

Żywnienie w Żłobku



ZDROWO JEMY, ZDROWO ROŚNIEMY

Drogi rodzicu !!!

- Zadbaj o spokojną, pogodną atmosferę przy posiłkach.
- Włączaj dziecko do prostych czynności związanych z przygotowaniem posiłków.
- Nie podawaj zbyt dużych porcji posiłku, gdyż może to zniechęcać dziecko do jedzenia.
- Zwracaj uwagę na barwę potraw. Kolorowe posiłki, a do tego ładnie podane, zwiększają zainteresowanie dziecka jedzeniem i pobudzają apetyt.
- Nie zmuszaj dziecka do jedzenia dużych porcji. Po ukończeniu przez dziecko 1. roku życia stopniowo zmniejsza się tempo rozwoju, a tym samym obniża się jego zapotrzebowanie na energię i składniki odżywcze.
- Nie pozwalaj dziecku na podjadanie między posiłkami.
- Nie nagradzaj i nie pocieszaj malucha słodyczami.
- Przygotowując posiłki dla dziecka, pamiętaj, aby w najwyższym stopniu dbać o higienę.
- Zwracaj uwagę na higienę pierwszych ząbków swojej pociechy, szczególnie przed snem.

Polecane strony:

<http://www.mz.gov.pl>

<http://przepisy-dla-dzieci.pl/>

Dane kontaktowe:

Gminny Żłobek w Dziemianach

ul. Wyzwolenia 20,

83-425 Dziemiany

Telefon: 725 280 210

zlobek@dziemiany.pl