

«Эликсир жизни» – именно так молоко величали врачи Древней Греции. А ещё его называли «источником здоровья». Этот совершенный продукт, созданный самой природой, с глубокой древности используется людьми в различных сферах. Особенно полезным считается молоко и продукты из него для здоровья детей – это знание нам досталось ещё от наших бабушек.

Самое важное – кальций!

В 200-граммовой порции молока содержится 28,9% от суточной нормы кальция! Кроме того, что этот минерал крайне положительно влияет на костную систему ребёнка, кальций обеспечивает свертываемость крови, участвует в передаче нервных импульсов и благотворно влияет на формирование зубов. Важно ещё и то, что если недополучить кальций в детстве, то в будущем, в старшем возрасте, его восполнить не получится.

Удивительный факт: в Таиланде, где программа «Школьное молоко» стартовала ещё в 1984 году, средний рост нового поколения увеличился на несколько сантиметров. Медики связывают эти изменения именно с началом потребления молока в детском возрасте. Многие школьники начали регулярно употреблять этот продукт именно после запуска программы «Школьное молоко».

Почему программа «Школьное молоко» важна в России

Молоко для детей полезно – об этом знают многие. Только вот потребление его в нашей стране с конца прошлого века снизилось. По мнению врачей, многим детям в рационе не хватает этого важнейшего продукта. Согласно исследованиям, российские дети ежедневно недополучают 36-38 % молока, и, как следствие, кальция.

Участие в международном проекте «Школьное молоко» помогает взрослым заботиться о здоровье детей, формировать у молодого поколения полезные привычки питания и обеспечивать школьников возможностью регулярно употреблять в пищу молочные продукты.

Программа оказалась очень эффективной. Дети, которые регулярно получают в школах молоко, меньше болеют, лучше растут и реже посещают стоматолога! Так, согласно медицинским исследованиям в Воронежской области, после старта программы случаи диагностирования кариеса у учащихся стали встречаться на 10% реже, чем в среднем по стране.

Какую обработку проходит молоко, прежде чем попасть к школьникам?

Парное молоко – самое полезное. Однако безопасным для человека оно остаётся только в течение 2-4 часов после дойки. Пока молоко достигнет прилавков магазинов, в нём размножатся вредные бактерии. Такой продукт способен вызвать проблемы со здоровьем – от легкого расстройства желудка

до отравления. Чтобы сделать молоко безопасным и увеличить срок его хранения, люди научились разным технологиям его обеззараживания.

Ультрапастеризованное молоко сохраняет вкус продукта и не требует холодильного хранения. Кстати, для ультрапастеризации подходит только высококачественное молоко, иначе оно попросту свернётся при сильном нагревании!

В школы молоко поступает в индивидуальных упаковках с трубочками, в безопасной асептической упаковке. Такой перекус удобен и гигиеничен.

Даже если ребёнок не успел позавтракать дома, порция молока поможет его организму зарядиться витаминами и энергией – а это необходимо для того, чтобы школьник хорошо учился и чувствовал себя бодро в течение всего дня!