

ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ

В 2020-2021 учебном году в период карантинных мероприятий по коронавирусу время организованного питания обучающихся в столовой:

1-2-е классы - 10.35 - 10.55;

3-4-е классы - 10.40 - 10.55;

9-11-е классы - 9.45 - 10.00;

5-8-е классы - 11.35 - 11.50.

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!

