

Информация о необходимости обеспечения школьников горячим питанием во время образовательного процесса

Уважаемые родители!

Администрация МКОУ «Боровская СОШ» 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. Всем необходимо помнить, что правильное питание в школе очень важно для формирования здоровья и личности ребёнка.

Школьник непременно должен есть на обед горячее блюдо.