РЕКОМЕНДАЦІЇ

щодо особливостей організації харчування дитини

під час адаптації до умов в ЗДО

Не варто намагатися змінювати стереотип поведінки дитини, зокрема і звички харчування, у перші дні перебування в дошкільному навчальному закладі.

Не змушуйте дитину їсти, якщо вона відмовляється, до нового оточення.

Підсолюйте порцію дитини невеликою кількістю солі, якщо вдома дитина звикла до солонішої їжі. Згодом кількість солі можна зменшити до загального рівня. Така поступова адаптація дитини до смакових особливостей їжі в дитячому садку триває два-три тижні.

Порадьте батькам на початку періоду адаптації годувати дитину сніданком удома спокійно і без поспіху

Нову для дитини страву вводьте в раціон невеликими порціями. Ліпше покласти дитині меншу кількість їжі, а потім, за її бажання, додати ще.

поясніть дитині корисність нової страви, що допоможе перебороти її неофобію та сприятиме зацікавленню новою стравою. Поінформуйте дитину про склад страви, спосіб її приготування, смак долучіть дитину до розмови про страву чи її компоненти.

Порадьте батькам приготувати вдома нову страву відповідно до меню дитячого садка.

Дошкільника-новачка    під час обіду можна    посадити за стіл до дітей,   які добре їдять. Вплив однолітків та    бажання наслідувати оточення позитивно позначаться на бажанні дитини їсти.