



jednostka budżetowa
miasta stołecznego
Warszawy

STANDARDY ŻYWIENIA

Żłobek nr 4
ul. Wiktorska 94/96
02-582 Warszawa



STANDARD ŻYWIENIA DZIECI W ŻŁOBKU NR 4

Prawidłowe żywienie ma bardzo duży wpływ
na rozwój poznawczy Twojego dziecka.

Odpowiednio zbilansowana dieta dostarcza składników,
które wspierają dojrzewanie i funkcjonowanie mózgu,
a co za tym idzie wpływają na prawidłowy rozwój
zdolności, takich jak: percepcja, pamięć,
koncentracja uwagi czy myślenie.

CO SIĘ DZIEJE W NASZEJ KUCHNI...

- Posiłki w Żłobku nr 4 przygotowywane są we własnej kuchni, zgodnie z zasadami GMP, GHP, HACCP.
- W żłobku dziecko otrzymuje 4 posiłki :
I Śniadanie, II Śniadanie, Obiad (II Danie), Zupa +Deser
- Jadłospisy powstają wg zaleceń dotyczących żywienia dzieci zdrowych, opracowanych przez Zespół Ekspertów powołany przez Krajowego Konsultanta ds. Pediatrii
- Możliwość zastosowania diety eliminacyjnej na pisemne zalecenie lekarza specjalisty
- Nie podajemy słodczy
- Soki, napoje, ciasta, desery przygotowujemy w oparciu o naturalne surowce.

CO SIĘ DZIEJE W NASZEJ GRUPIE...

- Myjemy ręczki dziecku przed i po posiłku
- Śliniaki są opcjonalne
- Dajemy swobodę w kształtowaniu umiejętności samodzielnego jedzenia rączkami, później posługiwania się łyżeczką
- Posiłkom towarzyszy przyjazna atmosfera w jadalni i towarzystwo rówieśników.
- Posiłki są kolorowe, smaczne, dzieci poznają nowe smaki i zapachy, kształtując zdrowe preferencje żywieniowe
- Dbamy o estetykę serwowanych potraw na talerzu.
- Nie rozdrabniamy potraw
- Opiekun wyraża się zawsze dobrze o potrawach, poświęca uwagę dzieciom, nazywa to co znajduje się na talerzu, oraz zwraca uwagę na kolory i kształty.
- Panie nie zmuszają dzieci do jedzenia

WODA – KSZTAŁTOWANIE ZDROWEGO NAWYKU PICIA WODY

- Dzieci do posiłków głównych otrzymują różne napoje (herbata, mięta, kompot itp.)
- Między posiłkami dzieci mają stały i nieograniczony dostęp do wody do picia
- W celu kształtowania zdrowego nawyku częstego picia wody, każde dziecko przynosi z domu bidon, który w żłobku uzupełniamy wodą. Jest on dostępny przez cały dzień, stale w zasięgu dziecka.
- Opiekunki zachęcają dzieci do picia wody

WŁACZANIE DZIECI W KSZTAŁTOWANIE DOBRYCH NAWYKÓW

- Przed posiłkiem dzieci mogą rozkładać sztućce, roznosić miseczki z owocami
- Po posiłku dzieci są zachęcane do przysuwania swoich krzesłek do stołu
- Wspólne zabawy, gry, zajęcia plastyczne, ruchowe, muzyczne,
z wykorzystaniem wiedzy o zdrowych produktach
- Współpraca z Rodzicami w kształtowanie zdrowych nawyków razem z dziećmi.