

# Школьное питание – залог здоровья подрастающего поколения



# «Разговор о правильном питании»

## Работа с родителями:

- Просветительская деятельность по вопросам организации правильного и рационального питания детей
- Привлечение старших членов семьи к активному участию в организации и проведению внеклассных мероприятий

- Анкетирование родителей ( о режиме, гигиене, правилах питания)
- Информирование родителей о правильном питании
- Тематические родительские собрания
- «Родительская педагогическая гостиная» (консультации по интересующим их вопросам с привлечением специалистов в области питания)
- Организация для детей «чайного стола»

# Работа с обучающимися:

- Чтения
- Окружающего мира
- Биологии
- ОБЖ
- Часах общения
- В ГПД
- Технологии
- Классных часах
- Библиотечных часах

- «Что нужно есть в разное время года?»
- «Из чего состоит наша пища»
- «Как правильно питаться, если занимаешься спортом»
- «Где и как готовить пищу (экскурсия в недра столовой)»
- «Как правильно накрыть на стол»
- Конкурс творческих работ (рисунки, занимательные кроссворды, сочинения, рецепты, поделки, стихотворения собственного сочинения)
- «Дни правильного питания»
- Проведение праздничных обедов
- Беседы об этикете
- Создание передвижной библиотеки

## Задачи по организации питания в школе:

- Обеспечить учащимся полноценное горячее питание;
- Следить за калорийностью и сбалансированностью питания;
- Прививать учащимся навыки здорового образа жизни;
- Развивать здоровые привычки и формировать потребность в здоровом образе жизни;
- Формировать культуру питания и навыки самообслуживания;

фрукты  
и овощи

хлеб, картофель,  
рис, макароны



мясо, рыба,  
яйца, бобовые

молоко и  
молочные продукты

еда и напитки с высоким  
содержанием жиров и сахара

