



Наша школьная столовая.

В школьной столовой в наличии 3-4 вида выпечки, 5 наименований соков. Школьники могут приобрести булочку и сок в среднем по цене до 17 рублей (по согласованию с поставщиком питания). Из ассортимента исключены: чипсы, кириешки, газированные напитки. В настоящее время в столовой постоянно: фрукты, шоколад, конфеты, пользующиеся спросом, запрещена продажа лимонада, газированной воды. Весь перечень ассортимента буфетной продукции находится в соответствии с нормами СанПиН, утвержденным Управлением Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Саратовской области (ТО «Роспотребнадзор»). Поставщик питания для школьной столовой ИП «Горбулин В.В.» мы сотрудничаем уже на протяжении многих лет с 1996 года, аренда пищеблока проводится с 2007 года. Ежегодно заключается договор о сотрудничестве между МОУ «СОШ № 64» и поставщиком питания. Продукты школьная столовая получает еженедельно. Продукты проходят контроль качества, молочная и скоропортящаяся продукция используется в установленные сроки реализации, согласно требованиям и нормам СанПиНа. Своевременно составляются технологические карты, которые утверждаются ТО «Роспотребнадзор» по Саратовской области, ИП «Горбулин В.В.». Примерное 12-ти дневное меню также согласовано с директором школы. Медицинское обслуживание пищеблока осуществляется сотрудниками ГУЗ «СГП № 9» ЛПО № 2. Работники нашей столовой доброжелательны, с большим опытом работы.



Наша школьная столовая рассчитана на 60 посадочных мест. Для чёткой организации питания обучающихся в начале учебного года утверждён режим работы школьной столовой, составлен график питания обучающихся, где определено время посещения ими школьной столовой, а также утверждён состав бракеражной комиссии. Члены бракеражной комиссии присутствуют при приёмке продуктов питания, при закладке продуктов для приготовления пищи и во время снятия бракеража готовой продукции, и делает запись в соответствующем журнале.

За порядком в столовой следят дежурные учителя и администратор (по графику).

Ежедневно медицинским работником собирается суточная проба (хранится 48 часов).

Для контроля за качеством приготовленной пищи и работой столовой на пищеблоке имеются все необходимые документы:

- примерное 12-ти дневное меню;
- технологические карты;
- журнал подсчёта калорийности;

- журнал бракеража готовой кулинарной продукции;
- журнал бракеража пищевых продуктов и продовольственного сырья;
- журнал здоровья;
- журнал осмотра работников столовой на наличие гнойничковых заболеваний;
- журнал проведения С-витаминации третьих блюд;
- журнал контроля температурного режима холодильного оборудования,

Проверка пищи на качество до её приёма детьми осуществляется ежедневно членами бракеражной комиссии. В пищу добавляется йодированная соль. Запрещённые продукты для приготовления пищи не используются.

Для учащихся 1-4 классов реализуется программа школьное молоко.

Ответственный за мониторинг питания социальный педагог Зелевская Л.Д. ежемесячно оформляет мониторинг питания обучающихся школы

По итогам анкетирования обучающихся (140 респондентов) большинство из них (более 85%) пользуются буфетной продукцией не менее двух раз за смену. 45% опрошенных получают в школьной столовой полноценный обед через линию раздачи. 100% учащихся начального звена охвачены в школе горячим питанием. 65 обучающихся из социально- незащищённых семей пользуются льготным питанием.

На совещаниях при директоре и педагогических советах регулярно заслушиваются вопросы по питанию. В столовой имеется всё необходимое оборудование и помещения.

Предложения со стороны учащихся и родителей по улучшению качества обслуживания и работы школьной столовой следующие:

- разнообразить ассортимент горячих блюд;
- чаще давать молочные продукты;
- использовать чаще картофель для гарнира;
- ввести в меню большее количество фруктов;
- разнообразить выпечку с различной начинкой: пирожки (с капустой, картофелем, яблоками), ватрушки, котлета в тесте.

На классных часах и родительских собраниях регулярно проводятся отчеты о работе школьной столовой. Собирается информация по улучшению качества обслуживания. Все предложения со стороны участников

образовательного процесса доводятся до сведения работников столовой, которые своевременно решают вопросы, возникшие со стороны родительской и ученической общественности.

26 октября в школьной столовой прошел родительский рейд по проверке организации питания школьников. В комиссию по проверке вошли медицинский работник, педагоги школы и родители учащихся:

1. Сучкова С.В. – зам. директора по УР
2. Зелевская Л.Д. – социальный педагог
3. Смирнова Т.В. – медицинская сестра ГУЗ «СГП № 9» ЛПО № 2
4. Нюхтилина О.Н. – член родительского комитета
5. Провоторова Л.В. – член родительского комитета

Проверка показала, что организация питания в школьной столовой находится на удовлетворительном уровне. Все требования СанПиНа соблюдены.

Пищевая и энергетическая ценность блюд и кулинарных изделий

Сбалансированное питание — разнообразное и полноценное питание по всем компонентам. Является одним из основных составляющих жизнедеятельности человека.

На предприятия общественного питания возлагается очень большая ответственность, так как от правильно организованного питания зависит здоровье ваших посетителей.

Сбалансированная еда должна содержать белки, жиры, углеводы, витамины и минеральные вещества, а также воду в необходимых количествах. Питательные вещества усваиваются по-разному. Так из смешанных блюд белки усваиваются на 92%, жиры — 95%, углеводы — 98%



При этом очень важным моментом является определение нормы количества энергии которая выделяется при усвоении организмом питательных веществ из блюд, или калорийность блюда . Калорийность - количество энергии, которая выделяется при усвоении организмом того или иного вещества.

Здесь необходимо обратить внимание, что для разной группы населения разная потребность в калориях, и для организации сбалансированного питания в разных типовых столовых необходимо учитывать эти цифры.

Так **в школьных столовых** необходимо учитывать и возраст школьников: В 6 лет средняя потребность школьника составляет около 2000 ккал/сутки; школьнику в 11-13 лет 2300-2700 ккал/сутки; школьникам 14-17 лет необходимо - 2600 ккал/сутки для девочек и 3000 ккал/сутки для мальчиков.



Сбалансированное питание школьников отличается от стандартов взрослого человека. Для растущего организма требуемый режим питания не менее 4 раз в день, а то и 5 раз .Здесь процентный стандарт будет немного выглядеть по другому.

Для взрослого человека установлено, что:

ЗАВТРАК СОСТАВЛЯЕТ – 30% ОТ ОБЩЕЙ СУТОЧНОЙ НОРМЫ

ОБЕД СОСТАВЛЯЕТ – 45% ОТ ОБЩЕЙ СУТОЧНОЙ НОРМЫ

УЖИН СОСТАВЛЯЕТ – 25% ОТ ОБЩЕЙ СУТОЧНОЙ НОРМЫ

В сентябре 2017 года во всех классах прошли беседы и классные часы по культуре питания учащихся. Классные руководители и обучающиеся старших классов провели ряд бесед о калорийности блюд, полезности каш и фруктов в рационе, о составе витаминов в продуктах питания. Обучающиеся ответили на вопросы анкеты о качестве питания в школе, задавали много вопросов и вкусной и здоровой пище. Родители обучающихся получили рекомендации (буклеты) по формированию культуры питания учащихся.



Кстати!



- Родителям полезно знать, что Институтом питания РАМН была разработана специальная программа витаминизации детского питания.
- Она предполагает, что продукты для питания в школах должны обогащаться витаминами и минеральными веществами.



Витаминизация третьих блюд



Уважаемые родители!!! В целях профилактики витаминной и микроэлементной недостаточности в организме детей в школе проводится витаминизация третьих блюд (в блюдо добавляют аскорбиновую кислоту).



Что такое витамин С?

Витамин С (аскорбиновая кислота) необходим для биохимических окислительно-восстановительных процессов. Витамин С способствует образованию дезоксирибонуклеиновой кислоты (ДНК). При недостатке в организме витамина С (аскорбиновой кислоты) твой организм, улучив момент, сразу же предательски сдастся в плен самой безобидной простуде или инфекции. Из-за недостатка витамина С могут кровоточить десны, кожа - неестественно бледнеть и сохнуть, раны и синяки - долго заживать, волосы - тускнеть и выпадать, ногти - ломаться, а ступни - болеть. Аскорбиновая кислота имеет огромное значение для правильного обмена веществ, недостаток ее приводит к ломкости сосудов, усиленной пигментации кожи. Считается, что ударные дозы этого витамина успешно борются с сенной лихорадкой и пищевой аллергией.

В целях улучшения витаминного статуса, нормализации обмена веществ, снижения заболеваемости, укрепления здоровья подрастающего поколения,

в организованных детских и подростковых учреждениях, согласно требованиям нормативных документов (СанПиН, СП) проводится круглогодичная или сезонная С – витаминизация.

Ежедневно витаминизируются первые или третьи блюда обеда или молоко. Предпочтительнее витаминизировать третьи блюда, в том числе чай. Витаминизация проводится на пищеблоке медицинскими работниками непосредственно перед раздачей.



Памятка о здоровом питании



Оплата за питание.

В нашей школе с декабря месяца 2014 года работает проект «Школьная Карта». В школьной столовой нет наличных денег. Оплата за питание обучающихся осуществляется с помощью платёжных терминалов или on-line. Родители переводят денежные средства на лицевой счёт своего ребёнка (№т/ф без «8»). Контроль за расходованием средств родители осуществляют в своём личном кабинете. Это позволяет им проверить остаток средств на балансе и узнать, что ел ребёнок в школьной столовой.

У проекта «Школьная Карта» есть свои преимущества:

- 1) Обучающийся не может потратить деньги, предназначенные на питание в ближайшем магазине;
- 2) Он не сможет их потерять по дороге в школу;
- 3) У него их никто не сможет отобрать;
- 4) Родители могут в любое время проконтролировать баланс денежных средств своего ребёнка;
- 5) Родители всегда могут ознакомиться с меню, а также посмотреть, что ел их ребёнок сегодня в школьной столовой.

В нашей школьной столовой созданы все условия для организации горячего питания, и мы все вместе должны с помощью бесед с обучающимися добиться того, чтобы как можно больше детей охватить горячим питанием. Тем более, что польза горячего питания известна всем.