

# Родителям важно знать



Здоровое питание школьника-  
залог успеха в учебном году

## При организации горячего питания обучающихся 1-4 классов:



### БЕСПЛАТНО

**I смена  
горячий завтрак:**  
горячее  
блюдо и горячий  
напиток

**II смена  
горячий обед:**  
горячее первое  
и второе блюдо,  
напиток

### ЗА РОДИТЕЛЬСКИЕ СРЕДСТВА

+ обед и/или  
полдник

+ ПОЛДНИК

На сайте школы

В школьной  
столовой

### МЕНЮ

сбалансировано  
по белкам, жирам,  
углеводам

**ЗАВТРАК 20-25%**  
калорийности от  
суточного рациона

**ОБЕД 30-35%**  
калорийности от  
суточного рациона

Горячее питание – прежде всего это здоровое питание, которое отвечает всем требованиям безопасности и создает условия для физического и интеллектуального развития ребенка

## Методические рекомендации по родительскому контролю за горячим питанием в общеобразовательных организациях направлены на соблюдение:

- Интервалов между основными приемами пищи (завтрак, обед и ужин);
- Формирования у детей культуры правильного питания (интерьер обеденного зала, сервировка столов, микроклимат, освещенность);
- Соответствия энергетической ценности ежедневного рациона энергозатратам;
- Рационального распределения суточной калорийности по приемам пищи;
- Сбалансированного и разнообразного питания (Одни и те же блюда не должны повторяться в течение дня и двух смежных дней)

Итоги проверок обсуждаются на общеродительских собраниях и могут явиться основанием для обращений в адрес администрации школы, ее учредителя и оператора питания государственных органов контроля (надзора)

**Важно! Порядок производства мероприятий родительского контроля по организации питания обучающихся (в том числе доступ родителей в столовую школы) регламентируется локальным нормативным актом школы**

## РОДИТЕЛЬСКИЙ КОНТРОЛЬ ЗА ОРГАНИЗАЦИЕЙ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ

Следует обратить внимание на:



- Соответствие реализованных блюд утвержденному меню
- Санитарно-технологическое содержание помещения для приема пищи, состояние обеденной мебели, столовой посуды
- Условия соблюдения правил личной гигиены детьми
- Наличие в состоянии у сотрудников, осуществляющих раздачу готовых блюд (чистый халат или фартук, головной убор, рабочая обувь)
- Наличие протоколов лабораторных исследований контроля качества и безопасности поступающей пищевой продукции и выпускаемых готовых блюд.
- Вкусовые предпочтения детей, удовлетворенность ассортиментом и качеством блюд (по результатам выборочного опроса (анкетирования), детей, с согласия родителей)
- Объем и вид пищевых отходов после приема пищи
- Проведение мероприятий по информированию родителей и детей о здоровом питании

## Продукты, которые НЕ допускаются при организации общественного питания в школе:



- Любые пищевые продукты домашнего (не промышленного) изготовления



- Мясо диких животных, яйца и мясо водоплавающих птиц



- Зельцы, кровяные и ливерные, сырокопченые колбасы, заливные блюда, студни, форшмак из сельди



- Грибы, сало, маргарин, паштеты и блинчики с мясом и с творогом



- Жареные во фритюре пищевые продукты и изделия



- Окрошки и холодные супы



- Макароны по-Флотски (с мясным Фаршем), макароны с рубленным яйцом, яичница-глазунья



- Уксус, горчица, хрен, перец острый и другие жгучие приправы



- Острые соусы, кетчуп, майонез, маринованные овощи и фрукты



- Кремовые кондитерские изделия (пирожные и торты)



- Арахис, карамель, в том числе и леденцовая



- Квас, натуральный кофе, энергетики, газировка, кумыс