



Здравствуйте, уважаемые родители! Позвольте представиться: заведующая школьной столовой №21 **Прокудина Светлана Викторовна**. Мне хочется на страницах школьного сайта рассказать о работе нашей школьной столовой.

Нам не безразлично здоровье Ваших детей, а оно напрямую зависит от качества их питания. Пока ребенок находится дома, Вы – родители- сами

сможете проследить за его питанием. Но когда он находится в школе, очень сложно проследить, когда и что он ел. Лучше всего, если первый легкий завтрак ребёнок съест дома, в школьной столовой его накормят горячим завтраком и обедом, а дома после уроков его ждет полдник и ужин.

Голодный ребенок просто-напросто не сможет нормально усваивать учебный материал – все его мысли будут только о еде. К тому же, проглоченная наспех пища может привести к болям и режам в животе, тошноте, рвоте и заболеваниям желудочно-кишечного тракта.

Хорошо, если питание детей в классе происходит организованно, и они могут получать в столовой горячий завтрак и обед, но к сожалению, ещё не все из родителей понимают важность полноценного питания ребёнка в школе, а иногда просто идут на поводу у своих детей, которые утверждают, что они «сами покупают» то, что им надо на обед. Как показывает практика, ребёнок на свободной раздаче берёт булочку и чай, но разве это можно назвать здоровым питанием?! Поэтому я настаиваю на необходимости получения сбалансированного горячего

питания каждым учащимся школы посредством организованного питания в столовой.

В нашей столовой разработано сбалансированное разнообразное меню, которое состоит из завтрака и обеда.

- Сумма завтрака 1-4 кл. составляет 47-40 (род. плата 32-40, город. бюджет 15-00);
- Сумма завтрака 5-9 кл. составляет 53-00 (род. плата 35-70, город. бюджет 17-30);
- Сумма обеда 1-4 кл. составляет 55-00 (род. плата 40-00, город. бюджет 15-00);
- Сумма обеда 5-9 кл. составляет 60-40 (род. плата 43-10, город. бюджет 17-30).

Уважаемые родители, давайте вместе позаботимся о здоровье наших детей и постараемся перейти на организованное питание комплексным обедом.

Столовая

ГБОУ ООШ №21

Директор НМУП ФШП - Резинкина Людмила Петровна
Директор ГБОУ ООШ №21 - Крынина Юлия Владимировна

Заведующая столовой - Прокудина Светлана Викторовна

1. Введение.

Здоровье детей и подростков любом обществе в любых экономических и политических условиях является актуальной проблемой и предметом первоочередной важности и значимости, так как именно этот фактор является определяющим будущее страны. Одна из главных задач сегодня - помочь детям осознать ценность здоровья и значение здорового образа жизни для современного человека, сформировать ответственное отношение к своему здоровью. Важнейшим фактором формирования здоровья подрастающего поколения является питание. Правильное питание обеспечивает нормальный рост и развитие детей,

способствует профилактике заболеваний, продлению жизни людей, повышению работоспособности и создает условия для адекватной адаптации их к окружающей среде.

Вместе с тем в последнее десятилетие состояние здоровья населения характеризуется негативными тенденциями. Продолжительность жизни населения России сокращается. В ходе исследования причин этого явления выявлены нарушения полноценного питания, обусловленные как недостаточным потреблением пищевых веществ, в первую очередь витаминов, макро- и микроэлементов (кальция, йода, железа, фтора, селена и др.), полноценных белков, так и нерациональным их соотношением.

Сегодня многие учащиеся имеют слабое представление о правильном питании. Школьники нарушают режим питания вне стен школы, злоупотребляют чипсами, фаст-фудами, сухариками, конфетами, шоколадными батончиками и т.д. Обычно это связано с недостаточной информированностью или попустительством со стороны родителей.

Питаться разумно – значит не только обеспечить содержание в пище белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных солей и воды в необходимых количествах, но и удовлетворить индивидуальные потребности детей с учетом физических особенностей и социальных условий жизни. Пища должна быть не только полноценной по количеству, составу и сочетанию питательных веществ, но и вкусной.

На сегодняшний день в России проблема питания школьников приобретает всё более серьезное значение. Школа представляет собой жизненно важную среду, используя которую, можно оказывать влияние

на процесс правильного питания и формировать у школьников вредные навыки и стереотипы в данном вопросе. В школе существуют эффективные возможности для проведения работы по охране здоровья и здоровому питанию. Именно школьный возраст является тем периодом, когда происходит основное развитие ребёнка и формируется образ жизни, включая тип питания. Известно, что интеллектуальные и физические нагрузки, которые испытывает ребенок в школе, приводят к определённым энергозатратам, которые требуется восполнять, в том числе и за счет питания. Поэтому организацию работы по данному направлению необходимо вести по двум векторам: оздоровительному и психологическому.

Оздоровительный вектор предусматривает организацию в школе сбалансированного питания, насыщенного всеми необходимыми для нормальной жизнедеятельности ребёнка компонентами.

Психологический вектор направлен на создание комфортных условий для приёма пищи. Это и качество предлагаемых детям блюд, и их соответствие потребностям растущего организма, и разнообразное меню, и сама процедура приёма пищи.

Организованное школьное питание регламентируется санитарными правилами и нормами, и поэтому в значительной степени соответствует принципам рационального питания. Таким образом, организация и регулирование школьного питания предусматривает:

- Развитие системы мониторинга состояния здоровья обучающихся, обеспечение их необходимыми пищевыми веществами, каче-

ственным и количественным составом рациона питания и ассортиментом продуктов, используемых в питании;

- Развитие механизмов координации и контроля в системе школьного питания;
- Формирование навыков здорового питания у обучающихся и их родителей, организация обучающих семинаров по вопросам организации питания;
- Организация правильного, сбалансированного питания детей и подростков с учетом их возрастных особенностей;
- Обеспечение доступности, безопасности и эффективности школьного питания.

2. Выполнение санитарно-эпидемиологических требований к организации питания обучающихся в общеобразовательном учреждении.

Помещение школьной столовой оборудовано в соответствии с последними требованиями.

Горячий цех:

- Пароконвектомат;
- Пекарский шкаф;
- Плиты;
- Водонагревательный котёл;
- Разделочные столы;

- Мармит;
- Протира-резательная машина;
- Тестомесильная машина.

Мясо-рыбный цех:

- Мясорубка;
- Настольные электронные весы;
- Раковины;
- Разделочные столы;
- Холодильное оборудование.

Овощной цех:

- Овощерезательная машина;
- Картофелечистка;
- Раковины;
- Разделочные столы.

Столовая полностью оснащена достаточным холодильным оборудованием.

Также в столовой имеется помещение для хранения овощей и сыпучих продуктов.

Специальное отведённое место для хранения хоз. инвентаря. Просторная раздевалка для сотрудников столовой с душевой комнатой.

Обеденный зал в школьной столовой достаточно просторный (380 кв.м) на 180 посадочных мест.

Школьная столовая полностью укомплектована необходимой посудой. Её чистоте уделяется повышенное внимание. Мытьё и дезинфекция производится с соблюдением всех норм санитарно-гигиенического режима, используются самые лучшие средства дезинфекции.

В работе постоянно находится два комплекта столовых приборов. Благодаря этому в столовой для питания используется только чистая, сухая посуда.

Столовая оснащена всем необходимым оборудованием, которое помогает быстро и качественно готовить пищу. Чтобы приём пищи был приятным, повара работают над приготовлением вкусных и полезных блюд, а школьники совместно с родителями реализуют проекты по оформлению школьной столовой. Светло-зеленая цветовая гамма помещения гармонизирует с воздушными белыми шторами.

Информационная среда в столовой представлена различными стендами, плакатами, пропагандирующими здоровое питание.

Интересным и оригинальным выглядит информационный стенд школьной столовой. Здесь есть вся интересующая информация:

- Школьное меню о предлагаемых блюдах на завтрак и обед;
- Примерно цикличное меню;
- Ассортиментный минимум для буфета;
- Телефоны контролирующих органов;
- График работы столовой
- Расписание питания учащихся

Комнатные цветы помогают завершить дизайн столовой, превращая ее в единое по-домашнему уютное и современное пространство.

Организация полноценного горячего питания – это сложная задача, одним из важнейших звеньев которой является разработка меню школьных завтраков и обедов, соответствующих современным принципам оптимального здорового питания и обеспечивающих детей всеми необходимыми пищевыми веществами. Рацион детского питания в нашей столовой полноценен и разнообразен. В него включаются мясные, рыбные, молочные и овощные блюда. Меню школьной столовой полностью отвечает требованиям САНПИН, имеет двухнедельную цикличность. Ассортимент блюд составляется с учетом сезонности. В меню учитывается процесс витаминизации: осенью – салаты из свежих овощей, весной – готовятся салаты из вареных овощей.

Кроме того, внедряются дополнительные формы обслуживания, такие как «витаминные столы».

Выполняются требования к питьевому режиму.

В технологии приготовления пищи решающее слово остаётся за работниками столовой, в которой работает профессиональный и слаженный коллектив из семи человек.

Весь коллектив оснащен спецодеждой, это позволяет соблюдать необходимые санитарно- гигиенические нормы.

За всем процессом организации школьного питания ведется контроль со стороны школьного медицинского работника, администрации школы.

В столовой ведется вся необходимая документация:

- Журнал здоровья;
- Журнал проведения витаминизации и третьих и сладких блюд;
- Журнал бракеража пищевых продуктов и производственного сырья;
- Журнал бракеража готовой продукции;

- Журнал учёта температурного режима холодильного оборудования.

В школе создана бракеражная комиссия, в состав которой входят три человека:

- Яхина Н.В. – зам. директора по ВР;
- Аникина Л.В. – фельдшер школы;
- Прокудина С.В – заведующей производством.

Уровень культуры обслуживания и взаимоотношения работников столовой с педагогами и учащимися школы высокий. Об этом говорит большое количество положительных отзывов о работе школьной столовой в книге отзывов и предложений. Персонал столовой всегда встречает детей доброжелательными улыбками и многих детей знает по именам. Поэтому ученики всегда с удовольствием посещают школьную столовую.



Большим спросом пользуется у посетителей столовой разнообразная буфетная продукция в виде выпечки.

3. Формирование правильного пищевого поведения, воспитание культуры питания и ответственности за своё здоровье у детей и подростков.

Организация правильного, полноценного питания школьников в нашей школе уделяется большое внимание. Эта работа ведется не только в периметре школьной столовой, но и за его пределами.

В школьной столовой оформлен уголок о правильном питании, в котором есть такие рубрики как:

- Правила поведения в школьной столовой;
- Необходимые продукты для полноценного питания школьников ;
- Правила питания;
- Здоровое питание;
- В школе проходят общешкольные и классные мероприятия на тему

правильного питания.

Традицией стало проводить весной месячник здорового питания, в рамках которого проходят встречи с врачами, конкурсы плакатов и настенных газет, рефератов и слайдовых презентаций на тему правильного питания, конкурсы на лучшее приготовление блюд, мастер-классы с приглашением специалистов по питанию.

Ежегодное анкетирование учащихся и родителей позволяет определить их удовлетворенность качеством приготовления блюд, обслуживания. В 2013-2014 учебном году учащиеся 2-3 классов посещают объединение внеурочной деятельности «Разговор о правильном питании». Некоторые занятия в этом объединении предусматривают экскурсии в школьную столовую, на занятия приглашаются работники столовой, чтобы рассказать ребятам о полезных блюдах, поделиться секретами своего мастерства.

Система работы школы в этом направлении сегодня уже дает свои положительные результаты:

- Школьники понимают важность и значительность горячего питания;
- Знают основы правильного питания;
- Знают и соблюдают культурно-гигиенические нормы (моют руки перед едой, используют салфетки во время приема пищи);
- Ученики школы знают и применяют в жизни правила поведения за столом.

4. Организация питания в школе.

Горячие питание организуется в школе в несколько потоков. При составлении графиков приема пищи учитывается возрастной состав участников процесса, продолжительность учебного процесса, количество приёма пищи (в школе организовано 1-2-х разовое питание).

Комфортность условий приёма пищи обеспечивается разумным графиком питания учащихся. Продолжительность перемен, во время которых осуществляется питание, 20 минут. Для более рационального использования времени дежурные начинают накрывать столы за 10 минут до начала перемены, поэтому к звонку все столы уже накрыты. Дежурство в столовой – процесс хорошо организованный. Он осуществляется согласно «Положению о дежурстве в школьной столовой».

В течение последних лет процесс охвата школьников горячим питанием практически стабильный:

- 2009 – 2010 – 79,4%
- 2010 – 2011 – 85,3 %
- 2011 – 2012 – 85,7 %
- 2012 – 2013 – 84,2%
- Январь 2014 г.- 90,7%

Охвачено двухразовым питанием на январь 2014 года- 145 учащихся или 25%.

5. Заключение.

Среди основных показателей эффективности деятельности образовательных учреждений в системе мер по охране здоровья школьников организации горячего питания учащихся занимает основное место: полноценное качественное питание является определяющим условием сохранения здоровья будущего поколения. Можно говорить о том, что сегодня уже сложилась целостная система работы школы и школьной столовой по вопросу организации школьного питания и формированию культуры питания учащихся. Столовая имеет санитарно-эпидемиологическое заключение на услугу питания. В столовой предусмотрен набор помещений и оборудования, позволяющих готовить и реализовывать безопасную и сохраняющую пищевую ценность кулинарную продукцию

Сегодня мы имеем достаточно профессиональный и слаженный коллектив школьной столовой. В мае 2012 года на базе «Фабрики школьного питания» был организован конкурс профессионального мастерства среди школьных поваров города на звание «Лучший по профессии». Победительницей стала повар 5 разряда нашей столовой Зинюрова Алия Алиевна. Коллектив столовой не раз награждался грамотами и благодарственными письмами за высокий профессионализм и хорошую работу.

Коллектив столовой всегда стремится разнообразить формы обслуживания детей и взрослых. Например, всем нравится, когда в столовой проходит Масленичная неделя и все желающие могут попробовать вкусные блины с повидлом и сгущенкой.

О работе коллектива столовой неоднократно писали городские газеты (май 2012 года газета «Город Н-ск», «Наше время» №8 от 28 февраля 2014 года)

Работа работников столовой высоко оценивается учениками, родителями, учителями и даже гостями школы, что находит свое отражение в книге отзывов и предложений.

В будущем для изучения потребностей и внесения особого мажорного настроения в обыденный процесс школьного питания мы планируем проводить конкурсы и праздники: «Дни национальной кухни», «Лучшее школьное блюдо недели».

В перспективе организация рационального питания школьников может позволить достичь следующих основных целей:

- Рост учебного потенциала детей и подростков;
- Улучшение состояния здоровья школьников, уменьшение случаев ожирения, гастритов и других заболеваний, связанных с питанием;
- Снижение риска развития сердечно-сосудистых заболеваний и заболеваний ЖКТ:
- Улучшение успеваемости школьников;
- Повышение их общего культурного уровня.



