

Принципы организации школьного питания

Здоровое питание – важная составляющая гармоничного роста и развития ребенка, его благополучия и безопасности.

Необходимо, чтобы пища не только покрывала калорийностью энерготраты ребенка, но и содержала необходимое для здоровья количество витаминов и минералов. Важно чтобы дети питались правильно и дома, и в школе в течение дня, чтобы им нравилось то, что они едят, а обстановка располагала к принятию пищи. Ключевой показатель мониторинга школьного питания – удовлетворенность обучающихся и родителей, контроль вкусовых предпочтений, удовлетворенность ассортиментом и качеством блюд по результатам выборочного опроса детей.

Рекомендации по организации питания в школах, которые помогут создать необходимую атмосферу в столовой и приготовить вкусные и полезные блюда, реализовать на практике принципы здорового питания.

Создайте оптимальные условия для питания детей.

Организуя удобные и функциональные посадочные места для каждого класса;

Обеспечьте в столовой условия для мытья рук, бесперебойную подачу холодной и горячей воды через смесители, наличие мыла и сушилок для рук;

Соблюдайте режим уборки столовой, мытья и обработки посуды;

Проводите ежедневные дезинфекционные мероприятия по вирусному режиму;

Протирайте столы перед каждой посадкой учащихся;

Аккуратно сервируйте столы, проверьте наличие салфеток на столах;

Предусмотрите достаточную продолжительность перемен для приема пищи (не менее 20 минут).

Регулярно контролируйте вкусовые качества готовых блюд и продуктов, выдаваемых детям;

Проверяйте, что едят дети, а что нет, выясните причины плохого аппетита у детей и оперативно их прорабатывайте.

Соблюдайте принципы здорового питания.

Включите в меню продукты источники витаминов, микроэлементов и клетчатки, обогащенные продукты;

Исключите из употребления продукты-источники скрытой соли (колбасные изделия, мясные и рыбные консервы, консервированные овощи и соленья); продукты с усилителями вкуса и красителями;

Уберите солонки со стола, формируйте у ребенка привычку к рациону с низким содержанием соли;

Не включайте в меню продукты и блюда, которые являются источником легкоусвояемых углеводов (конфеты, шоколад, вафли, печенье и иные кондитерские изделия), формируйте привычку употребления умеренно сладких блюд;

Участвуйте в контроле качества и безопасности продуктов, поступающих в пищеблок, препятствуйте поступлению в столовую фальсифицированной и (или) обезличенной продукции, продукции с истекшим сроком годности, нарушениями условий хранения.

Контролируйте температуру блюд при подаче.

Блюда должны оставаться горячими не только на раздаче, но и к моменту их употребления ребенком;

Регулярно проверяйте потребительскую температуру блюд с использованием анкетирования детей и выборочной органолептической оценки горячих блюд, отбирая пробу со стола ребенка;

Не допускайте, чтобы дети питались остывшими блюдами;

Информируйте детей и родителей о ключевых принципах здорового питания;

Вовлекайте учителей в процесс формирования у детей принципов здорового питания и здорового пищевого поведения;

Размещайте и регулярно обновляйте содержание информационного стенда, а также информации на сайте общеобразовательной организации о принципах здорового питания, здоровом пищевом поведении, значимости здорового питания в профилактике различных заболеваний;

Проводите тематические родительские собрания, классные часы, викторины, используйте иные игровые и познавательные формы коммуникаций детей, родителей и педагогов.