

*Муниципальное  
бюджетное общеобразовательное  
учреждение  
Средняя общеобразовательная  
школа №10*



# **Здоровое питание школьника - залог успеха в учебе**

*Правильное питание - это основа здоровья человека. Как правило, пищевая ценность различных блюд во многом зависит от того, как они приготовлены.*

*Питание обеспечивает нормальную деятельность растущего организма школьника, тем самым, поддерживая его рост, развитие и работоспособность.*

*Для этого необходимо сбалансировать рацион в зависимости от индивидуальных потребностей учащегося, которые должны соответствовать его возрасту и полу.*



# Польза горячего питания

*Наблюдения показали, что дети, получающие горячее питание в условиях школы, меньше устают, у них на более длительный срок сохраняется высокий уровень работоспособности и выше успеваемость.*

*В связи с этим в задачу медицинского и педагогического персонала школы входит добиваться 100% охвата школьников горячими завтраками и обедами.*



**БУДЬТЕ  
ЗДОРОВЫ!**

