

ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ

Время приёма пищи

завтрак - 10.35 - 10.55

обед - 13.00 - 15.00

Школа располагает возможностью питания учащихся в столовой Посольства, которая рассчитана на 100 посадочных мест. Учащимся предоставлены услуги горячего питания или буфета.

Правильное питание детей является определяющим фактором в их полноценном развитии, хорошем самочувствии, высоких умственных и физических способностях.

Детям школьного возраста нужно обеспечить сбалансированное питание. Детское здоровье, главным образом, зависит от соотношения питательных веществ. Ребенок должен получать не только белки, жиры и углеводы, но также витамины, аминокислоты, минералы и микроэлементы.

Питание должно быть оптимальным. При выборе меню для ребенка нужно учитывать потребности его организма. Продукты, употребляемые ребенком, должны быть натуральными и полезными. В меню школьника должно присутствовать горячее питание, оказывающее благоприятное воздействие на органы пищеварительной системы.

Одной из важнейших задач школы сегодня является формирование у детей ответственного отношения к своему здоровью. Школьники должны узнать и принять для себя основные принципы здорового образа жизни, а это возможно только в результате совместной работы родителей, педагогов и самого ребенка. В условиях школы питание, наравне с оздоровительным фактором, имеет большое воспитательное значение. Именно в школьном возрасте, когда активно формируются привычки, наибольшее значение имеет воспитание навыков правильного питания.

Приятного аппетита!

