

В школьной столовой - вкусно и полезно

В рамках всероссийской профориентационной акции «Неделя без турникетов» ученики 5 - 8-х классов Прибрежненской средней школы посетили увлекательный мастер-класс «В гостях у повара» в школьном центре здорового питания.

Как мудро заметил выдающийся педагог В. А. Сухомлинский: «Забыв о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний и вера в свои силы». Именно поэтому для администрации МБОУ «Прибрежненская СШ им. генерал-лейтенанта И. И. Затевахи» здоровое и полноценное питание обучающихся является одним из приоритетных направлений работы. Здесь вопросам жизни и здоровья детей и подростков уделяют особое внимание.

В 2020 году школа успешно прошла конкурсный отбор по модернизации пищеблоков в образовательных учреждениях сельской местности и получила финансирование, благодаря которому удалось полностью заменить устаревшее оборудование современным и высокотехнологичным. Это позволило значительно повысить качество питания учащихся.

На смену школьной столовой пришел центр здорового питания, в меню которого круглый год присутствуют разнообразные овощные

салаты. Они имеют высокую пищевую ценность, сбалансированный состав витаминов и микроэлементов, что позволяет полностью удовлетворять ежедневную потребность детского организма в этих важных веществах. Дети и подростки отличаются высокой двигательной и умственной активностью, что приводит к повышенным энергетическим затратам. Поэтому так важно своевременно и полноценно восполнить их силы.

«Мы понимаем, что полноценное и правильное питание обучающихся – одно из главных условий сохранения крепкого здоровья, высокой работоспособности и выносливости человека. Благодаря наличию в меню салатов из овощей у наших ребят хватает энергии и на уроки в школе, и на общение с друзьями, и на кружки и секции. Значительную помощь нам оказывает предприятие, специализирующееся на выращивании овощей в нашем районе, - ООО «Агротек» под руководством Владимира Пахомова. Это предприятие безвозмездно поставляет в школьную столовую картофель, свеклу, морковь, капу-



В рамках мастер-класса ребята узнали о принципах правильного питания и его влиянии на растущий организм.

сту, лук, благодаря чему питание наших школьников по-настоящему полезное и качественное», - рассказывает директор школы Надежда Погодина.

Сбалансированное питание растущего детского организма в течение дня во многом зависит от работника школьной столовой, где повар – это настоящий специалист, понимающий основы здорового питания как никто другой.

На протяжении многих лет главным поваром в центре здорового питания Прибрежненской средней школы работает Надежда Дугалева - мастер приготовления различных блюд и профессионал своего дела. Надежда Владимировна очень любит свою работу, вкладывает душу во все, что готовит, и всегда старается, чтобы блюдо получилось как можно вкуснее и качественнее. Причем не только во время учебного года, но и в летние каникулы не перестает она творить, казалось бы, самые простые, но очень вкусные и аппетитные супы, гарниры, салаты

и компоты. В совершенстве владеет знаниями устройства и правил эксплуатации современного технического оборудования.

Приветливость персонала столовой создает атмосферу домашнего уюта, поэтому дети всегда с удовольствием посещают школьную столовую и благодарят за аппетитные завтраки и обеды. А в рамках профориентационной акции «Неделя без турникетов» обучающиеся 5 - 8-х классов посетили мастер-класс «В гостях у повара», который для них провела 9 апреля Надежда Владимировна в центре здорового питания школы. Школьникам не просто показали процесс приготовления и оформления винегрета, но и рассказали о принципах правильного питания и его влиянии на растущий организм.

«Сегодня наши ученицы не только ознакомились с процессом приготовления популярного витаминного блюда, но и активно участвовали в самом процессе. Правильная

нарезка ингредиентов и красивое оформление были основными задачами мастер-класса, и хочу сказать, что девочки прекрасно справились с поставленной целью. У них получились отличные салаты! Надеюсь, что и из беседы они для себя вынесли пользу», - говорит главный повар Надежда Дугалева.

Таким образом, школьная столовая является местом, где растущий человек приучается к здоровому питанию. А в средней школе им. генерал-лейтенанта И. И. Затевахи в селе Прибрежном знают, что совершенствование системы школьного питания напрямую связано с сохранением здоровья населения и задачами улучшения демографической ситуации в селе, районе и в стране в целом, поэтому систематической работе по обеспечению школьников полноценным горячим питанием здесь уделяется особое внимание.

Ольга Михайлова
Фото Дарьи Зеленицкой