

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Лицей» р.п. Земетчино

Принята
на педагогическом совете
Протокол № 1
от «29» августа 2024 г.

Утверждаю:

Директор МБОУ «Лицей»
р.п. Земетчино



О.А.Панькина

Приказ №182-А
от «2» сентября 2024 г.

Программа
развития и совершенствования
организации
школьного питания
«Здоровое питание»

Земетчино
2024-2027 г.

Содержание Программы

| | |
|---|------------|
| 1. Паспорт Программы «Здоровое питание» | Стр. 3-5 |
| 2. Обоснование актуальности программы по развитию и совершенствованию организации школьного питания | Стр. 5-7 |
| 3. Характеристика Программы: цель; задачи; принципы | Стр. 7-10 |
| 4. План мероприятий по реализации программы развития и совершенствования организации школьного питания «Здоровое питание» | Стр. 10-15 |
| 5. Характеристика ресурсов Программы: | Стр. 16-17 |
| 6. Механизм реализации Программы | Стр. 17-20 |
| 7. Мониторинг результативности реализации программы | Стр. 21-22 |
| 8. Приложение № 1. Анкеты для родителей, обучающихся и педагогов. | Стр. 23-27 |

I. Паспорт программы «Здоровое питание»

| | |
|------------------------------------|---|
| Наименование Программы | Программа развития и совершенствования организации школьного питания «Здоровое питание» на 2024-2027 годы |
| Основание для разработки Программы | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Конвенция о правах ребенка; ➤ Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка»; ➤ Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; ➤ 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 учащихся в ОУ»; ➤ Федеральный закон от 1 марта 2020 г. № 47-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон "О качестве и безопасности пищевых продуктов" и статью 37 Федерального закона "Об образовании в Российской Федерации" 2 марта 2020 Принят Государственной Думой 18 февраля 2020 года. Одобрен Советом Федерации 26 февраля 2020 год; ➤ Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 30 июня 2020 года N 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)" ; ➤ Методические рекомендации от 18.05.2020 г. 2.4. 0179-20 «Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций»; ➤ Методические рекомендации от 18.05.2020 г. 2.4. 0180-20 «Родительский контроль за организацией горячего питания детей в общеобразовательной организации» |
| Разработчики Программы | Ответственная по организации питания в МБОУ «Лицей» р.п. Земетчино, классные руководители, работники столовой лицея. |
| Основные исполнители Программы | Администрация, педагогический коллектив, работники столовой лицея, родители. |

| | |
|--|--|
| Цель Программы | <ul style="list-style-type: none"> - Обеспечение качественным питанием обучающихся лица при сохранении его доступности; - формирование общей культуры правильного питания; - совершенствование системы организации питания в образовательном учреждении, способствующих формированию здорового образа жизни у школьников и навыков рационального здорового питания; - разработка и реализация комплексной системы мероприятий направленных на обучение сохранения и укрепления, формирования культуры и навыков здорового питания обучающихся; - воспитание личности, ответственной за свое здоровье и здоровье окружающих. |
| Основные задачи Программы | <ul style="list-style-type: none"> - Пропаганда здорового питания (проведение классных часов, конкурсов, лекций, дискуссий); - формирование у детей и родителей потребности правильного питания как неотъемлемой части сохранения и укрепления здоровья; - формирование навыков здорового питания через систему воспитательной работы лица; - внедрение современных методов мониторинга состояния питания. |
| Основные направления Программы | <ul style="list-style-type: none"> - Организация и регулирование школьного питания; - формирование навыков здорового питания у обучающихся и их родителей; - укрепление материально-технической базы столовой лица; - повышение квалификации персонала. |
| Этапы реализации Программы | <p>2024-2025 г. – постановка целей, задач, разработка направлений реализации программы;</p> <p>2025-2026 г. – реализация основных мероприятий направлений программы;</p> <p>2026-2027 г. – мониторинг эффективности, анализ проблем, перспективное планирование на предстоящий период.</p> |
| Источники финансирования | <p>Средства бюджета.</p> <p>Родительские средства.</p> |
| Ожидаемые результаты реализации, индикаторы успешности Программы | <ul style="list-style-type: none"> - Увеличение количества детей, питающихся в столовой лица за счет родительской доли до 100%; - организация правильного, сбалансированного питания детей с учетом их возрастных особенностей; - оказание социальной поддержки отдельным категориям обучающихся; - обеспечение обучающихся необходимыми пищевыми веществами, качественным и количественным составом рациона питания и ассортиментом продуктов, используемых в питании; |

| | |
|---|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> - формирование навыков здорового питания у обучающихся и их родителей; - улучшение качества питания школьников и обеспечение его безопасности; - развитие системы мониторинга состояния здоровья обучающихся; - развитие механизма координации и контроля в системе школьного питания; - изменение имиджа столовой лицея и качества обслуживания; превращение столовой в место, привлекательное для обучающихся; - укрепление материально-технической базы столовой лицея. |
| Организация контроля за исполнением Программы | <ul style="list-style-type: none"> - Общественный контроль за организацией и качеством питания школьников со стороны бракеражной комиссии, родительского комитета лицея; - информирование общественности о состоянии школьного питания на сайте и в группе лицея «ВКонтакте». - информирование родителей. |

II. Обоснование актуальности программы по развитию и совершенствованию организации школьного питания

Значительное число современных проблем в системе общего образования, связано с негативной динамикой здоровья детей. Особую тревогу вызывает сам характер нарушений, которые часто являются следствием перенапряжения детского организма в процессе адаптации к качеству образовательной среды. Такие нарушения получили название «школьной патологии». Специалисты отмечают, что «школьные патологии» проявляются в развитии опорно – двигательной, пищеварительной, сердечно – сосудистой систем, ростом нервно – психических заболеваний, болезней органов дыхания, зрения. Вследствие этого наблюдается общее снижение уровня психологической комфортности у детей и как общее проявление – отрицательная динамика социальной активности, что проявляется в инертности в учебной и трудовой деятельности, а нередко ведёт к неадекватному и даже агрессивному поведению.

Необходимость серьёзно заниматься формированием культуры здоровья в системе общего образования, обусловлена рядом объективных причин:

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

Рациональное питание обучающихся – одно из условий создания здоровьесберегающей среды в общеобразовательном учреждении, снижения отрицательных эффектов и последствий функционирования системы образования. Недостаточное поступление питательных веществ в детском возрасте отрицательно сказывается на показателях физического развития, заболеваемости, успеваемости, способствует проявлению обменных нарушений и хронической патологии.

На современном этапе развития человеческого общества такие универсальные ценности, как жизнь и здоровье человека, приобретают особое значение. С одной стороны, потому, что они являются «структурообразующими факторами социальности», с другой - потому, что мы должны немедленно восстановить адекватное отношение к ним у подрастающего поколения. За фразой «школьное питание» стоит здоровье наших детей. По данным валеологов, болезни органов пищеварения у детей и подростков занимают 3-е место. Поэтому важным фактором сохранения здоровья учеников является организация правильного питания не только дома, но и в школе. Специалисты считают, что ухудшение здоровья детей связано с неполноценным питанием, гиповитаминозами, химическими загрязнениями окружающей среды, отсутствием навыков и привычек здорового образа жизни.

Школьник должен расти здоровым, физически крепким, всесторонне развитым и выносливым. Из всех факторов внешней среды, оказывающих влияние на его физическое и нервно-психическое развитие, питание занимает ведущее место. Поэтому еще с раннего детства важно обеспечить полноценное и правильно организованное питание, являющееся залогом его здоровья. Всякое нарушение питания, как количественное, так, еще в большей мере, и качественное, отрицательно влияет на здоровье детей. Особенно вредны для организма нарушения питания в период наиболее интенсивного роста ребенка. Организм школьника постоянно расходует много энергии. Эта энергия необходима ему для деятельности сердца, легких и других внутренних органов, для поддержания постоянной температуры тела. Учебные занятия, чтение, просмотр телевизионных передач также требуют расхода определенного количества энергии. С особенно большими энергетическими затратами связана работа, сопровождаемая сокращением мышц: движения, игры, занятия спортом, различные трудовые процессы. Основным источником энергии служит пища. Наряду с этим пища является «строительным материалом», необходимым для роста и развития организма.

Очевидно, что процесс обучения в школе не должен строиться за счет ресурсов здоровья ребенка, а должен быть направлен на сохранение и устранение нарушений в состоянии здоровья детей.

Рациональное питание обучающихся - одно из условий создания здоровьесберегающей среды в общеобразовательных учреждениях, снижения отрицательных эффектов и последствий функционирования системы образования. Недостаточное поступление питательных веществ в детском возрасте отрицательно сказывается на показателях физического развития, заболеваемости, успеваемости, способствует проявлению обменных нарушений и хронической патологии. В Законе Российской Федерации "Об образовании" сохранена обязанность образовательного учреждения организовывать питание обучающихся, выделять помещение для питания детей, предусматривать перерыв достаточной продолжительности.

Школа представляет собой жизненно важную среду, используя которую можно оказывать влияние на процесс правильного питания и формировать у школьников верные навыки и стереотипы в данном вопросе. В школе существуют эффективные возможности, для проведения работы по охране здоровья и здоровому питанию. Именно школьный возраст является тем периодом, когда происходит основное развитие ребенка и формируется образ жизни, включая тип питания.

Организованное школьное питание регламентируется санитарными правилами и нормами, и поэтому в значительной степени удовлетворяет принципам рационального питания. Недостатком в организации питания школьников является составление меню с учетом не столько физиологической потребности детей в биологически ценных веществах, сколько с учетом стоимости продуктов, хотя в последнее время данная практика преодолевается. Хотя по-прежнему существует противоречие между низкой ценой школьного питания и желанием соответствия установленным нормативам питания детей.

Многие обучающиеся имеют слабое представление о правильном питании как составляющей части здорового образа жизни. Основные проблемы питания школьников связаны с нарушением режима питания вне стен школы, злоупотреблением чипсами, фаст-фудами, сухариками, конфетами, шоколадными батончиками и т.д. Обычно это связано с недостаточной информированностью и/или попустительством со стороны родителей. Нужно объяснить ребенку, как питание важно для него и его организма. Чтобы учиться хорошо, надо хорошо кушать. А организация полноценного питания во всех школах должна стать приоритетным направлением деятельности школы.

Среди факторов, влияющих на здоровье детей в школе, отмечены следующие:

- Уровень учебной нагрузки на организм обучающихся.
- Состояние лечебно – оздоровительной работы в школе.
- Состояние внеурочной воспитательной работы в школе.

Остается актуальной задача улучшения качества, разнообразия блюд и безопасности питания детей школьного возраста. Для решения этой задачи и была разработана Программа, которая предполагает, что правильно организованное питание, несомненно, поможет сохранять здоровье школьников.

III. Характеристика Программы

Цели программы:

- Обеспечение качественным питанием обучающихся лица при сохранении его доступности;
- формирование общей культуры правильного питания;
- совершенствование системы организации питания в образовательном учреждении, способствующих формированию здорового образа жизни у школьников и навыков рационального здорового питания;
- разработка и реализация комплексной системы мероприятий направленных на обучение сохранению и укреплению, формированию культуры и навыков здорового питания обучающихся;
- воспитание личности, ответственной за свое здоровье и здоровье окружающих.

Для реализации цели необходимо решить следующие задачи:

- Пропаганда здорового питания (проведение классных часов, конкурсов, лекций, дискуссий)
- Формирование у детей и родителей потребности правильного питания как неотъемлемой части сохранения и укрепления здоровья.
- Формирование навыков здорового питания через систему воспитательной работы лица и работу с родителями.
- Внедрение современных методов мониторинга состояния питания.
- Обеспечения качественного, сбалансированного питания детей.
- Разработка и внедрение новых форм организации горячего питания.

- Дальнейшее совершенствование материально-технологического оборудования столовой лицея.
- Снижение заболеваемости обучающихся за счёт внедрения полноценного рационального питания школьников;
- Формирование культуры питания и самообслуживания.

Ожидаемые конечные результаты

Выполнение Программы "Здоровое питание" позволит лицее достигнуть следующих результатов:

- Увеличить количество детей, питающихся в столовой лицея за счет родительской доли до 100%;
- организовать правильное, сбалансированное питание детей с учетом их возрастных особенностей;
- оказывать социальную поддержку отдельным категориям обучающихся;
- обеспечить обучающихся необходимыми пищевыми веществами, качественным и количественным составом рациона питания и ассортиментом продуктов, используемых в питании;
- сформировать навыки здорового питания у обучающихся и их родителей;
- улучшить качество питания школьников и обеспечить его безопасность;
- развить систему мониторинга состояния здоровья обучающихся;
- развить механизмы координации и контроля в системе школьного питания;
- изменить имидж столовой лицея и качество обслуживания; превратить столовую в место, привлекательное для обучающихся;
- укрепить материально-техническую базу столовой лицея.

В перспективе организация рационального питания школьников может позволить достичь следующих основных целей:

- Рост учебного потенциала детей;
- улучшение состояния здоровья школьников, уменьшение случаев ожирения, дистрофии и других заболеваний, связанных с питанием, а в перспективе - улучшение репродуктивного здоровья;
- снижение риска развития сердечно-сосудистых, эндокринных, желудочно-кишечных заболеваний в период обучения в лицее и в течение дальнейшей жизни;
- улучшение успеваемости школьников;
- повышение общего культурного уровня школьников.

Составив и реализовав программу санитарного просвещения в области рационального питания, можно предотвратить нерациональность диетологических привычек школьников, приводящую к развитию ряда заболеваний.

Программа питания предполагает реализацию следующих принципов:

- Питание является одним из важнейших факторов определяющих здоровье детей. Способствует профилактике заболеваний, повышению успеваемости, физическому и умственному развитию, создаёт условия для адаптации подрастающего поколения к окружающей среде.
- Демократизация управления: реализация неотъемлемых прав каждого субъекта (учеников, родителей, педагогов, специалистов) организации питания.
- Компетентный подход к требованию, а именно обучению детей знаниям об основах здорового питания и здорового образа жизни.

Вышеперечисленные принципы, лежащие в основе построения Программы, сориентированы на личность ребёнка, на создание в лицее условий для сохранения и укрепления здоровья детей, на свободное сотрудничество педагогов, воспитателей, семьи на целенаправленное взаимодействие, обеспечивающее совершенствование организации питания.

Сроки и стратегия реализации Программы – 2024-2027 годы.

1 этап Базовый – 2024-2025 год:

- анализ нынешнего состояния;
- планирование реализации основных направлений программы;
- создание условий реализации программы;
- начало реализации программы.

2 этап Основной – 2025-2026 год:

- 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 – 2026-2027 год:

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

Основные направления реализации Программы

1. Организация и регулирование школьного питания :

- развитие системы мониторинга состояния здоровья обучающихся, обеспечения их необходимыми пищевыми веществами, качественным и количественным составом рациона питания и ассортиментом продуктов, используемых в питании;
- развитие механизмов координации и контроля в системе школьного питания;
- организация правильного, сбалансированного питания детей с учетом их возрастных особенностей;
- обеспечение доступности, безопасности и эффективности школьного питания;
- оказание социальной поддержки отдельным категориям обучающихся;

- использование разных форм и методик организации питания.

2. Формирование навыков здорового питания у обучающихся и их родителей.

- Пропаганда здорового питания (проведение игр, конкурсов, лекций, акций, классных часов, КТД)
- Пропаганда здорового питания на родительских собраниях. Проведение "Правильное питание - неотъемлемая часть сохранения и укрепления здоровья".
- Проведение презентации классных собраний на тему "Рациональное питание" в начальной школе.
- Проведение классного часа (1 раз в месяц) на тему горячего питания, охраны здоровья, активного образа жизни.
- Пропаганда здорового питания (проведение игр, конкурсов, лекций).
- Создание системы поэтапного формирования компетентностей обучающихся по вопросам здорового питания.

3. Укрепление материально-технической базы столовой лицея предусматривает:

- Совершенствование дизайна столовой лицея.
- Оснащение недостающим технологическим оборудованием столовой.

4. Повышение квалификации персонала предусматривает:

- повышение профессионального уровня специалистов в области школьного питания через систему повышения квалификации курсы повышения квалификации;
- участие в профессиональных смотрах и конкурсах;
- проведение бесед, классных часов, конкурсов, выставок, презентаций школьных обедов для родителей и обучающихся.

Школьная программа направлена на формирование навыков рационального питания - один из наиболее выгодных путей инвестирования в дело укрепления здоровья нации в целом.

IV. 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 обучающимися завтраков; - оформление документов и постановка на бесплатное на питание; | Разработка нормативно-правовой и технологической документации по организации школьного питания. | Август – сентябрь ежегодно | Ответственный за питание |

| | | | |
|--|--|-------------------|--------------------------|
| - график дежурств и обязанности дежурного учителя и обучающихся в столовой | Создание системы производственного контроля. Использование форм, обеспечивающих открытость информации об организации школьного питания. | | |
| 2. Административное совещание по вопросам организации и развития школьного питания | Проведение школьных мероприятий по формированию навыков здорового питания | Сентябрь ежегодно | Администрация лицея |
| 3. Организация работы школьной комиссии по питанию | Проведение мероприятий по развитию культуры питания. | Ежемесячно | Администрация лицея |
| 4. Осуществление ежедневного контроля за работой столовой, проведение целевых тематических проверок | | Ежедневно | Администрация лицея |
| 5. Совещание педагогического коллектива (вопрос педагогического совета) «Итоги работы лицея в направлении организации питания и пропаганды правильного питания школьников» | | Май 2025 г. | Ответственный за питание |
| 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 |
|---|---|----------------------------|--------------------------|
| 1. Организация консультаций для классных руководителей 1 -4 классов: - работа по выявлению малообеспеченных и социально незащищенных обучающихся, подготовке документации, подтверждающей указанный статус; | Высокий уровень просвещенности классных руководителей по вопросам организации рационального питания школьников. | Август – сентябрь ежегодно | Ответственный за питание |

| | | | |
|---|---|-------------|--------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> - культура поведения обучающихся во время приема пищи; - соблюдение санитарно-гигиенических требований; - организация горячего питания – залог сохранения здоровья. | | | |
| 2. Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания, внедрению новых форм обслуживания обучающихся | Представление опыта работы лица, педагогов, классных руководителей по вопросам организации питания | Май 2025 г. | Классные руководители |
| 3. Информационное информирование участников программы, общественности о реализации основных направлений Программы | Оформление страницы на сайте лица «Питание». Участие родителей в праздниках, посвященных здоровому питанию. | ежегодно | Ответственный за питание |

• **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"> 1. Знакомство с понятием - питание. 2. Знакомство с понятием – здоровый образ жизни. 3. Взаимосвязь двух понятий: питание и здоровый образ жизни. 4. Здоровый образ жизни. Режим дня младшего школьника. 5. Составление и обсуждение режима дня младшего школьника. | <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.</p> | <p>сентябрь 2024 г.</p> <p>октябрь 2024 г.</p> <p>ноябрь 2024 г.</p> <p>декабрь 2024 г.</p> <p>январь 2025 г.</p> | <p>Классные руководители,</p> <p>Медицинские работники лица</p> |

| | | | |
|--|--|--|--|
| <p>6. Обсуждение семейных традиций – здорового образа жизни.</p> <p>7. Осень –пора витаминов. Каждому овощу своё 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. Что готовят из грибов. Игра-практикум.</p> <p>12. Польза молока «Пейте, дети, молоко, будьте здоровы!»</p> <p>13. Праздник каши. Блюда разных народов.</p> <p>14. Эстетика питания и этикет за столом (игра – практика)</p> <p>15. Круглый стол – сладкоежки «за и против»</p> <p>16. Из чего состоит наша пища (белки, жиры, углеводы).</p> <p>17. Из чего можно сделать салат. Овощные салаты.</p> <p>18. Овощи, ягоды и фрукты – самые полезные продукты</p> <p>19. Как хлеб на столе появился. Игра-конкурс «Хлебопёки».</p> | | <p>февраль 2025 г.</p> <p>Октябрь 2024 г.</p> <p>март 2025 г.</p> <p>апрель 2025 г.</p> <p>май 2025 г.</p> <p>сентябрь 2025 г.</p> <p>октябрь 2025 г.</p> <p>ноябрь 2025 г.</p> <p>декабрь 2025 г.</p> <p>январь 2026 г.</p> <p>февраль 2026 г. март 2026 г.</p> <p>апрель 2026 г.</p> | |
|--|--|--|--|

| | | | |
|---|--|--|---|
| Изделия из солёного теста | | май 2026 г. | |
| <p>II. Школьные праздники и мероприятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Вкусные» частушки. Занятие – концерт. 2. Праздник чая. 3. Праздник «Хлеб – всему голова» | | <p>сентябрь 2024 г.</p> <p>март 2025 г.</p> <p>ноябрь 2024 г.</p> | Классные руководители |
| <p>III. Конкурс газет, плакатов, поделок среди обучающихся.</p> <p>«Моя семья – за здоровый образ жизни!»</p> <p>Выставка тематических рисунков :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Здоровье на тарелке» 2. «Моя кулинарная семья!» 3. «Лесной маршрут» | | <p>март 2025 г.</p> <p>октябрь 2024 г.</p> <p>октябрь 2025 г.</p> <p>октябрь 2026 г.</p> | Классные руководители |
| IV. Конкурс стихов о здоровом питании (онлайн) | | февраль-март 2025 г. | Классные руководители |
| V. Конкурс проектов «Рецепт моей семьи» в рамках внеурочной деятельности | | март 2026 г. | Классные руководители |
| VII. Конкурс рефератов «Полезные напитки». | | май 2026 г. | Классные руководители |
| VIII. Праздник Урожая. | | октябрь 2026 г. | Классные руководители, родительский комитет |
| IX. Беседа с презентацией «Вода и здоровье». | | декабрь 2026 г. | Классные руководители |

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

| Основные мероприятия | Ожидаемый результат | Сроки реализации | Исполнители |
|--|--|--|--|
| <p>1. Проведение классных родительских собраний по темам:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Здоровая пища для всей семьи». - «Учите детей быть здоровыми». - «Простые истины о здоровье и питании». | <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>Увеличение количества обучающихся, питающихся за счет средств родителей.</p> <p>Вовлечение родителей к участию в лицейских праздниках.</p> | <p>сентябрь 2024 г. май 2025 г. ноябрь 2025 г.</p> <p>февраль 2026 г. май 2026 г. ноябрь 2026 г.</p> <p>февраль 2027 г. май 2027 г. ноябрь 2027 г.</p> | <p>Классные руководители, Медицинские работники лица</p> |
| 2. Индивидуальные консультации медицинских работников «Рациональное питание школьника» | | сентябрь-апрель ежегодно | Медицинские работники лица |
| 3. Родительское собрание «Правильное питание – здоровое питание» | | декабрь 2024 г. | Классные руководители, медицинские работники |

- **Укрепление и модернизация материальной базы помещений столовой, расширению сферы услуг для обучающихся и родителей**

| Основные мероприятия | Ожидаемый результат | Сроки реализации | Исполнители |
|---|--|--------------------|-----------------------|
| 1. Улучшение материально-технической базы, совершенствование эстетической среды столовой лица | <p>1. Замена технологического оборудования</p> <p>2. Приобретение посуды и столовых приборов</p> <p>3. Продолжение создания эстетической среды столовой лица</p> | Ежегодно | Администрация лица |
| 2. Разработка новых блюд, изделий, их внедрение в систему школьного питания | 1. Расширение ассортимента перечня блюд | Август ежегодно | Работники столовой |

V. Характеристика ресурсов Программы

Материальные ресурсы

В лицее имеются укомплектованные технологическим оборудованием и мебелью

- медицинский кабинет;
- раздаточная;
- столовая.

Кадровые ресурсы:

Непосредственно в процессе реализации программы будут задействованы:

- повара;
- медицинские работники;
- организатор питания;
- классные руководители;
- уборщик служебных помещений;

председатель школьной комиссии по организации питания (представитель администрации)

Нормативно - методические ресурсы

1. Нормативно-методические документы:

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

2. Технические документы:

— прочая производственная документация по вопросам технологии и санитарно-противоэпидемического режима (приказы, инструкции, положения и т.п.).

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

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

5. Договоры или контракты (государственные контракты) с поставщиками товаров и услуг:

- на транспортное обеспечение (транспортные услуги), включая предоставление охлаждаемого транспорта;
- на поставку моющих и дезинфицирующих средств;
- на проведение дезинфекции и дератизации;
- на обслуживание холодильного, торгово-технологического, санитарно-технического (в т.ч. вентиляционного) оборудования, стоящего на балансе;
- на вывоз твердых бытовых отходов;

- на проведение поверки весоизмерительного оборудования;

6. *Документы количественного учета пищевых продуктов, сырья, материалов и т.п., а также товарно-транспортные документы (накладные).*

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

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

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

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

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

- документация, регламентирующая порядок структуру и функции в системе производственного контроля и ее элементов, а также порядок его осуществления (программа производственного контроля, приказы, положения и т.п.);

12. *Документы с информацией для потребителей:*

- ежедневное меню;

- информация об исполнителе услуг, прочая информация об услугах по производству и организации потребления продукции общественного питания.

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

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

VI. Механизм реализации Программы

Производственный и общественный контроль за организацией питания:

| Вид контроля | Структура, осуществляющая контроль |
|--|---|
| Контроль за формированием рациона питания | -комиссия школы по контролю за организацией и качеством питания, ежемесячно |
| Контроль санитарно-технического состояния столовой | -бракеражная комиссия лица, ежемесячно |

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

Основные мероприятия Программы «Здоровое питание».

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

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

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

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

1. Задачи администрации лицея:

- составление расписания занятий с обеспечением необходимого режима питания;
- организация питания школьников;
- обеспечение порядка в лицее;
- контроль культуры принятия пищи;
- контроль проведения воспитательной работы со школьниками по привитию навыков культуры приема пищи.

2. Обязанности работников столовой:

- составление меню 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:

- привитие навыков культуры питания в семье;
- выполнение рекомендаций классных руководителей и медработников по питанию в семье.

5. Обязанности обучающихся:

- соблюдение правил культуры приема пищи;
- дежурство по столовой;
- участие в конкурсах, смотрах по теме «Здоровое питание».

Создание условий для организации правильного и здорового питания

| Мероприятия | Сроки | Ответственные |
|--|---------------------|---------------|
| Замена старого электрооборудования. | по текущему графику | Директор |
| Согласование расстановки оборудования с Роспотребнадзором. | по текущему графику | Директор |
| Замена сантехнического оборудования. | по текущему графику | Директор |

| | | |
|---|---------------------------|-----------------------------|
| Косметический ремонт столовой | ежегодно | Директор |
| Установка нового оборудования | по текущему графику | Директор |
| Обеспечение моющими средствами соответствующими санитарным требованиям | постоянно | Директор |
| Анкетирование родителей, обучающихся и педагогов по вопросам питания | Октябрь 2024, май 2025 г. | Заместитель директора по ВР |
| В межсезонье для профилактики заболевания гриппом, ОРЗ и ОРВИ ввести дозированно-витаминизированные чаи из шиповника, ромашки, липы и т.д. или витаминизировать третьи блюда | постоянно | Работники столовой |
| Разработать Положение и провести конкурс на лучший дизайн-проект эстетического оформления школьной столовой | до 15.05. 25 г | Заместитель директора по ВР |
| Оформить информационный стенд в столовой «Уголок потребителя» | до 30.09.24 г. | Ответственный за питание |
| Проведение Дней открытых дверей для родителей и общественности с дегустацией школьного питания | ежегодно в декабре | Администрация лицея |
| Своевременная подготовка к новому учебному году в соответствии с требованиями действующего законодательства, в том числе санитарными правилами и нормами | 2024-2027 гг. | Администрация лицея |
| Проведение совещаний по проблеме организации школьного питания и мерах по взаимодействию структур, его обеспечивающих | ежеквартально | Администрация лицея |
| Информационная, воспитательная работа по привитию культуры питания и пропаганде здорового образа жизни: анкетирование обучающихся, родителей и педагогов с последующим анализом результатов и осуществление мероприятий по совершенствованию организации питания | 2024-2027 гг. | Администрация лицея |

VII. Мониторинг эффективности реализации программы

Целевые индикаторы и показатели:

| Индикаторы, показатели | 2022 г. | 2023 г. | 2024 г. |
|--|-----------------------------|--|---------------------|
| Удельный вес школьников, обеспеченных организованным горячим питанием, в процентах к общему количеству обучающихся | 100 % | 100 % | 100 % |
| Увеличение количества родителей, участвующих в школьных мероприятиях по здоровому питанию | 25 % | 30 % | 50 % |
| Изменение эстетического вида обеденного зала | Комплексный ремонт столовой | Приобретение мебели для столового зала | Приобретение посуды |

Основная цель деятельности, связанной с формированием полезных привычек и навыков в области правильного питания, заключается в укреплении здоровья ребенка, эффективность работы в данном случае не может определяться по изменениям в состоянии здоровья школьников, изменениям уровня распространенности заболеваний.

Здоровье - сложное, многоаспектное явление, зависящее от множества причин и факторов, имеющих различную природу - биологических, экономических, культурных, политических и т.д.

В качестве основного параметра эффективности работы образовательного учреждения по воспитанию основ культуры питания предлагаем рассматривать создание комплекса условий, в которых происходит формирование социальных компетенций, связанных с рациональным питанием (система представлений, оценок, навыков). В свою очередь, в структуре комплекса выделяется две составляющих: организация целенаправленного воспитательного воздействия, обеспечивающего формирование социальных компетенций, и определенная организация среды социального развития школьника, в которой формируемые знания, оценки и навыки были бы востребованы.

Определение эффективности осуществляется в ходе специальной оценочной процедуры, которая должна являться обязательным этапом деятельности, связанной с формированием основ культуры питания. Оценка эффективности выполняет целый ряд важных задач:

- диагностики - определение сферы и характера изменений, вызванных воспитательными воздействиями;
- коррекции - изменения в содержании и структуре реализуемой программы, связанной с формированием основ культуры питания с целью ее оптимизации;
- прогноза - планирования новых этапов реализации с учетом достигнутого.

Общая оценка эффективности деятельности по формированию основ культуры здоровья, культуры здорового питания формируется из оценки организации процесса воспитания и оценки результатов профилактики.

При оценке характера организации деятельности по формированию основ культуры питания выявляется степень его соответствия основным принципам :

- системность педагогического воздействия,
- комплексность педагогического воздействия,
- возрастная и социокультурная адекватность (содержание, формы и методы педагогического воздействия учитывают особенности конкретной возрастной группы, формируемые знания и умения имеют актуальную значимость для ребенка или подростка, востребованы в его повседневной жизни),
- участие семьи.

При оценке результатов педагогического воздействия определяются изменения в социальных компетенциях, нормативных представлениях и установках школьников, способных влиять на их поведение, связанное с питанием, а также изменения характеристик ситуации социального развития школьников, связанных с питанием (изменение режима и рациона питания в семье, изменение отношения семьи к вопросам питания).

При оценке эффективности воспитательной работы по формированию основ культуры питания соблюдаются следующие условия:

- регулярность (процедура оценки проводится по завершении этапа работы, связанного с достижением определенных целей);
- целесообразность (организацию процедуры оценки следует планировать с учетом сроков, необходимых для достижения тех или иных конкретных результатов. Слишком короткие или слишком продолжительные сроки не позволяют определить реальный вклад воспитательной работы в формирование основ культуры питания);
- объективность (оцениваются характеристики и факторы, непосредственно формируемые или изменяемые в ходе воспитательной работы, - знания, оценки, навыки).

Оценка эффективности может быть внутренней и внешней. Внутренняя оценка осуществляется непосредственными участниками, реализующими программы формирования основ культуры питания в образовательном учреждении. Для внешней оценки привлекаются специалисты-эксперты, не принимающие непосредственного участия в реализации программ.

В качестве оценки эффективности деятельности по формированию основ культуры питания может быть приведено анкетирование (Приложение 1)

Приложение № 1

1. Анкеты для родителей.

Анкета для родителей №1.

Уважаемые родители!

Мы просим вас принять участие в исследовании, цель которого - оценить эффективность программы обучения детей правильному питанию. Ваши ответы помогут нам в дальнейшем усовершенствовать ее содержание и формы реализации.

1. Как вы оцениваете значение питания для здоровья вашего ребенка:

- Очень высокое (здоровье ребенка очень сильно зависит от его питания).
- Высокое (здоровье ребенка зависит от его питания).
- Среднее (здоровье ребенка скорее зависит от питания).
- Ниже среднего (здоровье ребенка скорее не зависит от питания ребенка).
- Низкое (здоровье ребенка не зависит от его питания).

2. Насколько, по вашему мнению, важны следующие факторы для организации правильного питания ребенка?

- Наличие времени для организации правильного питания в семье.
- Наличие достаточных средств для организации правильного питания.
- Наличие знаний у родителей об основах правильного питания в семье.
- Сформированность традиций правильного питания в семье.
- Кулинарные умения и желание готовить у родителей.
- Наличие знаний о правильном питании у самого ребенка.
- Сформированность привычек в области питания у ребенка.
- Понимание взрослыми важности и значимости правильного питания для здоровья ребенка.

3. Какие проблемы, связанные с питанием ребенка, у Вас возникают?

- Нехватка времени для приготовления пищи дома.
- Недостаток знаний о том, каким должно быть питание ребенка.
- Нет условий для того, чтобы контролировать питание ребенка в течение дня.
- Недостаточно средств для того, чтобы обеспечить рациональное питание ребенка.
- Невозможность организовать регулярное питание ребенка в течение дня.
- Отсутствие единого понимания у всех членов семьи, каким должно быть правильное питание у ребенка (кто-то из взрослых разрешает есть сладости, кто-то запрещает и т.д.).
- Ребенок не соблюдает режим питания - ест тогда, когда захочет, ест менее 3 раз в день, заменяет основные приемы пищи перекусами.
- Ребенок не умеет вести себя за столом.
- Ребенок "увлекается" сладкими, острыми, жирными продуктами с высоким содержанием калорий: сладости, чипсы, сэндвичи или бутерброды, газированные напитки, сухарики и др.
- Ребенок отказывается от полезных продуктов и блюд.

4. Какие привычки и правила поведения за столом сформированы у Вашего ребенка и как часто они проявляются?

- Ест в одно и то же время - не нужно заставлять вовремя позавтракать, пообедать и т.д.
- Моет руки перед едой без напоминаний.
- Ест небольшими кусочками, не торопясь.
- Использует салфетку во время еды.
- Моет ягоды, фрукты, овощи перед тем, как их съесть.
- Читает книгу во время еды.
- Смотрит телевизор во время еды..
- Ест быстро, глотает большие куски

5. Какие основные приемы пищи присутствуют в режиме дня Вашего ребенка, в том числе считая приемы пищи в лицее?

- Завтрак.
- Второй завтрак.
- Обед.
- Полдник.
- Ужин.

6. Можно ли сказать, что Ваш ребенок обычно питается в одно и то же время в будние дни?

- Да, ребенок питается в одно и то же время всегда.
- Да, почти всегда питается в одно и то же время.
- Нет, ребенок питается в разное время.

7. Как Вы оцениваете необходимость обучения Вашего ребенка правильному питанию в лицее?

- Это нужно.
- Это скорее не нужно, чем нужно.
- Это не нужно.

8. Как Вы оцениваете возможные результаты обучения ребенка правильному питанию в лицее?

- Это поможет мне в организации правильного питания моего ребенка.
- Это скорее поможет мне организовать правильное питание для моего ребенка.
- Это вряд ли поможет мне организовать правильное питание моего ребенка.
- Это не поможет мне в организации правильного питания моего ребенка.

Анкета для родителей №2.

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

1. Анкеты для обучающихся.

Анкета для обучающихся №1.

Дорогие ребята!

Здоровый образ жизни – это не только зарядка, закаливание, занятия спортом, а ещё питание, потому что «мы – это то, что мы едим». Это изречение кратко отражает суть проблемы. Клетки нашего организма обеспечиваются энергией и образуются из питательных веществ, полученных с пищей. Если пища содержит все органические и минеральные вещества, необходимые организму, то человек всегда будет здоров. Как питаетесь Вы? Попробуйте узнать о себе больше, выполнив задания анкеты. Отвечайте на вопросы теста индивидуально. Внимательно прочитав каждый вопрос, выберите один из трёх (двух) ответов, который характерен для Вас. Обсудите результаты с родителями, ведь они организуют ваше питание.

1. Сколько раз в день Вы едите?

- 1) 3-5 раз,
- 2) 1-2 раза,
- 3) 7-8 раз, сколько захочу.

2. Завтракаете ли Вы дома перед уходом в лицей?

- 1) да, каждый день,
- 2) иногда не успеваю,
- 3) не завтракаю.

3. Что Вы выберете из ассортимента в столовой для быстрого завтрака на перемене?

- 1) булочку с компотом,
- 2) молочную кашу,
- 3) овощное рагу.

4. Едите ли Вы на ночь?

- 1) стакан кефира или молока,
- 2) молочную кашу или чай с печеньем (бутербродом),
- 3) мясо (колбасу) с гарниром.

5. Употребляете ли Вы в пищу свежие овощи?

- 1) всегда, постоянно,
- 2) редко, во вкусных салатах,
- 3) не употребляю.

6. Как часто на вашем столе бывают фрукты?

- 1) каждый день,
- 2) 2 – 3 раза в неделю,
- 3) редко.

7. Употребляете ли Вы в пищу лук, чеснок, петрушку, укроп?

- 1) всё употребляю ежедневно в небольшом количестве,
- 2) ем иногда, когда заставляют,
- 3) лук и чеснок не ем никогда.

8. Употребляете ли в пищу молочные и кисломолочные продукты?

- 1) ежедневно,
- 2) 1- 2 раза в неделю,
- 3) не употребляю.

9. Какой хлеб предпочитаете?

- 1) хлеб ржаной или с отрубями,
- 2) серый хлеб,
- 3) хлебобулочные изделия из муки в/с.

10. Рыбные блюда в рацион входят:

- 1) 2 и более раз в неделю,
- 2) 1-2 раза в месяц,
- 3) не употребляю.

11. Какие напитки вы предпочитаете?

- 1) сок, компот, кисель;
- 2) чай, кофе;
- 3) газированные.

12. В вашем рационе гарниры бывают:

- 1) из разных круп,
- 2) в основном картофельное пюре,
- 3) макаронные изделия.

13. Любите ли сладости?

- 1) все лакомства являются «носителями пустых калорий», поэтому употребляю их умеренно,
- 2) пирожные, печенье, мороженое употребляю часто,
- 3) могу сразу съесть 0,5 кг конфет.

14. Отдаёте чаще предпочтение:

- 1) постной, варёной или паровой пище,
- 2) жареной и жирной пище,
- 3) маринованной, копчёной.

15. Отличается ли ваш рацион в течение недели разнообразием блюд?

- 1) да, 2) нет.

Проанализировать своё питание Вы можете следующим образом: за первый вариант ответа -1 балл, за второй – 2 балла, за третий вариант – 3 балла.

Сложите свои результаты по итогам теста и соотнесите с критериями.

Если Вы набрали от 15 до 21 баллов, Вы сознательно относитесь к собственному здоровью, потому что организм получает разнообразные питательные компоненты с сохранившимися в них биоактивными веществами. А это важно для полноценной любой деятельности. И с режимом у Вас всё в порядке! Вы молодцы!

Если Вы набрали от 22 до 28 баллов, полноценным ваше питание назвать нельзя по нескольким причинам, но если Вы прислушаетесь к рекомендациям, то ваш рацион пополнится другими нужными для организма веществами.

29 – 44 балла. Вам нужно задуматься о своём питании, как о режиме, так и о рационе. Чем быстрее Вы этим займётесь, тем меньше проблем с излишним весом, нервными заболеваниями, заболеваниями желудочно-кишечного тракта, различными кожными высыпаниями у Вас возникнет!

Анкета для обучающихся №2.

1. Удовлетворяет ли тебя система организации питания в лицее?
2. Устраивает ли тебя ежедневное меню?
3. Удовлетворен ли ты качеством приготовления пищи?
4. Удовлетворен ли ты работой обслуживающего персонала?
5. Удовлетворен ли ты графиком питания. Твои предложения.
6. Считаешь ли ты, что горячее питание повышает твою успеваемость?

Анкета для педагогов

1. Меню, предлагаемое школьникам, не соответствует утвержденному (да, нет)
2. Дети вынуждены есть блюда остывшими (да, нет)
3. Порции чаще меньше, чем в меню (да, нет)
4. При приготовлении блюд часто используются продукты явно более низкого качества, чем указаны в меню (да, нет)
5. Времени, выделенного на прием пищи, недостаточно (да, нет)
6. Большинство детей съедают полностью предлагаемые порции (да, нет)
7. У большинства детей на тарелках остается не съеденными до 50% порции (да, нет)
8. У большинства детей на тарелках остается не съеденными более 50% порции (да, нет)
9. Посуда в школьной столовой нуждается в замене (да, нет)
10. Мебель в школьной столовой нуждается в замене (да, нет)
11. Персонал школьной столовой работает в грязной одежде (да, нет)
12. Питаетесь ли Вы в школьной столовой (да, нет, почему?)
13. Ваши предложения по организации питания в лицее
14. Ваши пожелания работникам пищеблока