[КОНСУЛЬТАЦИИ ДИЕТСЕСТРЫ](http://detsad9.kz/category/konsultatsii-dietsestry/)

Питание в детском саду и дома

Организация питания детей в детском саду должна сочетаться с правильным питанием в семье (дома). Питание вне детского сада должно дополнять рацион, получаемый в детском саду. В информационных  уголках групп дошкольной организации, для ознакомления родителей, размещено  меню на каждый день.

Утром, до отправления ребенка в детский сад, кормить малыша нежелательно. Это нарушает режим питания, приводит к снижению аппетита и, как следствие,  ребенок плохо завтракает в группе.

Перед поступлением ребенка в детский сад рекомендуем  приблизить режим питания и рацион к условиям детского сада, особенно те блюда, которые дома не готовят.

Правильно организованное и сбалансированное питание в детском саду и дома важно для здоровья ребенка. Сохранение здоровья детей является основной задачей детского сада.

**Чтобы воспитать культуру поведения и формировать навыки поведения за столом обратите внимание на то**

* как ест ваш ребенок, правильно ли он пережевывает пищу,
* каково его поведение за столом,
* умеет ли он пользоваться столовыми приборами, салфеткой.

**Придерживайтесь следующих правил:**

1. На столе всегда должен быть порядок, чистота, сервировка.
2. За столом необходимо всегда находиться с чистыми лицом и руками.
3. За столом трапеза должна проходить без крика и резких замечаний взрослого.
4. Дети должны правильно пользоваться столовыми приборами и салфетками.
5. Необходимо обращать внимание на то, чтобы ребенок благодарил за еду.

**Уважаемые родители, помните, что правила поведения ребенка за столом и правила этикета должны  соблюдаются как дома, так и в детском саду.**

**То, чему научили ребенка в дошкольном детстве, останется на всю жизнь.**