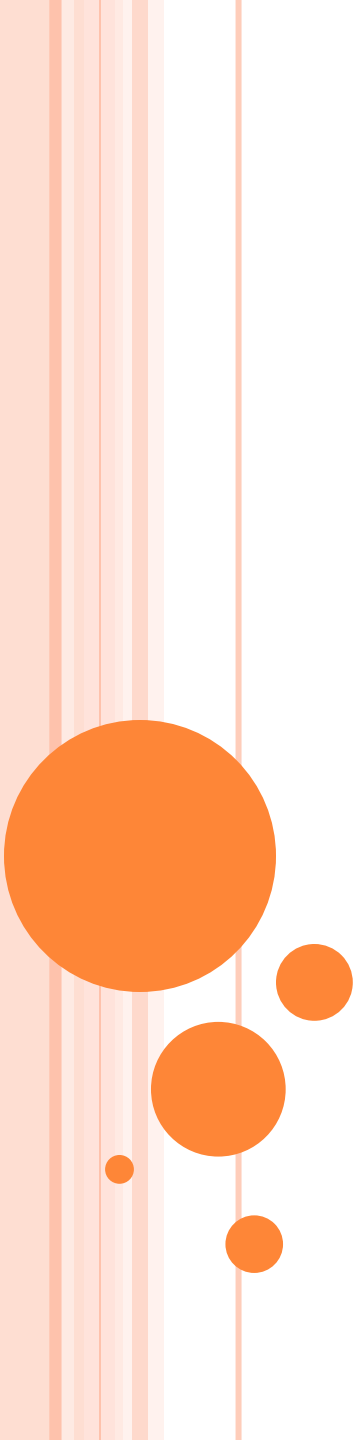
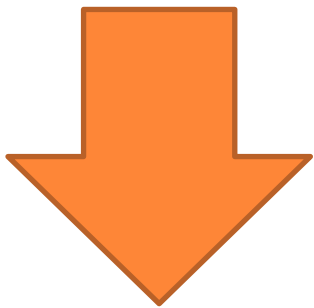




# **«ОСОБЕННОСТИ ПРИГОТОВЛЕНИЯ, ОФОРМЛЕНИЯ И ОТПУСК ГОРЯЧИХ БЛЮД ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ»**

**Выполнила: студентка группы Т2-22, 4 курс  
Сафронова Ольга Сергеевна**

Цель  
исследования



Изучение основных аспектов  
детского питания и  
особенности приготовления,  
оформления и отпуск горячих  
блюд.

Задачи  
исследования

1. Рассмотреть особенности приготовления блюд для детского питания.
2. Изучение особенности приготовления, оформления и отпуск горячих блюд.
3. Изучение способов приготовления детских блюд.
4. Ознакомиться с меню детского питания и особенностями приготовления, оформления и отпуск горячих блюд.



Продукты для питания детей должны быть  
свежими, качественными, вкусными и  
высокопитательными.



НА КАЧЕСТВО ГОТОВЫХ БЛЮД БОЛЬШОЕ ВЛИЯНИЕ  
ОКАЗЫВАЕТ ПЕРВОНАЧАЛЬНАЯ ОБРАБОТКА ПРОДУКТОВ —  
УДАЛЕНИЕ НЕКАЧЕСТВЕННЫХ ЧАСТЕЙ, ТЩАТЕЛЬНАЯ  
ПРОМЫВКА И ОЧИСТКА.



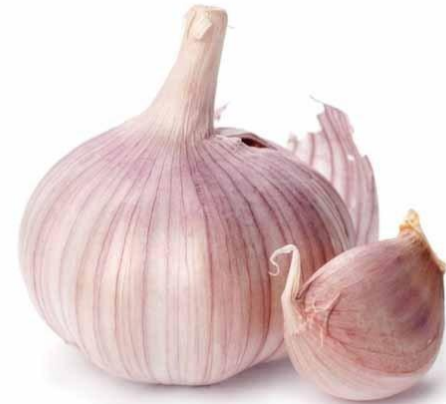
## ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ ОТ 1 ГОДА ДО 3-х ЛЕТ

- Постепенно расширяйте рацион вашего ребенка: давайте мясо в виде обжаренных котлет, запеканок, фрикаделек, овощи и крупы не только в протертом виде, но и в виде оладьев, винегретов, сырые овощи, ржаной хлеб.



## ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ ОТ 3-Х ЛЕТ ДО 7-МИ ЛЕТ

- ❑ Расширяется рацион ребенка: включаются соленые и жареные блюда, приправы, чеснок.



## ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ ОТ 7-ми ДО 11-ти ЛЕТ

- В меню должны присутствовать различные салаты, свежие фрукты и овощи. Сохраняется большое количество молока и молочных продуктов. Включаются жирные блюда из баранины и свинины, острые соусы, специи.



## ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ ОТ 11-ТИ ДО 14-ТИ ЛЕТ

- В рационе ребенка этого возраста в обязательном порядке должны присутствовать белки и жиры животного происхождения (молоко, мясо, рыба, яйца), углеводы (хлеб, крупы, макаронные изделия, овощи, фрукты).



## ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ ВО ВРЕМЯ УЧЕБЫ И ЭКЗАМЕНОВ

- С помощью правильного и продуманного питания можно помочь учащемуся ребенку развить память, улучшить способности и снять усталость. Как это можно сделать? Предложите ему орехи: миндаль и грецкий орех — для укрепления памяти и развития способностей; сухофрукты: инжир, изюм — также для хорошей памяти и снятия усталости.



# Блюда и гарниры из овощей

