

**Рекомендации по
организации здорового
питания обучающихся**

СПб ГБПОУ КСиПТ



- Питание является важнейшим процессом в жизни человека, обеспечивает жизнь, а вместе с ней и функционирование всех систем гомеостаза, включая гармоничное развитие, формирование интеллекта, реализацию всех жизненно необходимых функций человека. Поэтому мысль о том, что человек есть то, что он ест, действительно справедлива. Так, со здоровой пищей человек может обеспечить себе гармоничный рост и развитие организма, с нездоровой - нарушения развития и болезни.
- Поэтому из поколения в поколение человек уделяет большое внимание медико-биологическим аспектам питания, качеству и количеству потребляемых пищевых продуктов. Пищевые продукты при включении их в рацион питания обеспечивают организм человека энергетическим и пластическим материалом, модулируют оптимальные физиологические реакции на воздействие эндогенных и экзогенных факторов, способствуют поддержанию здоровья, снижают риски возникновения заболеваний, ускоряют процессы реабилитации и выздоровления.

Рекомендации по организации питания обучающихся СПб ГЫПОУ КСиПТ

Методические рекомендации

МР 2.4.0179-20

- Настоящие методические рекомендации определяют основные положения по организации здорового питания обучающихся СПб ГЫПОУ КСиПТ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКОЕ НОРМИРОВАНИЕ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Утверждаю
Руководитель Федеральной службы
по надзору в сфере защиты прав
потребителей и благополучия человека,
Главный государственный санитарный
врач Российской Федерации
А.Ю. ПОПОВА
18 мая 2020 г.

2.4. ГИГИЕНА ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

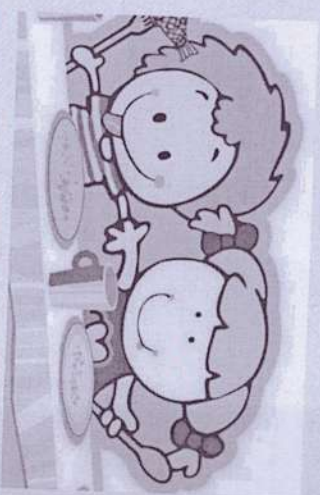
РЕКОМЕНДАЦИИ
ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
МР 2.4.0179-20

Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций.
МР 2.4.0179-20

Организация питания обучающихся в СПб ГЫПОУ КСиПТ

- Здоровое питание предусматривает первый прием пищи обучающимся дома с учетом режима дня и организации образовательного процесса.
- Обучающиеся колледжа обеспечиваются горячим питанием в виде обеда. Продолжительность перерыва для приема пищи должна составлять не менее 20 минут. Обучающиеся обеспечиваются обедом в три смены



Организация питания обучающихся в СПб Гыпоу КСИПТ



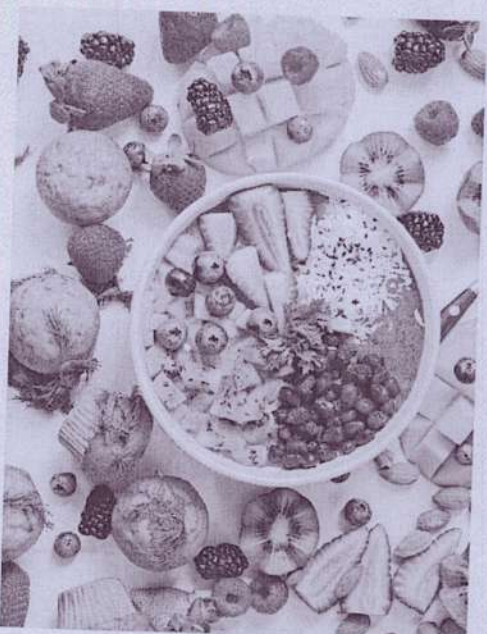
Организация питания обучающихся в СПб ГЫПОУ КСиПТ

- Обед должен включать закуску (салат или свежие овощи), горячее первое, второе блюдо и напиток.
- Для реализации принципов здорового питания целесообразно дополнение блюд свежими фруктами. При этом фрукты должны выдаваться поштучно.



Организация питания обучающихся в СПб ГЫПОУ КСиПТ

- Меню разрабатывается на период не менее двух учебных недель, с учетом требуемых для обучающихся поступления калорийности, белков, жиров, углеводов, витаминов и микроэлементов, необходимых для их нормального роста и развития.

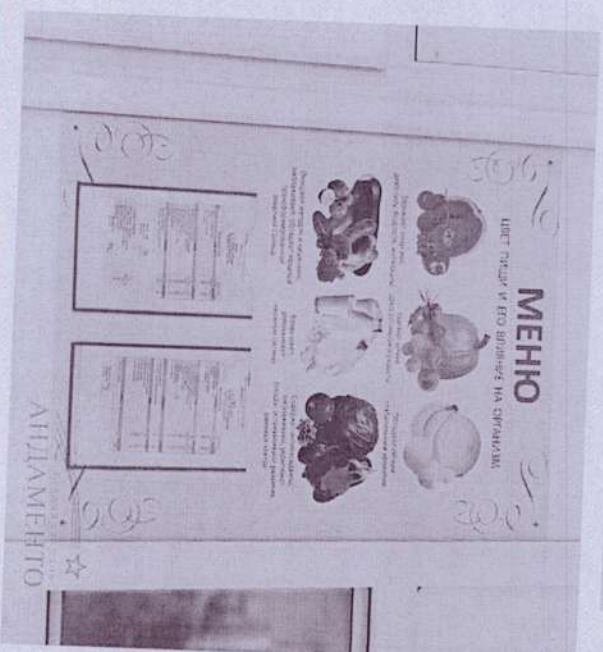


Для обеспечения биологической ценности в питании обучающихся рекомендуется использовать:

- продукты повышенной пищевой ценности, в т.ч. обогащенные продукты (макро-микронутриентами, витаминами, пищевыми волокнами и биологически активными веществами);
- пищевые продукты с ограниченным содержанием жира, сахара и соли.

Организация питания обучающихся в СПб ГЫПОУ КСИПТ

- Информация о питании обучающихся, в том числе меню, доводится до родителей и обучающихся любым доступным способом (размещается в обеденном зале, на доске (стенде) информации, на сайте общеобразовательной организации и т.п.).



Обеспечение контроля качества и организации питания обучающихся

Независимо от организационных правовых форм, юридические лица и индивидуальные предприниматели, деятельность которых связана с организацией и мероприятием горячего питания обучающихся обеспечиваются реализацию мероприятий, направленных на охрану здоровья обучающихся, в том числе:

- соблюдение требований качества и безопасности, сроков годности, поступающих на пищеблок продовольственного сырья и пищевых продуктов;
- проведение производственного контроля, основанного на принципах ХАССП;
- проведение лабораторного контроля качества и безопасности готовой продукции в соответствии с рекомендуемой номенклатурой, объемом и периодичностью проведения лабораторных и инструментальных исследований.

Обеспечение контроля качества и организации питания обучающихся

- СПБ ГЫПОУ КСИПТ разъясняет принципы здорового питания и правила личной гигиены обучающимся.
- Наглядными формами прививания навыков здорового питания могут быть плакаты, иллюстрированные лозунги в столовой, буфете
и
Организаторы питания должны участвовать в решении вопросов качественного и здорового питания обучающихся, при организации пропаганды основ здорового питания необходимо взаимодействовать с родительским комитетом и общественными организациями.



