



ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА  
(РОСПОТРЕБНАДЗОР)

ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Оренбургской области»

Филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Оренбургской области в Сорочинском городском округе, Переволоцком, Илекском, Александровском, Красногвардейском, Новосергиевском, Ташлинском районах»

## ПАМЯТКА

### «5 шагов в 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.



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

#### **Шаг 1. Создайте оптимальные условия для питания детей**

- Организуйте удобные и функциональные посадочные места для каждого класса;
- Обеспечьте в столовые 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).



#### **Шаг 2. Готовьте вкусные блюда**

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

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

### **Шаг 3. 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.



### **Шаг 4. 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.

### **Шаг 5. Делитесь информацией**

- Информировать детей и родителей о ключевых принципах здорового питания;
- Вовлекать 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.