

# КОЛОСОК

Структурное  
подразделение  
«ДЕТСКИЙ САД  
«КОЛОСОК»  
ГБОУ СОШ  
с. Старопохвистнево

Октябрь 2014

## Познавательльно-развлекательная газета для детей и родителей



Содержание:

Пожелания от  
редактора \_стр.1

Октябрь-месяц  
оппадающих  
листьев. Праздник  
«Золотая осень»  
\_стр.2

Рекомендации  
родителям  
«Особенности  
организации  
питания в осенний  
период» \_ стр3

Именинники в  
октябре \_ стр. 4

Объявление для  
родителей \_ стр.4

Структурное подразделение «Детский сад «КОЛОСОК»  
ГБОУ СОШ с. Старопохвистнево  
Самарской области



***В нашем садике, друзья,  
Просто замечательно!  
Мы - как дружная семья  
С нашим воспитателем  
Вместе песенки поём.  
Веселимся, празднуем,  
В общем, здорово живём  
И смеёмся радостно!***



*Октябрь - месяц опадающих листьев, осеннего бездорожья, голой, остывающей земли, ледящих дождей и мокрого снега.*



### **Октябрь**

*Самуил Маршак*

*В октябре, в октябре  
Частый дождик на дворе.  
На лугах мертва трава,  
Замолчал кузнечик.  
Заготовлены дрова  
На зиму для печек.*

**В нашем детском саду «Колосок» прошёл праздник**

**«Золотая осень»**



### Рекомендации родителям

#### **Особенности организации питания детей в осенний период**

Осенью дети возобновляют посещение дошкольных образовательных учреждений (далее - ДОУ). Возрастает нагрузка на организм и нервную систему дошкольников, поэтому им требуется дополнительная поддержка в виде витаминов и микроэлементов, содержащихся в продуктах питания.

В этот период рекомендуется включать в рацион детей блюда из овощей и фруктов нового урожая. Именно осенью они наиболее доступны, поскольку стоят дешевле других продуктов питания. Сезонные овощи, фрукты и ягоды очень полезны, поскольку содержат необходимые растущему организму биологически активные вещества, пищевые волокна, нормализующие работу желудочно-кишечного тракта, а также полисахариды, поддерживающие нормальную микрофлору кишечника. Благодаря невысокой калорийности овощей и фруктов их широко используют в питании детей всех возрастов, в т. ч. дошкольников с избыточной массой тела и ожирением.



Особенности использования овощей и фруктов, а также требования к условиям хранения и приготовления предусмотрены санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях. СанПиН 2.4.1.2660-10", утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 22.07.2010 № 91. Использовать в рационе питания детей дошкольного возраста блюда из сезонных овощей и фруктов можно в виде салатов из свежих овощей на обед или ужин, а также в виде гарниров к основным блюдам.

Мед. Сестра: Байзарова И.И.

## Поздравляем именинников в октябре

*Павлычев Даниил*

*Кадовба Никита*

*Загรีева Гюзелия*

*Пусть этот день, который ты встречаешь,  
Счастливой датой в жизнь твою войдет,  
И все хорошее, о чем мечтаешь,  
Пусть сбудется и пусть придет.  
Пусть счастья распахнутся двери,  
И все, что будет, прожито не зря,  
Ты знай: в тебя мы очень верим  
И очень любим мы тебя.*

## **Объявление!**

*Уважаемые родители! «Детский сад «Колосок»» объявляет конкурс на лучшую поделку из природного материала «Осенние фантазии». Просим принять активное участие вас и ваших малышек.*

**ПОБЕДИТЕЛЯ ЖДЁТ ПРИЗ!**