Современный опыт школьного питания

Питание – это базовый процесс в жизнедеятельности любого организма; процесс поступления, переваривания, всасывания и усвоение в организме пищевых веществ, необходимых для покрытия его энергетических затрат, построения и обновления тканей, поддержания репродуктивной способности, обеспечения и регуляции функций организма .

Вышеуказанные функции реализуются благодаря рациональности питания, которое обеспечивает рост, нормальное развитие и жизнедеятельность человека, способствует улучшению здоровья и профилактике заболеваний.

Проблема организации качественного и доступного горячего питания в общеобразовательных учреждениях является сегодня одной из наиболее значимых, как для государства, так и для общества в целом. С 2005 года действуют государственные программы, по совершенствованию организации питания обучающихся в государственных общеобразовательных учреждениях Российской Федерации.

Для улучшения состояния здоровья детей и подростков образовательные учреждения должны согласовывать с родителями режим питания школьника, и акцентировать внимание на рационализации питания в данном учреждении, увеличивать и разнообразить приемы пищи, связывая это с тем, что учащиеся находятся, длительный период времени в стенах школьного учреждения.

Как же организуется школьное питание в Российской федерации?

Существуют различные государственные программы, по улучшения питания в школьных учреждениях, одна их них программа « Школьное молоко»- это программа дополнительного бесплатного обеспечения детей в общеобразовательных школах молоком, обогащённого витаминами и комплексом минеральных веществ. Молоко должно соответствовать ГОСТУ Р-52783- 2007 « молоко для питания детей дошкольного и школьного возраста «, утверждённого 30.11.2007 г. Федеральным агентством по техническому регулированию и метрологии.

В РФ с 2004 годе ее реализует Российский Союз, предприятий молочной отрасли (РСПМО), при поддержке министерства образования и науки РФ, министерства здравоохранения РФ, министерство сельского хозяйства РФ, Общественной Палаты РФ и ряда субъектов.

Программа « Школьное молоко» распространено и в Европе:

В Португалии за 20 лет реализации программы достигли 99% охвата учащихся, что позволило улучшить питание и успеваемость португальских учащихся;

В Чехии 85% школ учувствуют в программе: при поддержке Правительства;

В Дании с момента ввода программы число детей, потребляющих молоко возросло на 40%;

По состоянию на сентябрь 2013 года, программы « школьное молоко» в РФ охватывают 2,8 млн школьников из 46 регионов страны.

У школьников, получающих молоко, отмечается снижение заболеваемости анемией, кариесом, болезнями бронхолегочной системы и органов пищеварения. Реже регистрируется недостаток веса, функциональные расстройства нервной системы и отдельные виды патологий опорно - двигательного аппарата.

Имеющиеся уже положительные результаты реализации программы « школьное молоко» в отдельных субъектах РФ, позволяют говорить об эффективности данной программы, направленной на формирование положительного отношения детей к молочным продуктам, и, как следствие, на увеличение уровня потребления молочного белка, кальция, витамина В2 детьми школьного возраста .

Кроме программ разрабатываются новые формы организации кулинарной продукции и обслуживания учащихся. На данный момент времени популярны разработки двух форм организации питания:

* 1. По типу «шведского стола»

( Когда детям предоставляется стол с огромным разнообразием и количеством продуктов)

* 1. По типу «Рацион бортового питания»

( Применяется в учреждениях, где не возможно организовать полноценное питание. Пища упакована и подвергается разогреванию, продукция вся привезена, а не сготовлена на месте )

Кроме всеобщих форм организации питания в школах существуют и щадящие рациона питания для детей, нуждающихся в диетическом питании.

Существует 6 типов диетического питания:

* + 1. Питание детей с аллергией.
    2. Питание при заболеваниях органов пищеварения.
    3. Питание при заболеваниях печени, желчного пузыря и желчных путей.
    4. Питание при заболеваниях сердечно- сосудистой системы и почек.
    5. Питание при сахарном диабете.
    6. Питание при ожирении.

Таким образом, в пределах школьной столовой можно обеспечить щадящее питание, выбирая из обычного ассортимента те продукты, которые рекомендованы при данном заболевании, и применяя соответствующую технологическую обработку их.

Для этого так же необходимо располагать информацией о количестве детей, нуждающихся в диетических рационах питания, а так же о характере заболеваний.

Мы видим, что мы продвигаемся к новым способам укрепления здоровья с помощью пищевого рациона, который должен составляться в соответствии с возрастными особенностями организма, а так же проводиться профилактические мероприятия , направленные на коррекцию пищевого поведения школьников.

Список использованной литературы

1. Павлоцкая Л.Ф., Дуденко Н.В., Эйдельман М.М. Физиология питания. М.: высшая школа 1989 – 367с;
2. Министерство образования и науки Российской Федерации. Проект методические рекомендации по совершенствованию организации школьного питания. М.: 2012 – 28с.
3. Сборник реферативных работ студентов КузГПА. Сборник рефератов по возрастной анатомии, физиологии и гигиене.: Новокузнецк 2006 – 222с.