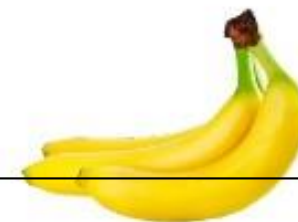


О пользе горячего питания



- **Горячее питание в школьной столовой призвано решать задачу соблюдения режима питания.**

С тем, чтобы у школьника не было бы перерывов между приёмами пищи более 4 часов, что очень вредно для пищеварительной системы ребёнка.



Памятка об организации горячего питания обучающихся

в образовательных учебных заведениях

Организация горячего питания обучающихся в образовательных учебных заведениях

Здоровое питание детей является необходимым условием обеспечения здоровья детского населения, устойчивости к воздействию неблагоприятной внешней среды, формирования здорового пищевого поведения, сохраняющегося на всю последующую жизнь, профилактики ожирения, сахарного диабета, остеопороза, болезней органов пищеварения, сердечно-сосудистой и эндокринной системы, гиповитаминозов и микроэлементозов.

Принципы здорового питания - основные правила и положения, способствующие укреплению здоровья человека и будущих поколений, снижению риска развития заболеваний и включающие в себя:

- обеспечение приоритетности защиты жизни и здоровья потребителей пищевых продуктов по отношению к экономическим интересам индивидуальных предпринимателей и юридических лиц, осуществляющих деятельность, связанную с изготовлением и оборотом пищевой продукции;
- соответствие энергетической ценности рационов питания энергозатратам;
- соответствие химического состава рациона питания физиологическим потребностям организма человека в макро- (белки и аминокислоты, жиры и жирные кислоты, углеводы) и микронутриентах (витамины, минеральные вещества и микроэлементы, биологически активные вещества);
- наличие в составе рациона питания пищевых продуктов со сниженным содержанием насыщенных жиров (включая трансизомеры жирных кислот), простых сахаров и поваренной соли, а также пищевых продуктов, обогащенной витаминами, пищевыми волокнами и биологически активными веществами;
- обеспечение рациона здорового питания максимально разнообразным питанием с оптимальным его режимом;
- применение технологической и кулинарной обработки пищевых продуктов, обеспечивающих сохранность исходной пищевой ценности;
- обеспечение соблюдения санитарно-эпидемиологических требований на всех этапах производства пищевых продуктов, их хранения, транспортировки и реализации;
- исключение использования фальсифицированных пищевых продуктов, материалов и изделий.

Горячее питание - здоровое питание, предусматривающее наличие в рационе горячих первого и второго блюд или второго блюда в зависимости от приема пищи, в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями (МР 2.3.0274-22).

Бесплатное горячее питание предоставляется всем ученикам с 1 по 4 классов без исключения. Для учащихся с ограниченными возможностями здоровья по-прежнему существует бесплатное двухразовое питание. При этом дети-инвалиды, обучающиеся дома, получают сухой паек.

Родительский контроль в школьной столовой

Важным фактором в обеспечении безопасности школьного питания является организация родительского контроля.

Организация родительского контроля может осуществляться как в форме анкетирования родителей и детей, так и участия в работе общешкольной комиссии.

Порядок проведения мероприятий по родительскому контролю за организацией питания обучающихся, в том числе доступа законных представителей обучающихся в помещения приема пищи должно быть закреплено в нормативных документах

образовательного учреждения, например: положение о родительском комитете; положение об организации питания образовательного учреждения.

Бесплатное питание школьников является одной из мер социальной поддержки и стимулирования общества — в частности, подрастающего поколения.