

*Рассмотрено*  
на заседании методического совета  
Протокол № 1 от 28.08.2015 г.



«Утверждаю»  
Директор МОБУ «ООШ № 14»  
О.Г.Рутчина  
пр. № 01/10/154 от 30.08.2015

## ПРОГРАММА

«Правильное питание – путь к здоровью и  
успешному обучению»



г.Оренбург  
2015

## **Объяснительная записка**

Образование - необходимый, если не самый важный элемент социально-культурного и экономического развития страны. В этой связи на образование - как целостную государственную систему, обеспечивающую социальное развитие личности, ложится, помимо прочих, задача сохранения физического, психологического и нравственного здоровья подрастающего поколения.

Проблемы здоровья населения России, и в частности, здоровья подрастающего поколения, являются причиной для беспокойства как государственных организаций, так и общества, самих граждан. Все чаще вспоминают слова классика о том, что «Здоровье- это не все, но без здоровья все- ничто». Поэтому и обсуждать эти проблемы стали достаточно часто.

Свою долю ответственности за сохранение здоровья граждан несет и система образования. Период взросления человека, приходящийся на время его пребывания в школе, оказался одним из периодов, в течение которого происходит ухудшение состояния его здоровья, при том что именно эти годы проходят под постоянным контролем со стороны педагогов. И хотя традиционно считается, что основная задача школы- дать необходимое образование, может ли педагог бесстрастно относиться к неблагоприятному и прогрессивно ухудшающемуся состоянию здоровья своих воспитанников? Одним из ответов на этот во многом риторический вопрос стала программа «Здоровое питание школьника», согласно которой здоровьесберегающая технологии делаются составной частью и отличительной особенностью всей образовательной системы.

Данная программа позволяет эффективно осуществлять целенаправленные мероприятия, направленные на улучшение питания детей и подростков в школе.

В соответствии с замыслом основной целью программы стало:

- формирование у детей и подростков основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни.

## 1. Паспорт программы

<b>1. Наименование Программы</b>	Программа «Правильное питание- путь к здоровью и успешному обучению» на период с 2015 по 2020 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>▪ Закон № 273-ФЗ от 29.12.2012 г. «Об образовании в Российской Федерации».</li> <li>▪ СанПин 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к условиям обучения в ОУ»</li> <li>▪ Постановление главного санитарного врача РФ от 31.09.2006 года № 30 «Об организации питания учащихся в ОУ»</li> </ul>
<b>3. Разработчики Программы</b>	Администрация муниципального общеобразовательного бюджетного учреждения «Основная общеобразовательная школа № 14»
<b>4. Основные исполнители Программы</b>	Администрация муниципального общеобразовательного бюджетного учреждения «Основная общеобразовательная школа № 14»
<b>5. Социальные партнеры</b>	КШП «Огонек»
<b>6. Цель Программы</b>	Обеспечение здорового питания школьников в целях сохранения и укрепления их здоровья, а также профилактики заболеваний.
<b>7. Основные задачи Программы</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;</li> <li>• обеспечение доступности школьного питания;</li> <li>• гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании;</li> <li>• предупреждение (профилактика) среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;</li> <li>• приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствие с современными разработками и технологиями;</li> <li>• пропаганда принципов здорового и полноценного питания;</li> <li>• организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания;</li> <li>• совершенствование системы финансирования школьного питания; оптимизация затрат, включая</li> </ul>

	бюджетные дотации
<b>8. Основные направления Программы</b>	<p>Приоритетные национальные проекты и реформы в сфере демографии дали толчок в развитии многих важных социальных инициатив. Подпроект «Школьное питание», которым планируется дополнить ПНП «Образование», занимает среди них особое место.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Организация рационального питания обучающихся.</li> <li>✓ Обеспечение высокого качества и безопасности питания.</li> <li>✓ Модернизация МТБ столовой, улучшение санитарно-технического состояния пищеблока, столовой.</li> <li>✓ Увеличение охвата горячим питанием, доведение до 100 %.</li> <li>✓ Организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания; пропаганда принципов здорового и полноценного питания.</li> <li>✓ Обучение кадрового состава работников пищеблока современным технологиям.</li> </ul>
<b>9. Этапы реализации Программы</b>	2015-2020 гг.
<b>10. Объемы и источники финансирования</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Средства Федерального бюджета</li> <li>• Средства Регионального бюджета</li> <li>• Средства бюджета муниципального образования</li> <li>• Родительские средства</li> </ul>
<b>11. Ожидаемые результаты реализации Программы</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• наличие пакета документов по организации школьного питания;</li> <li>• обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;</li> <li>• обеспечение доступности школьного питания ;</li> <li>• обеспечение гарантированного качества и безопасности питания и пищевых продуктов, используемых в питании;</li> <li>• отсутствие среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;</li> <li>• приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствие с современными разработками и технологиями</li> <li>• сохранение и укрепление здоровья школьников и работающих сотрудников школы, доведение его до 100%;</li> <li>• улучшение санитарно-гигиенического и эстетического</li> </ul>

	состояния школьной столовой
<b>12. Организация контроля за исполнением Программы</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Подготовка ежегодного доклада директора школы о результатах деятельности школы по реализации Программы «Правильное питание-путь к здоровью и успешному обучению»</li> <li>• Общественный контроль за организацией и качеством питания школьников со стороны Управляющего совета школы</li> <li>• Информирование общественности о состоянии школьного питания через СМИ, Интернет-представительство</li> <li>• Информирование родителей на родительских собраниях</li> </ul>
<b>Принципы построения Программы</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Актуальность, нацеленность на решение ключевой проблемы</li> <li>✓ Прогностичность, нацеленность на результат при рациональном использовании ресурсов</li> <li>✓ Реалистичность и реализуемость</li> <li>✓ Полнота и системность</li> <li>✓ Стратегичность</li> <li>✓ Контролируемость</li> <li>✓ Привлекательность</li> <li>✓ Информативность</li> </ul>
<b>Содержание Программы</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Паспорт Программы «Правильное питание- путь к здоровью и успешному обучению»</li> <li>2. Актуальность проблемы (Значимость проблемы и подход)</li> <li>3. Принципы здорового питания</li> <li>4. Характеристика Программы: <ul style="list-style-type: none"> <li>-цель Программы;</li> <li>-задачи;</li> <li>-ожидаемые результаты реализации;</li> <li>-направления Программы;</li> <li>-характерные черты Программы</li> </ul> </li> <li>5. Характеристика ресурсов Программы: <ul style="list-style-type: none"> <li>-нормативно-правовые ресурсы;</li> <li>-материально-техническая характеристика;</li> <li>-кадровое обеспечение</li> <li>-организация питания школьников</li> </ul> </li> <li>6. Механизм реализации Программы: <ul style="list-style-type: none"> <li>-производственный контроль за организацией питания;</li> <li>-основные мероприятия Программы</li> </ul> </li> <li>7. Приложения</li> </ol>

## 2. Актуальность проблемы (значимость проблемы и подход)

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

Рациональное, здоровое питание детей и подростков в организованных коллективах является необходимым условием обеспечения их здоровья. Полноценное питание – существенный и постоянно действующий фактор, обеспечивающий адекватные процессы роста и развития организма, а также укрепление здоровья в детском и подростковом возрасте. Питание может быть признано полноценным, если оно достаточно в количественном отношении и по качественному составу, а также покрывает энергетические затраты.

В организации питания большое значение имеют режим или ритм питания для каждой возрастной группы, правильное распределение рациона питания по отдельным приемам пищи. Немаловажное значение отводится кулинарной обработке, оформлению пищи и обстановке, в которой осуществляется ее прием, включая воспитание гигиенических навыков подготовки к приему пищи и правильное поведение во время еды.

В России структура питания детей, особенно школьного возраста, характеризуется продолжающимся снижением потребления наиболее ценных в биологическом отношении мяса и мясопродуктов, молока и молочных продуктов, рыбы и рыбных продуктов, яиц, растительного масла, фруктов и овощей. При этом существенно увеличивается потребление хлеба и мучных продуктов, а также картофеля. Вследствие этого на первый план выходят следующие нарушения пищевого статуса:

- дефицит животных белков, достигающий 15-20% от рекомендуемых величин, особенно в группах населения с низкими доходами;
- дефицит полиненасыщенных жирных кислот на фоне избыточного поступления животных жиров;
- выраженный дефицит большинства витаминов: С - у 70-100 % обследованных, витаминов группы В и фолиевой кислоты - у 60-80 %, бета-каротина - у 40-60 %.

Совершенствование системы питания в школе напрямую связано с сохранением здоровья нации и задачами улучшения демографической ситуации в стране. Здоровое, рациональное питание имеет первостепенное значение для предупреждения многих хронических заболеваний, определяющих в настоящее время в России преждевременную смертность и низкую ожидаемую продолжительность жизни.

### 2.1. Концепция оптимального питания:

Питание школьника должно быть сбалансированным. Для здоровья детей важнейшее значение имеет правильное соотношение питательных веществ. В меню школьника обязательно должны входить продукты, содержащие не только белки, жиры и углеводы, но и незаменимые аминокислоты, витамины,

некоторые жирные кислоты, минералы и микроэлементы. Эти компоненты самостоятельно не синтезируются в организме, но необходимы для полноценного развития детского организма. Соотношение между белками, жирами и углеводами должно быть 1:1:4.

Питание школьника должно быть оптимальным. При составлении меню обязательно учитываются потребности организма, связанных с его ростом и развитием, с изменением условий внешней среды, с повышенной физической или эмоциональной нагрузкой. При оптимальной системе питания соблюдается баланс между поступлением и расходом основных пищевых веществ.

Калорийность рациона школьника должна быть следующей:

- 7-10 лет- 2400 ккал
- 14-17лет - 2600-3000ккал
- если ребенок занимается спортом, он должен получать на 300-500 ккал больше.

Понятие качественного питания предполагает прежде всего его рациональность, возможность восполнения энергетических затрат подрастающего организма при увеличении умственных и физических нагрузок.

В последнее время проблема сохранения здоровья детей занимает значительное место в жизни общества, становится приоритетной национальной проблемой.

Результаты социологических исследований показывают, что в системе ценностей российских школьников здоровье не поднимается выше девятого места. Таким образом, одной из приоритетных задач в своей школе мы видим в воспитании у детей навыков здорового образа жизни. Задача педагогов - обучить ребенка сохранению своего здоровья, используя в своей педагогической деятельности правдивую, научно-обоснованную и полезную информацию.

Здоровый образ жизни - это типичные формы и способы повседневной жизнедеятельности человека, которые укрепляют и совершенствуют резервные возможности организма, обеспечивая тем самым успешное выполнение своих социальных и профессиональных функций независимо от политических, экономических и социально-психологических ситуаций.

Данная программа предусматривает решение двух задач:

- а) сохранение и укрепление физического здоровья школьников
- б) воспитание нравственно здоровой личности с активной жизненной позицией.

Программа включает в себя три составные части:

- ✓ Здоровое питание;
- ✓ Сохранение и укрепление здоровья учащихся;
- ✓ Организация досуга учащихся.

### **3. Принципы здорового питания**

#### *3.1. Принципы организации рационального питания детей в школе*

1. Поступление пищевых веществ и энергии должно соответствовать возрастным физиологическим потребностям детского организма, обеспечивать его рост и развитие. Завтрак в школе должен составлять 25%, обед 35% от физиологической суточной потребности в пищевых веществах и энергии.

2. Обеспечение оптимального соотношения пищевых веществ (соотношение белков, углеводов, липидов как 1:1:4), энергетическая квота белка общей калорийности должна составлять 14%, углеводов 55%, липидов 31%; доля белка животного происхождения от общего количества белка - не менее 60%.

3. Пищевые волокна должны включаться в рацион из расчета не менее 15-20г/сутки.

4. Растительные жиры должны составлять не менее 30% от общего количества жира.

5. Организация дифференцированного по возрасту питания, обеспечение 2-х разового режима питания для детей, посещающих группу продленного дня и детей из социально неблагополучных семей. При посещении группы продленного дня для детей должен быть организован полдник.

6. При двух разовом питании ежедневно должны присутствовать блюда из мяса или рыбы, быть включены молочные продукты, растительное и сливочное масло, хлеб и хлебобулочные изделия, овощи, фрукты.

7. Не допускается повторение в рационе одних и тех же блюд или кулинарных изделий в смежные дни.

8. Учет региональных эколого-гигиенических факторов питания, особенно учет геохимических эндемий (дефицит йода, фтора, селена и т.д.).

9. Включение в рацион питания биологически активных добавок, природного происхождения, разрешенных к применению Минздравом РФ для детей, продуктов, блюд, способствующих:

- повышению защитных функций физиологических барьеров (кожи, слизистых желудочно-кишечного тракта, верхних дыхательных путей);
- активизации процессов связывания и выведения из организма экзо- и эндотоксинов;
- компенсации дефицита жизненно необходимых веществ, которые не синтезируются в организме (незаменимые аминокислоты, ПНЖК, витамины, микроэлементы).

10. Широкая информированность родителей с целью преемственности питания детей в выходные дни и формирование мировоззрения здорового образа жизни.

#### *3.2. Основные принципы здорового питания:*



1. Употребляйте разнообразные пищевые продукты, большинство которых - растительного, а не животного происхождения.

2. Хлеб, изделия из муки, крупы, картофель должны употребляться несколько раз в день.

3. Ешьте несколько раз в день разнообразные овощи и фрукты, лучше - свежие и выращенные в местности проживания (не менее 400 г в день).

4. Чтобы поддерживать массу тела в рекомендуемых пределах, необходима ежедневная умеренная физическая нагрузка.

5. Контролируйте поступление жира с пищей (не более 30% от суточной калорийности), и заменяйте животный жир на жир растительных масел.

6. Жирному мясу и мясным продуктам предпочитайте бобовые, зерновые, рыбу, птицу или постное мясо.

7. Употребляйте молоко с низким содержанием жира и молочные продукты (кефир, простоквашу, йогурт и сыр) с низким содержанием жира и соли.

8. Выбирайте продукты с низким содержанием сахара и употребляйте сахар умеренно, ограничивая количество сладостей и сладких напитков.

9. Ешьте меньше соли. Общее ее количество в пище не должно превышать 1 чайной ложки (6 г в день). Следует употреблять йодированную соль.

10. Приготовление пищи должно обеспечивать ее безопасность. Приготовление блюд на пару, в микроволновой печи, выпечка или кипячение помогут уменьшить количество используемых в процессе готовки жира, масла, соли и сахара.

#### **4. Характеристика Программы:**

##### *4.1. Цель программы:*

Обеспечение здорового питания школьников в целях сохранения и укрепления их здоровья, а также профилактики заболеваний. Развитие культуры питания. Изучение функций питания и формирование определяющих знаний о питании - основе основ жизни человека.

##### *4.2. Задачи Программы:*

- обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;
- обеспечение доступности школьного питания;
- обеспечение гарантированного качества и безопасности 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 и культуры питания;
- совершенствование системы финансирования школьного питания; оптимизация затрат, включая бюджетные дотации.

#### 4.3. Ожидаемые результаты реализации Программы

- наличие сформированного пакета документов по организации школьного питания;
- обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;
- обеспечение доступности школьного питания;
- отсутствие 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;
- совершенствование системы финансирования школьного питания; оптимизация затрат, включая бюджетные дотации;
- улучшение здоровья и повышение учебных успехов школьников благодаря совершенствованию качества школьного питания;
- **увеличение охвата горячим питанием, доведение его до 100%**

#### 4.4. Направления Программы:

Приоритетные национальные проекты и реформы в сфере демографии дали толчок в развитии многих важных социальных инициатив. Подпроект «Школьное питание», которым планируется дополнить ПНП «Образование», занимает среди них особое место.

- Организация рационального питания обучающихся.
- Обеспечение высокого качества и безопасности питания.
- Модернизация МТБ столовой, улучшение санитарно-технического состояния пищеблока, столовой.
- Организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания; пропаганда принципов здорового и полноценного питания; развитие культуры питания.
- **Увеличение охвата горячим питанием, доведение до 100%.**
- Обучение кадрового состава работников пищеблока современным технологиям.

#### 4.5. Характерные черты Программы

Программа «Правильное питание - путь к здоровью и успешному обучению»- стратегический документ школы (подпрограмма Программы развития школы «Школа для всех, школа для каждого» на 2012-2017 г.г.), она способствует преодолению неопределенности, упорядочению совместной деятельности всех заинтересованных сторон в организации здорового питания обучающихся. Её отличает:

- стратегический характер
- ярко выраженная инновационная направленность
- прогностичность, направленность на будущее
- научность
- технологичность.

Программа предполагает взаимосвязанное решение трех крупных задач:

1. Зафиксировать достигнутый уровень и определить точку отсчета
2. Определить желаемое будущее
3. Определить стратегию и тактику перехода от достигнутого состояния- к желаемому будущему

Задачи	Содержание работы
1. Обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Разработка нормативно-правовой и технологической документации по организации школьного питания.</li> <li>✓ Создание системы производственного контроля.</li> <li>✓ <b>Разработка двенадцатидневного меню.</b></li> <li>✓ Организация работы по С-витаминации.</li> </ul>
2. Обеспечение доступности школьного питания	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Контроль за ценообразованием на школьное питание.</li> <li>✓ Дотации на питание различным группам учащихся согласно Постановлениям главы администрации г.Оренбурга.</li> <li>✓ Учет социального положения различных категорий учащихся.</li> </ul>
3. Гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании;	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Жесткий контроль за соблюдением законодательства РФ в области прав потребителей.</li> <li>✓ Приоритет продукции местных производителей.</li> <li>✓ Использование современных технологий приготовления.</li> </ul>
4. Модернизация материально-технической базы пищеблоков	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Замена устаревшего технологического оборудования.</li> <li>✓ Создание современного дизайна в школьной столовой.</li> </ul>
5. Предупреждение (профилактика) среди детей и подростков инфекционных и	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Просветительская работа о соблюдении санитарных норм и личной гигиены.</li> <li>✓ Воспитание правильного отношения к</li> </ul>

неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания	питанию (отличие «хочу» и «можно» при выборе продуктов)
6. Повысить кадровый потенциал работников пищеблоков и других специалистов, ответственных за организацию питания	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Обучение персонала санитарному минимуму и работе на современном оборудовании.</li> <li>✓ Обучение медицинского работника по вопросам рационального питания.</li> <li>✓ Просветительская работа среди классных руководителей по вопросам питания.</li> </ul>
7. Пропаганда принципов здорового и полноценного питания. Организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Использование форм, обеспечивающих открытость информации об организации школьного питания.</li> <li>✓ Проведение школьных мероприятий по формированию навыков здорового питания.</li> <li>✓ Проведение мероприятий по развитию культуры питания.</li> </ul>
8. Совершенствование системы финансирования школьного питания; оптимизация затрат, включая бюджетные дотации	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <b>Увеличение бюджетных дотаций на питание учащихся.</b></li> <li>✓ Организация контроля за соблюдением ценообразования, выделением и освоением финансовых средств.</li> </ul>

## 5. Характеристика ресурсов Программы

### 5.1. Нормативно-правовые ресурсы:

- Федеральный закон от 01.08.1996 № 107-ФЗ «О компенсационных выплатах на питание обучающихся в государственных, муниципальных общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования»;
- Закон № 273-РФ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Санитарные правила СанПин 2.4.5.2409-08;
- Ведомственная целевая программа «Развитие системы образования города Оренбурга на 2013/2015 годы», утверждённой постановлением администрации города Оренбурга от 28.08.2012 г. № 2486-п;
- Устав.

### 5.2. Материально-техническая характеристика школьного пищеблока

Классификация ДШП по следующим признакам и типам материально-технической базы:

#### 1) По принципу производства обедов и завтраков:

- прединдустриальный метод (школьная столовая, работающая по полному циклу).

#### 2) По форме собственности школьной столовой:

- муниципальный капитал

#### 3) По типу снабжения:

- с децентрализованным снабжением.

**4) По объему производства и по количеству обслуживаемых школ школьного питания:**

- мелкая (обслуживающая 1 школу)

**5) По форме финансирования:**

- за счет регионального финансирования;
- за счет муниципального финансирования;
- за счет средств родителей;

**6) По форме обслуживания:**

- с предварительным накрытием столов;

**7) По предоставляемым услугам:**

- стандартное обслуживание, предусматривает предоставление обеда.

В структуре оснащения ДШП преобладает следующее оборудование:

- тепловое;
- холодильное;
- нейтральное;
- моечное.

<i>№</i>	<i>Наименование</i>	<i>Год приобретения</i>	<i>Состояние</i>
1.	Морозильная камера «ВЕКО»	2008 год	<b>Хорошее</b>
2	Морозильная камера «СНАЙГЕ»	2006 год	<b>Удовлетворительное</b>
3.	Холодильник «DEVOO»	2004 год	<b>Удовлетворительное</b>
4.	Холодильник «LD»	2005 год	<b>Удовлетворительное</b>
5.	Холодильник «LD»	2005 год	<b>Удовлетворительное</b>
6.	Электроплита	2001 год	<b>Удовлетворительное</b>
7.	Электроплита	2009 год	<b>Удовлетворительное</b>
8	Электроплита	2009 год	<b>Удовлетворительное</b>
9	Электросковорода	1975 год	<b>Неудовлетворительно</b>
10.	Весы товарные	1977 год	<b>Удовлетворительное</b>
11.	Водонагреватель	2000 год	<b>Удовлетворительное</b>
12.	Водонагреватель	1998 год	<b>Неудовлетворительно</b>

*5.3. Кадровое обеспечение*

<i>№ п/п</i>	<i>Ф.И.О.</i>	<i>Должность</i>	<i>Стаж</i>	<i>Образование</i>
--------------	---------------	------------------	-------------	--------------------

1	Сулова Нина Владимировна	повар		среднее
2	Куликова Татьяна Александровна	посудница		

#### 5.4. Организация питания школьников.

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение «Основная общеобразовательная школа № 14» расположенная по адресу улица Гастелло, 19, работает в режиме полного дня и учащиеся 1-4 классов получают двух разовое питание. Для школьников основного звена организовано одноразовое питание.

В школе ежегодно (один месяц) организуется бесплатное питание детей из многодетных и социально незащищенных семей за счет средств социальной защиты.

Заявка на количество завтраков подается классными руководителями.

Классные руководители и ответственный за питание ежедневно ведут таблицу учёта получающих питание. В конце месяца ответственный за питание подает сводный отчет по питанию и заявку на следующий месяц.

В школе создана комиссия по контролю за организацией и качеством питания обучающихся (далее - комиссия), которая совместно с администрацией школы решает вопросы обеспечения своевременным и качественным питанием и работает в соответствии с Примерным положением о комиссии образовательного учреждения по контролю за организацией и качеством питания обучающихся. В состав комиссии, утверждаемой директором, входят представители администрации школы и родительской общественности. Члены комиссии из своего состава выбирают председателя. Комиссия осуществляет контроль за выполнением следующих функций:

- своевременное обеспечение учащихся горячим питанием;
- своевременная доставка продуктов и вывоз пищевых отходов;
- наличие двенадцатидневного меню, которое согласуется с Роспотребнадзором;
- наличие ежедневного меню на основании примерного двенадцатидневного меню;
- соблюдение установленных санитарных правил и требований технической и пожарной инспекций к содержанию помещений и правильной эксплуатации холодильного, торгово-технологического и другого оборудования;
- комплектация столовых квалифицированными кадрами для организации питания учащихся;
- строгое соблюдение правил по приемке и хранению продовольственного сырья и его транспортировке в школу;
- организация и осуществление на пищеблоке школы санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий;

- обязательный медицинский и профилактический осмотр работников пищеблока;

Коллектив школы проводит целенаправленную работу по формированию, сохранению и укреплению здоровья детей. Вопрос об организации питания детей стоит особенно остро, т. к. для полноценного роста и развития ребенок в течение дня должен получать необходимый для его возраста минимум пищевых и минеральных веществ. Для его решения мы используем двенадцатидневное меню, согласованное с Роспотребнадзором, а также перечень среднесуточных наборов продуктов для питания детей школьного возраста.

## 6. Механизм реализации программы

### 6.1. Производственный и общественный контроль за организацией питания:

№	Вид контроля	Структура, осуществляющая контроль
1.	Контроль за формированием рациона питания	-директор школы, ежедневно; -комиссия школы по контролю за организацией и качеством питания, ежемесячно
2.	Входной производственный контроль	-директор школы, ежедневно -использование лабораторно-инструментальных методов
3.	Контроль санитарно-технического состояния пищеблока	-директор школы, ежедневно; -комиссия школы, ежемесячно -использование лабораторно-инструментальных методов
4.	Контроль сроков годности и условий хранения продуктов	- Роспотребнадзор
5.	Контроль технологических процессов	-директор школы, ежедневно; -комиссия школы по контролю за организацией и качеством питания
6.	Контроль за санитарным содержанием и санитарной обработкой предметов производственного окружения	-Роспотребнадзор; -комиссия школы; -использование лабораторно-инструментальных методов
7.	Контроль за состоянием здоровья, соблюдением правил личной гигиены персонала, гигиеническими знаниями и навыками	- медицинские осмотры, ежегодно
8.	Приемочный производственный контроль	-бракеражная комиссия, ежедневно

9	Контроль за приемом пищи	-дежурный администратор; -классные руководители ежедневно; комиссия школы
---	--------------------------	---

## *6.2. Основные мероприятия Программы «Правильное питание - путь к здоровью и успешному обучению»*

Совершенствование системы школьного питания возможно только при условии комплексного решения в этой сфере, учитывающее и медицинские, и правовые, и социальные, и финансовые, и технологические аспекты.

Данная Программа разработана для реорганизации системы школьного питания, включает в себя все аспекты реформы реорганизации системы школьного питания:

- научно-медицинский
- управленческий
- технологический
- кадровый
- расчет экономической эффективности системы

### *6.2.1. 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.

#### **3. Обязанности классных руководителей:**

- 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 учащихся:**

- соблюдать правила культуры приема пищи;
- дежурить по столовой;
- принимать участие в выпуске тематических газет.

#### *6.2.2. Создание условий для организации правильного и здорового питания*

<b>№</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Сроки</b>	<b>Ответственные</b>
1.	Замена старого электрооборудования.	по текущему графику	завхоз С.Е.
2.	Согласование расстановки оборудования с Роспотребнадзором.	по текущему графику	директор Рутчина О.Г.
3.	Замена сантехнического оборудования.	по текущему графику	директор Рутчина О.Г., завхоз Семерня Л.Е.
4.	Косметический ремонт пищеблока.	ежегодно	завхоз Семерня Л.Е.
5.	Установка нового оборудования	по текущему графику	директор Рутчина О.Г., завхоз Семерня Л.Е.
6.	Обеспечение моющими средствами соответствующими санитарным требованиям	постоянно	завхоз Семерня Л.Е.
7.	Анкетирование родителей и учащихся по вопросам питания.	1 раз в четверть	ЗД по УВР Савочкина Ю.П.
8.	Разработать Положение и провести конкурс на лучший дизайн-проект	до 10.11.15 г	ЗД по УВР Савочкина

	эстетического оформления школьной столовой.		Ю.П.
9.	Провести конкурс на лучший рецепт салатов, первых и вторых блюд для школьного питания.	До 10.11.15 г.	ЗД по УВР Савочкина Ю.П., классные руководители
10.	Оформить информационный стенд в столовой «Правильное питание- залог здоровья»	до 01.09.2015	ЗД по УВР Савочкина Ю.П.
11.	Проведение Дней открытых дверей для родителей и общественности с дегустацией школьных обедов	ежегодно в декабре	администрация школы
12	Своевременная подготовка к новому учебному году в соответствии с требованиями действующего законодательства, в том числе санитарными правилами и нормами	2015-2020 гг	администрация школы
13	Организация семинаров для педагогических работников, персонала школьной столовой по вопросам обеспечения питанием детей в школе	2015- 2020 гг	администрация школы
14.	Проведение совещаний по проблеме организации школьного питания и мерах по взаимодействию структур, его обеспечивающих	ежеквартально	администрация школы
15	Информационная, воспитательная работа по привитию культуры питания и пропаганде здорового образа жизни: анкетирование учащихся и родителей с последующим анализом результатов и осуществление мероприятий по совершенствованию организации питания	2015-2020 гг	администрация школы

**Приложение № 1**  
**к Программе «Правильное питание- путь**  
**к здоровью и успешному обучению»**

**Тематика классных часов по укреплению здоровья школьников:**

**1 - 4 классы**

1. Цикл бесед «Питание школьника».
2. «Твой режим дня».
3. «Смейся на здоровье. Улыбка и хорошее настроение».
4. Цикл классных часов «Пейте дети молоко, будете здоровы».
5. Цикл классных часов «Наше здоровье в наших руках».

**5-8 классы**

1. Цикл беседы «Питание школьника».
2. «Я здоровье берегу, сам себе я помогу».
3. «Режим питания».
4. «Сотвори сам себя».
5. Цикл классных часов «Молоко - источник здоровья».

**9 класс**

1. Цикл бесед «Здоровье человека XXI».
2. «Исцели себя сам».
3. «Не оборви свою песню!».
4. «Пейте молоко на здоровье».
5. Цикл классных часов «Зависимость здоровья человека от молока».
6. «Экзамены без стресса».

**Тематика родительских собраний по укреплению здоровья школьников:**

1. «Здоровье ребенка в руках взрослых».
2. «На контроле здоровье детей».
3. «Подготовка к экзаменам. Как противостоять стрессу».
4. «Вопросы, которые нас волнуют».
5. «Физическое развитие школьника и пути его совершенствования».
6. «Молоко - источник здоровья».
7. «Питание - основа жизни».

**Тематика уроков технологии по укреплению здоровья школьников:**

**5 класс**

«Режим питания человека».

**6 класс**

«Рациональное питание школьников».

### 7 класс

«Правильное питание в неправильном мире».

### 8 класс

«Меню - как правильно составить».

### 9 класс

Проект «В здоровом теле, здоровый дух».

*Приложение № 2  
к Программе «Правильное питание- путь  
к здоровью и успешному обучению»*

## **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 блюдцах - крупы. Ребятам предлагается по виду колоса определить название растения (пшеница, гречиха, овес...), а затем найти в блюдцах 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 блюдца 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 блюдца *или* розетки), а также правил этикета. Все это также может оцениваться жюри.

### **Игра «Поварята»**

В блюдцах 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.*