

Организация питания в школах



Школьное питание — вопрос всегда актуальный и, зачастую, болезненный. С одной стороны, всем очевидно, что еда в столовой должна соответствовать принципам здорового питания, быть полезной и покрывать потребности растущего детского организма. С другой, она должна быть вкусной и аппетитной, нравиться детям, а с третьей — вписываться в бюджет, указанный в тендере.

Разбираемся, как закон регулирует обеспечение учеников горячим питанием и контролирует его качество, кто имеет право на льготные обеды и что делать, если ребёнок жалуется на школьную еду.

Питание в школьных столовых: основные законы

Согласно [статье 37 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»](#), организация питания обучающихся возлагается на образовательные учреждения.

Для этого разработаны [«Методические рекомендации по организации питания обучающихся и воспитанников образовательных учреждений»](#).

В них приведены следующие требования:

- оптимальный режим питания;
- соответствие энергетической ценности, сбалансированность и разнообразие (витамины, аминокислоты и др.);
- обеспечение высоких вкусовых качеств и сохранения исходной пищевой ценности;
- учёт индивидуальных особенностей обучающихся (потребность в диетическом питании, пищевая аллергия и прочее);
- обеспечение санитарно-гигиенической безопасности питания.

Главное новшество — [СанПиН 2.3/2.4.3590-20](#) «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», он же **СанПиН**, который содержит перечень недопустимых для школьного питания продуктов, размеры и массу порций, порядок составления меню, требования к оборудованию и гигиене помещений для приготовления пищи, хранению готовых блюд и пищевых продуктов и др.

По сути, СанПиН — это главный документ, с учётом требований которого должно быть организовано питание в школе.

Порядок организации питания детей в школах

В зависимости от режима функционирования образовательной организации и часов нахождения в ней ученика, ему будет предусмотрено разное количество приёмов пищи:

1. Если ребёнок находится в школе менее 6 часов, ему положено однократное питание: завтрак для тех, кто учится в первую смену, обед — обучающихся во вторую.
2. Ученики, которые проводят в стенах образовательного учреждения более 6 часов, должны питаться не менее двух раз: в первую смену это завтрак и обед, во вторую — обед и полдник.
3. Для детей, остающихся на продлёнку до 18:00 часов, предусмотрено трёхразовое питание: завтрак, обед и полдник.

Для приёма пищи в расписании занятий должна быть предусмотрена перемена продолжительностью не менее 20 минут.

Всё про школьное меню

Важность здорового питания для детей объяснять не нужно, и в его правильной организации в образовательных учреждениях должны быть заинтересованы все.

Список разрешённых и запрещённых продуктов, требования к приготовлению блюд — всё это строго регламентируется. При этом многие родители сталкиваются с жалобами детей на невкусную еду.

Разбираемся, как составляют школьное меню.

Кто составляет меню для школьников?

По действующему законодательству ученики обязательно должны получать горячее питание согласно утверждённому основному меню. Интересы детей, которым по состоянию здоровья положено лечебное и/или диетическое питание, также должны быть соблюдены школой.

Для каждой возрастной группы примерное меню разрабатывают минимум на две недели с учётом предусмотренных потребностей в белках, жирах, углеводах и микроэлементах, а также в соответствии с рациональным распределением суточной калорийности.

Если еда готовится работниками школы, разработкой меню занимается образовательная организация, а утверждает его директор. Когда питание отдано на аутсорсинг, меню утверждает руководитель предприятия общественного питания либо ИП, предоставляющий услугу, и согласовывает с руководителем образовательной организации.

Раньше основное меню также было необходимо утверждать в Роспотребнадзоре, но СанПиН 2.3/2.4.3590-20, введённый с 1 января 2021 года, этого больше не требует.

Требования к пище в школьной столовой

Питание учеников должно соответствовать возрастным нормам и удовлетворять потребности детского организма в условиях интенсивного роста, быстрого метаболизма, а также высоких умственных нагрузок. Приложение 10 к СанПин 2.3/2.4.3590-20 указывает, какое количество основных веществ должна содержать пища, но этот параметр можно корректировать с учётом климатических, национальных, конфессиональных и территориальных особенностей.

Основные требования к рациону школьника:

1. Обязательно должна присутствовать белковая пища: мясные продукты, творог, молоко, яйца.
2. Не менее 60% белка должно иметь животное происхождение.
3. 30% жиров должны иметь растительное происхождение.
4. В состав пищи должно входить не менее 10-20 г пищевых волокон в сутки. Рекомендованы сухофрукты, цельнозерновой хлеб, рис, мука, бобовые, овощи.
5. Пища должна иметь сбалансированный состав, содержать достаточно витаминов и микроэлементов.
6. Еда должна быть многообразной, одни и те же блюда в течение нескольких дней подряд недопустимы.

Формирование меню происходит в соответствии с рациональным распределением суточной калорийности по приёмам пищи. Если суточная норма калорий для школьников, в зависимости от возраста, составляет 2370-2520 ккал в сутки, то на школьный завтрак должно приходиться 20-25%, на обед 30-35%, на полдник 10-15%.

Допускается отклонение от этих норм по отдельным приёмам пищи в течение дня в пределах 5% при условии, что средний процент пищевой ценности за неделю будет соответствовать установленным требованиям.

Контроль качества питания в школах

Требования к столовой, пищеблоку и его работникам

Как и любые работники общественного питания, школьные повара должны иметь медицинские книжки. У сотрудников пищеблока, непосредственно контактирующих с пищевой продукцией и занятых в приготовлении блюд, не должно быть гнойничковых заболеваний кожи рук и открытых поверхностей тела, а также признаков инфекционных заболеваний. Для допуска к работе проводится их ежедневный осмотр школьным медиком либо назначенным ответственным лицом.

Работники столовой обязаны использовать одноразовые перчатки при порционировании блюд, приготовлении холодных закусок, салатов и менять их согласно инструкции.

В пищеблоке для сырья и готовых к употреблению блюд должны использоваться раздельное технологическое и холодильное оборудование, производственные столы, разделочный инвентарь, упаковка и кухонная посуда.

В конце рабочего дня вся посуда, столовые приборы и подносы должны быть вымыты в посудомоечных машинах с использованием режимов обработки, обеспечивающих дезинфекцию, либо вручную с обработкой дезинфицирующими средствами. При этом для мытья кухонной, столовой посуды и разделочного инвентаря должны использоваться разные ёмкости.

Учащиеся могут допускаться к дежурству по кухне, в том числе к чистке и нарезке сырых овощей, хлеба, к сервировке и уборке столов, а также мытью посуды, но под присмотром взрослых. Все обязательно должны работать в фартуках и шапочках или косынках.

Бракераж в школьной столовой

Бракераж готовой продукции — снятие пробы с блюда для проверки его соответствия установленному внешнему виду и вкусу.

Его проведение — обязанность школы. Для этого ежегодно создаётся специальная комиссия минимум из трёх человек. Директор образовательной организации либо его заместитель — всегда в качестве председателя. Также к бакеражу могут привлекаться медицинский работник, педагоги, повара, представители родительского комитета.

Бакеражная комиссия контролирует все аспекты работы пищеблока, качество продуктов, отслеживает правильность составления ежедневного меню, сроки реализации блюд, а также снимает пробы за 30 минут до начала их реализации.

Школьное питание — тема, которая волнует всех родителей. Качество блюд порой вызывает вопросы, да и детские жалобы на эту тему не редкость. Регулируют качество пищи и порядок её предоставления, в том числе бесплатного, множество нормативов, но и сами родители могут подключиться к процессу контроля. Разобраться во всех нюансах на самом деле не так сложно. Законодательство позволяет добиться существенных улучшений в работе школьной столовой, а также вовсе отказаться от её посещения.