

UBND QUẬN LONG BIÊN
TRƯỜNG MẦM NON HOA SỮA

SÁNG KIẾN KINH NGHIỆM

**Một số kinh nghiệm trong công tác “ Kỹ thuật chế biến món ăn
và vệ sinh an toàn thực phẩm trong trường mầm non”**

Lĩnh Vực/Môn: Chăm sóc nuôi dưỡng

Cấp học: Mầm non

Họ và tên tác giả: Nguyễn Thị Thu Hà

Chức vụ: Nhân viên nuôi dưỡng

ĐT: 0329977434

Đơn vị công tác: Trường mầm non Hoa Sữa

Quận Long Biên – Hà Nội

Long Biên, tháng 4 năm 2022

MỤC LỤC

STT	NỘI DUNG	Trang
I	ĐẶT VẤN ĐỀ	1,2
II	GIẢI QUYẾT VẤN ĐỀ	7
1	Cơ sở lý luận của sáng kiến kinh nghiệm	8
2	Thực trạng của vấn đề trước khi áp dụng SKKN	9
3	Các biện pháp đã tiến hành	10
	<i>Biện pháp 1: Kỹ thuật chế biến món ăn</i>	
	<i>Biện pháp 2: Một số món ăn dành cho trẻ mầm non</i>	11
	<i>Biện pháp 3: Phối hợp với gia đình trẻ về các kỹ thuật chế biến món ăn và vệ sinh an toàn thực phẩm</i>	12
	<i>Biện pháp 4: Bồi dưỡng về chuyên môn nghiệp vụ</i>	13
III	KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ	
1	Ý nghĩa của SKKN	14
2	Bài học kinh nghiệm	
3	Ý kiến đề xuất	
	PHỤ LỤC	
IV	TÀI LIỆU THAM KHẢO	

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Vì lợi ích 10 năm trồng cây

Lợi ích 100 năm trồng người .

Câu nói đó đã gắn liền và cũng là mục tiêu quan trọng nhất của ngành giáo dục trong mọi thời đại. Bởi trẻ em là nguồn hạnh phúc của mỗi gia đình là tài sản quý giá của dân tộc đồng thời đó cũng là những chủ nhân tương lai của đất nước “ Trẻ em như búp trên cành” những búp non cần được nhen nhủ chăm sóc giáo dục để yêu thương, hình thành và phát triển nhân cách.

Chính vì vậy trong giai đoạn hiện nay chất lượng dinh dưỡng và kỹ thuật chế biến món ăn phải đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm có tính chất quan trọng không phải chỉ riêng của một người mà là của toàn xã hội, cả cộng đồng và nhất là trong ngành giáo dục Mầm non.

Ngày nay khi cuộc sống chở nên đầy đủ và sung túc thì nhu cầu ăn uống của con người cũng sẽ thay đổi, đồ ăn phải ngon, đẹp mắt, và phải đảm bảo cung cấp đầy đủ các chất dinh dưỡng để có được sức khỏe tốt.

Để phát triển cả về thể chất lẫn trí tuệ, tư duy thì vấn đề quan trọng nhất không thể thiếu là việc lựa chọn đúng thực phẩm và chế biến thực phẩm phải đảm bảo đúng vệ sinh an toàn thực phẩm.

Ở trẻ em cũng vậy, muốn trẻ phát triển một cách toàn diện và đúng cách thì phải coi trọng việc chăm sóc và nuôi dưỡng. Vì ở lứa tuổi này sức đề kháng của trẻ vẫn còn non yếu, tỷ lệ suy dinh dưỡng, béo phì vẫn cao. Vì lẽ đó trong nhiều năm qua cả cộng đồng nói chung và cấp bậc mầm non nói riêng đã có rất nhiều các biện pháp nhằm nâng cao chất lượng dinh dưỡng của bữa ăn, các cách chế biến món ăn cho hợp lý và vệ sinh an toàn thực phẩm phải được đảm bảo.

Nuôi dưỡng là nhiệm vụ quan trọng trong quá trình chăm sóc và giáo dục trẻ mầm non. Giúp cho trẻ có được sức khỏe tốt và phát triển một cách toàn diện. Để đặt nền móng cho việc hình thành nhân cách và chuẩn bị tốt cho trẻ bước vào tiểu học thì phải làm tốt công tác nuôi dưỡng.

Bản thân tôi là một nhân viên nuôi dưỡng trong trường . Tôi luôn suy nghĩ phải làm thế nào để có thực phẩm sạch ,tươi ngon để tạo ra các món ăn ngon hấp dẫn phù hợp với từng lứa tuổi , đúng mùa đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm để trẻ ăn hết suất.

Do vậy không nên có thái độ hay cái nhìn coi thường cách chế biến các món ăn cho xong chuyện mà phải biết nhu cầu dinh dưỡng của cơ thể và giá trị dinh dưỡng của các nhóm thức ăn. Để biết cách chọn và ăn cho phù hợp với nhu

cầu của từng giai đoạn phát triển của con người. Nhất là ở lứa tuổi mầm non, lứa tuổi mà toàn xã hội hết sức quan tâm.

Chính vì lý do này tôi chọn đề tài : **“Kỹ thuật chế biến món ăn và vệ sinh an toàn thực phẩm trong trường mầm non”**.

II. GIẢI QUYẾT VẤN ĐỀ

1. Cơ sở lý luận của sáng kiến

Chế độ dinh dưỡng cho trẻ mầm non có vai trò vô cùng quan trọng cho sự phát triển toàn diện của trẻ . Hơn nữa chăm sóc nuôi dưỡng cũng là nhiệm vụ quan trọng trong quá trình chăm sóc trẻ tại trường mầm non. Muốn có chất lượng nuôi dưỡng tốt thì đội ngũ nhân viên nuôi dưỡng phải có kinh nghiệm và năng lực tốt.

Bản thân mỗi cô nuôi thì phải luôn tìm tòi ,sáng tạo để nâng cao chất lượng món ăn cho trẻ, món ăn có hấp dẫn thì mới kích thích được vị giác của trẻ tạo cho trẻ có cảm giác thèm ăn ,trẻ mầm non thường khó ăn và lại nhanh chán những món ăn cũ . Vì vậy cần phải cải tiến, sáng tạo các món ăn để phù hợp với chế độ ăn của trẻ, giúp trẻ ăn ngon miệng và ăn hết suất ăn giúp trẻ phát triển cân đối và

toàn diện hơn. Bởi thực tế trẻ mầm non rất khó tiếp cận món ăn mới nhưng với món ăn cũ thì cần phải cải tiến, sáng tạo cách chế biến để tối ưu và phù hợp đối với trẻ.

Để làm được điều đó mỗi người chúng ta cần phải nắm rõ được sở thích ăn uống của trẻ để phối hợp xây dựng thực đơn cho phù hợp với chế độ ăn và lứa tuổi của trẻ, sẽ giúp trẻ ăn ngon miệng hơn, ăn hết suất giúp trẻ phát triển khoẻ mạnh, cân đối.

2.Thực trạng của vấn đề

2.1. Thuận lợi

- Trường mầm non Hoa Sữa nằm trên địa bàn phường ,nơi tập chung nhiều khu công nghiệp . Có mật độ dân cư đông đúc.

- 100% CB GV NV nhà trường đã tiêm phòng đủ 3 mũi vacxin phòng covid – 19

- Trường có 20 lớp: 18 lớp mẫu giáo, 2 lớp nhà trẻ. Bếp ăn đạt tiêu chuẩn bếp ăn 1 chiều

- Trình độ chuyên môn : 100% giáo viên nhân viên chuẩn bằng Cao Đẳng,Đại Học. Tập thể CB GV NV nhà trường luôn luôn đoàn kết yêu nghề, mến trẻ.

- Chế độ ăn của trẻ được chia làm 2 mùa : Mùa đông và Mùa hè .

- Mỗi năm trường thường tổ chức các buổi tập huấn về vấn đề an toàn thực phẩm tới toàn thể CB GV NV nhà trường.

2.2 Khó khăn

- Khó khăn lớn nhất là do dịch bệnh kéo dài nên trẻ không thể trực tiếp đến trường.

- Phần lớn phụ huynh có cái nhìn lệch lạc về vấn đề chăm sóc trẻ tại trường và chưa bao quát tới công việc cũng như tầm quan trọng của các cô nuôi .

- Tỷ lệ suy dinh dưỡng béo phì vẫn còn tồn tại.

- Thời tiết thay đổi khi giao mùa dẫn đến dịch bệnh xảy ra : Thủy Đậu ; Tay Chân Miệng.... ảnh hưởng đến học tập của các con.

3. Các biện pháp đã tiến hành

3.1 Biện pháp 1: Kỹ thuật chế biến món ăn

* *Lựa chọn nguyên liệu*

Để có được món ăn ngon hấp dẫn trẻ không chỉ ở màu sắc và mùi vị thì khâu quan trọng nhất là lựa chọn thực phẩm. Mặc dù trường đã có hợp đồng cung cấp thực phẩm nhưng người tiếp nhận thực phẩm tại trường phải có kiến thức để nhận biết được các loại thực phẩm đảm chất lượng và vệ sinh an toàn thực phẩm. Khi lựa chọn thực phẩm phần lớn dựa vào chỉ tiêu cảm quan bên ngoài của nguyên liệu , các dấu hiệu nhận biết của bên vệ sinh dinh dưỡng mà bỏ qua các dấu hiệu mà mắt thường không phân biệt được. (*Hình ảnh 1*)

Sau đây là cách lựa chọn một số loại thực phẩm :

a. Thịt Lợn

TT	Chỉ số	Thịt tươi	Thịt kém tươi và ôi
1	Trạng thái bên ngoài	- Màng ngoài khô - Mỡ có màu sắc, độ rắn, mùi vị bình thường - Mặt khớp lang và trong - Dịch hoạt trong	- Màng ngoài nhớt nhiều hay bắt đầu nhớt - Mỡ có màu tối, độ rắn giảm, mùi vị ôi - Mặt khớp có nhiều nhớt
2	Vết cắn	Màu sắc bình thường	Màu kém tươi hơi ươn
3	Độ rắn và độ đàn hồi	Thịt rắn ,độ đàn hồi cao.Lấy ngón tay ấn vào thịt không để lại vết lõm khi bỏ tay ra	Thịt kém tươi và ôi khi ấn ngón tay vào sẽ để lại vết lõm và lâu trở về trạng thái bình thường.

4	Tủy và nước	Bám chắc vào thành ống tủy, nước trong có mùi thơm.	Tủy tróc ra khỏi ống tủy, nước đục có mùi hôi.
---	-------------	---	--

Một số thịt lợn bệnh.

- Lợn bị tụ huyết trùng : Thịt có những mảng bầm ,tụ máu
- Lợn gạo: Do ấu trùng hoặc kén giun sán
- Lợn tả: Xuất hiện các nốt nằm dưới da hoặc trên vành tai lấm tẩm như muỗi đốt.

- Lợn bị thương hàn: Bề mặt da có những vết bầm, thịt nhão, tai bị tím.
- Lợn bị viêm gan: Thịt lợn có màu vàng.

b. Thịt Bò:

Thịt tươi	Thịt ôi ,kém chất lượng
- Có màu đỏ đặc trưng	- Màu sẫm
- Mỡ vàng ,nhạt màu	- Mỡ vàng đậm
- Độ đàn hồi tốt	- Đàn hồi kém ,thịt nhão
- Bề mặt : Khô ,mịn	- Bề mặt ướt và nhớt
- Mùi : Có mùi đặc trưng	- Mùi hôi

Thịt bò bị bệnh:

- Lở mồm long móng
- Nội tạng xuất huyết , bầm đen ,mềm nhũn .Máu không đông hẳn ,trong tim có nhiều máu không đông , trên niêm mạc có những đốm máu đông lại tổ chức liên kết dưới da có dịch màu vàng.

- Thịt tươi có màu sắc tự nhiên từ trắng tới trắng ngà,da kín không có vết bầm,mốc hoặc có các vết lạ.

- Thịt gia cầm(gà,vịt,ngan) có mùi đặc trưng của gia cầm , không có mùi lạ

- Nội tạng : Kiểm tra gan , gan bình thường có màu sắc đặc trưng ,không bầm hoặc đốm.

- Thực phẩm chế biến sẵn phải thận trọng nên mua ở những cơ sở nguồn gốc đảm bảo yêu cầu vệ sinh an toàn thực phẩm.

c. Cá

	Cá tươi	Cá ươn
Mắt	- Trong suốt , nhãn cầu lồi	- Đục ,nhãn cầu khô và lõm

Thân cá	- Cơ cứng đặt trên tay không thông xuống.	- Có dấu hiệu lên men. Đặt trên tay thông xuống dễ dàng
Mang và Miệng	- Mang dán chặt vào hoa khế ,có màu đỏ tươi. Miệng ngậm cứng.	- Mang hơi cách hoa khế ,có màu nâu sẫm. Miệng há hãn.
Vẩy	- Tươi óng, dính chặt. Không dịch, không màu và không có mùi	- Vẩy mờ ,dễ bong tróc ,có mùi hôi.
Bụng	- Bình thường không phình	- Phình bụng
Hậu môn	- Thụt sâu , trắng nhạt	- Lòi ,đỏ bản
Thịt	- Rắn chắc có đàn hồi dính chặt vào xương sống	- Mềm nhũn ,rẽ bị tróc ra khỏi xương

d. Trứng: Bên ngoài vỏ có màu sáng . Không có vết sẫm đen, không bị dập. Khi soi qua ánh sáng có màu hồng trong suốt. Cảm lên có cảm giác nặng hay nhẹ, lắc thử nếu có tiếng động là trứng hỏng.

e. Rau củ quả: Có hình dạng màu sắc tự nhiên, không bị dập nát có mùi lạ. Với một số loại quả bên trong đã bị hỏng nhưng bên ngoài vẫn tươi do đã sử dụng hóa chất bảo quản. Nên cần kiểm tra kỹ

* **Sơ Chế**

Nghe có vẻ rề rề nhưng sơ chế lại là 1 khâu quan trọng trong quá trình chế biến món ăn. Bởi sơ chế là làm sạch nguyên liệu, loại bỏ những phần không ăn được, có ảnh hưởng không tốt tới chất lượng của món ăn. Sơ chế đúng cách còn tiết kiệm được nguyên liệu, giữ được giá trị dinh dưỡng của nguyên liệu hơn nữa còn đảm bảo vệ sinh sự tinh khiết của nguyên liệu.

Mỗi loại nguyên liệu đều có các cách chế biến khác nhau, cách sơ chế khác nhau để phù hợp với từng trường hợp khác nhau. (**Hình ảnh 2**)

* **Chế Biến**

Sau khi các nguyên liệu được sơ chế xong sẽ được đưa vào chế biến nhiệt. Các nguyên liệu trước khi đưa vào chế biến thường được tẩm ướp phụ gia để phù hợp với món ăn và làm cho món ăn ngon và hấp dẫn hơn.

Thời gian làm chín nguyên liệu phù thuộc vào khâu chế biến cách pha khối các nguyên liệu để phù hợp với mỗi món ăn, yêu cầu các món ăn sau khi chế biến xong phải có màu sắc tự nhiên của nguyên liệu, có mùi thơm, vị ngọt, nguyên liệu chín mềm không bị nát. (**Hình ảnh 3**)

*** Trình bày**

Để có được món ăn ngon miệng và đẹp mắt đòi hỏi người trình bày phải lựa chọn các nguyên liệu đi kèm để kết hợp với món ăn cho hài hòa đẹp mắt. Ngoài ra còn phải đảm bảo đủ chất dinh dưỡng, có hình thức đẹp về màu sắc mùi vị để hấp dẫn và kích thích được sự thèm ăn trong mỗi người, đặc biệt là đối với trẻ khi ăn bán trú tại trường.

Thực tế cho thấy trẻ sau khi tới trường học về các con đã kể rất nhiều với phụ huynh về các món ăn tại trường rằng các con rất thích các món ăn ở trường. Có phụ huynh còn chia sẻ và hỏi cách chế biến để nấu cho các con ăn tại nhà

3.2 Biện pháp 2: Một số món ăn giành cho trẻ mầm non

Món 1: Thịt bò ,thịt lợn hầm khoai tây cà rốt

+ Nguyên liệu :

Thịt bò

Thịt Lợn

Khoai tây

Cà rốt ,Cà chua

Hành lá, cần tỏi tây

Tỏi khô,dầu ăn

Gia vị : nước mắm, mỳ chính.

+ Sơ chế :

Thịt rửa sạch, thái miếng đem trần qua nước sôi để loại bỏ mùi hôi rồi đem xay nhỏ.

Cà rốt, khoai tây gọt vỏ, rửa sạch thái hạt lựu

Cà chua rửa sạch, cắt bỏ núm thái miếng cau (xay nhỏ)

Hành lá, cần tỏi tây cắt bỏ gốc rửa sạch thái nhỏ

+ Cách làm:

Tỏi khô bóc vỏ băm nhỏ cho chút dầu vào phi thơm sau đó cho cà chua vào xào trước. Sau đó cho thịt, gia vị vào xào đều, đun nhỏ lửa đảo đều tay cho thịt không bị vón cục. Sau đó đập vung hầm nhỏ lửa cho tới khi thấy thịt chín mềm ta cho khoai tây vào hầm sau đó cho cà rốt vào hầm. Khi các nguyên liệu chín mềm và nhừ ta cho hành lá và cần tỏi đã thái nhỏ vào trộn đều và tắt bếp.

+ Yêu cầu thành phẩm:

Tất cả các nguyên liệu phải chín mềm. Món ăn phải dậy mùi thơm của thịt bò, có vị ngọt của cà rốt, béo ngậy của thịt lợn. Màu sắc đẹp mắt và món ăn vừa ăn không được mặn. (*Hình ảnh 4*)

Món 2: Canh bí đỏ nấu thịt lợn.

Canh là món ăn phổ biến trong các bữa ăn hằng ngày của người dân Việt Nam, nhất là vào mùa hè khi thời tiết oi bức.

Nấu canh là một trong những phương pháp làm chín thực phẩm bằng cách dùng nhiều nước làm môi trường truyền nhiệt.

Nguyên liệu nấu canh lại rất phong phú và đa dạng từ động vật đến thực vật. Có thể dùng 1 loại rau với chút gia vị để nấu canh hoặc phối hợp với nhiều loại rau hay nhiều nguyên liệu khác nhau để tạo thành 1 món canh ngon có chất lượng.

+ Nguyên liệu:

Bí đỏ

Thịt lợn

Hành lá, hành khô; rau mùi, gia vị mỳ chính.

+ Sơ chế:

Thịt lợn rửa sạch, thái miếng nhỏ đem trần qua nước sôi rồi xay nhỏ.

Bí đỏ gọt vỏ rửa sạch thái hạt lựu

Hành khô bóc vỏ băm nhỏ

Hành lá, rau mùi bỏ gốc rửa sạch thái nhỏ

+ Cách làm:

Cho dầu ăn vào phi thơm hành khô, sau đó cho thịt vào đảo cùng với gia vị đảo đều tay cho thịt không bị vón. Sau đó cho nước vào đun. Nước canh sôi ta cho bí vào đun nhỏ lửa, khi bí đã chín mềm ta cho hành lá rau mùi vào rồi tắt bếp.

+ Yêu cầu thành phẩm:

Nước canh trong, bí chín mềm, dậy lên vị thơm và ngọt của bí và thịt. Có màu sắc đẹp mắt. (*Hình ảnh 5*)

Món 3: Cháo Ngao

Cháo là món ăn rất thông dụng phù hợp với cả trẻ nhỏ và người lớn.

+ Nguyên liệu:

Gạo tẻ

Gạo nếp

Ngao

Hành lá, rau răm, hành khô

Gia vị ,mỳ chính.dầu ăn

+ **Cách chế biến**

Ngao rửa sạch cho lên bếp đun ,nhặt lấy thịt ngao xay nhỏ.Nước luộc ngao lọc lấy nước trong.

Gạo tẻ gạo nếp trộn đều (gạo tẻ nhiều hơn gạo nếp) vo sạch, để vào nồi ninh cùng nước luộc ngao. Đun nhỏ lửa cho tới khi gạo nở đều và sánh.

Cho dầu ăn phi thơm hành khô,cho thịt ngao vào xào cho chút nước mắm đảo đều.Rồi đun nhỏ lửa cùng cháo cho tới khi cháo chín nhừ, cho gia vị mỳ chính đảo đều tay cho tiếp hành lá, rau răm quậy đều rồi tắt bếp.

+ **Yêu cầu thành phẩm**

Cháo sánh nhừ không quá đặc cũng không quá loãng

Có mùi thơm đặc trưng của ngao, rau răm, vị ngọt vừa ăn. (*Hình ảnh 6*)

3.3 Biện pháp 3 : Phối hợp với gia đình về kỹ thuật chế biến món ăn và vệ sinh an toàn thực phẩm.

Để làm tốt công tác này toàn thể cán bộ giáo viên nhân viên trong trường phải tuyên truyền đến các bậc phụ huynh , hội cha mẹ biết được chất lượng của bữa ăn cũng như giá trị dinh dưỡng của các nguyên liệu và kỹ thuật chế biến sao cho phù hợp để tận dụng hết các chất dinh dưỡng có trong thực phẩm đó. Ngoài ra với cùng 1 loại nguyên liệu ta có thể làm nhiều món khác nhau để kích thích trẻ ăn nhiều hơn.

Và như chúng ta đã biết dịch bệnh Covid19 đang lây lan nhanh ra cộng đồng, để giúp trẻ tăng sức đề kháng phòng chống dịch bệnh thì nhà trường đã phối hợp tuyên truyền tới các bậc phụ huynh về kiến thức xây dựng, chế độ dinh dưỡng cho trẻ khoa học và đúng cách.

Đặc biệt khuyến khích cha mẹ đến trường để kiểm tra chất lượng bữa ăn giúp phụ huynh có cái nhìn đúng đắn và thấy được tầm quan trọng của việc chăm sóc nuôi dưỡng trẻ tại trường mầm non. (*Hình ảnh 7*)

3.4 Biện pháp 4 : Bồi dưỡng chuyên môn nghiệp vụ

Hàng tháng trường tổ chức các cuộc họp CB GV NV thống nhất nâng cao chất lượng bữa ăn và vệ sinh an toàn thực phẩm phòng chống ngộ độc và tai nạn. Khuyến khích cô nuôi học hỏi nâng cao tay nghề, tham gia các lớp bồi dưỡng do trường phân công.

Các cô nuôi phải làm đúng quy trình thực đơn, sơ chế, chế biến phải đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm. Định lượng đúng bữa ăn của trẻ bảo đảm trẻ ăn ngon miệng, ăn hết suất để trẻ tăng cân khỏe mạnh và phát triển tốt về mọi mặt.

Nhiệt tình hưởng ứng các đợt hội giảng: 20-11,8-3... mang đến những món ăn ngon, mới lạ các món ăn cho trẻ và cho cô. (*Hình ảnh 8*)

4 . Hiệu quả của sáng kiến kinh nghiệm

Như chúng ta đã biết , dinh dưỡng là nhu cầu sống hằng ngày nó quyết định tới sự tồn tại và phát triển của của cơ thể con người. Đặc biệt là nhu cầu dinh dưỡng của trẻ em đang trong thời kỳ phát triển và dinh dưỡng đi vào cơ thể thông qua đường ăn uống. Chính vì vậy món ăn phải ngon và hấp dẫn sẽ giúp trẻ nạp thêm nhiều dinh dưỡng vào cơ thể .

Nhờ có sự nỗ lực tuyên truyền của nhà trường nói chung và nhân viên nuôi dưỡng nói riêng bản thân tôi đã tìm tòi chế biến các món ăn đồng thời kết hợp những kỹ năng trong chế biến món ăn như trình bày ở trên . Nên đã góp phần giảm tỷ lệ trẻ em suy dinh dưỡng béo phì . Không có trường hợp ngộ độc thức ăn nào xảy ra.

III. KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ

1. Ý nghĩa của sáng kiến kinh nghiệm

Chế biến món ăn là công việc hàng ngày của mỗi gia đình nhưng để làm đúng kỹ thuật lại không đơn giản. Để đạt được kết quả tốt quan trọng là người nhân viên phải biết nhận thức và xác định được tầm quan trọng của các món ăn. Món ăn ngon không chỉ ở màu sắc mùi vị mà còn phải đảm bảo an toàn cho người ăn.

2. Bài học kinh nghiệm

Tiếp tục học hỏi nâng cao tay nghề kỹ thuật nấu ăn trong chế biến món ăn cho trẻ. Tham gia đầy đủ các lớp tập huấn về vệ sinh an toàn thực phẩm do trung tâm y tế quận tổ chức. Thực hiện đúng bếp ăn một chiều.

Trong mỗi một lĩnh vực đều có những vất vả và niềm vui riêng, với tôi khi nhìn thấy các con ăn những bữa ăn ngon ăn hết suất và tỉ lệ suy dinh dưỡng, béo phì giảm tôi cảm thấy rất hạnh phúc vì những nỗ lực của mình bỏ ra hoàn toàn xứng đáng.

3. Ý kiến đề xuất

Căn cứ vào tình hình thực tế, tôi có đề xuất như sau:

- Về phía nhà trường: Tiếp tục mở các lớp bồi dưỡng và cuộc thi để tổ nuôi nâng cao tay nghề

- Về phía phòng giáo dục: Cần tạo điều kiện cho cán bộ nhân viên nhất là nhân viên nuôi dưỡng được đi thăm quan học hỏi các trường bạn làm tốt công tác

chăm sóc nuôi dưỡng. Đề cán bộ giáo viên nhân viên học hỏi rút ra kinh nghiệm khi công tác ở trường mình.

Trên đây là sáng kiến nhỏ của tôi về KTCBMA và VSATTP trong trường mầm non, góp phần giảm tỉ lệ suy dinh dưỡng và béo phì trong cộng đồng nói chung và trường mầm non Hoa Sữa nói riêng. Tạo tiền đề giúp trẻ phát triển toàn diện đáp ứng yêu cầu và mục tiêu của ngành đề ra. Hơn hết tạo niềm tin tới các cấp lãnh đạo, phụ huynh học sinh để tạo bước đưa nhà trường phát triển.

PHỤ LỤC



Hình ảnh 1



Hình ảnh 2



Hình ảnh 3



Hình ảnh 4



Hình ảnh 5



Hình ảnh 6



Hình ảnh 7



Hình ảnh 8

IV.TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Kỹ thuật chế biến món ăn á – âu
2. Đại cương về dinh dưỡng cộng đồng và an toàn thực phẩm
3. Dinh dưỡng và sự phát triển trẻ nhỏ