

Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение
«Гимназия № 2 г. Орска»

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОАУ «Гимназия № 2 г. Орска»

Н. В. Кривошеёва
Приказ от «06» апреля 2021 г. № 0604/1-о



ПРОГРАММА

**«Правильное питание - путь к
здоровью и успешному обучению»**

г. Орск, 2021 г.

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

1. Наименование Программы	Программа «Правильное питание – путь к здоровью и успешному обучению» на период с 2021 по 2026 гг.
2. Основание для разработки Программы	Конвенция о правах ребенка. Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка». Закон Российской Федерации «Об образовании в РФ» от 29 декабря 2012 г. N 273 СанПин 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к условиям обучения в ОУ» СанПин 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в ОУ, учреждениях начального и среднего профессионального образования» Постановление главного санитарного врача РФ от 31.09.2006 года №30 «Об организации питания учащихся в ОУ»
3. Разработчики Программы	Администрация
4. Основные исполнители Программы	Администрация, педагогический коллектив гимназии, работники школьной столовой, родители.
5. Цель Программы	Обеспечение здорового питания школьников в целях сохранения и укрепления их здоровья, а также профилактики заболеваний.
6. Основные задачи Программы	обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания; обеспечение доступности школьного питания; гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании; профилактика среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания; пропаганда принципов здорового и полноценного питания. организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, на использование здорового питания, формирование знаний о негативных факторах риска здоровью; осознание целостности окружающего мира, освоение норм здоровьесберегающего поведения, основ культуры питания, приобретение и совершенствование навыков самообслуживания.
7. Основные направления Программы	Организация рационального питания обучающихся; Обеспечение высокого качества и безопасности питания; Увеличение охвата горячим питанием, доведение до 100%; Организация образовательно-разъяснительной работы

	<p>по вопросам здорового питания; пропаганда принципов здорового и полноценного питания.</p> <p>Организация работы по улучшению материально-технической базы столовой, расширению сферы услуг для учащихся и родителей</p>
9. Этапы реализации Программы	2021-2026 гг.
10. Объемы и источники финансирования	<p>Средства Федерального бюджета</p> <p>Средства бюджета муниципального образования</p> <p>Иные источники</p>
11. Ожидаемые результаты реализации Программы	<p>Наличие пакета документов по организации школьного питания;</p> <p>обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;</p> <p>обеспечение доступности школьного питания</p> <p>обеспечение гарантированного качества и безопасности питания и пищевых продуктов, используемых в питании;</p> <p>отсутствие среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;</p> <p>сохранение и укрепление здоровья школьников;</p> <p>увеличение охвата горячим питанием школьников и работающих сотрудников школы, доведение его до 100%;</p> <p>улучшение санитарно-гигиенического и эстетического состояния школьной столовой;</p> <p>формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, на использование здорового питания, формирование знаний о негативных факторах риска здоровью;</p> <p>осознание целостности окружающего мира, освоение норм здоровьесберегающего поведения, основ культуры питания, приобретение и совершенствование навыков самообслуживания.</p>
12. Организация контроля за исполнением Программы	<p>Общественный контроль за организацией и качеством питания школьников со стороны родительского комитета школы;</p> <p>Информирование общественности о состоянии школьного питания через сайт гимназии;</p> <p>Информирование родителей на родительских собраниях.</p>

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

На современном этапе развития 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.

Школьник должен расти здоровым, физически крепким, всесторонне развитым и выносливым. Среди разнообразных условий окружающей среды, постоянно воздействующих на молодой организм, одно из ведущих мест принадлежит фактору питания. Влияние питания на растущий организм многогранно: оно не только обеспечивает гармоническое развитие и укрепляет общее состояние здоровья, но может повышать работоспособность и улучшать успеваемость школьников. 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.

Питание детей тесно связано со здоровьем. Начало заболевания желудочно – кишечного тракта в 70 из 100 случаев приходится на 5 – 6 летний возраст и достигает пика к 8 – 12 годам. По данным академика А. А. Баранова, распространенность хронических заболеваний органов пищеварения составляет 702,3 на 1000 детского населения и зависит от ряда факторов:

- нерегулярное питание с перерывами более 3 –4 часов;
- частое употребление острых блюд, консервированных продуктов, маринадов, копченостей, фаст-фудов;
- однообразное питание;
- еда в сухом виде;
- употребление некачественных продуктов;
- несоблюдение режима дня;
- малоподвижный образ жизни;
- вредные привычки

Понимание школьниками важности правильного питания может стать эффективным способом профилактики и предупреждения неинфекционных заболеваний желудочно – кишечного тракта и других заболеваний.

Анализ существующей структуры питания в нашей стране показывает, традиционно высокое потребление зерновых продуктов (хлеба, каш и д.р. переработки зерна), а также картофеля (который обеспечивает одновременно существенный вклад в рацион россиян витамин С) никак не противоречит современным принципам здорового питания. Но в след за этими продуктами как по чистоте потребления, так и вкладу в калорийность рациона следует сахар и кондитерские изделия (а они должны обеспечить

вершину «пирамиды» здорового питания, самую низкокалорийную ее часть).

Известно, что здоровье напрямую связано с традицией потребления овощей и фруктов. Призыв Всемирной организации здравоохранения о потреблении 400 гр. овощей и фруктов в день обошел весь мир, и в тех странах, где он реализован, показатели здоровья населения значительно лучше. У нас в стране, к сожалению, эти рекомендации не выполняются, и многие нарушения в питании напрямую связано с недостатком в нашем рационе овощей и фруктов.

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.

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.

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.

Программа «Правильное питание - путь к здоровью и успешному обучению» (далее – Программа) разработана в соответствии со следующими документами: Конвенцией ООН о правах ребенка; Конституцией РФ; Федеральным законом «Об основных гарантиях прав ребенка Российской Федерации»; Законом РФ «Об образовании РФ»; СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования», утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 23.07.2008г. № 45, Федеральным законом "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации" от 21.11.2011 N 323-ФЗ и другими актами.

Цель Программы: создание условий, способствующих формированию навыков правильного питания посредством увеличения охвата учащихся горячим питанием.

Основные задачи Программы:

1. Обеспечение горячим питанием всех категорий учащихся.
2. Создание благоприятных условий для организации рационального питания обучающихся с привлечением средств родителей (законных представителей);
3. Укрепление и модернизация материальной базы помещений пищеблока школы;

4. Повышение культуры питания;
5. Обеспечение санитарно-гигиенической безопасности питания;
6. Проведение систематической разъяснительной работы среди родителей (законных представителей) и обучающихся о необходимости горячего питания.

Сроки реализации Программы: 2021-2026 год

ПЕРЕЧЕНЬ И ОПИСАНИЕ ПРОГРАММНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ПО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ

Выполнение поставленных в рамках Программы задач предусматривает проведение комплекса программных мероприятий.

В систему программных мероприятий входят следующие направления:

1. Развитие материально-технической базы школьных пищеблоков:

- анализ состояния организации питания в образовательном учреждении, выявление потребности в оборудовании школьного пищеблока в соответствии с их назначением, площадью, проектной мощностью;
- последовательная работа по оснащению технологическим оборудованием школьной столовой;
- создание условий для организации школьного питания в соответствии с санитарными и санитарно-противоэпидемиологическими (профилактическими) правилами.

2. Обеспечение качественного школьного питания:

- выполнение требований к школьному рациону: он должен состоять из горячего завтрака для учащихся начальных, средних, старших классов и обеда для учащихся, занятых во внеурочной деятельностью. В рацион школьного питания должны входить только продукты с высокой пищевой и биологической ценностью, он должен быть дифференцирован по своей энергетической ценности и содержанию белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных солей и микроэлементов солей и микроэлементов в зависимости от возраста (группа 7-10 и 11-17 лет);
- восполнение дефицита витаминов и других микроэлементов в школьном питании учащихся за счет корректировки рецептуры и технологии приготовления пищи, обеспечение всех учащихся одноразовым сбалансированным горячим питанием по рационам, обогащенным витаминами и другими микроэлементами;
- изыскание источников снижения затрат на производство и реализацию продуктов школьного питания, позволяющих расширить охват горячим питанием учащихся.

3. Формирование культуры школьного питания:

- систематизация работы по просвещению школьников по вопросам здорового образа жизни, культуры питания и ответственности за свое здоровье;
- обобщение и распространение опыта организации качественного и сбалансированного питания.

ОЖИДАЕМЫЕ КОНЕЧНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Реализация мероприятий Программы позволит осуществить:

1. Создание благоприятной образовательной среды, способствующей сохранению здоровья детей.
2. Улучшение качества школьного питания, обеспечение его безопасности, сбалансированности.
3. Приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствие с

современными требованиями технологии пищевого производства и организации обслуживания учащихся школы.

4. Повышение доступности сбалансированного питания для более широкого контингента учащихся.

5. Внедрение новых технологий производства продукции школьного питания и методов обслуживания учащихся.

6. Объединение всех участников образовательного процесса в их активной деятельности по формированию здорового питания, отношению к здоровью и здоровому образу жизни как ценности, формирование культуры здоровья и чувства ответственности за своё здоровье.

СИСТЕМА ОРГАНИЗАЦИИ КОНТРОЛЯ ЗА ИСПОЛНЕНИЕМ ПРОГРАММЫ

Контроль за ходом реализации Программы осуществляется администрацией гимназией, комиссией общественного (родительского) контроля за организацией питания обучающихся, бракеражной комиссией.

Критерии оценки достижения результатов по каждому направлению: качественные, количественные

Оценка результативности реализации Программы осуществляется на основе использования системы объективных критериев, которые выступают в качестве обобщенных оценочных показателей (индикаторов):

1. Количественные показатели:

- количество учеников, получающих горячее питание в школе;
- степень включенности всех субъектов образовательного процесса в реализацию программы;
- степень оснащения пищеблока технологическим оборудованием;
- количество авторских методических разработок по вопросам питания;
- показатели здоровья учащихся.

2. Качественные показатели:

- наличие в школе программы по воспитанию культуры питания;
- отсутствие замечаний со стороны Роспотребнадзора к качеству организации питания в школе;
- увеличение процента охвата питанием школьников;
- условия для предоставления качественного питания каждому участнику образовательного процесса;
- уровень культуры питания учащихся;
- степень удовлетворенности всех участников образовательного процесса организацией питания;
- педагогическое и управленческое творчество;
- наличие современной базы для организации здорового питания.

ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ ПРОГРАММ

Основные мероприятия/ направления	Сроки	Исполнители
<i>Информационно-аналитическое</i>		
1. Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания.	Август	Директор гимназии
2. Организационное совещание – порядок приёма учащихся завтраков; график дежурств и обязанности дежурного учителя и учащихся в столовой.	Сентябрь	Директор гимназии, ответственный за питание в гимназии
3. Совещание классных руководителей: – о получении учащимися завтраков, обедов для учащихся 1-4 классов.	Октябрь	Заместитель директора по ВР
Заседание школьной комиссии по питанию с приглашением классных руководителей 1 – 11-х классов по вопросам: - охват учащихся горячим питанием; - соблюдение санитарно-гигиенических требований; - профилактика инфекционных заболеваний.	Ноябрь Февраль	Заместитель директора по ВР
Организация работы школьной комиссии по питанию (учащиеся, педагоги, родители).	В течение года	Директор гимназии
Осуществление ежедневного контроля за работой столовой администрацией школы, проведение целевых тематических проверок.	В течение года	Администрация Комиссия общественного (родительского) контроля за организацией питания обучающихся.
<i>Организационно-методическое</i>		
Организация консультаций для классных руководителей 1 – 4-х, 5 – 8-х, 9 – 11-х классов: - «Культура поведения учащихся во время приёма пищи, соблюдение санитарно-гигиенических требований»; - «Организация горячего питания – залог сохранения здоровья».	В течение года	Заместитель директора по ВР, медицинская сестра.
Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания, внедрению новых форм обслуживания учащихся.	В течение года	Администрация
<i>Работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди учащихся</i>		
Проведение классных часов по темам: - «Режим дня и его значение»; - «Культура приёма пищи»; - «Хлеб – всему голова»;	Сентябрь Октябрь Ноябрь Декабрь	Классные руководители, медицинская сестра

- «Острые кишечные заболевания и их профилактика»		
Игра для учащихся начальной школы «Золотая осень»	Октябрь	Классные руководители, вожатая
Веселый урок здоровья 5 классы	Октябрь	Заместитель директора по ВР
Витамины – это сила! Выступление агитбригады	Ноябрь	Заместитель директора по ВР
Конкурс газет среди учащихся 5 – 9-х классов «О вкусной и здоровой пище»	Ноябрь	Заместитель директора по ВР
Беседы с учащимися 10–11-х классов «Береги своё здоровье»	Декабрь	Кл. руководители, медицинская сестра
Конкурс на лучший сценарий «День именинника»	Январь	Кл. руководители, зам. директора по ВР
Проведение витаминной ярмарки	Февраль	Зам. директора по ВР
Конкурс среди учащихся 5 – 7-х классов «Хозяюшка»	Март	Учителя технологии
Анкетирование учащихся: Школьное питание: качество и разнообразие обедов; за что скажем поварам спасибо? Работа над проектом «Разговор о правильном питании»	Октябрь Февраль Апрель	Зам. директора по ВР Кл. руководители
Анкетирование родителей «Ваши предложения на год по развитию школьного питания»	Май	Зам. директора по ВР
<i>Работа по воспитанию культуры питания, пропаганде здорового образа жизни среди родителей учащихся</i>		
Проведение родительских собраний по темам: - совместная работа семьи и гимназии по формированию здорового образа жизни дома. Питание учащихся. - профилактика желудочно-кишечных заболеваний, инфекционных, простудных заболеваний; - итоги медицинских осмотров учащихся.	Сентябрь Октябрь Май	Зам. директора по ВР Кл. руководители
Индивидуальные консультации медицинской сестры «Как кормить нуждающегося в диетпитании»	1-й понедельник месяца	школьный фельдшер

Родительский лекторий «Здоровье вашей семьи»	Февраль	Педагог-психолог
Встреча врача с родителями - «Личная гигиена ребёнка»	Апрель	школьный фельдшер, классные руководители
Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания»	Май	Классные руководители, комиссия общественного (родительского) контроля за организацией питания обучающихся.
<i>Организация работы по улучшению материально-технической базы столовой, расширению сферы услуг для учащихся и их родителей</i>		
Эстетическое оформление зала столовой.	Август	Администрация
Разработка новых блюд, их внедрение в систему школьного питания.	В течение года	Поставщик услуги по организации горячего питания (ИП Александрова И. С)
Осуществление щадящего питания учащихся.	В течение года	Поставщик услуги по организации горячего питания (ИП Александрова И. С)

ОРГАНИЗАЦИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КОМИССИИ ПО КОНТРОЛЮ ЗА ОРГАНИЗАЦИЕЙ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Задачи комиссии по контролю за организацией питания обучающихся:

- 1) обеспечение приоритетности защиты жизни и здоровья детей;
- 2) соответствие энергетической ценности и химического состава рационов физиологическим потребностям и энергозатратам обучающихся;
- 3) обеспечение максимально разнообразного питания и наличие в ежедневном рационе пищевых продуктов со сниженным содержанием насыщенных жиров, простых сахаров, поваренной соли, пищевых продуктов, обогащенных витаминами, пищевыми волокнами и биологическими веществами;
- 4) обеспечение соблюдения санитарно-эпидемиологических требований на всех этапах обращения пищевых продуктов (готовых блюд);
- 5) контроль за работой столовой МОАУ «Гимназия № 2 г. Орска»;
- 6) проверка качества и количества приготовленной для учащихся пищи согласно меню;
- 7) содействие созданию оптимальных условий и форм организации питания в гимназии.

Комиссия по контролю за организацией питания учащихся обеспечивает участие в следующих процедурах:

- 1) общественная экспертиза питания учащихся;
- 2) контроль за качеством и количеством, приготовленной согласно меню пище;
- 3) изучение мнения обучающихся и их родителей (законных представителей) по организации и улучшению качества питания;
- 4) участие в разработке предложений и рекомендаций по улучшению качества питания обучающихся.

**ПЛАН-ГРАФИК КОНТРОЛЯ ЗА ОРГАНИЗАЦИЕЙ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
НА 2020-2021 УЧЕБНЫЙ ГОД**

Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение		
Ежедневно	Проверка соблюдения графика работы столовой	Ответственные сотрудники за организацию питания, члены комиссии по контролю за организацией питания обучающихся
Ежедневно	Контроль качества и безопасности поступающих продуктов и готовых блюд. Проверка сопроводительной документации на пищевые продукты и готовых блюд	Ответственные сотрудники за организацию питания
Ежедневно	Контроль за отбором и хранением суточной пробы в полном объеме согласно ежедневному меню в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями	Ответственные сотрудники за организацию питания
1 раз в неделю	Проверка целевого использования продуктов питания в соответствии с предварительным заказом	Ответственные сотрудники за организацию питания, члены комиссии по контролю за организацией питания обучающихся
Ежедневно	Контроль рациона питания обучающихся. Проверка соответствия предварительного заказа примерному меню	Ответственные сотрудники за организацию
1 раз в неделю	Контроль соблюдения условий и сроков хранения продуктов и готовой продукции	Ответственные сотрудники за организацию питания
1 раз в неделю	Контроль температурных режимов хранения в холодильном оборудовании.	Ответственные сотрудники за организацию питания
Ежедневно.	Контроль за доставкой пищевых продуктов. Доставка пищевых продуктов должна осуществляться с соблюдением условий и режимов хранения, установленных изготовителями пищевых продуктов, гигиенических требований к условиям хранения пищевых продуктов и правил товарного соседства.	Ответственные сотрудники за организацию питания
1 раз в неделю.	Контроль за массой порционных блюд. Масса порционных блюд должна соответствовать массе порции, указанной в примерном меню. При нарушении технологии приготовления пищи, а также в случае неготовности, блюдо допускается к выдаче только после устранения выявленных недостатков.	Ответственные сотрудники за организацию питания

1 раз в неделю	Контроль за соблюдением сроков годности, температурно-влажностного режима и условий хранения пищевых продуктов, установленные изготовителем и соответствующие санитарно-эпидемиологическим требованиям при хранении, продукции, в том числе скоропортящейся и особоскоропортящейся, а также готовой кулинарной продукции и полуфабрикатов.	Ответственные сотрудники за организацию питания, члены комиссии по контролю за организацией питания обучающихся
1 раз в месяц	Заседание комиссии по питанию с приглашением классных руководителей 1-11-х классов по вопросам охвата учащихся горячим питанием.	Ответственные сотрудники за организацию питания, члены комиссии по контролю за организацией питания обучающихся
Методическое обеспечение		
1 раз в месяц	Организация консультаций для классных руководителей 1-11 классов по вопросам организации питания	Ответственные сотрудники за организацию питания, члены комиссии по контролю за организацией питания обучающихся
Май	Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития питания в гимназии.	Ответственные сотрудники за организацию питания, члены комиссии по контролю за организацией питания обучающихся
Постоянно	Рассматривать обращения обучающихся и/или их родителей (законных представителей) по вопросам организации и качества питания в гимназии.	Ответственные сотрудники за организацию питания, члены комиссии по контролю за организацией питания обучающихся
План организации работы по улучшению материально-технической базы пищеблока		
Ежедневно	Контроль санитарного состояния пищеблока (чистота посуды, обеденного зала, подсобных помещений)	Ответственные сотрудники за организацию питания, члены комиссии по контролю за организацией питания обучающихся
По мере необходимости	Эстетическое оформление зала столовой	Завхоз
По мере необходимости	Замена устаревшего оборудования	Директор гимназии.
1 раз в месяц	Проверка сохранности состояния помещения и оборудования пищеблока, а также его использования по назначению, контроль за рациональным расходованием ресурсов (электроэнергии, водо- и теплоснабжения).	Завхоз
По мере необходимости	Организация на пищеблоке дезинфекционных мероприятий.	Завхоз.
Воспитание культуры питания, пропаганда здорового образа жизни среди обучающихся		
В течение года	Проведение классных часов по темам организации правильного питания.	Классные руководители 1-11 классов
1 раз в четверть	Выступление на родительских собраниях по вопросам организации питания в гимназии.	Ответственные сотрудники за организацию питания, члены комиссии по контролю за организацией питания обучающихся