

Организация питания

Здоровое питание — это питание, которое обеспечивает рост, оптимальное развитие, полноценную жизнедеятельность и направлено на снижение рисков формирования патологии желудочно – кишечного тракта, эндокринной системы, снижение риска развития сердечно – сосудистых заболеваний и избыточной массы тела, способствует укреплению здоровья и профилактике неинфекционных заболеваний (НИЗ).

Здоровое питание на протяжении всей жизни - важнейший элемент сохранения и укрепления здоровья нынешних и будущих поколений, а также, непереносимое условие достижения активного долголетия.

Здоровое питание предусматривает пятиразовое питание воспитанников с учетом режима дня и организации образовательного процесса.

Продолжительность приема пищи составляет не менее 20 минут.

В соответствии с «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к работе столовой в лицее проводятся противоэпидемиологические мероприятия, включающие:

- обеспечение условий для гигиенической обработки рук, с применением кожных антисептиков при входе в столовую;
- ежедневную влажную уборку помещений столовой с применением дезинфицирующих средств;
- регулярное обеззараживание воздуха с использованием оборудования по обеззараживанию воздуха и проветривание помещений в соответствии с графиком работы лицея.

Контроль со стороны родителей осуществляют члены Совета лицея, комиссия общественного (родительского) контроля для осуществления действительного контроля за организацией и качеством питания детей, с правом их прохода на пищеблок (при обязательном условии соблюдения ими требований санитарного законодательства). Они принимают участие в решении вопросов качественного и здорового питания обучающихся, а также контролируют работу столовой.

Организация родительского контроля также осуществляется в форме анкетирования родителей и детей, что позволяет вносить коррективы в организацию питания.

Питание считается рациональным, если оно восполняет энергетические затраты организма и обеспечивает его потребность в пластических веществах, а также содержит все необходимые для жизнедеятельности школьников витамины, макро- и микроэлементы. Сбалансированное питание – полноценное питание, характеризующееся оптимальным количеством и соотношением всех компонентов пищи. Так же, как и при недостатке основных пищевых веществ или витаминов, при дефиците минеральных веществ в организме человека возникают специфические нарушения, приводящие к характерным заболеваниям.

Рациональное питание детей – важнейшее условие поддержания здоровья, которое обеспечивает гармоничное физическое и нервно-психическое развитие детей, повышает сопротивляемость к инфекционным заболеваниям и устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды.