

Принято на  
педагогическом совете  
Протокол №1

31.08.18

Рассмотрено  
Советом обучающихся  
Протокол №1

05.09.18

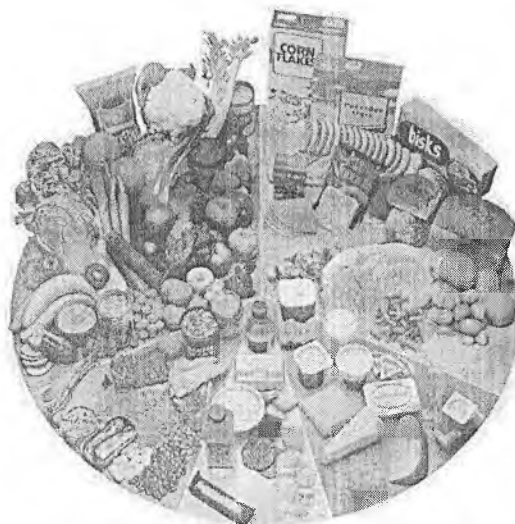
Рассмотрено  
Советом  
Родителей  
Протокол №2  
01.09.18

Утверждаю  
Директор школы №13  
Пестрикова О.В.

Приказ №110 31.08.18



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 13»  
ГОРОДА ОБНИНСКА**



**ПРОГРАММА  
«ВКУСНОГО И ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ»  
на 2018-2019 годы**

## Содержание

|   |    |
|---|----|
| Содержание .....  | 2  |
| I. ОСНОВАНИЯ ДЛЯ РАЗРАБОТКИ ПРОГРАММЫ .....                             | 3  |
| II. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....   | 3  |
| III. ЦЕЛЬ: .....  | 6  |
| IV. ЗАДАЧИ: .....   | 6  |
| V. СРОК РЕАЛИЗАЦИИ:.....  | 6  |
| VI. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ в 2018 -2019:.....                      | 7  |
| Организационно-аналитическая работа, информационное<br>обеспечение..... | 7  |
| Методическое обеспечение .....  | 7  |
| Работа по воспитанию культуры питания среди учащихся .....              | 8  |
| Работа по воспитанию культуры питания среди родителей<br>учащихся ..... | 8  |
| VII. ЭФФЕКТИВНОСТЬ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ .....                           | 9  |
| Примерная анкета «Питание глазами учащихся».....                        | 10 |
| Примерная анкета «Питание глазами родителей» .....                      | 10 |

## **I. ОСНОВАНИЯ ДЛЯ РАЗРАБОТКИ ПРОГРАММЫ**

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. 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. Обеспечение школьников полноценным горячим питанием нуждается в постоянном совершенствовании и должно рассматриваться всеми заинтересованными службами города и района как стратегическое направление, поскольку совершенствование системы школьного питания напрямую связано с сохранением здоровья населения и задачами улучшения демографической ситуации в городе, районе и в стране в целом.

В соответствии с законодательством Российской Федерации в области образования, в частности, законом РФ «Об образовании», организация питания в общеобразовательном учреждении возлагается на образовательное учреждение.

Основанием для разработки программы является Закон Российской Федерации от 10.07.1992 № 3266-1 «Об образовании», Концепция охраны здоровья детей в Российской Федерации на период до 2010 года, постановление Правительства РФ от 21.11.2007 №799 «О мерах государственной поддержки в 2008 - 2009 годах реализации в субъектах Российской Федерации экспериментальных проектов по совершенствованию организации питания обучающихся в государственных общеобразовательных учреждениях субъектов Российской Федерации и муниципальных общеобразовательных учреждениях», приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 14 декабря 2007 года № 363 «О реализации постановления Правительства Российской Федерации от 21 ноября 2007 г. N 799»,

## **II. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Горячее питание детей во время пребывания в школе является одним из важных условий поддержания их здоровья и способности к эффективному обучению. Хорошая организация школьного питания ведёт к улучшению показателей уровня здоровья населения, и в первую очередь детей, учитывая, что в школе они проводят большую часть своего времени. Поэтому питание является одним из важных факторов, определяющих здоровье подрастающего поколения. Полноценное и сбалансированное питание способствует профилактике заболеваний, повышению работоспособности и успеваемости, физическому и умственному развитию детей и подростков, создаёт условия к их адаптации к современной жизни.

Пропаганда здорового питания важна не только для привлечения родительских средств на питание, но и потому, что привычки питания, полученные человеком в детстве, сохраняются человеком до старости. Формируются эти привычки в семье и системе организованного детского питания. Прямо повлиять на семейный уклад практически невозможно, поэтому школьная столовая – главное место, где растущий человек приучается к здоровому питанию.

Здоровое (рациональное) питание - одна из главных составляющих здорового образа жизни, один из основных факторов продления периода активной жизнедеятельности организма.

Связь между питанием и обучением убедительно доказана. Здоровое питание необходимо учащимся для того, чтобы они могли достичь высот своего потенциала знаний, полноценно развиваться физически и умственно, обеспечить здоровье и благополучие на всю жизнь. Доказано, что здоровое питание напрямую связано с продлением жизни и понижением риска развития многих хронических болезней у взрослых. Школа несёт ответственность за содействие ученикам и персоналу в формировании и поддержании здорового режима питания на протяжении всей жизни.

В МБОУ СОШ №13 созданы следующие условия по организации питания учащихся.

Для общественного питания образовательного учреждения и для обслуживания учащихся в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.5.2409-08 в школе оборудована столовая, работающая на продовольственном сырье.

Помещение столовой размещается на первом этаже образовательного учреждения и включает в себя: варочный цех, раздаточная зона (в которую входит раздаточная, оборудованная мармитами, витрина), обеденный зал, моечная посуды. В помещении столовой также располагается буфет, осуществляющий реализацию готовых кулинарных, мучных кондитерских и булочных изделий.



Во всех производственных цехах установлены раковины, моечные ванны с подводкой холодной и горячей воды через смесители. Холодная и горячая вода, используемая в технологических процессах обработки пищевых продуктах и приготовления блюд, мытье столовой и кухонной посуды, оборудования, инвентаря, санитарной обработке помещений, соблюдения правил личной гигиены отвечает требованиям, предъявляемым к питьевой воде. Мытье столовой и кухонной посуды и инвентаря выполняется в двух моечных ваннах из нержавеющей стали.

При обеденном зале столовой установлено 6 умывальников, размещенных в расширенном проходе, ведущем в обеденный зал. Рядом с умывальниками располагаются дозаторы для мыла.

Оборудование, инвентарь, посуда, тара, являющиеся предметами производственного окружения, соответствуют санитарно-эпидемиологическим требованиям, предъявляемым к организациям общественного питания, и выполнены из материалов, допущенных для контакта с пищевыми продуктами. Все установленное в производственных помещениях технологическое и холодильное оборудование находится в исправном состоянии.

Производственные столы, предназначенные для обработки пищевых продуктов, имеют покрытие, устойчивое к действию моющих и дезинфицирующих средств и отвечают требованиям безопасности для материалов, контактирующих с пищевыми продуктами.

Столовая школы обеспечена достаточным количеством столовой посуды и приборами. В столовой используется фаянсовая и стеклянная посуда (тарелки, стаканы), отвечающая требованиям безопасности для материалов, контактирующих с пищевыми продуктами. Столовые приборы (ложки, вилки), посуда для приготовления и хранения готовых блюд изготовлены из нержавеющей стали.

При столовой имеется обеденный зала на 240 человек. Зал оснащен удобной мебелью современного дизайна: 6-ти местными столами с прямоугольными столешницами с покрытием, позволяющим проводить их обработку с применением моющих и дезинфицирующих средств.

В столовой разработана нормативно-правовая документация, обеспечивающая деятельность столовой и ее работников: инструкции и рекомендации для сотрудников, журналы бракеража пищевых продуктов и продовольственного сырья, учета температурного режима холодильного оборудования и другие.

Большое внимание уделяется состоянию материально-технической базы пищеблока на предмет ее соответствия санитарно-гигиеническим требованиям.

Текущий ремонт школьного пищеблока, производственных помещений, обеденного зала производится по мере необходимости, проводится обновление кухонного инвентаря, посуды и приборов.

Помещения и оборудование столовой соответствуют нормам и требованиям СанПиНа, об этом свидетельствуют акты приемки школы к новому учебному году.

В школе обеспечиваются горячим питанием дети из малообеспеченных семей, состоящих на учете в органах социальной защиты населения, также организовано горячее питание за счет родительских денег. Для детей, посещающих группу продленного дня, организовано двухразовое питание (завтрак и обед).

Блюда в меню комплектуются с соблюдением требований: вкусовой сочетаемости, разнообразия (неповторяемости по дням), соответствия среднедневной стоимости питания нормативу стоимости, соответствия пищевой ценности нормам по пищевой ценности, соответствия среднедневного продуктового набора натуральным нормам потребления. Блюда для меню взяты из специального набора рецептов, применимых для школьного питания, выходы блюд соответствуют возрасту питающихся.

Для правильного развития учащихся, сохранения их высокой работоспособности большое значение имеет также соблюдение режима питания. Питание учащихся в школьной столовой организовано по следующему графику:

1 классы – 09.00 – 10.10  
2 – 4 классы – 10.20 – 11.10  
5 – 11 классы – 12.10 – 13.10  
Буфет – 08.00 – 14.10

Учащиеся посещают столовую организованно в течение 5-и перемен, что позволяет обеспечить максимально комфортное питание. Кроме этого за родительские деньги все учащиеся могут приобрести в буфете столовой горячий чай, готовые кулинарные, мучные кондитерские и булочные изделия.

**Актуальность программы обусловлена наличием следующих проблем:**

- недостаточная просветительская работа среди учащихся и их родителей о здоровом питании школьников;
- увеличение детей, страдающих заболеваниями обмена веществ, желудочно-кишечного тракта;
- недостаточная работа по организации питания учащихся, воспитанию их культуры поведения в столовой.

Программа предусматривает проведение мониторинга и контроля за качеством питания учащихся.

В ходе мониторинга планируется анкетирование родителей и учащихся. Примерные анкеты – Приложение №1.

### **III. ЦЕЛЬ:**

Совершенствование организации питания учащихся с целью сохранения и укрепления здоровья детей и подростков. Формирование культуры и навыков здорового питания.

#### **IV. ЗАДАЧИ:**

1. Создание нормативной и методической базы для организации питания учащихся.
2. Проведение социометрических исследований отношения учащихся к организации и качеству питания.
3. Внесение дополнений, касающихся организации и качества питания учащихся, в программу мониторинга.
4. Расширение знаний учащихся о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья.
5. Формирование представлений о правилах этикета, связанных с питанием, осознание того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности.
6. Просвещение родителей в вопросах организации правильного питания.
7. Создание благоприятных условий для организации рационального питания обучающихся;

Ожидаемые результаты реализации программы: Улучшение качества и безопасность питания, расширение охвата питанием учащихся, за счёт проведения мероприятий по модернизации и укреплению материально-технической базы в структурном подразделении «Школьная столовая».

#### **V. СРОК РЕАЛИЗАЦИИ:**

Сентябрь 2018г. – май 2019 г.



## VI. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ в 2018- 2019 учебном году:

*Оптимизация и совершенствование просветительской работы со всеми участниками образовательной деятельности школы по формированию культуры питания.*

| основные мероприятия   | сроки                       | исполнители                                |
|--|-----------------------------|--|
| Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания   | август                      | Директор МБОУ СОШ №13                      |
| Создание бракеражной комиссии с возложением контроля за качеством питания.   | сентябрь                    | Социальный педагог, отв. за питание        |
| Организационное совещание:<br>- Организация школьного питания;<br>- Работа бракеражной комиссии  | сентябрь, декабрь           | Социальный педагог, отв. за питание        |
| Совещание классных руководителей: «Планирование работы по формированию культуры питания»   | сентябрь                    | Социальный педагог, отв. за питание        |
| Педагогический совет «Совершенствование организации питания учащихся как фактор сохранения и укрепления здоровья детей и подростков»   | Ноябрь 2018г.               | Администрация                              |
| Заседание бракеражной комиссии с приглашением классных руководителей 1 – 11-х классов по вопросам:<br>- охват учащихся горячим питанием<br>- соблюдение сан. гигиенических требований;<br>- профилактика инфекционных заболеваний. | Ежегодно (октябрь, февраль) | Социальный педагог                         |
| Осуществление ежедневного контроля над работой столовой, буфета. проведение целевых тематических проверок  | в течение года              | бракеражная комиссия                       |
| Мониторинг организации питания.  | в течение уч.года           | Психолог, соц. педагог                     |
| Выпуск информационных бюллетеней, стенгазет по вопросам организации питания учащихся; размещение информации на сайте школы   | в течение учебного года     | Медработник школы, Совет старшеклассников. |

### Методическое обеспечение

| основные мероприятия   | сроки                   | исполнители                                  |
|--|-------------------------|--|
| Формирование методической базы по вопросам организации питания школьников  | В течение учебного года | Медработник, психолог, классные руководители |
| Консультации для классных руководителей 1 - 11 классов: «Культура поведения учащихся во время приема пищи, соблюдение санитарно-гигиенических требований»;<br>«Организация горячего питания – залог сохранения здоровья» | В течение учебного года | Медработник, Соц. педагог                    |
| Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания, внедрению новых форм обслуживания учащихся  | В течение учебного года | Администрация школы, совет по питанию        |

## Работа по воспитанию культуры питания среди учащихся

| основные мероприятия   | сроки                        | исполнители                      |
|--|------------------------------|----------------------------------|
| 1. Проведение классных часов по темам:<br>- "Еда и заменители" (о вредном воздействии консервантов и красителей на здоровье человека)<br>- «Хлеб - всему голова»;<br>- «Каша - пища наша». | Ежегодно<br>(сентябрь - май) | классные руководители, медсестра |
| 2. Праздник для учащихся начальной школы «Золотая осень»   | Ежегодно<br>(октябрь)        | классные руководители            |
| 3. Конкурс газет среди учащихся 5 – 8 классов «О вкусной и здоровой пище»  | ноябрь 2018                  | учитель ИЗО                      |
| 4. Беседы с учащимися 10-11 кл. «Берегите свою жизнь»  | Декабрь 2018                 | учитель ОБЖ                      |
| 6. Конкурс среди учащихся 5 – 8 классов «Хозяюшка»   | март                         | учитель технологии               |
| 7. Уроки химии и биологии в рамках декады предметов естественного цикла «Исследование пищевых добавок»   | апрель                       | учителя химии и биологии         |
| 8. Анкетирование учащихся:<br>- По вопросам организации школьного питания  | сентябрь, май                | психолог                         |
| 9. Цикл бесед «Азбука здорового питания»   | апрель                       | группа учащихся                  |
| 10. Устный журнал "Молоко - волшебный дар" (начальная школа)   | май                          | классные руководители            |

## Работа по воспитанию культуры питания среди родителей учащихся

| основные мероприятия  | сроки                                  | исполнители                                   |
|---|--|---|
| 1. Размещение информации на стенде в вестибюле школы:<br>1) Постановление Правительства РФ от 27.11.2007 №799;<br>2) об организации горячего питания в МБОУ СОШ №13 г.  | сентябрь                               | ответственная за организацию горячего питания |
| 2. Проведение родительских собраний по темам:<br>«Совместная работа семьи и школы по формированию здорового образа жизни»; «Питание учащихся дома»; «Профилактика желудочно-кишечных, инфекционных и простудных заболеваний». | сентябрь<br>ноябрь<br>январь<br>апрель | Администрация школы, медработник              |
| 3. Индивидуальные консультации медработника школы «Как кормить ребёнка, нуждающегося в диетпитании»   | по запросу                             | медработник                                   |
| 4. Родительский лекторий «Здоровье вашей семьи»   | февраль                                | психолог                                      |
| 5. Анкетирование родителей «Питание глазами родителей»  | сентябрь                               | классные руководители, психолог               |



## VII. ЭФФЕКТИВНОСТЬ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Здоровье детей - это важнейший вопрос обеспечения будущего нации. Сбалансированное питание детей и подростков способствует повышению работоспособности и успеваемости, физическому и умственному развитию, увеличивает адаптационные возможности организма, оказывает существенное влияние на формирование и состояние здоровья человека на протяжении всей последующей жизни.

Особое значение приобретает правильное питание в связи с тем, что в последнее время дети проводят в школе все больше времени при весьма интенсивном характере процесса обучения.

Реализация программных мероприятий по совершенствованию организации питания обучающихся и воспитанников позволит решить ряд социальных проблем, направленных на создание условий для организации рационального, сбалансированного питания детей и подростков:

1. снижение риска развития сердечно-сосудистых, эндокринных, желудочно-кишечных заболеваний в период обучения в школе и в течение дальнейшей жизни;
2. улучшение состояния здоровья школьников, уменьшение случаев ожирения, дистрофии и других заболеваний, связанных с питанием, а в перспективе - улучшение репродуктивного здоровья;
3. улучшение показателей физического развития детей и подростков.
4. повышение сопротивляемости организма к различным заболеваниям, воздействию неблагоприятных факторов окружающей среды.
5. улучшение показателей успеваемости школьников.
6. расширение знаний о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья.
7. повышение уровня информированности родителей в вопросах организации правильного питания.

## VIII. Реализация Программы «Здоровое питание» позволит достигнуть следующих результатов:

1. Развить систему мониторинга состояния здоровья обучающихся.
2. Развить механизмы координации и контроля в системе школьного питания;
3. Сформировать навыки здорового питания у обучающихся и их родителей;
4. Организовать работу обучающихся семинаров по вопросам организации питания;
5. Организовать правильное, сбалансированное питание детей и подростков с учетом их возрастных особенностей;
6. Оказывать социальную поддержку отдельным категориям обучающихся;
7. Укрепить материально-техническую базу школьной столовой. Оснастить недостающим технологическим оборудованием школьный пищеблок;
8. Увеличить количество детей, питающихся в школьной столовой до 85%.
9. Улучшить качество питания школьников и обеспечить его безопасность;

### Критерии оценки достижения результатов.

| Направления реализации программы              | Цель  | Показатели                                       |                                      |
|---|---|--|--------------------------------------|
|   |   | количественные                                   | качественные                         |
| Организация и регулирование школьного питания | 1. Соблюдение принципов рационального питания, обеспечивающих соответствие энергетической ценности рациона питания энергозатратам организма ребенка и объему потребляемой пищи. | Подсчёт энергетической ценности рациона питания. | Справка<br>Анкетирование             |
|   | 2. Проведение разъяснительной работы с родителями   | Доля учащихся от общего числа учащихся,          | Наличие плана работы с родителями по |

|   |   |  |   |
|---|---|--|---|
|   | по привлечению<br>родительских<br>средств.  | получающих горячее<br>питание  | привлечению<br>родительских<br>средств.   |
|   | 3. Реализация<br>Программы<br>производственного<br>контроля                                   | Доля<br>выполнения Программ<br>ы производственного<br>контроля   | Анализ  |
|   | 4. Организация<br>льготного питания<br>для учащихся из<br>социально<br>незащищенных<br>семей. | Доля учащихся из<br>социально<br>незащищенных семей<br>от общего числа<br>учащихся из<br>социально<br>незащищенных<br>семей, получающих<br>льготного питания | Информация  |
|   | 5. Организация 2-х<br>(3-х) разового<br>питания   | Доля учащихся от<br>общего числа<br>учащихся,<br>получающих 2-х (3-х)<br>разового питания  | Анкетирование<br>«Качество<br>предоставляемых<br>услуг по<br>организации<br>горячего питания» |
| Укрепление и<br>сохранение<br>материально-<br>технической базы<br>школьной столовой | 1. Сохранность<br>помещения столовой,<br>кухни.   | Технический и<br>технологический<br>аудит средств<br>производства и<br>материально-<br>технической базы<br>школьной столовой и<br>кухни.                     | Справка   |
|   | 2. Сохранность<br>мебели и инвентаря.   |  |   |
|   | 3. Замена<br>устаревшего<br>оборудования на<br>новое.   | Наличие нового<br>оборудования   | Количество единиц   |
|   | 4. Выявление объема   | Процент износа   | Экспертная оценка   |

|   |   |   |  |
|---|---|---|--|
|   | возможной экономии ресурсов                             | оборудования                              | использования энергосберегающих и ресурсосберегающих технологий                                      |
| Оптимизация и совершенствование просветительской работы со всеми участниками образовательной деятельности школы по формированию культуры питания. | 1. Привлечение средств массовой информации              | Публикации<br>Репортажи                   | Количество публикаций и репортажей   |
|   | 2. Просвещение родителей через родительский всеобуч.    | Количество проведённых мероприятий.       | Наличие плана родительского всеобуча, освещающего вопросы здоровья и питания.                        |
| Развитие здоровых привычек и формирование потребности в здоровом образе жизни.  | Укрепление физического и психического здоровья учащихся | Результаты диспансерного осмотра учащихся | Положительная динамика<br>Проведение сравнительного анализа состояния здоровья, заболеваемости детей |

**Примерная анкета «Питание глазами учащихся»**

| № п/п | Вопросы анкеты  | Ответы |         |
|-------|---|--------|---------|
|       |   | Да (%) | Нет (%) |
| 1     | Удовлетворяет ли тебя система организации питания в школе?        |        |         |
| 2     | Устраивает ли тебя ежедневное меню                                |        |         |
| 3     | Удовлетворены ли ты качеством приготовления пищи?                 |        |         |
| 4     | Удовлетворены ли ты работой обслуживающего персонала?             |        |         |
| 5     | Удовлетворены ли ты графиком питания?                             |        |         |
| 6     | Считаешь ли ты, что горячее питание повышает твою успеваемость?   |        |         |
| 7     | Считаете ли Вы рациональным организацию горячего питания в школе? |        |         |
| 8     | Удовлетворены ли Вы санитарным состоянием столовой?               |        |         |
| 9     | Удовлетворены ли Вы работой буфета?                               |        |         |

**Примерная анкета «Питание глазами родителей»**

| № п/п | Вопросы анкеты  | Ответы |         |
|-------|---|--------|---------|
|       |   | Да (%) | Нет (%) |
| 1     | Удовлетворяет ли Вас система организации питания в школе?         |        |         |
| 2     | Считаете ли Вы рациональным организацию горячего питания в школе? |        |         |
| 3     | Удовлетворены ли Вы санитарным состоянием столовой?               |        |         |
| 4     | Удовлетворены ли Вы качеством приготовления пищи?                 |        |         |
| 5     | Удовлетворены ли Вы работой буфета?                               |        |         |