

**МБДОУ “Детский сад  
комбинированного вида № 16”**



**“Питание детей в  
дошкольных  
учреждениях стран  
Европы и Америки”**

**Подготовила: воспитатель  
Царёва  
Лариса Владимировна**

**Воронеж 2018 г.**

- Тема здоровья детей жизненно важная, и требует особого внимания.
- Питание в детском саду — один из «пунктиков» родителей дошкольника. Сытый ребёнок – здоровый ребёнок. И это девиз мам всего мира. Вот российские мамы часто жалуются на однообразное питание, невкусные блюда и необходимость подкармливать детей своей едой. Обратите внимание на разговор возвращающихся из детского сада мамы и ребенка. Наверняка, среди многочисленных маминых вопросов будет и такой вопрос: «А что вы сегодня ели на обед?». Нам стало интересно, как дети питаются в детских садах за границей и мы провели небольшой сравнительный анализ. Как известно, все познается в сравнении.

- Японские родители таких проблем не знают, они в принципе не знают, что такое питание в детских садах. В них обеды детям не готовят. Всю еду детям дают с собой. А состоят детские обеды в основном из риса и сосисок, иногда как украшение используются помидоры и брокколи. И, например, печенье категорически запрещено, чтобы дети не подавились.



- Датские мамы тоже уже давно привыкли собирать еду своим детям и приносить ее в детский сад. Здесь в большинстве дошкольных учреждений, в принципе, нет столовых. А питаются малыши тем, что принесут из дома в ланчбоксах.
- В аскетичной и суровой Норвегии горячее питание есть, но не везде и не бесплатно. Чаще всего обеды дают только два раза в неделю, поэтому местные родители уже привыкли давать детям с собой бутерброды и фрукты.



- **Никаких сладостей и еда с собой – обычный распорядок для детей в Германии. Правда, есть и другие садики, где всё-таки кормят завтраком и обедом за дополнительную плату. Бывают и такие, где дети сами участвуют в приготовлении еды. Бутерброды, фрукты-овощи-ягоды, творог, йогурты, фруктовое пюре, сосиски и яйца – вот стандартный набор продуктов в немецких дошкольных учреждениях. Вне зависимости от того, какое блюдо является основным в обед, гарнир остается неизменным — это вареные овощи.**

□ В детских садах организация питания зависит от типа собственника (государственных детсадов и яслей в Германии нет). У крупных коммерческих компаний, которые содержат детсады и ясли на несколько сотен детей, есть свои кухни. Оплата за завтраки и обеды входит в общую плату за место на ребенка и зависит от дохода родителей. Как правило, им приходится доплачивать ежемесячно около 20 евро за полдники. Ужинов в немецких детских садах вообще не бывает.

- Практически все дети Великобритании также привыкли носить с собой ланчбоксы. Хотя здесь ребёнок без заветной коробочки голодным не останется. В садике предлагают небольшие закуски – крекеры, соки, но на этом все. Правда, есть и сады с бесплатным питанием – они очень популярны, и попасть очень сложно. Зато счастливицы вкушают полноценное четырёхразовое питание



- На завтрак мюсли с молоком, на ланч – фрукты, обед – обязательно что-то горячее, например, макароны с сыром, чикен карри, хот-дог, лазанья, рыбный пирог, полдник – сэндвичи или соусы с печеньем и фрукты. Видимо, «пейте дети молоко — будете здоровы» пришло к нам из Англии: практически каждый день на обед подается стакан молока.





- Наверное, дети, которым действительно хочется позавидовать – это маленькие французы. Разные виды сыров – это рядовая позиция в ежедневном меню. Томатный суп с вермишелью, тельчье соте с тыквенным пюре, ветчина с картошкой фри, макароны с тертым сыром, тушеное филе рыбы с морковным гарниром, курица органик под зеленым горошком, а также фрукты, соки и йогурты – вот такой ежедневный праздник живота у малышей.



- Для тех детей, которые не особо приветствуют правильную пищу, существует разгрузочный «четверг», правда, не каждую неделю. В этот разгрузочный четверг у малышей наступает настоящий праздник живота — картошка фри с ветчиной стоят того, чтобы с понедельника по среду питаться исключительно органической пищей, а ее здесь хоть отбавляй — курица органик, йогурт органик и т.д.



- Конкуренцию слову «органик» во французском меню может составить разве что «соус винегрет» — им заправляются все салаты. В состав соуса входят уксус и горчица. Между прочим, похлеще будет нашего майонеза, о котором мечтают наши малыши, хоть раз его попробовавшие.





- **Питание в детском саду Италии вполне оправдывает ее репутацию как родины пиццы и всевозможных паст. Введено трехразовое питание – завтрак, полдник и обед. Оплата родителями за питания вносится отдельно от общей платы за сад. Один прием пиццы может составлять приблизительно 4-5 евро (ок. 400 р.).**

□ Как правило, сады не имеют своей столовой для приготовления пищи, она им доставляется из единой большой столовой, которая готовит на несколько садов. В садах предлагается биодieta, то есть блюда готовятся из овощей без добавок и вредных удобрений.

Основой меню является большое количество фруктов, супы, картофельное пюре, рис, а также каждый день легкие салаты из овощей.



- Естественно, итальянцы не изменяют традиционным макаронам, детям готовят разные блюда из пасты, к примеру с овощами. Особое место занимает десерт. Летом даже дают мороженое. Вот бы наши дошкольники обзавидовались, правда?





- **Интересный и взрослый подход к детскому питанию применяют в Швеции. Там дошкольная столовая практически ничем не отличается от столовой среднестатистического офиса. Разве что кассы нет. Маленькие шведы с двух лет самостоятельно берут подносы и накладывают себе что хотят и сколько хотят. Самый настоящий шведский стол.**

- Китайские детсады не балуют большим гастрономическим разнообразием, да и количество приемов пищи здесь не такое, как привыкли в России - только два.
- Малышам на завтрак предлагается каша с различными наполнителями: это могут быть не только фрукты, но и соленые овощи, кроме того, яйцо и йогурт. На обед предлагается вареный рис, овощи, мясо, фрукты, иногда бывает суп или каша на воде. Но в каждом городе и в каждой провинции меню может отличаться в зависимости от кулинарных традиций того или иного места.



□ **Действительно, всё познаётся в сравнении. Питание детей в дошкольных учреждениях США, как правило, соответствует образцу питания американцев вообще. У них нет строгой привязанности к супам, а ланч может включать в себя или только второе блюдо с напитком, или просто бутерброды с напитком.**



- В дошкольном учреждении на ланч мясное или рыбное блюдо обязательно, так же, как и фрукты. А на завтрак и до ужина разные перекусы, типа йогуртов, чипсов, пиццы, печенья, кексиков. К этому дети привыкают и в семье, поэтому в детском учреждении питаются аналогично.



□ В российский детский садах на завтрак дети едят кашу на молоке, бутерброд с маслом или сыром, какао или чай. Второй завтрак: фрукты. Обед: молочный или мясной суп, салат и второе с гарниром, например, макароны и печенье, пюре и тефтели из говядины. Полдник: пудинг, ряженка, сырники.



Ужин: котлеты, шницель, овощи. Возможно, рацион наших детей не такой изысканный, как у французских и не такой разнообразный, как у шведских, но он точно полезный и сбалансированный.



- Конечно, лучше всего дела обстоят в Москве. Поставками сырья занимаются крупные комбинаты питания, которые тщательно проверяют качество, а грамотные диетологи составляют полноценное меню с учётом энергозатрат и суточной потребности в микро и макроэлементах. При этом пятиразовое питание не несет дополнительных затрат для родителей. Бюджет Москвы выделяет средства на питание дошколят.
- В дошкольных учреждениях России в штатном расписании предусмотрены медицинские работники: сестра или врач в зависимости от количества возрастных групп и количества детей в них. Медицинские работники контролируют здоровье детей, качество их питания и санитарное состояние помещений. В каждом детском саду есть повар и кухня, оборудованная для приготовления завтраков, обедов, полдников и даже ужинов при продленном пребывании ребенка.

- **Российские детские сады оказываются конкурентоспособны в сравнении с системами дошкольного питания, сложившимися в разных странах мира. Но главное, о чём должны помнить все родители, независимо от их месторасположения на карте: сытый ребёнок – здоровый ребёнок, готовый к познанию этого мира.**

