

**Программа «Здоровое питание –  
каждому школьнику!».**



В организации питания СОШ № 2 большое значение имеет режим или ритм питания для каждой возрастной группы, правильное распределение рациона питания по отдельным приемам пищи. Немаловажное значение отводится кулинарной обработке, оформлению пищи и обстановке, в которой осуществляется ее прием, включая воспитание гигиенических навыков подготовки к приему пищи и правильное поведение во время еды.

Основной задачей организации питания является обеспечение детей и подростков пищевыми продуктами, соответствующими возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии; принципам рационального, сбалансированного, здорового питания.

Для предупреждения заболеваний желудочно-кишечного тракта дети получают блюда из круп. В рацион входят пищевые продукты повышенной ценности. В меню входят обязательно горячие напитки: чай, кисель, какао со сгущенным молоком, витаминизированные компоты.

Для решения задач организации здорового питания школой задействован целый ряд сотрудников. Прежде всего, это работники пищеблока. Для контроля пищеблока в школе создана бракеражная комиссия. В ее обязанности входит контроль за поступающей продукцией. В школе ведется бракеражный журнал. Деятельность данной комиссии имеет своей задачей контроль за организацией питания, качеством питания школьников.

Одной из задач организации питания в школе является пропаганда здорового образа жизни. Вопрос организации правильным питанием неоднократно рассматривается на педагогических советах, родительских собраниях, классных часах. Поэтому учителями школы разрабатываются и проводятся уроки и внеклассные мероприятия для учащихся и их родителей о значении правильного питания.

«Режим питания. Правила поведения за столом», «Здоровое питание и распорядок дня современного школьника, «Питание и здоровье», «Обработка пищевых продуктов перед употреблением. Правила ухода за посудой»; В начальной школе во внеурочной деятельности ведутся кружки в первом классе «Планета здоровье», «Росток», во втором классе «Город мастер

## 1. Паспорт программы

<b>1. Наименование Программы</b>	Программа «Здоровое питание – каждому школьнику!» разработана СОШ №2 города Облучье на 2015-2019 годы»
<b>2. Основание для разработки Программы</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Конвенция о правах ребенка.</li> <li>▪ Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка».</li> <li>▪ Закон Российской Федерации «Об образовании»</li> </ul>
<b>3. Цель Программы</b>	Обеспечение здорового питания школьников в целях сохранения и укрепления их здоровья, а также профилактики заболеваний.
<b>4. Основные задачи</b>	обеспечение детей и подростков питанием,

<b>Программы</b>	<p>соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-обеспечение доступности школьного питания</li> <li>гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании;</li> <li>-предупреждение (профилактика) среди детей и подростков инфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;</li> <li>-приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствие с современными разработками и технологиями;</li> <li>-пропаганда принципов здорового и полноценного питания.</li> <li>-организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания;</li> <li>-совершенствование системы финансирования школьного питания; оптимизация затрат, включая бюджетные дотации</li> </ul>
<b>5. Сроки реализации Программы</b>	2015-2019гг.
<b>6. Объемы и источники финансирования Программы</b>	<p>Средства Федерального бюджета</p> <p>Средства бюджета муниципального образования</p> <p>Родительские средства</p>
<b>7. Ожидаемые результаты реализации Программы</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;</li> <li>-обеспечение доступности школьного питания;</li> <li>-обеспечение гарантированного качества и безопасности питания и пищевых продуктов, используемых в питании;</li> <li>отсутствие среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;</li> <li>-приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствие с современными разработками и технологиями;</li> <li>-сохранение и укрепление здоровья школьников;</li> <li>-улучшение санитарно-гигиенического и эстетического состояния школьной столовой.</li> </ul>

## 1. СОДЕРЖАНИЕ ПРОБЛЕМЫ, ОБОСНОВАНИЕ НЕОБХОДИМОСТИ ЕЁ РЕШЕНИЯ ПРОГРАММНЫМ МЕТОДОМ

**Питание может быть признано полноценным, если оно достаточно в количественном отношении и по качественному составу, а также покрывает энергетические затраты.**

Разработка и принятие школьной программы вызваны необходимостью сохранения здоровья детей, снижения заболеваемости подрастающего поколения, совершенствования организации и улучшения качества питания, увеличения охвата учащихся горячим питанием, обеспечения их социальной защиты. В настоящее время в школе используется горячее питание на базе буфета-раздаточной. Организация горячего питания осуществляется по двухнедельному рациональному меню, сбалансированному по жирам, белкам и углеводам. Всеми видами питания охвачено 100% обучающихся, из них 100% учащихся - горячим питанием, охват буфетной продукцией - 78%. Охват горячим питанием группы продленного дня составляет 100%. Дети из малообеспеченных семей питаются бесплатно. Стоимость горячего завтрака составляет 20 рублей. Учащиеся питаются по классам согласно графику утвержденному на текущий год. Контроль над посещением школьной столовой учащимися и учетом качества завтраков и обедов ведется классным руководителем. В школьном буфете увеличился ассортимент выпечки: булка дорожная, булка с какао, плюшка с повидлом; пирожки печеные с картошкой, капустой и повидлом; сосиска в тесте.

Разнообразны горячие обеды.

Первые блюда: щи из свежей капусты, суп картофельный с клецками, суп картофельный с макаронными изделиями, суп картофельный с горохом, суп картофельный с рисом, борщ.

Вторые блюда: котлеты, биточки, тефтели в соусе, сосиски отварные, плов из курицы, котлеты и биточки рыбные, филе рыбы, тушенное с овощами.

Гарниры: пюре картофельное, каша гречневая с маслом, капуста тушенная, макароны отварные с маслом, икра кабачковая консервированная, рагу из овощей, икра свекольная отварная.

Напитки: чай с сахаром, компот из сухофруктов, кисель.

Вместе с тем, по результатам диспансеризации и данным мониторинга у 56% детского населения города установлены хронические заболевания и различные отклонения в здоровье. Недостаточное потребление белков, витаминов, аминокислот, микроэлементов отрицательно сказывается на показателях физического развития, способствует постепенному развитию обменных нарушений, хронических заболеваний. В структуре заболеваний среди школьников продолжает расти удельный вес болезней желудочно-кишечного тракта, костно-мышечной системы, крови, эндокринной системы, обмена веществ.

В настоящее время с целью повышения качества питания учащихся, необходимо решить следующие проблемы:

- построение эффективного управления и контроля за организации питания детей;
- нормативно-правовое и методическое обеспечение организации питания;
- необходимость составления меню с учетом физиологических потребности детей в биологически ценных элементах, а не стоимости продуктов питания,
- пропаганда и обучение в области здорового питания.

Разрешить эти проблемы можно только с помощью осуществления комплексного программного подхода к организации здорового питания детей и подростков.

Реализация Программы позволит консолидировать усилия различных служб, направленных на создание благоприятных условий для сохранения и укрепления здоровья детей, снижения риска возникновения заболеваний.

## **2. ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

Целями программы являются:

- создание оптимальной системы питания, способной обеспечить детей и подростков СОШ №2 рациональным питанием в соответствии с действующими нормативными документами с учетом возрастных особенностей детей и экологических факторов региона;
- внедрение механизмов, направленных на комплексную модернизацию материально-технической базы школьного питания, использование новых современных технологий ;
- повышение квалификации кадров системы школьного питания;
- обеспечение детей и подростков образовательных учреждений оптимальным питанием, адекватным возрастным и физиологическим потребностям детей и подростков в пищевых веществах и энергии.

Задачи:

- обеспечение детей и подростков оптимальным питанием, адекватным и физиологическим потребностям детей и подростков в пищевых веществах и энергии.
- обеспечение высокого качества и безопасности питания детей
- развитие системы производственного контроля за качеством и безопасностью используемого сырья и готовой продукции

## **3. СРОКИ И ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Реализация Программы рассчитана на 4 года: 2015-2019 годы.

Этапы реализации программы:

1 этап - 2015 год – этап, в течение которого разрабатывается документация, утверждается новое меню в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.5.2409-08, проведение широкой разъяснительной работы среди участников образовательного процесса о современных подходах к организации правильного питания и здорового питания в жизни человека.

2 этап – 2015-16 год – производится ремонт школьной столовой и пищеблока, формирования кадрового потенциала сферы питания школьной столовой

3 этап - 2017-19 год - завершающий этап, предполагает организацию стабильного функционирования всей основной инфраструктуры системы школьного питания.

#### **4. ОСНОВНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ, ПРЕДУСМОТРЕННЫЕ ПРОГРАММОЙ**

Организация качественного питания состоит из следующих мероприятий.

<i>n/№</i>	<i>Мероприятия</i>
1	Соблюдение санитарно-гигиенических требований к помещению и оборудованию пищеблока.
2	Соблюдение санитарно-гигиенических требований учащимся школы.
3	Решение вопросов гигиены питания. Профилактика пищевых отравлений.
4	Организация одноразового горячего питания (завтрак) для всех учащихся школы
5	Организация двухразового горячего питания (завтрак и обед) для учащихся, посещающих ГПД, внеурочную деятельность.
6	Повышение квалификации поваров.
7	Через классные часы, беседы, родительские собрания пропаганда здорового питания

#### **5. МЕХАНИЗМЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Механизм реализации программы определяет комплекс мероприятий, экономических и правовых рычагов.

Разработчик Программы – СОШ № 2

- разрабатывает в пределах своих полномочий нормативные правовые акты, необходимые для выполнения программы;
- подготавливает доклад о ходе реализации программы;
- разрабатывает перечень целевых показателей для контроля за ходом реализации программы;
- проводит мониторинг результатов реализации мероприятий программы;
- осуществляет координацию деятельности по подготовке и реализации программных мероприятий, а также по анализу и рациональному использованию бюджетных средств и средств из прочих источников финансирования;

## 6. ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Реализация мероприятий Программы позволит:

- повышению доступности питания для более широкого контингента школьников;
- модернизации технологических процессов за счет внедрения современных технологий;
- сохранение и укрепление здоровья школьника.
- обеспечить детей и подростков сбалансированным, рациональным, безопасным питанием.

## 7. МЕРОПРИЯТИЯ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ШКОЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ НА 2012-2014 ГОДЫ»

№ п/п	Организационные мероприятия	Сроки реализации	Ответственные
<b>Нормативно-правовое обеспечение</b>			
1	Разработка и утверждение плана мероприятий по реализации Программы	ежегодно	администрация
2	Разработка локальных актов, регулирующих ответственность и контроль за организацией питания	постоянно	администрация
<b>Организационная работа</b>			
1	Назначение ответственного за организацию питания в СОШ №2 малообеспеченных	ежегодно сентябрь	директор
2	Работа с малоимущими и неблагополучными семьями по оформлению документов и постановке на учет детей, нуждающихся в льготном питании.	в течение года	Директор, заместитель директора по в\р, классные руководители

3	Уточнение списка многодетных, малоимущих детей, опекаемых детей	август каждого года	Классные руководители
4	Согласование режима, рациона питания, ассортиментного перечня, перспективного меню для организации питания детей, технологических карт	в течение года	директор
5	Проведение профилактических прививок	ежегодно до 01 июня	медсестра
6	Организация и проведение периодических медицинских осмотров сотрудников пищеблока	ежеквартально	администрация СОШ № 2
7	Проведение мониторинга состояния здоровья детей и подростков	1 раз в полугодие	медсестра
8	Проведение мониторинга организации питания в школе	ежемесячно	медсестра
9	Анализ заболеваемости детей и подростков	1 раз в полугодие	Медсестра, классные руководители
10	Анкетирование родителей и учащихся по здоровому питанию	апрель каждого года	Классные руководители
<b>Санитарно-просветительская работа</b>			
1	Оформление санитарно-просветительских бюллетеней, проведение классных часов с учащимися и бесед с обучающимися о важности и значимости здорового питания	ежегодно	классные руководители



2	Проведение разъяснительной работы на родительских собраниях о необходимости горячего питания для укрепления здоровья детей	ежегодно сентябрь- октябрь	Администрация, классные руководители
3	Участие в муниципальной акции среди детей и подростков « Мы - за здоровое питание»	ежегодно февраль	Зам. директора по в/р
4	Проведение акции «Мы правильно питаемся и спортом занимаемся»	ежегодно март	учителя физкультуры
Работа с педагогическими кадрами			
1	Проведение совещаний по вопросам организации питания детей и подростков на текущий учебный год	ежегодно сентябрь- апрель	администрация классные руководители
2	Участие в совещаниях по организации летней оздоровительной кампании	ежегодно апрель	директор
Материально-техническое обеспечение			
1	Замена технически устаревшего технологического и оборудования в пищеблоке школьной столовой	2015-2016 годы	администрация



# План мероприятий по реализации Программы «Здоровое питание»

на 2017-2018 уч. год.

№ п/п	Наименование мероприятия	Сроки проведения	Ответственные
<b>1. Создание условий, необходимых для организации здорового питания</b>			
1.1	Изучение нормативных документов по гигиеническим требованиям к организации питания детей и подростков.	август, сентябрь	Администрация школы
1.2	Проведение ремонта пищеблока и школьной столовой.	июнь - август	Директор, зам. директора по АХЧ
1.4	Организация питьевого режима с использованием бутилированной воды.	сентябрь	Зам. директора по ВР
1.5	Осуществление контроля качества и безопасности питания.	Ежедневно	Бракеражная комиссия
<b>2. Организация и проведение диагностических мероприятий</b>			
2.1	Опрос родителей по совершенствованию организации школьного питания.	Сентябрь, январь	Зам. директора по ВР
2.2	Исследование уровня знаний учащихся о здоровом питании.	ноябрь	Совет старшекласников
2.3	Мониторинг состояния здоровья обучающихся.	Октябрь, апрель	Медсестра
2.4	Создание базы данных о состоянии здоровья обучающихся на основе мониторинга.	ноябрь, апрель	Медсестра
2.5	Анкетирование учащихся и родителей по культуре питания.	январь	Зам. директора по ВР
<b>3. Организация и проведение мероприятий по здоровому питанию</b>			

3.1	<p>Проведение бесед, классных часов на темы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Режим питания. Правила поведения за столом»»;</li> <li>- «Здоровое питание и распорядок дня современного школьника»;</li> <li>- «Питание и здоровье»;</li> <li>- «Обработка пищевых продуктов перед употреблением. Правила ухода за посудой»;</li> <li>- «Пищевые риски, продукты, опасные для здоровья»;</li> <li>- «Болезни, передаваемые через пищу. Правила хранения продуктов и готовых блюд».</li> </ul>	В течение года	Классные руководители, учителя биологии, ОБЖ.
3.2	Конкурс «Дружный и здоровый класс».	апрель	Зам. директора по ВР
3.4.	Освещение вопросов правильного питания школьников на страницах школьной газеты	В течение года	Зам. директора по ВР, «Пресс-центр»
3.5.	<p>Оформление информационных стендов»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Что необходимо знать, чтобы быть физически здоровым»</li> </ul>	В течение года	Зам. директора по ВР,
3.6	Конкурс домашних рецептов «Вкусная и здоровая пища».	январь	Учитель технологии, классные руководители
3.7	Конкурс плакатов «Здоровое питание».	апрель	Зам. директора по ВР, классные руководители
3.8	Организация выставок литературы «Правильное питание- основа здоровья», «Питаемся полезно», «Что нужно есть»	В течение года	Зав. библиотекой
<b>4. Работа с родителями</b>			
4.1	Индивидуальное консультирование родителей по вопросам здорового питания.	В течение года	Медсестра, классные руководители

4.2	Информирование родителей по вопросам здорового питания с использованием буклетов, информационных стендов.	В течение года	Администрация, классные руководители
4.3	Родительское собрание «Школьное питание. Каким ему быть?»	февраль	Администрация школы
4.4	Лекторий для родителей «Правильное питание - залог здоровья».	В течение года	Медсестра, классные руководители
<b>5. Работа с педагогами</b>			
5.1	Методические совещания по вопросам пропаганды правильного питания	ноябрь	Зам. директора по ВР, классные руководители, медсестра
5.2	Семинар классных руководителей по обмену опытом «Организация работы с классом по пропаганде правильного питания»	март	Зам. директора по ВР