

Школьная столовая



Если бы люди ели только тогда,
когда они очень голодны,
и если бы питались простой,
чистой и здоровой пищей,
то они не знали бы болезней
и им легче было бы управлять
своей душой и своим телом.

Лев Толстой

Почему школа должна начинаться со столовой?

- Школьный возраст 6 - 17 лет - это период, когда
- ребенок становится взрослым. Это касается и его физического развития, и психо-эмоционального, и интеллектуального.
- Происходит интенсивный рост всего организма.
- Развиваются все основные системы: опорно-двигательная (особенно скелет), сердечно-сосудистая и нервная системы, идет увеличение мышечной массы, а также радикальная гормональная перестройка организма, связанная с половым созреванием подростка.
- На фоне всей физической перестройки повышаются школьные нагрузки на психо-эмоциональную сферу.
- Возрастают напряжение, вызванное социальной адаптацией подростка. Ребёнок учится ответственности и самостоятельности, учится по-новому выстраивать свои отношения с людьми, осваивает правила взрослой жизни.



Школьная столовая - это очень уютное, любимое место многих учащихся и учителей в нашей школе



Задачи работы по организации школьного питания:

1. Охват горячим питанием учащихся 1-9-х классов школы.
2. Снижение заболеваемости детей и подростков.
3. Совершенствование системы контроля качества и безопасности питания учащихся.
4. Развитие и укрепление материально-технической базы школьной столовой.
5. Организация пропаганды среди учащихся и их родителей принципов рационального здорового питания.
6. Воспитание культуры питания и здорового образа жизни у школьников.



Работа пищеблока



Повар у плиты творит,
Как на крыльях он парит.
Все бурлит вокруг него,
Кухня - кузница его!
Каждое его творенье -
Просто сказка, объеденье,
Мысли, творчества полет.
Тот, кто пробовал - поймет!





Полезные советы

- **Аппетит у тех бывает, кто на воздухе гуляет!**
 - **Чистота - залог здоровья. Руки мойте перед едой!**
 - **Едва ли мы болезней избежим, не соблюдая правильный режим.**
 - **Не забывай в числе других продуктов побольше есть и овощей, и фруктов.**
 - **Пища – строительный материал. Человек голодный – ни на что не годный.**
 - **Молочная пища зубы лечит. Молоко – оружие против яда.**
 - **Рыба – богатейший дар природы. Рыба на столе – здоровье в семье.**
 - **Хлеб – всему голова! Беречь хлеб – значит беречь жизнь!**
-