

Сбалансированное и здоровое питание

Наша школа уделяет особое внимание организации здорового и сбалансированного питания учащихся. Питание в школе направлено на укрепление здоровья, обеспечение активного развития и формирование правильных пищевых привычек у детей.

Мы придерживаемся следующих принципов:

1. Сбалансированность рациона

Рацион составляется с учётом возрастных особенностей детей, суточной нормы калорийности и физиологических потребностей в белках, жирах, углеводах, витаминах и минералах. Меню формируется так, чтобы обеспечить разнообразие и полноценность питания.

2. Использование качественных продуктов

Для приготовления блюд применяются только сертифицированные и безопасные продукты, соответствующие санитарным требованиям. Особое внимание уделяется свежим овощам, фруктам, молочным продуктам и кашам.

3. Соблюдение санитарных норм

Организация питания проводится в строгом соответствии с требованиями санитарных правил. Пищеблок регулярно проходит проверки, а персонал строго соблюдает требования личной гигиены и технологии приготовления блюд.

4. Ограничение продуктов с высоким содержанием сахара и соли

В школьном меню максимально снижено количество жареных, жирных и сладких продуктов. Вместо них предпочтение отдаётся запечённым блюдам, тушёным овощам и диетическим вариантам приготовления.

5. Учет особых потребностей детей

Для учащихся, которые по состоянию здоровья нуждаются в специализированном питании (при наличии подтверждающих документов), возможно предоставление альтернативных блюд или корректировка меню.

6. Формирование культуры здорового питания

Мы проводим разъяснительную и воспитательную работу, направленную на развитие у детей ответственного отношения к своему здоровью и питанию: беседы, классные часы, информационные материалы для родителей.