

## **Информация по питанию школьников**

Рациональное (здоровое) питание детей является необходимым условием обеспечения их здоровья, устойчивости к действию инфекций и других неблагоприятных факторов, способности к обучению во все возрастные периоды.

Важную роль в общей структуре питания детей и подростков занимает их питание в школе. Организация рационального питания учащихся во время пребывания в школе является одним из ключевых факторов поддержания их здоровья и эффективности обучения.

Правильное школьное питание приобрело особое значение в последние годы, т.к. дети проводят значительное время в школе, процесс обучения носит весьма интенсивный характер, низкий социально-экономический уровень многих семей, неспособных обеспечить детей адекватным питанием дома.

Вместе с тем, при организации питания детей в школьных учреждениях допускаются отдельные нарушения. Не соблюдаются принципы составления меню, режима питания, недостаточный охват горячим питанием, особенно школьников средних и старших классов, недостаточное число посадочных мест в школьных столовых и др.

В школах обязательное горячее питание получают только школьники младших классов, а учащиеся старших классов получают только экспресс-завтраки. Происходит замена горячего питания буфетной продукцией и остается неудовлетворительным ассортимент школьных буфетов, которыми, как правило, пользуется большинство старшеклассников. Число учащихся старших классов, получающих горячее питание в школах (как льготное, так и по себестоимости) во многих регионах не превышает 10-20%.

Имеются нарушения и в структуре рационов питания школьников, т.е. в фактическом потреблении отдельных продуктов и нутриентов.

Невыполнение норм питания по мясу, рыбе, молочнокислым продуктам, свежим овощам и фруктам, сливочному и растительному маслу приводит к тому, что в большинстве учреждений обеспеченность детей в калориях и пищевых ингредиентах составляет лишь 1/3 от физиологической потребности. Степень дефицита витаминов часто достигает 80% от возрастных норм. В меню преобладают крупяные и макаронные блюда, при этом частота болезней эндокринной системы и расстройств питания, обмена веществ у детей до 14 лет, увеличилась более чем на 8%, в т.ч. ожирение - на 9,7%.

Вопросы питания школьников являются межведомственной проблемой, решение которых может быть обеспечено с участием органов федеральной и региональной исполнительной власти.

Минздравсоцразвития России уделяет внимание профилактике нарушений в организации питания школьников и проводит систематическую работу по ее рационализации.

Проведен анализ состояния организации питания школьников в субъектах Российской Федерации.

Утверждена «Классификация основных групп пищевых продуктов, используемых в школьном питании, по их пищевой ценности», регламентация гигиенических требований к продуктам школьного питания. Разработан и утвержден «Ассортимент основных продуктов питания, рекомендуемых для использования в питании детей и подростков в организованных коллективах».

Подготовлены и направлены в регионы информационные письма «Обеспечение общеобразовательных учреждений йодированной солью и пищевых продуктов, обогащенных микронутриентов», «Внедрение в рацион детей и подростков пищевых продуктов с повышенной пищевой ценностью»

Большое внимание уделяется повышению квалификации врачей-педиатров по вопросам организации школьного питания, разработке нормативных, методических и информационных материалов по данному вопросу.

В настоящее время требуется помощь региональных органов исполнительной власти для решения целого ряда вопросов по оздоровлению детей: финансирования капитальных ремонтов образовательных учреждений и пищеблоков, качественного улучшения материально-технической базы, оснащение современным оборудованием образовательного процесса, медицинским оборудованием кабинетов, организации горячего питания, внедрение здоровьесберегающих технологий и современных форм оздоровления детей с учетом климатических условий регионов, социально-экономических условий жизни семей.

Основными направлениями улучшения существующей ситуации с организацией питания школьников является более полное обеспечение соответствующими продуктами детского и диетического питания, всемерная государственная поддержка отечественных производителей этой продукции, совершенствование санитарно-эпидемиологического контроля за качеством и безопасностью пищевых продуктов, осуществление контроля за соблюдением утвержденных наборов продуктов и меню для школ и других типов образовательных учреждений.

Для совершенствования организации питания школьников необходимо научное обеспечение и разработка методических материалов по оптимизации режима питания, по критериям и методам оценки пищевого статуса, с их включением в стандарты медицинского обслуживания школьников, а также издание информационных материалов по основам правильного питания для широкой аудитории специалистов и населения, а также программ обучения населения.