


Согласована:

Председатель первичной
профсоюзной организации
 О.В.Евглевская

Утверждена приказом

МОУ «СОШ № 15 г. Андреевский»

№ 462 от 02.09 2019 года

Директор  Ж.И.Чижикова



Программа «Здоровое питание - путь к здоровью, успеху, знаниям»

Паспорт программы

1. Наименование программы	Программа «Здоровое питание – путь к здоровью, успеху, знаниям»
2. Основание для разработки Программы	<ul style="list-style-type: none">▪ Конвенция о правах ребенка.▪ Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка».▪ СанПин 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к условиям обучения в ОУ»▪ СанПин 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в ОУ, учреждениях начального и среднего профессионального образования
3. Разработчик программы	Ответственный по питанию М. А. Халилова
5. Цель Программы	Обеспечение здорового питания школьников в целях сохранения и укрепления их здоровья, а также профилактики заболеваний.
6. Основные задачи программы	<ul style="list-style-type: none">▪ обеспечение полноценным горячим питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;▪ привлечение внебюджетной, спонсорской помощи при организации питания▪ обеспечение доступности школьного питания▪ гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании;▪ предупреждение (профилактика) среди обучающихся 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

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ пропаганда принципов здорового и полноценного питания, организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания
7. Основные направления Программы	<ul style="list-style-type: none"> • Организация полноценного рационального питания обучающихся; • Обеспечение высокого качества и безопасности питания; • Организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания; пропаганда принципов здорового и полноценного питания. • Повышение квалификации повара.

8. Этапы реализации Программы	2019-2021гг.
9. Объемы и источники финансирования	<ol style="list-style-type: none"> 1. Средства Федерального бюджета 2. Родительские средства
10. Ожидаемые результаты реализации Программы	<ul style="list-style-type: none"> ▪ обеспечение обучающихся питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания; ▪ гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании; ▪ предупреждение (профилактика) среди обучающихся инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания; ▪ приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствие с современными требованиями ▪ пропаганда принципов здорового и полноценного питания. ▪ организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания ▪ совершенствование системы финансирования школьного питания; оптимизация затрат
11. Организация	<ul style="list-style-type: none"> • Общественный контроль за организацией и качеством

контроля за исполнением программы	питания школьников • Информирование родителей на родительских собраниях (беседа, анкетирование)
12. Содержание программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Паспорт Программы 2. Содержание проблемы и обоснование необходимости её решения. 3. Принципы здорового питания 4. Характеристика Программы: <ul style="list-style-type: none"> • Цель Программы; • Задачи; • Ожидаемые результаты реализации; • Направления Программы; • Характерные черты Программы 5. Характеристика ресурсов Программы: <ul style="list-style-type: none"> • Нормативно-правовые ресурсы; 6. Механизм реализации Программы: <ul style="list-style-type: none"> • контроль за организацией питания; • выполнение задач и обязанностей участников образовательного процесса в решении вопросов здорового питания школьников. 7. Комплекс мероприятий, направленных на реализацию Программы.

Содержание проблемы и обоснование необходимости её решения.

Организация питания в образовательном учреждении играет немаловажную роль в становлении здоровой личности обучающихся, способствует развитию навыков здорового образа жизни. Рациональное, здоровое питание школьников в образовательных учреждениях является необходимым условием обеспечения их здоровья. Нарушения питания в детском возрасте служат одной из важных причин возникновения различных заболеваний, распространенность которых значительно увеличивается за последние годы. Полноценное питание является необходимым условием обеспечения здоровья подрастающего поколения, устойчивости к действию инфекций и других неблагоприятных факторов, способности к обучению во все возрастные периоды, следовательно, целью охраны здоровья обучающихся является совершенствование организации и качества их питания.

Дети в силу своего возраста могут недооценивать значимость правильного питания, поэтому мы, взрослые, должны направить все усилия на формирование культуры правильного питания, ведь от этого, в конечном счете, зависит здоровье детей. Полноценное питание — существенный и постоянно действующий фактор, обеспечивающий адекватные процессы роста и развития организма, а также укрепление здоровья в детском и подростковом возрасте.

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.

При организации питания в нашем ОУ стараемся придерживаться следующих принципов.

Принципы здорового питания

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.

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. Соотношение между белками, жирами и углеводами должно быть 1:1:4.

Полноценное, сбалансированное питание является важнейшим условием нормального функционирования человеческого организма, особенно в период роста и развития. На период от 6,5 до 18 лет, который ребенок проводит в школе, приходится наиболее интенсивный рост организма, сопровождающийся повышенными умственными и физическими нагрузками. Организация питания в каждой возрастной группе школьников имеет свои особенности, учитывающие изменения, происходящие в детском организме на каждом этапе.

Недостаток белка, а тем более белковое голодание в младшем школьном возрасте приводит к отставанию роста, нарушениям не только физического, но и умственного развития, снижению сопротивляемости болезням, успеваемости и трудоспособности, а избыток ведет к нарушению обменных процессов и снижению аппетита. В период роста особенно велика потребность в жидкости, благодаря которой происходит лучшее усвоение питательных веществ, а также выведение продуктов распада из организма. Недостаток жидкости в ежедневном рационе (около 2 литров в сутки) может привести к нарушению терморегуляции и процесса пищеварения, вызвать плохое самочувствие, которое у детей часто проявляется в виде расторможенности, невозможности сосредоточиться. Постоянный дефицит жидкости может привести к заболеваниям почек и печени.

При организации питания обучающихся, воспитанников средней школы необходимо учитывать физические и физиологические изменения, которые происходят в подростковом возрасте. Достаточное поступление белков, необходимых для формирования новых структурных компонентов организма, приобретает особое значение. Именно поэтому недостаток или даже полное исключение из рациона питания белковой пищи отражается не только на самочувствии, но может привести к нарушению естественного хода развития. Важное значение имеет и присутствие в рационе питания продуктов - источников кальция, необходимого для нормального роста и развития костной ткани. Недостаток кальция приводит к заболеваниям опорно-двигательного аппарата: сколиозу и нарушению осанки. В связи с увеличением объема крови и мышечной массы значительно увеличивается потребность организма подростков в железе.

Организация питания старшеклассников должна учитывать значительный рост энергетических потребностей организма, связанных с увеличением интеллектуальных, эмоциональных и физических нагрузок. Важно отметить, что расход энергии в сутки у юношей и девушек выше, чем у взрослых мужчин и женщин.

Системная работа по формированию культуры здорового питания может помочь изменить вкусовые пристрастия, постепенно изменить структуру питания, научить детей делать сознательный выбор в пользу полезных блюд, здорового питания.

Цель программы: обеспечение здорового питания школьников в целях сохранения и укрепления их здоровья, а также профилактики заболеваний.

Задачи:

- обеспечение полноценным 2-хразовым питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;
- привлечение внебюджетной, спонсорской помощи при организации питания
- обеспечение доступности школьного питания
- гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании;
- предупреждение (профилактика) среди обучающихся 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

Основные направления программы

- Организация полноценного рационального питания обучающихся;
- Обеспечение высокого качества и безопасности питания;
- Организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания; пропаганда принципов здорового и полноценного питания.
- Повышение квалификации повара.

Срок реализации программы: 2019-2021 годы.

Этапы реализации программы

1 этап Базовый – сентябрь -октябрь 2019

- планирование реализации основных направлений программы;
- создание условий реализации программы;
- начало реализации программы.

2 этап Основной — ноябрь 2019 г. - февраль 2021 г.

- поэтапная реализация программы в соответствии с целями и задачами;
- промежуточный мониторинг результатов;

- корректировка планов в соответствии с целями и задачами и промежуточными результатами.

3 этап Заключительный – март -май 2021 г.

- завершение реализации программы;
- мониторинг результатов;
- анализ результатов.

Объемы и источники финансирования

1. Средства Федерального бюджета
2. Родительские средства

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

- обеспечение обучающихся питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;
- гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании;
- предупреждение (профилактика) среди обучающихся инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;
- приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствие с современными требованиями
- пропаганда принципов здорового и полноценного питания.
- организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания
- совершенствование системы финансирования школьного питания; оптимизация затрат

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

1. Создание благоприятных условий для организации рационального питания обучающихся;
2. Укрепление и модернизация материальной базы помещений пищеблока образовательного учреждения;
3. Развитие новых прогрессивных форм обслуживания и повышение культуры питания;
4. Обеспечение санитарно-гигиенической безопасности питания;

5. Развитие системы мониторинга состояния здоровья обучающихся, обеспечения их необходимыми пищевыми веществами, качественным и количественным составом рациона питания и ассортиментом продуктов, используемых в питании;
6. Проведение систематической разъяснительной работы среди родителей (законных представителей) и обучающихся о необходимости горячего питания.

ХАРАКТЕРИСТИКА РЕСУРСОВ ПРОГРАММЫ

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";
- Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ;
- Санитарные правила СанПин 2.4.5.2409-08.:
- Типовое Положением о школе и ее Устав;

Приказы: «Об организации горячего питания обучающихся», «Об утверждении плана мероприятий по организации школьного питания», «О назначении ответственного за питание», «О создании бракеражной комиссии», «Об организации питания за родительскую плату», «Об утверждении графика питания учащихся в столовой», «Об утверждении графика дежурства учащихся в столовой»; «Об утверждении списка обучающихся из малообеспеченных семей», «Об утверждении списка обучающихся на льготное питание».

Производственный и общественный контроль за организацией питания:

№	Вид контроля	Структура, осуществляющая контроль
1.	Контроль за формированием рациона питания	Комиссия по контролю за организацией и качеством питания
2.	Входной производственный контроль	Директор школы ежедневно
3.	Контроль санитарно-технического состояния пищеблока	Медицинский работник
4.	Контроль сроков годности и условий	ФС Роспотребнадзор

	хранения продуктов	
6.	Контроль за санитарным содержанием и санитарной обработкой предметов производственного окружения	ФС Роспотребнадзор
7.	Контроль за состоянием здоровья, соблюдением правил личной гигиены персонала, гигиеническими знаниями и навыками	Медицинские осмотры ежегодно по графику
8.	Приемочный производственный контроль	Бракеражная комиссия ежедневно
9	Контроль за приемом пищи	Классные руководители ежедневно

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.

2. Обязанности работников столовой

- Включение в меню овощей, фруктов, витаминизированных напитков из натуральных ягод;
- 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;
- Выполнять рекомендации классных руководителей и медработников по питанию в семье.

5. Обязанности обучающихся:

- Соблюдать правила культуры приема пищи;

- Дежурить по столовой.

Комплекс мероприятий, направленных на реализацию Программы

	Мероприятия	Сроки	Ответственные
Работа с учащимися			
1	Проведение уроков–здоровья «Коктейль здоровья», «Винегрет–шоу», «Витаминка» и др.	По графику	Классные руководители 2-4 классов
2	Конкурс стенгазет «Правильное питание»	Ноябрь	Классные руководители, зам. директора по ВР
3	Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся	Ежемесячно	Ответственный по питанию
4	Конкурс - презентаций «Мы за правильное питание»	Февраль	зам. директора по ВР
5	Выставка учебно-просветительской литературы по «Гигиене питания».	1 раз в четверть	школьный библиотекарь
Работа с педагогическим коллективом			
1	Обсуждение вопросов горячего питания на совещаниях, семинарах классных руководителей.	1 раз в четверть	зам. директора по ВР
2	Ведение пропаганды здорового питания.	В течение года	Классные руководители
3	Осуществление постоянного наблюдения за состоянием питания.	В течение года	Медицинская сестра
4	Пропаганда горячего питания среди родителей.	В течение года	Классные руководители
Работа с родителями			
1	Просветительская работа среди родителей о правильном и полноценном питании учащихся на родительских собраниях «Основы формирования у ребёнка навыков здорового образа жизни. Атмосфера жизни семьи как фактор физического и психического здоровья ребёнка. Профилактика вредных привычек и социально обусловленных	1 раз в четверть	Классные руководители, медсестра, зам. директора по ВР

	заболеваний у детей».		
2	Изучения отношения родителей к организации горячего питания в школе	1 раз в год	Классные руководители
3	Привлечение родителей к проведению внеклассных мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к ЗОЖ.	В течение года	Классные руководители
Контроль за организацией горячего питания в школьной столовой			
1	Создание комиссии по проверке горячего питания.	Сентябрь	Администрация школы
2	Составление графика дежурства учителей в столовой.	Сентябрь	Администрация школы
3	Составление графика питания в столовой	Сентябрь	Администрация школы
4	Составление графика дежурства учащихся в столовой.	Сентябрь	Администрация школы
5	Рейд по проверке организации школьного питания.	Ежемесячно	зам. директора по ВР
6	Составление отчёта по проверке организации горячего питания в школе.	По проверке	зам. директора по ВР
8	Проверка соответствия рациона питания согласно утвержденному меню.	Ежедневно	Ответственный по питанию Директор

Мониторинг и анализ результатов

Вопросы организации школьного питания в последние годы вызывают повышенный интерес. Для решения этих вопросов наша школа направляет свою работу на внедрение новых схем питания школьников и использование современного высококачественного оборудования, позволяющего при минимальных затратах обеспечить питание школьников на уровне требований сегодняшнего дня.

№	Критерии оценки
1	Охват учащихся организованным горячим питанием (%)
2	Организация системы мониторинга охвата горячим питанием.
3	Наличие научно–просветительских программ по вопросам рационального

	питания.
4	Наличие и оформление вывески с указанием наименования организации, типа предприятия, режима работы.
5	Оформление обеденного зала для организации питания школьников.
6	Техническое состояние производственных и служебно–бытовых помещений.
8	Состояние материально–технологической базы: – наличие и состояние столовой и кухонной посуды; – инвентаря; – санитарной одежды
9	Ведение необходимой производственной и технологической документации (технологических карт, технико–технологических карт, бракеражного журнала, журнала здоровья
10	Соблюдение технологии приготовления кулинарной продукции
11	Соблюдение санитарно–эпидемиологических требований (контроль на полноту вложения продуктов, сроки хранения продуктов, чистота посуды, маркировка посуды, приложить протоколы лабораторных исследований).
12	Проведение витаминизации третьих блюд
13	Повышение квалификации персонала: – укомплектованность штатов (полностью, не полностью); – курсы повышения квалификации; – участие в конкурсах профессионального мастерства и выставках.
14	Взаимодействие по вопросам питания с педагогическим советом, родительским комитетом, проведение совместных мероприятий.