

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение  
Долгомостовская средняя общеобразовательная школа  
им. Александра Помозова

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МКОУ Долгомостовская  
СОШ им.Александра Помозова  
О.Н.Жукова  
Приказ №5 от 21.01.2021 года



**Программа совершенствования  
школьного питания  
«Школьное здоровое питание»  
на 2021- 2025 годы**



## I Паспорт программы

<b>1. Наименование Программы</b>	Программа «Школьное здоровое питание» на период с 2013 по 2018 гг.
<b>2. Основание для разработки Программы</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Конвенция о правах ребенка.</li> <li>▪ Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка».</li> <li>▪ Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";</li> <li>• ФЗ от 29 декабря 2012 г. № 273 – ФЗ « Об образовании в Российской Федерации»;</li> <li>• ФЗ от 5 апреля 2013г. № 44-ФЗ «О контрактной системе в сфере закупок товаров, работ, услуг для обеспечения государственных и муниципальных нужд» в части закупки услуг по организации питания;</li> <li>• Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020 №32 «Об утверждении санитарно – эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».</li> <li>▪ Программа производственного контроля</li> </ul>
<b>3. Разработчики Программы</b>	Администрация МКОУ Долгомостовская СОШ им. Александра Помозова
<b>4. Основные исполнители Программы</b>	Администрация, педагогический коллектив школы, работники школьной столовой, родители.
<b>5. Цель Программы</b>	Обеспечение 100% -ого охвата школьников рациональным сбалансированным горячим питанием в целях сохранения и укрепления здоровья и профилактики заболеваний.
<b>6. Основные задачи Программы</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;</li> <li><input type="checkbox"/> обеспечение доступности школьного питания;</li> <li><input type="checkbox"/> обеспечение гарантированного качества и безопасности пищевых продуктов, используемых в питании;</li> <li><input type="checkbox"/> предупреждение (профилактика) среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;</li> <li><input type="checkbox"/> пропаганда принципов здорового и полноценного питания.</li> <li><input type="checkbox"/> повышение культуры питания школьников</li> <li><input type="checkbox"/> просвещение родителей в вопросах организации правильного питания детей школьного возраста.</li> </ul>
<b>7. Основные направления Программы</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение реализации программы</li> <li>• Методическое обеспечение, работа с педагогическим коллективом</li> <li>• Работа по воспитанию культуры питания среди обучающихся</li> <li>• Организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания; пропаганда принципов здорового и полноценного питания среди родителей</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Организация работы по улучшению материально-технической базы столовой, расширению сферы услуг для учащихся и родителей</li> </ul>
<b>9. Этапы реализации Программы</b>	<p>2021г. – постановка целей, задач, разработка направлений реализации программы</p> <p>2022-2024 г.г. – реализация основных направлений деятельности по программе</p> <p>2025– мониторинг эффективности, анализ проблем , перспективное планирование на предстоящий период</p>
<b>10. Объемы и источники финансирования</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Средства Федерального бюджета</li> <li><input type="checkbox"/> Средства Регионального бюджета</li> <li><input type="checkbox"/> Средства бюджета муниципального образования</li> <li><input type="checkbox"/> Родительские средства</li> <li><input type="checkbox"/> Другие источники</li> </ul>
<b>11. Ожидаемые результаты реализации Программы</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 100%-ый охват детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;</li> <li><input type="checkbox"/> обеспечение гарантированного качества и безопасности питания и пищевых продуктов, используемых в питании;</li> <li><input type="checkbox"/> отсутствие среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;</li> <li><input type="checkbox"/> высокий уровень культуры приема пищи школьниками;</li> <li><input type="checkbox"/> улучшение санитарно-гигиенического состояния и эстетического оформления школьной столовой;</li> </ul>
<b>12. Организация контроля за исполнением Программы</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Общественный контроль за организацией и качеством питания школьников со стороны управляющего совета и родительского комитета школы;</li> <li><input type="checkbox"/> Информирование общественности о состоянии школьного питания через школьную газету и сайт школы;</li> <li><input type="checkbox"/> Информирование родителей на родительских собраниях.</li> </ul>
<b>13. Содержание Программы</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Паспорт Программы « Школьное здоровое питание»</li> <li>2. Содержание проблемы и обоснование необходимости её решения.</li> <li>3. Характеристика Программы: <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Цель Программы;</li> <li><input type="checkbox"/> Задачи;</li> <li><input type="checkbox"/> Ожидаемые результаты реализации;</li> <li><input type="checkbox"/> Направления реализации Программы;</li> </ul> </li> <li>4. Характеристика ресурсов Программы: <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Нормативно-правовые ресурсы;</li> <li><input type="checkbox"/> Кадровое обеспечение</li> <li><input type="checkbox"/> Материально-техническое обеспечение</li> </ul> </li> <li>5. Механизм реализации Программы: <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Производственный контроль за организацией питания;</li> <li><input type="checkbox"/> Выполнение задач и обязанности участников образовательного процесса в решении вопросов здорового питания школьников.</li> <li><input type="checkbox"/> поэтапный комплекс мероприятий, направленных на реализацию Программы</li> </ul> </li> </ol>

**Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя.  
От жизнерадостности, бодрости детей зависит  
их духовная жизнь, мировоззрение,  
умственное развитие, прочность знаний  
и вера в свои силы.  
В.А.Сухомлинский**

## **II. Содержание проблемы и обоснование необходимости её решения.**

Значительное число современных проблем в системе общего образования связано с негативной динамикой здоровья детей и подростков. Особую тревогу вызывает сам характер нарушений, которые часто являются следствием перенапряжения детского организма в процессе адаптации к качеству образовательной среды. Уровень распространенности хронической патологии среди обучающихся 1-11 классов на заболевания органов пищеварения приходится до 10 процентов. Одновременно отмечается рост числа заболеваний, связанных с недостаточным питанием:

- анемии
- гастрит и дуоденит
- функциональные расстройства ЖКТ

Поэтому сегодня здоровье ребенка должно рассматриваться не только как цель и результат образовательного процесса, но и как критерий оценки качества и эффективности педагогической деятельности.

Практика организации питания в школе убеждает в преимуществе столовых, работающих непосредственно на сырье. В школе имеется современное технологическое оборудование для хранения сырья и готовой продукции, приготовления разнообразных блюд, выпечки. Школьная столовая полностью укомплектована необходимой посудой. Ее состоянию уделяется повышенное внимание. Мытье и дезинфекция производятся с соблюдением всех норм санитарно-гигиенического режима, используются современные средства дезинфекции. Перед входом в помещение столовой оборудовано место для мытья рук с электрополотенцем. За время работы в школе не было ни одного случая заболевания кишечной инфекцией по вине столовой.

Приготовление пищи обеспечивают сотрудники столовой: шеф-повар, 3 повара, подсобные кухонные работники. Все работники столовой имеют профессиональное образование и стаж работы. Ношение спецодежды для работников пищеблока является обязательным. В обязанности работников пищеблока входит выполнение всех санитарных и технологических норм хранения, приготовления и реализации продуктов. Соблюдение норм и правил, калорийность, сбалансированность питания контролируется медицинским работником школы ежедневно. В школе ведутся необходимые по нормам СанПиНа журналы. Качество готовых блюд ежедневно контролирует бракеражная комиссия. Совместная работа администрации, родительской общественности, медицинского работника позволяет в системе контролировать сам процесс питания в школе, его качество, вносить необходимые коррективы и, в конечном счете, сохранять здоровье детей. Персонал столовой встречает детей доброжелательными улыбками, многих детей знает по именам. Поэтому дети с удовольствием посещают школьную столовую.

К организации питания в школе предъявляются особые требования.

**А.** Составляя рацион завтраков и обедов для воспитанников и обучающихся, персонал добивается, чтобы блюда не только обладали достаточной энергетической ценностью, но и содержали необходимое количество белков, жиров, углеводов, минеральных веществ, витаминов. Рацион питания строится с учетом индивидуальных особенностей ребенка. Правильно организованное питание во многих случаях может не только предотвратить возникновение болезни, но и справиться с ней.

**Б.** Улучшается осведомленность родителей, учителей о том, какие требования предъявляются к организации правильного питания детей. Необходимо сформировать у самих детей ценностное отношение к собственному здоровью, навыки заботы о своем организме. Необходимость серьезно заниматься формированием культуры здорового питания в системе общего образования обусловлена рядом объективных причин:

- фундамент здоровья человека закладывается в детском возрасте, а, следовательно, здоровые интересы и привычки, ценностное отношение к здоровью целесообразно начать развивать именно в этот период;
- в этом же возрасте закладываются и основы здорового образа жизни, как система норм и правил, усваиваемых ребенком в специально проектируемой деятельности;
- школьный период в развитии наиболее сенситивен в формировании ключевых знаний об особенностях развития человеческого организма, о факторах и способах сохранения и развития здоровья.

**В.** Необходима специальная подготовка в области питания для детей и взрослых. Такая подготовка способна решить даже самые сложные проблемы, связанные с нехваткой материальных средств. Правильное питание не обязательно должно быть дорогим. Выбор продуктов во многом определяется вкусовыми пристрастиями детей. Предпочтение ребенка в еде закладываются уже в раннем возрасте и в значительной мере зависят от воспитания, традиций питания, сложившихся в семье. Взрослые – родители, учителя способны повлиять на мнение ребенка в отношении выбора блюд таким образом, чтобы дети предпочитали наиболее полезное не потому, что их заставляют, а потому, что нравится их вкус. С детства могут и должны закладываться поведенческие стереотипы в отношении питания – соблюдение гигиенических правил, режима питания, правил поведения за столом. Ставшие полезной привычкой, они способны в значительной мере повлиять на здоровье, укрепить его.

Администрация школы уделяет большое внимание вопросам сохранения здоровья детей и подростков. Сегодня особенно остро встал вопрос об организации рационального школьного питания. Питание должно быть сбалансированным, в течение дня ребенок должен получать необходимый для этого минимум пищевых и минеральных веществ. Если учесть, что большую часть времени дети проводят в школе, то и полноценно питаться они должны здесь же. На решение вопросов организации питания школьников направлена программа «Школьное здоровое питание». Основу предполагаемых подходов составляет внедрение новых схем питания школьников и использование современного высококачественного оборудования, позволяющего при минимальных затратах обеспечить питание школьников на уровне требований сегодняшнего дня. Приоритетность задач охраны и укрепления здоровья ребенка обуславливает насущность принципиальных изменений и в организации жизни школы как одного из ведущих социальных институтов, обеспечивающих формирование у подрастающего поколения ценностных установок по отношению к собственному здоровью. Отличительными особенностями программы являются:

- практическая значимость содержания программы;
- преобладание активных приемов, форм и методов совершенствования организации питания;
- обеспечение активного участия педагогов, родителей, общественности для достижения результатов.

### **III. Пояснительная записка.**

Здоровье детей и подростков в любом обществе, в любых экономических и политических условиях является актуальной проблемой и предметом первоочередной важности, так как этот фактор в значительной степени определяет будущее страны, генофонд нации, являясь при этом, наряду с другими демографическими показателями, чутким барометром развития страны.

***Питание может быть признано полноценным, если оно достаточно в количественном отношении и по качественному составу, а также покрывает энергетические затраты.***

Школа и общество – сообщающиеся сосуды: изменения в обществе обязательно отражаются в жизни школы, в приоритетах, требованиях к ученику, структуре и содержании образования. Нестабильность жизни в России за последнее столетие сделала историю реформ отечественного образования бурной и противоречивой. Но одно всегда оставалось неизменным – ведущая роль школы в решении проблем охраны и укрепления здоровья детей, создании нормальных условий для их роста и развития.

Одна из главных задач школы сегодня – **помочь детям осознать ценность здоровья и значение здорового образа жизни для современного человека, сформировать ответственное отношение к собственному здоровью.** Для этого школьники должны узнать и, главное, принять для себя основные принципы здорового образа жизни, а это возможно только в результате серьезной кропотливой совместной работы педагогов, родителей и самого ребенка.

Бесспорно, здоровье закладывается в детстве и формируется в юности. Соблюдение режима питания, витаминная обеспеченность, рациональное питание помогут школьникам избежать переутомления, повысить работоспособность и улучшить успеваемость.

Поэтому показателями здорового образа жизни школьника являются:

- оптимальный, соответствующий возрасту режим двигательной активности
- соблюдение рационального режима дня, учебного труда и отдыха
- правильно организованное питание: соблюдение научно обоснованного рациона, калорийности пищи и режима питания
- соблюдение требований психогигиены: адекватная реакция на стрессовые ситуации, отсутствие чувства напряжения, страха, тоски
- соблюдение правил личной гигиены: гигиена тела, одежды, питания, сна, умственного и физического труда
- отсутствие вредных привычек и пристрастий.

Состояние здоровья определяется различными факторами:

- наследственностью,
- внешней средой, а также одно из ведущих мест принадлежит фактору питания. Влияние питания на организм, в особенности на растущий, многогранно: оно не только обеспечивает гармоничное развитие и укрепляет общее состояние здоровья, но может повышать работоспособность и улучшать успеваемость школьников.

В своей книге "Путь к Виганскому причалу" Джордж Оруэлл писал: *"Полагаю, можно доказать, что перемены в питании более важны, чем религиозные или семейные изменения"*. В самом деле, похоже, что значение хорошего питания для развития здоровья, защиты от инфекций и заболеваний приобретает понимание на государственном и международном уровне.

В 1998 году Правительство России приняло Концепцию государственной политики в области здорового питания населения России.

Государственная политика в области здорового питания населения основывается на следующих принципах:

- здоровье человека - важнейший приоритет государства
- пищевые продукты не должны причинять ущерб здоровью человека
- питание должно не только удовлетворять физиологические потребности организма человека в пищевых веществах и энергии, но и выполнять профилактические и лечебные задачи
- рациональное питание детей, как и состояние их здоровья, должны быть предметом особого внимания государства

питание должно способствовать защите организма человека от неблагоприятных условий окружающей среды.

*«Живем не для того, чтобы есть, но едим для того, чтобы жить»*, – часто цитируем мы, и формируем представление о питании как о процессе обеспечения «техническим топливом», на котором организм должен работать. Главное, организовать поставку топлива, а уж когда и как оно будет доставлено – это имеет второстепенное значение.

А между тем питание является важнейшим фактором здоровья человека. Это и послужило отправной точкой для создания программы **«Школьное здоровое питание»**, которая признана не только формировать у школьника рациональное отношение к собственному питанию, но и дать представление об основных принципах здорового образа жизни.

Программа разработана в соответствии с Федеральным законом «О качестве и безопасности пищевых продуктов» (№ 29 – ФЗ, от 02.01.2000 г.), санитарными нормами и правилами, утвержденными совместным постановлением Министерства образования РФ и Госсанэпиднадзора:

- ФЗ от 29 декабря 2012 г. № 273 – ФЗ « Об образовании в Российской Федерации»;
- ФЗ от 5 апреля 2013г. № 44-ФЗ «О контрактной системе в сфере закупок товаров, работ, услуг для обеспечения государственных и муниципальных нужд» в части закупки услуг по организации питания;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020 №32 «Об утверждении санитарно – эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

#### **Программа «Школьное здоровое питание»**

обеспечивает основную концепцию, которой руководствуется школа в планировании, реализации и оценке мероприятий по пропаганде здоровья и здорового питания. В ней учитываются действия всех значимых членов школьного сообщества: обучающихся, воспитанников, педагогов, родителей, сотрудников школы.

#### **Цель программы «Школьное здоровое питание»**

- Создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного здорового питания школьников, увеличение охвата обучающихся горячим питанием.
- Обеспечение 100%-ого охвата школьников рациональным сбалансированным горячим питанием в целях сохранения и укрепления здоровья и профилактики заболеваний.

#### **Задачи программы Школы здорового питания «Школьное здоровое питание»:**

обеспечение детей питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;

- обеспечение доступности школьного питания;
- гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании;
- предупреждение (профилактика) среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;
- приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствие с современными разработками и технологиями;
- пропаганда принципов здорового и полноценного питания;
- организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания.

### **Содержание программы отвечает следующим принципам:**

- возрастная адекватность – соответствие используемых форм и методов обучения психологическим особенностям обучающихся;
- научная обоснованность питания детей;
- практическая целесообразность;
- необходимость и достаточность предоставляемой информации;
- культурологическая сообразность;

### **IV.Характеристика ресурсов Программы:**

#### **Материальные ресурсы**

В школе имеются укомплектованные современным технологическим оборудованием и мебелью

- медицинский кабинет;
- столовая;
- кухня;
- кабинет технологии;
- питьевые фонтанчики.

#### **Кадровые ресурсы**

Непосредственно в процессе реализации программы будут задействованы:

- руководитель программы;
- председатель комиссии (УС) по организации питания;
- заместитель директора по АХЧ;
- заместители директора по УВР и ВР;
- медицинский работник школы;
- социальный педагог;
- классные руководители 1 – 11 классов;
- шеф-повар столовой.

#### **Нормативно - методические ресурсы**

##### **1. Нормативно-методические документы:**

- действующие санитарно-эпидемиологические правила, нормы, гигиенические нормативы, регламентирующие требования к данному виду учреждения, ко всем осуществляемым видам деятельности, работ, услуг, изготавливаемой продукции (в т.ч. кулинарной продукции);
- технические регламенты на закупаемые, реализуемые и изготавливаемые виды пищевых продуктов;
- нормы физиологической потребности в пищевых веществах и энергии;
- локальные акты школы по организации питания школьников: приказы, положения, протоколы.

##### **2. Технические документы:**

- техническая документация (технологические инструкции, рецептуры, технико-технологические карты, технические условия, сборники технологических нормативов) на изготавливаемую кулинарную продукцию – готовые блюда и кулинарные изделия и их полуфабрикаты;
- прочая производственная документация по вопросам технологии и санитарно-противоэпидемического режима (приказы, инструкции, положения и т.п.).

**3. Рацион питания обучающихся, воспитанников, согласованный в установленном порядке с органом, уполномоченным осуществлять государственный санитарно-эпидемиологический надзор.**

**4. Внутренняя документация, определяющая функции, обязанность и ответственность работников (приказы, положения, должностные инструкции).**

**5. Договоры или контракты (государственные контракты) с поставщиками**



**товаров и услуг:**

- с поставщиками продовольственных товаров (при самостоятельной организации питания образовательным учреждением),
- на транспортное обеспечение (транспортные услуги);
- на поставку моющих и дезинфицирующих средств;
- на проведение дезинсекции и дератизации;
- на сервисное обслуживание холодильного, торгово-технологического, санитарно-технического (в т.ч. вентиляционного) оборудования, стоящего на балансе;
- с прачечной на стирку санитарной спецодежды;
- с медицинским учреждением (в договоре должны детально регламентироваться функции медицинского работника школы по осуществлению контроля за питанием обучающихся, воспитанников);
- на вывоз твердых бытовых отходов;
- на вывоз и утилизацию пищевых отходов;
- на проведение поверки весоизмерительного оборудования;
- на осуществление работ по производственному контролю со сторонними организациями (включая лабораторно-инструментальный производственный контроль).

**6. Документация по бюджетному учету**, в том числе меню-требования (форма ОКУД 0504202) и накопительная ведомость по расходу продуктов (форма ОКУД 0504037).

**7. Документы количественного учета пищевых продуктов, сырья, материалов и т.п.**

**8. Документы (заверенные копии), подтверждающие качество и безопасность на получаемые (закупаемые) пищевые продукты:** удостоверение качества и безопасности предприятия-изготовителя, декларация о соответствии (для пищевых продуктов, подлежащих обязательной сертификации – сертификат соответствия), свидетельство о государственной регистрации (санитарно-эпидемиологическое заключение), ветеринарное свидетельство (на животноводческое сырье).

**9. Документы, подтверждающие качество и безопасность оборудования, посуды, упаковочных и др. материалов, контактирующих с пищей:** удостоверение качества и безопасности предприятия-изготовителя, декларация о соответствии (для материалов, подлежащих обязательной сертификации – сертификат соответствия), свидетельство о государственной регистрации.

**10. Документы, подтверждающие качество и безопасность моющих (санитарно-эпидемиологическое заключение, сертификат соответствия) и дезинфицирующих средств (свидетельство о государственной регистрации, сертификат соответствия); инструкции по применению (методические указания) на используемые дезинфицирующие средства.**

**11. Эксплуатационная документация (инструкции и руководства по эксплуатации)** на торгово-технологическое, холодильное, весоизмерительное и прочее оборудование.

**12. Документация в системе производственного контроля за соблюдением санитарного законодательства, качеством и безопасностью пищевых продуктов**, в том числе:

- документация, регламентирующая порядок структуру и функции в системе производственного контроля и ее элементов, а также порядок его осуществления (программа производственного контроля, приказы, положения и т.п.);
- документы, содержащие собственно результаты производственного контроля, то есть учетная документация – обычно это различные журналы, графики, ведомости, а при наличии технической возможности – база данных специальной автоматизированной информационной системы (АИС);
- отчетная документация, предназначенная для руководителя и стороннего

пользователя, в том числе: докладные записки и аналитические отчеты.

**13. Документы с информацией для потребителей:**

- ежедневное меню (ассортимент блюд и кулинарных изделий, скомплектованных по отдельным приемам пищи);
- информация об исполнителе услуг, прочая информация об услугах по производству и организации потребления продукции общественного питания.

**14. Инструкции, извлечения из документов и рабочие экземпляры документов для размещения непосредственно на рабочих местах.**

**15. Личные медицинские книжки на персонал с отметками о прохождении обязательных медицинских осмотров (предварительных и периодических) и гигиенической аттестации**

**V. Механизм реализации Программы**

**План мероприятий программы «Школьное здоровое питание»**

№	Основные мероприятия	Срок исполнения	Ответственные
<b><i>I. Организационно – аналитическая деятельность, информационное обеспечение</i></b>			
1.	Организационное совещание. Организация горячего питания школьников: завтраки, обеды. График дежурства по столовой, обязанности дежурного учителя и обучающихся по столовой.	сентябрь, ноябрь	социальный педагог, заместитель по ВР, комиссия (УС и РК) по контролю за качеством и организацией школьного питания
2.	Совещание с классными руководителями. - Обеспечение обучающихся льготным питанием. - Комплексный контроль за документацией, качеством питания, дежурством, культурой приема пищи.	сентябрь, январь  ноябрь, март	директор школы, социальный педагог  заместитель по АХЧ, руководитель программы, дежурный учитель, дежурный класс
3.	Совещание при директоре. Заседание управляющего совета. Организация горячего питания обучающихся.	октябрь	социальный педагог, комиссия (УС и РК) по контролю за качеством и организацией школьного питания
4.	Производственное совещание. Санитарно – эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях (СанПин)	сентябрь	медицинский работник школы
5.	Организация работы комиссии (УС и РК) по контролю за качеством и организацией школьного питания	в течение года	комиссия (УС и РК) по контролю за качеством и организацией школьного питания
6.	Осуществление ежедневного контроля за работой столовой, проведение целевых тематических	в течение года	заместитель по АХЧ, медицинский работник, комиссия (УС и РК) по

	проверок		контролю за качеством и организацией школьного питания
7	С-витаминация блюд  Освоение приготовления новых блюд, рекомендованных для ШП;  Внедрение диетического питания для детей с хроническими заболеваниями;  Организация питьевого режима;  Йодирование еды и пищи.	в течение года	шеф – повар, медицинский работник
8.	Мероприятия по профилактике желудочно-кишечных заболеваний, инфекционных, простудных заболеваний Подведение итогов медицинских осмотров обучающихся.	в течение года	медицинский работник, руководитель программы
<b>II. Работа по воспитанию культуры питания среди обучающихся</b>			
1	Часы здоровья «Питание во благо»	1 раз в четверть	руководитель программы, заместитель по УВР и ВР, классные руководители, учителя-предметники
2	Я здоровье берегу, сам себе я помогу»	сентябрь	
3	Выпуск информационно-наглядных агитаций о здоровом питании.	1 раз в полугодие	
4	Классные часы в школе	по плану школы	зам. директор по ВР., руководитель программы
	✓ Классный час «Здоровое питание. Как я это понимаю?» (1-4 кл.); ✓ Классный час «Основы рационального питания» (5-8 кл.); ✓ Классный час «Мы – за здоровый образ жизни» (9 кл.); ✓ Классный час «Роль режима в правильном питании» (10-11 кл.).	Октябрь	Классные руководители
	✓ Классный час «Правильный завтрак – это важно» (1-4 кл.); ✓ Классный час «Витамины и их польза» (5-6 кл.); ✓ Классный час «Что такое гигиена питания» (7-9 кл.);	Ноябрь	Классные руководители
	✓ Классный час «Где живут витамины?» (1-4 кл.); ✓ Классный час «Еда живая и	Декабрь	Классные руководители

	мертвая» (5-11кл.).		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Беседа «Здоровый образ жизни. Правильное питание» (5 кл.);</li> <li>✓ Классный час «Полезно ли голодание?» (6 кл.);</li> <li>✓ Конкурс блюд «Еда без вреда» (7 кл.);</li> <li>✓ Беседа «Что можно узнать, прочитав состав блюд?» (9 кл.).</li> </ul>	Февраль	классные руководители
	✓ Классный час «Питание и здоровье» (5 кл.).	Март	Классные руководители
	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Беседа «Секреты здорового питания» (5 кл.);</li> <li>✓ Классный час «Быстрое питание – скорое заболевание» (6 кл.);</li> <li>✓ Беседа «Правильный завтрак – что это такое?» (7 кл.);</li> <li>✓ Классный час «Из чего делают молоко?» (9 кл.)</li> </ul>	Апрель	Классные руководители
5	Занятие для дошкольной групп «Страна Витамина»	Сентябрь Декабрь Февраль Май	Воспитатели
6	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	Ежемесячно	Классные руководители
7	Анкетирование учащихся по вопросам питания	Октябрь май	Зам. директора по УР
8	Работа по оздоровлению обучающихся в каникулярное время (пришкольный лагерь)	Июнь	Директор школы
9	Выставка книг по теме: «Гигиена питания».	Октябрь	Библиотекарь
10	Интегрирование уроков по правильному питанию и другим предметам (русский язык, математика, биология, география, химия, литература, ИЗО, музыка и т.д.).	в течение года, во время предметных декад	руководитель программы, учителя – предметники, заместитель по УВР
11	Общешкольная акция «Мы за здоровое питание».	1 раз в год	руководитель программы
12	Международный день чая.	15 декабря	руководитель программы
13	Фиточай, морсы, помандер из апельсина с гвоздикой	в течение года	шеф – повар, руководитель программы

14	Провести декаду «Здоровое питание»: - выпуск листовок «Питание – для здоровья!» - конкурс рисунков, аппликаций - выставка кулинарных изделий «Калейдоскоп здоровых блюд», «Рецепты от друзей» - тематические классные часы: «Роль питания в формировании здорового образа жизни»	апрель	шеф – повар, зам. директор по ВР., руководитель программы, ученическое самоуправление
15	Создание альбома «Интересное о полезном».	май - июнь	руководитель программы
16	Выпуск буклетов, газет, рекомендаций по питанию.	в течение года.	зам. директор по ВР., руководитель программы, ученическое самоуправление
17	Отчёты о реализации программы на сайте школы.	в течение года	руководитель программы
18	Участие в акциях, праздниках, проводимых в школе.	в течение года	зам. директор по ВР., руководитель программы, ученическое самоуправление
<b><i>III. Работа по воспитанию культуры питания среди родителей</i></b>			
1.	Родительский лекторий «Здоровье вашей семьи»	в течение года	медицинский работник, заместитель директора по ВР, классные руководители
2.	Круглый стол. Совместная работа семьи и школы по формированию здорового образа жизни. Питание детей в школе и дома	октябрь	руководитель программы, заместитель по ВР, комиссия (УС и РК) по контролю за качеством и организацией школьного питания
3.	День семьи. Кулинарный поединок «Готовьте с нами, готовьте лучше нас»	апрель ( в рамках проведения декады)	классные руководители
5.	Час вопросов и ответов. Оптимальное питание – основа здорового детства и юношества	январь	руководитель программы, классные руководители
6.	Проведение Дня открытых дверей столовой.	2 раза в год	шеф – повар, руководитель программы, администрация школы
7.	Проведение Круглого стола членов УС, РК, работников столовой, социального педагога, заместителей директора, классных руководителей, медицинского работника «Подведение итогов реализации программы и	июнь	шеф – повар, руководитель программы, администрация школы

	задачи дальнейшего развития системы питания»		
<b><i>IV. Работа по улучшению материально – технической базы столовой, расширению сферы услуг для обучающихся и родителей</i></b>			
1.	Работа по эстетическому оформлению обеденного зала столовой	в течение года	администрация школы, руководитель программы
2.	Обеспечение столовой новым технологическим оборудованием, посудой, разделочным инструментом	в течение года	администрация школы

**План работы школьной комиссии (УС и РК) по контролю и качеством питания школы.**

Мероприятия	Сроки
1. Проверка двухнедельного меню.	сентябрь
2. Проверка целевого использования продуктов питания и готовой продукции.	ежемесячно
3. Проверка соответствия рациона питания согласно утвержденному меню.	ежедневно
4. Организация просветительской работы.	октябрь, апрель
5. Анкетирование обучающихся и их родителей по питанию.	ноябрь
6. Контроль за качеством питания.	ежедневно
7. Проверка табелей питания.	ежемесячно
8. Разработка наглядной агитации по здоровому питанию	февраль, март

**Мониторинг организации здорового питания обучающихся**

Название мероприятия	Форма проведения	Сроки
Изучение уровня владения основами здорового питания	Мониторинговое исследование	октябрь май
Качество системы школьного питания (школьный уровень)	Мониторинговое исследование	февраль-март март-май
Мнение участников образовательного процесса о качестве школьного питания.	Социологическое исследование	декабрь май
«Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания»	Анкетирование родителей Анкетирование учащихся	апрель-май

## ***Выполнение задач и обязанностей участников образовательного процесса в решении вопросов здорового питания школьников.***

### **1. Задачи администрации школы:**

Составление расписания занятий с обеспечением необходимого режима питания;

- Контроль качества питания;
- Контроль обеспечения порядка в столовой;
- Контроль культуры принятия пищи;
- Контроль проведения воспитательной работы со школьниками по привитию навыков культуры приема пищи;
- Контроль расходования средств на питание в школьной столовой.

### **2. Обязанности работников столовой:**

- Составление рационального питания на день и перспективного меню
- Включение в меню овощей, фруктов, витаминизированных напитков из натуральных ягод;
- Обеспечение столовой качественными продуктами для приготовления пищи;
- Использование современных технологии приготовления пищи для сохранения питательной ценности продуктов.

### **2. Обязанности классных руководителей:**

- Обеспечение порядка в школьной столовой;
- Проведение бесед о культуре питания, рациональном и правильном питании, роли питания для развития организма;
- Воспитание навыков культуры поведения в столовой во время приема пищи;
- Проведение бесед с родителями о подходе к проблеме питания в семье;
- Организация конкурсов и викторин на тему правильного питания.

### **4. Обязанности родителей:**

- Прививать навыки культуры питания в семье;
- Оказывать помощь в обеспечении школы чистой питьевой водой;
- Выполнять рекомендации классных руководителей и медработников по питанию в семье.

### **5. Обязанности обучающихся:**

- Соблюдать правила культуры приема пищи;
- Дежурить по столовой;
- Принимать участие в выпуске тематических газет

### **6. Обязанности руководителя программы.**

- Несёт ответственность за реализацию программы.
- Устанавливает взаимодействие с учителями, классными руководителями, медицинским работником, заместителями директора, социальным педагогом, шеф – поваром, обучающимися, школьным ученическим самоуправлением и т.д. по мероприятиям, способствующим качественной реализации программы.

### ***Ожидаемые конечные результаты программы:***

- сохранение и укрепление здоровья при стабильных результатах обучения;
- повышение приоритета здорового питания;
- повышение мотивации к здоровому образу жизни;
- поддержка родителями деятельности школы по воспитанию здоровых детей;
- улучшение состояния здоровья детей по показателям заболеваний, зависящих от качества потребляемой пищи;

- повышение качества и безопасности питания обучающихся;
- обеспечение всех обучающихся питанием;
- обеспечение льготным питанием детей из социально-незащищенных семей.

### **Заключение**

Содержание программы позволяет осуществить связь со всеми предметами, изучаемыми в школе: русским языком (работа с текстами, затрагивающими тематику питания); математикой (эффективным средством формирования умений и навыков сохранения и укрепления здоровья являются задачи со здоровьесберегающим содержанием); окружающим миром; литературным чтением, ИЗО (рисунки, роспись посуды), технологией (изготовление муляжей фруктов и овощей) и других. Формированию представлений об основах культуры питания способствует не только система воспитательной внеурочной работы, но и через образовательный процесс, включающий уроки русского языка, математики, окружающего мира, литературного чтения, ИЗО, технологии.

Всё это открывает дополнительные возможности для развития обучающихся, позволяя применять в новых условиях знания, умения, навыки, приобретённые на других уроках. Интерес к проблеме правильного питания, отношение к ней в значительной степени обуславливается психологическим климатом семьи. Работа с родителями начинается с установления контакта с семьёй, выработки согласованных действий и единых требований.

Учитывая тот факт, что дети и подростки первую половину дня находятся в школе и питание в школе должно составлять 60% - 70% ежедневного рациона обучающихся, качество и эффективность школьного питания становятся важными факторами сохранения интеллектуального капитала и здоровья подрастающего поколения.

Таким образом, такое содержание программы по формированию у детей основ культуры питания позволяет подвести детей к пониманию того, что составляющей здорового образа жизни является правильное питание. Проведённые беседы, экскурсии, занятия, конкурсы, праздники для детей, встречи с родителями, консультации и рекомендации для них, помогли в интересной и увлекательной форме окунуться к истории, сути и актуальности вопроса о правильном питании.

### **Приложение №1**

#### **Виды анкет для родителей и школьников.**

##### **Анкета "Питание глазами родителей"**

1. Удовлетворяет ли Вас система организации питания в школе?
2. Считаете ли Вы рациональной организацию горячего питания в школе?
3. Удовлетворены ли Вы санитарным состоянием столовой?
4. Удовлетворены ли Вы качеством приготовления пищи?
5. Удовлетворены ли Вы работой буфета?

##### **Анкета "Питание глазами обучающихся"**

1. Удовлетворяет ли тебя система организации питания в школе?
2. Устраивает ли тебя ежедневное меню?
3. Удовлетворен ли ты качеством приготовления пищи?



4. Удовлетворен ли ты работой обслуживающего персонала?
5. Удовлетворен ли ты графиком питания. Твои предложения.
6. Считаешь ли ты, что горячее питание повышает твою успеваемость?

**Анкета для ученика "Завтракал ли ты?"**

1. Что ты ел на завтрак?
2. Считаешь ли ты завтрак необходимым?
3. Какие твои любимые овощи?
4. Какие овощи ты не ешь?
5. Сколько раз в день ты ешь овощи?
6. Любишь ли ты фрукты?
7. Какие фрукты твои любимые?
8. Сколько раз в день ты ешь свежие фрукты?
9. Что ты ешь чаще всего между основными приемами пищи?
10. Какой напиток ты пьешь чаще всего?
11. Считаешь ли ты продукты, которые употребляешь полезными для себя?
12. Считаешь ли ты, что твой вес: нормальный, избыточный, недостаточный?

**Приложение № 2**

**Анкета для школьников  
«Завтракал ли ты?»**

вопрос	ответ
Что ты ел сегодня на завтрак?	
Считаешь ли ты завтрак необходимым?	
Твои любимые овощи?	
Какие овощи ты не ешь?	
Сколько раз в день ты ешь овощи?	
Любишь ли ты фрукты?	
Твои любимые фрукты?	
Сколько раз в день ты ешь фрукты?	
Что ты ешь чаще всего между основными приемами пищи?	
Считаешь ли ты продукты, которые употребляешь полезными для себя?	
Считаешь ли ты, что твой вес - нормальный - избыточный - недостаточный	

**Анкетирование обучающихся: «За что скажем поварам спасибо»**

**Анкета для школьников  
«Чем я питался сегодня?»**

	фрукты и овощи	хлеб и крупяные изделия	мясо	молоко	прочее
--	-------------------	-------------------------------	------	--------	--------

завтрак					
обед					
ужин					
легкие закуска					
прочие продукты					

### Анкета для родителей

1. Удовлетворяет ли Вас система организации питания в школе?
  2. Считаете ли Вы рациональной организацию горячего питания в школе?
  3. Удовлетворены ли Вы качеством приготовления пищи в школьной столовой?
- Ваши предложения

### Приложение №3

#### Интегрированные уроки по рациональному питанию в рамках учебного процесса.

<i>Предмет</i>	<i>Содержание занятия</i>
<b>Биология</b>	Основные компоненты пищи, их значение. Физиология пищеварения, значение рационального питания для нормального функционирования желудочно-кишечного тракта Жевание. Роль правильного измельчения пищи во рту для профилактики заболеваний желудочно-кишечного тракта. Витамины. Микроэлементы. Их значение для организма человека.
<b>География</b>	Национальные кухни и блюда. Подход с точки зрения рационального питания
<b>ИЗО</b>	Рисунок "Мое меню"
<b>Химия</b>	Пищевые добавки и их отрицательное влияние на здоровье. Белки, жиры, углеводы как компоненты пищи и их значение для организма
<b>Иностранный язык</b>	Чтение, пересказ текста по рациональному питанию или проблемам со здоровьем, вызванным нерациональным питанием
<b>История</b>	Рассмотрение эпидемий голода, холеры и т.д. с позиции рационального питания, соблюдения мер гигиены
<b>Технология</b>	Обучение приготовлению блюд вкусной и здоровой пищи Обучение правилам этикета
<b>Литература</b>	Обсуждение меню персонажей литературного произведения.
<b>ОБЖ</b>	Обсуждение продуктов питания, отрицательно влияющих на состояние здоровья
<b>Обществознание</b>	Обсуждения проблемы питания в обществе Ролевая игра "Суд над фаст-фудом"
<b>Русский язык</b>	Диктант, изложение или сочинение на тему рационального питания, компонентов пищи или заболеваний, связанных с

	питанием
<b>Физика</b>	Использование физических факторов (температура, измельчение и т.д.) для обработки пищи. Роль правильной обработки пищи (например, кипячения) для профилактики различных заболеваний.

#### Приложение 4.

### ИГРЫ С ПРАВИЛАМИ. ДИДАКТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ.

#### Игра-соревнование «Разложи продукты на разноцветные столы».

2 или 3 команды должны разложить продукты (названия которых написаны на карточках, или нарисованы) на 3 стола, покрытые скатертями трех цветов:

- зеленой (продукты ежедневного рациона);
- желтой (полезные продукты, используемые достаточно часто);
- красной (продукты, присутствующие на столе изредка).

Победителем становится команда, первой выполнившая задание правильно.

#### Динамическая игра «Поезд»

Один ученик исполняет роль светофора. Остальные учащиеся получают по одной карточке с рисунками продуктов. Дети образуют «длинный поезд», держа карточки в руках.

Едет поезд необычный,  
Он большой и симпатичный (непривычный).

Нет вагонов, нет колес,  
В нем: капуста, мед, овес,  
Лук, петрушка и укроп...

Остановка!  
Поезд, стоп!

Поезд движется по классу к светофору. По сигналу «Стоп!» на светофоре загорается красный свет (ученик, исполняющий роль светофора, поднимает красный кружок).

Из колонны выходят дети, в руках которых были карточки с рисунками продуктов, которые можно есть лишь изредка.

Поезд движется дальше и снова по сигналу «Стоп» загорается желтый свет. Из колонны выходят дети, в руках которых карточки с рисунками полезных продуктов, которые не следует есть каждый день.

В составе поезда остаются самые полезные продукты. Каждый ученик рассказывает, чем полезен продукт, изображенный на рисунке.

#### «Помоги Кубику или Бусинке»

На столе 4 карточки, на которых написаны блюда для завтрака, обеда, полдника и ужина. Задание: положите карточки к тем часам, на которых указано время этого приема пищи.

#### Доскажи пословицу

Каждая пословица написана на 2-х карточках, надо найти правильное продолжение.

- Кто не умерен в еде - (враг себе)
- Хочешь есть калачи - (не сиди на печи)
- Когда я ем - (я глух и нем)
- Снег на полях - (хлеб в закромах).

### **Игра «Знатоки»**

На столе раскладываются различные колоски. В блюдах - крупы. Ребятам предлагается по виду колоса определить название растения (пшеница, гречиха, овес...), а затем найти в блюдах соответствующую крупу и тоже назвать ее (манная, гречневая, овсяная). Следует обратить внимание ребят на форму крупы, ее размеры, цвет.

### **Конкурс «Самая вкусная и полезная каша»**

С помощью работников столовой или родителей педагог подготавливает несколько тарелочек с разными видами каш. Рядом располагаются блюда с добавками: семечки, сухофрукты, варенье и т. п.

Команды учащихся должны с помощью добавок «придумать» свою кашу и дать ей оригинальное название. Жюри (в него могут войти родители, старшеклассники) определяют победителя.

В ходе конкурса учитель обращает внимание на соблюдение ребятами правил личной гигиены (вымытые руки, использование «личной» ложки, дегустация не из общей тарелки, а из отдельного блюда *или* розетки), а также правил этикета. Все это также может оцениваться жюри.

### **Игра «Поварята»**

В блюдах насыпаны вперемешку крупы — рисовая, гречневая, пшенная. Задание «поварятам» — отделить крупы друг от друга и разложить по отдельным кастрюлям. Победителем станет тот, кто быстрее и без ошибок справится с заданием.

### **Венок из пословиц**

Педагог заранее готовит макет венка из колосков и отдельные колоски. Детям предлагается вспомнить и назвать все пословицы о хлебе. После каждой названной пословицы педагог вплетает в венок новый колосок. После окончания игры венок может украсить класс.

*Хлебушко - пирогу дедушка.*

*Без печки холодно - без хлеба голодно.*

*Не в пору и обед, коли хлеба нет.*

*Ешь пироги, а хлеб вперед береги.*

*Покуда есть хлеб да вода, все не беда.*

*Нет хлеба - нет обеда.*

*Много снега - много хлеба.*

*Ржаной хлебушко - калачу дедушка.*

*Хлеб на стол - и стол престол.*

*Хлеб - батюшка-кормилец.*

*Без хлеба несытно, без него и у воды жить худо.*

*Хлеб - всему голова.*

*Все приедается, а хлеб - нет.*