**Какое питание нужно школьникам? Исследование Обрсоюза**

Многих родителей сегодня не вполне устраивает качество питания в школах. Такой результат показало голосование, которое Роспотребнадзор недавно провел на портале Госуслуг. 3,9 балла из 5 составила средняя оценка респондентов со всех регионов страны. Основное недовольство было вызвано однообразием питания (68%), невкусной едой (51%), недостаточной температурой блюд (31%) и отсутствием горячего (22%).

Обрсоюз также провел опрос на эту тему в социальных сетях. Только 5% от числа опрошенных выбрали лучший вариант «Пальчики оближешь!». Большинство человек проголосовали за «Удовлетворительно» (38%) и «Хорошо» (35%).

Почему родители зачастую скептически настроены по отношению к школьному питанию? Чем конкретно недовольны дети? Действительно ли это связано с качеством?

**Наталья,** *сын учится в ТиНАО, Москва:*

«Сын ничего не ест в школе из бесплатного. Только чай (и то невкусно, так как с сахаром) и белый хлеб. Иногда вкусные оладушки. Каши – все с сахаром, а он привык есть их дома без него. В общем, мы питанием не довольны абсолютно. Я помню свои школьные годы и те счастливые минуты, когда мы бежали в столовую, где всё уплетали за обе щеки».

**Сын Натальи:**

«Сосиски – отвратительные, как из бумаги! Нравятся только оладьи, хлеб и груши».

Иногда претензии предъявляют не столько к качеству и разнообразию, сколько к организации процесса питания в столовых и буфетах. По мнению учителя одной из столичных школ Алины Третьяковой, легче брать еду с собой, потому что питанием в первую очередь обеспечены ученики, а сотрудники могут поесть, только если что-то останется.

**Алина Третьякова,** *учитель*:

«Я вообще в школе не питаюсь, у меня всегда еда с собой. Стараюсь завтракать с утра. Знаю, что дети питаются.

Как-то вначале, когда я пришла работать, я попыталась купить какую-то еду в школе, а мне сказали: «Дети еще ничего не покупали, поэтому мы вам не продадим. Учителя не могут купить еду детей». А когда дети все наедаются, ничего уже не остается. Поэтому я приняла решение перейти на автономное питание».

Основной факт, однако, при любой критике остается фактом: дети все-таки едят в школе. Некоторые родители выражают желание самостоятельно проверять качество блюд, которые там предлагают.

Правда, недавно президент России Владимир Путин удивился тому, что школы почему-то часто не допускают членов родительских комитетов для проверки. Во время посещения координационного центра Правительства он рекомендовал обеспечить такую возможность тем, кому это необходимо. Естественно, при соблюдении санитарных требований.

По словам **Людмилы** **Мясниковой**, *председателя Экспертно-консультативного совета родительской общественности при Департаменте образования и науки города Москвы*, родителям разрешают проверять качество питания. Зависит оно обычно от того, как готовят определенные блюда в конкретных учебных заведениях. Для проверки в каждой образовательной организации есть комиссия по контролю за качеством.

«Родители требуют, чтобы был выбор, – комментирует ситуацию *член Экспертно-консультативного совета, председатель Комиссии по контролю за качеством и организацией питания в образовательных организациях* **Наталья Анпеткова**, – в Москве давно действует система, которая предполагает наличие возможности выбора. Бесплатное меню имеет 4 варианта. На портале Mos.ru можно выбрать еду на неделю – и заказ тут же идет на комбинат питания. Само меню проходит экспертное заключение, что оно безопасно, соответствует возрасту, физиологическим потребностям детей. В нем нет запрещенных продуктов».

Претензии же к меню, по ее мнению, могут быть вызваны неверным пониманием того, какая еда действительно полезна детям. Каши и супы – пища в данном случае необходимая, отказываться от которой ни в коем случае не стоит: «Питание должно быть полноценным, сбалансированным. Если желудок сыт – ребенок спокойно работает».

Согласна с этим и *эксперт Обрсоюза, педагог-психолог, руководитель всероссийских образовательных проектов* **Наталия Махно**: **«**Несомненно, неправильное питание может привести к снижению успеваемости в школе, перепадам настроения и быстрой утомляемости детей. Если ребенок завтракает шоколадом, сдобными булочками, блинчиками со сгущенкой, сладкой кашей, это вызовет прилив бодрости, но на короткое время. Через 2-3 часа наступит период спада, школьник почувствует себя уставшим, станет менее внимательным и может потерять интерес к учебе».

В связи с большим количеством жалоб на здоровье современных детей, в том числе проблемы, связанные с ожирением, *основатель Национального родительского комитета в Татарстане* **Ирина Волынец** предложила ввести в программу уроки, посвященные культуре питания. Такие занятия, согласно ее проекту, нужно будет проводить не реже одного раза в три месяца, во внеурочное время. В качестве преподавателей могли бы выступить спортсмены, фитнес-тренеры, а также те, кто ведет здоровый образ жизни и способен убедительно об этом рассказать.

Возможно, тогда школьники другими глазами посмотрели бы на меню в столовой: подходя к вопросу в первую очередь с точки зрения пользы или вреда для здоровья. Ведь при отсутствии сформированной привычки правильно питаться, ориентируясь только на привлекательный вкус, объективно судить о качестве еды не получится.

Своим мнением на этот счет делится *кандидат экономических наук, доцент*, *вице-президент Обрсоюза* **Юлия Соловьева**: «С одной стороны, хочется сказать спасибо, за то, что кормят. Это большая помощь семьям. Но всегда хочется большего. В данном случае хочется, чтобы кормили вкусно. А что значит вкусно? На вкус и цвет, как говорится... Достаток семей разный, и поэтому выбор продуктов, которые предпочитают дети, разный.

Тут надо больше говорить о полезных продуктах и формировании привычек правильно питаться. А вот сейчас не всегда в школьных столовых предлагают детям правильную пищу. Возьмем хотя бы сосиски. Полезный продукт? Сложно формировать меню. Да и выбор зависит от многих факторов. И не всегда школа может что-то сделать с меню. А вот что она может, так это обеспечить именно горячее питание. И если директор школы уважает своих учеников, их родителей, то это он может обеспечить».

Напомним, что все без исключения ученики 1-4 классов российских школ имеют право на бесплатное питание (в том числе горячее) – один раз в течение дня. Для детей из малоимущих семей и школьников с ограниченными возможностями здоровья бесплатное питание – двухразовое. При этом каждой столовой относительно меню (качества продуктов и разнообразия еды) должны соблюдаться рекомендации Роспотребнадзора.

Учесть все пожелания детей и родителей сложно, но, как можно понять, это возможно. Главным критерием здесь, конечно, всегда будет выступать польза для здоровья, потому что, только будучи физически и психологически готовым к активному, чрезвычайно насыщенному процессу получения знаний, школьник сможет чувствовать себя хорошо и делать успехи. Таким образом, он сумеет заложить прочный фундамент для дальнейшей жизни. Незаменимой поддержкой ему в этом является сбалансированный рацион, предложенный в школьных столовых и, разумеется, здоровое питание вне школы.

Регулярные проверки качества блюд с помощью специальных комиссий, опросы общественного мнения, а также обеспечение для родителей возможности прозрачного контроля за ситуацией помогут эффективно осуществлять организацию питания и учебного процесса в целом. Введение постоянного интернет-мониторинга того, что едят школьники, и сервиса выбора меню, как на официальном сайте мэра Москвы (Mos.ru), в других регионах страны пока не стало насущной потребностью. Подробную информацию о том, что предлагают детям в определенной школе, можно по-прежнему узнать у ее руководства.