Информация о необходимости обеспечения школьников горячим питанием во время образовательного процесса

Уважаемые родители!

Администрация МБОУ г. Мурманска «Гимназии №2» доводит до вашего сведения следующую информацию.

Организация рационального питания обучающихся во время пребывания в школе является одним из ключевых факторов поддержания их здоровья и эффективности обучения, неотъемлемой частью учебно-воспитательного процесса и обеспечивает охрану здоровья обучающихся в соответствии со ст. 28 и ст.41 Закона Российской Федерации «Об образовании в РФ». В соответствии со ст.63 «Семейного кодекса РФ» родители обязаны заботиться о здоровье, физическом, психическом, духовном и нравственном развитии своих детей. В соответствии с 4-ым Принципом Декларации прав ребенка ребёнку должно принадлежать право на надлежащие питание, жилище, развлечения и медицинское обслуживание.

Многолетний опыт наблюдений врачей и педагогов показал, что учащиеся, не потребляющие среди учебного дня горячую пищу, быстрее утомляются, чаще жалуются на головные боли, на усталость, на боли в желудке, плохой привкус во рту, плохое настроение и пониженную работоспособность. Согласно статистике, болезни желудка среди детей школьного возраста занимают второе место после заболеваний опорно-двигательного аппарата. Горячее питание для всех школьников во время их пребывания в школе необходимо. Польза горячего питания неоспорима — оно намного лучше, чем булочка или бутерброд; оно позволяет ребёнку восполнить запас энергии, ведь за 4-6 часов нахождения в школе ребенок теряет много калорий.

Горячее питание обеспечивает длительную работоспособность школьников и благоприятно влияет на их физическое развитие. В школьное меню включены каши, макаронные изделия, молочные продукты, мясо, рыба, чай, витаминные напитки. Необходимо заметить, что высокая умственная нагрузка школьников приводит к тому, что увеличивается потребность в витаминах и микроэлементах. Продукты школьного питания богаты витаминами, которые участвуют в обмене белков, жиров, углеводов, минеральных солей; стимулируют рост организма; улучшают защитные свойства кожи; влияют на деятельность нервной системы, в частности, на кору головного мозга; регулируют тканевое дыхание; регулируют деятельность нервной системы. Всем необходимо помнить, что правильное питание в школе очень важно для формирования здоровья и личности ребёнка. Школьник непременно должен есть на завтрак и обед горячее блюдо.

Деятельность гимназии по организации питания строится в соответствии с «Методическими рекомендациями по организации питания обучающихся и воспитанников образовательных учреждений, утвержденных приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации и Министерства образования и науки Российской Федерации от 11 марта 2012 года №213н/178», и иными нормативно-правовыми документами по гигиене детей и подростков.'