

Охрана здоровья обучающихся при питании включает в себя ряд мероприятий:

Одной из составляющих здорового образа жизни является правильное сбалансированное питание, обеспечивающее необходимый минимум пищевых и минеральных веществ.

Организация питания обучающихся и формирование меню осуществляются в соответствии с требованиями, установленными федеральными санитарными правилами СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях

Составление примерного двухнедельного меню. В нём учитывают возраст детей, сезонность, необходимое количество основных пищевых веществ, витаминов, микроэлементов и требования к рациональному распределению калорийности суточного рациона.

Постоянные часы приёма пищи. Количество приёмов пищи организуют в зависимости от сроков пребывания ребёнка в образовательной организации, интервалы между ними не должны превышать 3,5–4 часа.

Щадящее питание. Для приготовления блюд используют варку, приготовление на пару, тушение, запекание и исключают продукты с раздражающими свойствами.

Искусственная С-витаминизация третьего блюда. Препараты витамина С вводят в третье блюдо (компот, кисель и т. п.) после его охлаждения непосредственно перед реализацией.

Организация питания обучающихся и формирование меню осуществляются в соответствии с требованиями, установленными федеральными санитарными правилами СанПиН 2.3/2.4.3590-20.