

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 1 имени И.Ф.Вараввы  
муниципального образования Староминский район  
(МБОУ СОШ №1 им. И.Ф.Вараввы)



# Программа совершенствования организации питания «Здоровое питание школьников»

Ст. Староминская

**I. Паспорт программы совершенствования организации питания  
«Здоровое питание школьников»**

Наименование Программы	Программа совершенствования организации питания «Здоровое питание школьников» на период с 2024 года по 2026 год
Основание для разработки Программы	Конвенция о правах ребенка. Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка». Закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации». СанПиН 2.4.2.2821-10 «Гигиенические требования к условиям обучения в ОУ» СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в ОУ, учреждениях начального и среднего профессионального образования»
Разработчики Программы	Администрация МБОУ СОШ №1 им. И.Ф.Вараввы, общешкольный родительский комитет
Основные исполнители Программы	Администрация, педагогический коллектив школы, работники школьной столовой, родители
Цель Программы	Обеспечение 100% охвата школьников рациональным и сбалансированным горячим питанием в целях сохранения и укрепления здоровья и профилактики заболеваний.
Основные задачи Программы	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Совершенствование организации, повышение качества, сбалансированности и обеспечение безопасности питания учащихся.</li> <li>2. Развитие материально - технической базы. Повышение квалификации кадров, обеспечение охраны труда при организации питания в школе.</li> <li>3. Совершенствование организации контроля качества сырья и готовых рационов.</li> <li>4. Совершенствование организации питьевого режима.</li> <li>5. Формирование у детей и подростков рационального пищевого поведения и знаний об основах здорового питания.</li> <li>6. Организация системы мониторинга питания учащихся. Внедрение современных методов мониторинга состояния питания.</li> <li>7. Просвещение родителей в вопросах организации правильного питания детей школьного возраста.</li> </ol>
Основные направления Программы	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение реализации программы.</li> <li>2. Методическое обеспечение, работа с педагогическим коллективом.</li> <li>3. Работа по воспитанию культуры питания среди учащихся.</li> <li>4. Проведение систематической разъяснительной работы среди родителей (законных представителей) и учащихся по вопросам здорового питания; пропаганда принципов здорового питания.</li> <li>5. Укрепление и модернизация материальной базы помещений пищеблока образовательного учреждения, расширению сферы услуг для учащихся и родителей.</li> </ol>
	<p>2024 год - постановка целей, задач, разработка направлений реализации программы.</p> <p>2024-2025 годы - реализация основных направлений деятельности по программе</p> <p>2026 год - мониторинг эффективности, анализ проблем, перспективное планирование на предстоящий период.</p>
Источники финансирования	Средства Регионального бюджета Средства бюджета муниципального образования Родительские средства Другие источники

Ожидаемые результаты реализации Программы	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 100% охват учащихся питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;</li> <li>• обеспечение гарантированного качества и безопасности питания и пищевых продуктов, используемых в питании;</li> <li>• отсутствие у учащихся инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;</li> <li>• высокий уровень культуры приема пищи школьниками;</li> <li>• улучшение санитарно-гигиенического состояния и эстетического оформления школьной столовой.</li> </ul>
Организация контроля за исполнением Программы	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Общественный контроль над организацией и качеством питания школьников со стороны родительского комитета школы</li> <li>2. Информирование общественности о состоянии школьного питания</li> <li>3. Информирование родителей на родительских собраниях</li> </ol>
Содержание Программы	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Паспорт Программы «Здоровое питание школьника».</li> <li>2. Обоснование актуальности программы по совершенствованию организации питания.</li> <li>3. Характеристика Программы: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Цель Программы;</li> <li>- Задачи;</li> <li>- Принципы,</li> <li>- Направления реализации Программы и ожидаемые результаты реализации;</li> <li>- Характеристика ресурсов Программы: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Нормативно-правовые ресурсы;</li> <li>• Кадровое обеспечение;</li> <li>• Материально-техническое обеспечение.</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>4. Мониторинг результативности реализации программы.</li> <li>5. Механизм реализации Программы: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Производственный контроль над организацией питания;</li> <li>- Выполнение задач и обязанности участников образовательного процесса в решении вопросов здорового питания школьников.</li> </ul> </li> <li>6. Эффективность реализации программы</li> </ol>

## **II. Обоснование актуальности программы по совершенствованию организации питания**

Значительное число современных проблем в системе общего образования, связано с негативной динамикой здоровья детей. 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. Вследствие этого наблюдается общее снижение уровня психологической комфортности у детей. И как общее проявление – отрицательная динамика социальной активности, что проявляется в инертности в учебной и трудовой деятельности, а нередко ведёт к неадекватному и даже агрессивному поведению.

Необходимость серьёзно 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 ребёнком в специально проектируемой деятельности;
- школьный период в развитии наиболее чувствителен в формировании ключевых знаний об особенностях развития человеческого организма, о факторах и способах сохранения и развития здоровья.

Рациональное питание обучающихся – одно из условий создания здоровьесберегающей

среды в общеобразовательном учреждении, снижения отрицательных эффектов и последствий функционирования системы образования. Недостаточное поступление питательных веществ в детском возрасте отрицательно сказывается на показателях физического развития, заболеваемости, успеваемости, способствует проявлению обменных нарушений и хронической патологии.

На современном этапе развития человеческого общества такие универсальные ценности, как жизнь и здоровье человека, приобретают особое значение. С одной стороны, потому, что они являются «структурообразующими факторами социальности», с другой - потому, что мы должны немедленно восстановить адекватное отношение к ним у подрастающего поколения. За фразой «школьное питание» стоит здоровье наших детей. По данным валеологов, болезни органов пищеварения у детей и подростков занимают 3-е место. Поэтому важным фактором сохранения здоровья учеников является организация правильного питания не только дома, но и в школе. Специалисты считают, что ухудшение здоровья детей связано с неполноценным питанием, гиповитаминозами, химическими загрязнениями окружающей среды, отсутствием навыков и привычек здорового образа жизни.

Школьник должен расти здоровым, физически крепким, всесторонне развитым и выносливым. Из всех факторов внешней среды, оказывающих влияние на его физическое и нервно-психическое развитие, питание занимает ведущее место. Поэтому еще с раннего детства важно обеспечить полноценное и правильно организованное питание, являющееся залогом его здоровья. Всякое нарушение питания, как количественное, так, еще в большей мере, и качественное, отрицательно влияет на здоровье детей. Особенно вредны для организма нарушения питания в период наиболее интенсивного роста ребенка. Организм школьника постоянно расходует много энергии. Эта энергия необходима ему для деятельности сердца, легких и других внутренних органов, для поддержания постоянной температуры тела. Учебные занятия, чтение, просмотр телевизионных передач также требуют расхода определенного количества энергии. С особенно большими энергетическими затратами связана работа, сопровождаемая сокращением мышц: движения, игры, занятия спортом, различные трудовые процессы. Основным источником энергии служит пища. Наряду с этим пища является «строительным материалом», необходимым для роста и развития организма.

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.

Рациональное питание обучающихся - одно из условий создания здоровьесберегающей среды в общеобразовательных учреждениях, снижения отрицательных эффектов и последствий функционирования системы образования. Недостаточное поступление питательных веществ в детском возрасте отрицательно сказывается на показателях физического развития, заболеваемости, успеваемости, способствует проявлению обменных нарушений и хронической патологии. В Законе Российской Федерации "Об образовании" сохранена обязанность образовательного учреждения организовывать питание обучающихся, выделять помещение для питания детей, предусматривать перерыв достаточной продолжительности.

Школа представляет собой жизненно важную среду, используя которую можно оказывать влияние на процесс правильного питания и формировать у школьников верные навыки и стереотипы в данном вопросе. В школе существуют эффективные возможности, для проведения работы по охране здоровья и здоровому питанию. Именно школьный возраст является тем периодом, когда происходит основное развитие ребенка и формируется образ жизни, включая тип питания.

Организованное школьное питание регламентируется санитарными правилами и нормами, и поэтому в значительной степени удовлетворяет принципам рационального питания.

Недостатком в организации питания школьников является составление меню с учетом не столько физиологической потребности детей в биологически ценных веществах, сколько с учетом стоимости продуктов, хотя в последнее время данная практика преодолевается. Хотя, по-прежнему существует противоречие между низкой ценой школьного питания и желанием соответствия, установленным нормативам питания детей.

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, злоупотреблением чипсами, фаст-фудами, сухариками, конфетами, шоколадными батончиками и т.д. Обычно это связано с недостаточной информированностью и/или попустительством со стороны родителей.

Нужно объяснить ребенку, как питание важно для него и его организма. Чтобы учиться хорошо, надо хорошо кушать. А организация полноценного питания во всех школах должна стать приоритетным направлением деятельности школы.

**Среди факторов, влияющих на здоровье детей в школе, отмечены следующие:**

- Уровень учебной нагрузки на организм обучающихся.
- Состояние лечебно – оздоровительной работы в школе.
- Состояние внеурочной воспитательной работы в школе.

Остается актуальной задача улучшения качества, разнообразия блюд и безопасности питания детей школьного возраста. Для решения этой задачи и была разработана Программа, 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 ребёнком в специально проектируемой деятельности;
- школьный период в развитии наиболее сенситивен в формировании ключевых знаний об особенностях развития человеческого организма, о факторах и способах сохранения и развития здоровья.

### **III. Характеристика Программы**

Цель Программы:

обеспечение 100% охвата школьников рациональным и сбалансированным горячим питанием в целях сохранения и укрепления здоровья и профилактики заболеваний.

Основные задачи Программы:

1. совершенствование организации, повышение качества, сбалансированности и обеспечение безопасности питания учащихся;
2. развитие материально - технической базы, повышение квалификации кадров, обеспечение охраны труда при организации питания в школе;
3. совершенствование организации контроля качества сырья и готовых рационов;
4. совершенствование организации питьевого режима.
5. формирование у детей и подростков рационального пищевого поведения и знаний основ здорового питания;
6. организация системы мониторинга питания учащихся, внедрение современных методов мониторинга состояния питания;
7. просвещение родителей в вопросах организации правильного питания детей школьного возраста.

Программа питания предполагает реализацию следующих принципов:

1. Питание является одним из важнейших факторов определяющих здоровье детей и подростков. Способствует профилактике заболеваний, повышению успеваемости, физическому и умственному развитию, создаёт условия для адаптации подрастающего поколения к окружающей среде.
2. Демократизация управления: реализация неотъемлемых прав каждого субъекта (учеников, родителей, педагогов, специалистов) организации питания.
3. Компетентный подход к требованию, а именно обучению детей и подростков знаниям об основах здорового питания и здорового образа жизни.

Основные направления деятельности и ожидаемые результаты реализации программы:

1-е направление:

✓ **Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение участников реализации программы**

Основные мероприятия	Ожидаемый результат	Сроки реализации	Исполнители
1. Организационные совещания: – порядок приема обучающимися завтраков и обедов ; - оформление документов и постановка на бесплатное на питание.	Разработка нормативно-правовой и технологической документации по организации школьного питания. Создание системы производственного	Август – сентябрь ежегодно	Ответственная по питанию
2. Административное совещание по вопросам организации и развития школьного питания	контроля. Использование форм, обеспечивающих открытость информации об организации школьного питания.	Сентябрь ежегодно	Администрация
3. Организация работы общественной комиссии по питанию	Проведение школьных мероприятий по формированию навыков	Ежемесячно	Администрация
4. Осуществление ежедневного контроля за работой столовой, проведение целевых тематических проверок	здорового питания Проведение мероприятий по развитию культуры питания.	Ежедневно	Администрация
5.Совещание педагогического коллектива (вопрос)  «Итоги работы школы в направлении организации питания и пропаганды правильного питания школьников»		Май 2024 г.	Ответственная по питанию
6. Родительское собрание «Правильное питание – здоровое питание»		Ноябрь 2024 г.	Классные руководители

2-е направление:

✓ **Методическое обеспечение, работа с педагогическим коллективом**

Основные мероприятия	Ожидаемый результат	Сроки реализации	Исполнители
<p>1. Организация консультаций для классных руководителей 1 -4 классов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- работа по выявлению обучающихся из малообеспеченных и социальнонезащищенных семей, подготовка документации, подтверждающей указанный статус.</li> <li>- культура поведения обучающихся во времяприема пищи,</li> <li>- соблюдение санитарно-гигиенических требований;</li> <li>- организация горячего питания –залог сохранения здоровья.</li> </ul>	Высокий уровень просвещенности классных руководителей по вопросам организации рационального питания школьников.	Август – сентябрь ежегодно	Ответственная по питанию
2. Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания, внедрению новых форм обслуживания обучающихся	Представление опыта работы школы, педагогов, классных руководителей по вопросам организации питания	Май 2024 г.	Классные руководители
3. Информационное информирование участников программы, общественности о реализации основных направлений Программы	Оформление страницы на сайте школы «Питание». Участие родителей в праздниках, посвященных здоровому питанию.	ежегодно	Ответственная по питанию

3-е направление:

✓ **Работа по воспитанию культуры питания среди учащихся**

Основные мероприятия	Ожидаемый результат	Сроки реализации	Исполнители
<p>I. Проведение классных часов по темам:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знакомство с понятием - питание.</li> <li>2. Знакомство с понятием – здоровый образ жизни.</li> <li>3. Взаимосвязь двух понятий: питание и здоровый образ жизни.</li> <li>4. Здоровый образ жизни. Режим дня младшего школьника.</li> </ol>	Сформированная позиции признания ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, расширение знаний и навыков культуры питания.	<p>Сентябрь 2024 г.</p> <p>Ноябрь 2024 г.</p>	Классные руководители,

5. Составление и обсуждение режима дня младшего шк-ка	Сокращение заболеваемости		
<p>6. Обсуждение семейных традиций – здорового образа жизни.</p> <p>7. Осень –пора витаминов. Каждому овощу своё время.</p> <p>8. Что мы знаем о витаминах. Викторина</p> <p>9. Польза овощей. Конкурс загадок «Овощи. Фрукты».</p> <p>10. Как правильно питаться, если занимаешься спортом.</p> <p>11. Грибы съедобные и ядовитые</p> <p>12. Что готовят из грибов. Игра-практикум.</p> <p>13. Молоко и молочные продукты.</p> <p>14. Польза молока «Пейте, дети, молоко, будьте здоровы!»</p> <p>15. Праздник каши. Блюда разных народов.</p> <p>16. Где и как готовят пищу</p> <p>17. Эстетика питания и этикет за столом (игра – практика)</p> <p>18. Витамины. Их многообразие. Как правильно выбрать витамины?</p> <p>19. Витаминизированные напитки круглый год (выступление мед. Работника)</p> <p>20. Круглый стол – сладкоежки «за и против»</p> <p>21. Из чего состоит наша пища (белки, жиры, углеводы).</p> <p>22. Из чего можно сделать салат. Овощные салаты.</p> <p>23. Из чего можно сделать салат. Фруктовые салаты.</p> <p>24. Овощи, ягоды и фрукты – самые полезные продукты</p> <p>25. Какую пищу можно найти в лесу</p> <p>26. Как хлеб на столе появился</p> <p>27. Игра-конкурс «Хлебопёки» Изделия из слоёного теста</p>	<p>Увеличение численности охвата обучающихся горячим питанием.</p>	<p>Сентябрь 2024 г.</p>	
		<p>Ноябрь 2024 г.</p>	
		<p>Январь 2025 г.</p>	
		<p>Апрель 2025 г.</p>	
		<p>Сентябрь 2025 г.</p>	
		<p>Ноябрь 2025 г.</p>	
		<p>Январь 2026 г.</p>	
		<p>Апрель 2026 г.</p>	
		<p>Сентябрь 2026 г.</p>	
		<p>Ноябрь 2026 г.</p>	



II. Школьные праздники и мероприятия:			
1. «Вкусные» частушки. Занятие – концерт.			
2. Праздник чая.			
3. Праздник «Хлеб – всему голова»			
III. Конкурс газет, плакатов, поделок среди учащихся. Моя семья – за здоровый образ жизни!			
Выставка тематических рисунков :			
1. «Здоровье на тарелке».			
2. «Моя кулинарная семья!»			
3. «Лесной маршрут».			
IV. Конкурс проектов «Рецепт моей семьи» в рамках внеурочной деятельности.			
V. Инсценировка сказки «На вкуси цвет товарищей нет».			
VI. Конкурс стихов о здоровом питании.			
VII. Конкурс рефератов «Полезные напитки».			
VIII. Праздник Урожая.			
IX. Беседа с презентацией «Вода и здоровье».			

4-е направление:

✓ **Работа с родителями по вопросам организации школьного питания**

Основные мероприятия	Ожидаемый результат	Сроки реализации	Исполнители
1. Проведение классных родительских собраний по темам: - «Здоровая пища для всей семьи».  - «Учите детей быть здоровыми».	Улучшение осведомленности родителей в области рационального питания школьников. Участие родительского актива в контроле	Ноябрь 2024 г. Март 2025 г. Октябрь 2024 г.  Февраль 2025 г. Сентябрь 2024 г. Март 2025 г.	Классные руководители,

- «Простые истины о здоровье и питании».	качества питания и уровня организации школьного питания. Увеличение количества обучающихся, питающихся за счет средств родителей.	Сентябрь 2024 г. Декабрь 2024 г.	
	Вовлечение родителей к участию в школьных праздниках.		
2. Индивидуальные консультации с медицинским работником «Рациональное питание школьника»		Сентябрь -май ежегодно	Заместитель директора, классные руководители
3. Общешкольное родительское собрание «Правильное питание – здоровое питание»		Март 2025 г.	Заместитель директора

✓ **Укрепление и модернизация материальной базы помещений**

Основные мероприятия	Ожидаемый результат	Сроки реализации	Исполнители
1. Улучшение материально-технической базы, совершенствование эстетической среды школьной столовой	1. Замена технологического оборудования 2. Приобретение посуды и столовых приборов 3. Продолжение создания эстетической среды школьной столовой	Ежегодно	Администрация

#### IV. Характеристика ресурсов Программы

##### **Материальные ресурсы**

В школе имеются укомплектованные технологическим оборудованием и мебелью пищеблок

школьная столовая

##### **Кадровые ресурсы:**

Непосредственно в процессе реализации программы будут задействованы:

повар школьной столовой

ответственный за организацию питания

классные руководители

уборщик служебных помещений;

- члены общественной комиссии по изучению вопросов организации питания (представитель администрации)

##### **Нормативно - методические ресурсы**

*1. Нормативно-методические документы:*

- действующие санитарно-эпидемиологические правила, нормы, гигиенические нормативы, регламентирующие требования к данному виду учреждения, ко всем осуществляемым видам деятельности, работ, услуг, изготавливаемой продукции (в т.ч. кулинарной продукции);
- технические регламенты на закупаемые, реализуемые и изготавливаемые виды пищевых продуктов;
- нормы физиологической потребности в пищевых веществах и энергии;
- локальные акты ОУ по организации питания школьников: приказы, положения, протоколы.

*2. Технические документы:*

— прочая производственная документация по вопросам технологии и санитарно-противоэпидемического режима (приказы, инструкции, положения и т.п.).

3. Рацион питания обучающихся, воспитанников, согласованный в установленном порядке с органом, уполномоченным осуществлять государственный санитарно-эпидемиологический надзор.

4. *Внутренняя документация, определяющая функции, обязанность и ответственность работников* (приказы, положения, должностные инструкции).

5. *Договоры или контракты (государственные контракты) с поставщиками товаров и услуг:*

- на транспортное обеспечение (транспортные услуги), включая предоставление охлаждаемого транспорта; - на поставку моющих и дезинфицирующих средств;
- на проведение дезинсекции и дератизации;
- на обслуживание холодильного, торгово-технологического, санитарно-технического (в т.ч. вентиляционного) оборудования, стоящего на балансе;
- на вывоз твердых бытовых отходов;
- на проведение поверки весоизмерительного оборудования;

6. *Документы количественного учета пищевых продуктов, сырья, материалов и т.п., а также товарно-транспортные документы (накладные).*

*Документы (заверенные копии), подтверждающие качество и безопасность на получаемые (закупаемые) пищевые продукты:* удостоверение качества и безопасности предприятия-изготовителя, декларация о соответствии (для пищевых продуктов, подлежащих обязательной сертификации – сертификат соответствия), свидетельство о государственной регистрации (санитарно-эпидемиологическое заключение), ветеринарное свидетельство (на животноводческое сырье).

7. *Документы, подтверждающие качество и безопасность оборудования, посуды, упаковочных и др. материалов, контактирующих с пищей:* удостоверение качества и безопасности предприятия-изготовителя, декларация о соответствии (для материалов, подлежащих обязательной сертификации – сертификат соответствия), свидетельство о государственной регистрации.

8. *Документы, подтверждающие качество и безопасность моющих (санитарно-эпидемиологическое заключение, сертификат соответствия) и дезинфицирующих средств (свидетельство о государственной регистрации, сертификат соответствия); инструкции по применению (методические указания) на используемые дезинфицирующие средства.*

9. *Эксплуатационная документация (инструкции и руководства по эксплуатации) на торгово-технологическое, холодильное, весоизмерительное и прочее оборудование.*

10. *Документация в системе производственного контроля за соблюдением санитарного законодательства, качеством и безопасностью пищевых продуктов, в том числе:*

- документация, регламентирующая порядок структуру и функции в системе производственного контроля и ее элементов, а также порядок его осуществления (программа производственного контроля, приказы, положения и т.п.);

11. *Документы с информацией для потребителей:*

- ежедневное меню;
- информация об исполнителе услуг, прочая информация об услугах по производству и организации потребления продукции общественного питания.

13. *Инструкции, извлечения из документов и рабочие экземпляры документов для размещения непосредственно на рабочих местах.*

14. *Личные медицинские книжки на персонал с отметками о прохождении обязательных*

медицинских осмотров (предварительных и периодических) и гигиенической аттестации.

### V. Механизм реализации Программы

#### Производственный и общественный контроль за организацией питания:

Вид контроля	Структура, осуществляющая контроль
Контроль за формированием рациона питания	- комиссия школы по контролю за организацией и качеством питания, ежемесячно
Контроль санитарно-технического состояния школьной столовой	- бракеражная комиссия школы, ежемесячно
Контроль сроков годности и условий хранения продуктов	- бракеражная комиссия школы
Контроль технологических процессов	- бракеражная комиссия школы
Контроль за санитарным содержанием и санитарной обработкой предметов производственного окружения	- бракеражная комиссия школы, - сотрудник столовой
Контроль за состоянием здоровья, соблюдением правил личной гигиены персонала, гигиеническими знаниями и навыками	- медицинские осмотры, ежегодно
Приемочный производственный контроль	- бракеражная комиссия, ежедневно
Контроль за приемом пищи	- классные руководители ежедневно; - бракеражная комиссия

## VI. Основные мероприятия Программы «Здоровое питание школьников».

Совершенствование системы школьного питания возможно только при условии комплексного решения в этой сфере, учитывающее и медицинские, и правовые, и социальные, и финансовые, и технологические аспекты.

Данная Программа разработана для реорганизации системы школьного питания, включает в себя все аспекты реформы реорганизации системы школьного питания:

- научно-медицинский управленческий технологический
- кадровый
- расчет экономической эффективности системы.
- 
- **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.
- Организация питания школьников.
- Обеспечение порядка в школьной столовой.
- Контроль культуры принятия пищи.
- Контроль проведения воспитательной работы со школьниками по привитию навыков культуры приема пищи.

### 2. Обязанности работников школьной столовой:

- составление меню рационального питания на день и перспективного меню.
- включение в меню овощей, фруктов, витаминизированных напитков из натуральных ягод.
- обеспечение столовой качественными продуктами для приготовления пищи.
- использование современных технологий 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:

- привитие навыков культуры питания в семье;
- выполнение рекомендаций классных руководителей и медработников по питанию в семье.

### 5. Обязанности обучающихся:

- соблюдение правил культуры приема пищи;
- дежурство в столовой;
- участие в конкурсах, смотрах по теме «Здоровое питание школьников».

**Создание условий для организации правильного и здорового питания**

Мероприятия	Сроки	Ответственные
Замена старого электрооборудования	по текущему графику	Директор
Согласование расстановки оборудования с Роспотребнадзором	по текущему графику	Директор
Замена сантехнического оборудования	по текущему графику	Директор
Косметический ремонт столовой	ежегодно	Директор
Установка нового оборудования	по текущему графику	Директор
Обеспечение моющими средствами, соответствующими санитарным требованиям	постоянно	Директор
Анкетирование родителей, обучающихся и педагогов по вопросам питания.	Ноябрь, май ежегодно	Заместитель директора по ВР
В межсезонье для профилактики заболевания гриппом, ОРЗ и ОРВИ введение дозированно-витаминизированного чая из шиповника, ромашки, липы и т.д. или витаминизировать третьи блюда	постоянно	Повар школьной столовой
Оформить информационный стенд в столовой «Уголок потребителя»	до 30.09.2024 г.	Ответственная по питанию
Проведение Дней открытых дверей для родителей и общественности с дегустацией школьного питания	ежегодно в декабре	администрация школы
Своевременная подготовка к новому учебному году в соответствии с требованиями, действующего законодательства, в том числе санитарными правилами и нормами	2024-2026 гг.	администрация школы
Проведение совещаний по проблеме организации школьного питания и мерах по взаимодействию структур, его обеспечивающих	ежеквартально	администрация школы
Информационная, воспитательная работа по привитию культуры питания и пропаганде здорового образа жизни: анкетирование обучающихся, родителей и педагогов с последующим анализом результатов и осуществление мероприятий по совершенствованию организации питания	2024-2026 гг.	администрация школы

## VII. Мониторинг эффективности реализации программы

### Целевые индикаторы и показатели:

Индикаторы, показатели	2024 г.	2025 г.	2026 г.
Удельный вес школьников, обеспеченных организованным горячим питанием, в процентах к общему количеству обучающихся	100 %	100 %	100 %
Увеличение количества родителей, участвующих в школьных мероприятиях по здоровому питанию	25 %	30 %	50 %
Изменение эстетического вида обеденного зала	Капитальный ремонт столовой пищеблока, приобретение оборудования	Приобретение посуды, разделочного инвентаря, посуды	Приобретение посуды, разделочного инвентаря, посуды

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. Слишком короткие или слишком продолжительные сроки не позволяют определить реальный вклад воспитательной работы в формирование основ культуры питания);

– 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. Для внешней оценки привлекаются специалисты-эксперты, не принимающие непосредственного участия в реализации программ.

В качестве оценки эффективности деятельности по формированию основ культуры питания может быть приведено анкетирование (Приложение 1)

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. Слишком короткие или слишком продолжительные сроки не позволяют определить реальный вклад воспитательной работы в формирование основ культуры питания);
- 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. Для внешней оценки привлекаются специалисты-эксперты, не принимающие непосредственного участия в реализации программ.

В качестве оценки эффективности деятельности по формированию основ культуры питания может быть приведено анкетирование (Приложение 1).



*План работы общественной комиссии по контролю за организацией  
и качеством питания обучающихся*

№	Наименование мероприятия	Срок исп.	Ответственный
2	Санитарное состояние школьной столовой	2 раза в месяц	Комиссия по проверке питания
3	Соблюдение графика питания обучающихся	1 раз в месяц	Комиссия по проверке питания
4	Личная гигиена обучающихся	еженедельно	Классные руководители
5	Организация питания уч-ся из многодетных семей	1 раз в месяц	Зам. директора по ВР
6	Анкетирование обучающихся и их родителей по питанию.	Ноябрь март	Комиссия по проверке питания
7	Контроль за качеством питания.	еженедельно	Зам. директора по ВР
8	Опрос уч-ся о вкусовых качествах горячего питания	1 раз в четверть	Зам. директора по ВР
9	Проверка соответствия рациона питания согласно утвержденному меню	1 раз в месяц	Комиссия по проверке питания

*График контроля за организацией питания*

Вид контроля	Сроки контроля	Ответственные за проведение контроля
Контроль за качеством используемых продуктов питания, приготовления блюд, санитарным состоянием пищеблока и обеденного зала	Бракеражная комиссия - ежедневно	Члены бракеражной комиссии
Аналитический отчет об охвате горячим питанием	Ежемесячно	Ответственный за Питание
Контроль за обеспечением дежурства на переменах учащихся и педагогов	Постоянно, в течение года	Дежурные администратор
Общественная экспертиза школьного питания со стороны родительских комитетов и комиссии по контролю за организацией и качеством питания	Постоянно, в течение года	Представители родительской общественности (по предварительному согласованию)
Контроль за организацией бесплатного горячего питания	Один раз в месяц	Ответственный за питание

## **VII. Механизм реализации Программы:**

Функциональные обязанности участников программы:

1. Задачи администрации школы:
  - составление расписания занятий с обеспечением необходимого режима питания.
  - организация питания школьников;
  - обеспечение порядка в столовой;
  - контроль культуры принятия пищи;
  - контроль проведения воспитательной работы со школьниками по привитию навыков культуры приема пищи.
2. Обязанности работников столовой:
  - составление меню рационального питания на день и перспективного меню;
  - включение в меню овощей, фруктов, витаминизированных напитков из натуральных ягод;
  - обеспечение столовой качественными продуктами для приготовления пищи;
  - 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:
  - привитие навыков культуры питания в семье;
  - выполнение рекомендаций классных руководителей и медработников по питанию в семье.
5. Обязанности учащихся:
  - соблюдение правил культуры приема пищи;
  - дежурство по столовой;
  - участие в выпуске тематических газет, конкурсах, смотрах по теме «Здоровое питание»

## **IX. Эффективность реализации программы**

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

1. Снизить уровень элементарно-зависимых заболеваний среди детей и подростков.
2. Стабилизировать и снизить удельный вес общей заболеваемости хронической патологии.
3. Улучшить показатели физического развития детей и подростков.
4. Повысить сопротивляемость организма к различным заболеваниям, воздействию неблагоприятных факторов окружающей среды.
5. Улучшить показатели успеваемости школьников.
6. Расширить знания о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья.
7. Повысить уровень информированности родителей в вопросах организации правильного питания.

I. Анкеты для родителей.

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:

- 1) - Наличие времени для организации правильного питания в семье.
- 2) - Наличие достаточных средств для организации правильного питания.
- 3) - Наличие знаний у родителей об основах правильного питания в семье.
- 4) - Сформированность традиций правильного питания в семье.
- 5) - Кулинарные умения и желание готовить у родителей.
- 6) - Наличие знаний о правильном питании у самого ребенка.
- 7) - Сформированность привычек в области питания у ребенка.
- 8) - Понимание взрослыми важности и значимости правильного питания для здоровья ребенка.

3. Какие проблемы, связанные с питанием ребенка, у Вас возникают?

- 1) - Нехватка времени для приготовления пищи дома.
- 2) - Недостаток знаний о том, каким должно быть питание ребенка.
- 3) - Нет условий для того, чтобы контролировать питание ребенка в течение дня.
- 4) - Недостаточно средств для того, чтобы обеспечить рациональное питание ребенка.
- 5) - Невозможность организовать регулярное питание ребенка в течение дня.
- 6) - 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.).
- 7) - Ребенок не соблюдает режим питания - ест тогда, когда захочет, ест менее 3 раз в день, заменяет основные приемы пищи перекусами.
- 8) - Ребенок не умеет вести себя за столом.
- 9) - Ребенок "увлекается" сладкими, острыми, жирными продуктами с высоким содержанием калорий: сладости, чипсы, сэндвичи или бутерброды, газированные напитки, сухарики и др.
- 10) - 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.

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

Продукты	Каждый или почти каждый день	Несколько раз в неделю	Реже 1 раза в неделю	Не ест совсем
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. Чизбургеры/бутерброды				
15. Леденцы				
16. Шоколад, конфеты				
17. Пирожные/торт				
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?

- 1) - Завтрак
- 2) - Второй завтрак
- 3) - Обед
- 4) - Полдник
- 5) - Ужин

7. Можно ли сказать, что Ваш ребенок обычно питается в одно и то же время в будние дни?

- 1) - Да, ребенок питается в одно и то же время всегда
- 2) - Да, почти всегда питается в одно и то же время
- 3) - Нет, ребенок питается в разное время

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

- 1) - Это нужно
- 2) - Это скорее нужно
- 3) - Это скорее не нужно, чем нужно
- 4) - Это не нужно

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

- 1) - Это поможет мне в организации правильного питания моего ребенка
- 2) - Это скорее поможет мне организовать правильное питание для моего ребенка
- 3) - Это вряд ли поможет мне организовать правильное питание моего ребенка
- 4) - 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 рациональным организацию горячего питания в школе?
3. Удовлетворены ли Вы санитарным состоянием столовой?
4. Удовлетворены ли Вы качеством приготовления пищи?
5. Удовлетворены ли Вы работой буфета?

Анкета для родителей №4

№ п/п	Вопрос	Да	Нет
1	Мой ребенок каждый день ест сырые овощи и фрукты		
2	Ежедневно кушает 4-5 раз в день		
3	Перерывы между едой не более 3-4 часов		
4	Кушает в одно и то же время		
5	В суточном рационе обязательно присутствуют белки, жиры и углеводы в соотношении : 1:1:5		
6	Я считаю, что правильное питание способствует росту ребенка, его умственному развитию		
7	Мой ребенок пользуется жевательной резинкой 7-10 минут после еды		
8	Мой ребенок ужинает тогда, когда успокоится после шумных подвижных игр		
9	Мой ребенок ужинает не менее за 2,5-3 часа до сна		
10	На ужин предлагаю ребенку мясное или рыбное блюда		

Анкета для родителей № 5

№ п/п	Вопрос	Да	Нет
1	Как вы думаете, зависит ли будущее вашего ребенка от его здоровья?		
	Как, по Вашему мнению, можно сохранить здоровье на долгие годы - заниматься спортом - правильно питаться - вести активный образ жизни - вести здоровый образ жизни - следить за своим здоровьем -жить без вредных привычек		
	Важно ли правильно питаться, чтобы сохранить здоровье?		
	Знаете ли вы, что значит «правильное питание»?		
	А Ваш ребенок имеет понятие о правильном питании?		
	Хотели бы Вы, чтобы ребенок большее узнал о правильном питании на занятиях в школе?»?		
	Хотели бы Вы, быть участником вместе со своим ребенком в изучении программы «Разговор о правильном питании»?		

**II. Анкеты для учащихся.**

Анкета для учащихся №1.

Дорогие ребята!

Здоровый образ жизни - это не только зарядка, закаливание, занятия спортом, а ещё питание, потому что «мы - это то, что мы едим». Это изречение кратко отражает суть проблемы. Клетки нашего организма обеспечиваются энергией и образуются из питательных веществ, полученных с пищей. Если пища содержит все органические и минеральные вещества, необходимые организму, то человек всегда будет здоров. Как питаетесь Вы? Попробуйте узнать о себе больше, выполнив задания анкеты. Отвечайте на вопросы теста индивидуально. Внимательно прочитав каждый вопрос, выберите один из трёх (двух) ответов, который характерен для Вас. Обсудите результаты с родителями, ведь они

организуют ваше питание.

1. Сколько раз в день Вы едите?
  - 1) 3-5 раз,
  - 2) 1-2 раза,
  - 3) 7-8 раз, сколько захочу.
2. Завтракаете ли Вы дома перед уходом в школу?
  - 1) да, каждый день,
  - 2) иногда не успеваю,
  - 3) не завтракаю.
3. Что Вы выберете из ассортимента в буфете для быстрого завтрака на перемене?
  - 1) булочку с компотом,
  - 2) сосиску, запеченную в тесте,
  - 3) кириешки или чипсы.
4. Едите ли Вы на ночь?
  - 1) стакан кефира или молока,
  - 2) молочную кашу или чай с печеньем (бутербродом),
  - 3) мясо (колбасу) с гарниром.
5. Употребляете ли Вы в пищу свежие овощи?
  - 1) всегда, постоянно,
  - 2) редко, во вкусных салатах,
  - 3) не употребляю.
6. Как часто на вашем столе бывают фрукты?
  - 1) каждый день,
  - 2) 2 - 3 раза в неделю,
  - 3) редко.
7. Употребляете ли Вы в пищу лук, чеснок, петрушку, укроп?
  - 1) всё употребляю ежедневно в небольшом количестве,
  - 2) ем иногда, когда заставляют,
  - 3) лук и чеснок не ем никогда.
8. Употребляете ли в пищу молочные и кисломолочные продукты?
  - 1) ежедневно,
  - 2) 1- 2 раза в неделю,
  - 3) не употребляю.
9. Какой хлеб предпочитаете?
  - 1) хлеб ржаной или с отрубями,
  - 2) серый хлеб,
  - 3) хлебобулочные изделия из муки в/с.
10. Рыбные блюда в рацион входят:
  - 1) 2 и более раз в неделю,
  - 2) 1-2 раза в месяц,
  - 3) не употребляю.
11. Какие напитки вы предпочитаете?
  - 1) сок, компот, кисель;
  - 2) чай, кофе;
  - 3) газированные.
12. В вашем рационе гарниры бывают:
  - 1) из разных круп,
  - 2) в основном картофельное пюре,
  - 3) макаронные изделия.
13. Любите ли сладости?
  - 1) все лакомства являются «носителями пустых калорий», поэтому употребляю их умеренно,

- 2) пирожные, печенье, мороженое употребляю часто,
- 3) могу сразу съесть 0,5 кг конфет.
14. Отдаёте чаще предпочтение:
  - 1) постной, варёной или паровой пище,
  - 2) жареной и жирной пище,
  - 3) маринованной, копчёной.
15. Отличается ли ваш рацион в течение недели разнообразием блюд?
  - 1) да, 2) нет.

Проанализировать своё питание Вы можете следующим образом: за первый вариант ответа -1 балл, за второй - 2 балла, за третий вариант - 3 балла. Сложите свои результаты по итогам теста и соотнесите с критериями. Если Вы набрали от 15 до 21 баллов, Вы сознательно относитесь к собственному здоровью, потому что организм получает разнообразные питательные компоненты с сохранившимися в них биоактивными веществами. А это важно для полноценной любой деятельности.

И с режимом у Вас всё в порядке! Вы молодцы!

Если Вы набрали от 22 до 28 баллов, полноценным ваше питание назвать нельзя по нескольким причинам, но если Вы прислушаетесь к рекомендациям, то ваш рацион пополнится другими нужными для организма веществами.

29 - 44 балла. Вам нужно задуматься о своём питании, как о режиме, так и о рационе. Чем быстрее Вы этим займётесь, тем меньше проблем с излишним весом, нервными заболеваниями, заболеваниями желудочно-кишечного тракта, различными кожными высыпаниями у Вас возникнет!

Анкета для учащихся №2.

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

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.

Анкета для учащихся №5 "Питание глазами учащихся "

1. Удовлетворяет ли Вас 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?
7. Удовлетворен ли ты организацией диетического питания в школе