

# Бесплатное горячее питание для школьников младших классов

Учащиеся начальной школы (1-4-й классы) обеспечиваются бесплатным горячим питанием с 1 сентября 2020 года

ОБРАЗОВАНИЕ

НАЦИОНАЛЬНЫЕ  
ПРОЕКТЫ  
РОССИИ

**7,3** млн школьников уже получают горячее питание ежедневно



Инициатива Президента России Владимира Путина: «Предлагаю обеспечить бесплатным горячим питанием всех учеников начальной школы с первого по четвёртый класс. Для этого нужно создать в школах и необходимую инфраструктуру, оборудовать столовые и буфеты, наладить систему снабжения, и, безусловно, качественными продуктами».







Программа финансируется из средств федерального, региональных и местных бюджетов



**22**  
млрд руб.

**108**  
млрд руб.

## Школы предоставляют:

-  качественное, здоровое и полноценное горячее питание не менее одного раза в день
-  питание, отвечающее всем стандартам и требованиям безопасности
-  горячее первое и второе или второе блюдо в зависимости от приема пищи
-  сбалансированный рацион, обеспечивающий физиологическое развитие молодого организма

## Родители могут:

-  участвовать в составлении школьного меню, давать предложения, оценивать качество питания
-  Минпросвещения России проводит постоянный мониторинг ситуации с обеспечением бесплатным горячим питанием во всех регионах России

8-800-200-91-85  
Бесплатная горячая линия

**Здоровье  
и безопасность  
школьников —  
наш приоритет!**

Министерство просвещения  
Российской Федерации

Направить предложения по организации горячего питания в вашем учебном заведении можно также на портале «Госуслуги»

# С 1 сентября более 40 тыс. школьников 1–4 классов будут обеспечены бесплатным горячим питанием



УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ТАМБОВСКОЙ ОБЛАСТИ



На эти цели из федерального бюджета на 2020–2021 учебный год выделено более 350 млн. рублей. При этом региональное софинансирование составляет более 34 млн. рублей:

Во всех образовательных организациях области созданы условия для реализации проекта:

- проведены косметические ремонты
- закуплено оборудование и мебель

Учеников с 1 по 4 классы будет ждать сбалансированный рацион питания :

- для обучающихся в I смену – горячие завтраки;
- для обучающихся II смены – горячие обеды.



В рамках региональных проектов «Родительски контроль» и «Школьный ревизорро», которые стартуют в школах области с 1 сентября, каждый родитель и ученик может посетить школьную столовую и оценить качество приготовленных блюд.





# ОРГАНИЗАЦИЯ БЕСПЛАТНОГО ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ МЛАДШИХ КЛАССОВ В 2020 ГОДУ



Задачу обеспечить бесплатным горячим питанием всех учащихся начальной школы с первого по четвертый классы обозначил **Президент Российской Федерации В.В. Путин** 15 января 2020 года во время своего Послания к Федеральному Собранию.

Внесённые изменения в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» говорят о необходимости обеспечить учащихся начальной школы **бесплатным** горячим питанием **не менее одного раза в день**, предусматривающим наличие горячего блюда, не считая горячего напитка, за счет бюджетных ассигнований федерального бюджета, бюджетов субъектов Российской Федерации, местных бюджетов и иных источников финансирования, предусмотренных законодательством Российской Федерации.

## ШКОЛЫ ОБЯЗАНЫ ПРЕДОСТАВИТЬ:



Качественное, здоровое и полноценное горячее питание, не допуская подмены этого процесса полумерами (разогретыми бутербродами с чаем или чем-то иным)



Горячее питание, отвечающее всем стандартам и требованиям безопасности



Питание, включающее горячее блюдо, не считая горячего напитка



Сбалансированный рацион, обеспечивающий правильное физиологическое развитие молодого организма



Горячее первое и второе блюдо или второе блюдо в зависимости от приёма пищи

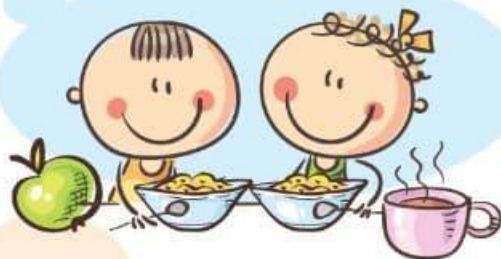


**РОСПОТРЕБНАДЗОР**

ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

## КАК СОСТАВИТЬ МЕНЮ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ

### ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ



#### ЗАВТРАК

20-25% от суточной калорийности

Меню горячих завтраков – обязательно горячее блюдо каша, запеканка, творожные или яичные блюда, горячий напиток – чай, какао, кофейный напиток.

Дополняйте завтрак продуктами - источниками витаминов, микроэлементов и клетчатки (овощи, фрукты, ягоды)

#### ОБЕД

30-35% от суточной калорийности

В меню обедов – овощной салат (овощи в нарезке), первое блюдо, второе основное блюдо рубленое или цельнокусковое (из мяса или рыбы), гарнир (овощной или крупяной), напиток (компот, кисель) Готовьте блюда с повышенным содержанием витаминов и микроэлементов, с добавлением микрозелени, ягод Используйте продукты, обогащенные витаминами и микронутриентами, лакто-и бифидобактериями Применяйте щадящие методы кулинарной обработки – тушение, отваривание, приготовление на пару, запекание, пассерование, припускание.

Рационально объединяйте в меню овощные и крупяные блюда



Избегайте в меню продуктов и блюд, которые являются источником легкоусвояемых углеводов (конфеты, шоколад, вафли, печенье, коржики, булочки, кексы, манная каша, манники); продуктов, являющихся источником скрытой соли (колбасные изделия, мясные и рыбные консервы, консервированные овощи и соленья), продуктов с усилителями вкуса и красителями

#### ВАЖНО!

Содержание соли и сахара в блюдах - соль – не более 5 г/сутки, сахара 20 г/сутки. На один прием пищи как минимум должно быть в 4 раза меньше.



5г  
СУТКИ



20г  
СУТКИ

Подробнее на [www.rospotrebnadzor.ru](http://www.rospotrebnadzor.ru)





# БЕСПЛАТНОЕ ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ МЛАДШИХ КЛАССОВ

С 1 СЕНТЯБРЯ 2020 ГОДА — В РЕГИОНАХ, В КОТОРЫХ ЭТОТ ПРОЦЕСС УЖЕ ВЫСТРОЕН ТЕХНИЧЕСКИ

ДО 1 СЕНТЯБРЯ 2023 ГОДА — ВО ВСЕХ ОСТАЛЬНЫХ РЕГИОНАХ СТРАНЫ

ГОРЯЧИМ ПИТАНИЕМ В ШКОЛАХ  
БУДУТ ОБЕСПЕЧЕНЫ  
ВСЕ УЧАЩИЕСЯ 1–4-Х КЛАССОВ,  
ВКЛЮЧАЯ:

- детей из малоимущих и (или) многодетных семей;
- лиц с ОВЗ;
- учащихся общеобразовательных школ-интернатов

ШКОЛЫ ОБЯЗАНЫ ПРЕДОСТАВИТЬ:



сбалансированный рацион, обеспечивающий правильное физиологическое развитие молодого организма



горячее питание, отвечающее всем стандартам и требованиям безопасности



питание, включающее горячее блюдо, не считая горячего напитка



горячее первое и второе блюдо или второе блюдо в зависимости от приёма пищи

ДЛЯ ПЕРВОЙ СМЕНЫ



горячий завтрак

ДЛЯ ВТОРОЙ СМЕНЫ



горячий обед

ДЛЯ ДЕТЕЙ НА ДОМАШНЕМ  
ОБУЧЕНИИ



бесплатные сухие пайки / денежная компенсация в соответствии с законодательством субъектов Российской Федерации

ИЛИ



РОДИТЕЛИ **МОГУТ** УЧАСТВОВАТЬ  
В СОСТАВЛЕНИИ ШКОЛЬНОГО МЕНЮ.  
ДЛЯ ЭТОГО НЕОБХОДИМО  
ОБРАТИТЬСЯ:

- к руководителю образовательной организации – если школа самостоятельно организует питание учащихся;
- к оператору питания – если организацию питания осуществляет сторонняя организация.



ПОДРОБНАЯ ИНФОРМАЦИЯ — В СПЕЦИАЛЬНОМ РАЗДЕЛЕ  
НА САЙТЕ МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ «ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ  
ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ» — [EDU.GOV.RU](http://edu.gov.ru)

# Сбалансированное здоровое питание

Баланс состава питательных веществ  
в % от суточной потребности



45%  
55%

## Сложные углеводы

Крупы, картофель, бобовые

0%  
10%

## Простые углеводы

Сахар, мед, варенье, кондитерские изделия, сладкие напитки, соки

10%

## Насыщенные жиры

Мясо и птица, сливочное масло, молочные продукты, сыры

12%

## Мононенасыщенные жиры

Оливковое масло

8%

## Полиненасыщенные жиры

Подсолнечное, кукурузное масло, жирная рыба

7,5%

## Растительные белки

Бобовые, крупы, орехи

7,5%

## Животные белки

Мясо, птица, рыба, яйца, нежирные молокопродукты



# Тарелка здорового ПИТАНИЯ



**Источники углеводов**  
свежие овощи и фрукты, а  
также зерновые или  
бобовые



**Источники белка  
и жира**  
мясо, птица, рыба,  
морепродукты, яйца, творог



**напиток объемом  
200–250 мл**



По данным ФГБУ Национальный медицинский исследовательский  
центр профилактической медицины Минздрава России



РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

## СОДЕРЖАНИЕ ПОЛЕЗНЫХ ВЕЩЕСТВ В КРУПАХ

### КОЛИЧЕСТВО ПОЛЕЗНЫХ ВЕЩЕСТВ В 100 Г ПРОДУКТА

КРУПА	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	КЛЕТЧАТКА	К	Са	Mg	Р	Fe	В1	В2	РР
РИС	7,0	1,0	71,4	0,4	100	8	50	150	1,0	0,08	0,04	1,6
ГРЕЧКА	12,6	3,3	52,1	1,1	380	20	200	298	6,7	0,43	0,2	4,19
ПШЕНО	11,5	3,3	66,5	0,7	211	27	83	233	2,7	0,42	0,04	1,55
ПЕРЛОВАЯ	9,3	1,1	66,5	1,0	172	38	40	323	1,8	0,12	0,06	2,0
ЯЧНЕВАЯ	10,0	1,3	66,3	1,4	205	80	50	343	1,8	0,27	0,08	2,74
ПШЕНИЧНАЯ	11,5	1,3	63,1	0,7	-	-	-	261	4,4	0,3	0,1	1,4



Подробнее на [www.rospotrebnadzor.ru](http://www.rospotrebnadzor.ru)