

### **Организация питания в школьной столовой.**

Одной из важнейших составляющих в формировании здоровьесберегающей внутришкольной среды является организация питания школьников.

Полноценное и сбалансированное питание способствует профилактике заболеваний, повышению работоспособности и успеваемости, физическому и умственному развитию детей и подростков, создаёт условия к их адаптации к современной жизни. Рациональное питание обучающихся одно из важнейших составляющих снижения отрицательных эффектов и последствий функционирования системы образования. Наблюдения показывают, что дети, получающие горячее питание в условиях школы, меньше устают, у них на более длительный срок сохраняется высокий уровень работоспособности и выше успеваемость.

Режим питания школьников должен обеспечивать прием пищи в одно и то же время не реже 4 раз в день, перерыв не может превышать 3,5 часов. Учащиеся в первую смену в 7:30-8:30 должны получать завтрак (дома, перед уходом в школу), в 11:00-12:00 – горячий завтрак в школе, в 14:30-15:30 – после окончания занятий – обед в школе (обязательно для учащихся групп продленного дня) или дома, а в 19:00-19:30 – ужин (дома). Учащиеся во вторую смену в 8:00-8:30 должны получать завтрак (дома), в 12:30-13:00 – обед (дома, перед уходом в школу), в 16:00-16:30 – горячее питание в школе (полдник), в 19:30 - 20:00 - ужин (дома).

В целях совершенствования организации питания обучающихся и воспитанников образовательных учреждений разработаны «Методические рекомендации по организации питания обучающихся и воспитанников образовательных учреждений», в которых изложены требования к организации полноценного питания учащихся. Другим документом, устанавливающим санитарно-эпидемиологические требования к организации питания в образовательных учреждениях, является СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».

Согласно данным документам обучающихся и воспитанников образовательных учреждений необходимо обеспечивать всеми пищевыми веществами, необходимыми для нормального роста и развития, эффективного обучения и адекватного иммунного ответа с учетом физиологических норм потребностей в пищевых веществах и энергии, рекомендуемых среднесуточных рационов (наборов) питания для соответствующих образовательных учреждений. С учётом данных требований в образовательном учреждении разрабатывается примерное меню на период 10-14 дней для возрастных групп учащихся (7-11 и 12-18 лет)

При организации питания школьников предпочтение отдается щадящему питанию. Такое питание предусматривает специальную кулинарно-технологическую обработку продуктов: мясо и рыбу отваривают или готовят в рубленном виде на пару; крупы разваривают до мягкости; допускается легкое запекание блюд, исключается жарение. Из рецептур блюд полностью исключается костный бульон, уксус заменяют лимонной кислотой, кулинарный жир и маргарин — сливочным маслом.

Пищеблок школы по набору, планировке, отделке помещений, оснащению технологическим и холодильным оборудованием, посудой, инвентарем должен обеспечивать условия для приготовления полноценных и безопасных блюд.

Обеденные залы школьных столовых должны иметь удобную конфигурацию, быть художественно-эстетически оформлены, оборудованы мебелью, соответствующей ростовозрастным особенностям школьников. Они должны быть обеспечены эффективной вентиляцией и отоплением; в них не должны проникать испарения и запахи из кухни, шум из производственных помещений пищеблока.

Перед обеденным залом должны быть обеспечены условия для мытья рук перед приёмом пищи, устанавливается достаточное количество умывальных раковин, обеспечивается постоянно наличие бумажных или электрополотенец, мыла. В обеденном зале за каждым классом закрепляют столы. Питание школьников организуют в соответствии с графиком, который разрабатывают исходя из режима учебных занятий, длительность перемены должна

обеспечить возможность проведения гигиенических процедур перед приёмом пищи и самого приёма пищи в спокойной обстановке.

Если Вас беспокоит проблема некачественного питания в школьной столовой: повара работают без головных уборов и перчаток, плохо вымытая посуда, грязные халаты, вес порций не соответствует норме, некачественно приготовленная пища, подаётся холодной, ненадлежащие условия для мытья рук (отсутствие умывальных раковин, бумажных либо электрополотенец, мыла), то Вы можете написать письменную жалобу на имя директора школы. Если ответ на Вашу претензию Вас не устроит, Вы вправе обращаться в Федеральную службу по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор). Срок ответа на жалобу составляет 30 дней.

Филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в  
Челябинской области в городе Коркино и городе  
Еманжелинске, Еткульском районе»