**Что должно включать в себя**

**горячее питание в школе**

Калорийность, энергетическая ценность и содержание витаминов в школьном питании должны полностью соответствовать потребностям подрастающего организма. Поэтому организация питания в школе должна предоставлять учащимся первый и второй прием пищи, а также несколько перекусов.

**Завтрак**

Основным является горячее блюдо. Чаще всего школьникам предлагается молочная каша, творожная запеканка. В образовательном учреждении также подаются мучные изделия: печенье и булочки. Размер порции соответствует физиологическим потребностям учащихся.

**Обед**

Школьный обед содержит большее количество блюд и бывает намного разнообразней завтрака.

Классический школьный обед состоит из двух блюд (не считая салата): первого и второго.

На первое предлагается горячее жидкое блюдо (борщ, суп любого вида, рассольник).

На второе блюдо мясное или рыбное, либо из птицы.

В качестве гарнира используется рисовая, гречневая, пшенная каша, макароны различных сортов, картофель или картофельное пюре, овощное рагу. Часто в порцию добавляется подливка.

Школьный обед также содержит горячий или холодный напиток: компот, кисель, чай, кисломолочный напиток.

К горячим блюдам предлагается пшеничный или ржаной хлеб.

**План организации питания в школе**

Учащиеся школ также получают образование, связанное с формированием их рациона питания. В связи с такой необходимостью в общеобразовательных учреждениях проводятся массовые мероприятия, классные часы и профилактические беседы с учащимися на тему правильного и здорового питания.

**Требования к питанию.**

За питанием может быть организован контроль со стороны родительских комитетов, опекунских советов и других общественных организаций.

При организации питания рекомендуется предусмотреть следующие основные моменты:

а) соответствие энергетической ценности суточных рационов питания энерготратам обучающихся и воспитанников;

б) сбалансированность и максимальное разнообразие рациона питания;

в) оптимальный режим питания;

е) обеспечение санитарно-гигиенической безопасности питания;

з) соответствие сырья и продуктов, используемых в питании.

Ответственное лицо за организацию питания обучающихся

МБОУ Калачеевская гимназия № 1: заместитель директора по воспитательной работе Никулин Андрей Пантелемонович, телефон: 847363 21-7-13