

## **ПАМЯТКА**

### **для родителей по контролю школьного питания**

#### **Организация школьного питания регламентирована:**

- приказ Минздравсоцразвития России N 213н, Минобрнауки России N 178 от 11.03.2012 «Об утверждении методических рекомендаций по организации питания обучающихся и воспитанников образовательных учреждений»,
  - письмо Министерства образования и науки РФ от 12 апреля 2012 г. N 06-731 «О формировании культуры здорового питания обучающихся, воспитанников»,
  - Федеральный закон «О качестве и безопасности пищевых продуктов
  - СанПиН 2.4.5.2409-08
- Совместно с администрацией и представителями органов родительского самоуправления:

#### **1.В обеденном зале обратите внимание:**

- как дети входят в зал,
- как рассаживаются за столы,
- как ведут себя за столом,
- какова культура приема пищи,
- кто убирает посуду, как дети покидают обеденный зал,
- вид обслуживания: кто и когда накрывает на столы, кто сопровождает детей, и т.д.

#### **2.Изучите меню и сравните его с фактическим набором блюд.**

#### **3.Снимите пробу блюд, предлагаемых детям, и дайте оценку их вкусовых качеств.**

#### **4.Изучите меню и выясните:**

- кто составляет меню,
- разнообразие блюд,
- наличие и разнообразие овощного меню,
- подсчитайте калорийность по составу продуктов и сравните с рекомендуемыми нормативами,
- стоимость завтраков и обедов и ее обоснованность,
- где столовая закупает продукты питания и как они хранятся.

#### **5. Поинтересуйтесь также:**

- организационно-правовой формой школьной столовой,
- кто готовит блюда: доготовочная или все блюда готовятся работниками пищеблока,
- есть ли санитарные книжки у работников пищеблока,
- наличием бракеражного журнала и его содержанием,
- наличием суточной пробы и ее хранением,
- кто проводит бракераж пищи и когда это было сделано в день проверки,
- всё ли оборудование пищеблока исправно,
- наличием спецодежды у работников пищеблока,
- когда последний раз проверялось санитарное состояние пищеблока, кем, какие сделаны замечания, предложения и как они выполнены.

#### **6.Как организовано руководство школьным питанием:**

- наличие графика работы столовой,
- есть ли льготное питание школьников,
- организация дежурства,
- как организовано обучение детей культуре питания,
- какая работа проводится с родителями о правильном питании школьников,
- роль школьного медицинского работника в вопросах организации школьного питания.

**7. Проанализируйте полученные факты** и совместно с администрацией школы решите, что должны делать администрация, родители, работники пищеблока в деле улучшения питания детей, определите сроки исполнения.

**8. Не забудьте проверить исполнение рекомендаций. Добивайтесь действенности контроля, а не его видимости.**

При контроле руководствуются следующим:

**1. Горячее питание должно быть двухразовое (завтрак и обед) (при организации обучения в одну смену).** Интервалы между приемами пищи не должны превышать трех-четырёх часов. Для посещающих группу продленного дня дополнительно рекомендуется организовать полдник.

**2. Распределение калорийности по приемам пищи** в процентном отношении должно составлять: завтрак — 25%, обед — 35%, полдник — 15% (для обучающихся во вторую смену — до 20 — 25%), ужин — 25%.

**3. В рацион школьников должны быть включены все группы продуктов:**

- овощи и фрукты;
- крупы, макаронные изделия и бобовые;
- хлеб и хлебобулочные изделия;
- мясо и мясопродукты;
- рыба и рыбопродукты;
- молоко и молочные продукты;
- яйца;
- пищевые жиры;
- сахар и кондитерские изделия.

**4. Соотношение пищевых веществ** (белков, жиров и углеводов) в суточном рационе питания школьников должно составлять 1:1:4 (в процентном отношении от калорийности — 10 — 15, 30 — 32 и 55 — 60% соответственно).

**5. В школе должно быть разработано циклическое меню на 10 (14, 20, 28) дней,** а также должно предусматриваться профилактика витаминной и микроэлементной недостаточности;

- **Ежедневно в рационе питания должны быть** мясо, молоко, сливочное и растительное масло, хлеб ржаной и пшеничный (с каждым приемом пищи).
- Рыбу, яйца, сыр, творог, кисломолочные продукты рекомендуется включать 1 раз в 2-3 дня.
- Завтрак должен состоять из закуски, горячего блюда и горячего напитка, рекомендуется включать овощи и фрукты.
- Обед должен включать закуску, первое, второе (основное горячее блюдо из мяса, рыбы или птицы) и сладкое блюдо. В качестве закуски следует использовать салат из огурцов, помидоров, свежей или квашеной капусты, моркови, свеклы и т.п. с добавлением свежей зелени.
- Горячие блюда (супы, соусы, напитки) при раздаче должны иметь температуру не ниже 75 градусов С, вторые блюда и гарниры — не ниже 65 градусов С, холодные супы, напитки — не выше 14 градусов С.
- Предпочтение отдается свежеприготовленным, а не разогретым блюдам.
- В примерном меню не допускается повторение одних и тех же кулинарных изделий в последующие 2-3 дня.

**6. Питьевой режим** в школе может быть организован в следующих формах:

\* стационарные питьевые фонтанчики;

\* вода, расфасованная в емкости.

Питьевая вода из питьевых фонтанчиков должна отвечать гигиеническим требованиям, предъявляемым к качеству воды централизованных систем питьевого водоснабжения.

**7. В школе может осуществляться торговля пищевой продукцией**, не требующей особых условий хранения (срок годности установлен для температуры до +25 °С), в индивидуальной потребительской упаковке, с использованием торговых автоматов:

- молоко питьевое стерилизованное витаминизированное;
- стерилизованные (термизированные) продукты на основе йогурта;
- творожные изделия (продукты);
- вода питьевая негазированная высшей категории;
- напитки безалкогольные негазированные витаминизированные или сокосодержащие (кроме тонирующих) в алюминиевых банках;
- соки и нектары фруктовые и овощные натуральные.

**8. В школе должна проводиться работа по формированию культуры потребления здоровой пищи у школьников.** Для этого предполагается не только организовать рациональное питание в школьных столовых, но и выработать у детей верное представление о полезной пище.

**9. Должна быть спланирована и осуществляться подготовка, переподготовка и повышение квалификации специалистов, обеспечивающих организацию питания школьников.**