

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ  
ЯМАЛО-НЕНЕЦКИЙ АВТОНОМНЫЙ ОКРУГ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ПУРОВСКИЙ РАЙОН  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА «СКАЗКА» п.г.т. УРЕНГОЙ ПУРОВСКОГО РАЙОНА

---

629860, Ямало-Ненецкий автономный округ, Пуровский район, п.г.т. Уренгой, 5 мкр. дом 17,  
тел. (34934) 9-18 -54, факс: 9-26-67 E-mail: urengoiskazka@gmail.com

ПРИКАЗ

от 29 марта 2017 года

№ 049-П

**Об утверждении методических рекомендаций по организации питания**

С целью организованной и последовательной деятельности педагогов и младших воспитателей при организации питания воспитанников и сервировки столов в группах МБДОУ «ДС КВ «Сказка» п.г.т. Уренгой,

**приказываю:**

1. Утвердить методические рекомендации при организации процесса питания и сервировки столов в группах МБДОУ «ДС КВ «Сказка» п.г.т. Уренгой (Приложение)
2. При организации процесса питания воспитанников использовать данные рекомендации.
3. Контроль исполнения данного приказа возложить на медицинского работника Левашову Э.М.

Заведующий  
МБДОУ «ДС КВ «Сказка» п.г.т. Уренгой

Ознакомлены:



О.В. Мельникова

**Методические рекомендации  
по организации процесса питания  
и сервировки столов в группах  
МБДОУ «ДС КВ «Сказка» п.г.т. Уренгой**

Настоящие методические рекомендации по организации процесса питания и сервировки столов в группах МБДОУ «ДС КВ «Сказка» п.г.т. Уренгой (далее – дошкольное учреждение) носят рекомендательный характер и помогут повысить качество организации процесса питания. Настоящие рекомендации адресованы педагогам и младшим воспитателям, с целью повышения компетентности в вопросе организации процесса питания в дошкольном учреждении.

Настоящие рекомендации разработаны на основе следующих документов:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года №273-ФЗ;
- Устав МБДОУ «ДС КВ «Сказка» п.г.т. Уренгой;
- СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений»;
- Основной общеобразовательной программой дошкольного образования.

Методические рекомендации по организации процесса питания и сервировки столов в группах дошкольного учреждения охватывают возрастной период от 1,5 до 7 лет.

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

Сервировка стола должна быть такой, чтобы она вызвала у малышек пусть неосознанное желание быть аккуратными. Столы рекомендуется накрывать скатертями. Эстетическое оформление стола: обязательно бумажные салфетки, красиво и правильно разложенные столовые приборы (ложки, вилки, ножи), порционно нарезанный хлеб в специальных тарелках, чашки (кружки) по количеству детей, допускается цветочная композиция для украшения.

### **Этикет**

**1. Как сидеть за столом, как вести застольную беседу, как садиться и покидать стол, что нельзя делать за столом.**

Перед тем, как отправиться в туалетную комнату мыть руки, дети должны поставить стулья к столам.

Взрослые учат детей сидеть за столом: нижняя часть спины должна быть прижата к спинке стула, ступни ног полностью касаться пола, между подачей блюд правую руку держать на коленях, а запястье левой руки на столе.

**Нельзя** сидеть с перекрещенными ногами, качаться на стуле, сидеть развалившись, перегибаться через спинку рядом сидящего, отодвигать стул всем весом своего тела, барабанить по столу пальцами, ставить на стол локти.

Во время приема пищи, можно использовать застольные беседы. Темы бесед не должны затрагивать личность ребенка, быть назидательными или возбуждающими. Например, не следует обсуждать боевик, который многие посмотрели вчера вечером дома. Запрещается просмотр телевизора во время еды.

При застольной беседе дети должны усвоить всего два правила:

- не вступать в разговор, пока не закончил говорящий,
- не говорить, пока во рту пища.

Известно, что вести беседу за едой – это мастерство, научиться которому можно только на практике. Дети не должны за столом молчать, и даже к самым маленьким, не умеющим еще как следует говорить, следует периодически обращаться с какой – либо фразой.

Дети, наученные вести беседу за столом, никогда не кричат, даже если нет рядом взрослого.

Темы бесед могут быть самыми различными, уместно говорить о пище, которую едят дети: из каких продуктов она сделана, откуда эти продукты появились и т.д. но не следует беседу за столом превращать в подобие обучающего занятия. Если кто-то из детей переводит разговор на другую тему, пусть так оно и будет. Важно, чтобы у ребенка в процессе разговора сформировалось свое мнение по поводу обсуждаемых вопросов. Желательно, чтобы воспитатель воздерживался от высказывания решающего мнения.

Быть выслушанным – право ребенка, и оно должно быть соблюдено. Необходимо поддерживать инициативу детей в беседе, помогать им развивать свою мысль. Если дети спокойно ведут разговор между собой и все участвуют в нем, воспитатель может и не вмешиваться, а лишь следить за тем, чтобы не нарушались правила беседы.

Каждый ребенок, подходящий к столу, должен пожелать сидящим, приятного аппетита, а те, в ответ, поблагодарить. Выходя из-за стола, ребенок желает оставшимся приятного аппетита еще раз.

«Спасибо» обслуживающим его людям он говорит всякий раз, когда ему подают еду, убирают посуду и т.п. Выходя из-за стола, ребенок еще раз говорит «Спасибо», обращаясь по имени отчеству к младшему воспитателю.

Посуду дети за собой не убирают, **это делает младший воспитатель**. Дети убирают за собой только кружки. Тарелки после супа и второго блюда следует убирать немедленно, так как стол должен выглядеть всегда опрятно.

## **2. Как пользоваться столовыми приборами, салфетками, держать чашку.**

Столовыми приборами необходимо учить пользоваться правильно. Дети до 3 лет пользуются ложкой. Детей второй младшей группы, со второй половины учебного года столовой ложкой едят первое блюдо. При употреблении в пищу второго блюда пользуются вилкой. При этом вилку и ложку необходимо держать правильно. Дети старшего дошкольного возраста пользуются ножами во время завтрака, для приготовления бутерброда с маслом.

Бумажной салфеткой дети должны пользоваться по мере необходимости. Ее следует приложить к губам, затем, сжав, в комочек, положить на использованную тарелку или специально подготовленный контейнер, если пища не доедена, рядом с тарелкой.

Чашку с ручкой берут указательным пальцем, который просовывают в ручку, сверху накладывается большой палец, а под руку помещают средний – для обеспечения устойчивости. Безымянный палец и мизинец прижимают к ладони.

К шести годам ребенок должен знать и соблюдать основные правила поведения за столом и не делать того, что может быть окружающим неприятным: чесаться, ковырять в зубах, жевать с открытым ртом, причмокивать губами, оставлять ложку в чашке, есть с ножа, облизывать пальцы, набивать до отказа рот.

Остатки супа необходимо доедать, наклонив тарелку от себя. Ложку оставлять в тарелке.

Салаты, вторые блюда, омлет, суфле, пудинг (начиная со второй младшей группы) дети едят с помощью вилки, поддевая порцию, держа вилку зубцами вверх, при этом помогают кусочком хлеба.

Кашу едят столовой ложкой.

Фрукты едят по-разному. Малышам чистит и режет фрукты младший воспитатель. Дети старшего дошкольного возраста фрукты чистят самостоятельно. Допускается резать на дольки яблоки и апельсины.

Масло, джем на хлеб (батон) дети намазывают ножом самостоятельно (начиная со старшей группы).

Пироги, печенья, пряники дети едят, держа их в руке.

Суп с хлебом можно есть, держа хлеб в левой руке и откусывая прямо от куска.

### **Сервировка стола**

Хорошая сервировка стола имеет большое значение для улучшения аппетита детей и закрепления культурных навыков. В приготовление столов для питания активное участие принимают дежурные. Посуда должна быть небольшого размера, а главное, привлекательной: с изящным рисунком, красивой формы. Для детей младшего возраста удобны обыкновенные детские глубокие тарелки; для детей 5-6 лет лучше иметь среднего размера (на 300-400 г). Хорошо иметь мелкие тарелки двух размеров: десертные — за завтраком и полдником и мелкие, соответственно размеру глубоких тарелок, — для вторых блюд.

Ложки для малышей удобны десертные, старшим детям, можно давать обычные - столовые. Нужны и чайные ложки для компота, творога и других блюд. Вилки следует давать детям начиная со второй младшей группы (вторая половина года). Детей 5—6 лет нужно приучать пользоваться и вилкой, и ножом.

#### ***К завтраку стол сервируется следующим образом:***

На середину стола ставится хлебница с хлебом и маслом, салфетница, блюдца (если столы совмещены, то на каждый стол отдельно). Затем раскладывают ложки, ножи (для масла) — старший дошкольный возраст. Нож и ложка располагается справа от тарелки. Кружки ставятся в центре стола, по количеству детей.

Основное блюдо (каша, молочный суп) детям подает младший воспитатель перед тем, как они сядут за стол. Убирают посуду слева от сидящего ребенка.

Если на завтрак подают яйца, их кладут каждому ребенку в тарелку.

#### ***К обеду стол сервируется следующим образом:***

На середину стола ставится хлебница, салфетница (если столы совмещены, то на каждый стол отдельно). Затем раскладывают ложки, вилки, с правой стороны, от тарелки. Кружки ставятся в центре стола, по количеству детей. Салат подается в салатниках.

**Младший воспитатель** перед тем, как дети сядут за стол, нарезает хлеб, разливает компот, а затем разливает первое блюдо. В группах младшего возраста, второе блюдо подается после того, как ребенок съест первое блюдо. Если младший воспитатель внимательно следит за детьми во время еды, она всегда успеет вовремя подать каждому второе блюдо. А в старших группах на стол ставятся первое и второе блюдо вместе.

***К полднику стол сервируется:***

В центре стола ставится салфетница, кружки. Выпечка или печенье подаются каждому на индивидуальной тарелке.

***К ужину стол сервируется*** так же, как и к завтраку. Не подается только масло.

### **Этикет кормления**

Во время кормления детям раннего возраста надо надевать нагрудники. В распоряжении детей должны быть и салфетки. А после полутора лет они должны научиться самостоятельно, пользоваться ими. Воспитатель приучает ребёнка держать ложку в правой руке, за середину черенка, обхватив сверху пальцами. Детей учат, есть и первое, и второе блюдо с хлебом, не брать пищу из тарелки руками, мясное блюдо есть с гарниром, пользоваться салфеткой.

Блюда должны подаваться своевременно, чтобы, сев за стол, малыш тут же начал есть, т.е. недопустимо сажать детей за пустые столы.

Надо помнить, что движения ребёнка ещё мало координированы, и требовать от него соблюдения полного порядка во время еды нельзя. Дети быстро утомляются и, утолив голод, начинают отвлекаться или совсем перестают есть. Взрослые должны помочь им закончить обед. Если малыш всё – таки отказывается от еды, настаивать не следует.

Дети должны усвоить правила: нельзя выходить из-за стола с куском хлеба, пирога, яблока и т.д.; нельзя выходить, если рот наполнен непрожёванной пищей. Уже в этом возрасте ребёнок должен благодарить взрослого после еды, задвигать свой стульчик.

Во время еды воспитателю следует разговаривать с детьми («Ешьте, дети, суп вкусный»; «Катя, возьми хлеб, откуси кусочек»; «Мария Ивановна, Саша съел суп, положите и ему, пожалуйста, котлету с картошкой. Вкусная котлетка, ешь, Саша» и пр.), использовать художественное слово.

Важное требование, предъявляемое к персоналу и педагогам, – не создавать своими действиями и словами напряжённую обстановку, когда едят дети. Взрослые должны помнить постоянно о том, что дети только вступили этот мир и многого ещё не умеют. Приучая их к хорошим манерам, следует снисходительно относиться к промахам, не порицать и не торопить. Манерам нужно обучать непринужденно, спокойно и лучше всего собственным примером, приходя на помощь всякий раз, когда ребенок испытывает затруднения. Второе требование касается принуждения ребенка во время еды.

Каждый ребенок рождается на свет с присущими ему хорошо функционирующими механизмом голода, который показывает, когда следует, есть, а когда остановиться. Если взрослые и сам ребенок не мешают этому механизму, то на отсутствие аппетита никто не жалуется и рост происходит нормально. Вмешательство в деятельность этого тонкого устройства может вызвать серьезные эмоциональные трудности в развитии ребенка,

которые, возможно, будут сопутствовать ему в течение всей жизни. Вкусы ребенка могут быть наследственными и формироваться в семье в силу особенностей ее питания.

Во время сервировки столов к процессу питания активное участие принимают дежурные. Дежурить дети начинают со второй младшей группы. Дежурные тщательно моют руки с мылом, надевают фартук и колпак на голову. Процесс дежурства детей контролирует младший воспитатель. Дежурные ставят на стол салфетницы и посуду, раскладывают столовые приборы. Дети старшего возраста раскладывают хлеб.

#### Памятка для младших воспитателей.

| Группа                                            | Культурно-гигиенические навыки                                                                                                                                                                                                  | Труд                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Группа раннего возраста.<br>Первая младшая группа | Формирование элементарных навыков за столом: самостоятельно пользоваться столовыми и чайными ложками, салфеткой; не крошить хлеб, тщательно пережевывать пищу, правильно держать кружку, пить самостоятельно.                   |                                                                                                                                                                                             |
| Вторая младшая группа                             | Формирование элементарных навыков за столом: правильно пользоваться столовой и чайными ложками, вилкой, салфеткой; не крошить хлеб, пережевывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать с полным ртом, полоскать рот после еды. | Во второй половине года формирование умений, необходимых при дежурстве (помогать накрывать стол к обеду (раскладывать ложки, вилки, расставлять хлебницы (без хлеба). Тарелки, чашки и т.п. |
| Средняя группа                                    | Совершенствование навыков аккуратного приема пищи: пищу брать понемногу, хорошо пережевывать, есть бесшумно, правильно пользоваться столовыми приборами (ложка, вилка), салфеткой, полоскать рот после еды.                     | Формирование умения самостоятельно выполнять обязанности дежурного: аккуратно расставлять хлебницы, чашки с блюдами, ставить салфетницы, раскладывать столовые приборы (ложки, вилки).      |
| Старшая группа                                    | Совершенствовать культуру еды: умение правильно пользоваться столовыми приборами (вилкой, ножом), есть бесшумно, аккуратно, сохраняя правильную осанку за столом; обращаться с просьбой, благодарить.                           | Формирование желания добросовестно выполнять обязанности дежурных: сервировать столы.                                                                                                       |
| Подготовительная группа                           | Закрепление умения аккуратно пользоваться столовыми приборами. Закрепление умения обращаться с просьбой, благодарить.                                                                                                           | Формирование умения добросовестно выполнять обязанности дежурных: сервировать столы.                                                                                                        |

Дежурство вводятся *со второй младшей группы*, во второй половине учебного года и ставят перед ребёнком только одно условие: помочь младшему воспитателю накрыть на стол.

Ребёнок раздаёт ложки, ставит хлебницы, кружки, салфетницы. Понимание обязанности ещё не доступно детям до четырёх лет, и было бы неправильно выдвигать перед ними такое требование. В руководстве детьми педагог опирается на их интерес к процессу деятельности, создаёт эмоционально-положительное отношение к нему, объясняет необходимость потрудиться и всячески поощряет любую попытку ребёнка проявить самостоятельность. Он формирует у детей представление о значимости труда дежурных, об очерёдности в выполнении порученного дела.

Воспитатель работает над формированием элементарных навыков за столом: правильно пользоваться столовой и чайными ложками, вилкой, салфеткой; не крошить хлеб, пережевывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать с полным ртом.

*В средней группе* воспитатель использует в начале года (сентябрь – октябрь) те же приёмы, что и в младшем возрасте, с тем, чтобы узнать, насколько дети овладели умениями, дать им привыкнуть к условиям жизни в группе.

Далее у детей формируют умения самостоятельно выполнять обязанности дежурного: аккуратно расставлять хлебницы, чашки, ставить салфетницы, раскладывать столовые приборы (ложки, вилки).

Выходя из-за стола, ребенок убирает за собой только свою чашку.

Дежурства продолжают иметь место в *старшей и подготовительной к школе группе* дошкольного учреждения, постепенно усложняясь и по содержанию труда, и по формам объединения детей, и по требованию к самостоятельности в процессе работы, а так же по самоорганизации в процессе деятельности. Смена дежурных проводится ежедневно. В содержание труда дежурных входит полная сервировка стола: аккуратно раскладывать столовые приборы (ложки, вилки, ножи); расставлять хлебницы, салфетницы, кружки.