

Бюджетное общеобразовательное учреждение Кирилловского муниципального округа
«БОУ КМО «Горицкая средняя школа»

Принято на педагогическом совете протокол
№ 1 от 30.08.2024



Программа «Здоровое питание в школе» на 2024-2026 годы

1. Паспорт программы

1. Наименование программы	Программа «Здоровое питание в школе» на период с 2024 по 2026 гг.
2. Основание для разработки Программы	Конвенция о правах ребенка. Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка». Закон Российской Федерации «Об образовании в РФ» № 273 - ФЗ от 26.12.2012 г. 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	Администрация БОУ КМО «Горицкая СШ»
4. Основные исполнители программы	Администрация, педагогический коллектив школы, работники школьной столовой, родители
5. Социальные партнеры	Поставщики продуктов питания, исполнители.
6. Цель Программы	Сохранение и укрепление здоровья детей и подростков, улучшение качества питания учащихся школы.
7. Основные задачи программы	<ul style="list-style-type: none"> - обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания; - обеспечение доступности школьного питания; <p>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;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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; - совершенствование системы финансирования школьного питания; оптимизация затрат, включая бюджетные дотации.

<p>8. Основные направления Программы</p>	<p>Организация рационального питания обучающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 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. ● Обучение кадрового состава работников пищеблока современным технологиям.
<p>9. Объемы и источники финансирования</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Средства Федерального бюджета ● Средства Регионального бюджета ● Средства бюджета муниципального образования ● Родительские средства
<p>10. Ожидаемые результаты реализации Программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания; <input type="checkbox"/> обеспечение доступности школьного питания <input type="checkbox"/> гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании; <input type="checkbox"/> предупреждение (профилактика) среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания; <input type="checkbox"/> приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствие с современными разработками и технологиями; <ul style="list-style-type: none"> ▪ пропаганда принципов здорового и полноценного питания. ▪ организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания; ▪ совершенствование системы финансирования школьного питания; оптимизация затрат, включая бюджетные дотации.

<p>11. Организация контроля</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Анализ работы о результатах деятельности школы по реализации Программы «Здоровое питание в школе» ● Общественный контроль за организацией и качеством питания школьников; <ul style="list-style-type: none"> ● Родительский комитет школы; <p>Информирование общественности о состоянии через сайт школы;</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Информирование родителей на родительских собраниях.
<p>12. Принципы построения Программы «Здоровое Питание в школе»</p>	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Актуальность, нацеленность на решение ключевой проблемы <input type="checkbox"/> Прогностичность, нацеленность на результат при рациональном использовании ресурсов <input type="checkbox"/> Реалистичность и реализуемость <input type="checkbox"/> Полнота и системность <input type="checkbox"/> Стратегичность <input type="checkbox"/> Контролируемость <input type="checkbox"/> Информативность
<p>13. Содержание Программы «Здоровое Питание в школе»</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Паспорт Программы «Здоровое питание в школе» 2. Актуальность проблемы (Значимость проблемы и подход) 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; ● Материально-техническая характеристика; ● Кадровое обеспечение 6. Механизм реализации Программы: <ul style="list-style-type: none"> ● Производственный контроль за организацией питания; ● Основные мероприятия Программы «Здоровое питание в школе»; 7. Управление программой «Здоровое питание в школе»; Система мониторинга за ходом реализации программы «Здоровое питание в школе».

2. Актуальность проблемы (значимость проблемы и подход)

Необходимость серьезно заниматься формированием культуры здоровья всистеме 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.

Вопросы организации школьного питания в последние годы вызывают повышенный интерес. 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.

Поэтому администрация школы сегодня уделяет большое внимание вопросам жизни и здоровья детей и подростков. Сейчас особенно остро встал вопрос об увеличении охвата учащихся горячим питанием. 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.

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.** Пищевой рацион детей должен быть сбалансирован в зависимости от возраста, пола, климатогеографической зоны проживания, характера деятельности и величины физической нагрузки.

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.

Известно, что здоровье напрямую связано с традицией потребления овощей и фруктов.

Участники программы:

Семья: организация контроля за питанием:

- родительский комитет школы

Администрация:

- индивидуальные беседы;
- пропаганда санитарно-гигиенических знаний среди участников образовательного процесса, основ здорового образа жизни

Педагогический коллектив:

- совещания;
- родительские собрания, классные часы, беседы о ЗОЖ, рациональном питании;
- приобщение к занятиям в спортивных секциях, курсов для старшеклассников;
- пропаганда здорового образа жизни

Медицинский работник:

- уроки здоровья
- индивидуальные беседы
- контроль за здоровьем обучающихся
- контроль за состоянием столовой и пищеблока

Классный руководитель:

- выявление неблагополучных семей, посещение на дому
- помощь в выборе занятий по интересам
- санитарно-гигиеническое просвещение
- Курс внеурочных занятий «Разговоры о важном»

1.1.

Концепция оптимального питания:

Диетологи установили так называемые безопасные и адекватные уровни суточного поступления с пищей таких ранее ненормируемых микронутриентов, как хром (50–200 мкг), ванадий (около 100 мкг), кремний (5–10 мкг), никель (около 100 мкг). Определено нормальное среднесуточное поступление ряда других элементов: алюминия (от 3 до 100 мг), брома (от 2 до 8 мг), кадмия (от 10 до 20 мкг), германия (от 0,4 до 1,5 мг), лития (200–600 мкг), рубидия (1–5 мг) и др.

Рекомендуемое соотношение в рационе питания детей и подростков количества основных пищевых веществ (белков, жиров и углеводов) составляет около 1:1:4 (по массе).

Удельный вес животного белка в рационе детей и подростков школьного возраста должен быть не менее 60% от общего количества белка.

Жиры растительного происхождения должны составлять в рационе не менее 30% от общего количества жиров. В рацион включается молочный жир в виде сливочного масла (30–40 г/сутки), сметаны (5–10 г).

Легкоусвояемые углеводы (сахара) должны составлять около 20–30% от общего

количества углеводов.

Рацион должен содержать достаточное количество пищевых волокон — не менее 15–20 г/сутки.

Оптимальное соотношение в рационе питания детей и подростков солей кальция и фосфора не ниже 1,2:1.

Завтрак детей должен обеспечивать 25%, обед — 35–40%, полдник 15%, ужин — 20–25% от суточной потребности детей в пищевых веществах и энергии.

Концепция оптимального питания предусматривает необходимость и обязательность полного обеспечения потребностей организма не только в энергии, эссенциальных макро- и микронутриентах, но и в целом ряде столь же необходимых минорных непищевых компонентов пищи.

2.

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 и 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. 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.

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
- 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
- совершенствование системы финансирования школьного питания; оптимизация затрат, включая бюджетные дотации

4.3. Ожидаемые результаты реализации

Программы «Здоровое питание в школе»:

- обеспечение детей и подростков 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
- совершенствование системы финансирования школьного питания; оптимизация затрат, включая бюджетные дотации
- улучшение здоровья школьников благодаря повышению качества школьного питания

4.4. Основные направления программы

1-е направление: Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение

Основные мероприятия	Ожидаемый результат
1. Организационные совещания: – порядок приема учащимися завтраков - оформление документов и постановка на льготное питание; - график дежурств и обязанности дежурного учителя	Разработка нормативно-правовой и технологической документации по организации школьного питания. Создание системы производственного контроля.
2. Совещание классных руководителей «Об организации горячего питания»	Использование форм, обеспечивающих открытость информации об
3. Административное совещание по вопросам организации и развития школьного питания	организации школьного питания.
4. Заседание Совета образовательного учреждения по организации питания с приглашением кл. руководителей 1–9-х классов по вопросам: - охват учащихся горячим питанием - соблюдение санитарно-гигиенических требований; - профилактика инфекционных заболеваний	Проведение школьных мероприятий по формированию навыков здорового питания Проведение мероприятий по развитию культуры питания.
5. Организация работы бракеражной комиссии	
6. Осуществление ежедневного контроля за работой столовой, проведение целевых тематических проверок	
7. Совещание педагогического коллектива «Итоги работы школы в направлении организации питания и пропаганды здорового питания школьников»	
8. Родительское собрание «Правильное питание – здоровое питание»	

2-е направление: Работа по воспитанию культуры питания среди обучающихся

Основные мероприятия	Ожидаемый результат
<p>1. Проведение классных часов по темам:</p> <ul style="list-style-type: none"> -«Витамины» - «Режим дня и его значение»; - «Культура приема пищи»; - «Острые кишечные заболевания и их профилактика» и др. <p>2. Уроки здоровья:</p> <ul style="list-style-type: none"> - "Плох обед, если хлеба нет", - "Овощи, ягоды, фрукты – полезные продукты", - "Путешествие по музеям напитков". - "Молоко – волшебный дар" и др. 	<p>Сформированная позиция признания ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, расширение знаний и навыков культуры питания.</p> <p>Сокращение заболеваемости учащихся.</p> <p>Увеличение численности охвата учащихся горячим питанием до 100%.</p>
<p>3. Конкурс газет, плакатов среди учащихся 3 – 7 классов «О вкусной издоровой пище».</p> <ul style="list-style-type: none"> - конкурс буклетов среди учащихся 8-9 классов «Азбука здорового питания» <p>Конкурс «Хозяюшка», «А ну-ка, девочки»</p>	
<p>4. Конкурс фотографий «Наша школьная столовая», «Вкусная профессия – повар»</p>	
<p>5. Реализация программы «Разговор о правильном питании»</p>	
<p>6. Конкурс проектов «Кулинарное путешествие»</p>	
<p>7. Работа по оздоровлению обучающихся в каникулярное время</p>	
<p>8 Курс Внеурочных занятий «Разговоры о важном»</p>	

3-е направление: Работа с родителями по вопросам организации школьного питания

Основные мероприятия	Ожидаемый результат
<p>1. Проведение классных родительских собраний по темам:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Совместная работа семьи и школы по формированию здорового образа жизни дома, питание учащихся»; - «Профилактика желудочно-кишечных заболеваний и инфекционных, простудных заболеваний. Итоги медицинских осмотров учащихся» 	<p>Улучшение осведомленности родителей в области рационального питания школьников.</p> <p>Участие родительского актива в контроле качества питания и уровня организации школьного питания.</p>
<p>2. Индивидуальные консультации медсестры школы «Рациональное питание школьника»</p>	
<p>3. Родительское собрание «Правильное питание – здоровое питание»</p>	<p>Увеличение количества обучающихся, питающихся за счет средств родителей.</p>

4-е направление: Укрепление и модернизация материальной базы помещений пищеблока образовательного учреждения, расширению сферы услуг для учащихся и родителей.

Основные мероприятия	Ожидаемый результат
<p>1. Улучшение материально-технической базы, совершенствование эстетической среды школьной столовой</p>	<p>1. Замена технологического оборудования:</p> <ul style="list-style-type: none"> - электрической мясорубки; - электронных весов; - посудомоечной машины; <p>2. Приобретение посуды и столовых приборов</p> <p>3. Продолжение создания эстетической среды школьной столовой</p>
<p>2. Разработка новых блюд, изделий, их внедрение в систему школьного питания</p>	<p>1. Расширение ассортиментного перечня блюд</p> <p>2. Использование современных технологий приготовления пищи</p>
<p>3. Апробирование новых методик организации школьного питания</p>	<p>3. Внедрение новых форм организации питания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Щадящее питание»; - «Витаминный стол».

График работы столовой

I смена.	
10:20-10:40	Завтрак
12.00-12.30	Обед
13.00-13.20	

Графики дежурства в столовой

- график дежурства администрации и учителей.

Контроль за организацией питания

- ежедневный: ведение табеля учёта питания, организация дежурства учителей
- ежемесячный: отчет об охвате горячим питанием, родительский контроль.

ПЛАН

мероприятий по организации горячего питания в БОУ КМР «Горицкая СШ»

№	Мероприятия	Сроки исполнения	Ответственный	Итоговые документы
1	Назначение ответственного за организацию горячего питания	31.08.2024	Директор	Приказ директора
2	Совещание при директоре по вопросам питания	1 раз в месяц	Корнилова Е.А.	Протокол совещ. при директоре
3	Подготовка столовой к началу учебного года	Август	Мальшева Т.А.	
4	Оформление информационного стенда для учащихся и родителей	Сентябрь	Игнашева О.А.	
5	Оформление документации: - приказ о создании бракеражной комиссии, - приказ об организации питания на учебный год, - приказ о льготном питании, - составление графика посещаемости учащихся столовой - график дежурства учителей в столовой	Сентябрь		Протокол совещания при директоре
6	Посещение родительских собраний для проведения профилактической и разъяснительной работы среди родителей	В течение года		Справка

7	Проведение профилактической и разъяснительной работы среди родителей и учащихся «по пропаганде горячего питания»	В течение года	Классные руководители	Протоколы родительских собраний
---	--	----------------	-----------------------	---------------------------------

8	<p>Организация льготного питания для детей из малообеспеченных, многодетных семей, детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации.</p>	Сентябрь	Игнашева О.А. классные руководители	Приказ директора школы
9	<p>Проведение анкетирования учащихся Цель: - качество питания - разнообразие</p>	В течение года	Классные руководители	Справка
10	<p>Организация внеклассной работы по правильному и здоровому питанию детей: - рассказы, очерки, эссе учащихся, - фотоальбом «Горячий обед», - конкурс на лучший рисунок</p>	В течение года	Классные руководители	
11	<p>Организация работы с родителями по вопросу правильного питания: - анкетирование, - индивидуальные беседы, - консультации медицинского работника</p>	Октябрь, ноябрь, март		Справки
12	<p>Родительские собрания с приглашением врача</p>	Декабрь, март	Классные руководители	Протокол родительских собраний

**ПЛАН работы
бракеражной комиссии по горячему питанию**

№	Мероприятия	Сроки исполнения	Ответственный
1	Проверка санитарно-гигиенического состояния обеденного зала. Бракераж согласно меню.	Ежедневно	Медицинский работник, члены комиссии
2	Контроль за присутствием классных руководителей в обеденном зале во время приёма пищи	В течение года	Члены комиссии
3	Контроль за поведением учащихся в ходе приёма пищи в столовой	Постоянно	Дежурный учитель
4	Контроль за качеством приготовленной пищи с соблюдением нормы раскладок	Постоянно	Медицинский работник, члены комиссии
5	Рейдовые проверки за организацией горячего питания с составлением актов или справок, с последующим обсуждением их на совещаниях педагогического коллектива	1 раз в месяц	Члены комиссии
6	Контроль за условиями хранения скоропортящихся продуктов	Постоянно	Члены комиссии
7	Контроль за хранением суточной Пробы	Постоянно	Члены комиссии

План работы по организации, контролю пропаганде правильного питания

Основные задачи по организации питания:

1. Создание благоприятных условий для организации рационального питания обучающихся с привлечением средствродителей (законных представителей);
2. Укрепление и модернизация материальной базы помещений пищеблока школы;
3. Повышение культуры питания;
4. Обеспечение санитарно-гигиенической безопасности питания;
5. Проведение систематической разъяснительной работы среди родителей (законных представителей) и обучающихся о необходимости горячего питания.

Организационно - аналитическая работа, информационное обеспечение.

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители	Отметка о выполнении
1. Организационное совещание – порядок приёма учащимися питания; оформление льготного питания; график дежурств и обязанности дежурного учителя	Сентябрь	Директор	
2. Совещание классных руководителей: «Организация питания учащихся 1-4 классов»	Август	Директор	
3. Заседание Совета школы по вопросам организации и развитияшкольного питания	Сентябрь	Администрация школы	
4.Заседание бракеражной комиссии по питанию с приглашением классных руководителей 1-9 классов по вопросам: - охват учащихся горячим питанием - соблюдение санитарно-гигиенических требований - профилактика инфекционных заболеваний	Февраль	Директор	

5. Организация работы бракеражной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители)	В течение года	Директор	
6. Осуществление ежедневного контроля за работой столовой администрацией школы, проведение целевых тематических проверок	В течение года	Администрация	
7. Анализ организации питания учащихся	В течение года	Администрация	
8. Знакомство с методическими рекомендациями по питанию детей и подростков	постоянно	Администрация	

Методическое обеспечение

1. Организация консультаций для классных руководителей 1-4, 5-9 классов: - «Культура поведения учащихся во время приема пищи, соблюдение санитарно-гигиенических требований»; - «Организация горячего питания – залог сохранения здоровья»	В течение года	Администрация	
2. Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания, внедрению новых форм обслуживания учащихся	В течение года	Администрация	

**План работы по воспитанию культуры питания,
пропаганде здорового образа жизни учащихся**

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители	Отметка о выполнении
1. Проведение классных часов по темам: -«Режим дня и его значение»(1- 4 кл.) - «Культура приема пищи»(5-7 кл.) - «Острые кишечные заболевания и их профилактика (8-9 классы)	Сентябрь - декабрь	Классные руководители	
2. Игра «Путешествие по городу Здоровячков» (1-4 кл.)	Октябрь	Классные руководители	
3. Конкурс газет среди учащихся 5-9 кл. «О вкусной и здоровой пище»	Апрель	Зимичева Н.Н.	
4. Беседы с учащимися 5-9 кл. «Береги своё здоровье»	Декабрь	Классные руководители	
5. Конкурс на лучший сценарий «День именинника»	Январь		
6. Конкурс среди учащихся 5-7 классов «Хозяюшка»	Март	Классные руководители	
7. Анкетирование учащихся: - «Школьное питание: качество и разнообразие завтраков» - «За что скажем поварам спасибо?»	Октябрь Февраль Апрель	Классные руководители	
8. Анкетирование родителей «Ваши предложения на год по развитию школьного питания»	Май	Классные руководители	
9. Контроль за соблюдением в школьном питании физиологических норм и калорийности в соответствии с перспективным меню	Постоянно	Члены комиссии	
10. Организация С-витаминация готовых блюд	Постоянно	Мальшева Т.Н.	
11. Участие в конкурсе «Самый здоровый класс»	Апрель	Классные руководители	
12. Размещение материалов по организации горячего питания на школьном сайте	Постоянно	Корнилова Е.А.	
13. Оформление стенда в школьной столовой о рациональном питании	Октябрь	Игнашева О.А.	

Работа по воспитанию культуры питания, пропаганда здорового образа жизни среди родителей учащихся

Основные мероприятия	Сроки	Исполнители	Отметка о выполнении
1. Проведение родительских собраний по темам: - «Совместная работа семьи и школы по формированию здорового образа жизни дома. Питание учащихся.» - «Профилактика желудочно-кишечных заболеваний, инфекционных, простудных заболеваний» - Итоги медицинских осмотров учащихся	Сентябрь май	Администрация Классные руководители	
2. Родительский лекторий «Здоровье вашей семьи»	Февраль	Классные руководители	
3. Встреча врача с родителями «Личная гигиена подростков»	Апрель	Классные руководители	
4. Анкетирование родителей «Ваши предложения на 2024/2025уч. год по развитию школьного питания»	Май	Классные руководители	

4.5 Материально-техническое оснащение столовой БОУ КМО «Горицкая СШ»

Школьная столовая полностью укомплектована необходимой посудой. Её чистоте уделяется повышенное внимание. Мытье и дезинфекция производятся с соблюдением всех норм санитарно-гигиенического режима, используются средства дезинфекции.

Зал для приёма пищи оснащен мебелью, современно оформлен.

4.6. Кадровое обеспечение

Школьная столовая укомплектована кадрами, имеющими специальное образование.

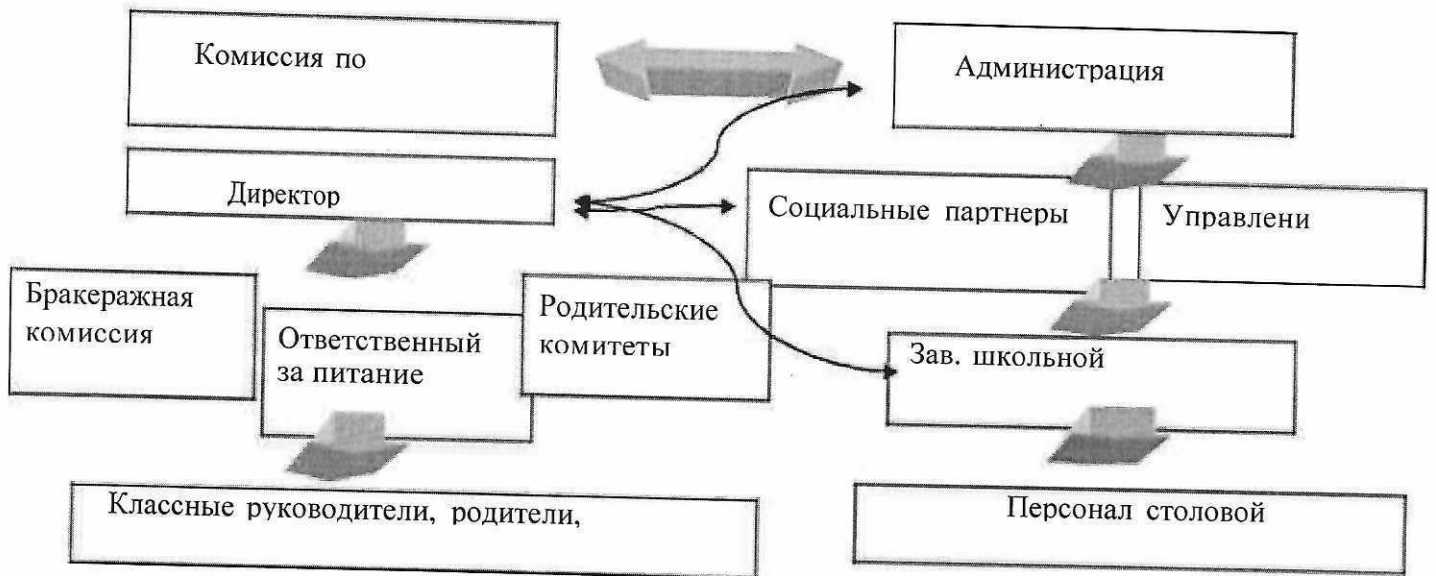
Малышева Т.Н. – шеф-повар;

Шульга Е.А. - кухонный работник

Жукова О.Н. - повар

Работники столовой регулярно проходят гигиеническое обучение.

4.7. Управление программой



4.8. Система мониторинга за ходом реализации программы

Направление мониторинга	Методы мониторинга	Оформление результатов мониторинга	Место представления результатов
Организация и регулирование школьного питания	Оценка охвата питанием	Справка	Административное совещание
	Анкетирование родителей учащихся	Справка, обсуждение с родителями	Родительские собрания
	Анкетирование учащихся	Анализ анкет	Административное совещание
	Лабораторные исследования	Акт по результатам лабораторного исследования	Административное совещание
	Маркетинговые исследования (охват питания)	Акт	Публичный доклад директора школы
Модернизация и укрепление материально-технической базы пищеблоков	Обследование пищеблока ОУ муниципальной комиссией	Утвержденный главой администрации план ремонтных работ	План работ по подготовке пищеблока к учебному году

	Обследование пищеблоков комиссией по приемке ОУ к новому учебному году	Акт приемки ОУ к началу нового учебного года	Административное совещание
	Обследование технологического оборудования	Справка о технической исправности технологического оборудования	Подготовка материалов к новому учебному году
	Аудит материально-технической базы, сбор и анализ отчетных документов о техническом состоянии оборудования	Паспорт пищеблока ОУ	
	Учет приобретенного технологического оборудования	Постановка на балансовый учет	Использование информации в ежегодном публичном докладе
Кадровое обеспечение	Анализ уровня повышения квалификации руководителей, специалистов и персонала школьных столовых по вопросам организации шк. питания	Справка по результатам анализа	Административное совещание
	Анализ прохождения гигиенической аттестации работников пищеблока	Утвержденные ФГУЗ списки обученных	
	Анализ количества участников в городских	Информационно-аналитическая справка	Интернет-сайт

	мероприятиях по организации школьного питания		
Система просветительской работы	Наблюдение за организацией работы по пропаганде здорового питания в СМИ	Информационно-аналитическая справка	Административное совещание
	Диагностика заболеваемости учащихся	Карта оценки здоровья школьников	Заседание ШМО классных руководителей. Родительские собрания по классам

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

Программа курса по формированию культуры здорового питания необходима обучающимся для того, чтобы они могли достичь высот своего потенциала знаний, полноценно развиваться физически и умственно, обеспечить здоровье и благополучие на всю жизнь.

Реализация данной программы прежде всего выполняет требования ФГОС начального, основного и среднего общего образования.

Программа курса по формированию культуры здорового питания обучающихся включает в себя три модуля:

1. Для обучающихся 1-2 классов (начальное общее образование);
2. Для обучающихся 3-4 классов (начальное общее образование);
3. Для обучающихся 5-6 классов (основное общее образование).

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:

формирование у обучающихся культуры питания как составляющей здорового образа жизни и создание необходимых условий, способствующих укреплению их здоровья

ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:

1. формирование и развитие представлений у обучающихся о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей;
2. формирование готовности обучающихся заботиться и укреплять собственное здоровье;
3. формирование у обучающихся знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья;
4. профилактика поведенческих рисков здоровья, связанных с питанием, расширением знаний об истории питания;
5. формирование чувства уважения к культуре своего народа и культур и традициям других народов;
6. развитие творческих способностей и кругозора у обучающихся в познавательной деятельности;
7. представление обучающимся возможности для эффективной самостоятельной работы;
8. укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.

МЕСТО ПРОГРАММЫ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ:

Программа предусматривает разные формы организации занятий:

- классные часы;
- работа с «Дневниками здоровья»;
- проведение дней здоровья и предметных декад;
- занятия в кружках, секциях;
- проведение досуговых мероприятий: конкурсов, праздников, бесед;
- оздоровление в летнем пришкольном оздоровительном лагере.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ:

Результаты освоения Программы являются одним из важнейших механизмов реализации требований ФГОС к результатам обучающихся, освоивших основную образовательную программу.

Они представляют собой систему обобщённых личностно-ориентированных целей образования, допускающих дальнейшее уточнение и конкретизацию, что обеспечивает определение и выявление всех составляющих планируемых результатов, подлежащих формированию и оценке.

ФГОС начального общего образования, основного общего образования, среднего общего образования (далее - Стандарт) представляют собой совокупность требований, обязательных при реализации основной образовательной программы начального, основного, среднего общего образования образовательными организациями, имеющими государственную аккредитацию.

Стандарт устанавливает требования к результатам обучающихся, освоивших основную образовательную программу общего образования:

- Личностным, включающим готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к обучению и познанию, ценностно-смысловые установки обучающихся, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции, личностные качества;

- Метапредметным, включающим освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные), обеспечивающие овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться, и межпредметными понятиями;

- Предметным, включающим освоенный обучающимися в ходе изучения модуля, курса опыт специфической для данной предметной области деятельности к получению нового знания, его преобразованию и применению, а также систему основополагающих элементов научного знания, лежащих в основе современной научной картины мира.

Применительно к модулю программы для обучающихся 1 – 4 классов (начальное общее образование) планируется получить следующие результаты.

Личностные результаты освоения основной образовательной программы начального общего образования должны отражать: формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты освоения основной образовательной программы начального общего образования должны отражать: владение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного модуля (курса).

Предметные результаты освоения основной образовательной программы начального общего образования с учетом специфики содержания предметных представлений о созидательном и нравственном значении труда в жизни человека и общества; о мире профессий и важности правильного выбора профессии.

Применительно к модулю программы для обучающихся 5 – 6 классов (основное общее образование):

Личностные результаты освоения основной образовательной программы основного общего образования должны отражать: формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;

Метапредметные результаты освоения основной образовательной программы основного общего образования должны отражать: умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

Предметные результаты освоения основной образовательной программы основного общего образования с учетом общих требований Стандарта и специфики изучаемых модулей, курсов, входящих в состав предметных областей, должны обеспечивать успешное обучение на следующем уровне общего образования: осознание роли техники и технологий для прогрессивного развития общества; формирование целостного представления о техносфере, сущности технологической культуры и культуры труда; уяснение социальных и экологических последствий развития технологий промышленного и сельскохозяйственного производства; овладение методами учебно-исследовательской и проектной деятельности, решения творческих задач, моделирования и конструирования и эстетического оформления изделий, обеспечения сохранности продуктов труда.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ:

Программа формирования культуры здорового питания состоит из 3 частей:

- 1-2 класс – «Разговор о правильном питании»,
- 3 – 4 класс – «Две недели в лагере здоровья»,
- 5 – 6 класс – «Формула правильного питания».

1 часть (1 – 2 класс) «Разговор о правильном питании»

Пищевые привычки формируются с детства, у взрослого человека их очень сложно изменить, поэтому так важно формировать у детей правильное пищевое поведение.

Понимание младшими школьниками важности правильного питания может стать эффективным способом профилактики и предупреждения инфекционных заболеваний желудочно-кишечного тракта, развития различных соматических заболеваний.

Целью данного раздела является:

формирование у детей представления необходимости заботы о своем здоровье, и в первую очередь о важности правильного питания, как составной части сохранения и укрепления здоровья.

Программа предполагает активное вовлечение в работу родителей (законных представителей).

Ожидаемые результаты (ученик может):

- уметь соблюдать элементарные правила режима питания,
- уметь пользоваться столовыми приборами,
- иметь навык соблюдения правил хранения пищевых продуктов,
- навык обработки продуктов и овощей перед их употреблением.

1 класс		2 класс	
Название мероприятия	Сроки	Название мероприятия	Сроки
Проведение классных часов, бесед и т.п.			
1. Вводное занятие. Разговор о правильном питании	Сентябрь	1. Вводное занятие. Что мы знаем о правильном питании	Сентябрь
2. «Если хочешь быть здоров»	Октябрь	2. «Время есть булочки»	Октябрь
3. «Самые полезные продукты»	Ноябрь	3. «Пора ужинать»	Ноябрь
4. «Удивительные превращения пирожка»	Декабрь	4. «Веселые старты»	Декабрь

5.«Кто жить умеет по часам»	Январь	5.«На вкус и свет, товарищей нет»	Январь
6.«Вместе весело гулять»	Февраль	6.«Как утопить жажду»	Февраль
7.«Из чего варят кашу и как сделать кашу вкусной»	Март	7.«Что помогает быть сильным и ловким»	Март
8.«Плох обед, если хлеба нет»	Апрель	8.«Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты»	Апрель
9.«Праздник здоровья»	Май	9.«Праздник здоровья»	Май

2 часть (3 – 4 класс) «Две недели в лагере здоровья»

Задачи реализации раздела:

- расширение знаний детей о правильном питании, направленных на сохранение и укрепление здоровья, формирование готовности соблюдать эти правила;
- формирование навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни;
- формирование представления о правилах этикета, связанных с питанием, осознание того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности;
- пробуждение у детей интереса к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории и традициях своего народа, формирование чувства уважения к культуре своего народа и культуре традициям других народов;
- просвещение родителей в вопросах организации правильного питания детей младшего школьного возраста.

Ожидаемые результаты:

- полученные знания позволят детям ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, сознательно выбирая полезные;
- Дети смогут оценивать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни с учетом границ личностной активности корректировать несоответствия;
- Дети получат знания и навыки, связанные с этикетом в области питания, что в определенной степени повлияет на успешность их социальной адаптации, установление контактов с другими людьми.

3 класс		4 класс	
Название мероприятия	Сроки	Название мероприятия	
Проведение классных часов, бесед и т.п.			
1. Вводное занятие. Что мы знаем о правильном питании	Сентябрь	1. Вводное занятие. Как много мы узнали	Сентябрь
2. Давайте познакомимся	Октябрь	2. «Что можно есть в походе»	Октябрь
3. Из чего состоит наша пища	Ноябрь	3. «Вода и другие полезные продукты»	Ноябрь
4. «Здоровье в порядке – спасибо зарядке»	Декабрь	4. «Что и как можно приготовить из рыбы»	Декабрь
5. «Закаляйся, если хочешь быть здоров»	Январь	5. «Дары моря»	Январь
6. «Как правильно питаться, если занимаешься спортом»	Февраль	6. «Кулинарное путешествие по России»	Февраль
7. «Где и как готовят пищу»	Март	7. «Спортивное путешествие по России»	Март
8. «Блюда из зерна»	Апрель	8. «Олимпиада здоровья»	Апрель
9. «Молоко и молочные продукты»	Май	9. «Праздник здоровья»	Май

3 часть (5 – 6 класс) «Формула правильного питания»

Задачи, реализуемые в ходе работы:

- развитие представления подростков о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье;
- расширение знаний подростков о правилах питания, направленных на сохранения и укрепление здоровья, формирование готовности соблюдать эти правила;
- развитие навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни;
- развитие представления о правилах этикета, связанных с питанием, осознания того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности;
- развитие представления о социокультурных аспектах питания, его связи с культурой и историей народа;

- пробуждение у детей интереса к народным традициям, связанным с питанием, расширения знаний об истории и традициях своего народа, формирование чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов;
- развитие творческих способностей, кругозора подростков, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы;
- просвещение родителей в вопросах организации правильного питания детей подросткового возраста.

Ожидаемые результаты:

- полученные знания позволят подросткам ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, сознательно выбирая наиболее полезные;
- подростки смогут оценивать и контролировать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни;
- подростки научатся самостоятельно оценивать свой рацион питания с точки зрения его адекватности и соответствия образу жизни;
- подростки получат дополнительные знания в области истории, литературы, различные сферы искусства, что будет способствовать расширению их общего кругозора;
- подростки получат дополнительные коммуникативные знания и навыки взаимодействия со сверстниками и взрослыми, что повлияет на успешность их социальной адаптации.

5 класс		6 класс	
Название мероприятия	Сроки	Название мероприятия	Сроки
Проведение классных часов, бесед и т.п.			
1. Вводное занятие. Что мы знаем о здоровье	Сентябрь	1. Вводное занятие. Что мы знаем о формуле правильного питания	Сентябрь
2. «Здоровье – это здорово»	Октябрь	2. «Ты покупатель»	Октябрь
3. «Продукты разные нужны продукты разные важны»	Ноябрь	3. «Ты готовишь себе и друзьям»	Ноябрь
4. «Режим питания»	Декабрь	4. «Кухни разных народов»	Декабрь
5. «Энергия пищи»	Январь	5. «Кулинарная история»	Январь
6. «Где и как мы едим»	Февраль	6. «Как питались на Руси и в России»	Февраль
7. «Праздник здоровья»	Март	7. «Необычное кулинарное путешествие»	Март
		8. «Праздник здоровья»	Апрель

Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса

Дополнительная литература для обучающихся	<ol style="list-style-type: none"> 1. Безруких М.М., Филиппова Т.А. Разговор о правильном питании (рабочая тетрадь для школьников). – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2011 2. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Две недели в лагере здоровья (рабочая тетрадь для школьников). – М.: ОЛМА – ПРЕСС, 2011 3. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Формула правильного питания (рабочая тетрадь школьников). – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2011
Дополнительная литература для учителя	<ol style="list-style-type: none"> 1. Безруких М.М., Филиппова Т.А. Разговор о правильном питании (методическое пособие для учителей). – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2011 2. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Две недели в лагере здоровья (методическое пособие для учителя). – М.: ОЛМА – ПРЕСС, 2011 3. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Формула правильного питания (методическое пособие для учителя). – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2011
Интернет – ресурсы и другие электронные информационные источники	<p>www.monpit.ru www.orgpit.ru</p>

Рекомендуемая литература

1. Бакуменко О.Е., Васнева И.К., Доронин А.Ф. Образ жизни и питание учащихся: монография. – М.: Издательский комплекс МГУПП, 2010. – 100 с.
2. Диетология: Руководство / Под ред. А.Ю. Барановского. – 3-е изд. – СПб.: Питер, 2008. – 1024 с. – (Серия «Спутник врача»).
3. Доронин А.Ф., Бакуменко О.Е., Панфилова С.Н. Конспект лекций по дисциплине «Технология продуктов детского питания» -М.: Издательский комплекс МГУПП, 2010. – 70 с.
4. Еделев Д.А., Бутова С.Н., Биохимические процессы обмена веществ в жизнедеятельности живого организма – М., 2012 – 463 с.
5. Ипатова Л.Г., Кочеткова А.А., Нечаев А.П., Тутельян В.А., Жировые продукты для здорового питания. Современный взгляд. -М.: ДеЛи принт, 2009. – 396 с.
6. Копышев В.А. «Ты то, что ты ешь: азбука питания» - М.: Эксмо, 2011. – 384с.
7. Методические рекомендации МР 2.3.1.2432-08. г. Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации. – М., 2008.
8. Нечаев А.П., Кочеткова А.А., Зайцев А.Н. Пищевые добавки. – М.: Колос, 2001. – 256 с.
9. Поздняковский В.М. Гигиенические основы питания, качество и безопасность пищевых продуктов: учебник / 4 изд., испр. И доп. – Новосибирск Сиб.унив.изд-во, 2005. – 522 с.
10. Рекомендуемые уровни потребления пищевых и биологически активных веществ. Методические указания МР 2.3.1.1915-04. – М.: РИКГОУОГУ, 2004. – 36 с.
11. Рогов И.А., Антипова Л.В., Дунченко Н.И. Химия пищи. – М.: КолосС, 2007. – 853 с.
12. Спиричев В.Б., Шатнюк Л.Н., Позняковский В.М. Обогащение пищевых продуктов витаминами и минеральными веществами. Наука и технология. – Новосибирск: Сиб.унив. изд-во, 2004. – 548 с.
13. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.3.2.2408-10 «Гигиенические требования безопасности и пищевой ценности пищевых продуктов». Дополнения и изменения № 22 к СанПиН 2.3.2.1078- 01.
14. Спиричев В.Б. «Что могут и чего не могут витамины» - М.: «Миклош», 2003. – 300с.
15. Скурихин И.М., Тутельян В.А. Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: справочник. – М.: ДеЛи принт, 2007. – 276 с.
16. Ткаченко Е.И., Успенский Ю.П. Питание, микробиоценоз и интеллект человека. – СПб.: Спецлит, 2008. – 590 с.
17. Функциональные пищевые продукты. Введение в технологию / Доронин А.Ф., Ипатова Л.Г., Кочеткова А.А., Нечаев А.П., Хуршудян С.А., Шубина О.Г. – М.: ДеЛи принт, 2009. – 288 с.
18. Химический состав пищевых продуктов. Книга 2: Справочные таблицы / Под ред. И.М. Скурихина, М.Н. Волгарева; 2-е изд. –М.: ВО «Агропромиздат», 1987. – 360 с.