

20 ноября во всем мире отмечается День ребенка. Праздник, учрежденный Генеральной Ассамблеей Организации Объединенных Наций в 1954 году, посвящен благополучию детей во всем мире.

Благополучие подрастающего поколения напрямую зависит от качества жизни и состояния здоровья наших детей. А один из ключевых факторов для сохранения здоровья и укрепления растущего организма - полезное и разнообразное питание. Сбалансированный рацион – основа гармоничного развития, полноценной и долгой жизни, главная защита от многих опасных заболеваний, поэтому так важно, чтобы ребенок как можно раньше приобрел правильные пищевые привычки. В период пандемии это особенно актуально.

В России масштабную социальную задачу по продвижению принципов здорового питания реализует Роспотребнадзор. Для этого в 2019 году был разработан федеральный проект «Укрепление общественного здоровья» в рамках нацпроекта «Демография».

*«Вся работа Роспотребнадзора выстроена вокруг одной ценности – заботы о благополучии человека, его здоровье и жизни, – подчеркивает **Анна Юрьевна Попова, руководитель Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, главный государственный санитарный врач России.** – Но отдельная категория россиян, которая всегда в фокусе нашего внимания, – наши дети. У нас высочайшие санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения и детей, в особенности школьников».*

Одним из важных аспектов работы ведомства стало усовершенствование нормативной базы по вопросам здорового питания. Впервые в России понятия «здоровое питание»,

«качество пищевых продуктов» и «горячее питание», а также принципы здорового питания закреплены на законодательном уровне Федеральным законом от 02.01.2000 № 29-ФЗ «О качестве и безопасности пищевых продуктов» (ред. от 01.03.2020).

*«Роспотребнадзором приняты и вступили в силу с 1 января 2021 года санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения. В них также определены особенности организации питания детей – впервые снижены рекомендуемые нормы потребления соли и сахара. Ограничено применение в питании детей в организованных коллективах кондитерских и колбасных изделий как источников повышенного содержания добавленных соли и сахара. Введено требование об обязательном использовании в питании детей йодированной соли», –*

прокомментировала

**Анна Юрьевна.**

Ведомство совместно со специалистами Федерального исследовательского центра питания, биотехнологии и безопасности пищи проводит масштабные исследования в образовательных учреждениях. В постоянном режиме проводится оценка фактического рациона школьников путем опроса/анкетирования родителей и анализа сведений образовательных учреждений.

*«Такой мониторинг поможет оценить фактическое питание детей: какие они продукты потребляют, в каком количестве, сколько раз в день, что едят в школе, что дома, какие есть региональные особенности и главное – насколько рацион отвечает принципам здорового питания по сахару, соли, трансжирам и наличию всех необходимых макро- и микроэлементов», –* отметила **Анна Юрьевна.**

В 2019 году исследование стартовало в пяти пилотных регионах и было апробировано в 2800 школах. В 2020 году территория исследования школьного питания расширилась и охватила 24 региона Российской Федерации. Суммарно в 2019-2020 году оценка питания обучающихся была проведена в 5083 школах, опрошены 50 098 учеников начальной, средней и старшей школы вместе с родителями. За 2021 год планируется провести исследование в 49 регионах Российской Федерации. Полученные данные востребованы и используются для улучшения системы школьного питания.

Российская инициатива – уникальна. В большинстве стран мира нет требований по предоставлению горячей пищи ученикам, регулирование школьного питания

осуществляется преимущественно в рекомендательном виде, родители практически не участвуют в формировании меню.

В целях обеспечения качественного питания обучающихся, осваивающих программы начального общего образования, Роспотребнадзору было поручено провести внеплановые проверки соответствующих образовательных организаций и их поставщиков пищевых продуктов. По итогам поручения и мониторинга питания школьников процент обучающихся 1–4 классов, охваченных бесплатным горячим питанием в 2020 учебном году, составил 99–100%.

Для реализации поручения Президента РФ Роспотребнадзор выпустил «Рекомендации по организации питания для обучающихся общеобразовательных организаций», регламентирующие нормы горячего питания в школах. Также ведется активная работа с родительским сообществом.

В ходе просветительской работы Роспотребнадзором реализованы различные образовательные проекты. Так, в 2020 году совместно с издательством «Просвещение», Министерством Просвещения и АНО «Национальные приоритеты» были разработаны открытые уроки для детей, посвященные основам здорового питания. Материалы размещены на платформе Библиотеки учебных материалов «Московской электронной школы» (МЭШ). Любой педагог может скачать и провести открытый урок по основам здорового питания. Цель занятий – формирование у школьников представления о принципах правильного питания и важности ответственного отношения к своему рациону, как неотъемлемому компоненту здорового образа жизни.

С 2021 года реализуется масштабный партнерский проект вместе со Всероссийским детским центром «Орленок». Специалистами Роспотребнадзора, ФГБУН «ФИЦ Питания и биотехнологии» и ВДЦ «Орленок» разработана серия пилотных образовательных программ для детей «Основы здорового питания», которые включают обучающие лекции, кулинарные мастер-классы, фестиваль-конкурс «Национальная кухня России», образовательные стажировки с возможностью изучения правил составления здорового рациона и выбора качественной и безопасной продукции, а также встречи с амбассадорами и экспертами проекта. Участниками программы в «Орленке» уже стали более 18 000 детей из разных регионов России. Планируется, что до конца 2021 года обучение пройдут более 20 000 ребят.

Кроме того, Роспотребнадзор совместно с ВГТРК и детским телеканалом «Карусель» подготовил несколько циклов обучающих мультфильмов о правильном питании. Это веселые ролики для самых маленьких – в доступной игровой форме представляющие основы составления здорового рациона детей. Также на «Детском Радио» регулярно выходит в эфир цикл программ «Скатерть-самобранка», посвященный тематике полезного питания. В 2020 году эксперты «Центра гигиенического образования населения» Роспотребнадзора создали анимационный образовательный сериал на тему здорового питания для подростков. Уже вышли 8 серий, в этом году к ним добавятся еще 16.

## СПРАВОЧНО

С 2019 года в активную фазу реализации вошел национальный проект «Демография», главным приоритетом которого стало сохранение и приумножение населения России. Здоровый образ жизни невозможен без правильного, сбалансированного питания. В рамках национального проекта «Демография», Роспотребнадзор реализует Федеральный проект «Укрепление общественного здоровья» в части здорового питания.

Роспотребнадзор ведет регулярную и масштабную работу по улучшению качества питания населения – в том числе детей и молодежи. Одно из важных направлений работы ведомства – создание системы мониторинга за состоянием питания детей и подростков. В постоянном режиме осуществляется надзор за безопасностью и качеством питания детей в школах.

Важным направлением работы Роспотребнадзора является просветительская и информационная работа с населением. В 2019 году создан и развивается портал [здоровое-питание.рф](http://здоровое-питание.рф)

, специальные онлайн-проекты

[школа.здоровое-питание.рф](http://школа.здоровое-питание.рф)

,

[рецепты.здоровое-питание.рф](http://рецепты.здоровое-питание.рф)

, а также страницы проекта в социальных сетях.

В «Школе здорового питания» доступны видеолекции, созданные при участии экспертов проекта. Специалисты делятся ценными знаниями о специфике питания людей разных

возрастов: от самых маленьких до пожилых. Кроме того, есть специальный раздел «Внимание родителям», где собраны материалы по здоровому питанию детей.

В 2021 году запущен уникальный сервис проекта «Здоровое питание» – «4 сезона – тарелка здорового человека». Это многофункциональная сервисная платформа, с помощью которой каждый пользователь сможет подобрать для себя здоровое меню в зависимости от задачи – для снижения или удержания веса, для профилактики различных заболеваний. В разделе можно выбрать сбалансированный рацион для школьника. Уже сейчас доступны около 30 программ питания, добавляются новые. Все они разработаны специалистами ФГБУН «ФИЦ питания, биотехнологии и безопасности пищи» и других научных центров. «4 сезона – тарелка здорового человека» – первый официальный ресурс с широким набором полезных сервисов, абсолютно бесплатный и общедоступный.

За два года к проекту присоединились более 125 млн человек; посетителями сайта здоровое-питание.рф стали более 92 млн человек; охват социальных сетей составил более 48 млн человек.

**Подробнее о проекте можно узнать на сайте [www.здоровое-питание.рф](http://www.здоровое-питание.рф)**

**Присоединяйтесь к нам в социальных сетях!**

<https://ok.ru/rpnzdorovoepitanie>

<https://vk.com/rpnzdorovoepitanie>

<https://facebook.com/rpnzdorovoepitanie>

<https://instagram.com/rpnzdorovoepitanie>