ПРОГРАММА

«ШКОЛЬНОЕ МОЛОКО»

В 2009 г. ЗАО «Лактис» выступило инициатором принятия в Новгородской области программы «Школьное молоко», суть которой заключается в регулярном обеспечении детей образовательных учреждений молоком в качестве дополнительного питания, гарантируя при этом полное исключение санитарно – гигиенических рисков.

Главная задача Программы – укрепление здоровья подрастающего поколения и формирование у школьников осознанного отношения к здоровому питанию.

В декабре 2011 г. в Новгородской области была принята программа «Школьное молоко». Согласно областному закону от 05.12.2011 г. № 1136-03 все учащиеся 1-х классов образовательных учреждений Новгородской области ежедневно получают 200 мл. молока бесплатно.

Для реализации программы «Школьное молоко» компания «Лактис» освоила производство продукта – «молоко питьевое ультрапастеризованное для питания детей дошкольного и школьного возраста» в порционной асептической упаковке 200 г. с трубочкой.

Молоко выпускается по ГОСТ Р52783.

Для справки:

Каждый школьник должен употреблять 400-500 мл. молока и кисломолочных продуктов, 40-60 г творога и 10-15 г сливочного масла. Только это будет способствовать формированию костно-мышечной системы ребенка.

История программы «Школьное молоко»

Идея поить детей молоком зародилась в 30-х гг. XX века в Великобритании в период экономической депрессии и массового обнищания населения. Молоко было предложено как уникальный продукт, частично заменяющий полноценный завтрак, которого в то время не было у многих детей. Постепенно программа стала распространяться и на другие страны. Сегодня в программе принимает участие около 150 млн. детей в 80 странах мира. В СССР идея программы была поддержана, и кипяченое молоко регулярно предлагалось детям в школьной столовой. В целях популяризации молока среди детей в 70-х годах был придуман мультфильм «Кто пасется на лугу?» и песня «Пейте, дети, молоко – будете здоровы!»

В Российской Федерации программа получила второе рождение в 2005 году и сегодня реализуется в 36 регионах.

ПОЧЕМУ ИМЕННО МОЛОКО

Молоко содержит все пять основных питательных веществ:

Ḃелки имеют важное значение в питании детей. Они являются основными структурными элементами всех клеток и тканей организма. Белки молока невозможно заменить другими компонентами пищи, что обусловлено наличием и соотношением незаменимых аминокислот, неспособных синтезироваться в организме человека. При недостаточном потреблении белка снижается иммунитет, увеличивается частота и тяжесть заболеваний

Молочный жир прекрасно усваивается (до 95%). В питании ребенка жир играет важную роль, он необходим для покрытия энергетических затрат организма. Оптимальным считается молоко с содержанием жира 3,2%.

Углеводы в молоке представлены в основном лактозой (молочный сахар), количество которой составляет в среднем 4,5-5%. Лактоза гораздо хуже растворяется, чем свекловичный сахар, и в 5-6 раз менее сладкая, поэтому молоко не обладает выраженным сладким вкусом. Лактоза является важным источником энергии в пище.

Кальций в молоке находится в благоприятном соотношении с фосфором и хорошо усваивается организмом, что очень важно для обеспечения нормального роста и развития костной ткани ребенка. Не следует забывать, что ребенок в возрасте с 6 до 12 лет должен внести в свой организм более 1 кг кальция.

В молоке содержатся практически все водо – и жирорастворимые витамины и микроэлементы. В 200 мл. молока содержится до 40% суточной нормы кальция и витамина В2, 24% витамина А. Молоко является уникальным источником витаминов группы В.

ПОЧЕМУ ИМЕННО КАРТОННАЯ УПАКОВКА?

Картонный пакет («тетрапак») состоит из шести слоев, куда помимо картона входят еще тонкие слои алюминиевой фольги и полиэтилена. Такой пакет полностью защищает продукт от света, он абсолютно герметичен, внутри отсутствует воздух, поэтому упаковка позволяет сберечь полезные качества молока. Картонный пакет оптимально подходит для программы «Школьное молоко». Он нравится детям, т.к. его удобно держать в руке и пить через трубочку.

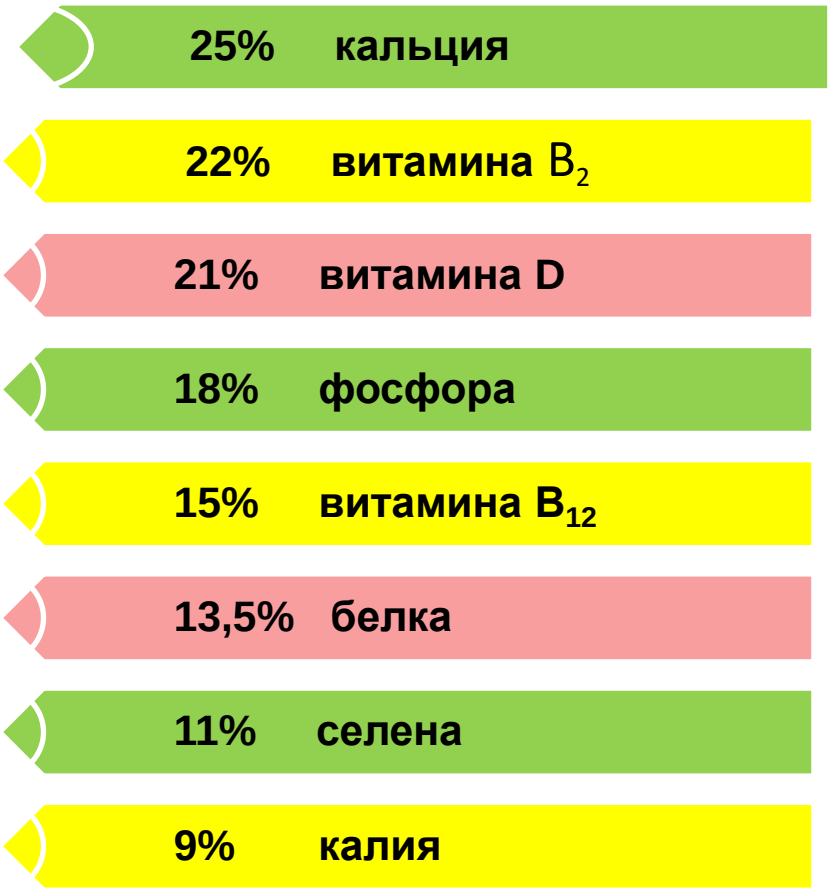
ЧТО ТАКОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗАЦИЯ?

Молоко выдерживается при температуре в 137-140°С в течение 2-4 секунд. Этих секунд совершенно достаточно для уничтожения всех вредных микробов, но слишком мало для разрушения полезных веществ. Таким образом, за счет краткости процесса молоко сохраняет максимум своих полезных качеств и при этом может долго храниться. Ультрапастеризация считается наиболее бережным способом обработки.

О ПОЛЬЗЕ ШКОЛЬНОГО МОЛОКА

1 СТАКАН МОЛОКА ЭТО:

в % от дневной потребности



- Исследования состояния здоровья учащихся в разных регионах России показали рост числа заболеваний желудочно-кишечного тракта, костно-мышечной и эндокринной систем. Они обусловлены низким содержанием витаминов в продуктах питания для детей. Согласно рекомендациям НИИ питания РАМН оптимальными для профилактики заболеваний у детей являются молоко и кисломолочные продукты.
- В 2010 г. ученые из Новой Зеландии (Университет г. Отаго) доказали, что при ежедневном употреблении молока на протяжении нескольких лет в детском возрасте значительно снижается риск заболеваний раком кишечника в будущем. Исследования проводились не более чем 1000 пациентов, половина из которых в детстве принимали участие в программе «Школьное молоко».
- Ученые Бостонского университета доказали, что у 12-летних детей, употребляющих ежедневно 2 порции молочных продуктов, масса костной

ткани в среднем на 175 г выше, чем у детей, не регулярно употребляющих молочные продукты.

- В 2006 г. в Мексике, реализующей программу «Школьное молоко» около 30 лет, было проведено массовое исследование детей (32 тыс. чел.). Оказалось, что дети, регулярно потребляющие молоко в школе, в среднем намного выше детей, не употребляющих молоко. Среди детей, не употребляющих молоко, 19% имеют низкий рост, 51 % - средний, а для детей употребляющих – 15 и 62% соответственно.
- Исследования канадских ученых, проведенные в 2011 году, показали, что после занятий физкультурой для утоления жажды детям предпочтительнее пить молоко, а не воду. «Во время занятий организм теряет воду, а очень важно, чтобы в нем было достаточное количество жидкости. Молоко позволяет восполнить потерю натрия, происходящую с потоотделением, кроме того оно является прекрасным источником протеинов, кальция и углеводов», - заявляет руководитель исследовательской группы Брайан Тиммонз. Он отмечает также, что обследование детей в возрасте 8-10 лет показало, что употребление молока позволило поддержать нормальный уровень воды в организме.
- В 2007 году ученые Казахской академии питания (проф. Сынявский) показали, что у детей, принимающих участие в программе «Школьное молоко», увеличивается индекс массы тела (вес/рост^2), что свидетельствует о более гармоничном физическом развитии ребенка.
- В 2007-2008 гг. в Ижевской государственной медицинской академии исследовали влияние молока на состояние и работоспособность младших школьников. Показано, что физическое развитие детей имеет тенденцию к улучшению и его гармоничности, отмечается стабилизация в распределении детей по группам здоровья, по отдельным тестам увеличивается работоспособность.
- По данным Северного государственного медицинского университета (г.Архангельск) у 40 детей, регулярно принимающих молоко в течение 3 мес, изменились показатели крови, свидетельствующие об улучшении иммунитета.
- В 2010 г. Институт лечебного и профилактического питания Красноярской государственной медицинской академии провел комплексное исследование здоровья школьников, принимающих участие в пилотном проекте «Школьное молоко», в результате которого было показано, что у детей снижается частота заболеваний ОРВИ, уменьшается утомляемость, а также улучшается ряд умственных показателей: работоспособность, успеваемость, активность во внеучебной деятельности.

- В 2013 г. ученые Новосибирского государственного медицинского университета проводили мониторинг здоровья учащихся гимназии, ежедневно употреблявших «школьное молоко». Было доказано, что даже в течение минимального срока (трех месяцев) молоко положительно влияет на здоровье детей, улучшая показатели со стороны физического развития, сердечно-сосудистой системы, механизмов адаптации, умственной работоспособности, успеваемости, а также поведения, эмоционального состояния и взаимоотношений со сверстниками.

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ О МОЛОКЕ

- 2 стакана молока в день улучшает память. Специалисты из Оксфорда доказали, что молоко очень полезно для работы мозга. Этот продукт оказывает положительное влияние на память.

- Белки молока являются самыми ценными составными частями молока. Они полезнее, чем белки мяса и рыбы, и перевариваются легче. Основная роль белков заключается в создании новых клеток и тканей у молодых растущих организмов и в восстановлении отживших клеток у людей зрелого возраста

- Коровье молоко является наиболее потребляемым видом молока – его ежегодное производство в мире превышает 400 млн. тонн!

- Почти 10 тысяч литров молока потребляет человек за всю жизнь.

- Самое высокое потребление молока в мире в Финляндии – 175 литров молока в год на человека.

- Название страны Ливан произошло от арабского слова «молоко».

ЦИТАТЫ И МНЕНИЯ ИЗВЕСТНЫХ ЛЮДЕЙ:

***

«Молоко – это пища, приготовленная самой природой, отличающаяся легкой удобоваримостью и питательностью…» - так говорил о молоке академик И.П. Павлов.

***

Гиппократ исцелил с помощью молока множество пациентов от чахотки, наш великий соотечественник С. Боткин – болезни сердца и почек, а петербургский врач Каррель при недугах желудка и кишечника пациентам в течение нескольких дней не давал ничего, кроме молока.

***

Активно врачевал различные болезни молоком Авициенна. Особенно полезным он считал его для детей и людей, «подвинутых в годах». По мнению Авиценны, самым целебным является молоко тех животных, которые вынашивают плод примерно столько же, сколько и человек. В связи с этим он полагал, что для человека наиболее подходит коровье молоко.

***

Молоко, как утверждает Аюрведа – древнейшая наука о здоровье, - считается самым ценным продуктом во Вселенной, поскольку оно способствует как физическому, так и духовному развитию человека.