

# Культура питания в детском саду

*Бюллетень  
для родителей*

## Задача детского учреждения

В детском саду организация питания напрямую связана со столовым этикетом. Воспитатели формируют культурно-гигиенические навыки дошкольников, знакомят с элементами столового этикета.

## Педагог учит

Брать пищу понемногу, хорошо пережевывать, есть бесшумно, правильно пользоваться столовыми приборами, салфеткой, держать осанку, полоскать рот после еды. Умению ценить чужой труд.



Подготовила Козленкова А. В.



## Причины плохого аппетита

Повышенная возбудимость, заболевание, недостаточная деятельность слюнных желез, увеличенные миндалины, привычка потреблять однообразную пищу.



## Педагог учит на личном примере

Положительному отношению к пище!  
Хорошим манерам!  
Быть вежливыми!





## Что можно делать за столом

За столом мы не только едим, но и общаемся: разговариваем, слушаем, улыбаемся. Разговариваем негромко, немного и со свободным ртом. Поворачиваем только голову, сидим прямо, локти не ставим, благодарим за прием пищи!

## За столом не говорят

«Ой, опять гороховый суп! Я его не люблю!» «Это невкусно!»,  
«Выглядит неаппетитно, фу!»

Это может испортить аппетит остальным.



# Дежурство как труд и способ воспитания культуры

Для ребенка это приятная обязанность! У детей формируется ответственность, трепетное отношение к посуде, хлебу. Ребенок развивает старательность, активность, трудолюбие ...



Мы дежурные сегодня.  
Станем няне помогать,  
Аккуратно и красиво  
Все столы формировать!

Подготовила Козленкова А. В.



# Плакат с меню

Дает детям возможность рассматривать, узнавать и обсуждать блюда.



Подготовила Козленкова А. В.





## Хитрости для малоежек

Максимальное разнообразие ежедневного рациона!

Красивая сервировка стола!

Интересно оформляйте блюда!

Правильный режим питания!

## Народная мудрость

Какова еда — таково и житьё!

Ешь правильно — и лекарство не надо!

Поешь рыбки — будут ноги прытки!

Подготовила Козленкова А. В.