Полноценное и правильно организованное питание - необходимое условие для предупреждения снижения зрения и поддержания функционирование зрительной системы. Мы, взрослые, в ответственности за то, как организовано питание наших детей.

В день дети получают:7-11 лет - 2350 ккал,12-18 лет - 2720 ккал.

Школьная столовая обеспечивает учащихся полноценным горячим питанием в соответствии с режимом работы школы. Организация качественного горячего питания не только благоприятно влияет на состояние здоровья учащихся, но и позволяет без ущерба для здоровья школьников проводить различные виды деятельности во вторую половину дня.

Контроль за качеством питания осуществляет администрация школы, шеф-повар, диет-сестра. Это позволяет организовать качественное и разнообразное питание, своевременно вносить коррективы в меню.

Примерное 14-дневное меню составлено с учетом необходимого количества основных пищевых веществ и требуемой калорийности суточного рациона. Блюда в меню комплектуются с соблюдением вкусовой сочетаемости, разнообразия. Блюда для меню взяты из специального сборника рецептур, применимых для школьного питания. При формировании рациона питания соблюдаются принципы рационального, сбалансированного питания исходя из рекомендаций по среднесуточному набору пищевой продукции для организации питания детей от 7до 18 лет.

Членами родительского контроля совместно с педагогами школы проведено анкетирование по вопросам организации питания. Итоги анкетирования:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Результаты** | **Примечание** |
| 1. | В анкетировании принимали участие 81 респондент |
| 2. | Из опрошенных полностью удовлетворены системой организации питания 81 ребёнок |
| 3. | Удовлетворяет санитарное состояние столовой 81 человек |
| 4. | В школьной столовой питаются 90 человек из опрошенных: 2 –х разовое питание получают 45 человек, 5 - и разовое – 36 человек. | Все обучающиеся право на бесплатное питание:Приходящие - 2х разовое питание (завтрак, обед)Проживающие – 5 разовое питание ( завтрак, обед, полдник, ужин, 2-ой ужин) |
| 5. | Не питаются в школе, иногда – 4 человека | Из беседы выяснилось, что большинство из этих детей отказываются от первого блюда, иногда выборочно съедают второе блюдо. Все зависит от индивидуальных предпочтений ребенка.  |
| 6. | Не хватает продолжительности перемены для приема пищи 7 респондентам | Продолжительность перемены установлено нормами - 20 минут.  Некоторые дети привыкли есть размеренно.Сопровождающие педагоги осуществляют контроль и оказывают помощь при затруднении. |
| 7. | Нравится питание в школьной столовой - 74 человеку, не всегда - 7. Причина, по которой не нравится школьное питание: нелюбимая пища – 6 человек, иное – 1 человека | Примерное 14-дневное меню составлено с учетом необходимого количества основных пищевых веществ и требуемой калорийности суточного рациона |
| 8. | Устраивает меню в школьной столовой 71, иногда 10. | Зависит от индивидуальных предпочтений ребенка. |
| 9. | Считают питание здоровым и полноценным 81 человек | Проводятся беседы со школьниками о правильном и здоровом питании |
| 10. | Ребята предлагают исключить из школьного меню кисель, горох, рыбный суп; добавить в школьное меню пельмени , сосиску в тесте, пиццу. | Правильно построенный рацион питания детей предполагает сбалансированное поступление в организм белков, жиров и углеводов (в соотношении 1:1:4)Меню постоянно корректируется, но с учетом требований санитарных норм (например, ограничено количество мучных блюд, запрещен черный перец, обжарка во фритюре. и т.п ) |

В итоге проведенного опроса внесены корректировки в 14-ти дневное меню , продолжено наблюдение за питанием в школьной столовой.