

Школьный период — это один из наиболее важных периодов для развития ребенка. Именно в эти годы происходит процесс формирования организма, половое созревание, становление ребенка как личности. И немаловажную роль в этом процессе играет правильное питание школьников. Именно правильное и здоровое питание поможет вашему ребенку создать гармоничную и целеустремленную личность.

Почему так важно правильное питание для школьников?

Следует признать, что существующая школьная программа нагружает ребенка просто-таки тоннами информации. Мы можем долго рассуждать о том, насколько данная информация пригодится детям в повседневной жизни, но факт остается фактом — современная школа требует от ребенка огромного напряжения как физических, так и психологических сил. Если же прибавить ко всему этому все то количество информации, которое ребенок получает из телевизора, компьютера и Интернета, то получившаяся картина может нагнать тоску на кого угодно. А теперь задумайтесь над тем, а где же ребенку брать силы на преодоление всех этих трудностей? Правильно, только в своем рационе.

1	Ваш сын (дочь) обедает в школе?	67%
2	Если нет, то по какой причине?	
	а) вы не даете денег на питание в школе	6,7%
	б) ваш ребенок плотно завтракает дома	20%
	в) не нравится школьная еда	22%
	г) вы даете денег на питание в школе, но он (она) их тратит на другие личные нужды;	-
3	Интересуетесь ли вы организацией горячего питания в школе?	
	Да	66%
	Нет	34%
4	Довольны ли вы качеством школьного питания?	
	Да	70%
	Нет	30%
5	Принимаете ли вы активное участие в классных и общешкольных мероприятиях, связанных с вопросами питания детей?	50%
6	Как вы думаете, как повлияло на питание вашего ребенка разнообразие меню в школьной столовой?	
	а) положительно	58%
	б) отрицательно	1.1%
	в) никак не повлияло	41.4%
7	Как вы думаете, нужно ли приучать ребенка к культуре еды?	
	а) только в школе	1.1%
	б) только дома	2.2%

	в) как в школе, так и дома	96.7%
8	Говорите ли вы с вашим ребенком дома о пользе той или иной пищи, о витаминах, содержащихся в разных блюдах?	
	а) да, постоянно	75.1%
	б) нет, не хватает времен	-
	в) иногда	24.6%