятельности. Всё это требует достаточного количества белков, жиров, углеводов, минеральных веществ и витаминов.

Качество питания ребёнка оказывает решающее влияние на состояние его здоровья в любом возрасте. Оно зависит от пищевых ингредиентов (белки, жиры, углеводы, калории) и других составляющих (витамины, минеральные вещества). Именно в дошкольном учреждении, где ребёнок находится большую часть дня, правильная организация питания имеет большое значение.

Оценив с практической точки зрения современные подходы к организации процесса питания в дошкольном учреждении, мы пришли к выводу, что необходима дополнительная образовательно-просветительская работа для повышения профессионального уровня работников пищеблока. Кроме того, возможность обмениваться опытом с коллегами, научиться основам мастерства также способствует совершенствованию в целом процесса организации питания. Следует признать, категория работников пищеблока не столь активно привлекается к участию в различных методических мероприятиях, потому мы посчитали целесообразным организовать работу **постоянно действующего образовательно-практического объединения работников ДУ по организации детского питания.**

Начали с опроса поваров, имеющих разный опыт работы,

с целью выяснения затруднений, форм конкретной помощи. Анализ затруднений показал, что в данной области просветительская деятельность должна осуществляться с включением в неё всех участников процесса питания детей, начиная от поваров и кухонных рабочих, заканчивая работниками групп, родителями и, конечно же, детьми. Так был создан **клуб «Питание и здоровье»**, который начал свою работу в нынешнем учебном году.

Перспективный план деятельности клуба составлен с учётом того, что в его работе принимают участие как опытные работники пищеблоков, так и начинающие и совершенствующиеся. После проведения первых занятий стало ясно: приглашение к сотрудничеству педагогов и родителей сделает нашу совместную работу более эффективной, результативной и практико-ориентированной.

Каждое занятие клуба включает в себя теоретическую часть для изучения, рассмотрения, детализации вопросов организационного, практического характера и практическую, в ходе которой участники могут проявить способности, усовершенствовать знания и навыки, приобрести дополнительный опыт. Кроме того, в каждое занятие включена «Страничка педагога-психолога».

Большой интерес не только у поваров-участников клуба, но и у других специалистов дошкольного учреждения и родителей вызвало составление подборки иллюстрированных рецептов блюд для детского питания, которые могут включаться и в повседневный рацион, и в праздничное меню, и в меню выходного дня.

При подготовке и проведении занятий клуба мы делали акцент на применение разнообразных, в том числе и активных форм работы с кадрами. Результаты проведённых занятий в клубе «Питание и здоровье» показали, что очень важно создать атмосферу взаи-

модействия взрослых (педагогов, родителей, медицинских работников, работников пищеблока) с детьми, чтобы реализовать основные принципы организации питания в дошкольном учреждении:

- составление полноценных рационов питания;
- использование разнообразного ассортимента продуктов, гарантирующих достаточное содержание необходимых минеральных веществ и витаминов;
- соблюдение правил эстетики питания, воспитание необходимых гигиенических навыков в зависимости от возраста и уровня развития детей;
- правильное сочетание питания в дошкольном учреждении с питанием в домашних условиях, проведение необходимой санитарно-просветительской работы с родителями;
- индивидуальный подход к каждому ребёнку, учёт состояния его здоровья, особенностей развития, периода адаптации, наличия хронических заболеваний;
- строгое соблюдение технологических требований при приготовлении пищи, обеспечение правильной кулинарной обработки пищевых продуктов;
- повседневный контроль за работой пищеблока, правильной организацией питания детей в группах;
- учёт эффективности питания детей.

Кроме того, мы считаем, что проведение такого рода мероприятий помогает привлечь родителей к более активному участию в жизни дошкольного учреждения, привносить новые эффективные методы взаимодействия, а также пропагандировать профессиональный опыт и лучший опыт семейного воспитания.

Предлагаем познакомиться с перспективным планом работы клуба «Питание и здоровье», а также конспектами отдельных занятий в нём.

КЛУБ «ПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕ»

Цель работы: повышение профессионального мастерства работников дошкольного учреждения (медицинский блок, пищеблок, педагоги, помощники воспитателей) в вопросах организации питания в детском саду; координация деятельности специалистов и работников дошкольного учреждения при организации питания; расширение знаний и умений работников пищеблока и помощников воспитателей в приготовлении пищи, правильной организации технологического процесса; обучение приёмам подачи пищи детям в группах; привлечение родителей и детей к совместной деятельности с работниками дошкольного учреждения.

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН

работы по совершенствованию процесса организации питания в дошкольном учреждении

Тема	Сроки проведения	Форма проведения	Участники	Выход на результат
Занятие № 1 «Основы рационального питания в детском саду»	Сентябрь	Семинар-викторина	Заведующий ДУ, медсестра по диетическому питанию, повара, педагог-психолог	1. Памятки «Признаки доброкачественности продуктов», «Признаки недоброкачественности продуктов». 2. Оформление раздела в альбоме «Банк идей: меню выходного дня» — «Коллекция бутербродов»
Занятие № 2 «Повар в детском саду»	Ноябрь	Семинар-лаборатория	Заведующий ДУ, медсестра по диетическому питанию, повара	1. Оформление раздела в альбоме «Банк идей: меню выходного дня» — «Такая вкусная и полезная каша»
Занятие № 3 «Готовим с удовольствием»	Февраль	Конкурс профессионального мастерства	Медсестра по диетическому питанию, повара, помощники воспитателя, педагог-психолог	1. Памятки «Алгоритм холодной обработки продуктов», «Форма нарезки овощей». 2. Оформление раздела в альбоме «Банк идей: меню выходного дня» — «Овощи и фрукты на столе — витамины в рационе»
Занятие № 4 «О вкусной и здоровой пище»	Апрель	Семинар-экспертиза	Заведующий ДУ, медсестра по диетическому питанию, повара, помощники воспитателя, педагог-психолог	1. Памятки «Алгоритм кулинарной обработки продуктов», «Схема органолептической оценки пищи». 2. Оформление раздела в альбоме «Банк идей: меню выходного дня» — «Кулинарные изыски»
Занятие № 5 «Эстетика питания»	Июнь	«Круглый стол» с элементами деловой игры	Заведующий ДУ, медсестра по диетическому питанию, повара, воспитатели, помощники воспитателей, родители	1. Оформление раздела в альбоме «Банк идей: меню выходного дня» — «Напитки на столе»
Занятие № 6 «Детское праздничное меню»	Август	Кулинарная гостиная	Заведующий ДУ, медсестра по диетическому питанию, повара, воспитатели, помощники воспитателей, родители	Презентация и обобщение альбома «Банк идей: меню выходного дня»

Занятие 1

Тема: «Основы рационального питания в детском саду».

Участники: заведующий ДУ, медсестра по диетическому питанию, повара, педагог-психолог.

Форма проведения: семинар-викторина.

Предварительная работа: подготовка раздаточного материала — памятки «Признаки доброкачественности продуктов», «Признаки недоброкачественности продуктов».

Домашнее задание: рецепты детских бутербродов с иллюстрациями или фото.

Ход занятия

I. Теоретическая часть.

Мультимедийная презентация: «Значение пищевых веществ в жизнедеятельности детского организма: белки, жиры, углеводы, минеральные вещества, витамины, вода».

Выставка образцов: «Роль пищевых продуктов в детском питании: молоко и молочные продукты, яйца, пищевые жиры, мясо и мясные про-

дукты, рыба и рыбные изделия, крупяные и мучные продукты, сахар, овощи, фрукты».

II. Страничка педагога-психолога. Консультация: «Пища, сказывающаяся на поведении».

III. Практическая часть. Участники занятия делятся на две команды, проводится кулинарная викторина:

3.1. «Определение признаков доброкачественности продуктов, представленных на выставке». (Используются памятки для участников команд.)

3.2. Кулинарный поединок: приготовление бутербродов для детей (команды готовят бутерброды, проводят их презентацию и выставку-дегустацию).

IV. Открытие «Банка идей: меню выходного дня». В «Банк идей» в ходе совместного обсуждения отбираются рецепты бутербродов для детей (домашнее задание), создаётся «Коллекция бутербродов»; из представленных рецептов выбирается «Бутерброд дня».

Занятие 2

Тема: «Повар в детском саду».

Участники: заведующий ДУ, медсестра по диетическому питанию, повара.

Форма проведения: семинар-лаборатория.

Пособия и материалы: мольберты, карточки с названиями продуктов, меню-требование на выдачу продуктов.

Домашнее задание: иллюстрированные карточки с рецептами молочных каш.

Ход занятия

I. Теоретическая часть.

Мультимедийная презентация: «Принципы организации питания в дошкольном учреждении».

Мозговой штурм: «Условия хранения продуктов на пищеблоке дошкольного учреждения» (на мольбертах расположены таблички с надписями: «Сухие», «Молочно-жировые», «Гастрономические», «Овощи»; участники должны разместить таблички с названиями пищевых продуктов в нужном разделе).

II. Экскурсия на пищеблок.

III. Работа в группах.

3.1. Участники делятся на малые группы. В группах проводится обсуждение и подводятся итоги экскурсии на пищеблок. Дается совместная «экспертная» оценка.

3.2. Работа с меню. Участники малых групп проводят корректировку меню с учетом фактического выхода детей, производят расчеты процента отходов, объема полуфабриката и готового блюда.

IV. Страничка педагога-психолога. Консультация: «Какая пища необходима мозгу».

V. Практическая часть: кулинарный поединок: оформление и презентация молочной каши; выставка-дегустация.

VI. «Банк идей: меню выходного дня». Создается страница «Такая вкусная и полезная каша», отбираются рецепты молочных каш (домашнее задание).

Занятие 3

Тема: «Готовим с удовольствием».

Участники: медсестра по диетическому питанию, повара, помощники воспитателя, педагог-психолог.

Форма проведения: конкурс профессионального мастера

Предварительная работа: подготовка раздаточных материалов: памятки «Алгоритм холодной обработки продуктов», «Форма нарезки овощей».

Пособия и материалы: «Волшебная корзина», разделочные доски, ножи, блюда для украшения.

Домашнее задание: иллюстрированные карточки с рецептами овощных и фруктовых салатов.

Ход занятия

I. Теоретическая часть. Презентация выставки: «Уголок повара», «Уголок помощника воспитателя», методическая литература по организации питания, буклеты.

II. Практическая часть: участники делятся на две команды. Проводится конкурс.

1-е задание: «Волшебная корзина». Участник-повар достаёт образец (овощ, фрукт) из корзины. Необходимо:

- назвать блюда 10-дневного меню, в которых он используется;
- описать последовательность обработки, очистки;
- продемонстрировать способы нарезки в зависимости от блюда.

2-е задание: «Один на один». Участники задают вопросы противоположной команде, на которые

отвечает один представитель, выбранный командой.

Вопросы:

- Назовите составляющие завтрака, обеда, ужина.

- Как определить порцию при раздаче пищи?

- Как научить ребёнка любить полезные блюда?

- Почему салат необходимо есть в начале обеда?

- Каким образом раскладываются столовые приборы во время сервировки стола для обеда?

- Что должны знать и уметь дежурные в старшей группе? И т.д.

3-е задание: «Кулинарный поединок». Команды получают по два образца блюд, которые необходимо украсить (овощной/фруктовый салат, блины, оладьи). Мотивация: внесение нового блюда в меню; научить детей кушать блюдо полезное, но нелюбимое. После украшения команды проводят презентацию подготовленных блюд.

III. «Банк идей: меню выходного дня». Создается страница «Овощи и фрукты на столе — витамины в рационе», отбираются рецепты овощных и фруктовых салатов (домашнее задание).

IV. Страничка педагога-психолога. Составление «Витаминного натюрморта». Участники команд получают овощи, фрукты, столовые приборы, из которых им предлагается составить картину, придумать ей название. Педагог-психолог подводит итог и комментирует полученные картины. Рефлексия.

Занятие 4

Тема: «О вкусной и здоровой пище».

Участники: заведующий ДУ, медсестра по диетическому питанию, повара, помощники воспитателя, педагог-психолог.

Форма проведения: семинар-экспертиза.

Предварительная работа: подготовка раздаточных материалов: памятки «Алгоритм кулинарной обработки продуктов», «Схема органолептической оценки пищи».

Пособия и материалы: таблички с названиями пищевых продуктов, образцы первого и второго блюда для органолептической оценки.

Домашнее задание: иллюстрированные карточки с рецептами второго блюда (мясное/рыбное).

Ход занятия

I. Теоретическая часть.

Особенности кулинарной обработки пищевых продуктов в дошкольном учреждении.

Игра «Закончи предложение».

«Кулинарная обработка пищевых продуктов предусматривает... первичную (холодную) и вторичную (тепловую) обработку».

«Некоторые продукты, используемые в свежем виде, проходят только... холодную обработку».

«Первичная обработка продукта — это... сортировка, мытьё, очистка от кожуры, измельчение; оттаивание замороженных продуктов».

«При вторичной обработке продукты подвергаются воздействию... высоких температур».

«Вторичная (тепловая) обработка — это... варка, жарение, тушение, запекание».

Индивидуальные задания «Правила холодной и термической обработки продуктов: молоко, творог, сметана, мясо, субпродукты, рыба, яйца, крупы, макаронные изделия, овощи, фрукты, ягоды». (Участники берут карточки с заданием, используют в подготовке алгоритм кулинарной обработки продуктов.)

II. Страничка педагога-психолога. Консультация: «Диета для маленьких умниц».

III. Работа в группах. Работа со схемой: «Органолептическая оценка пищи». Участники проводят «экспертизу» первого и второго блюда (на выбор).

IV. Практическая часть. Кулинарный поединок: оформление и презентация второго блюда; выставка-дегустация.

V. «Банк идей: меню выходного дня». Создается страница «Кулинарные изыски», отбираются рецепты вторых блюд — мясное/рыбное (домашнее задание).

Занятие 5

Тема: «Эстетика питания».

Участники: заведующий ДУ, медсестра по диетическому питанию, повара, воспитатели, помощники воспитателей, родители.

Форма проведения: «круглый стол» с элементами деловой игры.

Домашнее задание: иллюстрированные карточки с рецептами детских напитков (холодных и горячих).

Ход занятия

I. Теоретическая часть.

Открытый просмотр: «Этикет для самых маленьких». Сюжетно-ролевая игра с детьми старшей группы «Чаепитие в гостях» — показ детьми знания правил поведения за столом, умения пользоваться столовыми приборами.

Видеожурнал: «Мы дежури́м» — руководство действиями дежурных, взаимодействие воспитателя и помощника воспитателя в ходе подготовки к обеду, во время раздачи и приёма пищи, после окончания обеда.

II. Страничка педагога-психолога. Консультация-тренинг: «Стоит ли насильно заставлять ребёнка есть?»

III. Практическая часть.

3.1. Деловая игра: «Блюдо пришло на стол». Участники распределяют роли и прослеживают путь блюда (на выбор) от пищеблока дошкольного учреждения до обеденного стола в группе.

3.2. Практические занятия: «Сервировка стола для обеда».

3.3. Кулинарный поединок: оформление и презентация детских напитков; выставка-дегустация.

IV. «Банк идей: меню выходного дня». Создаётся страница «Напитки на столе». Отбираются рецепты напитков для детского стола (домашнее задание).

Занятие 6

Тема: «Детское праздничное меню».

Участники: заведующий ДУ, медсестра по диетическому питанию, повара, воспитатели, помощники воспитателей, родители.

Форма проведения: кулинарная гостиная.

Предварительная работа: подготовка полуфабрикатов для оформления праздничного торта.

Домашнее задание: иллюстрированные карточки с рецептами детских праздничных блюд: выпечка, сладкие блюда, десерты.

Ход занятия

I. Теоретическая часть.

Выставка литературы из серии «В помощь повару», «О вкусной и здоровой пище».

Презентация: «Банк идей: меню выходного дня».

II. Страничка педагога-психолога. Консультация-тренинг: «О маленьких сладкоежках».

III. Практическая часть: участники делятся на группы.

3.1. Работа в группах: «Составление дизайн-проекта оформления комнаты и стола для проведения детского праздника». Презентация проекта.

3.2. Кулинарный поединок: оформление и презентация праздничного торта; выставка-дегустация.

IV часть. Праздник для участников клуба «Питание и здоровье» с чаепитием и дегустацией.

Елена КУКАР,
заведующая яслями-садом № 4
«Теремок» г.Светлогорска

ВКУСНАЯ ПЕДАГОГИКА

«Помоги мне это сделать самому, а не делай за меня!»

М. Монтессори

зательным руководством взрослого. В группах есть весь необходимый кухонный инвентарь, некоторые бытовые приборы, красивая столовая посуда. Наличие специальных карточек, наглядно отражающих алгоритм приготовления простых и вкусных салатов, коктейлей, канапе, бутербродов, блинов, драников и т.п., позволяет детям готовить блюда самостоятельно, избавляет от возможных неудач.

Необходимый набор продуктов накануне проведения занятия согласовывается с родителями и приобретается в день приготовления блюда. Родители принимают активное участие как в проведении «кулинарных часов», так и в других формах работы по данному направлению. Особенно ярко проходят кулинарные праздники, совместные вечера отдыха детей и родителей, конкурсы кулинарных рецептов к тематическим праздникам.

Результаты проводимой в ДУ работы радуют и родителей, и педагогов, и самое главное, детей. Некоторые из старших дошкольников стали авторами новых салатов, коктейлей, бутербродов — так появились собственные «Кулинарные книги групп». Ребята чаще привлекаются к приготовлению различных блюд в семье, и не только в выходные дни, но и в дни семейных праздников и торжеств.

Всё это позволяет считать работу по оптимизации здорового питания детей значимой и необходимой для ДУ и семьи.

РЕЦЕПТЫ ИЗ КУЛИНАРНОЙ КНИГИ МОНТЕССОРИ-ГРУППЫ

Бутерброд «СЛАДКАЯ МАНЯ»

Автор: Манкевич Маша (7 лет)

На 4 порции:

- 200 г клубники
- 3 ч.л. сахара
- творожный сырок (100 г)
- 2 баранка
- семечки кунжута



Клубнику промыть, подсушить, размять вилкой, добавить сахар и смешать с творогом. Баранки разрезать поперёк. На каждое из полуколец выложить начинку и посыпать семечками кунжута.

Детская закуска «ФРУКТОВЫЙ ШАШЛЫЧОК»

Автор: Кукар Даниил (5 лет)

На 4 порции:

- 1 банан
- гроздь винограда
- 1 яблоко
- мармелад (слоёный)
- шпажки

Банан порезать кольцами, отделить ягоды винограда, яблоко очистить от кожуры и сердцевинки и нарезать кубиками, мармелад — тоже кубиками. Нанизывать попеременно кусочки фруктов и мармелада. При желании можно полить соком и посыпать кокосовой стружкой или мелкими семечками.

Салат «МАМИНА НЕЖНОСТЬ»

Автор: Горошко Николь (6 лет)

На 2 порции:

- 1 банан
- 200 г клубники
- 75 г йогурта
- 1 ст.л. кедровых орешков

Банан нарезать колечками, клубнику разрезать пополам, соединить и перемешать с йогуртом, посыпать кедровыми орешками.

Коктейль «ПЕРВЫЙ СНЕЖОК»

Автор: Сущик Настя (7 лет)

На 4 порции:

- 1 банан
- 0,5 л молока
- 100 г мороженого
- 50 г фруктового сиропа

Все ингредиенты смешать в блендере в течение 1,5 минуты, разлить в стаканы, украсить декоративной соломкой.

«ЗДОРОВЬЕ НА НАШЕМ СТОЛЕ!»

СЦЕНАРИЙ МУЗЫКАЛЬНО-КУЛИНАРНОГО ПРАЗДНИКА
В РАЗНОВОЗРАСТНОЙ ГРУППЕ С ЭЛЕМЕНТАМИ ПЕДАГОГИКИ
Марии МОНТЕССОРИ С УЧАСТИЕМ РОДИТЕЛЕЙ

Задачи: 1. Познакомить родителей с практическим использованием элементов «упражнений в практической жизни» при организации творческого взаимодействия с детьми разного возраста.

2. Помочь родителям овладеть навыками взаимодействия с ребёнком при проведении развлечений, досуга, используя как метод игры.

3. Продолжать воспитывать интерес детей к семейным и национальным кулинарным традициям, желание самостоятельно выполнять простейшие трудовые действия при приготовлении различных блюд, способствовать творческому поиску в этом виде деятельности.

Предварительная работа с родителями: консультации по вопросам организации участия детей в приготовлении различных блюд в семье; знакомство со сценарием, распределение ролей, индивидуальная работа с персонажами.

Ход праздника

Заходят дети, одетые в фартуки и косынки с поварёшками и деревянными ложками (старшие), младшие — в масках фруктов.

Песня «К нам гости пришли» (сл. М. Ивенсена, муз. А. Александрова).

Ведущий (В.). Гости дорогие, мы очень рады видеть всех вас. У нас сегодня не простой праздник, а кулинарно-музыкальный, поэтому будем говорить о кулинарии.

1-й ребёнок.

Мы решили сварить компот в мамин день рождения,

взяли изюм, орехи, мёд,
килограмм варенья.

2-й ребёнок.

Всё в кастрюлю поместили,
размешали, воды налили,
на плиту поставили
и огня прибавили.

3-й ребёнок.

Чтобы вышло повкуснее,
ничего не пожалели:
две морковки, лук, банан, огурец,
муки стакан,
половину сухаря
в мой компот добавил я.

4-й ребёнок.

Всё кипело, пар клубился...
Наконец компот сварился!
Маме мы несём кастрюлю:
— С днём рождения, мамуля!

5-й ребёнок.

Мама очень удивилась,
засмеялась, восхитилась.
Мы налили компота ей —
пусть попробует скорей!

6-й ребёнок.

Мама выпила немножко
и закашлялась в ладошку.
А потом сказала грустно:
— Чудо-щи! Спасибо! Вкусно!
Дети садятся.

Карлсон (едет на самокате).
Подождите, подождите! Ой-ёй-ёй. Опоздал (обвязывает голову полотенцем, достаёт подушку и ложится на пол).

В. Карлсон, ты что это разлёгся! Вставай! У нас праздник, а ты лежишь!

Карлсон. Опоздал (садится, качается). Ой-ёй-ёй. Я так спешил, торопился и, наверное, заболел! И никто меня уже не вылечит! (Опять ложится, стонет.)

В. Что же делать? Давайте вспомним, что Карлсон любит? Кто помнит? *(Ответы детей.)* Точно, ему может помочь только банка с вареньем!

Карлсон *(достает большую ложку, она не лезет. Поворачивает другим концом).* Я самый умный в мире мужчина. Вы бы так не догадались. *(Снимает полотенце.)* О-о-о! Полегче стало! Но надо продолжить лечение! Вот тут что-то не разгибается. *(Ложится.)*

В. Ну что же, продолжим тебя лечить! *(Достает конфету. Карлсон вскакивает, бежит за ведущим, прыгает.)* Молодец, хорошо бегаешь, обещаешь больше не ложиться? Давай поменяемся: ты мне подушку, я тебе — конфету!

Карлсон. Ох, как хорошо, няням! Больше нету? У меня на крыше сотни конфет, я тебя когда-нибудь угощу, если вспомню. Я немного толстоват, я немного скромноват, но поверьте мне, ребята, в этом я не виноват!

В. А скажи-ка, Карлсон, нам, чем ты занят по утрам?

Карлсон. Я, ребята, долго сплю, до полудня я храплю! А потом встану и ем своё любимое варенье, чудесные конфеты, вкусные пирожные. *(Рассматривает свой живот.)* И куда всё это помещается?! Вообще-то, я не толстый, а в меру упитанный мужчина в полном расцвете сил. Но у меня есть маленькая мечта: немножко похудеть *(шёпотом).*

В. Надо правильно питаться: употреблять овощи и фрукты, в которых много витаминов! Сегодня, ребята, вместе со своими родителями хотят показать, как вкусно и полезно можно готовить.

Карлсон. Если только я смогу, то вам тоже помогу. Я самый известный в мире кулинар. Вы со мной советуйтесь!

В. Представляем участников семейных команд. *(По очереди с Карлсоном.)* Команда Лимончиков: Дмитрий Николаевич — лимон, Наталья Аркадьевна — лимонела, Валюшка — лимончик *(и так далее. Карлсон бежит, пожимают участникам команд руки).*

Карлсон. Пока они ещё что-то сделают, я ждать не привык. Мне нужно срочно что-то попробовать.

В. Наши команды приготовили домашнее задание «Блюдо белорусской кухни». Скажите название и отнесите, пожалуйста, на стол к жюри.

Карлсон *(вставляет реплики после каждого представления блюда).* Мне вот это понравилось. Какая красота! Какая вкуснотища! Дайте хоть кусочек. А название какое ароматное. И я хочу в жюри. И т.д.

Пока жюри дегустирует, проводится инсценировка «Загадки на грядке».

Дети поют.

Огород сажали,
дружно поливали,
Отгадай загадку,
что растёт на грядке.
Как на нашей грядке
выросли загадки,
Крепкие, зелёные,
хороши солёные.

Зрители. Огурцы! *(Дети в масках приседают, держа руки «полочкой», кружатся, подпрыгивая.)*

Дети поют.

Как на нашей грядке
выросли загадки:
Кочаны большие, круглые, тугие.

Зрители. Капуста! *(Дети в масках капусты держат руки «полочкой», выбрасывают прямые ноги вперёд.)*

Дети поют.

Как на нашей грядке
выросли загадки:
Кто их раздевает,
слёзы проливает.

Зрители. Лук! *(По четыре прыжка правой и левой ногой.)*

Жюри подводит итоги первого конкурса.

Карлсон. Всё это, конечно, вкусно, но я очень люблю хлеб. Кто будет возражать?

Ребёнок.

Ён — духмяны, апетытны.
Кожны дзень яго дамоў
Мы нясем з універсама
хлеб — аснову ўсіх асноў.
Рупнай працай, цёплым ветрам
і расою пахне хлеб.
Нібы сонейка над светам,
ён штодзённа на стале.

Карлсон. Ой, разумница, как ты здорово рассказала. А давайте все ваши овощи положим на хлеб. И что получится? *(Бутерброд.)* Уважаемые команды, давайте сделаем красивые, аппетитные бутерброды. Будет учитываться скорость, соответствие названия бутерброду, оригинальность украшения. Итак, приступаем к работе.

Пока команды заняты делом, давайте поиграем. Я самый ловкий в мире носильщик стаканов с водой. Я могу перенести стакан и не расплескать воду. Кто хочет посоревноваться со мной?

Игра-эстафета «Не расплескай воду» *(соревнуются зрители, пере-*

двигаются на скорость со стаканом, наполовину наполненным водой).

Подводится итог конкурса «Бутерброды».

Ребёнок младший.

Если хочешь быть здоровым,
ешь побольше овощей,
В овощах все витамины —
с ними будешь здоровей!

Ребёнок старший.

Ёсць капуста, агуркі,
бульба, морква, буракі,
Гарбузы, часнок, фасоля,
многа бобу і гароху
І сяго-таго патроху.

Карлсон. Усяго-таго патроху — атрымаецца салата. Надо переходить на салат, может быть, похудею чуток. Итак, мы сейчас с вами приготовим чудесные салатки *(потирает руки).*

Игра «Накорми обезьяну». Взрослый привязывает на расстоянии банан за верёвочку, ребёнок закручивает верёвку, взрослый оттягивает банан и отдаёт игрушечной обезьяне. После всех соревнований победителям даются призы.

Итог конкурса «Салат».

Карлсон. Жюри уже объявлено. Я вижу по их лицам, что скоро будем доктора Айболита вызывать. Не надо ещё? Раз жюри ещё живое, посмотрим танец с чайниками, который приготовили наши очаровательные девочки.

Карлсон. Дорогие мои команды, готовите вы отлично! Практика у вас замечательная. А теперь посмотрим, как обстоят дела с теорией. Сейчас мы с вами поиграем в игру «Верите или нет?». Слушаете вопрос, если верите, показываете табличку «Да», если не верите, то поднимаете табличку «Нет».

1. Чтобы яйцо не лопнуло при варке, тупой конец его прокалывают иглой. *(Да.)*

2. Чтобы при охлаждении на поверхности киселя не образовалась плёнка, нужно посыпать тонким слоем сахара. *(Да.)*

3. Рыбу можно хранить несколько дней, если, обсушив, залить простоквашей и поставить на холод. *(Нет.)* Так можно хранить только мясо.

4. Дрожжи можно приготовить из изюма. *(Да.)*

5. Для предохранения молока от скисания в него надо положить лист крапивы. *(Нет.)* Надо положить дикий хрен.

6. Слегка прогорклое масло нужно промыть в воде с уксусом. *(Нет.)* Нужно с содой.

Следующая игра «Какое блюдо?» *(по «Технологической карте»*

из зоны упражнений в практической жизни). Карлсон показывает «Технологическую карту» — родители с детьми называют блюдо.

Карлсон. Пока жюри «переваривает» ваши ответы, мы вызываем «самага працавітага хлопца» (имя и фамилия).

Ребёнок.

Каля хаты на мяжы
 выраслі гурочки
Каб знайсці іх, трэба мець,
 як у Максіма вочкі.
Шмат арэхаў,
 але ў іх моцныя шкарлупкі,
Ды раскусваюць уміг
 іх Максіма зубкі.
У гародзе на градзе шмат
 салодкай бручкі,
А каб вырваць, трэба мець,
 як у Максіма ручкі.

Карлсон. Які ты працавіты хлопец, Максім! Уважаемое и обожаемое жюри, мы очень хотим услышать итоги всех-всех конкурсов. Пока вы подсчитываете баллы, мы снова поиграем, теперь уже только со взрослыми. Может, кто из команд хочет заработать лишнее очко?

Раздача наград (по числу команд: самой хозяйственной семье, самой весёлой семье и т.д.)

Девочка.

Всем спасибо от хозяйки
 за улыбки и за смех,
И за игры, и за пляски
 благодарим мы всех! (Поклон.)

Пляска «Чайники».

Ребёнок.

Поиграли? Поплясали?
Нагуляли аппетит?
Вот теперь и подкрепиться
 вам совсем не повредит.

Ребёнок.

Самовар шипит, поёт,
 всех за стол давно зовёт.
Мы вам вкусное печенье
 испекли с любовью.

Вместе.

Принимайте угощение!
Ешьте на здоровье.

Это говорят дети, наряженные поварятами. Праздник заканчивается общим угощением.

Людмила ЯВОР,
зам. заведующего по ОД
яслей-сада № 24 «Огонёк»
г.Светлогорска

ЕСЛИ вы спросите у наших ребят, любят ли они дежурить, то в ответ (можно быть уверенным) вы услышите только радостное «Да!». И в этом убедились участники Республиканского семинара, посетившие городской посёлок Сосновый Бор. Большим и неожиданным сюрпризом стал для них показ коллекции костюмов дежурных для дошкольников.

...Огромная, искрящаяся веселым толпа ребятшек, где сливалось буйство красок костюмов, детский азарт и улыбки, весёлая и задорная музыка, проследовала через весь зал и привела публику в смятение. Подобно профессионалам, маленькие крохи-поварята продемонстрировали свои костюмы, и как когда-то маленькая туфелька принесла Золушке корону, так и сейчас детские модели помогли ребятам стать просто звёздами семинара. Положительная энергия улыбки и хорошее настроение царили на протяжении всего дефиле!

К сожалению, в наследство от прошлых лет нам досталось консервативное отношение к моделям одежды дежурных — белый колпак или косынка, белый передник или сарафан, белый пиджак или жилетка... Но не скучно ли это нам и нашим воспитанникам? И мы решили дать волю своей фантазии.

Для воплощения самих идей яркий цвет просто стал необходим нам — ведь это и отличный повод сменить гардероб наших дежурных! В своей коллекции мы отдавали предпочтение только ярким цветам и оттенкам, свежим и смелым идеям. Наши модели удивят любого элегантным кроем и смелым решением. Судите сами.

Ну и пусть на дворе ещё не лето, да и солнце нас не часто балует,

ДОЛОЙ, СКУКА!

зато в костюмах дежурных вы увидите летние мотивы. Так родилась серия костюмов «Продли лето». Фруктово-овощные аппликации, костюмы в форме цветов, яркие божьи коровки на зелёных листьях позволяют поднять не только радостное настроение, но и напомнят о том, что впереди нас ждёт много солнечных дней.

Полосатость всегда придаёт даже самой строгой форме некоторую игривость, а если учесть, что полоски голубые, как морская волна, то желание детей к путешествиям в незнакомые страны усиливается с каждым днём. Так родилась серия костюмов «Страсти по морю».

На первый взгляд, материя в звёзды и созвездия подходит лишь для костюмов звездочётов. На самом деле она хороша и для одежды дежурных. Она любима и популярна среди ребятшек — ведь каждый день ты находишь на ней свою звезду и свой знак зодиака. Так родилась серия костюмов «Звёздный дождь».

Передник и колпак уже несколько лет подряд держатся в лидерах среди аксессуаров одежды дежурных, но мы нашли новое цветовое решение — красное и белое. Получилось ярко, стильно, элегантно! Так родилась серия «Деловые люди».

Наша коллекция — это новый взгляд на традиционный стиль одежды дежурных в дошкольном учреждении. Пусть она не белая, пусть она яркая, но такая весело смотрится на детях весело, нетрадиционно и, если хотите, дерзко!

Мы желаем вам проявить талант и фантазию и сделать работу дежурных в дошкольных учреждениях более яркой и интересной! Теперь это может быть доступно и вам. Пусть принципом в вашей работе будет девиз: «Долой, скука!»



ТЕСТОПЛАСТИКА – ФАНТАСТИКА!

Несколько лет назад наш воспитатель Валентина Антоновна Иванова попробовала лепить различные поделки из солёного теста. Изучив литературу, методом собственных проб и ошибок она подобрала рецепт теста и технологию изготовления поделок — таких, которые подойдут в работе с детьми.

Тесто — доступный всем, дешёвый и лёгкий в применении материал. Его можно заготовить впрок, хранить в холодильнике несколько дней. Тесто можно сделать цветным, добавляя краску в воду при замешивании муки или раскрасить уже готовое высохшее изделие. После сушки такие изделия затвердевают и долго хранятся. С ними можно играть, украсить свой дом, их можно подарить. Так в нашем детском саду появился кружок тестопластики «Весёлая лепилка» для детей старшего дошкольного возраста.

На первых занятиях ребята знакомились с тестопластикой как видом народно-прикладного искусства, её особенностями, инструментами, простейшими технологическими приёмами работы с тестом. Потом учились лепить и украшать плоские фигуры — декоративные пластины с налёпом, затем объёмные формы, добавлять характерные детали и мелкие декоративные элементы.

Так, благодаря таланту замечательного педагога В.А. Ивановой и старанию наших воспитанников, в дошкольном учреждении появились сюжеты из плоских фигурок, серии картин, которые украсили не только изостудию, групповые помещения, но и коридоры. Мы убедились: тестопластика — это просто фантастика!

Читателям журнала «Пралеска», своим коллегам, В.А. Иванова представляет сегодня план работы кружка по тестопластике и выставку своих произведений из теста.

«ВЕСЁЛАЯ ЛЕПИЛКА»

КРУЖОК ПО ТЕСТОПЛАСТИКЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Цель: широко использовать тестопластику для обогащения опыта восприятий и ощущений, гармоничного и всестороннего развития детей, их взаимоотношений; развивать у детей способности эмоционально-эстетического восприятия окружающего мира, отражение своего отношения к увиденному через труд.

Задачи:

Обучающие: обучать детей различным приёмам, способам и техникам тестопластики; учить осваивать специальные трудовые умения и способы самоконтроля для работы с тестом.

Развивающие: формировать пространственные представления; развивать воображение, память, внимание, творческую активность, расширять словарный запас и общую осведомлённость; развивать мелкую моторику рук.

Воспитательные: формировать положительное эмоциональное восприятие окружающего мира; стимулировать стремление детей выбирать самостоятельно способы изображения; воплощать задуманное в пластике; приучать ребёнка к аккуратной работе с тестом.

Перспективный план работы кружка «Весёлая лепилка» на летний оздоровительный период

Месяц	Неделя	Содержание	Материал	К-во часов
Июнь	1	Тема: «Серпентарий» (что я могу?). Задачи: помочь детям выявить свойства материала (теста) — пластичное, хорошо раскатывается, липнет к рукам (если руки мокрые), легко меняет форму, высыхает, можно раскрашивать; вызвать положительное эмоциональное отношение к посещению кружка	Тесто, клеёнчатые салфетки, стеки, вода, салфетки из ткани	1
	2	Тема: «Черепашка». Задачи: закреплять умение лепить предметы или их части круглой, овальной, дискообразной формы, учить передавать характерные признаки предмета; при изготовлении поделки использовать два способа лепки: 1-й — конструктивный (по частям), 2-й — скульптурный (из целого куска); продолжать развивать интерес детей к работе с новым материалом; воспитывать аккуратность в работе	Тесто, стеки, вода, салфетки, готовое изделие, краски, кисточки, различные игрушки (черепашки)	1
	3	Тема: «Аквариум». Задачи: учить детей лепить разных по форме и величине рыбок для аквариума разными способами, закреплять умение раскрашивать готовые изделия; украсить аквариум водорослями, улитками. Воспитывать интерес к окружающему миру	Цветное тесто, краски, стеки, дощечки, салфетки, декоративные водоросли, улитки	1
	4	Тема: «Морская лепилка». Задачи: познакомить детей с приёмом раскатывания теста, показать детям, как использовать скалку в работе; научить пользоваться формочками; вызвать у детей желание создать коллективную работу сотворчества «Морская лепилка» с обитателями водоёма	Тесто, краски, стеки, дощечки, скалки, салфетки, вода, иллюстрации с изображением морских обитателей	1

Июль	1	Тема: «Эти странные букашки». Задачи: закреплять навыки детей лепить насекомых двумя способами: 1-й — конструктивный (по частям), 2-й — скульптурный (из целого куска). Побуждать детей проявлять своё творчество, развивать интерес к созданию коллективных работ	Цветное тесто, краски, кисти, клеённые салфетки, клей ПВА, дидактическая игра «Насекомые»	1
	2	Тема: «Лютики-цветочки» (панно). Задачи: учить детей лепить цветы из теста, используя шаблон простых форм (кружочки, шарики); закреплять умение создавать коллективную работу, используя накопленный опыт; воспитывать аккуратность в работе	Цветное тесто, краски, кисти, клеённые салфетки, клей ПВА	1
	3	Тема: «Лягушки-поскакушки». Задачи: учить детей создавать образ лягушки, передавая его характерные признаки; показать детям несколько способов лепки лягушки; закреплять умение лепить кистями обеих рук; воспитывать художественный вкус	Цветное тесто (зелёное), стеки, имитация водоёма, вода, салфетки, клей ПВА	1
	4	Тема: «По замыслу». Задачи: закреплять умение детей передавать в лепке форму, величину, добиваясь выразительности задуманного; вызвать желание создавать по замыслу знакомые или новые предметы, используя накопленный опыт и показ взрослого; воспитывать эстетическое восприятие, развивать творчество детей	Цветное тесто, салфетки, стеки, клеёнки, дощечки	1
Август	1	Тема: «Сказочные птицы». Задачи: учить детей лепить сказочную птицу несколькими способами, передавать форму и относительную величину частей тела; вызвать желание создать свою птицу с помощью взрослого; воспитывать аккуратность в работе, желание доводить начатое дело до конца	Цветное тесто, стеки, образцы, клеёнки	1
	2	Тема: «Гриб, грибок, грибочек». Задачи: закреплять умение лепить предметы или их части различной формы и величины, используя знакомые технические приёмы лепки (раскатывание, сплющивание, сглаживание); вызывать положительное эмоциональное отношение к живой природе	Тесто, краски, кисти, стеки, иллюстрации с изображением грибов	1
	3	Тема: «Солнышко и дождик» (панно). Задачи: закреплять ранее усвоенные приёмы лепки предметов; вызвать у детей желание создать коллективную работу, дополняя друг друга; развивать эстетическое восприятие, фантазию, творчество	Тесто, краски, кисти, стеки	1
	4	Тема: «Весёлая лепилка» (оформление выставки). Задачи: вызвать у детей желание оказать помощь при оформлении выставки; воспитывать гордость за свои достижения и достижения своих сверстников	Коллективные, индивидуальные работы, работы руководителя кружка	1

Валентина ИВАНОВА,
воспитатель высшей
квалификационной категории
яслей-сада «Ёлочка»
г.п. Сосновый Бор

ВЫСТАВКА «Вдохновение» — это моё самовыражение в картинах (см. следующую цветную страницу). Как видите, тематика картин самая разная — от отдельных предметов до натюрмортов и пейзажей.

Когда я создаю их, отключаю телефон, звонок, меня окружают только мои любимые вещи, а кухня превращается в рабочий кабинет. Замыслы рождаются мгновенно, и если их не воплотить, они тут же теряются в лабиринтах подсознания, уходя надолго, чаще всего — навсегда... Работаю подолгу, до последнего мазка. Если меня отвлечёт, то творческий процесс угасает и вернуться к нему очень тяжело, начатая работа может остаться незаконченной.

Тестопластикой я занимаюсь четыре года. Раньше всё больше вышивала гладью, выставляла свои работы в городском Доме творчества, музее, библиотеке Дома культуры энергетиков, в детском саду № 17 г. Светлогорска, где проработала 28 лет.

ВДОХНОВЕНИЕ

Когда впервые взяла в руки тесто как материал для творчества, то во мне проснулись новые способности, я открыла себя заново! Мне показалось, что я этим уже занималась, но когда? Возможно, всё было заложено на генетическом уровне, а может, произошла реинкорнация души, и в «иной жизни» я уже работала с этим материалом? Кто знает! А может, просто посещает вдохновение и даёт силы, желание творить.

Любимым предметом изображения как в вышивке, так и в тестопластике является «Синяя птица». Их я сделала огромное множество и почти всех раздала. Они не повторяются, все красивы и очень любимы мной. Прообразом моих «синих птиц» является земная

птица зимородок. Почему «синяя птица»? Это скорее потому, что я ещё не нашла свою «синюю птицу», но очень скоро найду — ведь в моём подсознании очень много замыслов, которые я непременно постараюсь воплотить в самое ближайшее время...

Своё мастерство я пытаюсь передать дошколятам. Им нравится работать с тестом, но их творчество чаще переходит в игру. Ведь для детей такого возраста не всегда важен законченный продукт, результат.

Надеюсь, что выставка «Вдохновение» вызовет у вас эмоциональный отклик, доставит радость, удовольствие, пробудит желание создавать что-то подобное... Желаю успехов!



Замесить тесто:
1 часть соли,
2 части муки, вода.
Оставить на 1 час.



Окрасить основу
гуашью
с добавлением
клея ПВА.



Слепить детали
картины,
высушить.



Окрасить
детали гуашью
с добавлением
клея ПВА.



Приклеить
детали на основу.

Лариса КУЛЕШОВА,
повар санаторных
яслей-сада № 20 «Буслянка»
г.Светлогорска

КАК СДЕЛАТЬ СКАЗКУ С ЧУДЕСАМИ

В ДЕТСТВЕ я много пела, читала стихи, басни. С двухлетнего возраста у меня были свои зрители, они аплодировали, вызывали меня на бис. Затем я немножко рисовала, танцевала и даже пробовала писать стихи. Но об этом потом, а сейчас о главном.

Главное то, что мой выбор волею судьбы, а может быть волею гороскопа, пал на профессию повара. Проявилось то, что действительно от Бога.

Вот на такой лирической ноте хотелось бы начать эту интересную тему — тему призвания и любви к своей далеко не лёгкой, но очень нужной и важной профессии.

Я у плиты едва заря займётся,
И день-деньской, как белка
в колесе.

И хоть «Спасибо!»

трудно достаётся,
Я всем нужна, и это знают все!

«Повар» — слово простое, а звучит гордо, потому как очень ответственная эта профессия. В наших руках жизнь и здоровье каждого из вас. Любая женщина владеет этой специальностью, и в её руках также жизнь и здоровье родных и близких, а главное, деток. А ведь сколько усилий требуется от мам, бабушек и нас, специалистов! И вот тут уже идут в ход и стихи, и песни, наша и ваша фантазия.

Вот возьмём, к примеру, нас, людей. Когда мы очень желаем обратить на себя внимание, то стараемся модно одеться, сделать красивую причёску, макияж. Так и любое блюдо — оно, как человек, требует к себе бережного отношения. И чтобы нашим хозяйкам было легче справляться с питанием деток, мне хочется, как специалисту с 35-летним стажем работы, поделиться некоторыми секретами своего мастерства.

Меня поглощает процесс украшения блюд, разнообразие букетов. Но это я про банкетные блюда.

Когда я готовлю, то даже про себя или в слух обязательно пою, и блюдо в руках оживает, радуется своим неповторимым ароматом.

Положишь к борщу или щамлисточек свежей петрушки или укропа, или ёлочку из зелёного лука, и сразу же ложечка потянется в тарелочку. А если простой

салат из капусты мы украсим колокольчиком из огурца или моркови, розочкой из свежего помидора или редиса с листочком петрушки или укропа, то вас уж и вовсе не оторвёшь от порции разнообразных витаминов и минеральных веществ, обладающих не только питательными, но и лечебными свойствами.

Крайне необходим для строительства красивой, стройной фигуры и белоснежной улыбки белок — рыбные и мясные блюда. Они тоже желают быть нарядными. И поэтому отбивную, шницель, биточек, колбаску можно уложить на листочек свежего салата, укропа или петрушки, нанести тонкую сеточку или незамысловатый узор майонезом или кетчупом, украсив кружочком помидора или лимона, в общем тем, на что только способна ваша фантазия. А она, мне кажется, способна на многое, только нужно немного расслабиться и дать ей волю. И вы получите хороший результат, чувство удовлетворения от собственной работы.

Приведя ребёнка в детский сад, родителей волнует, прежде всего, вопрос о правильном и качественном питании. Для этого уже который год в нашем детском саду проводится мастер-класс для родителей по приготовлению и украшению блюд для полноценного детского питания. Мамам и папам мы предлагаем самим оценить вкус блюд в нашем дошкольном учреждении. Ведь ничто так не сближает, как совместная трапеза!

Да, секрет здоровья заключается в правильном питании. И я очень рада, когда воспитатели приглашают меня на занятия побеседовать с детьми о пользе салатов из свежих овощей, фруктов, соков.



Своё профессиональное мастерство я передаю молодым поварам. Часто участвую в профессиональных конкурсах, помогаю молодым специалистам повысить свой профессиональный уровень на семинарах.

А сейчас немного о себе.

20 лет я проработала в ресторане «Пралеска», где и заслужила звание «Мастер-повар».

Но вот как-то волею судьбы была приглашена на работу заведующей санаторных яслей-сада № 20 Людмилой Вячеславовной Чубаревой — добрым человеком, который всей душой болеет за здоровье своих воспитанников и желает видеть в своём коллективе сильных и талантливых специалистов. Я очень благодарна ей за то, что сбылась моя мечта — благородная миссия участвовать не только в процессе оздоровления наших деток, но и иметь возможность проводить мастер-классы, с удовольствием делиться своим профессиональным опытом как с сотрудниками дошкольного учреждения № 20, так и родителями наших дошколят. Да, я люблю свою очень ответственную работу — отвечать за питание ребят. А приготовление пищи напоминает мне сказку с чудесами.

Будьте здоровы и счастливы!

НЕОБЫЧНОЕ В ОБЫЧНОМ

ЧТОБЫ ребёнку хватило сил освоить содержание современного дошкольного образования, он должен хорошо и правильно питаться. Но, согласно новому примерному 10-дневному меню, в рацион питания детей вошли необычные овощные и фруктовые блюда. И как же приучить ребёнка к ним, если он отказывается их есть? На помощь нам пришла игра и художественное слово! С этой целью была придумана творческая гостиная «Игры как средство эколого-эстетического воспитания». На каждую возрастную группу воспитатели разработали дидактический материал, который способствовал обогащению знаний детей о дарах природы. Именно через игру дети узнавали о ценности и важности овощей и фруктов, о том, что именно в сырых овощах и фруктах содержится большое количество полезных веществ, витаминов и микроэлементов.

Однако и это не помогало в полной мере — не съедалась полностью порция, а некоторые дети отказывались от овощных салатов вообще! И тут мы позвали на помощь сказку и детский дизайн. Для этого совместно с родителями составили интересные, забавные сказки, а лучшие из них собрали в «Сказочную книгу-буклет», которую предлагали почитать дома. В каждой сказке, в лёгком и добром сюжете, рассказывалось о пользе тех или иных продуктов, о том, как ими можно сохранить и укрепить здоровье. В результате дети ближе познакомились с овощами, фруктами, а родители собрали множество здоровых, полезных и вкусных рецептов.

Например, Алёша Пантелеенко со своей мамой сочинили сказку «Зайкины именины», в которой все лесные жители собрались с подарками. Зайчик угощал их морковными салатами: для белочки — морковный салат с грецкими орешками, для лисички — с инжиром, для медвежонка — с сушёными ягодами малины. Сразу у белочки стали крепкими зубки, у лисички распушился хвостик, у медвежонка шерстка стала шелковистой и блестящей. Такие салаты любой сладкоежка предпочтёт конфетам и леденцам.

Источник здорового сна — морепродукты, творог, сыр. Если

ребёнок совсем не любит рыбу, её легко можно «спрятать», измельчив в мясорубке. В таком виде ею можно фаршировать овощи или сделать забавные фигурки сказочных зверюшек. Тут нам на помощь пришли рецепты Черепахи Тортиллы.

Детям сказки помогали с удовольствием съесть творожную запеканку с морковью, тушенную капусту со спаржевой фасолью, салат из морской капусты. Взрослым рассказали о витаминах и питательных свойствах даров Земли, которые укрепляют здоровье каждого.

Чтобы привлечь большее количество родителей к проблеме правильного и здорового питания, им были предложены рецепты салатов, которые могут быть приготовлены в домашних условиях. С этой целью был проведён конкурс «Здоровое меню к праздничному столу». Необычное в обычном — оформление полюбившихся рецептов салатов в дизайнерском стиле. Родители вместе с детьми, используя разнообразные изобразительные материалы, воплотили понравившиеся рецепты в настенные панно. Эти необычные творческие работы великолепно вписались в интерьер детского сада. Именно такие совместные работы

помогли посмотреть на всё с другой стороны.

Чтобы поддержать интерес к здоровому питанию детей и родителей, в нашем дошкольном учреждении был проведён «круглый стол» «Кто правильно питается — с болезнями не знает», на котором мы предложили оригинальную сервировку столов, привлекающую внимание детей и вызывающую желание попробовать блюдо. Разработали памятку для родителей, в которой даны рекомендации по правильной организации приёма пищи и привитию детям культурно-гигиенических навыков.

Когда ребёнок здоров, помочь ему сохранить активность, сообразительность, отличную память очень просто, а главное — очень вкусно!

Проявив мастерство и фантазию, мы помогли детям полюбить овощи и фрукты, а взрослым — разнообразить свой рацион питания. Благодаря совместно проделанной работе любая семья может легко составить здоровое меню на каждый будничный, выходной или праздничный день. Ведь правильное питание не только укрепляет физическое здоровье, но и придаёт бодрость и острый ум!

Елена МАНЬКО,
заведующая санаторным
д/с № 2 «Колобок»
г.Светлогорска

ЗА ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

ВОПРОСЫ организации питания в дошкольном учреждении волнуют всех: руководителей детского сада, воспитателей, помощников воспитателей, медицинских работников, поваров, и, конечно же, родителей. Особенно, если учреждение с 12-часовым режимом работы и основная часть питания детей отнесена в зону ответственности именно дошкольного учреждения.

Нам приходится отвечать на вопросы родителей: «Почему именно такие блюда готовят детям в саду?», «Почему такой набор продуктов?», «Почему такие нормы?» и т.д. Они спрашивают у своих детей: «Что ты ел сегодня на обед? А на ужин?» Или, стоя у стенда «Меню», мамы часто произносят фразу: «О, опять запеканка или рыба!» Особенно их настораживает, когда в рационе ребёнка появляется продукт, мало используемый в домашнем питании, например, спаржевая фасоль. Слушая это, мы поняли, что существует проблема просвещения родителей в вопросах питания.

Вот почему в течение года для родителей мы оформили выставки наглядного материала «Аптека в саду, огороде, в природе», проводили консультации медицинских работников по вопросам питания. В совет по питанию ДУ входит представитель родительской общественности, который принимает активное участие в обсуждении всех вопросов и решении проблемных ситуаций, касающихся питания. Однако выяснилось, что проводимых мероприятий оказалось недостаточно. Вот тогда и возникла идея проведения «круглого стола» для родителей с дегустацией блюд и напитков из детского меню (*читайте следующую страницу. — Ред.*).

РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ В ФОРМЕ «КРУГЛОГО СТОЛА»

Цель: просвещение родителей в вопросах детского питания.

Задачи: 1. Познакомить родителей с нормативными документами, регламентирующими деятельность ДУ в вопросах питания, основными принципами организации питания детей в ДУ.

2. Раскрыть принципы рационального питания детей дошкольного возраста, особенности 10-дневного меню.

3. Представить возможности дегустации.

Подготовительная работа: приглашения для родителей, оформление выставки литературы «Правильное питание — залог здоровья», выставки наглядного материала «Витамины круглый год», дегустационные столы с блюдами из 10-дневного меню.

План проведения родительского собрания:

1. Представление участников собрания.

2. Лекторий с участием специалистов по питанию. (Старшая медсестра, повара.)

3. Дегустация блюд «Пальчики оближешь».

4. Анкетирование родителей.

К началу родительского собрания в музыкальном зале были оформлены:

- Выставка литературы «Правильное питание — залог здоровья», включающая пособия по организации здорового питания для детей.

- Дегустационные столы, на которых были представлены красиво оформленные блюда из детского меню: «Рассольник деревенский», «Оладьи из печени», «Салат из морской и белокочанной капу-

сты», «Винегрет морской», булочка «Студенческая», компот из сухофруктов.

Открыла мероприятие заведующая детским садом, которая подробно рассказала об организации питания в детском саду, познакомила родителей с нормативно-правовыми документами, которыми руководствуются в ДУ при организации питания детей. Далее старшая медсестра раскрыла принципы рационального питания детей и подробно остановилась на особенностях 10-дневного меню. Родители имели возможность задать многочисленные интересующие их вопросы и получить исчерпывающие ответы.

Повара детского сада представили блюда, рассказали о пользе

входящих в их состав продуктов, а также о технологии приготовления. А родители имели возможность записать рецепты, попробовать демонстрируемые блюда, оценить их вкусовые качества, поделиться своими впечатлениями. Каждый родитель получил буклет «Здоровое питание к вашему столу» с рецептами и технологией приготовления блюд из спаржевой фасоли, а также рекомендации по домашнему питанию детей в выходные дни.

Родители также ответили на вопросы анкеты, цель которых — оценить эффективность и значимость данной формы работы и определить перспективы на будущее. Это, уверена, поможет нам лучше построить свою работу с учётом мнений и запросов.

● ПАПІСКА-2009



Научно-методический журнал

ПРАЛЕСКА

- **Самая** свежая информация из Министерства образования, регионов нашей Родины.
- **Самые** последние научные исследования в области дошкольного образования.
- **Самые** ценные методические и практические рекомендации для педагогов и родителей.
- **Самое** оригинальное творчество воспитателей.

УЖЕ В ЛЕТНИХ НОМЕРАХ:

- Методические рекомендации Министерства образования к новому учебному году.
- Меню и рецептуры блюд для детей на летний оздоровительный период.
- Новые Санитарные правила и нормы устройства и содержания дошкольных учреждений.
- Положение о методическом кабинете дошкольного учреждения.
- Свежие нормативные правовые документы по дошкольному образованию.
- Материалы по адаптации ребёнка к школе и детскому саду.
- Мастер-классы лучших педагогов дошкольных учреждений.
- Всё об организации и работе методических объединений педагогов ДУ.
- Различные материалы в помощь педагогам-практикам.

Всё самое, самое... о дошкольном образовании.
Только в журнале «Пралеска»!

Коллеги, оформляйте своевременно подписку
на второе полугодие. Будем вместе!

ПОДПИСНЫЕ ЦЕНЫ НА ЖУРНАЛ «ПРАЛЕСКА»

Индекс	на 1 месяц	на 3 месяца	на 6 месяцев
74983 (индивидуальная)	5.230 руб.	15.690 руб.	31.380 руб.
749832 (ведомственная)	6.000 руб.	18.000 руб.	36.000 руб.

Уважаемые коллеги! В Гомельской области в питании детей широко используют спаржевую фасоль, хорошие урожаи которой получают местные сельхозпроизводители. Предлагаем вам рецептуру и технологические карты приготовления блюд с использованием спаржевой фасоли.



МОРКОВЬ СО СПАРЖЕВОЙ ФАСОЛЬЮ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ

1. Рецепт.

Наименование продукции	1 порция		Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
	Брутто	Нетто				
Морковь до 01.01	91,8/122,5	73,5/98,0	0,96/1,27	0,07/0,10	5,29/7,06	24,99/33,32
Морковь с 01.01	98,0/130,6	73,5/98,0				
Масло крестьянское н/с	6,8/9,0	6,8/9,0	0,05/0,07	4,89/6,53	0,09/0,12	44,62/59,49
Масса припущенной моркови		67,5/90,0				
Спаржевая фасоль стручковая консервированная (40%)	62,5/83,4	37,5/50,0	1,16/1,55	0,00	2,44/3,25	15,00/20,00
Соус молочный		45,0/60,0				
Молоко пастеризованное (2,5% жирности)	45,0/60,0	45,0/60,0	1,27/1,69	1,13/1,50	2,13/2,84	23,40/31,20
Мука пшеничная в/с	2,3/3,0	2,3/3,0	0,23/0,31	0,02/0,03	1,55/2,07	7,52/10,02
Масло крестьянское н/с (для соуса)	2,3/3,0	2,3/3,0	0,02/0,02	1,63/2,18	0,03/0,04	14,87/19,83
ВЫХОД:		150,0/200,0	3,69/4,92	7,82/10,43	11,53/15,37	130,40/173,86

2. Описание технологии.

Морковь предварительно промывают, перебирают, очищают и промывают в холодной проточной воде. Очищенную морковь нарезают кубиками и припускают с маслом на малом нагреве при плотно закрытой крышке. Спаржевую фасоль прогревают в собственном соку, сок сливают. Морковь, фасоль соединяют с молочным соусом, солят по вкусу и доводят до кипения.

Для приготовления соуса молочного горячим молоком разводят подсушенную без изменения цвета и растёр-

тую со сливочным маслом муку и варят 7—10 минут при слабом кипении, добавляют соль и сахар, процеживают, доводят до кипения.

На диету № 5 готовят без изменений.

3. Правила подачи.

Подают при температуре 50—55°С.

4. Характеристика изделия.

Морковь нарезана по технологии, набор компонентов и их соотношение соблюдены. Цвет: моркови — оранжевый, фасоли — от зелёного до оливкового, соуса — от светлого-кремового до кремового. Вкус и запах овощей — характерен для их вида. Соус без запаха сырой муки и пригорелого молока. Консистенция: овощей — мягкая, плотная; соуса — однородная, без комков заварившейся муки.

5. Сроки хранения.

Хранят на горячей плите не более трёх часов.

РП-1

Министерство связи Республики Беларусь

АБОНЕМЕНТ

на журнал

(индекс издания)

(наименование издания)

Количество комплектов

на 200 год по месяцам

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

Кому

Куда

(фамилия, инициалы)

(адрес)

(почтовый индекс)

(город, населённый пункт)

ДОСТАВОЧНАЯ КАРТОЧКА

на журнал

(индекс издания)

«Пралеска»

(наименование издания)

Стоимость

подписки

руб.

Количество комплектов

периодики

руб.

на 200 год по месяцам

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

Кому

Куда

(фамилия, инициалы)

(адрес)

(почтовый индекс)

(город, населённый пункт)



МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ СО СПАРЖЕВОЙ ФАСОЛЬЮ

1. Рецепттура.

Наименование продукции	1 порция		Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
	Брутто	Нетто				
Морковь до 01.01	159,4/212,5	127,5/170,0	1,66/2,21	0,13/0,17	9,18/12,24	43,35/57,80
Морковь с 01.01	170,0/226,6	127,5/170,0				
Масло крестьянское н/с	7,5/10,0	7,5/10,0	0,06/0,08	5,44/7,25	0,10/0,13	49,58/66,10
Спаржевая фасоль стручковая консервированная (40%)	40,0/53,4	24,0/32,0	0,12/0,16	0,12/0,16	2,94/3,92	13,50/18,00
Сахар	3,8/5,0	3,8/5,0	0,00	0,00	3,74/4,99	14,21/18,95
ВЫХОД:		150,0/200,0	1,84/2,45	5,69/7,58	15,96/21,28	120,64/160,85

2. Описание технологии.

Морковь перебирают, промывают и очищают от кожицы, повторно промывают в проточной воде. Очищенную морковь нарезают мелкими кубиками и припускают с маслом на молоке до полуготовности. Спаржевую фасоль прогревают в рассоле, добавляют к моркови, кладут сахар. Тушат вместе до готовности 10—15 минут.

На диету № 5 готовят без изменений.

3. Правила подачи.

Подают при температуре 50—55°C.

4. Характеристика изделия.

Овощи нарезаны по технологии, набор компонентов и их соотношение соблюдены. Цвет — оранжевый, характерный для моркови и фасоли. Вкус и запах — кисло-сладкий. Консистенция моркови и фасоли — мягкая, плотная.

5. Сроки хранения.

Хранят на горячей плите не более трёх часов.

ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ СО СПАРЖЕВОЙ ФАСОЛЬЮ

(возраст 3—6 лет)

1. Рецепттура.

Наименование продукции	1 порция		Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
	Брутто	Нетто				
Морковь до 01.01	41,2	33,0	0,43	0,03	2,38	11,22
Морковь с 01.01	44,0	33,0				
Масса припущенной моркови		30,0				
Картофель с 01.09 по 31.10	41,3	31,0	0,62	0,12	5,05	24,80
Картофель с 01.11 по 31.12	44,3	31,0				
Картофель с 01.01 по 28—29.02	47,7	31,0				
Картофель с 01.03	51,7	31,0				
Масса припущенного картофеля		30,0				
Спаржевая фасоль стручковая консервированная (40%)	25,0	15,0	0,46	0,03	0,98	6,0
Капуста белокочанная	41,2	33,0	0,59	0,03	1,55	8,91
Масса припущенной капусты		30,0				
Соус молочный		50,0				
Молоко пастеризованное (2,5% жирности)	50,0	50,0	1,41	1,25	2,37	26,0
Масло крестьянское н/с	2,5	2,5	0,02	1,81	0,03	16,53
Мука пшеничная в/с	2,5	2,5	0,26	0,03	1,72	8,35
Сахар	0,5	0,5	0	0	0,50	1,90
ВЫХОД:		150,0	3,80	3,31	14,57	103,70

2. Описание технологии.

Капусту белокочанную перебирают, зачищают, промывают в проточной воде, удаляют кочерыжку, нарезают шашками. Картофель и морковь предварительно промывают, перебирают, очищают, повторно промывают в проточной воде и нарезают кубиками или дольками. Консервированную спаржевую фасоль прогревают в рассоле. Припущенные по отдельности овощи, подготовленную спаржевую фасоль соединяют с соусом молочным и проваривают 1—2 мин.

Для приготовления соуса молочного горячим молоком разводят подсушенную без изменения цвета и растёртую со сливочным маслом муку и варят 7—10 мин при слабом кипении, добавляют соль, сахар, процеживают и доводят до кипения.

На диету № 5 готовят без изменения.

3. Правила подачи.

Подают в порционных тарелках при температуре 45—50°C.

4. Характеристика изделия.

Внешний вид — припущенные овощи в соусе молочном, сохранили форму нарезки. Цвет: овощей — характерный для них, соуса — белый. Вкус, запах — солоновато-сладкий, характерный для входящих в рецептуру овощей. Соус дополняет приятные вкусовые ощущения. Консистенция овощей — мягкая, плотная, овощи не помяты, не разварены, за исключением картофеля, часть которого незначительно разварена.

5. Сроки хранения.

Хранят на горячей плите не более трёх часов.

КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ СО СПАРЖЕВОЙ ФАСОЛЬЮ

1. Рецепттура.

Наименование продукции	1 порция		Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
	Брутто	Нетто				
Картофель с 01.09 по 31.10	96,0/144,0	72,0/108,0	1,44/2,16	0,29/0,43	11,74/17,60	57,60/86,40
Картофель с 01.11 по 31.12	102,8/154,2	72,0/108,0				
Картофель с 01.01 по 28—29.02	110,7/166,1	72,0/108,0				
Картофель с 01.03	120,0/180,0	72,0/108,0				
Спаржевая фасоль стручковая консервированная (40%)	29,6/44,5	17,8/26,7	0,25/0,38	0,02/0,03	1,39/2,09	6,57/9,86
Молоко пастеризованное (2,5% жирности)	12,7/19,0	12,7/19,0	0,36/0,54	0,32/0,48	0,60/0,90	6,59/9,88
Масло крестьянское н/с	2,0/3,0	2,0/3,0	0,02/0,02	1,45/2,18	0,03/0,04	13,22/19,83
ВЫХОД:		100,0/150,0	2,06/3,10	2,07/3,11	13,75/20,63	83,98/125,97

2. Описание технологии.

Овощи предварительно промывают, перебирают, очищают и повторно промывают в проточной воде.

Очищенный картофель кладут в подсоленную кипящую воду, которая покрывает картофель на 2—3 см (0,6—0,7 л на 1 кг картофеля), и варят при закрытой крышке до готовности. Спаржевую фасоль прогревают со сливочным маслом. Воду сливают, картофель подсушивают. Фасоль и картофель протирают. В горячий протёртый картофель и фасоль, непрерывно помешивая, добавляют горячее кипячёное молоко и сливочное масло. Смесь взбивают до получения пышной однородной массы.

На диету № 5 готовят без изменений.

3. Правила подачи.

Подают в порционных тарелках при температуре 45—50°C.

4. Характеристика изделия.

Внешний вид — пышная протёртая однородная масса, сохраняющая форму, заправлена маслом и молоком. Цвет — светло-кремовый. Вкус, запах — характерный для картофеля, с привкусом и ароматом спаржевой фасоли, молока и сливочного масла. Консистенция — пышная, однородная, густая, без непротёртых частиц.

5. Сроки хранения.

Хранят на горячей плите не более трёх часов.

КАПУСТА, ТУШЕННАЯ СО СПАРЖЕВОЙ ФАСОЛЬЮ

1. Рецепттура.

Наименование продукции	1 порция		Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
	Брутто	Нетто				
Капуста белокочанная	131,6/197,5	105,3/158,0	1,90/2,84	0,11/0,16	4,95/7,43	28,44/42,66
Спаржевая фасоль стручковая консервированная (40%)	26,7/40,0	16,0/24,0	0,08/0,12	0,08/0,12	1,96/2,94	9,00/13,5
Сахар	1,3/2,0	1,3/2,0	0,00	0,00	1,33/2,00	5,05/7,58
Масло крестьянское н/с	8,0/12,0	8,0/12,0	0,06/0,10	5,80/8,70	0,10/0,16	52,88/79,32
Мука пшеничная в/с	1,0/2,0	1,0/2,0	0,10/0,21	0,01/0,02	0,69/1,38	3,34/6,68
ВЫХОД:		100/150	2,14/3,27	6,0/9,0	9,03/16,28	98,71/126,06

2. Описание технологии.

Капусту белокочанную перебирают, зачищают, промывают в проточной воде, удаляют кочерыжку. Спаржевую фасоль предварительно прогревают в рассоле. Обработанную свежую капусту нарезают соломкой и кладут в котёл слоем до 30 см, добавляют воду (5—10% к массе сырой капусты), часть масла сливочного и тушат капусту при плотно закрытой крышке, периодически помешивая до полуготовности. За 5 мин до окончания тушения в капусту добавляют спаржевую фасоль, заправляют солью, сахаром и мукой, подсушенной без изменения цвета, растёртую со сливочным маслом и разведённую в небольшом количестве воды, и вновь доводят до кипения.

На диету № 5 готовят без изменений.

3. Правила подачи.

Подают в порционных тарелках при температуре 45—50°C.

4. Характеристика изделия.

Внешний вид — овощи хорошо очищены и нарезаны в соответствии с технологией приготовления. Набор компонентов и их соотношений соблюден. Цвет — от светло-коричневого до коричневого. Вкус, запах — кисло-сладкий, характерный для капусты, пассерованные овощи и томатное пюре дополняют приятные вкусовые ощущения и ароматы. Консистенция — мягкая, плотная, сочная.

5. Сроки хранения.

Хранят на горячей плите не более трёх часов.

СПАРЖЕВАЯ ФАСОЛЬ В СМЕТАННОМ СОУСЕ

1. Рецепт.

Наименование продукции	1 порция		Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
	Брутто	Нетто				
Спаржевая фасоль стручковая консервированная (40%)	150,0/225,0	90,0/135,0	1,27/1,91	0,10/0,15	7,06/10,58	33,32/49,98
Масло крестьянское н/с	2,7/4,0	2,7/4,0	0,02/0,03	1,93/2,90	0,03/0,05	17,63/26,44
Сахар	1,0/1,5	1,0/1,5	0,00	0,00	1,00/1,50	3,79/5,69
Соус сметанный		20,0/30,0				
Сметана (20% жирности)	10,0/15,0	10,0/15,0	0,28/0,42	2,00/3,00	0,32/0,48	20,60/30,90
Мука пшеничная в/с	1,0/1,5	1,0/1,5	0,10/0,15	0,01/0,02	0,69/1,03	3,34/5,01
Вода	10,0/15,0	10,0/15,0				
ВЫХОД:		100/150	1,68/2,52	4,04/6,06	9,10/13,65	78,68/118,02

2. Описание технологии.

Спаржевую фасоль прогревают с маслом сливочным. Добавляют соус сметанный, сахар и тушат 5–10 мин. Для приготовления соуса сметанного муку подсушивают без изменения цвета, разводят горячей водой, вымешивают до однородной массы и варят 25–30 мин, добавляют прокипячённую сметану, соль и варят 3–5 мин. Процеживают, доводят до кипения.

На диету № 5 готовят без изменений.

3. Правила подачи.

Подают в порционных тарелках при температуре 45–50°C.

4. Характеристика изделия.

Внешний вид — спаржевая фасоль соответствующей формы, припущена в сметанном соусе. Цвет соуса — белый или белый со слабым зеленоватым оттенком. Вкус, запах — кисло-сладкий, характерный для спаржевой фасоли с привкусом и ароматом сметаны. Консистенция: фасоли — мягкая, плотная, сохранена форма нарезки; соуса — средней густоты.

5. Сроки хранения.

Хранят на горячей плите не более трёх часов.

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СПАРЖЕВОЙ ФАСОЛЬЮ

1. Рецепт.

Наименование продукции	1 порция		Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
	Брутто	Нетто				
Спаржевая фасоль стручковая консервированная (40%)	15,0/20,0	9,0/12,0	0,27/0,36	0,00	0,54/0,72	3,42/4,56
Картофель с 01.09 по 31.10	50,0/66,6	37,5/50,0	0,75/1,00	0,15/0,20	6,11/8,15	30,00/40,00
Картофель с 01.11 по 31.12	53,5/71,4	37,5/50,0				
Картофель с 01.01 по 28–29.02	57,7/76,9	37,5/50,0				
Картофель с 01.03	62,5/83,3	37,5/50,0				
Морковь до 01.01	7,5/10,0	6,0/8,0	0,08/0,10	0,01/0,01	0,43/0,58	2,04/2,72
Морковь с 01.01	8,0/10,6	6,0/8,0				
Лук репчатый	3,6/4,8	3,0/4,0	0,04/0,06	0,00	0,27/0,36	1,23/1,64
Масло подсолнечное	1,5/2,0	1,5/2,0	0,00	1,50/2,00	0,00	13,49/17,98
Масло крестьянское н/с	1,5/2,0	1,5/2,0	0,01/0,02	1,09/1,45	0,02/0,03	9,92/13,22
Вода		112,5/150,0				
ВЫХОД:		150/200	1,15/1,54	1,14/3,66	7,38/9,84	60,09/80,12

2. Описание технологии.

Овощи предварительно промывают, перебирают, очищают и повторно промывают в холодной проточной воде. Лук репчатый перебирают, очищают от кожицы, промывают в проточной воде.

В разогретое до температуры 130–140°C масло закладывают нарезанные кубиками овощи (морковь, лук) слоем 5–7 см и пассеруют при температуре не выше 110°C: лук — 5–8 мин, морковь — 10–15 мин.

В кипящую воду закладывают картофель, нарезанный брусочками, доводят до кипения, добавляют пассерованные овощи. Нарезанную спаржевую фасоль кладут в суп за 5–8 мин до окончания варки. Солят по вкусу. Отпускают со сметаной.

На диету № 5 не рекомендуется.

3. Правила подачи.

Подают в порционных тарелках при температуре 45–50°С.

4. Характеристика изделия.

Внешний вид — на поверхности жидкой части блёстки масла. Цвет жидкой части, блёсток масла — со слабым оливковым или светло-коричневым оттенком. Вкус — с привкусом картофеля и фасоли. Запах — характерный для картофеля с ароматом пассированных овощей. Консистенция овощей — мягкая, плотная. Соотношение плотной и жидкой частей соответствует рецептуре.

5. Сроки хранения.

Хранят на горячей плите не более трёх часов.

ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ

1. Рецепт.

Наименование продукции	Расход сырья на 1 порцию готовой продукции, г		Расход сырья на 100 порций готовой продукции, кг	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Свёкла до 01.01	9,6	7,5*	0,96	0,75*
с 01.01	10,2	7,5*	1,0	0,75*
Картофель с 01.09 по 31.10	14,45	10,5*	1,44	1,0*
с 01.11 по 31.12	15,48	10,5*	1,48	1,0*
с 01.01 по 28.02	16,65	10,5*	1,54	1,0*
с 01.03	18,05	10,5*	1,67	1,0*
Морковь до 01.01	6,3	5*	0,6	0,5*
с 01.01	6,7	5*	0,67	0,5*
Огурцы солёные	9	15**		1,5**
Огурцы очищенные / неочищенные	18/75/16,68		1,88/1,67	1,5
или огурцы маринованные без уксуса	27,25		2,73	
Капуста квашеная	21,43	15	1,07	0,75
Лук зелёный	9,4	7,5	0,94	0,75
или репчатый	8,95	7,5	0,89	0,75
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
ВЫХОД:		50		50

* Масса варенных очищенных овощей.

** Огурцы солёные можно заменить квашеной капустой, капусту квашеную — огурцами солёными.

2. Описание технологии приготовления кулинарной продукции.

Картофель, свёклу, морковь предварительно промывают, тщательно перебирают, повторно промывают в проточной воде и отваривают в кожуре, охлаждают и нарезают ломтиками или кубиками. Лук репчатый перебирают, очищают от кожицы, лук зелёный перебирают, зачищают, промывают в проточной воде, затем охлаждённой кипячёной водой, лук репчатый ошпаривают. Зелёный лук нарезают длиной 1—1,5 см, а репчатый — полукольцами.

Солёные огурцы промывают, огурцы с грубой кожицей очищают и нарезают ломтиками. Огурцы маринованные не очищают. Квашеную капусту перебирают (если капуста очень кислая, её промывают в холодной кипячёной воде), отжимают и шинкуют. Подготовленные овощи соединяют, перемешивают. Перед отпуском заправляют растительным маслом.

3. Правила оформления, подачи блюд, кулинарных изделий.

Винегрет укладывают горкой в салатник или на тарелку. Оптимальная температура подачи блюда +14°С.

4. Характеристика изделия по органолептическим показателям.

Внешний вид — овощи равномерно нарезаны, перемешаны, уложены горкой. Поверхность овощей — блестящая от масла; цвет — свойственный овощам, входящим в состав винегрета; вкус — умеренно-острый, с выраженным привкусом солёных (маринованных) огурцов, капусты квашеной и сладковатым привкусом свёклы и моркови; запах — характерный для варенных овощей, солёных огурцов или капусты квашеной с ароматом лука; консистенция — мягкая, солёных (маринованных) огурцов, капусты квашеной — плотная, хрустящая.

5. Сроки хранения.

В незаправленном виде при температуре +2—+6°С в течение одного часа.

6. Сведения о пищевой и энергетической ценности на 100 г блюда.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
1,2	10,1	6,4	121

САЛАТ «ФАСОЛЕВЫЙ»

1. Рецепттура.

Наименование продукции	Расход сырья на 1 порцию готовой продукции, г				Расход сырья на 100 порций готовой продукции, кг			
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Фасоль консервированная	51,67	31	103,3	62	5,17	3,1	10,3	6,2
Лук репчатый	13,0	11	26	22	1,3	1,1	2,6	2,2
Чеснок	0,32	0,25	0,64	0,5	0,032	0,025	0,064	0,05
Лимонная кислота	1	1	2	2	0,1	0,1	0,2	0,2
Масло растительное	7,5	7,5	15	15	0,75	0,75	1,5	1,5
ВЫХОД:	—	50	—	100	—	5,0	—	100

2. Описание технологии приготовления кулинарной продукции.

Лук, чеснок перебирают, моют в проточной воде, очищают, перебирают, повторно промывают, лук нарезают тонкими кольцами, чеснок рубят. Фасоль консервированную соединяют с нашинкованным луком, мелко нарубленным чесноком, сбрызгивают лимонной кислотой и заправляют маслом растительным.

3. Правила оформления, подачи блюд, кулинарных изделий.

Салат укладывают горкой в салатник или на тарелку. Оптимальная температура подачи блюда +14°C.

4. Характеристика изделия по органолептическим показателям.

Внешний вид — овощи равномерно нарезаны, перемешаны, уложены горкой; цвет и вкус — характерный для овощей, входящим в состав салата; запах — с ароматом чеснока; консистенция — мягкая, сочная.

5. Сроки хранения.

В незаправленном виде при температуре +2—+6°C в течение одного часа.

6. Сведения о пищевой и энергетической ценности на 100 г блюда.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
1,2	15,1	2,6	152,8

САЛАТ «ФАСОЛЬКА»

1. Рецепттура.

Наименование продукции	Расход сырья на 1 порцию готовой продукции, г				Расход сырья на 100 порций готовой продукции, кг			
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Картофель с 01.09	14,45	10,5*	28,9	21*	1,44	1,05*	2,89	2,1*
с 01.11	15,48	10,5*	30,96	21*	1,55	1,05*	3,09	2,1*
с 01.01	16,65	10,5*	33,3	21*	1,67	1,05*	3,33	2,1*
с 01.03	18,05	10,5*	36,1	21*	1,81	1,05*	3,61	2,1*
Фасоль консервированная	41,7	25	83,4	50	4,17	2,5	8,34	5,0
Лук репчатый	1,79	1,5	3,58	3	0,18	0,15	0,36	0,3
Огурец консервированный	18,18	10	36,36	20	1,81	1,0	3,6	3,6
Масло растительное	5	5	10	10	0,5	0,5	1,0	1,0
ВЫХОД:	—	50	—	100	—	5,0	—	10,0

2. Описание технологии приготовления кулинарной продукции.

Картофель предварительно промывают, тщательно перебирают, повторно промывают в проточной воде и отваривают в кожуре, охлаждают и нарезают ломтиками или кубиками. Лук репчатый перебирают, очищают от кожицы, промывают в проточной воде, ошпаривают, нарезают мелкими кубиками. Огурцы консервированные нарезают кубиками. Все нарезанные овощи соединяют с консервированной фасолью, перемешивают, заправляют маслом растительным.

3. Правила оформления, подачи блюд, кулинарных изделий.

Салат укладывают горкой в салатник или на тарелку. Оптимальная температура подачи блюда +14°C.

4. Характеристика изделия по органолептическим показателям.

Внешний вид — овощи равномерно нарезаны, перемешаны, уложены горкой; поверхность — блестящая от масла; цвет и вкус — характерный для овощей, входящим в состав салата; запах — характерный для варенных овощей, консервированной фасоли и огурцов; консистенция — мягкая, плотная, хрустящая.

5. Сроки хранения.

В незаправленном виде при температуре +2—+6°C в течение 1 часа.

6. Сведения о пищевой и энергетической ценности на 100 г блюда.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
1,2	16,8	6,4	166,2

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ СВЕТЛОГОРСКОГО ОТДЕЛА ОБРАЗОВАНИЯ*

Технологическая карта на кулинарную продукцию

СУП МОЛОЧНЫЙ ПО-МОГИЛЁВСКИ

наименование кулинарной продукции

1. Рецепттура.

Наименование сырья	Расход сырья на 1 кг или на 1 порцию готовой продукции, грамм			
	До 3 лет		От 3 до 7 лет	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Крахмал картофельный	18	18	24	24
Яйцо	3	3	4	4
Вода	18	18	24	24
Соль	0,8	0,8	1	1
Масло подсолнечное	0,6	0,6	0,8	0,8
Масса готовых блинчиков	33	33	44	44
Молоко пастеризованное	105	105	140	140
Вода	16,5	16,5	22	22
Сахар	1,5	1,5	2	2
Масло сливочное	1,5	1,5	2	2
ВЫХОД:		150		200

2. Описание технологии приготовления кулинарной продукции.

2.1. Крахмал просеивают, разводят водой, добавляют яйцо и соль. Из полученной массы, которую постоянно помешивают, выпекают тонкие блинчики. После охлаждения их нарезают в виде лапши. Молоко смешивают с водой и доводят до кипения. При помешивании в кипящее молоко добавляют лапшу и варят до готовности. По вкусу суп заправляют сахаром.

На диету № 5 готовят без изменений.

Готовый суп заправляют сливочным маслом.

3. Правила оформления, подачи блюд, кулинарных изделий.

3.1. Подают блюдо в супницах или в порционных тарелках.

4. Характеристика изделий по органолептическим показателям:

Цвет — от белого до светло-кремового, блёсток жира — светло-жёлтый.

Вкус — приятный, слегка сладковатый, не ярко выраженный.

Запах — ароматный.

Консистенция лапши — мягкая, плотная.

5. Срок годности и условия хранения.

5.1. Хранят готовое блюдо не более 2-х часов на горячей плите или мармите.

6. Сведения о пищевой и энергетической ценности.

	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Ясли	3,37	4,66	20,83	139,16
Сад	4,50	6,21	27,78	185,55

Инженер-технолог
О.О. Хоронко

подпись разработчика

расшифровка подписи

Технологическая карта на кулинарную продукцию

ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ

наименование кулинарной продукции

1. Рецепттура.

Наименование сырья	Расход сырья на 1 кг или на 1 порцию готовой продукции, грамм			
	До 3 лет		От 3 до 7 лет	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Картофель молодой	90	72	135	108

*От «Пралески». Коллеги, данные технологические карты предлагаются вам как опыт и образец разработки первых, вторых, третьих блюд для детей в конкретном регионе, в таком качестве просьба их и рассматривать.

с 1.09 по 31.10	96	72	144	108
с 1.11 по 31.12	102	72	154,2	108
с 1.01 по 28—29.02	110,7	72	166	108
с 1.03	120	72	180	108
Морковь до 1.01	24	19,3	36,2	29
с 1.01	25,7	19,3	38,6	29
Масло сливочное	2	2	3	3
Молоко	12,7	12,7	19	19
ВЫХОД:		100		150

2. Описание технологии приготовления кулинарной продукции.

Холодная обработка картофеля и корнеплодов проводится в овощном цеху или месте, специально предназначенном для работы с сырыми овощами, оборудованном моечной ванной с проточной водой и решётчатым настилом на дне, промаркированной «Сырые овощи».

Холодная обработка картофеля и корнеплодов включает в себя следующие операции: сортировку, калибровку, мойку в проточной воде в ванне «Сырые овощи», очистку, дочистку, повторную мойку в проточной воде в ванне «Сырые овощи», нарезку.

При сортировке из общей массы картофеля или корнеплодов удаляют загнившие, побитые овощи, посторонние механические примеси и т.д.

При калибровке картофель или корнеплоды распределяют по размеру, форме и другим признакам, определяющим дальнейшее кулинарное использование.

Мойка картофеля или корнеплодов производится в ванне, промаркированной «Сырые овощи», с решётчатым настилом на дне и подключением к ней проточной воды.

Очистка картофеля или корнеплодов производится в картофелечистках или вручную.

Ручная дочистка картофеля или корнеплодов предназначена для удаления остатков кожицы и глазков.

Полностью очищенный картофель или корнеплоды подвергают повторной мойке в проточной холодной воде.

Нарезку картофеля или корнеплодов производят на столе, промаркированном «Сырые овощи» с использованием разделочной доски и ножа той же маркировки.

2.1. Очищенный картофель кладут в подсоленную кипящую воду, которая покрывает картофель на 2—3 см, варят до готовности, воду сливают, картофель подсушивают. Очищенную морковь нарезают дольками и припускают с добавлением 1/3 нормы сливочного масла. Отварной картофель и припущенную морковь протирают, непрерывно помешивая, добавляя в 2—3 приёма горячее кипячёное молоко и растопленное сливочное масло. Смесь взбивают до получения пышной однородной массы.

На диету № 5 готовят без изменений.

3. Правила оформления, подачи блюд, кулинарных изделий.

3.1. Подают гарнир в порционных тарелках к мясным и рыбным блюдам.

4. Характеристика изделий по органолептическим показателям:

Внешний вид — протёртая однородная масса, заправленная молоком и маслом.

Цвет — ярко-оранжевый.

Вкус, запах — приятный, масло придаёт изделию нежный привкус, чуть солоноватый.

Консистенция — однородная, густая, без непротёртых частиц.

5. Срок годности и условия хранения.

5.1. Хранят готовое блюдо не более 30 минут на горячей плите или мармите.

6. Сведения о пищевой и энергетической ценности.

	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Ясли	2,06	2,07	13,75	83,98
Сад	3,50	3,49	12,08	92,55

Инженер-технолог
О.О. Хоронко

подпись разработчика

расшифровка подписи

Технологическая карта на кулинарную продукцию

ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ

наименование кулинарной продукции

1. Рецепт.

Наименование сырья	Расход сырья на 1 кг или на 1 порцию готовой продукции, грамм	
	От 3 до 7 лет	
	Брутто	Нетто
Печень свиная или	80,6	71

говяжья	85,5	71
Мука пшеничная	3	3
Масло подсолнечное	5	5
Масса тушенной печени		50
Соус сметанный		50
Сметана	25	25
Мука пшеничная	2,5	2,5
Вода	25	25
ВЫХОД:		100

2. Описание технологии приготовления кулинарной продукции.

2.1. Печень размораживают на воздухе, уложив на столы промаркированные (ПС) при температуре 15–18°C в течение 10–20 часов, промывают, снимают плёнку, вырезают внутренние кровеносные сосуды, свиную печень бланшируют.

Подготовленные куски печени панируют в муке и обжаривают с обеих сторон до полуготовности, заливают соусом сметанным и тушат 15–20 минут до готовности при температуре 220–250°C, добавляют соль.

Не рекомендуют на диету № 5.

3. Правила подачи блюд, кулинарных изделий.

3.1. Печень подают с гарниром из овощей или крупой.

4. Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид — изделие, сохранившее форму, политое соусом.

Цвет — присущий тушенной печени, бурый.

Вкус — нежный, приятный.

Запах — печени, сметаны.

5. Срок годности и условия хранения.

5.1. Хранят изделие на горячей плите или мармите не более 30 минут.

6. Сведения о пищевой и энергетической ценности.

	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Сад	13,98	12,68	4,59	189,37

Инженер-технолог
О.О. Хоронко

подпись разработчика

расшифровка подписи

Технологическая карта на кулинарную продукцию

ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ СПАРЖЕВОЙ

наименование кулинарной продукции

1. Рецепт.

Наименование сырья	Расход сырья на 1 кг или на 1 порцию готовой продукции, грамм			
	До 3 лет		От 3 до 7 лет	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Яйцо		35		49
Молоко	13,5	13,5	19	19
Масло подсолнечное или сливочное	3,5	3,5	5	5
Фасоль спаржевая консервированная	11	5,5	16	8
ВЫХОД:		50		70
ВЫХОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ:		50/4		70/5

2. Описание технологии приготовления кулинарной продукции.

2.1. Яйца промывают сначала в 1%-ном а затем в 0,5%-ном тёплом (с температурой до 30°C) растворе кальцинированной или пищевой соды, ополаскивают в проточной воде.

К яйцам добавляют молоко и соль, смесь взбивают. Омлетную смесь выливают на отцеженную фасоль спаржевую и запекают в жарочном шкафу при температуре 180–200° С до готовности 25–30 минут.

Не рекомендуют на диету № 5.

3. Правила оформления, подачи блюд, кулинарных изделий.

3.1. Омлет нарезают на порции, можно подавать с растопленным сливочным маслом.

4. Характеристика изделий по органолептическим показателям:

Внешний вид — изделие, сохранившее форму.

Цвет — золотистый, на поверхности запечённая корочка.

Вкус, запах — приятный, ароматный.

Консистенция — упругая, пористая.

5. Срок годности и условия хранения.

5.1. Хранят готовое блюдо не более 30 минут на горячей плите или мармите.

6. Сведения о пищевой и энергетической ценности.

	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Ясли	6,87	11,11	1,97	135,04
Сад	7,01	12,41	3,00	145,2

Инженер-технолог
О.О. Хоронко

подпись разработчика

расшифровка подписи

Технологическая карта на кулинарную продукцию

ВИНЕГРЕТ МОРСКОЙ

наименование кулинарной продукции

1. Рецепт.

Наименование сырья	Расход сырья на 1 кг или на 1 порцию готовой продукции, грамм			
	До 3 лет		От 3 до 7 лет	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Свёкла до 1.01	7	5,6	11,2	9
с 1.01	7,5	5,6	12	9
Морковь до 1.01	6,2	5	10	8
с 1.01	6/6	5	10,6	8
Картофель				
молодой до 1.09	4,9	3,7	7,9	6
с 1.09 по 31.10	5	3,7	8	6
с 1.11 по 31.12	5,3	3,7	8,5	6
с 1.01 по 28—29.02	5,7	3,7	9,2	6
с 1.03	6,2	3,7	10	6
Огурцы солёные или	3,4	3	5,5	5
свежие	3,8	3	6,2	5
Капуста квашеная	4	2,8	6,4	4,5
Лук репчатый или	2,1	1,8	3,5	3
зелёный	2,3	1,8	3,7	3
Морская капуста	5,8	5,6	9,3	9
Сахар	1,2	1,2	2	2
Масло подсолнечное	2,5	2,5	4	4
ВЫХОД:		30		50

2. Описание технологии приготовления кулинарной продукции.

2.1. Холодная обработка картофеля и корнеплодов проводится в овощном цеху или месте, специально предназначенном для работы с сырыми овощами, оборудованном моечной ванной с проточной водой и решётчатым настилом на дне, промаркированной «Сырые овощи».

Холодная обработка картофеля и корнеплодов включает в себя следующие операции: сортировку, калибровку, мойку в проточной воде в ванне «Сырые овощи», очистку, дочистку, повторную мойку в проточной воде в ванне «Сырые овощи», нарезку.

При сортировке из общей массы картофеля или корнеплодов удаляют загнившие, побитые овощи, посторонние механические примеси и т.д.

При калибровке картофель или корнеплоды распределяют по размеру, форме и другим признакам, определяющим дальнейшее кулинарное использование.

Мойка картофеля или корнеплодов производится в ванне, промаркированной «Сырые овощи», с решётчатым настилом на дне и подключением к ней проточной воды. Овощи отвариваются отдельно друг от друга в неочищенном виде.

Картофель закладывают в кипящую подсоленную воду (7 г на 1 л воды) и варят при слабом кипении до готовности при температуре 100°C 30—40 минут. Уровень воды должен быть на 1—1,5 см выше уровня картофеля.

Свёклу закладывают в кипящую несоленую воду и варят с добавлением лимонной кислоты (1—2 г на 1 л воды) при слабом кипении до готовности при температуре 100°C 1—1,5 часа. Уровень воды должен быть на 1—1,5 см выше уровня овощей.

Морковь закладывают в кипящую несолёную воду и варят при слабом кипении до готовности при температуре 100°С 30–35 минут. Уровень воды должен быть на 1–1,5 см выше уровня овощей.

В варочном цеху отварные овощи охлаждают до комнатной температуры. Очищенные овощи укладывают в тару «Варёные овощи».

Сроки хранения: отварные, очищенные от кожицы овощи хранению не подлежат!

Требования к качеству:

Овощи — не потерявшие форму, хорошо сварены, свёкла сохраняет цвет.

Приготовление салатов производят на столе, промаркированном «Готовая продукция», с использованием разделочной доски, ножа и тары, имеющими маркировку «Салат».

Бланшированные овощи для приготовления салатов хранению не подлежат!

Варёные картофель, морковь, свёклу нарезают ломтиками. Свёклу заправляют маслом подсолнечным.

Солёные огурцы очищают от кожицы и нарезают ломтиками, репчатый лук — полукольцами, квашеную капусту перебирают и рубят, морскую капусту промывают кипячёной охлаждённой водой и нарезают соломкой. Перед подачей все овощи соединяют, добавляют соль, сахар и перемешивают.

На диету № 5 вес солёных огурцов заменяют квашеной капустой. Капусту промывают холодной кипячёной водой, репчатый лук ошпаривают.

3. Правила оформления, подачи блюд, кулинарных изделий.

3.1. Подают салат в салатнике, уложенный горкой.

4. Характеристика изделий по органолептическим показателям:

Внешний вид — нарезанные ломтиками овощи перемешаны, уложены горкой, поверхность овощей блестящая от масла.

Цвет — свойственный овощам, входящим в винегрет.

Вкус — умеренно острый, с выраженным привкусом огурцов, квашеной капусты, лука и сладковатым привкусом свёклы и моркови.

Запах — солёных огурцов, масла подсолнечного, лука.

Консистенция овощей — плотная, салата — сочная.

5. Срок годности и условия хранения.

Срок хранения салата не более 15 минут.

6. Сведения о пищевой и энергетической ценности.

	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Ясли	0,37	2,53	3,01	36,26
Сад	0,60	4,06	4,82	58,03

Инженер-технолог

О.О. Хоронко

подпись разработчика

расшифровка подписи

Технологическая карта на кулинарную продукцию

СЫРНИКИ, ЗАПЕЧЁННЫЕ СО СМЕТАНОЙ

наименование кулинарной продукции

1. Рецепт.

Наименование сырья	Расход сырья на 1 кг или на 1 порцию готовой продукции, грамм			
	До 3 лет		От 3 до 7 лет	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Творог	89,2	88	111,8	111
Яйцо	8	8	10	10
Сахар	11,6	11,6	14,5	14,5
Мука пшеничная	23,2	23,2	29	29
Масса п/ф		128		160
Сметана	11,6	11,6	14,5	14,5
Масло сливочное	4	4	5	5
ВЫХОД:		120		150

2. Описание технологии приготовления кулинарной продукции.

2.1. Яйца промывают сначала в 1%-ном, а затем в 0,5%-ном тёплом (с температурой до 30°С) растворе кальцинированной или пищевой соды, ополаскивают в проточной воде.

Творог протирают, добавляют яйца, растёртые с сахаром, муку — 2/3 от нормы. Массу вымешивают и формуруют в виде валика диаметром 4–5 см, затем нарезают кружочки. Кружочки панируют в муке и выкладывают на разогретый с маслом противень. В каждом кружочке делают углубление и заполняют его сметаной. Запекают в жарочном шкафу при температуре 200–220° С до готовности 35–40 минут.

3. Правила оформления, подачи блюд, кулинарных изделий.

3.1. Сырники отпускают со сметаной или соусом молочным.

4. Характеристика изделий по органолептическим показателям.

Цвет корочки сырника — светло-кремовый, на разрезе — светло-жёлтый.

Вкус и запах — характерный для творога, сладковато-кисловатый.

Консистенция — однородная, слегка плотная, мягкая; корочки — мягкая, без комочков муки.

5. Срок годности и условия хранения.

5.1. Хранят изделие на мармите или горячей плите не более одного часа.

6. Сведения о пищевой и энергетической ценности.

	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Ясли	18,59	14,39	29,82	325,54
Сад	23,24	17,98	37,27	406,93

Инженер-технолог

О.О. Хоронеко

подпись разработчика

расшифровка подписи

Технологическая карта на кулинарную продукцию

КАКАО С МОЛОКОМ

наименование кулинарной продукции

1. Рецепт.

Наименование сырья	Расход сырья на 1 кг или на 1 порцию готовой продукции, грамм			
	До 3 лет		От 3 до 7 лет	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Какао-порошок	3	3	4	4
Молоко пастеризованное или	75	75	100	100
сухое	9	9	12	12
Сахар	15	15	20	20
Вода или		82,5		110
какао-порошок	3	3	4	4
Молоко сгущённое	28,5	28,5	38	38
Сахар	2,3	2,3	3	3
Вода		132		176
ВЫХОД:		150		200

2. Описание технологии приготовления кулинарной продукции.

2.1. Какао-порошок смешивают с сахаром, разводят горячей водой и растворяют до однородной массы. При непрерывном помешивании вливают горячее молоко, добавляют оставшийся кипяток и доводят до кипения. Если какао готовят на сгущённом молоке, то молоко разводят горячей водой и доводят до кипения. Какао-порошок смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают в разведённое сгущённое молоко и доводят до кипения.

На диету № 5 не рекомендуют.

3. Правила оформления, подачи блюд, кулинарных изделий.

3.1. Подают какао в чашках.

4. Характеристика изделий по органолептическим показателям.

Внешний вид, консистенция — жидкость с тёмно-коричневым оттенком.

Вкус и запах — ароматный, приятный.

5. Какао готовят по мере отпуска, хранению и кипячению не подлежит.

6. Сведения о пищевой и энергетической ценности.

	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Ясли	2,84	2,40	19,35	107,25
Сад	3,79	3,20	25,81	143,00

Инженер-технолог

О.О. Хоронеко

подпись разработчика

расшифровка подписи

ПИТАНИЕ — ОСНОВА

ЧТО ТАКОЕ ПИТАНИЕ?

С ДРЕВНЕЙШИХ времён люди поняли огромное значение пищи в жизни человека. В правильном питании они видели источник здоровья, силы, бодрости и красоты.

Пища — это энергетический и строительный материал для нашего тела. Чтобы человек был здоровым, на многие годы сохранил активность, творческую работоспособность, он должен получать достаточное количество необходимых веществ и к тому же в определённых, выгодных для организма пропорциях.

Питание — это совокупность процессов, связанных с потреблением пищевых веществ и их усвоением в организме, благодаря чему обеспечивается нормальное функционирование организма и поддержание здоровья. Питание, однако, означает нечто большее, чем просто достаточная обеспеченность незаменимыми макро- и микроэлементами. Принятие пищи — это больше, чем просто питание. Это важный источник удовольствия, а также акт социального общения, и поэтому оно имеет культурное значение. Для удовлетворения этих потребностей в Европе сложились характерные национальные традиции, кухни и культуры питания.

Приём пищи, воды и наличие кислорода — вот основные факторы, определяющие нормальное функционирование человеческого организма. Питание обеспечивает энергетические потребности, а также компоненты для важнейших структурных элементов организма. В совокупности с разумной физической нагрузкой и необходимой гигиеной всё это представляет собой главные факторы, способствующие хорошему здоровью. Важное значение для здоровья имеет баланс между потреблением пищи, которая обеспечивает организм топливом (потребление энергии), и физической нагрузкой (расход энергии), хотя в определённых пределах организм способен быстро адаптироваться к изменениям в поступлении пищи и потребностях в энергии.

Здоровое питание требует потребления с пищей необходимого количества энергии в виде макроэлементов, а также незаменимых пищевых веществ, в число которых входят витамины, микроэлементы, минералы, незаменимые жирные кислоты и аминокислоты. Потребности человека в различных веществах связаны с его энергетическими потребностями, возрастом, ростом и весом. Они различаются в зависимости от физиологического

Здоровье — не только отсутствие заболеваний и физических дефектов, но и состояние полного физического, духовного и социального благополучия.

Здоровый образ жизни — образ жизни, способствующий сохранению, укреплению и восстановлению здоровья как каждого человека, так и данной социальной общности.

Питание — поступление в организм и усвоение веществ, необходимых для восполнения энергетических затрат, обновления и построения тканей. Основной задачей питания является удовлетворение потребностей организма в различных ингредиентах пищи — в белках, жирах, углеводах, витаминах и минеральных веществах.

Калория — единица измерения. Она используется для определения количества энергии, которую высвобождает, выделяет какой-либо продукт. 1 калория — то количество тепла, которое необходимо, чтобы нагреть один литр воды на один градус по Цельсию. 1 килокалория (ккал) — 1.000 калорий.

ПРИМЕРНЫЕ ЗАТРАТЫ ЭНЕРГИИ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ РАЗНЫХ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Вид деятельности	Килокалорий в час
Лежачее положение или сон	80
Сидя	100
Вождение автомобиля	120
Стоя	140
Домашняя работа	180
Ходьба (4 км/час)	210
Езда на велосипеде	210
Работа в саду, огороде	220
Быстрая ходьба	300
Волейбол	300
Плавание	300
Танцы, катание на роликах	400
Теннис	420
Лыжи	600
Баскетбол	600
Футбол	650
Бег	900

состояния человека: находится он в стадии роста или нет, или женщина кормит ребёнка грудью, или человек выздоравливает после тяжёлой длительной болезни. На потребности в пищевых веществах также влияют такие факторы, как уровень физической активности, стресс, курение и потребление алкоголя. Практически невозможно установить точные потребности каждого человека в пищевых веществах, т.к. у каждого они разные. Поэтому «рекомендуемые величины потребления пищевых веществ» — это лишь самые общие рекомендации относительно потребностей отдельных групп или всего населения.

Ни один пищевой продукт в отдельности не содержит всех пищевых веществ в оптимальных количествах и правильных соотношениях, необходимых для поддержания здоровья при любых состояниях, за исключением материнского молока в короткий ранний период жизни ребёнка.

НАШЕЙ ЖИЗНИ

Вот почему здоровое питание возможно только при потреблении разнообразных пищевых продуктов, которые вместе поддерживают требуемый баланс пищевых веществ. В этом смысле нельзя говорить о хороших или плохих продуктах: каждый играет свою роль в поддержании этого баланса, но в то же время очевидно, что одни продукты богаче некоторыми пищевыми веществами, чем другие.

ОСОБЕННОСТИ ПИТАНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

ЗДОРОВЬЕ ребёнка в значительной степени зависит от питания. Особенно важна роль питания в дошкольном возрасте: у детей бурно протекают процессы обмена веществ, все органы и системы находятся в стадии роста, развития и формирования функций. Происходит развитие нервной системы, становление и совершенствование высшей нервной деятельности, эмоциональной сферы, интеллекта. Дети отличаются большой подвижностью, в связи с чем нуждаются в соответствующем поступлении энергии с пищей.

Следует учесть такой факт: чем младше ребёнок, тем активнее протекают у него все упомянутые процессы и тем чувствительнее он к любым нарушениям в питании.

Правильно организованное питание является одним из важнейших условий, обеспечивающих нормальный рост и развитие детского организма. Питание необходимо строить так, чтобы с пищей ребёнок получал все пищевые вещества, которые входят в состав тканей и органов, — белки, жиры, углеводы, витамины и минеральные вещества, а энергетическая ценность (калорийность) суточного рациона покрывала бы все энергозатраты растущего организма.

Пища дошкольников отличается от пищи взрослых, и у них, по сравнению со взрослыми, в силу интенсивного обмена веществ и повышенных энергетических затрат, связанных с ростом и мышечной активностью, потребность в ней более высокая и, что особенно важно, обуславливает необходимость обращать особое внимание на высокий уровень белков в рационе и достаточную его калорийность. Ис-

следования показывают, что дефицит питания вызывает отклонения в физиологической деятельности больших полушарий головного мозга, что ведёт к задержке интеллектуального развития. Пища необходима не только для восстановления затраченной энергии, она обеспечивает поступление веществ, за счёт которых происходит формирование новых клеток и тканей организма в связи с его продолжающимся ростом и развитием.

Как уже отмечалось, полноценность пищи в количественном отношении состоит в том, что она должна полностью покрывать энергетические затраты организма. Общий расход энергии у человека складывается из трёх величин: основного обмена, повышения обмена при приёме пищи и повышения обмена при различной деятельности. Энергозатраты организма выражаются в килокалориях (ккал). В этих же единицах обозначается и энергетическая ценность пищи.

Основной обмен — это энергия, идущая на работу органов, обеспечивающих жизнь человека. Даже при относительном покое, во время сна, организм расходует энергию, необходимую для поддержания основных физиологических функций — работы сердца, лёгких, почек. Величина основного обмена зависит от многих факторов: пола, возраста, веса, роста и др. Например, ребёнок 3—6 лет почти половину полученной энергии тратит на движение, а остальное — на рост, дыхание, пищеварение, другие процессы.

Родители часто спрашивают врачей, чем и как кормить ребёнка, чтобы добиться хорошего аппетита, правильного роста и развития. Прежде всего, они должны помнить, что **не только недоедание, но и избыточное или однообразное питание вредны для организма.** При недостаточной калорийности пищи уменьшается вес тела, ухудшается самочувствие, падает работоспособность, снижаются защитные силы организма, при избыточном питании значительно увеличивается вес. Это может повлечь за собой различные нарушения, в первую очередь, в жировом и холестериновом обмене.



«Если бы люди ели только тогда, когда они очень голодны, и если бы питались простой, чистой и здоровой пищей, то они не знали бы болезней, и им легче бы было управлять своей душой и телом».

Л.Н. ТОЛСТОЙ



Пища ребёнка должна быть смешанной, включающей продукты мясные, молочные, растительные, с достаточным количеством витаминов и минеральных веществ. Само собой разумеется, что все пищевые продукты, как растительного, так и животного происхождения, должны быть доброкачественными. Испорченные продукты содержат вещества, образующиеся в процессе порчи продуктов за счёт жизнедеятельности различных микроорганизмов, в том числе болезнетворных, и способны вызвать тяжёлые заболевания. Все продукты питания должны быть свежими, так как при длительном хранении изменяются их вкусовые качества и химический состав.

Калорийную (энергетическую) ценность и состав пищевых продуктов можно узнать, посмотрев в специальные таблицы (она же указывается и на этикетках продуктов питания). **Физиологическая потребность детей в возрасте 3—6 лет в энергии — 2.000—2.250 ккал.** Необходимо помнить, что от того, как будет питаться ребёнок, зависит его здоровье, ведь правильное питание обеспечивает его гармоничное развитие, высокий жизненный тонус, хорошую сопротивляемость болезням.

О РАЦИОНАЛЬНОМ ПИТАНИИ ДЕТЕЙ

ПОЛНОЦЕННОЕ, сбалансированное питание, соответствующее возрастным физиологическим потребностям, является одним из важнейших факторов формирования здоровья детей. Пища, которую они получают, должна покрывать не только энергетические затраты организма в процессе жизни, но и обеспечивать его рост и развитие. Правильно организованное питание оказывает существенное влияние на устойчивость организма ребёнка к различным заболеваниям, повышает его работоспособность и выносливость, способствует оптимальному нервно-психическому развитию.

Особую значимость этот фактор приобретает для районов с радионуклидным загрязнением, в которых целевая направленность питания должна охватывать наряду с традиционными элементами качественной и количественной полноценности рационов питания и задачи алиментарной профилактики неспецифических заболеваний, укрепления иммунитета и выведения радионуклидов из организма. Следствием неполноценного и несбалансированного питания является рост аллергических, сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний, снижение естественного иммунитета.

Длительное отклонение питания от рекомендуемых оптимальных норм, даже не приводящее к развитию глубоких нарушений, наносит ущерб здоровью человека, ухудшает показатели физического развития, снижает работоспособность, иммунореактивность. Отставание в весе, росте, в физическом и психическом развитии, вызванное нерациональным питанием, не может быть исправлено коррекцией химического состава пищи и увеличением её количества после достижения возраста 13 лет. Эти изменения оказываются необратимыми.

Недостаточное потребление питательных веществ в детском и юношеском возрасте приводит к задержке физического развития, способствует появлению обменных нарушений, снижению иммунного и антиоксидантного статуса организма, отрицательно сказывается на здоровье подрастающего поколения. К таким пищевым веществам относятся белки, аминокислоты, особенно серосодержащие, сложные некрахмалсодержащие углеводы, фосфолипиды, жирные кислоты,

витамины, минеральные вещества: калий, кальций, магний, фосфор, йод, железо, селен и др.

✓ **Белки** относятся к незаменимым веществам, без которых невозможны рост и развитие организма. Они обеспечивают развитие и регенерацию его клеток и тканей, участвуют в кроветворении, в создании естественного иммунитета, способствуют усвоению витаминов и других пищевых веществ.

Кроме того, без участия основных составных частей белков — аминокислот, особенно незаменимых — невозможны процессы остеогенеза и роста костной ткани. Недостаточное поступление белков приводит к многообразным изменениям в организме, которые охватывают все его системы. Одним из наиболее ранних проявлений белковой недостаточности является снижение защитных свойств организма.

Биологическая ценность белков определяется сбалансированностью их аминокислот, особенно незаменимых. Источником полноценного белка являются продукты животного происхождения: говядина, свинина, птица, мясо кролика, яйца, рыба, продукты моря, творог, сыр твёрдый.

Большое значение имеют и растительные белки, которые содержатся в таких продуктах, как фасоль, горох, зелёный горошек, чечевица, крупы гречневая и овсяная, хлебобулочные изделия из муки второго сорта, капуста, картофель и др.

✓ **Фосфолипиды и жирные кислоты**, которые входят в состав клеточных мембран, повышают стойкость организма к радиационному воздействию, инфекционным болезням, канцерогенным факторам. Эти вещества оказывают влияние на проницаемость клеточных мембран, участвуют в построении и росте клеток, поэтому их недостаток приводит к нарушению нормальному развитию растущего организма.

Достаточное количество фосфолипидов и жирных кислот содержится в растительных маслах (подсолнечное, кукурузное, оливковое и др.) и животных жирах.

Такие углеводы, как пектин, клетчатка, снижают токсичное воздействие тяжёлых металлов и радионуклидов путём их связывания

и выведения из организма. Кроме того, эти углеводы улучшают перистальтику кишечника, тем самым ускоряют механическое выведение из организма радионуклидов и токсичных продуктов, играют важную роль в нормализации микрофлоры кишечника. В больших количествах их содержат все зерновые культуры, овощи, фрукты, ягоды.

✓ **Альгинаты и каррагенаны** оказывают аналогичное действие. Они содержатся в больших количествах в морских водорослях ламинарии (морская капуста) и др.

✓ **Витамины** незаменимы в питании детей. Они регулируют обмен веществ, повышают устойчивость организма к воздействию неблагоприятных факторов внешней среды. Без витаминов полностью не усваивается пища, печень не может выполнять свою защитную функцию, нарушаются процессы кроветворения.

Отставание в весе, росте, в физическом и психическом развитии, вызванное нерациональным питанием, не может быть исправлено коррекцией химического состава пищи и увеличением её количества после достижения возраста 13 лет. Эти изменения оказываются необратимыми.

Витамины имеют высокую биологическую активность и поэтому необходимы организму в небольших количествах — от микрограммов до нескольких миллиграммов в день. Витамины не образуются в организме человека, лишь отдельные из них могут синтезироваться, но в недостаточном количестве. Поэтому они должны поступать в основном с пищей или в виде поливитаминных препаратов в тех случаях, когда питание включает недостаточное их количество.

● **Аскорбиновая кислота** (витамин С) поступает в организм человека в основном с продуктами растительного происхождения — шиповник, чёрная смородина, фрукты, овощи, зелень. Принимает участие в окислительно-восстановительных реакциях организма, его активность тесно связана с обменом белков.

● **Тиамин** (витамин В₁) поступает в организм с бобовыми, крупами, хлебом, особенно ржаным, творогом, яйцами, печенью, мясом,

богаты им и пекарские дрожжи. Он участвует в углеводном, белковом, азотистом и жировом обмене. Недостаток этого витамина вызывает нарушения функций ряда систем — прежде всего, нервной, сердечно-сосудистой и пищеварительной.

● **Рибофлавин** (витамин В₂) широко распространён в природе и поступает в организм с крупами, творогом, сметаной, молоком, печенью. Он участвует в обмене белков, углеводов и жиров, в связи с чем при преимущественно углеводистом или обильном жировом питании необходимость в нём повышается в несколько раз. Недостаток рибофлавина сказывается на функции органов пищеварения, особенно печени и желудочной секреции, приводит к нарушению процессов гемопоэза, роста, ухудшению функции органа зрения.

● **Ниацин** (витамин РР) и **пиридоксин** (витамин В₆) содержатся в крупах, хлебе, бобовых, мясе, печени. Недостаточное их поступление вызывает нарушения деятельности нервной системы, кроветворения, снижает устойчивость организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды.

● Большую роль играют **биофлавоноиды** (полифенолы) (витамин Р), **флавононы**, **флавонолы**, **антоцианы**, **лейкоантоцианы**, **катехины**, которые образуют комплексы с радионуклидами и выводят их из организма. Кроме того, эти вещества укрепляют стенки сосудов, обладают противовоспалительным, гиполипидемическим и гипотензивным действием. Этими веществами богаты ягоды и плоды черноплодной рябины, чёрной смородины, черники, облепихи, вишни, боярышника, сливы, клюквы, винограда, яблок, брусники, а также чайный лист, мята, крапива.

● **Ретинол** (витамин А) содержится в печени животных и рыб, в сливочном масле, желтках яиц, сливках. Бета-каротин (провитамин А) присутствует в растительных продуктах, которые имеют красную, оранжевую, жёлтую и зелёную окраску (морковь, томаты, красный перец, шпинат, зелёный лук и др.). В присутствии жиров в организме человека из каротина синтезируется витамин А. Кроме участия в процессах роста и обновления всех тканей организма бета-каротин обладает радиозащитным и противоопухолевым действием.

● **Токоферол** (витамин Е) тесно

связан с состоянием и функцией биологических мембран. Он относится к внутриклеточным антиоксидантам. Витамин Е участвует в обмене белков, нормализует мышечную деятельность, состояние эндокринных систем (половых желёз, гипофиза, надпочечников, щитовидной железы). Богаты витамином Е растительные масла, зародыши злаков, зелёные овощи, яйца, печень.

● **Кальциферол** (витамин D) оказывает регулирующее действие на обмен фосфора и кальция в организме, способствуя превращению органического фосфора тканей в неорганический; улучшает образование костной ткани, стимулирует рост. Богаты витамином D жирные сорта морских рыб, печень трески, печёночный рыбий жир. Его провитамины — стерины — содержатся в растительных продуктах и могут в организме человека переходить в витамин D под воздействием ультрафиолетовых лучей.

✓ **Минеральные элементы** являются обязательной составной частью питания детей, необходимой для правильного роста и развития костной, мышечной, кроветворной и нервной ткани. Наиболее важны для организма ребёнка кальций, фосфор, магний, железо, натрий и калий.

В условиях загрязнения внешней среды стронцием *кальций* препятствует его накоплению в организме, поскольку вступает с ним в химическую конкуренцию за свободные фосфорные группы в костной ткани. Доказано, что замещение стронция-90 кальцием в костной ткани происходит пропорционально содержанию кальция в рационе питания. Им богаты яйца, сыры, молоко и кисломолочные продукты, продукты моря, бобовые, хлеб, крупы.

Из минеральных элементов в сложившейся радиоэкологической обстановке важную роль играет *калий*, являющийся антагонистом цезия-137. Богаты калием все фрукты, ягоды, овощи, бобовые, картофель.

✓ **Фосфор** в больших количествах содержится в яичном желтке, сыре, мясе, овсяной крупе, овощах и фруктах (морковь, свёкла, цветная капуста, абрикосы, чернослив и др.).

✓ **Магний** богаты различные крупы (овсяная, пшённая), мясо, рыба, некоторые овощи и фрукты (цветная капуста, петрушка, курага и др.).

✓ **Железо** является составной частью гемоглобина. Железом богаты

мясо, печень, рыба, икра, овсяная крупа, яичный желток, некоторые фрукты и овощи (цветная капуста, свёкла, яблоки).

✓ **Селен** входит в состав одного из основных ферментов антиоксидантной системы организма, обладает антиканцерогенным и антимутагенным действием. Недостаток селена в пище ведёт к снижению неспецифической резистентности организма. В продуктах питания, производимых в Беларуси, его содержание очень низкое.

ВАЖНОЕ значение в питании детей, которые проживают на территориях радиационного загрязнения, имеет наличие в рационах питания продуктов, которые содержат биомикроэлементы — *йод, медь, кобальт* и др. Поэтому необходимо широко вводить в питание яйца, рыбу, нерыбные продукты моря (кальмары, креветки, морская капуста и др.), печень, бобовые.

В условиях неблагоприятной экологической обстановки, вызванной аварией на Чернобыльской АЭС, рацион питания детей должен не только удовлетворять физиологическую потребность в пищевых веществах и энергии, но и иметь профилактическую направленность, способствуя повышению резистентности организма и сохранению здоровья.

Рационально построенное питание с учётом защитных свойств отдельных пищевых веществ и продуктов является одним из важных факторов, способствующих выведению и ограничению накопления радиоактивных веществ в организме человека.

При организации питания детей, проживающих на загрязнённых радионуклидами территориях, важно обеспечить их питание необходимым количеством основных пищевых веществ, в том числе повышенной биологической активности, способствующих стимуляции кроветворения, повышению неспецифической резистентности организма, улучшающих функционирование антиоксидантной и иммунной систем, желудочно-кишечного тракта и микрофлоры кишечника.

Для удовлетворения необходимого поступления питательных веществ в организм ребёнка и обеспечения биологической пищевой ценности питания нужно использовать разнообразные продукты, которые дополняли бы рацион и способствовали сохранению здо-

ВИДЫ КУЛИНАРНОЙ ОБРАБОТКИ, ЗАПРЕЩЁННЫЕ ПРОДУКТЫ И БЛЮДА ДЛЯ ОТДЕЛЬНЫХ ДИЕТ

Номер диеты	Виды кулинарной обработки	Запрещённые продукты, блюда
Диета № 1	Пищу готовят преимущественно протёртую, сваренную в воде, на пару или в запечённом виде	Мясные, рыбные, крепкие овощные и грибные отвары, говядина выше средней упитанности, гусь, утка, колбасы, осетрина, севрюга, белуга, лососина, сёмга, килька, шпроты, икра кетовая, щавель, шпинат, капуста белокочанная, репа, брюква, овощи сырые, пшено, изделия из сдобного теста, пироги, чёрный хлеб, мороженое, очень холодные напитки, жареные мясо, рыба, острые закуски, кислые фрукты и ягоды
Диета № 2	Пищу готовят преимущественно в измельчённом или протёртом виде. Обжаривать следует без панировки, чтобы не допустить образования грубой корочки	Очень горячие и очень холодные блюда и напитки, соленья, копчения, маринады, острые соусы и приправы, сало, жирные мясо и рыба, закусочные консервы, цельное молоко, сливки, животные и кулинарные жиры, пшено, бобовые, чёрный хлеб, изделия из сдобного и слоёного теста, сырые овощи и фрукты, газированные напитки
Диета № 5	Пищу готовят в варённом или запечённом виде	Субпродукты, жареные блюда, бульоны из мяса, рыбы, грибов, горох, чечевица, щавель, репа, брюква, редис, редька, чеснок, лук репчатый, маринованные овощи, консервы, бобовые, животные и кулинарные жиры, изделия из слоёного и сдобного теста, шоколад, кремовые изделия, мороженое, крем
Диета № 7	Пищу готовят без соли, мясо и рыбу готовят в варённом виде или с последующим обжариванием	Острые блюда, мясные, рыбные бульоны, соусы, жирные и солёные блюда, мясные и рыбные консервы, сыры, животные и кулинарные жиры, бобовые, шоколад, крепкий кофе, какао, минеральные воды, богатые натрием, хлеб обычной выпечки, щавель, шпинат
Диета № 8	Блюда готовят варённые, тушённые, запечённые; для сладких блюд и напитков используются заменители сахара (сорбит, ксилит)	Жирные сорта мяса, гусь, утка, ветчина, сосиски, варёные и копчёные колбасы, консервы, жирные сорта рыбы, солёная и копчёная рыба, рыбные консервы в масле, жирные кисломолочные продукты, животные и кулинарные жиры, рис, манная и овсяная крупы, мучные и макаронные изделия, солёные и маринованные овощи, сладкие сорта плодов и фруктов, сахар, конфеты, шоколад, сладкие фруктовые соки, какао, икра
Диета № 9	Блюда готовят преимущественно в варённом или запечённом виде, исключают жареные блюда	Жирные сорта мяса, рыбы, субпродукты, консервы, солёные сыры, сладкие творожные сырки, сливки, сало свиное и жиры, макаронные изделия, изделия из сдобного и слоёного теста, мясные, грибные и рыбные отвары, продукты, содержащие сахар, виноградный и другие сладкие соки, солёные и маринованные овощи
Диета № 10	Все блюда готовят без соли. Блюда из мяса запекают или обжаривают после отваривания, в варённом виде или с последующим обжариванием	Жирные сорта мяса и рыбы, субпродукты, консервы, колбасные изделия, икра рыбья, солёные сыры, животные и кулинарные жиры, бобовые, свежий хлеб, изделия из сдобного и слоёного теста, блины, маринованные, солёные, квашенные овощи, щавель, редька, редис, грибы, мясные, рыбные, грибные бульоны. Плоды с грубой клетчаткой, шоколад, пирожные, крепкий чай, кофе натуральный, какао, газированные напитки

ВИТАМИНЫ В ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД

В ЗИМНЕ-весенний период сокращается ассортимент овощей и фруктов, свежей зелени и ягод, а сохранившиеся овощи и плоды значительно обедняются витаминами в процессе хранения. Например, такой повседневный продукт питания, как картофель, содержит очень мало *витамина С*. Уже к декабрю содержание его снижается наполовину и составляет не более 10 мг в 100 г. Кроме того, витамин С теряется в процессе варки.

Важным источником витамина С в зимнее время является капуста. Свежая белокочанная капуста хорошего качества содержит столько же витаминов, сколько апельсины и лимоны. В отличие от картофеля она сохраняет

почти все витамины в течение 7—8 месяцев. В зимне-весенний период детям дают салат из свежей или квашеной капусты. Правильно заквашенная капуста с рассолом сохраняет 70—80% исходного количества витамина С.

С самой ранней весны, как только появится зелёный лук, его постоянно дают детям в любой приём пищи. Зимой его можно выращивать дома на подоконниках. Зелёный лук содержит 30—40 мг витамина С, 2 мг каротина, 0,1 мг витамина В, 15 мг фолиевой кислоты. Лук — важный компонент многих салатов.

Богаты витамином С шиповник и чёрная смородина, их необходимо заготавливать на зиму. Чёрная сморо-

дина, протёртая с сахаром, содержит примерно 80—100 мг этого витамина. Две чайные ложки обеспечат 80% дневной потребности в витамине С ребёнка 3—6 лет. Этого количества смородины достаточно для приготовления стакана вкусного напитка, который лучше дать в два приёма к основному питанию, как бы провитаминизировать весь приём пищи.

Отвары из шиповника в зимне-весенний период должны обязательно включаться в рацион детского питания. Шиповник содержит много биофлавоноидов (*витамины Р*), что в сочетании с витамином С представляет активный биологический комплекс.

Ценный источник витамина С — цитрусовые: апельсины, грейпфруты, лимоны и мандарины, витамин С в них, как и в капусте, хорошо сохраняется до весны. Во всех этих продуктах содержится и витамин Р, который повышает усвояемость витамина С.

Соки, безусловно, очень полезны для детей. Они содержат органические кислоты, биологически ценный комплекс сахаров, минеральных солей и микроэлементов, однако не могут быть основным источником витамина С. Несколько больше витамина С в томатном соке, но к весне его содержание также снижается.

Реальным источником каротина зимой является морковь, поэтому в зимнее время она должна быть ежедневным продуктом потребления детей.

Ранней весной много витамина С и каротина наряду с зелёным луком содержит крапива, которую можно использовать для салатов и супов.

Богата *витамином А* печень. Самое высокое содержание его в говяжьей печени. 10—15 г говяжьей печени в день покрывают суточную потребность в этом витамине. Витамин А обладает свойством откладываться в организме «про запас». Поэтому блюдо из 100 г печени даже раз в неделю даёт возможность пополнить его

дефицит, что очень важно для ослабленных и часто болеющих детей.

Кроме витамина А в печени много *витаминов группы В*, железа и других кроветворных микроэлементов, фосфора и высокое содержание полноценных белков. Однако детские учреждения не всегда могут удовлетворить свои заявки на печень, поэтому родителям нужно позаботиться о приготовлении блюд из печени в домашних условиях. Лучше готовить оладьи, они нежнее, мягче, чем печень, приготовленная куском, и дети их едят более охотно. Можно также приготовить паштет, но его необходимо запечь и хранить в холодильнике не более 12 часов.

ДОМАШНИЙ УЖИН

МНОГИЕ родители стремятся дополнить питание детей дома жирной и сладкой пищей: пирожными, сметаной, колбасой, а то и покормить незадолго до сна полным домашним обедом. И то и другое приносит организму ребёнка вред. Во время сна процессы пищеварения и обмена веществ резко замедляются, и обильный ужин на длительное время задерживается в пищеварительном канале. Это способствует избыточному отложению жира в организме, накоплению в нём недоокисленных (промежуточных) веществ, затрудняющих обмен и в итоге — возникновение болезненных состояний.

В детских учреждениях дети получают достаточное количество углеводов и жиров, а белков, особенно животного происхождения, часто не хватает. Поэтому родителям необходимо каждый день просматривать меню и соответственно ему дополнять ужин детей продуктами, богатыми белками животного происхождения, — молоком, творогом, рыбой, яйцами, сыром, если их не было в меню.

Самым дешёвым и ценным источником белка в детском питании является творог. Родителям надо позаботиться о том, чтобы творог и блюда из него подавались ребёнку на ужин чаще. Если за ужином ребёнок получает детский сырок, который содержит меньше белка,

к нему добавляют стакан кефира, ацидофильного молока или ряженки. Творог можно дать в натуральном виде (если он пастеризован) или сделать из него сырники, ленивые вареники, налистники. К творогу или творожному изделию дают кисель фруктовый, компот, стакан молока или сливки (особенно ослабленным детям). Полезен также мёд. Его намазывают на булочку. Мёд с молоком или кисломолочными продуктами способствует повышению гемоглобина. Детям с избыточным весом рекомендуют нежирный кефир. Он содержит мало жира (всего 1%), но больше белка — 4,3% (в обычном кефире — 2,8% белка).

Следует приучить детей пить кефир и молоко с хлебом. Так обогащается аминокислотный состав пищи.

Если в этот день в детском учреждении не было блюда из яиц, его можно дать на ужин со стаканом кисломолочного продукта. Яйцо также хорошо сочетается с картофелем, зелёным горошком, винегретом. Можно также сделать омлет с картофельным пюре и салатом из капусты, огурца, зелёного лука.

В отдельные дни детям дают рыбное блюдо, особенно из рыбной рубки, т.к. белки рыбы легче и быстрее перевариваются по сравнению с мясом (1,5—2 часа). В домашний

ужин обязательно включают фрукты, овощи и соки, чтобы дополнить дневное питание в детском учреждении витаминами, минеральными солями и микроэлементами, в том числе кроветворными: железом, медью, кобальтом, марганцем и др. Морковный и томатный соки дают

Самым дешёвым и ценным источником белка в детском питании является творог.

перед ужином, сладкие соки — виноградный, сливовый, нектар, яблочный — после ужина.

Морковь — богатый источник каротина (в 100 г содержится 9 мг), который в организме превращается в витамин А. Пополнять его дефицит в рационе особенно важно детям, подверженным заболеваниям верхних дыхательных путей. 50—100 г красной моркови достаточно ребёнку для восполнения суточной потребности в каротине. Морковь должна быть ежедневным продуктом в питании ребёнка, в особенности в зимне-весенний период. В детском учреждении приготовить сок на большое количество детей трудно, а дома это вполне возможно. Морковь дают не только в виде сока, но и в виде салата с яблоком, натёртым на крупной тёрке с добавлением растительного масла или сметаны с сахаром. Можно приготовить морковные котлеты или пудинг.

ПИТАНИЕ В ВЫХОДНЫЕ ДНИ

ЧТОБЫ питание детей в выходные дни отвечало физиологическим нормам, родители должны знать, сколько и каких продуктов ребёнку необходимо получать в течение дня в зависимости от его возраста, уметь правильно распределять их

по приёмам пищи, сочетать блюда, выдерживать режим, принятый в дошкольном учреждении.

В питании детей используются различные сорта мяса: говядина, птица (кроме уток и гусей), кролики, молодая баранина, для стар-

ших детей — нежирная свинина в рубленном виде. В отдельные дни включают сосиски, однако важно помнить, что физиологическая ценность их ниже, чем натурального мяса. Можно рекомендовать новые виды колбасных изделий: сосиски детские, диетические, школьные. Следует использовать

и такие ценные растительные белковые продукты, как горох, фасоль, соя. В них много витаминов групп В, витамина Е, много калия и других минеральных

В выходные дни детям можно дать выпечку, сладкие фруктовые напитки, желе, мороженое. Они более полезны, чем пирожные.

веществ. В те дни, когда нет достаточного количества мяса или рыбы, включают блюда из бобовых: гороховый суп-пюре, гарнир из зелёного горошка и т.д. Повысить содержание животного белка можно также за счёт неострых сортов сыра и плавящихся сырков.

Не рекомендуется давать детям более одного яйца в день. Избыток

белков может вызвать аллергические реакции, а высокое содержание лецитина действует возбуждающе на нервную систему. Рыбу дают чаще, в том числе морскую.

Чтобы разнообразить питание детей в выходные дни, нужно следить за меню детского сада на протяжении недели и дома готовить другие блюда. Принимая во внимание, что в выходные дни дети старше трёх лет больше бывают на воздухе, в меню для них больше включается мяса, рыбы, масла сливочного, сыра и других продуктов.

В выходные дни особое внимание обращают на вторые блюда, которые не всегда могут быть приготовлены в детском учреждении: кабачки, голубцы, котлеты из рыбы, блюда из печени и т.д. Из овощных блюд выбирают блюда, которых не было в меню дошкольного учреждения.

Для выполнения нормы белка дают творожное блюдо. Творог лучше давать в натуральном виде с фруктовой подливой, со сливками или сметаной, молоком, мёдом. Хлеб нужно давать пшеничный и ржаной.

На завтрак детям дают винегрет с яйцом, мясом или сельдью. Можно приготовить омлет с тушеным шпинатом. Дополняют завтрак молоком или кисломолочными продуктами. Очень ценны натуральные витаминные напитки: дрожжевой, морковно-молочный, из шиповника, морс из чёрной смородины.

В выходные дни детям можно дать выпечку, сладкие фруктовые напитки, желе, мороженое. Они более полезны, чем пирожные.

В детском питании необходимо систематически использовать разнообразные сезонные овощи и фрукты.

О ПОЛЬЗЕ СОКА

✓ **Апельсиновый.** Убивает бактерии, повышает иммунитет, помогает снизить вес, способствует выделению из организма холестерина, нормализует работу кишечника, снижает риск врождённых дефектов у плода, защищает от некоторых форм рака.

✓ **Томатный.** Источник молодости, незаменим при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

✓ **Ананасовый.** Полезен при ознобах и стрессах, способствует похудению.

✓ **Виноградный.** Нормализует обмен веществ, эффективен при гастритах и повышенном давлении, помогает сохранить здоровый цвет лица, справиться с неврозами.

✓ **Абрикосовый.** Укрепляет сердечную мышцу и способствует выведению лишней жидкости.

✓ **Яблочный.** Полезен при нарушениях работы кишечника, заболеваниях печени и почек, нехватке железа.

✓ **Грушевый.** Обладает бактерицидным и мочегонным действиями. Рекомендуется тем, кто страдает заболеваниями системы кровообращения и испытывает проблемы с почками.

✓ **Сливовый.** Регулирует деятельность желудочно-кишечного тракта, полезен при гастрите.

✓ **Грейпфрутовый.** Нормализует сон, помогает при мочекаменной болезни, повышенной утомляемости.

✓ **Вишнёвый.** Полезен при малокровии, укрепляет стенки кровеносных сосудов, обладает противовоспалительным действием (но при язве желудка и повышенной кислотности им лучше не увлекаться).

✓ **Морковный.** Улучшает аппетит и пищеварение, применяется при лечении язвы желудка и двенадцатиперстной кишки, повышает сопротивляемость организма к инфекционным заболеваниям, укрепляет нервную систему, полезен для глаз.

ПРОФИЛАКТИКА ОСТРЫХ КИШЕЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ

Острые кишечные инфекции (ОКИ) — это многочисленная группа заболеваний, вызываемых различными микроорганизмами с преимущественным поражением желудочно-кишечного тракта.

Как происходит заражение? Все кишечные заболевания имеют фекально-оральный механизм передачи, т.е. заразиться можно через пищу, воду, контактно-бытовым путём.

Источником ОКИ, как правило, являются больные или бактерионосители, у которых отсутствуют клинические симптомы заболевания, но они выделяют возбудителей в окружающую среду. Симптомы заболевания: боль в области живота, тошнота, рвота, озноб, повышение температуры, диарея, а в тяжёлых случаях — выраженная интоксикация и обезвоживание.

При первых признаках заболевания немедленно обратитесь за медицинской помощью, не занимайтесь самолечением!

Когда мы употребляем продукты, не задумываясь о том, насколько они свежие, где они хранились, едим немытыми руками, мы подвергаем себя серьёзной опасности!

Чтобы уберечься от заражения, необходимо:

● Строго соблюдать правила личной гигиены, тщательно мыть руки с мылом перед приготовлением пищи, перед едой, после посещения туалета, после прихода с улицы.

Тщательно мыть фрукты, овощи, ягоды перед употреблением. Приготовленную пищу оставлять при комнатной температуре не более двух часов.

● Соблюдать температурный режим и сроки хранения продуктов в холодильнике.

● Отказаться от приобретения продуктов у случайных лиц или в местах несанкционированной торговли.

● Не допускать соприкосновения сырых продуктов (мясо, овощи, фрукты, яйца, морепродукты) и тех, которые не будут подвергаться термической обработке (колбаса, масло, сыр, творог, хлеб). Переносить и держать их в разных упаковках. Использовать отдельные кухонные принадлежности (ножи, доски, посуду).

● Обращать внимание на сроки годности продуктов, особенно скоропортящихся — варёная колбаса, салат, творог, молоко, пирожные и т.д.

● Защищать пищу от насекомых, грызунов, вести борьбу с мухами и тараканами.

● Не купаться в водоёмах, где купание не рекомендуется или запрещено.

Помните: соблюдение этих простых правил поможет вам предохранить себя от заболевания острыми кишечными инфекциями!

Санитарно-эпидемиологическая служба Министерства здравоохранения Республики Беларусь

ПРАВИЛА ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ ПОВАРА

1. СОДЕРЖАНИЕ В ЧИСТОТЕ КОЖИ ТЕЛА

Перед работой мыть руки с мылом.

Еженедельно посещать баню, принимать ванну, 1—2 раза в неделю мыть голову.

Регулярно менять нательное бельё.

2. СОДЕРЖАНИЕ РУК

Коротко стричь ногти, содержать в чистоте подногтевое пространство. Запрещается покрывать ногти лаком, носить часы и украшения (кольца). Рекомендуется проводить полную обработку ногтей, мыть руки с мылом и обрабатывать 0,2%-ным раствором хлорной извести:

- приступая к работе;
- после туалета;
- при переходе с одного технологического процесса на другой (с сырья на готовую продукцию).

В остальных случаях мыть руки с мылом.

3. СПЕЦОДЕЖДА

Спецодежда предназначена для предохранения пищи от загрязнения микроорганизмами с личной одежды или с тела работника пищеблока.

Состав спецодежды: колпак (косынка), халат, фартук, белые носки, обувь.

Правила ношения спецодежды:

Чистота и опрятность в течение работы.

Не пользоваться иголками и булавками.

Не входить в туалет в спецодежде.

При выходе из производственных помещений снять спецодежду, а по возвращению одеть, предварительно вымыв руки.

Менять спецодежду по мере загрязнения, но не реже трёх раз в неделю, и перед раздачей.

Не класть в карманы посторонние предметы.

Спецодежду хранить отдельно от личной одежды (отдельные шкафы).

Для предупреждения травм опасных ситуаций запрещается носить нейлоновые халаты, капроновые колготки, шлёпанцы.

Требования к спецодежде

Белая, из хлопчатобумажной ткани, легко стирающаяся, по размеру работника. Обувь удобная, без каблучков, не скользящая по полу, легко обрабатываемая.

4. САНИТАРНЫЙ РЕЖИМ ПРОИЗВОДСТВА

Каждый работник обязан следить за чистотой рабочего места, посуды, оборудования, инвентаря.

5. МЕДИЦИНСКИЕ ОСМОТРЫ

Каждый работник регулярно и своевременно обязан проходить медосмотр, цель которого не допустить к работе больных и бактерионосителей.

Материалы с Республиканского семинара по совершенствованию организации питания детей в дошкольных учреждениях подготовили: Алесь САЧЕНКО, Светлана ШТАБИНСКАЯ, Наталья ПАШКОВЕЦ, Елена МАЛИНОВСКАЯ, Николай БУДЧАНИН (фото).

Уважаемые коллеги! В следующем номере журнала (июнь) мы предложим вам перспективное меню для дошкольных учреждений на летний оздоровительный период.

УГОЛОК ПОВАРА

СОДЕРЖАНИЕ:

1. Функциональные обязанности.
2. Условия и сроки хранения и реализации готовых блюд. Температура подачи.
3. Правила подачи готовых блюд.
4. Рекомендуемые объёмы блюд для детей раннего и дошкольного возраста.
5. Запрещённые блюда в детском питании.
6. Технологические карты.
7. Нормы питания детей в ДУ.
8. График раздачи пищи по группам.
9. Условия и сроки хранения и реализации продуктов питания.
10. Таблицы сборника рецептов блюд:
 - нормы взаимозаменяемости продуктов питания;
 - нормы отходов и потерь говядины, свинины, птицы;
 - расчёт расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых блюд из рыбы;
 - расчёт расхода овощей при холодной и тепловой обработке;
 - расчёт расхода сырья и выхода гастрономических изделий;
 - нормы жидкости для первых блюд;
 - количество крупы, жидкости, соли, расходуемое на приготовление каши;
 - размеры потерь при тепловой обработке. Продолжительность тепловой обработки при приготовлении блюд.
11. Документация по питанию (журнал «Здоровье», бракеражный журнал, накопительная ведомость, журнал по контролю за доброкачественностью скоропортящихся продуктов, поступающих на пищеблок, технологические карты).

ФОРМА НАРЕЗКИ ОВОЩЕЙ

Форма	Размеры	Кулинарное назначение
Брусочки	Толщина 0,7—1 см, длина 3—5 см	Картофель для жарки и приготовления супов с макаронными изделиями, борща украинского
Кубики	Размер ребра 1,5—2 или 0,5—0,6 см	Картофель для супов, борщей, рассольников, на гарнир, морковь для рагу
Дольки	По размеру средних клубней, длина — 3 см	Картофель для супов, борщей, рассольников, на гарнир, морковь для рагу
Соломка	Толщина 0,2—0,3 см, длина 45 см	Картофель для жарки, корнеплоды и лук для заправки супов, свёкла для борщей, капуста для щей, лук в супы и маринады
Кружочки	Толщина 0,2—0,3 см, длина — 2—3 см	Картофель для жарки, помидоры, огурцы и редис для салатов
Ломтики	Толщина 0,2—0,3 см, длина 1—1,5 см или 2—3 см	Картофель для жарки; картофель, свёкла, морковь — в варёном виде для холодных блюд и закусок
Кольца и полукольца	Толщина 0,2 см, длина — 2—3 см	Лук для заправки супов, в салаты, закуски
Шашки	2х2	Капуста для щей, борща флотского, припускания, рагу

Ольга САРНАВСКАЯ,
воспитатель первой категории
яслей-сада № 5 г.Наровля

Дети очень любят экспериментировать с водой, снегом, песком и другими материалами. Познавательно-практическая деятельность помогает им углубить представления не только о себе, но и об окружающей действительности. Предлагаю коллегам конспект занятия по математике с использованием различных видов деятельности в интересной игровой форме.

Цель: знакомить детей со свойствами воды, с названием дней недели; закреплять знания о числе, о геометрических фигурах, умение строить предметы из геометрических фигур; развивать мелкую моторику руки, речь, умение выполнять движения со словами; воспитывать аккуратность; поддерживать желание играть и заниматься.

Материал: цифры, наглядный материал, тетради, ручки, ножницы, цветная бумага, тесто.

Ход занятия

Ведущий (В.). Ребята, любите ли вы путешествовать? Конечно! Тогда давайте отправимся в путешествие на поезде. Слышите? Но сначала каждому надо получить билет и занять своё место.

Всем детям раздают наборы цифр от 1 до 10.

В. Итак, дети, мы отправляемся в путь. А чтобы в дороге было весело, споём песенку:

Вот поезд наш мчится,
Колёса стучат,
А в поезде нашем
Ребята сидят.

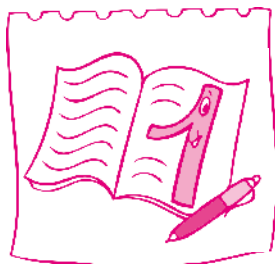
Привет: Чух-чух-чух-чух!
Бежит паровоз!
Далеко-далёко
Ребят он повёз!

Но вот остановка —
Кто хочет играть,
Вставайте, ребята,
Не будем скучать!

Привет.

В. Ребята, наш поезд прибыл на станцию «Весёлая неделя». Нас ждёт много важных дел, а пробудем мы здесь 7 дней! И каждый новый день у нас будут разные задания.

СРЕДИ ДНЕЙ ЛЮБОЙ НЕДЕЛИ
ПЕРВЫМ БУДЕТ ПОНЕДЕЛЬНИК.



ВЕСЁЛАЯ НЕДЕЛЯ

КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ ГРУППЫ «ФАНТАЗЁРЫ»

Дети, какой день по счёту понедельник?

Дети. Первый!

В. А какой цифрой он должен быть обозначен?

Дети. Цифрой 1.

В. Посмотрите, где у нас есть цифра 1? Покажите её!

Дети садятся за столы и показывают.

В. В понедельник мы считаем И задачки все решаем,
И в тетрадях пишем дружно,
Ведь всё это очень нужно.

А теперь посчитаем все вместе от 1 до 10. Молодцы! А обратно? Хорошо! А теперь смотрите и называйте цифры, которые я вам буду показывать.

Дети. 7, 6, 4, 2, 1, 5, 3...

В. Пришло время поиграть в игру «День-ночь». По сигналу «Ночь» вы закрываете глаза и «засыпаете», в это время исчезает одна цифра. А когда звучит сигнал «День» — открываете глаза и отгадываете, какая цифра исчезла (*проводит игру*).

Вот считалочки-загадки,
Отгадайте их, ребятки!

Ёжик по лесу гулял,
ёжик песни напевал:
Вот — грибок-боровичок,
вот — грибок-моховичок,
А вот это — мой дружок,
чёрный маленький сморчок.
Кто, ребятки, сосчитает,
сколько он грибов собрал? (3)

Есть у белки телефон,
целый день трезвонит он.
Днём звонил телёнок,
вечером — слонёнок,
А потом — мартышка,
а за нею — мышка.
Вот так чудо-телефон!
Сколько раз трезвонил он? (4)

В один из воскресных дней
Коза позвала гостей:
Корову, овцу, петуха, гуся, индюка,
А также кошку и мышку.
И стала коза хлопотать:
Тарелки на стол подавать.
Сколько тарелок поставить ей
Для своих весёлых гостей? (7)

Зайчонок, котёнок и львёнок,
Слонёнок, тигрёнок и медвежонок
Пришли как-то раз на весёлый урок.
Лишь только звонки прозвенели,
Зверята за парту сели.
Сколько всего зверят
За партою школьной сидят? (6)

В. Молодцы, ребята!
Открываем мы тетради,

В руки ручки все берём
И писать сейчас начнём!

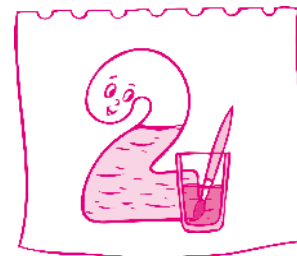
Дети прописывают в тетрадях «грибочки» по инструкции воспитателя.

ГРИБОЧКИ

На горочке, под ёлочкой,
Увидели грибочек.
Шляпка полукруглая,
Ножка, как кружочек.
Рядом, под листочком,
Спрятался другой,
Он такой же крепкий
С ножкою прямой.

Молодцы! Первый день закончился,
начинается второй!

ДЕНЬ ВТОРОЙ СКОРО ПРИДЁТ,
ВТОРНИК В ГОСТИ НАС ЗОВЁТ.



Какой день по счёту вторник?

Дети. Второй!

В. Какой цифрой он должен быть обозначен?

Дети. Цифрой 2.

В. Покажите её.

Дети показывают, подходят к столу, на котором будет проводиться опыт.

В. А во вторник всей гурьбой
Мы познакомились с водой!
Из прозрачной и бесцветной
Сделали её цветной!

Дети, посмотрите внимательно, какого
цвета вода в стакане?

Дети. Прозрачная.

В. А вы знаете, что она может быть
растворителем для других веществ? Например, вода растворяет сахар и соль.
Мы сейчас с вами проведём небольшой
опыт, и вы увидите, как вода будет
растворять краски.

Ты, вода-водица!
Друг ты мой студёный!
Стань, вода-водица,
Не простой, зелёной!

Обмакивают в стакан с водой кисточку с зелёной краской.

Ты, вода-водица!
Светлая, как иней!
Стань, вода-водица,
Не простой, а синей!

Обмакивают в другой стакан с водой кисточку с синей краской.

Ты, вода-водица!
Друг ты мой прекрасный!
Стань, вода-водица,
Не простой, а красный!

Обмакивают в воду кисточку с красной краской.

В. Итак, ребята, в какие цвета окрасилась наша вода?

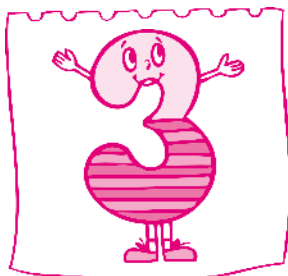
Дети. В зелёный, синий, красный!

В. А почему?

Дети. Потому что краска растворилась в воде и окрасила её.

В. Молодцы, ребята! Пора собираться в следующий день!

НАМ НЕ ДЕТЬСЯ НИКУДА...
ТРЕТИЙ ДЕНЬ ВСЕГДА СРЕДА.



В. А какой день по счёту среда?

Дети. Третий!

В. Какой цифрой он должен быть обозначен?

Дети. Цифрой 3.

В. Покажите цифру три (*дети показывают*).

В среду бегали, скакали,
Свои мышцы развивали!
Собирайтесь-ка, ребятки,
на весёлую зарядку.

1. *Ходьба.*

Раз, два, три, четыре,
Мы шагаем по четыре.
Раз, два, три — дружно в ряд,
Три, четыре — все подряд.

2. *Ходьба на носках.*

Маме надо помогать,
Маме надо отдыхать.
Я на цыпочках хожу,
Я её не разбужу.

3. *Ходьба на пятках.*

Тук-тук-тук-тук!
Моих пяток слышен стук,
Мои пяточки идут,
Меня к мамочке ведут!

4. *Прыжки на двух ногах.*

Скок-поскок, скок-поскок!
Зайка прыгнул на пенёк,
Зайке холодно сидеть,
Нужно лапочки погреть!

5. *Приседания.*

Заводные мы машины,
Наши ножки, как пружины.
Много раз мы приседали
И нисколько не устали.

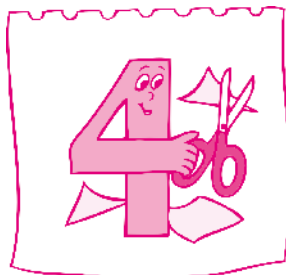
6. *Ходьба «паровозиком».*

Что за шум, что за гам!

Едем тут, едем там.
Очень длинный этот путь,
Скоро сможем отдохнуть.

В. Молодцы, ребята! А сейчас добро пожаловать в четвёртый день!

ОН ЧЕТВЁРТЫЙ ТАМ И ТУТ —
ЧЕТВЕРГОМ ЕГО ЗОВУТ.



Какой день по счёту четверг?

Дети. Четвёртый!

В. Какой цифрой он должен быть обозначен?

Дети. Цифрой 4.

В. Покажите цифру четыре.

Дети показывают и подходят к столу.

В. А в четверг мы вырезаем и картинки украшаем.

Дети вырезают по инструкции воспитателя.

В руки ножницы возьмём
И по линии пройдем,
А теперь смотри, мой друг,
Получился у нас круг.
Круг, как солнце чистое,
Доброе, лучистое.
Любят солнце все вокруг,
Это наш хороший друг.

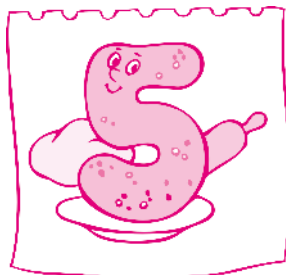
Дети выкладывают на лист бумаги вырезанное солнце.

Берём простой квадрат сначала
И треугольник мастерим —
Теперь работать будем с ним.
Дети вырезают треугольники.

Наши треугольники
В ёлочки сложились.
Лес дремучий вырос —
Мы в нём заблудились.

В. Посмотрите, ребята, какая красивая у нас получилась картина. Какое солнце? (*Круглое, жёлтое.*) Какие ели? (*Зелёные.*) Из каких фигур они состоят? (*Треугольников.*) Молодцы! А сейчас пора нам в пятый день.

В ЧЕРЕДЕ РАБОЧИХ ДНЕЙ
ПЯТЫЙ ПЯТНИЦА ТЕПЕРЬ.



Какой день по счёту пятница?

Дети. Пятый!

В. Какой цифрой он должен быть обозначен?

Дети. Цифрой 5.

В. Покажите цифру 5.

Дети показывают и подходят к столу.

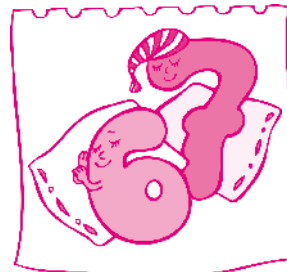
В. В пятницу трудились вместе,
Перепачкались все в тесте!

Дети, на столе у нас лежит тесто. Сейчас мы с вами будем делать цифры, которые вы уже знаете, и те, которые вам нравятся больше всего.

Дети лепят цифры.

В. Назовите цифры, которые вы вылепили. (*Дети называют цифры.*) Молодцы!

ВСЯ ЗАКОНЧЕНА РАБОТА —
ДЕНЬ ШЕСТОЙ У НАС СУББОТА.
ДЕНЬ СЕДЬМОЙ — ЕГО МЫ ЗНАЕМ —
ВОСКРЕСЕНЬЕ — ОТДЫХАЕМ!



Какая по счёту суббота? А воскресенье? Покажите цифры 6 и 7.

Дети называют и показывают цифры.

В. За неделю так устали,
Что пора бы отдохнуть
И расслабиться чуть-чуть.

Релаксация.

Дети выполняют движения по ходу стихотворения.

Реснички опускаются —
Глазки закрываются.
Мы спокойно отдыхаем,
Сном волшебным засыпаем.
Дышится легко, ровно, глубоко.
Наши ноги отдыхают,
Руки тоже отдыхают,
Отдыхают — засыпают.
Всё чудесно расслабляется,
Дышится легко, ровно, глубоко.
Мы спокойно отдыхаем —
Сном волшебным засыпаем.
Хорошо нам отдыхать,
Но пора уже вставать.
Крепче кулачки сжимаем,
Их повыше поднимаем.
Подтянуться, улыбнуться,
Всем открыть глаза и встать!

В. Молодцы, ребята! Понравилось ли вам наше путешествие? Расскажите, что вам больше всего запомнилось? Назовите, пожалуйста, все дни недели, о которых вы узнали на станции «Весёлая неделя»? (*Ответы детей.*) А теперь пора домой, занимайте места в поезде, поедem с песней и хорошим настроением!

«Што ў маленстве выхаваеш, на тое ў старасці абанрэшыся».

З народнага



СЯМЕЙНЫ КЛУБ «ПРАЛЕСКІ»

У ВЫПУСКУ
«БУСЛЯНКІ»:

- Міжнароднаму дню абароны дзяцей прысвячаецца. (Стар. 59)
- Птушкі Беларусі. (Стар. 60–63)
- Малоем цуда-птушкі. (Стар. 63)

• ТОЛЬКІ ФАКТЫ

ЖАНЧЫН БОЛЕЙ

У Беларусі на 1 студзеня 2009 года жанчын налічвалася звыш 5 млн 160 тысяч (53,4% насельніцтва). Такім чынам, на 1.000 мужчын прыпадае ў сярэднім 1.144 жанчын (у горадзе — 1.150, на сяле — 1.126). Найбольшая дыспрапорцыя па полу назіраецца ў пажылых узростах. Так, ва ўзросце пасля 70 гадоў жанчын амаль у 2,5 раза больш, чым мужчын. У 2007 годзе розніца ў працягласці жыцця склала 12 гадоў — мужчыны жывуць у сярэднім 64,5 года, жанчыны — 76,2 года.

ГЕРОІ СУСТРАКАЮЦЬ ДЗЕНЬ ПЕРАМОГІ

На 1 лютага 2009 года ў краіне пражывае 51,4 тыс. ветэранаў ВОВ. Больш за ўсё ветэранаў у Мінску — амаль 11 тыс., а менш за ўсё ў Гродзенскай вобласці — 4 тысячы чалавек.

ПАПУЛЯРНЫЯ НАСТАССІ ДЫ МІКІТЫ

Сёлета самымі папулярнымі імёнамі, якія беларускія бацькі выбіраюць для сваіх дзяцей пры рэгістрацыі, з'яўляюцца Дар'я, Настасся, Мікіта, Арцём. Да іх можна далучыць яшчэ і Ксенію, Марыю, Максіма, Уладзіслава, Іллію. Як пазнае практыка, «мода» на імёны даволі «хуткая», таму лепш падысці да выбару імя з усёй адказнасцю.

ЗОЛАТА І СРЭБРА

У мінулым годзе ва ўрачыстай абстаноўцы ў ЗАГСх адсвяткавалі сваё «залатое» вяселле 904 пары, «срэбрае» — 713. Гэта на трэць больш, чым у 2007 годзе.

ЖЫВАЯ МОВА

Паводле звестак ЮНЕСКА сёння ў свеце існуе каля 6 тысяч «жывых» моў, але палова з іх знаходзіцца на мяжы знікнення. Толькі 350 моў лічацца сапраўды літаратурнымі пісьмовымі, беларуская — у іх ліку.

ВОЧКІ ТАТАВЫ, ХАРАКТАР МАМІН...

Непаўнаценнае харчаванне маці і працяглы стрэс падчас цяжарнасці прыводзяць да зніжэння разумовага патэнцыялу дзіцяці.

Пачатак сумеснага жыцця маладажонаў псіхолагі па шкале стрэсу прыраўноўваюць да разводу ці страты працы. Першы шлюбны год звязаны са змяненнем многіх звычак і бытавых стэрэатыпаў, а гэта для абодвух — велізарны стрэс. Калі ж прычынай шлюбу стала нечаканая цяжарнасць, то стрэс разам з маці перажывае і дзіця. Для таго, каб яго прыродныя магчымасці праявіліся ў поўнай меры, спачатку стварыце сям'ю, а потым прымайце рашэнне нарадзіць малого.

Некаторыя жанчыны сёння ганарацца тым, што працуюць ледзь не да самых родаў. Але работа ў час цяжарнасці азначае, як правіла, нерэгулярнае харчаванне, магчымы ўдзел у канфліктах, адсутнасць свежага паветра. У выніку кар'ера можа і пайсці ў гору, калі потым не будуць перашкаджаць лісты непрацаздольнасці ў сувязі з частымі хваробамі дзіцяці.

Да таго ж вучоныя мяркуюць, што задаткі інтэлектуальных здольнасцей у асноўным вызначаюцца не бацькоўскімі, а матчынымі генамі. Даказана, што ў спадчыну перадаюцца мучыжныя, мастацкія і любыя творчыя здольнасці, напрыклад, схільнасць да моўнай адоранасці, і нават рысы характару. Ад мам і тат дзіцяці дастаюцца актыўнасць і пасіўнасць, здоль-

насць адаптавацца да новых умоў, рэакцыя на новыя цацкі і незнаёмых людзей, эмацыянальнасць, мяжа адчувальнасці да розных уздзеянняў. Дзеці пераймаюць у бацькоў нават настрой: лёгка, вясёлы або капрызны і нядобрамыслівы.

Нельга трывожнага і замкнутага зрабіць смелым і прадпрымальным, ціхоню немагчыма ператварыць у лідара. Але ў кожным можна выхаваць добрага, адказнага і пастаяннага ў сваіх прыхільнасцях чалавека.

У спадчыну ад іншых пакаленняў можна атрымаць і схільнасць да розных захворванняў, няздольнасць да навучання і іншыя парушэнні паводзінаў. Дэпрэсія, разумовая адсталасць, а таксама хвароба Альцгеймера (зніжэнне інтэлекту) сапраўды часцей за ўсё сустракаюцца сярод сваякоў хворых людзей. Аднак сучасная медыцына ў якасці магчымых прычын псіхічных расстройстваў разглядае тры фактары: спадчынная схільнасць, падзеі-траўмы, працягласць уздзеянне неспрыяльных абставінаў. Эмацыянальна негатыўны стыль адносінаў у сям'і — адсутнасць душэўнай цеплыні, любові і добразычлівасці — правакуе развіццё захворвання, а клопат і ласка зводзяць праявы хваробы да мінімуму і робяць дзіця шчаслівым.

КАЎБАСА + ШАКАЛАД

Каўбасу з шакаладам пачаў выпускаць Кобрынскі мясакамбінат.

На 97% яна складаецца з сыравэнджанай каўбасы са свінны і на 3% — з кавалачкаў (да 4 мм) шакаладу. Яе можна не чысціць, а толькі мыць. Каўбаскі невялікія — ад 8 да 12 см, вагой да 20 г. Вытворцы спадзяюцца, што такая смачная прадукцыя найбольш спадабаецца

дзецям. Для іх жа пачынаецца выраб сасісак, куды ўваходзіць комплекс з 10 найбольш значных вітамінаў.

Пробныя партыі навінак накіраваны ў Кобрын, Брэст, Мінск, іншыя гарады краіны.

Па матэрыялах друку.

ДЕТЯМ ОБ ИХ ПРАВАХ

ПЛАНЫ МЕРОПРИЯТИЙ ПО ПРОВЕДЕНИЮ МЕЖДУНАРОДНОГО ДНЯ ЗАЩИТЫ ДЕТЕЙ

8.00 — 8.20 — общесадовая линейка, посвящённая Международному дню защиты детей.

9.20 — 10.00 — физкультурный досуг с играми-соревнованиями и играми-эстафетами «Расти здоровым, малыш!».

10.10 — 10.40 — конкурс рисунков на асфальте «Мир детства».

10.50 — 11.30 — посадка цветов детьми совместно с родителями «Дети — цветы жизни».

16.20 — 16.50 — выставка книг «Дружат люди всей планеты», а также выставка нормативных документов о правах ребёнка.

16.40 — 17.30 — игры с водой и песком, конкурс на лучшую постройку из песка «Детская мечта».

Тема: «Я И МОЯ СЕМЬЯ»

Группа «Почемучки» (младшие)

Цель: воспитывать уважительное и доброжелательное отношение к членам своей семьи.

**1. Рассматривание альбомов, «ви-
зитных карточек семей» и беседа на
тему: «Кто кому кто?».**

Задачи: поощрять стремление детей к познанию родственных связей, проявлению привязанности, любви и симпатии к родным и близким людям.

**2. Занятие по ознакомлению с
окружающим «Право на заботливое
отношение в семье».**

Задачи: дать детям знание о том, что семья — это сообщество близких людей, которые любят и уважают друг друга; подвести детей к тому, что основной закон существования семьи — это любовь и уважение, забота и терпение, каждый ребёнок имеет право на то, чтобы у него были папа и мама.

**3. Решение проблемных си-
туаций: «Если мама огорчилась?»,
«У бабушки болят ноги».**

Задачи: воспитывать способность соотносить свои интересы и желания с желаниями и интересами других членов семьи; формировать умение жить с людьми и проявлять заботу о них.

**4. Подвижные игры на прогулке:
«Тише! Бабушка уснула!», «Дружная
семейка».**

Задачи: развивать ориентировку в пространстве; удовлетворить двигательную потребность ребёнка; воспитывать уважительное отношение к близким людям.

II половина дня

**5. Чтение сказки «Сестрица Алёнуш-
ка и братец Иванушка» и беседа по
ней.**

Задачи: познакомить детей с новой сказкой и её героями; развивать внимание, мышление, умение слушать рассказ воспитателя; показать, как в непростой ситуации сестра и брат сумели спасти друг друга и как хорошо иметь любящих братьев и сестёр.

**6. Поздравление детей родителями
с праздником Всемирного дня защи-
ты детей, вручение книг и угощение
фруктами.**

Тема: «ВОЛШЕБНЫЕ СЛОВА»

Группа «Почемучки» (старшие)

Цель: развивать элементарные умения общения со взрослыми и сверстниками, желание быть внимательными к интересам других.

1. Утренняя встреча:

- «Добрые слова».
- Приветствие «Ласковые имена».
- Чтение стихотворения В. Кудлачёва «Важные слова».

- Словесная игра «Запомни слова».

Задачи: учить детей заменять слова «дай», «хочу», «не буду», «купи», «отдай» на вежливые; способствовать возникновению и развитию положительного отношения ко взрослым и сверстникам.

2. Беседа «Права ребёнка».

Задачи: формировать представления о правах человека; воспитывать уважение к другим людям; развивать эмоциональную отзывчивость.

**3. Музыкальное занятие «Дети и
солнце» (по выбору музыкального ру-
ководителя).**

**4. Конкурс рисунков на асфальте
«Мир детства».**

Задачи: развивать творческие способности; учить передавать эмоциональное представление в рисунке; закрепить приёмы рисования цветными мелками.

**5. Экскурсия по территории «Мой
любимый детский сад».**

Задачи: показать детям и родителям детский сад, участки, клумбы.

II половина дня

**6. Индивидуальная выставка рисун-
ков каждого ребёнка.**

Задачи: развивать навыки защиты сво-
его «Я» и объективного восприятия «Я»
другого; привлечь внимание родителей к
творческой деятельности детей.

Уважаемые коллеги! Приглаша-
ем вас в Минский район, где уже не
первый год содержательно проходят
мероприятия, посвящённые Между-
народному дню защиты детей. Пред-
лагаем познакомиться с планом этих
мероприятий.

**7. Консультация для родителей «Со-
циальное развитие ребёнка».**

Задачи: создавать благоприятные усло-
вия для социальной адаптации ребёнка;
содействовать накоплению социального
опыта.

Тема: «ПЛАНЕТА ДЕТСТВА»

Группа «Фантазёры»

Цель: обеспечить соблюдение прав
ребёнка, не допускать их ущемления; фор-
мировать в процессе познания диалекти-
ческое мышление.

**1. Беседа «Права человека делают
нас людьми».**

Задачи: познакомить с Декларацией
прав ребёнка; обратить внимание детей
на необходимость дружественных отно-
шений между народами.

**2. Рисование на тему: «Мир во всём
мире».**

Задачи: предложить детям нарисовать
свои ощущения после беседы; закрепить
умения в рисунке передавать сюжет, до-
полнять рисунок, продумывать располо-
жение изображения на листе.

**3. Оформление выставки книг «Дру-
жат люди всей планеты».**

Задачи: предложить детям оформить
выставку книг; объяснить, почему ребёнок
выбрал ту или иную книгу для выставки;
пригласить ребят из младших групп.

**4. Сюжетно-ролевая игра «Экскур-
совод».**

Задачи: закрепить знания детей о
работниках выставок и музеев (экскур-
соводов); предложить детям провести
экскурсию для ребят младших групп;
воспитывать у них чувство такта, ответ-
ственности за выполнение того или иного
поручения, уважительное отношение к
младшим детям.

II половина дня

**6. Спортивное соревнование
«Спорт — это здоровье».**

Задачи: совершенствовать знания
детей о том, что спорт — это здоровье,
а в нашем государстве люди должны
быть здоровыми; формировать поло-
жительное отношение к физкультуре;
воспитывать желание заботиться о сво-
ём здоровье.

**7. Праздничное чаепитие «Планета
детства».**

Задачи: закрепить знания детей о пра-
вах человека; обсудить особо понравив-
шиеся законы.

Совместно с родителями и руководи-
телем физического воспитания заплани-
ровать поход.



ПТУШКІ БЕЛАРУСІ

«ЖАВАРОНАЧКІ, ПРЫЛЯЦЦЕ...»

«ЖАВАРАНАК прылятае на праталіну, шпак — на прагаліну, жораў — з цяплом, ластайка — з лістом», — так сцвярджаецца ў беларускай прыказцы. У ёй дакладна пазначаны найбольш характэрныя прыкметы часу, калі вяртаюцца да нас з выраю птушкі. Па іх паводзінах людзі меркавалі пра адметнасці прыродных з'яў: іх працягласць, інтэнсіўнасць разгортвання, наступствы.

Асноўны занятак беларусаў — земляробства, вынікі якога цалкам залежаць ад прыродных умоў. Таму даводзілася пільна прыглядацца да наваколля, аналізаваць, рабіць высновы і занатоўваць іх у прыказках, песнях, казках, паданнях. І на птушак беларусы глядзелі не проста як на крылатых істот, а як на божых пасланцаў, бо яны існуюць у прасторы між небам і зямлёй.

Першымі прылятаюць у родны край **жаваранкі**. Яшчэ ляжыць снег на схілах узгоркаў, у даліне, а з паднябесся льецца іх звонкая песня. Яны вітаюць вясну, сонца, родныя абшары. Працоўны люд натхняўся гэтай песняй. Для яго яна гучала як вестка, каб хутчэй заканчваў падрыхтоўку да вяснянай сяўбы. На свята, якое ладзіцца ў гонар вясны, — яно так і называецца Гуканне вясны — людзі песняй прасілі прыроду-матухну паскорыць прыход цёплай пары і звярталіся да нябесных вешчуноў:

Жавароначкі, прыляціце,
Цёпла лецежка прынясіце!
Бо зімачка надаела,
Усе хлебушкі пераела.

Жаваранкі (у народзе маюць назву *жаўранкі, жаўрукі, жаваронкі*) — пералётныя птушкі. Звычайна гняздуюцца на зямлі, жывуць у полі, лесе, на лузе. Два разы за сезон адкладваюць яйкі, харчуюцца насякомымі, насеннем раслін. На Беларусі водзяцца чатыры віды: палявы, песня якога часта супраджае нас, лясны, рагаты (у яго на галаве тырчаць пярыны). Жаўрукчубаты (другое імя жаўрук-смячок) застаецца зімаваць і тады перася-

ляецца бліжэй да двароў, у вёскі і паселішчы.

З нецярплівасцю чакаюць і **шпакоў**. Яны прылятаюць крыху пазней (у сакавіку — красавіку), але адчуваюць сябе гаспадарамі. Селяцца ў парках, садах, а таксама ў лесе, займаюць шпакоўні, дупляны, вольныя дуплы. Першым каля шпакоўні з'яўляецца самец. Ён актыўна спявае, пакуль поруч не прысядзе самка. Пасля ўпарадкавання гнязда яна наседжае яйкі, а самец шукае корм для сям'і. Цяпер ён спявае толькі раніцай і ўвечары. Як толькі выведуча птушаняты, бацькі дбайна іх даглядаюць, носяць ім чарвякоў, насякомых і іх лічынкі. А потым, недзе праз месяц, шпакі збіраюцца ў чароды і ляцяць на лугі, выганы. Перад адлётам у верасні вяртаюцца да гняздоўя (праўда, у канцы ліпеня робяць налёты на сады, каб паласавання чарэшнямі, вішнямі). Зімуюць у Заходняй Еўропе, Афрыцы. Некаторыя чароды шпакоў застаюцца ў нас аж да замаразкаў.

Канчаткова ўсталяванне вясны засведчвае прылёт ластавак. Вяртаюцца яны з Паўднёвай Азіі, Афрыкі ў канцы красавіка — маі, калі для іх ужо дастаткова ежы (харчуюцца насякомымі, якіх ловяць на лятку). Робяць дзве кладкі. Гарадскія ластаўкі, або варанкі, гняздуюцца калоніямі. Яны, як і чорныя свіргулі (стрыжы), прымацоўваюць свае гнёзды-кошыкі на фасадах дамоў, пад балконамі і карнізамі. Вясковыя ластаўкі цягнуцца да драўляных пабудов і месца для гнязда выбіраюць пад страхой, на гарышчы або ў хляве ці гумне. Зімуюць у Паўднёвай Азіі, Цэнтральнай, нават Паўднёвай, Афрыцы, таму і адлітаюць чародамі ў канцы жніўня — верасні.

ПТУШКІ заўсёды спяваюць. Яны ўслаўляюць радасць быцця, сцвярджаюць хараство. Звычайна больш спеўны самец. (Так вызначана ў прыродзе. Яму даводзіцца дэманстраваць сваю моц, прыгажосць, адвагу, каб мець права на працяг роду.) Ён

прываблівае да сябе сяброўку, прапануе ёй прадоўжыць сумеснае існаванне.

Станоўча ўздзейнічае і на людзей спеў шпакоў, жаўрукоў, сініц. Выклікае цікавасць чырыканне вераб'ёў, варкатанне галубоў. Але найбольш краўдальна атрымліваецца ў **салаўя**. Яго мілагучны пошчак, разнастайныя рулады, што выплываюць з кустоў, дзе гняздуюцца спявак-паўночнік, гучаць дзівоснай сімфоніяй. А ў рэальнасці гэта шэрая птушка, зусім непрыкметная ўдзень. Прага жыць, множыцца пабуджае салаўя складаць такія мелодыі.

Спеў птушак бывае размоўным, пазбаўленым меладычнай асновы. Карканне варон, стракатанне сарок, клёкат буслоў успрымаюцца больш побытава, як перадача інфармацыі.

Кукаванне **зязюлі** ўдзейнічае магічна, адцягвае ўвагу ад надзённых спраў, прымушае задумацца над вечнымі пытаннямі. Не заўсёды ўдаецца ўбачыць лясную госцю (часам жыве і ў садах). Прылятае з Афрыкі, Паўднёвай Азіі ў другой палове красавіка. Гнязда не робіць, свае яйкі (па адным) падкідвае ў гнёзды больш дробных птушак (мухалавак, сітавак і інш.). Прыёмныя бацькі выкармливаюць пражорлівае зязюльчанытка. А тое, каб быць сытым, выкідвае з гнязда іншых птушанят, а праз 20 дзён вылятае... і ў наступныя гады паўтарае лёс маці.

НА БЕЛАРУСІ жыве каля 290 відаў птушак. Больш за ўсіх — з сямейства вераб'іных. Налічваецца 14 відаў чаек, 13 — соў, 9 — дзятлаў. Ёсць гагары, дрофы. 102 віды гняздуюцца ў лясках. Пераважная большасць птушак (80%) знаходзіцца ўдалечыні ад чалавека — у лясной і водна-балотнай прасторы. У змешаным лесе пачуем спеў берасцянікі, пеначкі, дразда, івалгі, на прадвесні можна пабачыць такаванне глушчоў, цецярукоў. Ля вадаёмаў збіраюцца вялікія чароды **чаек**. Яны прылятаюць да нас з Заходняй Еўропы. Харчуюцца рыбай, водарасцямі, вылятаюць на палі, дзе сілкуюцца чарвякамі.

Пашанай у беларусаў карыстаюцца лебедзь і журавель (у народзе ласкава называюць *жораў, жураў, жураўль*). Больш за паўгода знаходзіцца сям'я лебедзяў на беларускіх азёрах. Прылятае ў сярэдзіне красавіка і пры-

маецца тут да адлёту на Чорнае, Каспійскае ці Міжземнае мора да кастрычніка — лістапада (асобныя сем'і затрымліваюцца і да снежня). Харчуюцца падводнымі часткамі раслін, беспазваночнымі насякомымі.

Шэры журавель для жыхарства выбірае забалочаныя абшары — нізінныя балоты, сырыя заліўныя лугі. Гняздуецца парамі. Сілкуецца насеннем раслін, малюскамі, чарвякамі. Увесь час трымаецца далей ад людзей, вельмі асцярожны. У другой палове лета жураўлі — бацькі і дзеці — збіраюцца ў вялікія чароды: кормяцца на лугах, палях, начуюць у забалочаных мясцінах. У канцы жніўня — верасні пакідаюць наш край, трымаюць курс на Міжземнамор'е.

Птушкі, якія насяляюць нашы абшары, падзяляюцца на аселых і пералётных. Аселыя знаходзяцца тут круглы год. Часам яны качуюць: летам жывуць у лясах, а з пахаладаннем перабіраюцца ў вёскі, мястэчкі, гарады. Большасць відаў птушак — пералётныя. Яны прылятаюць на Беларусь, каб прадоўжыць род, выгадаваць тут птушанят. З-за адсутнасці корму адлятаюць. З канца лета — восенню цягнуцца над нашым краем птушыныя кліны-чароды. Адны кіруюцца ў Заходнюю Еўропу, другія — на поўдзень (у Афрыку, Паўднёвую Азію).

Пастаянна адбываюцца змены ў колькасці відаў птушак на Беларусі. З-за асушэння балот, спрамлення рачных рэчышчаў, актыўных лесанарыхтовак змяніліся асяродкі і ўмовы, дзе гнездаваліся многія птушкі. Паступова зніклі ў нашай прасторы ружовы пелікан, вялікі баклан. Пад пагрозай знікнення знаходзяцца беркут, арлан-белахвост. У сувязі з пацямленнем у прыродзе да нас прылятаюць новыя віды птушак, а некаторыя з пералётных застаюцца зімаваць.

ЗІМОЮ ў парках і садах вольна гуляюць вароны, каўкі, крумкачы. З пахаладаннем яны перабіраюцца

бліжэй да населеных пунктаў. Тут каля драўляных хат ёсць чым пажывіцца. Ды і ў новых мікрараёнах вялікіх гарадоў дзеці (і іх бацькі) заўсёды падзяляцца хлебам з імі. Асабліва выразна акрэсліваюцца постаці гэтых птушак на белым снезе.

Варону лёгка адрозніць ад іншых птушак: апярэнне — шэрае, а галава, крылы і хвост — чорныя. Яна вельмі кемлівая, хутка прыстасоўваецца да новых умоў. Для гнязда, якое ладзіць на дрэве, выкарыстоўвае і галінкі, і ўсё тое, што выкінулі людзі (дрот, рыззё і інш.). Усяядная, знішчае шкодных насякомых, але і разбурае птушыныя гнёзды, нападае на куранят, качанят.

Паспяхова прыстасоўваюцца да людскіх збудаванняў **каўкі (галкі)**. Яны селяцца калоніямі ў дуплах, закінутых дымаходах, пад карнізамі, у вентыляцыйных хадах. Харчуюцца расліннай і жывёльнай ежай. У другой палове лета ўтвараюць вялікія чароды, часта разам з варонамі, гракамі, вылятаюць на палі, лугі ды і ў парках робяць сумесныя птушыныя «мітынгі».

У гэтых чародах можна сустрэць **крумкача** (іншыя назвы — крук, гурган, рускае — ворон). Ён падобны на **грака** — пералётную птушку, якая зімуе ў Заходняй Еўропе (частка і аселяе), але памерамі вылучаецца (крумкач большы амаль у паўтара раза — 62 — 65 см — і цяжэйшы ў тры — 1,1 — 1,4 кг). Гняздуецца на дрэвах. Харчуецца і мышавіднымі грызунамі, і рыбай, і яйкамі, і адходамі.

Сарока далучаецца да сумеснай трапезы, але заўсёды трымаецца паасобку. Яна вельмі асцярожная, гаварлівая, а ў ежы аддае перавагу жывому «мясу» (розным земнаводным, паўзунам, дробным птушкам, птушанятам і г.д.). Гняздо будзе трывала: з грунтоўнымі сценамі і надзейным дахам.

Аздабляюць зімовыя краявід сініцы, шчыглы, снегіры. Восенню **сініцы** невялікімі чародкамі вандруюць па дварах у пошуках корму, скачуць

па ствалах і галінках дрэў... Яркая афарбаваная (чорная галава з белымі плямкамі каля дзюбы, жоўтая грудка), яна вызначаецца аптымізмам, жыццярадаснасцю. Першыя звонкія песні ў гонар набліжэння вясны належаць менавіта ёй.

На кустах шыпшыны можна сустрэць **снегіра**. Звычайна ён завіхаецца каля яловага падлеска. Блакітна-шэрае апярэнне, чорны хвост і чырвоная плямка на грудцы робяць яго моднікам. Але сапраўдным франтам выглядае **шчыгол**, які з восені далучаецца ў чараду і ўпрыгожвае ўскраіны гарадоў (тут ён корміцца насеннем дзядоўніку). Яго чырвона-бела-чорная галава, залацісты налёт на грудцы і крылах ды гучная песня ўспрымаюцца на шумных гарадскіх вуліцах даволі экзатычна. Шчыглы адважваюцца гнездавацца ў цэнтрах буйных гарадоў.

Самыя блізкія суседзі чалавека — дамовы верабей і шызы голуб. Каля людзей яны маюць дастаткова даступнай ежы, якую могуць знайсці ў двары. **Дамовы верабей** селіцца ў парках і садах, робіць гняздо і за ліштвямі, у падстрэшшы. Для чалавека ён з'яўляецца біялагічным індэксатарам. Ён востра рэагуе на змяненні стану навакольнага асяроддзя: калі пагаршаецца экалагічны стан, то памяншаецца папуляцыя гэтага віду. У апошнія дзесяцігоддзі колькасць дамовых вераб'ёў скарацілася. Існуе яшчэ адзін від вераб'іных — палявы верабей. Зімой ён качуе на поўдзень.

Галубы сталі жыхарамі гарадоў. Гнёзды робяць на гарышчы цагляных будынкаў, карнізах вежаў і званіц, у нішах, што ў бетонных сценах, і размнажаюцца даволі спрытна (робяць да чатырох кладак за сезон). Харчуюцца насеннем раслін, зернем ды рознымі рэшткамі ад людскога стала.

...Людзі і птушкі ўвесь час суіснуюць. І дзеля выжывання, дзеля працягу роду выкарыстоўваюць адны другіх. Чалавек прыручыў некаторых птушак (куры, качкі, гусі, індэкі, цяпер нават і страусы), на асобных палое, многімі захапляецца.

Р.С. Да гэтага матэрыялу, калі ласка, выкарыстайце каляровую ўкладку часопіса (стар. 2 — 3).

У наступным нумары (№ 6) мы прапануем матэрыялы аб звярах Беларусі, у № 7 (ліпень) — аб дрэвах Беларусі.

Сачыце за часопісам!

ВЫРАЙ

Так на Беларусі называюць цёплыя землі, куды адлятаюць птушкі, каб перакачаць там зімовы перыяд і вясною вярнуцца ў родны край. (У рускай мове гэтае слова адсутнічае, а ў перакладзе «вырай» — тэплыя края). Бусел белы, ластаўка вясковая, салавей, пеначка, чарацянка кіруюцца ў Афрыку. Жаваранак, шпак, грак зімуюць у Заходняй Еўропе, заранка, аўсянка трысняговая — у Крыме і Закаўказзі, белабровік, чарацянка садовая, сачыўка — у Азіі.

Чараду пералётных птушак, якія кіруюцца на поўдзень ці вяртаюцца ў родны край, таксама называюць выраем. Жураўлі ляцяць клінам, гусі — адна за адной, качкі — фронтам, вераб'інападобныя і большасць іншых — скучанай чарадой. На Беларусі бытуе павер'е: таму, хто ўбачыў чараду птушак, якія вяртаюцца з выраю, будзе шанцаваць увесь год.

«БУСЕЛ, БУСЕЛ, КЛЁКА...»

«Ходзіць па балоце ў чырвоных ботах», — абмалёўваюць дзеці выгляд бусла, прапануючы адгадаць загадку. А чаму даводзіцца такому сур'ёзнаму птаху крочыць уздоўж балотаў, вадаёмаў, рэчак? Пра гэта шматзначна распавядаеца ў беларускіх міфах. У адным з іх падаецца гісторыя з анёлам, якому Бог даручыў кінучь поўную аж да завязак торбу ў прадонне. Але той пацікавіўся і развязаў торбу. Адтуль выпаўзлі жывёліны-нечысці, гады і распаўзліся па ўсёй зямлі. Тады Бог ператварыў анёла ў птушку — белакрылую (з боскім асвятленнем), з чорнай акаймоўкай (за правіннасць), на доўгіх чырвоных нагах (каб было здалёк бачна і лягчэй хадзіць па забалочаных мясцінах) і з чырвонай дзюбай — і прымусіў яе збіраць выпушчаных жывёлак, ачышчаць зямлю ад іх.

У другім міфе расказваецца пра тое, як Бог прапанаваў мужыку аднесці завязаны гаршчок. Але хітрая мужыкова жонка захацела даведацца пра начинне таямнічага гаршчка, развязаў... і выпусціла з яго ўсю нечысць. За гэта ўся сям'я мужыка была ператворана ў птушак. Таму і селяцца яны каля людзей, робяць гнёзды на высокіх дрэвах, нават на стрэхах хат, хлявоў.

Любяць на Беларусі буслоў, з нецярплівасцю чакаюць іх вяртання з выраю, дапамагаюць будаваць ім гнёзды (кладуць старыя колы, бароны, рамы на дрэва ці слуп, страху, падражаюць галіны дрэў). Вельмі паважаюць беларусы гэтых птушак, ласкава называюць *буська*, *бацян*, *гарус*, *гайстэр*, *айстэр*, лічаць іх святымі. Паводле народнага павер'я, яны звязаны з Богам, з'яўляюцца ахоўнікамі нябеснага агню. Для гнездавання буслы выбіраюць дрэвы ў такім месцы, дзе не ўдарыць маланка. (У час навальніцы раяць хавацца пад дрэвы з буслянкай.) Калі пакрыўдзіць бусла ці разбурыць яго гняздо, то ў адказ ён прынясе галавешку і кіне на хату крыўдзіцеля або накідае гадзюк у студню. Назіраючы за тым, як гэтая даволі вялікая птушка (вагою тры і болей кілаграмаў, даўжынёю цела недзе за метр) лёгка і высока парываецца ў паднябессі, лічылі, што яна кіруе прыроднымі сіламі, што ёй падпарадкоўваецца вецер.

За паводзінамі буслоў у гняздзе беларусы ўважліва сачылі: птахі нібы прадказвалі, якім будзе год. Калі выпадае яйка з гнязда, то год будзе ўраджайным. (Гаварылі: «хлеба купіш за яйка». У сапраўднасці буслы, успрымаючы прыродную энергетыку, адчувалі прыліў сіл і адкладвалі як больш — звычайна 3—4 яйкі, часам 6, — чым можа потым змясціцца птушанят у гняздзе.) Калі ж буслы выкінулі птушаня з гнязда, то чакай неўраджай. («Хлеба не купіш і за дзіця». У непагоднае лета буслы-бацькі не здольныя пракарміць усіх птушанят, таму ахвяруюць слабейшымі дзеля выратавання іншых.)

І сваёй афарбоўкай буслы блізкія да беларусаў. Яе колеры — белы, чырвоны, чорны — супадаюць з колерам традыцыйнага беларускага адзення і вышыванак (узораў на ручніках, абрусах, фіранках, падушках, падзорах і інш.). Такое старажытнае каляровае спалучэнне мае глыбокі сімвалічны змест.

Як у беларусаў (і іншых славянаў), так і ў народаў Паўночнай Еўропы існавала павер'е, што буслы прыносяць дзяцей у сям'ю. Верылі, што нованароджаныя душы знаходзяцца ў тых мясцінах, дзе шмат сажалак, балотаў, дрыгвы. Як раз там спакойна ўладараць буслы і потым, вяртаючыся да людскіх пасяленняў, прыносяць немаўлят.

Святасць буслоў адлюстравана і ў шведскім паданні. Паводле яго, пралятаючы над Галгофай, буслы клёкатам падтрымлівалі, падбадзёрвалі Хрыста ў час укрывавання. А на іўрыце назва бусла «хасідах» азначае набожнасць. Спакойным выглядам, ураўнаважанымі паводзінамі птушкі нагадваюць стараных вернікаў: ходзяць па лугавінах, адбіваючы паклоны.

Бусел сімвалізуе новае жыццё, прыход вясны, поспех, а таксама моцную прывязанасць між бацькамі і дзецьмі, сямейны дабрабыт. А для яўрэяў з'яўляецца эмблемай адметнай любові, любові да дзяцей. У яе аснове — уважлівы клопат буслоў-бацькоў пра птушанят.



Бусел выступае і сімвалам Радзімы, патрыятызму — глыбокай любові да роднай зямлі. У нас на Беларусі гэтыя птушкі гняздуюцца паўсюль, выбіраюць дрэвы часцей каля забалочаных рачных далін, сырых паплавой і лугоў. Выводзяць птушанят (недзе на пачатку чэрвеня), выхоўваюць іх, а ў канцы жніўня — верасні пакідаюць наш край. Перад адлётам днямі кружаць у небе ўсёй сям'ёй, запамінаюць родныя мясціны. А потым збіраюцца ў стаю, выстройваюцца ў паветры клінам і накіроўваюцца ў вырай — за тысячы кіламетраў на поўнач Афрыкі.

У красавіку буслы вяртаюцца на радзіму. Прылятаюць звычайна парамі. Аднак часам на тыдзень раней з'яўляецца самец, каб да прылёту сяброўкі ўпарадкаваць гняздо: замяніць галінкі, надбудаваць яго. Але здараецца і такое: у гэты час да яго наведваецца маладая бусліха. Пры вяртанні самка праганяе новую кампаньёнку. Аднак калі ў гняздзе ўжо адкладзена яйка, яна ў самоце пакідае ўтвораную пару. Але такое бывае вельмі рэдка. Буслы, як лебедзі, — трывалая сямейная пара, усё жыццё трымаюцца разам.

Сямейная вернасць буслоў, іх любоў да родных мясцінаў знайшлі шырокае адлюстраванне ў вершах і песнях, творах выяўленчага мастацтва, асабліва ў нас на Беларусі. Мы вельмі востра адчуваем духоўную блізкасць з гэтымі птахамі і ўслаўляем яе. Таму Уладзімір Караткевіч справядліва назваў нашу Радзіму «зямлёй пад белымі крыламі».

Падрыхтаваў
Міхась ШАВЫРКІН

ПТУШКІ БЕЛАРУСІ

ДЫДАКТЫЧНЫ МАТЭРЫЯЛ У ДАПАМОГУ ПЕДАГОГАМ І БАЦЬКАМ

Паважаныя чытачы! На каляровай укладцы часопіса (2—3 старонкі) мы прапануем дыдактычны матэрыял у дапамогу педагогам і бацькам па тэме «Птушкі Беларусі», які дапаможа замацаваць веды дашкольнікаў аб разнастайнасці птушак нашай краіны. Матэрыял прадстаўлены ў выглядзе вялікіх картак з выявамі птушак, які, па жаданні, можна разрэзаць (*атрымаецца 9 картка*), альбо аставіць у выглядзе агульнай карты. Малыя карткі неабходна разрэзаць (*атрымаецца 27 картка*). Гэты матэрыял можна выкарыстоўваць як на індывідуальных, так і на групавых занятках.

Работа з карткамі дапаможа рашэнню наступных задач:

- замацаваць веды дашкольнікаў аб разнастайнасці птушак;
- пазнаёміць дзяцей, з чым харчуюцца птушкі, дзе гняздуюцца, іх характэрнымі звычкамі і інш.;

Валентина ЕГОРОВА,
воспитатель яслей-сада № 10
«Росинка» г.Осиповичи

ЧУДО-ПТИЦА

ИГРА-ЗАНЯТИЕ ПО ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЛЯ ДЕТЕЙ ГРУППЫ «ПОЧЕМУЧКИ» (4–5 лет)

Задачи: учить детей составлять узор по замыслу с использованием простейших элементов декоративного рисунка — линий, пятен, мазков, кругов, колец; закрепить основные цвета — красный, жёлтый, зелёный, синий; упражнять в использовании нетрадиционного приёма рисования некоторых элементов узора с помощью тампона; развивать творческое воображение, фантазию, речь; воспитывать у детей интерес к рисованию.

Предварительная работа: наблюдение за птицами на прогулке, чтение сказок о птицах.

Материал: «птичья кормушка» — картина с вставками для птиц; картинки с изображением птиц; тонированный лист бумаги (90х50 см), в центре которого нарисовано дерево; изображения птиц, вырезанные из белой бумаги; гуашевые краски красного, жёлтого, синего, зелёного цветов, кисточки, тампоны, баночки с водой, тряпочки; маска кота для игры; фонограмма К. Сен-Санса «Лебедь», фонограмма «Голоса птиц».

Ход занятия

Воспитатель предлагает детям прослушать фонограмму с голосами птиц.

Воспитатель (В.). Ребята, за что мы любим птиц? (*Ответы детей.*)

Одни птицы на зиму улетают в тёплые края (ласточка, скворец, лебедь, аист и др.), а затем весной возвраща-

ются. Эти птицы называются перелётными.

• папоўніць слоўнікавы запас дзяцей назвамі птушак, вучыць састаўляць апісальныя расказы.

Прапановы па выкарыстанні:

Раскажыце дзецям пра кожную з прапанаваных у картках птушак, іх асаблівасці, звычкі, чым харчуюцца, дзе гняздуюцца і інш.

Замацуйце атрыманыя веды, выкарыстоўваючы пошукавыя, наводныя, прамыя, падказваючыя пытанні.

Затым дайце дзецям самастойна паказаць, што яны засвоілі па тэме. Для гэтага раздайце ім па адной вялікай картцы і няхай яны падбюруць да яе адпаведныя тры малыя карткі.

МАТЭРЫЯЛ У ДАПАМОГУ:

✓ *Зязюля* — пералётны від, жыве ў лесе, харчуюцца насякомымі, вуснямі, лічынкамі.

✓ *Сарока* — аселя від, жыве каля людзей, харчуюцца насякомымі, яйкамі, харчовымі адходамі, грызунамі.

✓ *Бусел* — пералётны від, селіцца каля людзей, на дрэвах, стрэхах хат, хлявоў, харчуюцца насякомымі, мышамі, жабамаі, змеямі.

✓ *Глушэц* — аселя від, жыве ў лесе, харчуюцца хвояй, ягадамі, пупышкамі.

✓ *Дзяцел* — аселя від, жыве ў лесе, харчуюцца насякомымі, лічынкамі, насеннем, ягадамі.

✓ *Жаваранак* — пералётны від, жыве ў полі, на лузе, харчуюцца насякомымі, насеннем.

✓ *Шчыгол* — аселя від, жыве ў лесе, харчуюцца насеннем, тлэй.

✓ *Чапля* — пералётны від, жыве каля азёр, харчуюцца рыбай, жабамаі, насякомымі.

✓ *Ластаўка* — пералётны від, селіцца пад стрэхамі дамоў, харчуюцца насякомымі.

Святлана ШТАБІНСКАЯ

• ПРАГРАМА «ПРАЛЕСКА»: ВЫЯЎЛЕНЧАЯ ДЗЕЙНАСЦЬ

• Каждый должен использовать при работе знакомые элементы (полоски, кружки, мазки, пятнышки, колечки, линии), сам придумать узор, с помощью которого он будет расписывать птицу.

• Не следует срисовывать узор друг у друга, потому что будет не интересно, если у всех получатся одинаковые птицы.

• Сначала нужно подумать, представить себе, какой будет ваша птица, а затем начинать рисовать.

Дети рисуют (звучит фонограмма К. Сен-Санса «Лебедь»).

В. Ребята, краска на работах должна подсохнуть, а пока я предлагаю вам поиграть в игру «Воробей».

Кто сидит здесь на трубе,
Грест свои ножки?

Дети. Это серый воробей,
я замёрз немножко.

В. Сыплю я для воробьёв
зёрнышки и крошки.

Дети.
Прилетел бы к вам, друзья,
но боюсь я кошки.

Дети бегут по кругу, машут руками.

Кот. Мяу! (*Дети садятся, делают домик.*)

В. Ребята, все ваши птицы красивые и неповторимые. А чтобы они остались с нами, давайте разместим их на сказочном дереве.

Дети по очереди прикрепляют своих птиц и одновременно рассказывают, чем украшали, какого цвета краски использовали.

В. Каждый из вас загадал желание, давайте наклонимся к своей волшебной птице и шёпотом его произнесём. Ваши чудо-птицы обязательно его исполнят.



Уважаемые читатели!
Сегодня на ваши вопросы отвечают сотрудники Министерства образования Республики Беларусь: консультант отдела труда и заработной платы управления социально-экономического развития Наталья Валентиновна КРИВОЛАПОВА, главный инспектор управления дошкольного образования Елена Владиславовна ПАПЛАВСКАЯ.

Работала поваром в дошкольном учреждении. За работу с вредными условиями труда мне предоставлялись дополнительные 7 дней к основному отпуску и доплата к зарплате.

Не так давно меня перевели работать шеф-поваром в этот же дошкольный учреждение. Доплата за работу с вредными условиями труда осталась, а дополнительный отпуск не предоставляется. Имею ли я на него право?

О.Н. Токарик, г.Ивацевичи.

Наниматель, т.е. руководитель дошкольного учреждения, должен провести аттестацию вашего рабочего места по условиям труда, по результатам которой вам может быть установлен дополнительный отпуск за работу во вредных условиях труда и (или) повышение заработной платы.

Более подробно о порядке проведения аттестации рабочих мест по условиям труда рассказано в документах, опубликованных в № 4 (апрель) журнала «Пралеска» за этот год.

Какова продолжительность трудового отпуска заместителя директора по воспитательной работе (с воспитанниками), работающего в учебно-педагогическом комплексе детский сад — школа?

Могилевская область.

Продолжительность основного отпуска заместителя директора по воспитательной работе учебно-педагогического комплекса детский сад — школа составляет 56 календарных дней. Основание: постановление Совета Министров Республики Беларусь № 100 от 24.01.2008 г.

В нашем дошкольном учреждении 8 групп, из них 2 — интегрированные, наполняемостью 12 и 13 человек. В остальных 6 группах 113 детей.

Сколько ставок руководителя физического воспитания должно быть в штатном расписании нашего учреждения?

Руководители физического воспитания яслей-сада № 16, г.Солигорск.

При определении ставки руководителя физического воспитания следует руководствоваться расчётом: 0,25 единицы на каждые 25 детей возраста от 2-х лет и старше независимо от имеющих в дошкольном учреждении детей с особенностями психофизического развития.

В наших яслях-саду 8 групп, из них 2 группы (18 человек) — дети с нарушениями психофизического развития. Из 18 человек 15 детей имеют группу инвалидности.

Сколько должно быть ставок медицинской сестры (0,25 или 0,5) для обслуживания этих детей и проведения лечебных мероприятий?

Старшая медсестра дошкольного учреждения, г.Могилёв.

В соответствии с Типовыми штатами и штатными нормативами численности работников дошкольных учреждений, утверждёнными постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 10.05.2000 г. № 17, для обслуживания групп для детей с особенностями психофизического развития вводится должность медсестры из расчёта: 0,25 единицы на 12 детей с особенностями психофизического развития при условии наличия физиотерапевтического кабинета и соответствующего оборудования. Следовательно, на 18 детей с особенностями психофизического развития устанавливается 0,25 штатной единицы медсестры.

В дошкольных учреждениях, где содержатся дети с последствиями полиомиелита и церебрального паралича, дополнительно вводится медсестра по массажу из расчёта 0,5 штатные единицы на 6 таких детей.

Оплачивается ли заведующему яслей-сада (его заместителю) временная (учебный отпуск, больничный лист) замена воспитателя?

Имеет ли право шеф-повар яслей-сада замещать временно отсутствующего повара? Как производится оплата труда?

Работники дошкольных учреждений, г.Минск.

На основании статьи 17 Закона Республики Беларусь «О борьбе с коррупцией» руководитель организации не может выполнять иную оплачиваемую работу по месту основной работы, кроме преподавательской, научной, творческой, медицинской практики.

Следовательно, заведующий дошкольным учреждением (его заместитель) не может выполнять оплачиваемую работу по замене временно отсутствующего воспитателя, а также работать по совместительству в должности воспитателя, так как эта работа не является преподавательской. То же самое касается и шеф-повара.

Работают старшей медсестрой в 10-групповых яслях-саду (138 детей). Из них: 1 группа для детей с нарушениями слуха, 5 групп — для детей с нарушениями зрения, 1 первый класс (интегрированный) и 3 обычных первых класса.

Имеет ли право медицинский работник дошкольного учреждения получать надбавку за работу с детьми с особенностями психофизического развития?

Е.К. Анасик, г.Барановичи.

В нашем дошкольном центре развития ребёнка наряду с группами общего типа, имеются одна интегрированная и одна санаторная группы.

Положена ли оплата труда по повышенным ставкам, если санаторную группу посещают дети, больные анемией, atopическим дерматитом, с нарушениями зрения, а также часто болеющие дети?

Воспитатели, Щучинский район, д.Василишки.

В соответствии с приложением 3 к постановлению Министерства труда Республики Беларусь от 21.01.2000 г. № 6 работникам (воспитателям, помощникам воспитателей, медицинским работникам), работающим в специальных, санаторных, интегрированных группах, устанавливается повышение тарифных окладов в размере до 63% от тарифной ставки первого разряда. Конкретный размер повышения определяется руководителем учреждения.

С 1993 года работала в школе секретарём-машинисткой, несколько лет вела учебные часы. Закончила заочно университет, факультет славянской филологии. В 2004 году из-за недостаточного количества учебных часов мне пришлось перейти на работу в детский сад воспитателем.

Входит ли школьный стаж в педагогический?

М.В. Почечуева, г.Климовичи.

В соответствии с постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 31.10.2002 г. № 45 (пункт 4) в стаж работы по специальности засчитываются периоды работы на условиях неполного рабочего времени, по совместительству при выполнении педагогической нагрузки не менее чем на 0,25 ставки, а также фактическая педагогическая работа на условиях почасовой оплаты труда при условии, если объём педагогической нагрузки составил не менее 240 часов в учебном году.

Кроме того, согласно пункту 16 постановления Министерства труда Республики Беларусь от 12.01.2000 г. № 4 в случае перевода отдельных работников на должности педагогических работников по решению нанимателя повышение тарифных ставок данных работников за стаж работы по специальности может производиться с учётом стажа работы в отрасли исходя от отработанного в ней времени.

При каком количестве детей (групп) в дошкольном учреждении должна вводится должность старшей медсестры и медицинской сестры по диетическому питанию?

Хотелось бы подробнее узнать об аттестации рабочих мест работников и доплате за работу с вредными и (или) опасными условиями труда.

Работники дошкольного учреждения, Буда-Кошелевский район, д.Барановка.

В соответствии с главой 2 п.18 Типовых штатов и штатных нормативов численности работников дошкольных учреждений (детских яслей, детских садов, яслей-садов, дошкольных центров развития ребёнка), утверждёнными постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 10.05.2000 г. № 17, количество штатных единиц работников дошкольных учреждений зависит от фактического числа групп.

Должность старшей медсестры вводится при следующем количестве групп: 0,25 ставки — от 1 до 3 групп, 0,5 ставки — от 4 до 5 групп, полная ставка — от 6 до 16 групп.

Обращаем ваше внимание на то, что в дошкольном учреждении кроме должности старшей медсестры вводится должность медсестры по диетическому питанию при следующем количестве групп: 0,25 ставки — от 1 до 3 групп, 0,5 ставки — от 4 до 7 групп, полная ставка — от 8 до 16 групп.

Аттестация рабочих мест должна быть проведена нанимателем в соответствии с Положением «О порядке проведения аттестации рабочих мест по условиям труда», утверждённым постановлением Совета Министров Республики Беларусь от 22.02.2008 г. № 253.

Доплаты за работу с вредными и (или) опасными условиями труда устанавливаются по результатам аттестации рабочего места.

От редакции журнала «Пралеска». Уважаемые читатели, убедительная просьба: если вы хотите получить полный и правильный ответ на свой вопрос, пожалуйста, «не заскучивайте» свой адрес, должность, место работы. А ещё лучше — сообщите номер телефона.

Подготовил к печати
Леонид КЛЫШКО