

Государственное казенное общеобразовательное учреждение «Специальная
(коррекционная) общеобразовательная школа №22»

УТВЕРЖДЕНО
Директором ГКОУ «Специальная
(коррекционная) общеобразовательная
школа №22»
Т.А.Луцкай
« 9 » / 09 2021 г.

*Программа школы здорового питания
«Правильное питание-
это здорово»*



1. Паспорт программы

| | |
|--|--|
| 1. Наименование Программы | Программа «Правильное питание –это здорово» на период с 2021 по 2027 гг. |
| 2. Основание для разработки Программы | <ul style="list-style-type: none"> ▪ 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 2.4.2.3286-15 «Гигиенические требования к условиям организации обучения и воспитания в организациях осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ОВЗ» ▪ СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения». ▪ Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций. МР2.4.0179-20 |
| 3. Разработчики Программы | Администрация, медицинская сестра |
| 4. Основные исполнители Программы | Администрация, педагогический коллектив школы, мед. работник, работник школьной столовой, родители. |
| 5. Цель Программы | Обеспечение качественным, здоровым питанием школьников в целях сохранения и укрепления их здоровья и профилактики заболеваний. |
| 6. Основные задачи Программы | <ul style="list-style-type: none"> • 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 | <ul style="list-style-type: none"> • Организация рационального питания обучающихся; • Обеспечение высокого качества и безопасности питания; • Организация образовательно-разъяснительной работы |

| | |
|--|---|
| | <p>по вопросам здорового питания; пропаганда принципов здорового и полноценного питания.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Организация работы по улучшению материально-технической базы пищеблока. |
| 9. Этапы реализации Программы | 2021-2027 гг. |
| 10. Объемы и источники финансирования | <ul style="list-style-type: none"> • Средства Федерального бюджета и бюджета Ставропольского края по безналичному расчету, путем перечисления денежных средств на расчетный счет ОАО «Исток» на основании акта выполненных работ. • |
| 11. Ожидаемые результаты реализации Программы | <ul style="list-style-type: none"> • Наличие пакета документов по организации школьного питания; • обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания; • обеспечение доступности школьного питания • обеспечение гарантированного качества и безопасности питания и пищевых продуктов, используемых в питании; • отсутствие среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания; • сохранение и укрепление здоровья школьников; • улучшение санитарно-гигиенического и эстетического состояния школьной столовой; • 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. |
| 12. Организация контроля за исполнением Программы | <ul style="list-style-type: none"> • Общественный контроль за организацией и качеством питания школьников со стороны родительского комитета школы; • Информирование общественности о состоянии школьного питания через сайт школы; • Информирование родителей на родительских собраниях. |
| Содержание Программы | <ol style="list-style-type: none"> 1. Паспорт Программы «Здоровое питание-это здорово» 2. Содержание проблемы и обоснование необходимости её решения. 3. Принципы здорового питания 4. Характеристика Программы: <ul style="list-style-type: none"> • Цель Программы; • Задачи; • Ожидаемые результаты реализации; • Направления Программы; • Характерные черты Программы 5. Характеристика ресурсов Программы: <ul style="list-style-type: none"> • Нормативно-правовые ресурсы; |

- | | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Кадровое обеспечение <p>6. Механизм реализации Программы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • контроль за организацией питания; • выполнение задач и обязанностей участников образовательного процесса в решении вопросов здорового питания обучающихся, воспитанников. <p>7. Комплекс мероприятий, направленных на реализацию Программы.</p> |
|--|--|

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

2. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Здоровье детей и подростков в любом обществе, в любых экономических политических условиях является актуальной проблемой и предметом первоочередной важности, так как этот фактор в значительной степени определяет будущее страны, являясь при этом, наряду с другими показателями, чутким барометром развития страны.

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

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

Их устранение снижает вероятность возникновения заболеваний пищеварительной системы в среднем на 15%.

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 витамина 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).

Структура питания населения России, особенно детей школьного возраста, характеризуется недостаточным потреблением наиболее ценных в биологическом отношении пищевых продуктов, таких как мясо и мясопродукты, молоко и молочные продукты, рыба и рыбные продукты, яйца, фрукты, овощи. И как следствие сложившейся структуры питания на первый план выходят следующие нарушения пищевого статуса: дефицит животных белков (10-15% от рекомендуемых величин), выраженный дефицит большинства витаминов.

Очень серьезной является проблема недостаточности в питании населения ряда минеральных веществ и микроэлементов, таких как калий, железо, йод, фтор, селен, цинк. Все это приводит к резкому снижению устойчивости организма к неблагоприятным факторам и развитию иммунодефицитных состояний.

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.

Очень важно, чтобы школа стала началом распространения знаний и умений в построении здорового питания.

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.

Поэтому показателями здорового образа жизни школьника являются:

- оптимальный, соответствующий возрасту режим двигательной активности
- соблюдение рационального режима дня, учебного труда и отдыха
- правильно организованное питание: соблюдение научно обоснованного рациона, калорийности пищи и режима питания
- соблюдение правил личной гигиены: гигиены тела, одежды, питания, сна, умственного и физического труда
- соблюдение правил личной гигиены: гигиена тела, одежды, питания, сна, умственного и физического труда
- отсутствие вредных привычек и пристрастий.

Состояние здоровья определяется различными факторами:

- наследственностью,

- внешней средой, а также одно из ведущих мест принадлежит фактору питания. Влияние питания на организм, в особенности на растущий, многогранно: оно не только обеспечивает гармоническое развитие и укрепляет общее состояние здоровья, но может повышать работоспособность и улучшать успеваемость школьников.

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

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

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

А между тем питание является важнейшим фактором здоровья человека. Это и послужило отправной точкой для создания программы **Школы здорового питания** «Здоровое питание-это здорово», которая признана не только формировать у школьника рациональное отношение к собственному питанию, но и дать представление об основных принципах здорового образа жизни.

Анализ педагогической деятельности по организации питания в школе

Рацион питания учащихся соответствует примерному 10-дневному меню, которое составляется с учетом требований Роспотребнадзора и методических рекомендаций МР 2.4.0179-20 «Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций» от 18 мая 2020г.

Заметны изменения по организации в лучшую сторону: расширился ассортимент продуктов, добавились овощные и фруктовые салаты, соки. Постоянно проводится витаминизация блюд.

Питьевой режим в школе организован в виде стационарных питьевых фонтанчиков. Для обучающихся начальных классов - очистительными системами воды Кеосан, которая предназначена для очистки и минерализации воды, что повышает ее терапевтическое действие на организм.

В начале каждого нового учебного года планируется работа по данному направлению среди педагогов (классных руководителей, педагога-психолога), обучающихся школы, организовывается работа по улучшению материально-технической базы школьной столовой, а также проводится организационно-аналитическая работа.

На первых, в учебном году, родительских собраниях вопрос организации питания один из самых важных. Для родителей проводится анкетирование, с целью выяснения качества организации питания в школе, удовлетворенности санитарным состоянием столовой, качеством приготовления пищи.

В течение учебного года проводятся родительские собрания по воспитанию культуры питания, пропаганде ЗОЖ среди родителей, на которых выступают работники школьной столовой, привлеченные специалисты, члены администрации школы. Вопросы работы школы по улучшению питания учащихся, рассматриваются на административных советах, совещаниях при директоре, совещаниях классных руководителей, классных часах и родительских собраниях.

Оценку качества готовых блюд ежедневно проводит бракеражная комиссия, во главе с дежурным администратором, результат бракеража регистрируется в «Журнале бракеража готовой продукции» в соответствии с рекомендуемой формой.

В течение учебного года в классах организуются классные часы по темам: «Режим дня и его значение», «Культура приема пищи», «Витамины – наши друзья», викторины «Питание и твое здоровье», утренники «Путешествие в страну питания», беседы «Правила поведения за столом», конкурсы газет и рисунков «О вкусной и здоровой пище», «Азбука здорового питания». В рамках программы предмета ОБЖ проводятся уроки о правильном и здоровом питании. В межсезонье с целью

профилактики заболевания гриппом, ОРЗ и ОРВИ учащиеся получают витаминизированные третьи блюда.

В ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа №22» созданы все условия по организации питания учащихся.

Для общественного питания образовательного учреждения и для обслуживания обучающихся, воспитанников в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.3/2.4.3590-20 в школе оборудован пищеблок, состоящий из двух помещений: буфета-раздаточного, где производится раздача готовой продукции, поступающей из столовой «Весна» ООО «Исток», и обеденного зала на 50 посадочных мест. Зал оснащен удобной мебелью (столами и скамьями) с покрытием, позволяющим проводить их обработку с применением моющих и дезинфицирующих средств.

Буфет-раздаточная оборудована двумя цельнометаллическими производственными столами; первый стол предназначенный для нарезки (хлеба, овощей, сыра, масла и т.д.), второй – для термоконтейнеров. Столы имеют покрытие, позволяющее проводить их обработку с применением моющих и дезинфицирующих средств, и отвечающее требованиям безопасности для материалов, контактирующих с пищевыми продуктами. Стеллажи для посуды, инвентаря имеют высоту от пола 15 см, что позволяет проводить влажную уборку. 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, устойчивые для обработки дезинфицирующими средствами.

Установлена раковина для мытья рук, 3-х секционные моечные ванны с подводкой холодной и горячей воды через смесители с душевыми насадками. Холодная и горячая вода, используемая в технологических процессах обработки пищевых продуктов, мытье столовой посуды, оборудования, инвентаря, санитарной обработке помещений, соблюдения правил личной гигиены отвечает требованиям, предъявляемым к питьевой воде.

На пищеблоке разработана нормативно-правовая документация, обеспечивающая деятельность столовой и ее работника: инструкции и рекомендации для сотрудников, журналы бракеража пищевых продуктов, журнал здоровья, журнал обработки (дезинфекции) посуды и другие. Помещения и оборудование столовой соответствуют нормам и требованиям СанПиНа, об этом свидетельствуют акты приемки школы к новому учебному году.

Обучающиеся, воспитанники 1-х-4-х классов получают бесплатное двухразовое питание-завтраки обед, финансируемое Федеральным бюджетом. Обучающиеся, воспитанники 5-х-9-х классов получают бесплатное двухразовое питание, финансируемое бюджетом Ставропольского края.

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

3.Участники программы:

Семья:

- организация общественного контроля питания через делегирование полномочий членам общешкольного родительского комитета.

Администрация:

- индивидуальные беседы;
- пропаганда санитарно-гигиенических знаний среди участников образовательного процесса.

Педагогический коллектив:

- совещания;
- семинары;
- пропаганда здорового образа жизни;

3.1. Характеристика Программы:

Цель программы:

Обеспечение здорового питания школьников в целях сохранения и укрепления их здоровья, а также профилактики заболеваний. Формирование культуры здорового питания.

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;
- обеспечение гарантированного качества и безопасности питания и пищевых продуктов, используемых в питании;
- предупреждение (профилактика) среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;
- приведение материально-технической базы школьной столовой в соответствие с современными разработками и технологиями;
- пропаганда принципов здорового и полноценного питания;
- организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания и культуры питания;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, на использование здорового питания, формирование знаний о негативных факторах риска здоровью;

Ожидаемые результаты реализации Программы

- наличие сформированного пакета документов по организации школьного питания;
- обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;
- обеспечение доступности школьного питания;
- отсутствие среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;
- улучшение здоровья и повышение учебных успехов школьников благодаря совершенствованию качества школьного 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.

4. Основные направления по реализации Программы.

1. Совершенствование нормативно-правовой базы организации питания обучающихся, воспитанников.

- Участие всех заинтересованных лиц в разработке проектов нормативно-правовых актов в части организации питания школьников.
- Формирования требований к качеству питания.

2. Формирование унифицированных подходов к применяемым схемам организации питания и требований к качеству и безопасности продукции.

- Создание комиссии по контролю за организацией и качеством питания учащихся (в состав комиссии входят представители администрации школы, члены Родительского совета, медицинская сестра, повар)
- Разработка и утверждение единых требований к режиму питания.
- Разработка и утверждение типового **циклического меню** с учетом возрастных особенностей детей.

При разработке меню важно учитывать:

- соответствие калорийности пищевого рациона суточным энергозатратам;
- соответствие химического состава, калорийности и объема рациона возрастным потребностям и особенностям организма;
- сбалансированное соотношение пищевых веществ в рационе (белков, жиров и углеводов, а также белков и жиров растительного и животного происхождения);

- использование широкого ассортимента продуктов, в том числе овощей, фруктов, ягод и разнообразной зелени;
- правильная кулинарно-технологическая обработка продуктов с целью сохранения биологической и пищевой ценности, высоких органолептических свойств и усвояемости пищевых веществ;
- строгое соблюдение режима питания.

3. Развитие и укрепление материально-технической базы школьной столовой

- Проведение инвентаризации материально-технической базы школьной столовой и пищеблока;
- Замена посуды;
- Частичная замена технологического оборудования;
- Приобретение нового технологического оборудования (посудомоющей машины);
- Создание безопасных условий работы работников школьной столовой;
- Ремонт обеденного зала школьной столовой;
- Оформление обеденного зала школьной столовой.

4. Кадровое обеспечение организации школьного питания

Повышение профессионального уровня кадрового состава работника школьной столовой, медицинского работника в части соответствия организации школьного питания предъявляемым требованиям (в том числе на базе краевых учреждений профессионального образования соответствующего профиля)

5. Осуществление мониторинга качества школьного питания

- Создание и развитие на объектах школьного питания системы эффективного производственного контроля
- Необходимо совершенствовать формы обслуживания обучающихся.

Методы непосредственного воздействия на формирование рационов питания школьников

- проведение мероприятий по контролю организации питания в школе;
- согласование рационов питания детей в школе.

Разъяснительная работа:

С должностными лицами, педагогами и родителями обучающихся, воспитанников (обсуждение проблем на совещаниях, родительских собраниях и т. п.);

Важна просветительская работа в области здорового питания, как среди педагогического персонала школы и работников школьной столовой, так и среди обучающихся, воспитанников, начиная с самых первых классов, а также их родителей. Необходимо сформировать у детей оптимальное пищевое поведение в соответствии с принципами здорового питания.

Поэтому разъяснительная работа с родителями и педагогами должна быть направлена на ликвидацию информационного дефицита в вопросах культуры питания, обеспечение педагогов и родителей исчерпывающей информацией об организации школьного питания.

На собрания в школу можно приглашать медиков и работников пищевой промышленности, для того чтобы донести до родителей информацию о правильном питании детей и взрослых.

5. План деятельности по реализации Программы

| № | Мероприятия | Сроки | Ответственные | Планируемый результат и выполнение |
|---|--|-------------------------|----------------------|---|
| 1. Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение | | | | |
| 1. | Назначение ответственного за организацию питания в школе | сентябрь | директор школы | приказ |
| 2 | Совещание при директоре по вопросам организации и | сентябрь, май, ежегодно | директор | протокол, план работы |

| | | | | |
|--|---|----------------------------|------------------------------------|--------------------------------|
| | развития школьного питания | | | |
| 3 | Административное совещание с приглашением классных руководителей 1-9 классов по организации питания по вопросам: - охват учащихся горячим питанием - соблюдение сан. гигиенических требований; - профилактика инфекционных заболеваний | октябрь, февраль, ежегодно | директор | протокол, план работы |
| 4 | Организация работы бракеражной комиссии по питанию | в течение года | | |
| 5 | Осуществление ежедневного контроля за работой столовой | в течение года | | |
| 2. Работа с обучающимися, воспитанниками. | | | | |
| 1 | Проведение уроков–здоровья | ежегодно | классные руководители | планы уроков |
| | Конкурс стенгазет: «О вкусной и здоровой пище» (3-4 классы) «Правильное питание» (5-6 классы) | январь | зам. директора по ВР | |
| 2 | Игра – праздник для учащихся начальной школы «Золотая осень». Конкурс поделок из овощей и фруктов. | октябрь, ежегодно | зам. директора по ВР | информация для школьной газеты |
| 3 | «Масленица» | февраль, ежегодно | зам. директора по ВР, директор СДК | информация для школьной газеты |
| 4. | Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся | ежемесячно | Зам директора по УВ | аналитическая информация |
| 5 | Анкетирование учащихся по вопросам питания | ежегодно | Классные руководители | результаты анкетирования |
| 6 | Выставка книг по теме: «Гигиена питания». | ежегодно | библиотекарь | список предложенной литературы |

| | | | | |
|---|---|----------|--|---|
| 7 | Проведение классных часов | | классные руководители | планы классных часов |
| 8 | Конкурс на самый интересный проект оформления школьной столовой | октябрь | зам. директора по ВР | материалы конкурса |
| 9 | Конкурс «Хозяюшка» | март | учитель ОБЖ | информация для школьной газеты |
| 10 | Работа над проектами по формированию здорового образа жизни | ежегодно | учителя - предметники | |
| 11 | Проведение Дня здоровья | 7 апреля | учитель физкультуры | отчёт о проведении Дня здоровья, информация для школьной газеты |
| 3. Работа с педагогическим коллективом | | | | |
| 1. | Обсуждение вопросов горячего питания на совещаниях, семинарах классных руководителей | ежегодно | директор школы | протоколы |
| 2 | Организация консультаций для классных руководителей: - культура поведения учащихся во время приема пищи, - соблюдение санитарно-гигиенических требований, организация горячего питания - залог сохранения здоровья | ежегодно | зам. директора по ВР | |
| 3 | Ведение пропаганды здорового питания | ежегодно | классные руководители | планы воспитательной работы |
| 4 | Осуществление постоянного наблюдения за состоянием питания. | ежегодно | директор, ответственный за питание, классные руководители | |
| 5 | Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания, внедрению новых форм | ежегодно | зам. директора по ВР, классные руководители, повар, завхоз | отчёт за год |

| | | | | |
|---|--|--------------------|--|---|
| | обслуживания учащихся | | | |
| 6. | Стимулировать классных руководителей, добившихся максимального охвата питанием | ежемесячно | директор школы | приказ, протокол заседания комиссии по распределению стимулирующей части фонда заработной платы |
| 4. Работа с родителями | | | | |
| 1 | Просветительская работа среди родителей о правильном и полноценном питании учащихся на родительских собраниях | ежегодно | классные руководители, заместитель директора по ВР, медицинский работник | протоколы родительских собраний |
| 2 | Изучения отношения родителей к организации горячего питания в школе | ежегодно | классные руководители, | протоколы родительских собраний |
| 3. | Привлечение родителей к проведению внеклассных мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к ЗОЖ. | ежегодно | классные руководители | протоколы родительских собраний |
| 4. | Индивидуальные консультации о правильном питании | ежегодно | Классные руководители, медработник | план воспитательной работы |
| 5. | Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания» | май, ежегодно | Классные руководители | протоколы родительских собраний |
| 5. Контроль за организацией горячего питания и работой школьной столовой | | | | |
| 1 | Оформление стенда «Питание-залог здоровья» | сентябрь, ежегодно | Медработник | материалы стенда |
| 2 | Проверка соответствия рациона питания согласно утвержденному меню | ежемесячно | Бракеражная комиссия | акты проверок |
| 3 | Расширение ассортимента продуктов питания. | постоянно | заведующая столовой ОАО «Исток» | меню |
| 4 | Соблюдение графика | ежедневно | Классные руководители | |

| | | | | |
|--|---|------------------------------------|-----------------------|-----------------------------|
| | питания учащихся | | | |
| 5 | Личная гигиена учащихся | ежедневно | Классные руководители | |
| 6. Организация работы по улучшению материально-технической базы столовой, расширению сферы услуг для учащихся и родителей | | | | |
| 1. | Продолжение эстетического оформления зала столовой | ежегодно | Завхоз | |
| 2 | Организация закупки технологического оборудования для столовой. | по мере поступления финансирования | директор, завхоз | материалы о закупках, сметы |
| 3 | Организация текущего и капитального ремонта школьной столовой | июль-август | директор, завхоз | сметы |

6. Мониторинг эффективности реализации программы

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.);
- 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.

В качестве оценки эффективности деятельности по формированию основ культуры питания может быть приведено анкетирование (Приложение 4)

План работы по контролю за организацией и качеством питания ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа №22»

| № п/п | Мероприятие | Сроки | Ответственный |
|------------------|--|--------------------------------|----------------------------|
| 1 | Создание бракеражной комиссии, приказ «Об организации питания и распределению обязанностей по школьной столовой» | Сентябрь | Директор ОУ |
| 2 | Проведение анкетирования среди учащихся «Нравятся ли учащимся школьные обеды?» | Ежемесячно | Зам директора по УВ |
| 3 | Общешкольное родительское собрание «Полноценное питание и здоровье школьника» | Октябрь | Медработник |
| 4 | Проведение классных часов в 1-11 классах: <ul style="list-style-type: none"> ▪ «Умение вести себя в гостях» ▪ «Правила этикета за столом» ▪ «Здоровое питание – залог здоровья и хорошей успеваемости ученика» | В течение учебного года | Кл. руководители |
| 5 | Выставка рисунков среди учащихся 5-х – 9-х классов: «Красна изба углами, а стол – пирогами» | Декабрь | Ст. вожатая |
| 6 | Проведение уроков практической гигиены для учащихся основной школы: «Гигиена питания» «Красивая улыбка» | В течение учебного года | Медработник |
| 7 | Выпуск общешкольных газет <ul style="list-style-type: none"> ▪ «Кладовая витаминов – для | Март | Кл. руководители |

| | | | |
|---|--|------------------|---|
| | здоровья необходима!» ▪ «Чем грозит нехватка йода детскому организму» ▪ «Могут ли школьники не болеть?» | | |
| 8 | Контроль за работой школьной столовой | <i>постоянно</i> | <i>Администрация, медработник, завхоз</i> |
| 9 | Контроль за качеством питания. | <i>Ежедневно</i> | <i>Бракеражная комиссия</i> |

Критерии, индикаторы, показатели оценки достижения результатов

| Критерий | Индикатор | Показатель |
|--|---|--|
| Охват горячим питанием учащихся 1-9 классов | Мониторинг охвата горячим питанием учащихся 1-9 классов | 100 % от общего количества учащихся 1-9 классов |
| Качество организации питания в школе глазами учащихся, родителей (законных представителей), педагогов | Анкетирование учащихся, родителей (законных представителей), педагогов | положительная динамика количества положительных ответов (% положительных ответов) |
| Знание и соблюдение учащимися основ этикета при приеме пищи | Анкетирование учащихся, наблюдение за поведением учащихся в столовой | % учащихся, знающих и соблюдающих основы этикета (положительная динамика) |
| Сформированность основ знаний о здоровом питании | Анкетирование, тестирование | % учащихся и родителей (законных представителей), имеющих основы знаний о здоровом питании (положительная динамика) |
| Соответствие питания школьников гигиеническим требованиям и рекомендациям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» | Анализ санитарно-технического состояния школьной столовой, технический контроль соответствия технологического оборудования паспортным характеристикам | Акт приемки школьной столовой к новому учебному году, акт-заключение о соответствии технологического оборудования паспортным характеристикам |
| | Мониторинг качества приготовления пищи и соответствия энергетической ценности рациона питания энергозатратам организма ребенка и объему потребляемой пищи | Положительные отзывы и предложения |
| | Мониторинг уровня заболеваемости органов пищеварения у учащихся | Положительная динамика результатов диспансерных осмотров учащихся |
| | Проведение лабораторных исследований органами Роспотребнадзора | Отрицательная динамика или отсутствие предписаний со стороны Роспотребнадзора |
| Доля учащихся, охваченных программами по формированию навыков | Анализ воспитательной работы классных руководителей 1 – 11 | 100% от общего количества учащихся школы |

| | | | |
|-------------------|--|-------------------------------|--|
| здорового питания | классов, классных, посещение занятий по программам | проверка журналов, занятия по | |
|-------------------|--|-------------------------------|--|

Заключение

Содержание программы позволяет осуществить связь со всеми предметами, изучаемыми в школе: русским языком (работа с текстами, затрагивающими тематику питания); математикой (эффективным средством формирования умений и навыков сохранения и укрепления здоровья являются задачи со здоровьесберегающим содержанием); окружающим миром; литературным чтением, ИЗО (рисунки), технологией (изготовление муляжей фруктов и овощей) и других. Формированию представлений об основах культуры питания способствует не только система воспитательной внеурочной работы, но и через образовательный процесс, включающий уроки русского языка, математики, окружающего мира, литературного чтения, ИЗО, технологии.

Всё это открывает дополнительные возможности для развития учащихся, позволяя применять в новых условиях знания, умения, навыки, приобретённые на других уроках. Интерес к проблеме правильного питания, отношение к ней в значительной степени обуславливается психологическим климатом семьи. Работа с родителями начинается с установления контакта с семьёй, выработки согласованных действий и единых требований.

Учитывая тот факт, что дети и подростки первую половину дня находятся в школе и питание в школе должно составлять 60% - 70% ежедневного рациона учащихся, качество и эффективность школьного питания становятся важными факторами сохранения интеллектуального капитала и здоровья подрастающего поколения.

Таким образом, такое содержание программы по формированию у детей основ культуры питания позволяет подвести детей к пониманию того, что составляющей здорового образа жизни является правильное питание. Проведённые беседы, экскурсии, занятия, конкурсы, праздники для детей, встречи с родителями, консультации и рекомендации для них, помогли в интересной и увлекательной форме окунуться к истории, сути и актуальности вопроса о правильном питании.

Приложение №1

Положение о бракеражной комиссии в ГКОУ «Специальная(коррекционная) общеобразовательная школа №22»

I. Общее положение

1.1. Настоящее Положение разработано в целях усиления контроля за качеством питания в школе. Бракеражная комиссия создается распоряжением директора школы на начало учебного года.

1.2. Бракеражная комиссия в своей деятельности руководствуются

- СанПиН 2.4.2.3286-15 «Гигиенические требования к условиям организации обучения и воспитания в организациях осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ОВЗ»
- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».
- Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций. МР2.4.0179-20

II. Основные задачи

2.1. Предотвращение пищевых отравлений.

2.2. Предотвращение желудочно-кишечных заболеваний.

2.3. Контроль за соблюдением технологии приготовления пищи.

2.5. Организация полноценного питания.

III. Содержание и формы работы

- 3.1. Бракеражный контроль проводится органолептическим методом (метод определения показателей качества продукции на основе восприятий органов чувств: зрения, обоняния, слуха, осязания, вкуса).
- 3.2. Бракераж пищи проводится до начала отпуски каждой вновь приготовленной партии. При проведении бракеража проверяется выполнение требований на полуфабрикаты, готовые блюда и кулинарные изделия.
- 3.3. Снятие бракеражной пробы осуществляется за 30 минут до начала раздачи готовой пищи из общего котла, предварительно перемешав тщательно пищу в котле.
- 3.4. Оценка «Пища к раздаче допущена» дается в том случае, если не была нарушена технология приготовления пищи, а внешний вид блюда соответствует требованиям. Оценка «Пища к раздаче не допущена» дается в том случае, если при приготовлении пищи нарушалась технология приготовления пищи, что повлекло за собой ухудшение вкусовых качеств и внешнего вида. Такое блюдо снимается с реализации, а материальный ущерб возмещает ответственный за приготовление данного блюда.
- 3.5. Оценка качества блюд и кулинарных изделий заносится в журнал установленной формы и оформляется подписями членов комиссии.
- 3.6. Бракеражная комиссия проверяет наличие суточных проб.

IV. Управление и структура

- 4.2. В состав бракеражной комиссии входит не менее трех человек: медицинский работник, работник пищеблока и представитель администрации образовательного учреждения.
- 4.3. Лица, проводящие органолептическую оценку пищи должны быть ознакомлены с методикой проведения данного анализа (приложение).

V. Документация бракеражной комиссии

- 5.1. Результаты бракеражной пробы заносятся в бракеражный журнал установленного образца «Журнал бракеража готовой продукции».
- 5.2. В бракеражном журнале указывается дата и час изготовления блюда, наименование блюда, время снятия бракеража, результаты органолептической оценки и степени готовности блюда, результаты взвешивания порционных блюд, разрешение к реализации блюда.
- 5.3. Бракеражный журнал должен быть пронумерован, прошит и скреплен печатью учреждения.
- 5.4. Хранится бракеражный журнал у заведующего пищеблоком.

Приложение №2 к Положению

1. Методика органолептической оценки пищи

- 1.1. Органолептическую оценку начинают с внешнего осмотра образцов пищи. Осмотр лучше проводить при дневном свете. Осмотром определяют внешний вид пищи, её цвет.
- 1.2. Затем определяется запах пищи. Запах определяется при затаённом дыхании. Для обозначения запаха пользуются эпитетами: чистый, свежий, ароматный, пряный, молочнокислый, гнилостный, кормовой, болотный, илистый. Специфический запах обозначается: селёдочный, чесночный, мятный, ванильный, нефтепродуктов и т.д.
- 1.3. Вкус пищи, как и запах, следует устанавливать при характерной для неё температуре.

1.4. При снятии пробы необходимо выполнять некоторые правила предосторожности: из сырых продуктов пробуются только те, которые применяются в сыром виде; вкусовая проба не проводится в случае обнаружения признаков разложения в виде неприятного запаха, а также в случае подозрения, что данный продукт был причиной пищевого отравления.

2. Органолептическая оценка первых блюд.

2.1. Для органолептического исследования первое блюдо тщательно перемешивается в котле и берётся в небольшом количестве на тарелку.

Отмечают внешний вид и цвет блюда, по которым можно судить о соблюдении технологии его приготовления. Следует обращать внимание на качество обработки сырья: тщательность очистки овощей, наличие посторонних примесей и загрязнённости.

2.2. При оценке внешнего вида супов и борщей проверяют форму нарезки овощей и других компонентов, сохранение её в процессе варки (не должно быть помятых, утративших форму, и сильно разваренных овощей и других продуктов).

2.3. При органолептической оценке обращают внимание на прозрачность супов и бульонов, особенно изготавливаемых из мяса и рыбы.

Недоброкачественные мясо и рыба дают мутные бульоны, капли жира имеют мелкодисперсный вид и на поверхности не образуют жирных янтарных плёнок.

2.4. При проверке пюреобразных супов пробу сливают тонкой струйкой из ложки в тарелку, отмечая густоту, однородность консистенции, наличие непротёртых частиц. Суп-пюре должен быть однородным по всей массе, без отслаивания жидкости на его поверхности.

2.5. При определении вкуса и запаха отмечают, обладает ли блюдо присущим ему вкусом, нет ли постороннего привкуса и запаха, наличия горечи, несвойственной свежеприготовленному блюду кислотности, недосолености, пересола. У заправочных и прозрачных супов вначале пробуют жидкую часть, обращая внимание на аромат и вкус. Если первое блюдо заправляется сметаной, то вначале его пробуют без сметаны.

2.6. Не разрешаются блюда с привкусом сырой и подгоревшей муки, с недоваренными или сильно переваренными продуктами, комками заварившейся муки, резкой кислотностью, пересолом и др.

3. Органолептическая оценка вторых блюд.

3.1. В блюдах, отпускаемых с гарниром и соусом, все составные части оцениваются отдельно. Оценка соусных блюд (гуляш, рагу) даётся общая.

3.2. Мясо птицы должно быть мягким, сочным и легко отделяться от костей.

3.3. При наличии крупяных, мучных или овощных гарниров проверяют также их консистенцию. В рассыпчатых кашах хорошо набухшие зёрна должны отделяться друг от друга. Распределяя кашу тонким слоем на тарелке, проверяют присутствие в ней необрушенных зёрен, посторонних примесей, комков. При оценке консистенции каши её сравнивают с запланированной по меню, что позволяет выявить недовложение.

3.4. Макароны изделия, если они сварены правильно, должны быть мягкие и легко отделяться друг от друга, не склеиваясь, свисать с ребра вилки или ложки. Биточки и котлеты из круп должны сохранять форму после жарки.

3.5. При оценке овощных гарниров обращают внимание на качество очистки овощей и картофеля, на консистенцию блюд, их внешний вид, цвет.

Так, если картофельное пюре разжижено и имеет синеватый оттенок, следует поинтересоваться качеством исходного картофеля, процентом отхода, закладкой и выходом, обратить внимание на наличие в рецептуре молока и жира. При подозрении на несоответствие рецептуре – блюдо снимается с реализации.

3.6. Консистенцию соусов определяют, сливая их тонкой струйкой из ложки в тарелку. Если в состав соуса входят пассированные корни, лук, их отделяют и проверяют состав, форму нарезки, консистенцию. Обязательно обращают внимание на цвет соуса. Если в него входят томат и жир или сметана, то соус должен быть приятного янтарного цвета. Плохо приготовленный соус, горьковато-неприятный вкус. Блюдо, политое таким соусом, не вызывает аппетита, снижает вкусовые достоинства пищи, а следовательно, её усвоение.

3.7. При определении вкуса и запаха блюд обращают внимание на наличие специфических запахов. Особенно это важно для рыбы, которая легко приобретает посторонние запахи из окружающей среды. Варёная рыба должна иметь вкус, характерный для данного её вида с хорошо выраженным привкусом овощей и пряностей, а жареная – приятный слегка заметный привкус свежего жира, на котором её жарили. Она должна быть мягкой, сочной, не крошащейся сохраняющей форму нарезки.

3.8. Для определения правильности веса штучных готовых кулинарных изделий и полуфабрикатов одновременно взвешиваются 5 - 10 порций каждого вида, а каш, гарниров и других нештучных блюд и изделий - путем взвешивания порций, взятых при отпуске потребителю.

Бракеражный журнал (форма для заполнения)

| Дата и час изготовления блюда | Время снятия бракеража | Наименование блюда | результаты органолептической оценки и степени готовности блюда | Разрешение к реализации блюда | подписи членов бракеражной комиссии | Результаты взвешивания порционных блюд | примечание |
|-------------------------------|------------------------|--------------------|--|-------------------------------|-------------------------------------|--|------------|
| | | | | | | | |

Приложение №3.

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? Расположите данные факторы в определенном порядке - от самого важного до наименее важного. Наиболее важный фактор будет иметь номер 1, второй по значимости - номер 2, и так далее, наименее важный фактор - номер 8:

- 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. Как часто Ваш ребенок употребляет следующие продукты, блюда и напитки:

| | Каждый или почти каждый день | Несколько раз в неделю | Реже 1 раза в неделю | Не ест совсем |
|---|------------------------------|------------------------|----------------------|---------------|
| продукты | | | | |
| 1. Каши (любые каши, в том числе овсяная, гречневая, рисовая и др.) | | | | |
| 2. Супы (любые) | | | | |
| 3. Кисломолочные продукты (ряженка, кефир, йогурт и т.д.) | | | | |
| 4. Творог/творожки, блюда из творога | | | | |
| 5. Свежие фрукты | | | | |
| 6. Свежие овощи и салаты из свежих овощей | | | | |
| 7. Хлеб, булка | | | | |
| 8. Мясные блюда | | | | |
| 9. Рыбные блюда | | | | |
| 10. Яйца и блюда из яиц | | | | |
| 11. Колбаса/сосиски | | | | |
| 12. Чипсы | | | | |
| 13. Сухарики в пакетиках | | | | |
| 14. Бутерброды | | | | |
| 15. Леденцы | | | | |
| 16 Шоколад, конфеты | | | | |
| 17. Пирожные/торты | | | | |
| НАПИТКИ | | | | |
| 18. Молоко | | | | |
| 19. Какао | | | | |
| 20. Сок/морс | | | | |
| 21. Компот/кисель | | | | |
| 22. Сладкая газированная вода (пепси-кола и т.п.) | | | | |
| 23. Минеральная вода | | | | |

6. *Какие основные приемы пищи присутствуют в режиме дня Вашего ребенка, в том числе считая приемы пищи в школе?*

- Завтрак
- Второй завтрак
- Обед
- Полдник
- Ужин

7. *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

8. *Как Вы оцениваете необходимость обучения Вашего ребенка правильному питанию в школе?*

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

9. *Как Вы оцениваете возможные результаты обучения ребенка правильному питанию в школе?*

- 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. Сталкивались ли вы с проблемами в организации питания ребенка?
2. Какие темы, на ваш взгляд, вызвали наибольший интерес у вашего ребенка?
3. Какие разделы, по вашему мнению, были особенно полезны и важны для изучения?
4. Помогла ли вам программа решить проблемы с организацией питания детей?
5. Изменилось ли отношение вашего ребенка к режиму, гигиене и продуктам питания в ходе знакомства с программой?

Анкета для родителей 3.

1. Удовлетворяет ли Вас система организации питания в школе?
2. Считаете ли Вы рациональной 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?

Анкета для учащихся 1.

1. Удовлетворяет ли тебя система организации питания в школе?
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 учащихся 3: «Завтракал ли ты?»

1. Что ты ел на завтрак?
2. Считаешь ли ты завтрак необходимым?
3. Какие твои любимые овощи?
4. Какие овощи ты не ешь?
5. Сколько раз в день ты ешь овощи?
6. Любишь ли ты фрукты?
7. Какие фрукты твои любимые?
8. Сколько раз в день ты ешь свежие фрукты?
9. Что ты ешь чаще всего между основными приемами пищи?
10. Какой напиток ты пьешь чаще всего?

11. Считаешь ли ты продукты, которые употребляешь полезными для себя?
12. Считаешь ли ты, что твой вес: нормальный, избыточный, недостаточный?

Анкета для учащихся 4.

1. Как ты считаешь, что нужно делать для того, чтобы вырасти сильным, здоровым и крепким
2. Какие продукты или блюда ты любишь больше всего
3. Назови 5 - 7 своих любимых продуктов
4. Как ты считаешь, сколько раз в день нужно есть?
5. Какие основные приемы пищи ты знаешь?
6. Как ты считаешь, какие продукты лучше взять с собой в школу, чтобы перекусить на перемене? Ты можешь выбрать один или несколько продуктов, но не больше трех:
 - Фрукты
 - Орехи
 - Бутерброды
 - Чипсы
 - Шоколад/конфеты
 - Булочки/пирожки
 - Печенье/сушки/пряники/вафли
 - Другие сладости
 - Другое
7. Что бы ты посоветовал сделать своему однокласснику после обеда?
 - Побегать, попрыгать
 - Поиграть в подвижные игры
 - Поиграть в спокойные игры
 - Почитать
 - Порисовать
 - Позаниматься спортом
 - Потанцевать
8. Как ты считаешь, что лучше выпить, если хочется утолить жажду? Ты можешь выбрать один или несколько напитков, но не больше трех:
 - Обычная негазированная вода
 - Молоко
 - Кефир
 - Какао
 - Сок
 - Кисель
 - Сладкая газированная вода
 - Морс
 - Минеральная вода.....

Приложение №4

Правила поведения обучающихся, воспитанников в столовой

1. Учащиеся находятся в столовой только на переменах и в отведенное графиком питания время только с классным руководителем.
Появление учащихся в столовой во время уроков запрещено.
2. Не вносить в обеденный зал сумки и портфели.
3. Учащимся нельзя класть на столы учебные сумки, учебники, тетради, школьные принадлежности и другие предметы.
Не входить в пищеблок (на кухню).
Бережно относиться к мебели и посуде.

Не открывать самостоятельно форточки, окна.

4. Перед едой и после необходимо помыть руки с мылом.

5. Пища, в том числе и принесенная с собой из дома, принимается за столами.

6. Во время приема пищи нельзя отвлекаться. Следует соблюдать хорошие манеры, не мешать соседям по столу. Не разговаривать друг с другом.

7. Следует благодарить сотрудников столовой при получении еды и по окончании ее приема.

8. После приема пищи учащиеся приводят в порядок стол, за которым ели. Грязную посуду уносят на специально отведенный для этого стол.

9. Запрещается появление в столовой учащихся в верхней одежде.