

## Здоровое питание – активное долголетие и полноценная жизнь

Здоровье – важная ценность жизни каждого человека. Правильное отношение к здоровью, привычка к его сохранению формируется и поддерживается у лицеистов через занятия физкультурой и спортом, положительные примеры в семье и в учебном коллективе, через занятия по пропаганде ЗОЖ, гигиены, правильного питания. В лицее уделяется самое пристальное внимание поддержке здоровья и безопасности учащихся, проводятся мероприятия и акции, направленные на потребность в здоровом и активном образе жизни. У школьников и их родителей зачастую возникает немало вопросов о правильном питании, рациональном режиме дня. В рамках проекта «Здоровое будущее» учащиеся всех возрастов на уроках и интерактивных занятиях получают новые знания по теме «Здоровое питание – активное долголетие и полноценная жизнь». Особое внимание в этих вопросах уделяется начальной школе. Очень важно, чтобы самые юные ученики с первых дней учебы не просто приобретали новые знания и навыки, но и чувствовали себя в лицее комфортно и защищено. С 1 сентября 2020 года в Российской Федерации начали действовать Федеральный закон «О качестве и безопасности пищевых продуктов» и поправки в закон «Об образовании в Российской Федерации», которые направлены на обеспечение младших школьников бесплатным горячим питанием. Документ закона, принятый Государственной Думой, [опубликован](#) на официальном интернет-портале правовой информации. Согласно закону, учеников начальной школы не менее одного раза в день должны будут обеспечивать бесплатным сбалансированным горячим питанием.

МБОУ – лицей встретил новый 2020-2021 учебный год подготовленным к реализации государственного президентского проекта по обеспечению всех учащихся начальной школы горячим питанием. В период летних каникул проведен плановый ремонт кухни, столовой и пищеблока, установлены дозаторы для гигиенической обработки рук с применением кожных антисептиков, соблюдаются санитарные правила, и принципы организации качественного приема пищи для детей. Техническая готовность, график завтраков и обедов, ежедневное меню – отнюдь не тайна за семью печатями. Они находятся под пристальным контролем администрации лицея и общешкольного родительского комитета, а мамы и папы могут получить полную и прозрачную информацию об организации питания в родительских группах и через публикации на лицейском сайте. Все заинтересованные лица, родители и законные представители могут отслеживать преобразование имеющихся здоровьесберегающих условий, повышать компетенции в области здоровьесбережения. Проще говоря, испытывать меньше забот и тревог, отправляя ребенка в школу, быть уверенными в том, что в рационе у ребят не «гранит науки», а вполне осязаемые, свежие, вкусные, полноценные завтраки и обеды. И не только щи да каша – пища наша. Дружный и доброжелательный коллектив, повар и кухонные работники лицея ежедневно проводят строгий контроль на всех этапах приготовления и подачи, заботятся о том, чтобы повсюду царили порядок и чистота, чтобы блюда соответствовали ГОСТам, технологической карте, были полезными, разнообразными и эстетично сервированными, чтобы школьные горячие завтраки и обеды нравились всем мальчикам и девочкам – даже капризулям, привередам и малоежкам. Как отметили первые учителя, юные лицеисты посещают столовую с охотой, едят с аппетитом, не забывают благодарить поваров за их труд.

