

Дубненская школа №1 перешла на здоровое питание. Новое оборудование для кухни позволяет готовить на пару. Разнообразное меню составляется на 10 дней и учитывает не только нужное количество калорий, но и вкусы учеников. Кулинарные изыски, приготовленные в школьной столовой, оказались не хуже домашних разносолов.

Современный агрегат конвектомат для каждого блюда сам выбирает индивидуальную программу приготовления. Это позволяет сделать омлеты, запеканки, мясное суфле аппетитными, с хрустящей корочкой, но без канцерогенов, которые образуются при жарке.

«В старом жарочном шкафу мы котлеты жарили, а в конвектомате готовим на пару, – рассказывает заведующая производством школьной столовой Любовь Воронина. – Теперь котлетки получаются более нежные, они не такие поджаренные, как раньше, более диетические и полезные».

Установка нового оборудования для готовки на пару означает для школы массовый переход к здоровому питанию. Оно должно быть калорийным, поскольку энергии школьнику должно хватить на весь день. И сбалансированным: в каждом блюде – нужное число белков, жиров и углеводов.

Ежедневно в столовой готовят 350 порций. Завтраки и обеды повторяются каждые 10 дней. Редко у кого дома бывает такое разнообразие. Специальная комиссия обязательно снимает пробу с каждого блюда. «Бракеражная комиссия ежедневно проверяет качество продуктов, блюд, состав меню, – объясняет социальный педагог, ответственный за организацию питания, Наталья Трусова. – Все должно соответствовать необходимым требованиям: калорийность, свежесть и качество».

Судя по тому, как дети уплетают щи, приготовленные поварами школы, они, действительно, не хуже домашних – маминых или бабушкиных. Повара говорят, что любимое блюдо у большинства – котлета с пюре. Есть и оригиналы. К примеру, девятиклассник Никита Пятков предпочитает гречу – она более полезна. «Я учусь в первой школе с первого класса и каждый год обедаю в школьной столовой, – говорит Никита. – Здесь все очень вкусно готовят, но больше всего я люблю гречу, а вот рассольник мне не по вкусу».

## **Школа перешла на здоровое питание**

Автор: Встреча  
01.10.2015 08:47 -

---

350 человек каждый день обедают в этой столовой, более сотни – завтракают. Цены растут. Сегодня обед стоит 117 рублей, однако детей, которые предпочитают школьные обеды, меньше не становится. В наукограде ведётся пропаганда здорового образа жизни и горячего питания как одного из его условий.

***Ольга ГРИГОРЬЕВА***