

DOBRE PRAKTYKI

ZASADY SPOŻYWANIA POSIŁKÓW

W GMINNYM PRZEDSZKOLU IM. JULIANA TUWIMA W STRASZYNIE

I. CEL:

Zasady spożywania posiłków mają na celu rozszerzanie diety dzieci w wieku przedszkolnym i ujednolicenie działań zachęcających dzieci do próbowania, smakowania wszelkich proponowanych potraw.

Dokument ujednolica działania wszystkich pracowników przedszkola w zakresie proponowania i motywowania dzieci do smakowania nowych dla nich potraw.

II. OPIS ZASAD:

1. Śniadanie:

- Każde dziecko otrzymuje zupełną mleczną (jeśli jest).
- Zjadamy, kosztujemy i dopiero przechodzimy do kanapek.
- Każde dziecko wybiera kanapkę z serem/wędliną/masłem/ twarogiem lub pastą i DODATKOWO jeden z dostępnych warzyw.
- Właściwym byłoby, aby dzieci samodzielnie komponowały kanapki z dostępnych na każdym stoliku składników.

2. Obiad:

- Każde dziecko otrzymuje zupełną.
- Zjadamy, kosztujemy i dopiero przechodzimy do drugiego dania.
- Przy drugim daniu z ziemniakami zjadamy 2 z 3 składników do wyboru przez dzieci, nie polewamy wszystkiego sosem (dodajemy z boku lub na prośbę dziecka). Wskazane jest, aby dzieci mogły same komponować posiłek z rozłożonych na każdym stoliku składowych drugiego dania.
- Przy drugim daniu 2-składnikowym (makarony, ryże, kasze z sosami) nie dajemy „suchego”. Nalewamy sos jednak obok, żeby dziecko miało możliwość zjedzenia czegokolwiek, chyba, że samo poprosi. Nie zadajemy pytań „Czy chcesz z sosem?”, a „Czy połączyć na czy obok np. makaronu?”
- Jeżeli drugie danie jest dla dziecka trudne do zjedzenia otrzymuje dodatkę zupy.
- Zasady powinny być wprowadzone od początku i konsekwentnie realizowane.

3. Podwieczorek:

- Każde dziecko otrzymuje kaszę/budyń/kisiel/galaretkę/sałatkę owocową.
- Zjadamy, kosztujemy i dopiero przechodzimy do kolejnego składnika podwieczorku.
- Jeśli są warzywa zawsze wybieramy 1 z warzyw (dajemy dziecku wybór).

III. TRYB DOKONYWANIA ZMIAN W USTALONYCH ZASADACH:

1. Wszelkie zmiany w opracowanych zasadach może dokonać z własnej inicjatywy lub na wniosek Rady Pedagogicznej lub pracownika niepedagogicznego dyrektor przedszkola.
2. Proponowane zmiany nie mogą być sprzeczne z prawem.

IV. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Wszyscy pracownicy przedszkola elastycznie ale jednocześnie konsekwentnie realizują ustalone działania. Dzieci traktowane są podmiotowo.
2. Zgodnie z założeniem, że każdy człowiek lubi o sobie stanowić, zakładamy, że im częściej dziecko samo dokona wyboru potraw, tym chętniej je zjada.