

УДК: 371.217.2:613.2

ББК: 51.287

Социальные науки

Рацион питания современного школьника.

© *Н.А. Кетова, Д.Р. Монастырева, А.Р. Хайдук, А.А. Литвин, Т.А. Дроздова, М.А. Дранников,*

Кетова Н.А. - ассистент кафедры социальной работы и безопасности жизнедеятельности, начальник социального центра, ФГБОУ ВО «Курский государственный медицинский университет» Минздрава России (КГМУ)
E-mail: natalek030573@mail.ru

Монастырева Д.Р. - студент, ФГБОУ ВО «Курский государственный медицинский университет» Минздрава России (КГМУ)

Хайдук А.Р. - студент, ФГБОУ ВО «Курский государственный медицинский университет» Минздрава России (КГМУ)

Литвин А.А. - студент, ФГБОУ ВО «Курский государственный медицинский университет» Минздрава России (КГМУ)

Дроздова Т.А. - студент, ФГБОУ ВО «Курский государственный медицинский университет» Минздрава России (КГМУ)

Дранников М.А. - студент, ФГБОУ ВО «Курский государственный медицинский университет» Минздрава России (КГМУ)

Адрес: 305041, г. Курск, ул. К. Маркса, 3. Российская Федерация.

АННОТАЦИЯ

В данной статье рассматривался рацион питания современного школьника по данным исследования, проведенного в школах г. Курска среди обучающихся с 5 по 11 класс за 2018-2019 г. Были проанализированы данные анкетирования, отражающие информированность обучающихся о принципах рационального питания, режим питания, рацион. Выделены основные предпочтения в еде у обучающихся. Выявлена и обоснована необходимость помощи обучающимся в поиске внутренней мотивации к ведению рационального питания.

ВВЕДЕНИЕ

Каждый период роста и развития человека характеризуется определенными особенностями, спецификой физиологических и метаболических процессов [1,2,6]. Однако рациональное питание многими исследователями рассматривается как основополагающий фактор адекватного физического, умственного и психологического, но и социального здоровья человека. Так, здоровье обучающихся, их рост и развитие, ранняя профилактика хронических заболеваний создает определенную гарантию социально-экономического благополучия страны в будущем. [16,18] Этим обусловлена необычайная значимость и актуальность решения задач, связанных с формированием режима питания. В контексте здорового образа жизни, вопросы рационального питания обсуждаются на государственном уровне [7,10,12,13,14,15,19,20,30]

ОБЗОР ЛИТЕРАТУРЫ

Рациональное питание – это физиологически полноценное питание здоровых людей с учетом их пола, возраста, характера трудовой деятельности особенностей действия климата и других факторов [21] Кроме того, это питание, обеспечивающее рост, нормальное развитие и жизнедеятельность человека, способствующее улучшению его здоровья и профилактике заболеваний. По мнению Ю.А. Блинкова, рациональное питание включает умеренность в еде, употребление разнообразной пищи, преобладание в еде свежих натуральных продуктов растительного происхождения, минимальная термическая обработка пищи, ограничение в рационе продуктов животного происхождения (особенно насыщенных жиров), поваренной соли и сахара [4].

По данным Роспотребнадзора, порядка 13% школьного питания основано на полуфабрикатах, еще 17% школьников питаются в буфетах. В настоящее время только 58,8% российских школьников обе-

спечиваются завтраками, 21% – обедами и только 19% получают двухразовое питание в школе [20]. По данным Минздрава, заболевания органов пищеварения занимают пятое место в структуре заболеваемости детского населения Российской Федерации. Даже несмотря на то, что в Курской области имеется тенденция к снижению уровня заболеваемости болезнями органов пищеварения у подростков (с 14783,9 до 13770,0 на 100000 населения), вопрос по-прежнему не теряет своей актуальности [10]

По данным Малиевского О.А и Мощего А.Н., распространенность избыточной МТ и ожирения у детей в России колеблется от 5,5 до 11,8%. Наряду с ростом распространенности ожирения выявляется и существенное число детей с дефицитом МТ, в отдельных регионах – до 25% [9,11]

В связи с этим совершенствование организации рационального питания в организованных детских коллективах выделено как одна из приоритетных задач государственной политики Российской Федерации в области здорового питания населения. Многоуровневые межведомственные комплексные программы профилактики микронутриентного дисбаланса разрабатываются и внедряются во многих регионах. В рамках Национального Проекта «Образование» с 2018 г. реализуются экспериментальные проекты по совершенствованию организации питания обучающихся в государственных общеобразовательных учреждениях и муниципальных общеобразовательных учреждениях субъектов Российской Федерации. [5,17] Однако важно понимать, что мало усовершенствовать организацию питания в школах. Необходимо создать и закрепить действующий социальный стереотип, адекватную модель пищевого поведения у обучающихся [3,8,22].

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Изучение рациона питания проводилось в рамках волонтерского проекта

«Геркулес», который ориентирован на формирование культуры рационального питания среди обучающихся школ г. Курска. В анкетировании участвовали следующие школы г. Курска: СОШ №5 им. И.П. Волка, МБОУ «СОШ №18», МБОУ «СОШ №39 им. К.Ф. Ольшанского», МБОУ «СОШ №33», МБОУ «СОШ №28», МБОУ «СОШ №12 им. С.Н. Перекальского», МБОУ «СОШ с УИОП №7 им. А.С. Пушкина», МБОУ «Гимназия №25», МБОУ «СОШ №45», МБОУ «СОШ №31», МБОУ «СОШ №38», МБОУ «СОШ №32 им. прп. Серафима Саровского», МБОУ «СОШ №27 им. А.А. Дейнеки», МБОУ «СОШ №13», МБОУ «СОШ №15», МБОУ «СОШ №54», МБОУ «СОШ №45».

Участие в анкетировании приняли 150 обучающихся возрастом от 11 до 17 лет. Из них 52,7% – юноши, и 47,3% – девушки. Статистическая совокупность была сформирована выборочным методом. После заполнения анкет респондентами, волонтеры проводили открытый классный час о принципах рационального питания.

При планировании исследования мы исходили из идеи, что обучающиеся общеобразовательных школ являются наиболее «пластичной» группой населения, находящейся на стадии формирования пищевого поведения. У них появляется возможность самим выбирать пищевые продукты и формировать свой рацион. В этом возрасте подросткам можно и нужно помочь сформировать индивидуальную внутреннюю мотивацию к ведению адекватного образа питания. Кроме того, средний школьный возраст является временем активного роста организма человека, в связи с чем повышается роль питания в формировании и сохранении здоровья человеческой популяции в целом. Помимо этого, группа обучающихся 9–11 классов могут быть склонны к развитию хронических заболеваний желудочно-кишечного тракта из-за стрессовых факторов, связанных с ОГЭ и ЕГЭ.

Таким образом, исследование среди обучающихся общеобразовательных школ г. Курска проводилось с целями:

1. определить группы риска к фор-

мированию патологий желудочно-кишечного тракта среди обучающихся;

2. определить слабые места в существующей пропаганде ЗОЖ;

3. сформировать более качественные схемы ведения открытых классных часов о принципах правильного питания для помощи обучающимся в формировании внутренней мотивации к рациональному питанию.

Предметом исследования стал существующий рацион питания у обучающихся.

В качестве основного метода исследования мы использовали авторские анонимные анкеты из 22 пунктов. Анкета включала вопросы о поле, возрасте, характере и структуре рациона питания. На вопросы респонденты отвечали письменно, самостоятельно, ориентируясь на свои знания и свой повседневный опыт. Анкеты были разработаны с помощью интерактивного инструмента GoogleForms (<https://docs.google.com/forms/>). Результаты исследований были обработаны с использованием методов описательной и вариационной статистики, с использованием пакетов программы Microsoft Office Excel 2007.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ОБСУЖДЕНИЯ

По результатам тестирования, проведенного среди обучающихся школ города Курска, сделаны выводы об осведомленности о рациональном питании. Оказалось, что 3,3% респондентов не знают необходимости соблюдения определенного рациона питания. Другие 37,3% учеников стараются питаться правильно, соблюдают количество приемов пищи, отдают предпочтение еде приготовленной родителями. А 48,7% считают, что у них правильный рацион, но они часто могут его нарушить, когда появляется возможность. 10,7% родители пытаются навязать правильный рацион питания, но обучающиеся считают, что в этом нет смысла. Результаты исследования наглядно показаны на диаграмме 1.



Диаграмма 1. Приверженность обучающихся правильному рациону питания.

Полученные результаты позволяют предположить, что ведение правильного, рационального питания среди обучающихся школ, актуально в настоящее время. Однако, на основании данных диаграммы №1, мы предполагаем, что, большое количество обучающихся питаются не правильно. Это не только единичные случаи нарушения режима, но и абсолютно не рациональное питание на протяжении всего времени. Подростковый возраст является временем выработки основных привычек, которые остаются с человеком на всю жизнь. Поэтому введение среди детей рационального питания, начиная со школьного возраста, обеспечит организм всем необходимым как для полноценного роста и развития, так и поддержания его здоровья на долгие годы. Поэтому социальный проект КГМУ Геркулес первоочередной задачей ставит не только донесение актуальной информации касающейся правильного питания до обучающихся, но и помощь в формировании у них полезных привычек связанных с рациональным питанием.

Второй частью нашей работы являлось качественное исследование рациона питания школьников участвовавших в анкетировании, и сравнение реального рациона питания респондентов, с критериями рациона необходимого для данной возрастной группы [1,2, 6]. Опрашиваемые отвечали на вопросы о структуре пи-

тания, касающиеся количества приемов пищи и «перекусов», характере питания, частоте употребления разных групп продуктов.

Согласно данным опроса, большая часть питаются 3-4 раза в день, что составляет 40%. 38% респондентов питаются 2-3 раза в день, что также соответствует принципам рационального питания. 1-2 раза в день питаются 10% порошенных, 4-5 раза в день -8,7%, 5-6 раз в день 3,3%. (Диаграмма 2.)

Таким образом, мы можем предположить, что частота приемов пищи большинства колеблется в пределах нормы и является удовлетворительным. Данный факт вполне можно связать с позитивными пищевыми привычками, сформировавшимися, вероятно, в процессе социализации индивида в семье, школе. Вероятно, опрошенные, которые питаются 1-2 раза в день, не имеют полноценного школьного обеда, ограничиваются лишь «перекусами». Большинство тех, кто питаются от 4 до 6 раз в день признались, что любят в свободное от учебы время посещать заведения быстрого питания, перекусывать различными продуктами, покупаемыми в магазинах.

Количество «перекусов» между полноценными приемами пищи составляет 1 (30,7%), либо 2 (31,3%) раза, что соотносится с изложенными выше результатами.

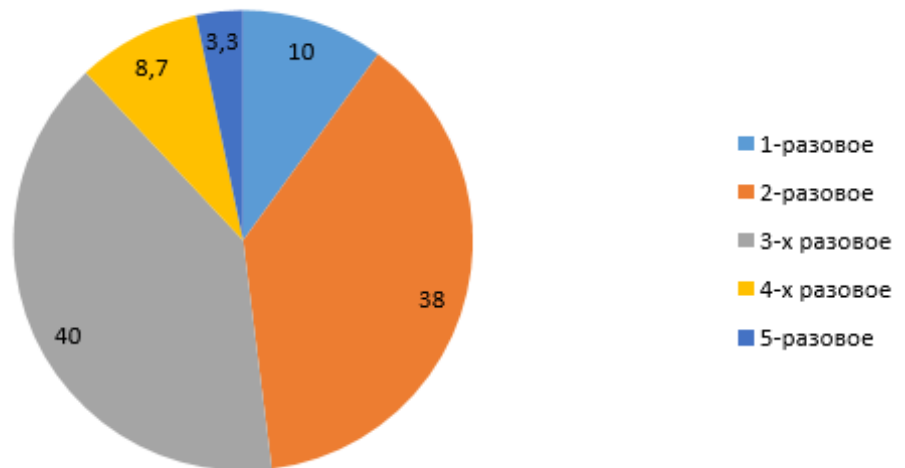


Диаграмма 2. Режим питания участников исследования.

В подавляющем большинстве опрошенные употребляют еду, приготовленную дома (79,3%), либо же - в школьной столовой (22%), что вполне является вполне удовлетворительным.

Таким образом, мы можем предположить, что основную часть рациона опрошенных составляют продукты, приготовленные по всем правилам и содержащие все необходимые элементы для рационального питания.

Отношение к потреблению фаст-фуда среди респондентов разнится. Так, результаты проведенного исследования показали, что среди обучающихся школ города Курска, ежедневно употребляют фаст-фуд 3,3%, 1-2 раза в неделю 20,7%, 1-2 раза в месяц 52,7%, а 23,3 % не употребляют вовсе.

Важным вопросом правильного питания является соблюдение режима питания. Так, по результатам опроса ежедневно завтракают 76,7% обучающихся, а обедают 88,8%

Последний прием пищи у 50% опрошенных происходит за 3-4 часа до сна, у 23,3% за 2 часа до сна, у 14,7% за 1 час до сна, у 12% непосредственно перед сном

Можно предположить, что большинству школьников свойственно полное или частичное ведение рационального питания. Важную роль в развитии данных навыков играет среда, в которой находятся дети (семья, школа).

ВЫВОДЫ

Таким образом, среди обучающихся 5-11 классов школ города Курска больше половины не придерживаются правил рационального питания. В них входит 48,7% опрошенных, которые систематически нарушают правила рационального питания, и 10,7 % опрошенных, которые считают поддержание рациона питания бессмысленным. Самыми популярными режимами приема пищи стали 2-х и 3-х разовое питание. Большинство опрошенных употребляют фаст-фуд не чаще 1-2 раз в месяц (52,7%), 23,3 % не употребляют вовсе, и только 3,3% питаются фаст-фудом ежедневно. Ежедневно завтракают 76,7% школьников, а обедают 88,8%. У 35% участников это время на 2-3 часа меньше, а 12% проводят последний прием пищи непосредственно перед сном.

В свете полученных данных можно сделать вывод о том, что практически все опрошенные обучающиеся знают принципы правильного питания. Учитывая охват выборки и количество школ, принявших участие в исследовании, мы можем экстраполировать полученные результаты на всех школьников. Можно предположить, что работа волонтеров, и масс-медиа, рассказывающих о принципах рационального питания, была достаточно эффективной в аспекте просветительства.

Однако внутреннюю мотивацию к введению норм рационального питания не нашли 59,4% опрошенных.

Именно поэтому на данном этапе волонтерская работа в сфере ЗОЖ и правильного питания должна перейти в другую плоскость. Так, проект Курского государственного медицинского университета «Геркулес», уделяет внимание

не только просветительской деятельности, но и помощи обучающимся в поиске внутренней мотивации к ведению рационального питания. В проведении мастер-классов волонтеры используют технику Сакити Тоёда «Пять почему» для поиска истинных причин несоблюдения норм ЗОЖ обучающимися, и их дальнейшей корректировки.

ЛИТЕРАТУРА

1. Баранов А.А. Физиология роста и развития детей и подростков (теоретические и клинические вопросы). на здоровья детей и подростков в национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 гг. // Гигиена и санитария. 2013. Т. 92, № 6. С. 26-29

2. Баранов А.А., Кучма В.Р., Сухарева Л.М. Состояние здоровья современных детей и подростков и роль медико-социальных факторов в его формировании // Вестник РАМН. 2009; (5): 6-11.

3. Бачиева Э.Ю., Асадулаева Ф.Р. Формирование здорового образа жизни учащихся как приоритет воспитательной деятельности современной школы // МНКО. 2016. №5 (60). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-zdorovogo-obraza-zhizni-uchaschihsya-kak-prioritet-vospitatelnoy-deyatelnosti-sovremennoy-shkoly> (дата обращения: 02.12.2019).

4. Блинков Ю.А. Образ жизни и социальное здоровье населения России: учеб. для вузов / Ю.А. Блинков. – Курск: КГМУ, 2012 - 237 с.

5. Богомолова Е.С., Кузмичев Ю.Г., Олюшина Екатерина Анатольевна, Поляшова А.С., Котова Н.В., Бадеева Т.В., Ашина М.В., Максименко Е.О., Киселева А.С., Писарева А.Н., Ковальчук С.Н., Шапошникова М.В. Влияние социально-гигиенических факторов на формирование пищевого статуса детей и подростков // Гигиена и санитария. 2016. №9. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-sotsialno-gigienicheskikh-faktorov-na-formirovanie-pishevogo-statusa-detey-i-podrostkov> (дата обращения: 02.12.2019).

6. Дедов И.И., Петеркова В.А., ред. Федеральные клинические рекомендации (протоколы) по ведению детей с эндокринными заболеваниями. М.: Практика; 2014.

7. Концепция долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года [Электронный ресурс]: Режим доступа: <http://government.ru/info/6217/> (дата обращения: 08.10.2019)

8. Лазаренко В. А., Конопля А. И., Черных А. М., Шульгина Т. А. Формирование здорового образа жизни студентов: монография / Лазаренко В. А., Конопля А. И., Черных А. М., Шульгина Т. А. Курск: КГМУ, 2013 - 148 с.

9. Малиевский О.А., Маслова Н.Г. Распространенность ожирения и избыточной массы тела у детей и подростков. В кн.: Порядок и стандарты оказания помощи детям с эндокринной патологией. Материалы IX Всероссийской научно-практической конференции детских эндокринологов. Архангельск; 2013: 26-30.

10. Министерство здравоохранения Российской Федерации [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://www.rosminzdrav.ru/ministry/61/22/stranitsa-979/statisticheskie-i-informatsionnye-materialy/statisticheskiy-sbornik-2017-god> (дата обращения: 02.12.2019)

11. Моцев А.Н. Гигиеническая оценка фактического питания и состояния здоровья школьников и их нутриционная коррекция (на примере Василеостровского района Санкт-Петербурга): Автореф. дисс. ... канд. мед наук. СПб.; 2009.

12. Национальный проект «Демография» [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://strategy24.ru/rf/demography/projects/natsional-nyu-proyekt-demografiya>, свободный (дата обращения: 08.10.2019)

13. Национальный проект «Здравоохранение» [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://strategy24.ru/rf/health/projects/natsional-nyu-proyekt-zdravookhraneniye>, свободный (дата обращения: 08.10.2019)

14. Программа правительства РФ (Федеральный закон от 29.04.1999 г. № 80, и № 329 от 04.12.2007 года «О физической культуре и спорте в РФ»).

15. Рекомендации Минздрав рекомендации №206-вс от 15 января 2008 г. [Электронный ресурс] : Режим доступа: <https://www.rosminzdrav.ru/documents/7768-rekomendatsii-206-vs-ot-15-yanvarya-2008-g>, свободный (дата обращения: 08.10.2019)

16. Скворцова, М.Б. Молодое поколение в системе человеческого потенциала как фактор социально-экономического развития региона : автореф. дис. канд. эконом. наук / Скворцова М.Б. – Санкт-Петербург, 2007. – 21 с.

17. Тапешкина Н.В., Почуева Л.П., Власова О.П. Организация питания школьников: проблемы и пути решения // Фундаментальная и клиническая медицина . 2019. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/organizatsiya-pitaniya-shkolnikov-problemy-i-puti-resheniya> (дата обращения: 02.12.2019).

18. Тутельян, В.А. Предпосылки и факторы формирования региональной политики в области здорового питания в России / В.А.

Тутельян, В.А. Суханов, М.Г. Керимова // Вопросы питания. – 2007. – Т. 76. – № 6. – С. 39-43.

19. Федеральная программа «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006- 2015 годы»

20. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека [Электронный ресурс] : Режим доступа: <https://rospotrebnadzor.ru/about/info/news/> (дата обращения: 02.12.2019)

21. Хребтова Анастасия Юрьевна, Горева Елена Анатольевна, Петренко Анатолий Владимирович Стереотипы питания детей в школьных коллективах // Ученые записки университета Лесгафта. 2015. №4 (122)

22. Черных А. М., Шульгина Т. А. Чекрыгина А. В., Савенкова К. С., Киричук Е. С. Формирование устойчивых стереотипов здорового образа жизни студентов в системе многоуровневого профессионального образования: Методическое пособие / Черных А. М., Шульгина Т. А. Чекрыгина А. В., Савенкова К. С., Киричук Е. С. Курск: КГМУ, 2013 – 37 с.

MODERN SCHOOL BOARD DIET

© Natalya A. Ketova, Daria R. Monastyreva, Arseny R. Khaiduk,
Anna A. Litvin, Tatyana A. Drozdova, Maxim A. Drannikov

Ketova Natalya A. - Assistant, Department of Social Work and Life Safety, Head of the Social Center, Kursk State Medical University (KSMU).
E-mail: natalek030573@mail.ru

Monastyreva Daria R. - student, Kursk State Medical University (KSMU).

Khaiduk Arseniy R. - student, Kursk State Medical University (KSMU).

Litvin Anna A. - student, Kursk State Medical University (KSMU).

Drozdova Tatyana A. - student, Kursk State Medical University (KSMU).

Drannikov Maxim A. - student, Kursk State Medical University (KSMU).

Address: st. K. Marx, 3, Kursk, 305041, Russian Federation.

Abstract

This article examined the diet of a modern student according to a study conducted in schools in Kursk among students from grades 5 to 11 for 2018-2019. The questionnaire data were analyzed, reflecting students' awareness of the principles of good nutrition, diet, and diet. The main food preferences of students are highlighted. The necessity of helping students in the search for internal motivation to maintain a balanced diet is identified and justified.

Keywords: proper nutrition, principles of proper nutrition, healthy lifestyle, fast food, adolescent diet.

REFERENCE

1. Baranov A.A. Physiology of growth and development of children and adolescents (theoretical and clinical issues). on the health of children and adolescents in the national strategy for children for 2012-2017. // Hygiene and sanitation. 2013. Vol. 92, No. 6. P. 26-29
2. Baranov A.A., Kuchma V.R., Sukhareva L.M. The health status of modern children and adolescents and the role of medical and social factors in its formation // Vestnik RAMS. 2009; (5): 6-II.
3. Bachieva E.Yu., Asadulaeva F.R. The formation of a healthy lifestyle of students as a priority of the educational activities of the modern school // MNKO. 2016. No5 (60). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-zdorovogo-obrazazhizni-uchaschihsya-kak-prioritet-vospitatelnoy-deyatelnosti-sovremennoy-shkoly> (accessed: 02.12.2019).
4. Blinkov Yu.A. Lifestyle and social health of the population of Russia: textbook. for universities / Yu.A. Blinkov. - Kursk: KSMU, 2012 - 237 p.
5. Bogomolova ES, Kuzmichev Yu.G., Olyushina Ekaterina Anatolyevna, Polyashova AS, Kotova NV, Badeeva TV, Ashina MV, Maksimenko E.O., Kiseleva A.S., Pisareva A.N., Kovalchuk S.N., Shaposhnikova M.V. The influence of socio-hygienic factors on the formation of the nutritional status of children and adolescents // Hygiene and sanitation. 2016. No9. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-sotsialno-gigienicheskikh-faktorov-na-formirovanie-pischevogo-statusa-detey-i-podrostkov> (accessed: 02.12.2019).
6. Grandfathers I.L., Peterkova V.A., ed. Federal clinical guidelines (protocols) for the management of children with endocrine diseases. M.: Practice; 2014.
7. The concept of long-term socio-economic development of the Russian Federation for the period until 2020 [Electronic resource]: Access mode: <http://government.ru/info/6217/> (accessed: 08/10/2019).

8. Lazarenko V. A., Konoplya A. I., Chernykh A. M., Shulgina T. A. Formation of a healthy lifestyle of students: monograph / Lazarenko V. A., Konoplya A. I., Chernykh A. M., Shulgina T. A. Kursk: KSMU, 2013 - 148 p.

9. Malievsky O.A., Maslova N.G. The prevalence of obesity and overweight in children and adolescents. In the book: The procedure and standards for assisting children with endocrine pathology. Materials of the IX All-Russian Scientific and Practical Conference of Pediatric Endocrinologists. Arkhangelsk; 2013: 26-30.

10. Ministry of Health of the Russian Federation [Electronic resource]: Access mode: <https://www.rosminzdrav.ru/ministry/61/22/stranitsa-979/statisticheskie-i-informatsionnye-materialy/statisticheskiy-sbornik-2017-god> (Date of appeal: 12/02/2019)

11. Moshchev A.N. Hygienic assessment of the actual nutrition and health status of schoolchildren and their nutritional correction (on the example of the Vasileostrovsky district of St. Petersburg): Abstract. diss. ... cand. medical sciences. SPb.; 2009.

12. National project "Demography" [Electronic resource]: Access mode: <https://strategy24.ru/ru/demography/projects/natsional-nyy-proyekt-demografiya>, free (accessed: 08/10/2019)

13. National project "Healthcare" [Electronic resource]: Access mode: <https://strategy24.ru/ru/health/projects/natsional-nyy-proyekt-zdravookhraneniye>, free (accessed: 08.10.2019)

14. The program of the Government of the Russian Federation (Federal Law of April 29, 1999 No. 80, and No. 329 of December 4, 2007 "On Physical Culture and Sport in the Russian Federation".

15. Recommendations of the Ministry of Health recommendations No. 206-Sun of January 15, 2008 [Electronic resource]: Access mode: <https://www.rosminzdrav.ru/documents/7768-rekomendatsii-206-vs-ot-15-yanvarya-2008> -g, free (accessed date: 10/08/2019)

16. Skvortsova, M.B. The young generation in the human potential system as a factor in the socio-economic development of the region: author. dis. ... cand. economy Sciences / Skvortsova MB - St. Petersburg, 2007. -- 21 p.

17. Tapeschkina N.V., Pochueva L.P., Vlasova O.P. Catering for schoolchildren: problems and solutions // Fundamental and clinical medicine. 2019. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/organizatsiya-pitaniya-shkolnikov-problemy-i-putiresheniya> (accessed: 02.12.2019).

18. Tutelian, V.A. Prerequisites and factors for the formation of regional policy in the field of healthy nutrition in Russia / V.A. Tutelian, B.P. Sukhanov, M.G. Kerimova // Nutrition issues. - 2007. - T. 76. - No. 6. - S. 39-43.

19. Federal program "Development of physical culture and sports in the Russian Federation for 2006-2015"

20. Federal Service for Supervision of Consumer Rights Protection and Human Well-Being [Electronic resource]: Access mode: <https://rosпотребнадзор.ru/about/info/news/> (accessed: 02.12.2019)

21. Khrebtova Anastasia Yurevna, Goreva Elena Anatolyevna, Petrenko Anatoly Vladimirovich Stereotypes of children's nutrition in school groups // Scientific notes of the University of Lesgaft. 2015. No4 (122)

22. Chernykh A. M., Shulgina T. A. Chekrygina A. V., Savenkova K. S., Kirichuk E. S. Formation of stable stereotypes of students' healthy lifestyles in the system of multilevel vocational education: Methodical manual / Chernykh A. M., Shulgina T. A. Chekrygina A.V., Savenkova K. S., Kirichuk E. S. Kursk: KSMU, 2013 - 37 p.