

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ВОСКРЕСЕНОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»**

**Программа**  
**развития и совершенствования организации школьного питания**  
**«Здоровое питание»**



**2023-2024 учебный год**

Утверждаю  
Директор МБОУ «Воскресеновская СОШ»  
\_\_\_\_\_ /Р.В. Чулаева/

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023г.

### ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

1. Наименование Программы.	Программа развития и совершенствования организации школьного питания «Здоровое питание» на 2023-2024 учебный год.
2. Основание для разработки Программы	Конвенция о правах ребенка; Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка»; Закон Российской Федерации «Об образовании» от 10.07.1992 г. №3266-1; СанПин 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к условиям обучения в ОУ»; Постановление главного санитарного врача РФ от 31.09.2006 года №30 «Об организации питания обучающихся в ОУ».
3. Разработчики Программы.	Ответственная по организации питания в МБОУ «Воскресеновская СОШ», классные руководители, повар.
4. Цель Программы.	Создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного здорового питания школьников, увеличение охвата обучающихся горячим питанием.

<p>5. Основные задачи Программы</p>	<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> </ul>
<p>6. Этапы и сроки реализации Программы.</p>	<p>2023 год - постановка целей, задач, разработка направлений реализации программы; 2023-2024 - реализация основных мероприятий направлений программы; 2024 год - мониторинг эффективности, анализ проблем, перспективное планирование на предстоящий период.</p>
<p>7. Объемы и источники финансирования.</p>	<p>-Федеральный бюджет; -Другие источники</p>
<p>8. Ожидаемые результаты реализации Программы.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> наличие пакета документов по организации школьного питания;</li> <li><input type="checkbox"/> обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;</li> <li><input type="checkbox"/> обеспечение доступности школьного питания;</li> <li><input type="checkbox"/> обеспечение гарантированного качества и безопасности питания и пищевых продуктов, используемых в питании;</li> <li><input type="checkbox"/> отсутствие среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;</li> <li><input type="checkbox"/> приведение материально-технической базы</li> </ul>

школьной столовой в соответствии с современными разработками и технологиями;

сохранение и укрепление здоровья школьников;

увеличение охвата горячим питанием школьников и работающих сотрудников школы, доведение его до 100%;

улучшение санитарно-гигиенического и эстетического состояния школьной столовой;

*Человеку нужно есть,  
Чтобы встать и чтобы сесть,  
Чтобы прыгать, кувыркаться,  
Песни петь, дружить, смеяться.  
Чтоб расти и развиваться  
И при этом не болеть,  
Нужно правильно питаться  
С самых юных лет уметь.*

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Здоровье детей и подростков в любом обществе, в любых экономических и политических условиях является актуальной проблемой и предметом первоочередной важности, так как этот фактор в значительной степени определяет будущее страны, генофонд нации, являясь при этом, наряду с другими демографическими показателями, чутким барометром развития страны, Питание может быть признано полноценным, если оно достаточно в количественном отношении и по качественному составу, а также покрывает энергетические затраты.

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

Одна из главных задач школы сегодня — помочь детям осознать ценность здоровья и значение здорового образа жизни для современного человека, сформировать ответственное отношение к собственному здоровью, Для того школьники должны узнать и, главное, принять для себя основные принципы здорового образа жизни, а это возможно только в результате серьезной кропотливой совместной работы педагогов, родителей и самого ребенка, Бесспорно, здоровье закладывается в детстве и формируется в юности. Соблюдение режима питания, витаминная обеспеченность, рациональное питание помогут школьникам избежать переутомления, повысить работоспособность и улучшить успеваемость.

Поэтому показателями здорового образа жизни школьника являются:  
оггимальный, соответствующий возрасту режим двигательной активности;  
соблюдение рационального режима дня, учебного труда и отдыха;  
правильно организованное питание: соблюдение научно обоснованного рациона, калорийности пищи и режима питания;  
соблюдение требований психогигиены: адекватная реакция на стрессовые ситуации, отсутствие чувства напряжения, страха, тоски;

соблюдение правил личной гигиены: гигиена тела, одежды, питания, сна, умственного и физического труда; отсутствие вредных привычек и пристрастий. Состояние здоровья определяется различными факторами: - наследственностью, внешней средой, а также одно из ведущих мест принадлежит фактору питания, Влияние питания на организм, в особенности на растущий, многогранно: оно не только обеспечивает гармоническое развитие и укрепляет общее состояние здоровья, но может повышать работоспособность и улучшать успеваемость школьников,

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

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

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

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

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

А между тем питание является важнейшим фактором здоровья человека, Это и послужило отправной точкой для создания Программы развития и совершенствования организации школьного питания «Здоровое питание», которая признана не только формировать у школьника рациональное отношение к собственному питанию, но и дать представление об основных принципах здорового образа жизни.

Программа разработана в соответствии с Федеральным законом «О качестве и безопасности пищевых продуктов» 29 — ФЗ, от 02.01.2000 санитарными нормами и правилами, утвержденными совместным постановлением Министерства образования РФ и Госсанэпидемнадзором:

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ «О введении в действие СанПиН 23,2, 1940-05 (вместе с Санитарно —эпидемиологическими правилами и нормативами «Организация детского питания» СанПиН 2.3 1940-05)

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ «О введение в действие санитарно — эпидемиологических правил и нормативов санпин 2,42, 1178-02»

Письмо Роспотребнадзора «О согласовании рационов питания»

(№0100/2717-07-032 о-г 19.03 2007 г.)

СанПин 2.3.2 560-96 «Гигиенические требования к качеству и безопасности продовольственного сырья и пищевых продуктов. Санитарные правила и нормы».  
СанПин 24.2.01[-98 «Гигиенические требования к организации питания детей и подростков школьного возраста в общеобразовательных учреждениях»,  
Программа развития и совершенствования организации школьного питания «Здоровое питание» обеспечивает основную концепцию, которой руководствуется школа в планировании, реализации и оценке мероприятий по пропаганде здоровья и здорового питания, В ней учитываются действия всех значимых членов школьного сообщества: обучающихся, педагогов, родителей, работников МБОУ «Воскресеновская СОШ».

Цель Программы развития и совершенствования организации школьного питания «Здоровое питание создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного здорового питания школьников, увеличение охвата обучающихся горячим питанием,

Задачи Программы развития и совершенствования организации школьного питания «Здоровое питание»:

- 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 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.



Утверждаю  
Директор МБОУ «Воскресеновская СОШ»  
\_\_\_\_\_ /Р.В.Чулаева/

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023г.

План мероприятий по реализации программы развития и совершенствования  
организации школьного питания  
« Здоровое питание»

**Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение  
участников реализации программы.**

Основные мероприятия	Ожидаемый результат	Сроки реализации	Исполнители
1. Организационные совещания: – порядок приема учащимися завтраков ; - оформление документов и постановка на бесплатное на питание; - график дежурств и обязанности дежурного учителя и учащихся в буфете	Разработка нормативно-правовой и технологической документации по организации школьного питания. Создание системы производственного контроля. Использование форм, обеспечивающих открытость информации об организации школьного питания.	Август – сентябрь ежегодно	Ответственная по питанию
2. Административное совещание по вопросам организации и развития школьного питания	Проведение школьных мероприятий по формированию навыков здорового питания	Сентябрь ежегодно	Администрация
3. Организация работы школьной комиссии по питанию	Проведение мероприятий по развитию культуры питания.	Ежемесячно	Администрация
4. Осуществление ежедневного контроля за работой буфета, проведение целевых		Ежедневно	Администрация

тематических проверок			
5.Совещание педагогического коллектива (вопрос педагогического совета) «Итоги работы школы в направлении организации питания и пропаганды правильного питания школьников»		Май 2024 г.	Ответственная по питанию
6. Родительское собрание «Правильное питание – здоровое питание»		Ноябрь 2024 г.	Классные руководители

### Методическое обеспечение, работа с педагогическим коллективом.

Основные мероприятия	Ожидаемый результат	Сроки реализации	Исполнители
<p>1. Организация консультаций для классных руководителей 1 -4 классов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- работа по выявлению малообеспеченных и социально незащищенных учащихся, подготовке документации, подтверждающей указанный статус.</li> <li>- культура поведения учащихся во время приема пищи,</li> <li>- соблюдение санитарно-гигиенических требований;</li> <li>- организация горячего питания – залог сохранения здоровья.</li> </ul>	<p>Высокий уровень просвещенности классных руководителей по вопросам организации рационального питания школьников.</p>	<p>Август – сентябрь ежегодно</p>	<p>Ответственная по питанию</p>
2. Обобщение и распространение	Представление опыта работы	Май 2024 г.	Классные

положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания, внедрению новых форм обслуживания учащихся	школы, педагогов, классных руководителей по вопросам организации питания		руководители
3. Информационное информирование участников программы, общественности о реализации основных направлений Программы	Оформление страницы на сайте школы «Питание». Участие родителей в праздниках, посвященных здоровому питанию.	ежегодно	Ответственная по питанию

### Работа по воспитанию культуры питания среди обучающихся.

Основные мероприятия	Ожидаемый результат	Сроки реализации	Исполнители
<p>I. Проведение классных часов по темам:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знакомство с понятием - питание.</li> <li>2. Знакомство с понятием – здоровый образ жизни.</li> <li>3. Взаимосвязь двух понятий: питание и здоровый образ жизни.</li> <li>4. Здоровый образ жизни. Режим дня младшего школьника.</li> <li>5. Составление и обсуждение режима дня младшего школьника.</li> <li>6. Обсуждение семейных традиций – здорового образа жизни.</li> <li>7. Осень –пора витаминов. Каждому овощу своё</li> </ol>	<p>Сформированная позиции 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</p>	<p>Январь 2024 г.</p> <p>Февраль 2024 г.</p> <p>Март 2024 г.</p> <p>Апрель 2024 г.</p> <p>Май 2024г.</p> <p>Сентябрь 2023г.</p> <p>Октябрь 2023г.</p>	<p>Классные руководители, мед. сестра школы</p>

<p>время.</p> <p>8. Что мы знаем о витаминах. Викторина</p> <p>9. Польза овощей. Конкурс загадок «Овощи. Фрукты».</p> <p>10. Как правильно питаться, если занимаешься спортом.</p> <p>11. Грибы съедобные и ядовитые</p> <p>12. Что готовят из грибов. Игра- практикум.</p> <p>13. Молоко и молочные продукты.</p> <p>14. Польза молока «Пейте, дети, молоко, будьте здоровы!»</p> <p>15. Праздник каши. Блюда разных народов.</p> <p>16. Где и как готовят пищу</p> <p>17. Эстетика питания и этикет за столом (игра – практика)</p> <p>18. Витамины. Их многообразие. Как правильно выбрать витамины?</p> <p>19. Витаминизированные напитки круглый год (выступление мед. Работника)</p> <p>20. Круглый стол – сладкоежки «за и против»</p> <p>21. Из чего состоит наша пища (белки, жиры, углеводы).</p> <p>22. Из чего можно сделать салат. Овощные салаты.</p> <p>23. Из чего можно сделать салат. Фруктовые салаты.</p>	<p>охвата учащихся горячим питанием.</p>	<p>Ноябрь 2023г.</p> <p>Декабрь 2023г.</p> <p>Январь 2024г.</p> <p>Февраль 2024г.</p> <p>Март 2024г.</p> <p>Апрель 2024г.</p> <p>Май 2024г.</p> <p>Сентябрь 2023г.</p> <p>Октябрь 2023г.</p> <p>Ноябрь 2023г.</p> <p>Декабрь 2023г.</p> <p>Январь 2024г.</p> <p>Февраль 2024г.</p> <p>Март 2024г.</p> <p>Апрель 2024г.</p> <p>Май 2024г.</p>	
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

<p>24. Овощи, ягоды и фрукты – самые полезные продукты</p> <p>25. Какую пищу можно найти в лесу</p> <p>26. Как хлеб на столе появился</p> <p>27. Игра-конкурс «Хлебопёки» Изделия из солёного теста</p>		<p>Сентябрь 2023г.</p> <p>Октябрь 2023г.</p> <p>Ноябрь 2023г.</p> <p>Декабрь 2023г.</p>	
<p>II. Школьные праздники и мероприятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Вкусные» частушки. Занятие – концерт.</li> <li>2. Праздник чая.</li> <li>3. Праздник «Хлеб – всему голова»</li> </ol>		<p>Май 2024 г.</p> <p>Апрель 2024 г.</p> <p>Ноябрь 2023 г.</p>	<p>Классные руководители, обучающиеся</p>
<p>III. Конкурс газет, плакатов, поделок среди учащихся.</p> <p>Моя семья – за здоровый образ жизни!</p> <p>Выставка тематических рисунков :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Здоровье на тарелке».</li> <li>2. «Моя кулинарная семья!»</li> <li>3. «Лесной маршрут».</li> </ol>		<p>Март 2024 г.</p> <p>Октябрь 2023 г.</p> <p>Октябрь 2023г.</p> <p>Октябрь 2023г.</p>	<p>Классные руководители, обучающиеся</p>

**Работа с родителями по вопросам организации школьного питания.**

Основные мероприятия	Ожидаемый результат	Сроки реализации	Исполнители
<p>1. Проведение классных родительских собраний по темам: - «Здоровая пища для всей семьи».</p>	<p>Улучшение осведомленности родителей в области рационального</p>	<p>Февраль 2024 г.</p> <p>Май 2024г.</p> <p>Ноябрь 2023г.</p>	<p>Классные руководители, мед. сестра школы</p>

<p>- «Учите детей быть здоровыми».</p> <p>- «Простые истины о здоровье и питании».</p>	<p>питания школьников.</p> <p>Участие родительского актива в контроле качества питания и уровня организации школьного питания.</p> <p>Увеличение количества обучающихся, питающихся за счет средств родителей.</p> <p>Вовлечение родителей к участию в школьных праздниках.</p>	<p>Февраль 2024г. Май 2024г. Ноябрь 2023г.</p> <p>Февраль 2024г. Май 2024г.</p>	
<p>2. Индивидуальные консультации медсестры школы «Рациональное питание школьника»</p>		<p>Сентябрь-апрель ежегодно</p>	<p>мед. сестра школы</p>
<p>3. Родительское собрание «Правильное питание – здоровое питание»</p>		<p>Март 2023 г.</p>	<p>Классные руководители, мед. сестра школы</p>

### Механизм реализации Программы

Производственный и общественный контроль за организацией питания:

Вид контроля	Структура, осуществляющая контроль
<p>Контроль за формированием рациона питания</p>	<p>-комиссия школы по контролю за организацией и качеством питания, ежемесячно</p>
<p>Контроль санитарно-технического состояния</p>	<p>-бракеражная комиссия школы,</p>

буфета	ежемесячно
Контроль сроков годности и условий хранения продуктов	- бракеражная комиссия школы, - сотрудник буфета
Контроль технологических процессов	- бракеражная комиссия школы
Контроль за санитарным содержанием и санитарной обработкой предметов производственного окружения	- бракеражная комиссия школы, - сотрудник буфета
Контроль за состоянием здоровья, соблюдением правил личной гигиены персонала, гигиеническими знаниями и навыками	- медицинские осмотры, ежегодно
Приемочный производственный контроль	- бракеражная комиссия, ежедневно
Контроль за приемом пищи	-классные руководители ежедневно; - бракеражная комиссия

Утверждаю  
Директор МБОУ «Воскресеновская СОШ»  
\_\_\_\_\_ /Р.В.Чулаева/

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023г.

### План работы школьной комиссии

#### по контролю и качеством питания школы

№ п/п	Мероприятия	сроки
1	Проверка десятидневного меню.	Сентябрь
2	Проверка целевого использования продуктов питания и готовой продукции.	Ежедневно
3	Проверка соответствия рациона питания согласно утвержденному меню.	Ежедневно
4	Организация просветительской работы.	Октябрь, апрель
5	Анкетирование обучающихся и их родителей по питанию.	В течении года
6	Проверка за горячим питанием в столовой.	Ежедневно
7	Проверка табелей питания.	Ежемесячно
8	Разработка наглядной агитации по здоровому питанию.	Ноябрь, февраль, апрель



## **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;
- Выполнять рекомендации классных руководителей и медработников по питанию в семье.

5. Обязанности обучающихся:

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

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

- сохранение и укрепление здоровья при стабильных результатах обучения;
- повышение приоритета здорового питания;
- повышение мотивации к здоровому образу жизни;
- поддержка родителями деятельности школы по воспитанию здоровых детей;
- улучшение состояния здоровья детей по показателям заболеваний, зависящих от качества потребляемой пищи;
- повышение качества и безопасности питания учащихся; - обеспечение всех обучающихся питанием;
- обеспечение льготным питанием детей из социально-незащищенных семей.

## ***Заключение.***

Содержание программы позволяет осуществить связь со всеми предметами, изучаемыми в школе: русским языком (работа с текстами, затрагивающими тематику питания); математикой (эффективным средством формирования умений и навыков сохранения и укрепления здоровья являются задачи со здоровьесберегающим содержанием); окружающим миром; литературным чтением, ИЗО (рисунки, роспись посуды), технологией (изготовление муляжей фруктов и овощей) и других. Формированию представлений об основах культуры питания способствует не только система воспитательной внеурочной работы, но и через образовательный процесс, включающий уроки русского языка, математики, окружающего мира, литературного чтения, ИЗО, технологии. Всё это открывает дополнительные возможности для развития обучающихся, позволяя применять в новых условиях знания, умения, навыки, приобретённые на других уроках. Интерес к проблеме правильного питания, отношение к ней в значительной степени обуславливается психологическим климатом семьи. Работа с родителями начинается с установления контакта с семьёй, выработки согласованных действий и единых требований. Учитывая тот факт, что дети и подростки первую половину дня находятся в школе и питание в школе должно составлять 60% - 70% ежедневного рациона обучающихся, качество и эффективность школьного питания становятся важными факторами сохранения интеллектуального капитала и здоровья подрастающего поколения. Таким образом, такое содержание программы по формированию у детей основ культуры питания позволяет подвести детей к пониманию того, что составляющей здорового образа жизни является правильное питание. Проведённые беседы, экскурсии, занятия, конкурсы, праздники для детей, встречи с родителями, консультации и рекомендации для них, помогли в интересной и увлекательной форме окунуться к истории, сути и актуальности вопроса о правильном питании.

***Питайтесь правильно и будьте здоровы!***