

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Дмитровского района Орловской области «Лубянская средняя
общеобразовательная школа»

И.о.директора  Утверждаю:
Г.Н.Гапонова
19 сентября 2016года

Условия питания и охрана здоровья обучающихся

Организация питания обучающихся осуществляется Учреждением на базе школьной столовой, соответствующей санитарно-эпидемиологическим требованиям. Расписание занятий предусматривает перерыв достаточной продолжительности для питания обучающихся. Обеспечение питанием обучающихся за счет бюджетных ассигнований осуществляется в случаях и в порядке, которые установлены органами государственной власти, органами местного самоуправления. Ответственность и контроль за организацией питания в Учреждении возлагается на Учреждение в соответствии с Положением об организации питания обучающихся.

Охрана здоровья обучающихся включает в себя:

- 1) оказание первичной медико-санитарной помощи в порядке, установленном законодательством в сфере охраны здоровья;
- 2) организацию питания обучающихся;
- 3) определение оптимальной учебной, внеучебной нагрузки, режима учебных занятий и продолжительности каникул;
- 4) пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда;
- 5) организацию и создание условий для профилактики заболеваний и оздоровления обучающихся, для занятия ими физической культурой и спортом;
- 6) прохождение обучающимися в соответствии с законодательством Российской Федерации периодических медицинских осмотров и диспансеризации;

- 7) профилактику и запрещение курения, употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов и других одурманивающих веществ;
- 8) обеспечение безопасности обучающихся во время пребывания в Учреждении;
- 9) профилактику несчастных случаев с обучающимися во время пребывания в Учреждении;
- 10) проведение санитарно-противоэпидемических и профилактических мероприятий.

Учреждение создает условия для охраны здоровья обучающихся, в том числе обеспечивает:

- 1) текущий контроль за состоянием здоровья обучающихся;
- 2) проведение санитарно-гигиенических, профилактических и оздоровительных мероприятий, обучение и воспитание в сфере охраны здоровья граждан в Российской Федерации;
- 3) соблюдение государственных санитарно-эпидемиологических правил и нормативов;
- 4) расследование и учет несчастных случаев с обучающимися во время пребывания в Учреждении в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере образования, по согласованию с федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере здравоохранения.

График работы школьной столовой

Завтрак: 9.25 – 9.35

Обед: 12.10 – 12.25

Нормативно–правовое обеспечение.

- 1.Федеральный закон 273 - ФЗ "Закон об образовании в Российской Федерации" (ст.41)
- 2.Положение об организации питания обучающихся
- 3.Проект государственного стандарта питания
- 4.СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях" (вместе с "СанПиН 2.4.2.2821-10. Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы") (Зарегистрировано в Минюсте РФ 03.03.2011 N 19993)
- 5.Меню 2016-2017 учебный год
- 6.Прочее.

Правила поведения обучающихся в школьной столовой

Основные правила поведения в школьной столовой, которые должен знать каждый школьник:

- Перед едой обязательно нужно вымыть руки.
- Проходить в школьную столовую следует не спеша и не толкаясь.
- Садиться за стол следует аккуратно, как можно тише.
- За столом следует сидеть прямо, немного наклонившись над столом.
- Пищу следует пережевывать тщательно, не спеша.
- Вставать из-за стола также следует аккуратно и бесшумно.
- После еды необходимо убрать за собой посуду и поблагодарить поваров.

Правила поведения за столом

Общие правила поведения или этикет за столом — это тот минимум, который должен знать всякий культурный человек.

- Сидя за столом, следует только запястьем опираться на его край. Женщинам допускается на небольшой промежуток времени опереться на стол локтем.
- В процессе принятия пищи не следует расставлять локти и низко склонять голову над тарелкой. Голову только слегка наклоняют и на эту высоту подносят вилку или ложку. Не приветствуется дутье на горячую еду и напитки, «чавканье», прихлёбывание.
- Неэтично доливать из бутылки только себе. Взяв бутылку или графин, сначала предлагают соседу по столу.
- Сидя за столом, хлеб ножом не режут, а отламывают маленькие кусочки, также нельзя макать хлеб в соус.
- Если в солонке нет ложечки, соль набирают кончиком своего ножа, но при этом очистив его от посторонних загрязнений.
- Зеленый салат не принято резать ножом; если листья слишком велики, то разрезают их вилкой или аккуратно наматывают на нее листья.
- Птицу едят с помощью ножа и вилки. При этом необязательно очищать все косточки, на них должно остаться немного мяса.
- Если картофель подан целиком, его не следует раздавливать на тарелке.
- Спагетти едят с помощью вилки и ложки. Ложку держат в левой руке. Край ложки опускают в тарелку, на вилку наматывают спагетти в углублении ложки. Намотав на вилку немного макарон, ложкой отрезают эту порцию от остального.
- Рубленые котлеты или тефтели ножом не режут, а едят их, отделяя вилкой небольшие кусочки, причем вилку в этом случае вполне допустимо держать в правой руке.
- Сухие пирожные, пряники, коврижку можно брать руками.
- Сушки и сухари можно обмакнуть в чай или молоко, только находясь в семейном кругу.
- После еды нож и вилку складывают в тарелке параллельно друг другу, ручками в правую сторону. Когда предполагается, что те же приборы будут использоваться при приеме следующего блюда, то их кладут на стол.

Правила пользования столовыми приборами

Столовые приборы делятся на индивидуальные (основные) и общие (вспомогательные).

- Индивидуальные приборы предназначены для приема блюд, общие — для раскладывания их. К индивидуальным приборам относятся закусочный, рыбный, столовый, десертный, фруктовый. Приборы, которые находятся справа от тарелки следует держать в правой руке, а те, что слева — в левой.
- Закусочный прибор — вилка и нож. Он немного меньше размером, чем обычный столовый. Прибор подается к холодным блюдам и закускам всех видов и к некоторым горячим закускам — ветчине жаренной, блинам и др.
- Рыбный прибор — вилка с четырьмя короткими зубцами и углублением для отделения костей и нож с коротким и широким лезвием в виде лопаточки — подается к горячим рыбным блюдам. Если нет рыбного ножа, то к горячему блюду из рыбы можно подавать рыбные или обычные столовые вилки.
- Столовый прибор — вилка, нож и ложка — используется при сервировке стола для подачи первых и вторых блюд. Ложку и вилку используют также для раскладки блюд при отсутствии специального прибора.
- Десертный прибор — состоит из ложки, вилки и ножа. По размеру вилка и нож несколько меньше закусочных, вилка с тремя зубцами. Как правило, приборы для десерта отличаются изяществом и оригинальностью. Десертные нож и вилку используют, когда на стол подают шарлотки, сладкие пироги и др. Десертную ложку подают к сладким блюдам, таким, как пудинг, мусс, ягоды с молоком, сливками, фрукты в сиропе.
- Фруктовый прибор — состоит из вилки и ножа. Фруктовые приборы используют для сервировки, если к столу подают яблоки, груши, ананасы, апельсины, а также арбузы, дыни. К консервированным фруктам и фруктовым салатам достаточно одной вилки.
- Для мороженого используется специальная плоская ложка в виде лопаточки с едва изогнутыми краями.
- К чаю подается ложка (чайная), щипцы для сахара, нож и вилка для лимона. Нож используется для нарезки лимона, имеет зигзагообразное острие. Вилка маленькая, изящной формы с двумя зубцами.
- К кофе подается ложка (кофейная), такая же, как и чайная, только поменьше размером.
- К приборам общего пользования относят также ножи для разрезания торта, ложки-ситечки для процеживания чая, ложки для специй и др.
- Приборы и посуду перед использованием необходимо протереть полотенцем. Подготовленные посуду и приборы до момента их использования

необходимо расположить в удобном месте и закрыть салфеткой или полотенцем.

- Требуют определенной подготовки и приборы для специй. Их необходимо протереть, солонку наполнить на 3/4 объема солью, перечницу — молотым перцем. Горчичницу заполняют незадолго до прихода гостей на 3/4 объема и вставляют ложечку.

Суточная потребность в витаминах

РЕБЕНОК ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ДОЛЖЕН ЕЖЕДНЕВНО ПОЛУЧАТЬ:

Сливочное масло: 30–40 г

Растительное масло: 15–20 г

Хлеб (пшеничный и ржаной): 200–300 г

Крупы и макаронные изделия: 40–60 г

Картофель: 200–300 г

Овощи: 300–400 г

Фрукты свежие: 200–300 г

Сок: 150–200 мл

Сахар: 50–70 г

Кондитерские изделия: 20–30 г

Молоко, молочные продукты: 300–400 г

Мясо птицы (филе): 100–130 г

Рыба (филе): 50–70 г