

Организация питания в образовательной организации



Уважаемые родители!

С 01 сентября 2020 года учащиеся 1-4 классов получают бесплатное горячее питание.

Горячая линия питания школьников

Минпросвещения + 7 (800) 200-91-85

Телефон горячей линии ОНФ 8 800 200 341

«Горячая линия» комитета образования ЕАО по вопросам организации бесплатного горячего питания обучающихся, получающих начальное общее образование в государственных образовательных организациях Еврейской автономной области (муниципальных образовательных организациях) в рамках государственной программы Российской Федерации «Развитие образования»: **тел. 8 (42622) 2-04-56, 8 (42622) 2-29-42**. Период работы «горячей линии»: круглогодично.

«Горячая линия» по вопросам организации бесплатного горячего питания обучающихся, получающих начальное общее образование в образовательных учреждениях Ленинского района Еврейской автономной области в рамках государственной программы Российской Федерации «Развитие образования»: **тел. 8 (42663) 21-2-12**

Консультации по вопросам организации бесплатного горячего питания обучающихся, получающих начальное общее образование в образовательных учреждениях Ленинского муниципального района Еврейской автономной области осуществляются по адресу: ЕАО, Ленинский район, с. Ленинское, ул. Пограничная 34. **тел. 8 (42663) 21-2-12** Начальник отдела образования Мудрик Анна Сергеевна

Консультации по вопросам организации бесплатного горячего питания обучающихся, получающих начальное общее образование в МКОУ СОШ с. Дежнево осуществляются: **тел. 8 (42663) 33-2-01**

Сведения об организаторе питания

Организатором питания является МКОУ СОШ с. Дежнево

Режим питания обучающихся

1 перемена (09.40 – 09.50)	5-11 классы (малообеспеченные, ОВЗ)
2 перемена (10.30 -10.50)	1,2,3,4 классы (начальные классы)
3 перемена (11.25 -11.45)	5,6,7 классы (родительская плата)
4 перемена (12.20 – 12.40)	8,9,10,11 класс
5 перемена (13.20 – 13.35)	(ГПД подвоз, ОВЗ)

Условия питания обучающихся, в том числе инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

- Для учащихся, в том числе инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья организовано 2-х разовое питание.

Контактная информация ответственного лица за организацию питания обучающихся

Парахина Ирина Владимировна, социальный педагог — ответственное лицо за организацию питания, тел. **8 (42663) 33-2-01**

Ежедневное меню 1-4 классы в формате xlsx находится в подразделе «Ежедневное меню»

Перечни юридических лиц и индивидуальных предпринимателей, оказывающих услуги по организации питания в образовательной организации:

Школьная столовая работает на продовольственном сырье, полуфабрикатах. Самостоятельно производят и (или) реализуют блюда в соответствии с разнообразным по дням недели меню.

Информация о наличии диетического меню в образовательной организации

Диетическое меню в школе, в филиалах не предоставляется ввиду отсутствия потребности.

Перечень поставщиков пищевых продуктов и продовольственного сырья

Наименование поставщиков

Питание учащихся, в том числе инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

- учащиеся 1-4-х классов обеспечиваются бесплатным горячим питанием (основание: пункт 2.1 статьи 37 № 273-ФЗ);
- учащиеся с ограниченными возможностями здоровья обеспечиваются бесплатным двухразовым питанием (основание: часть 7 статьи 79 № 273-ФЗ);
- дети-инвалиды, имеющие статус учащихся с ограниченными возможностями здоровья, обеспечиваются бесплатным двухразовым питанием (основание: часть 7 статьи 79 № 273-ФЗ);
- дети из малообеспеченных семей.

Правильное питание – залог здоровья школьников

«Ребёнок может много знать,

Никогда не уставать.

Он должен заниматься.

Усиленно стараться.

Чтоб много заниматься,

Должен правильно питаться.»

Сохранение и укрепление здоровья детей – это одно из приоритетных направлений работы любого общеобразовательного учреждения. Организация питания учащихся является составной частью укрепления здоровья подрастающего поколения, так как оптимальное питание это одно из основных условий здоровой и полноценной жизни, здоровый образ жизни формирует не только физическое здоровье, но и воспитывает нравственность, а значит определяет судьбу человека.. Правильное, сбалансированное питание обеспечивает рост и развитие детей, способствует улучшению успеваемости, повышению работоспособности, помогает противостоять неблагоприятным условиям окружающей среды.



Основные принципы здорового питания школьников. Питание школьника должно быть сбалансированным

Соотношение между белками, жирами и углеводами должно быть 1:1:4.

Питание школьника должно быть оптимальным. Калорийность рациона школьника должна быть следующей:

7-10 лет – 2400 ккал 14-17лет – 2600-3000ккал если ребенок занимается спортом, он должен получать на 300-500 ккал больше.

Необходимые продукты для полноценного питания школьников.

Белки.



Самыми ценными для ребенка являются рыбный и молочный белок, который лучше всего усваивается детским организмом. На втором месте по качеству – мясной белок, на третьем – белок растительного происхождения. Ежедневно школьник должен получать 75-90 г белка, из них 40-55 г животного происхождения.

В рационе ребенка школьного возраста обязательно должны присутствовать следующие продукты:

молоко или кисломолочные напитки ;

творог ; сыр ; рыба ; мясные продукты ; яйца .

Жиры.

Норма потребления жиров для школьников — 80-90 г в сутки, 30% суточного рациона.

Ежедневно ребенок школьного возраста должен получать:

сливочное масло ; растительное масло ; сметану.

Углеводы.



Суточная норма углеводов в рационе школьника — 300-400 г, из них на долю простых должно приходиться не более 100 г.

Необходимые продукты в меню школьника: хлеб или вафельный хлеб; крупы ; картофель ; мед ; сухофрукты ; сахар .



Витамины и минералы

Продукты, богатые витамином А: морковь ; сладкий перец; зеленый лук; щавель; шпинат; зелень ; плоды черноплодной рябины, шиповника и облепихи.

Продукты-источники витамина С: зелень петрушки и укропа ; помидоры ; черная и красная смородина ; красный болгарский перец; цитрусовые; картофель

Витамин Е содержится в следующих продуктах: печень ; яйца ; пророщенные зерна пшеницы; овсяная и гречневая крупы .



Продукты, богатые витаминами группы В: хлеб грубого помола ; молоко ; творог ; печень ; сыр ; яйца ; капуста; яблоки; миндаль ; помидоры ; бобовые .

В рационе школьника обязательно должны присутствовать продукты, содержащие необходимые для жизнедеятельности **минеральные соли и микроэлементы: йод, железо, фтор, кобальт, селен, медь** и другие.



[Питание буклет](#)

Условия охраны здоровья обучающихся

Помещение медицинского кабинета предоставлено в безвозмездное пользование ОГБУЗ «Ленинская ЦРБ».

Организация медицинского обслуживания обучающихся в школе осуществляется сотрудниками Дежневской врачебной амбулатории на основании Договора о сотрудничестве и совместной деятельности по медицинскому обслуживанию обучающихся (воспитанников) от 01.01.2025.

Режим работы: понедельник-пятница 9:00-13.00, тел.

В Дежневской врачебной амбулатории проводятся профилактические осмотры школьников, делаются плановые профилактические прививки, сезонные прививки для профилактики гриппа, туберкулинодиагностика, оказание неотложной медицинской помощи.