УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ № 39 Невского района
г. Санкт - Петербурга
_____Л.Н. Щепихина
« 30» августа 2024г

ПРОГРАММА

по совершенствованию качества организации питания обучающихся ГБОУ школы №39 Невского района Санкт-Петербурга

«Здоровое питание - отличные знания» на 2024 -2026 гг.

Санкт-Петербург
2024г

Паспорт программы

1. Цели и задачи Программы

Сохранение и укрепление здоровья обучающихся школы, а также профилактика заболеваний путем улучшения рациона школьного питания с учетом возрастных и физиологических особенностей организма.

2. Основные задачи Программы

Обеспечение высокого качества и безопасности питания в школе;

Обеспечение питанием школьников, отвечающим требованиям безопасности и создающим оптимальные условия для физического и интеллектуального развития;

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

организация работы родительского контроля;

Улучшение материально-технической базы школьной столовой и пищеблока; формирование культуры здорового питания у школьников и родителей

3. Правовое обеспечение Программы

Закон Санкт-Петербурга от 24.09.2008 №5695 «О социальном питании в Санкт-Петербурге»

Закон Санкт-Петербурга от 22.11.2011 №728-132 «Социальный кодекс Санкт-Петербурга»

Постановление Правительства Санкт-Петербурга от 23.06.2014 №497 «О государственной программе Санкт-Петербурга «Социальная поддержка граждан в Санкт-Петербурге»

Постановление Правительства Санкт-Петербурга от 05.03.2015 №247 «О мерах по реализации главы 18 «Дополнительные меры социальной поддержки по обеспечению питанием в государственных образовательных учреждениях» Закона Санкт-Петербурга «Социальный кодекс Санкт-Петербурга»

Постановление Правительства Санкт-Петербурга от 02.12.2020 «1021 «О стоимости питания в государственных образовательных учреждениях на 2021 год»

Распоряжение Правительства Санкт-Петербурга от 15.07.2020 «18-ри «Об утверждении перечня мероприятий по организации бесплатного горячего питания обучающихся, получающих начальное общее образование в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга на 2020-2023 годы»

4. Разработчики Программы

Вахрушева П.В., секретарь руководителя, ответственный по питанию.

5. Основные исполнители Программы

Администрация, педагогический коллектив школы, работники школьной столовой, родители, медицинский работник

6. Основные задачи Программы

1. Обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;
2. Обеспечение доступности школьного питания;
3. Гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании;
4. Профилактика среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;
5. Пропаганда принципов здорового и полноценного питания.
6. Организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания
7. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, на использование здорового питания, формирование знаний о негативных факторах риска

здоровью;

8. Осознание целостности окружающего мира, освоение норм здоровьесберегающего поведения, основ культуры питания, приобретение и совершенствование навыков самообслуживания.

7. Основные направления Программы

1. Организация рационального питания обучающихся;
2. Обеспечение высокого качества и безопасности питания;
3. Увеличение охвата горячим питанием, доведение до 100%;
4. Организация образовательно-разъяснительной работы по вопросам здорового питания; пропаганда принципов здорового и полноценного питания.

8. Ожидаемые результаты реализации Программы

1. Наличие пакета документов по организации школьного питания;
2. Обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;
3. Обеспечение доступности школьного питания
4. Обеспечение гарантированного качества и безопасности питания и пищевых продуктов, используемых в питании;
5. Отсутствие среди детей и подростков инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;
6. Сохранение и укрепление здоровья школьников;
7. Улучшение санитарно-гигиенического и эстетического состояния школьной столовой;
8. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, на использование здорового питания, формирование знаний о негативных факторах риска здоровью;
9. Осознание целостности окружающего мира, освоение норм здоровьесберегающего поведения, основ культуры питания, приобретение и совершенствование навыков самообслуживания.

9. Организация контроля за исполнением Программы

1. Общественный контроль за организацией и качеством питания школьников со стороны родительской общественности;
2. Информирование родителей на родительских собраниях. Содержание Программы

ОБОСНОВАНИЕ АКТУАЛЬНОСТИ ПРОГРАММЫ.

Значительное число современных проблем в системе общего образования, связано с негативной динамикой здоровья детей и подростков. Особую тревогу вызывает сам характер нарушений, которые часто являются следствием перенапряжения детского организма в процессе адаптации к качеству образовательной среды. Такие нарушения получили название «школьной патологии». Специалисты отмечают, что «школьные патологии» проявляются в развитии опорно-двигательной, пищеварительной, сердечно – сосудистой систем, ростом нервно – психических заболеваний, болезней органов дыхания, зрения. Сегодняшняя ситуация с состоянием питания российских школьников вызывает тревогу по целому ряду причин.

Во- первых, часть детей страдает от неполноценности рациона питания, причем в наиболее острых случаях это приводит к замедлению физического и функционального развития.

Во-вторых, дети и, видимо, их родители, не демонстрируют грамотного, сознательного отношения к режиму питания. Между тем, нарушение принципов рационального питания – верный путь к развитию многочисленных форм желудочно-кишечных заболеваний.

В- третьих, некоторые дети (видимо, согласуя свои действия с мнением родителей) избегают пользоваться услугами школьных столовых. Это также нарушает рациональный режим питания, учитывая, что учащиеся старших классов проводят в школе по 7-9 часов ежедневно. Многие обучающиеся имеют слабое представление о правильном питании как составляющей части здорового образа жизни. Основные проблемы питания школьников связаны с нарушением режима питания вне стен школы. Обычно это связано с недостаточной информированностью и/или попустительством со стороны родителей.

Все перечисленные факторы формируют группу риска развития желудочно-кишечных и иных заболеваний, негативно сказываются на состоянии здоровья подрастающего поколения.

Вследствие этого наблюдается общее снижение уровня психологической комфортности у детей и подростков. И как общее проявление – отрицательная динамика социальной активности, что проявляется в инертности в учебной и трудовой деятельности, а нередко ведет к неадекватному и даже агрессивному поведению.

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

В Законе Российской Федерации "Об образовании" сохранена обязанность образовательного учреждения организовывать питание обучающихся, выделять помещение для питания детей, предусматривать перерыв достаточной продолжительности (статья 51).

Для решения этой задачи и была разработана Программа по совершенствованию качества организации школьного питания в ГБОУ школе №39 Невского района Санкт-Петербурга, которая предполагает, что правильно организованное питание, несомненно, поможет сохранять здоровье школьников.

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

- фундамент здоровья человека закладывается в детском возрасте, а, следовательно, здоровые интересы и привычки, ценностное отношение к здоровью целесообразно начать развивать именно в этот период;
- в этом же возрасте закладываются и основы здорового образа жизни, как

система норм и правил, усваиваемых ребенком в специально проецируемой деятельности;

- школьный период в развитии наиболее сенситивен в формировании ключевых знаний об особенностях развития человеческого организма, о факторах и способах сохранения и развития здоровья.

Вопросы организации школьного питания в последние годы вызывают повышенный интерес. Основу предполагаемых подходов составляет внедрение новых схем питания школьников и использование современного высококачественного оборудования, позволяющего при минимальных затратах обеспечить питание школьников на уровне требований сегодняшнего дня. Поэтому администрация школе, сегодня уделяет большое внимание вопросам жизни и здоровья детей и подростков. Особенно сейчас остро встал вопрос об организации правильного школьного питания. Питание должно быть сбалансированным, то есть, чтобы полноценно развиваться, в течение дня ребенок должен получать необходимый для этого минимум пищевых и минеральных веществ. Если учесть, что большую часть времени дети проводят в организованных коллективах, школах, то и полноценно питаться они должны здесь же.

Работа школьной столовой строится по установленному порядку на основании соответствующих нормативных документов: положений, приказов, планов, графиков.

Школьная столовая полностью укомплектована необходимой посудой. Мытье и дезинфекция производятся с соблюдением всех норм санитарно- гигиенического режима, используются самые лучшие средства дезинфекции. В школе работает посудомоечная машина, обеспечивающая мытье и ошпаривание посуды.

Большое внимание уделяется калорийности школьного питания. Учитывается возраст и особенности нагрузки школьников. Основная масса учащихся питается во время перемен после первого, второго и третьего уроков. Продолжительность этих перемен по 15-20 минут.

На каждой перемене в столовой дежурит учитель, который смотрит за порядком в зале, оказывает посильную помощь в организации горячего питания.

Учащиеся получают горячего питания в школьной столовой в виде завтрака, обеда и полдника. Мониторинг охвата горячим питанием ведётся ежемесячно.

КОНЦЕПЦИЯ ОПТИМАЛЬНОГО ПИТАНИЯ

Рациональное, здоровое питание детей и подростков в организованных коллективах является необходимым условием обеспечения их здоровья. Полноценное питание — существенный и постоянно действующий фактор, обеспечивающий адекватные процессы роста и развития организма, а также укрепление здоровья в детском и подростковом возрасте. Питание может быть признано полноценным, если оно достаточно в количественном отношении и по качественному составу, а также покрывает энергетические затраты.

В организации питания большое значение имеют 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.

В России структура питания детей, особенно школьного возраста, характеризуется продолжающимся снижением потребления наиболее ценных в биологическом отношении мяса и мясопродуктов, молока и молочных продуктов, рыбы и рыбных продуктов, яиц, растительного масла, фруктов и овощей. При этом существенно увеличивается потребление хлеба и мучных продуктов, а также картофеля.

Питание школьника должно быть сбалансированным. Для здоровья детей важнейшее значение имеет правильное соотношение питательных веществ. В меню

школьника обязательно должны входить продукты, содержащие не только белки, жиры и углеводы, но и незаменимые аминокислоты, витамины, некоторые жирные кислоты, минералы и микроэлементы. Соотношение между белками, жирами и углеводами должно быть 1:1:4.

Полноценное, сбалансированное питание является важнейшим условием нормального функционирования человеческого организма, особенно в период роста и развития. На период от 7 до 18 лет, который ребенок проводит в школе, приходится наиболее интенсивный рост организма, сопровождающийся повышенными умственными и физическими нагрузками. Организация питания в каждой возрастной группе школьников имеет свои особенности, учитывающие изменения, происходящие в детском организме на каждом этапе.

Недостаток белка, а тем более белковое голодание в младшем школьном возрасте приводит к отставанию роста, нарушениям не только физического, но и умственного развития, снижению сопротивляемости болезням, успеваемости и трудоспособности, а избыток ведет к нарушению обменных процессов и снижению аппетита. В период роста особенно велика потребность в жидкости, благодаря которой происходит лучшее усвоение питательных веществ, а также выведение продуктов распада из организма. Недостаток жидкости в ежедневном рационе (около 2 литров в сутки) может привести к нарушению терморегуляции и процесса пищеварения, вызвать плохое самочувствие, которое у детей часто проявляется в виде расторможенности, невозможности сосредоточиться. Постоянный дефицит жидкости может привести к заболеваниям почек и печени.

При организации питания обучающихся, воспитанников средней школы необходимо учитывать физические и физиологические изменения, которые происходят в подростковом возрасте. Достаточное поступление белков, необходимых для формирования новых структурных компонентов организма, приобретает особое значение. Именно поэтому недостаток или даже полное исключение из рациона питания белковой пищи отражается не только на самочувствии, но может привести к нарушению естественного хода развития. Важное значение имеет и присутствие в рационе питания продуктов - источников кальция, необходимого для нормального роста и развития костной ткани. Недостаток кальция приводит к заболеваниям опорно-двигательного аппарата: сколиозу и нарушению осанки. В связи с увеличением объема крови и мышечной массы значительно увеличивается потребность организма подростков в железе.

Организация питания старшеклассников должна учитывать значительный рост энергетических потребностей организма, связанных с увеличением интеллектуальных, эмоциональных и физических нагрузок. Важно отметить, что расход энергии в сутки у юношей и девушек выше, чем у взрослых мужчин и женщин.

Системная работа по формированию культуры здорового питания может помочь изменить вкусовые пристрастия, постепенно изменить структуру питания, научить детей делать сознательный выбор в пользу полезных блюд, здорового питания.

ПРИНЦИПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

1. Рациональное питание детей, как и состояние, их здоровья, должны быть предметом особого внимания школы.
2. Питание должно удовлетворять физиологические потребности организма учащихся в пищевых веществах и энергии, выполнять профилактические и лечебные задачи.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

Реализация мероприятий Программы позволит увеличить количество детей, питающихся в школьной столовой, улучшить качество питания школьников и

обеспечение его безопасности

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

1. Создание благоприятных условий для организации рационального питания обучающихся;
2. Укрепление и модернизация материальной базы помещений пищеблока образовательного учреждения;
3. Развитие новых прогрессивных форм обслуживания и повышение культуры питания;
4. Обеспечение санитарно-гигиенической безопасности питания;
5. Развитие системы мониторинга состояния здоровья обучающихся, обеспечения их необходимыми пищевыми веществами, качественным и количественным составом рациона питания и ассортиментом продуктов, используемых в питании;
6. Проведение систематической разъяснительной работы среди родителей (законных представителей) и обучающихся о необходимости горячего питания.

ВЫПОЛНЕНИЕ ЗАДАЧ И ОБЯЗАННОСТЕЙ УЧАСТНИКОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА В РЕШЕНИИ ВОПРОСОВ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ.

1. Задачи администрации школы:

Составление расписания занятий с обеспечением необходимого режима питания;
Контроль качества питания;
Контроль обеспечения порядка в столовой;
Контроль культуры принятия пищи;
Контроль проведения воспитательной работы со школьниками по привитию навыков культуры приема пищи;

2. Обязанности работников столовой:

Составление рационального питания на день и перспективного меню;

- Включение в меню овощей, фруктов, витаминизированных напитков из натуральных ягод;
- Использование современных технологии приготовления пищи для сохранения питательной ценности продуктов.

3. Обязанности классных руководителей:

- Проведение бесед о культуре питания, рациональном и правильном питании, роли питания для развития организма;
- Воспитание навыков культуры поведения в столовой во время приема пищи;
- Проведение бесед с родителями о подходе к проблеме питания в семье; Организация конкурсов и викторин на тему правильного питания.

4. Обязанности родителей:

- Прививать навыки культуры питания в семье;
- Выполнять рекомендации классных руководителей и медработников по питанию в семье.

5. Обязанности обучающихся:

- Соблюдать правила культуры приема пищи;
- Принимать участие в проведении тематических уроков, конкурсов, игр, опросов.

Комплекс мероприятий, направленных на реализацию программы ГБОУ школы №39 Невского района на 2021-2022 учебный год

№ п\п	*Мероприятия*	*Сроки*	*Ответственный*	*Отметка о выполнении*
1.	Создать совет по контролю за организацией и качеством питания обучающихся	Сентябрь	Директор, ответственный за организацию питания	
2.	Провести организационное собрание с работниками школьной столовой по вопросам организации питания в текущем учебном году	Август	Директор, ответственный за организацию питания	
3.	Провести организационное совещание с классными руководителями по вопросу организации завтраков и обедов в школьной столовой	Август	Ответственный за организацию питания	
4.	Организовать совещание с классными руководителями «Совершенствование организации питания учащихся как фактор сохранения и укрепления здоровья детей и подростков»	Ноябрь	Зам. директора по УВР, ответственный за организацию питания	

5.	Провести совещания совета по контролю за организацией и качеством питания обучающихся по вопросам организации и развития школьного питания: 1. Соответствие рациона питания согласно утвержденному меню. 2. Качество готовой продукции. 3. Санитарное состояние пищеблока. 4. Организация приема пищи в школьной столовой.	1 раз в четверть	Ответственный за организацию питания	
6.	Создать бракеражную комиссию	сентябрь	Директор, заведующий производством	
7.	Утвердить режим работы школьной столовой на учебный год	август	Директор школы	
8.	Подготовить списки льготной категории детей по заявлению родителей	Август-сентябрь	Ответственный за организацию питания	
9.	Утвердить график дежурства учителей школы	Сентябрь	Директор	
10.	Оформить информационный стенд для родителей «Здоровое питание»	Сентябрь	Зам. директора по ВР, социальный педагог	
11.	Согласовывать ежедневное меню и ассортимент школьного буфета	Ежедневно	Директор школы, зав. производством	
12.	Организовать консультации для классных руководителей и родителей по вопросу питания обучающихся 1-4-х, 5-8-х, 9-11-х классов по темам:	В течение учебного года	Социальный педагог	

	■ «Культура поведения обучающихся во время приема пищи, соблюдение санитарно-гигиенических требований	Декабрь 1-4 класс	Социальный педагог	
	■ «Организация горячего питания - залог сохранения здоровья»	Март 5-11 класс	Социальный педагог	
	■ «Школьное питание: качество и разнообразие обедов»	1 раз в полугодие	Социальный педагог	
	■ «Ваши предложения на год по развитию школьного питания»	1 раз в четверть	Социальный педагог	
13.	Провести мониторинг охвата обучающихся школы горячим питанием	ежемесячно	Ответственный за организацию питания	
14.	Провести родительские собрания:			
	■«Питание школьника и его здоровье»;	сентябрь	Социальный педагог	
	■ «Здоровое питание - залог здоровья»;	декабрь	Педагог-организатор ОБЖ	
	■«Как правильно составить рацион ребенка школьного возраста»;	март	Социальный педагог	
15.	Обеспечить контроль за организацией питания обучающихся в школьной столовой медицинскими работниками и ответственной за питанием.	Ежедневно	Ответственный за организацию питания, медицинский работник	
16.	Работа с обучающимися и их родителями по образовательной программе «Разговор о правильном питании »	Классные часы, внеклассные мероприятия, уроки	Классные руководители 1-4 классов	