Приложение 1 к приказу

МБДОУ Детский сад №31

от 22.05.2020г. № 27/1

Программа по совершенствованию организации питания и формированию культуры здорового питания

«Программа культуры здорового питания» (далее Программа) - стратегический документ Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения Детский сад №31 городского округа город Уфа Республики Башкортостан, который способствует упорядоченности и совместной деятельности всех заинтересованных сторон и участников образовательных отношений в организации здорового питания обучающихся.

Основание для разработки Программы

* «Конвенция о правах ребенка» одобрена Генеральной ассамблей ООН от 20.11.1989 г.
* Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка» от 24.07.1998г. №124-ФЗ
1. Закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ
* СанПин 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»
* Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации N 213Н, приказ Министерства образования и науки РФ N 178
* Приказ от 11 марта 2012 питания обучающихся и воспитанников образовательных учреждений
* Устав ДОУ

Разработчики Программы

* Заведующий ДОУ
* Старший воспитатель
* Ответственный по питанию

Основные исполнители Программы

Основными ответственными за исполнение программы являются: администрация ДОУ, педагогический коллектив ДОУ, работники пищеблока, родители.

Содержание проблемы и обоснование её решения

Одним из приоритетных направлений деятельности государства и общества является обеспечение здоровья населения страны. Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях представляет особо социальную значимость. Основное время дети находятся в дошкольном учреждении. Поэтому от того, насколько правильно организовано питание в ДОУ, во многом зависит здоровье и развитие обучающихся.

Правильное питание - залог здоровья. В условиях недостаточной грамотности родителей, которые не уделяют необходимого внимания организации питания своих детей, возрастает роль организации питания, которое помимо возможности обеспечить каждого ребёнка основными пищевыми веществами, в том числе, незаменимыми (такими, как витамины и минеральные вещества), приобретает огромное воспитательное значение, так как позволяет сформировать у ребёнка оптимальное пищевое поведение в соответствии с принципами здорового питания. На сегодняшний день ситуация с состоянием питания вызывает тревогу по целому ряду причин:

* современный мир с его техническим прогрессом разучил нас двигаться. Человек все меньше тратит свою собственную энергию, снижается двигательная активность, что неизбежно приводит к избыточному весу, ожирению. (наше дошкольное учреждение в настоящее время посещает 1,5% таких детей) ;
* часть детей страдает от неполноценности рациона питания, причем в наиболее острых случаях это приводит к замедлению физического и функционального развития;
* родители, не демонстрируют грамотного, сознательного отношения к режиму питания, имеют слабое представление о правильном питании как составляющей части здорового образа жизни. И как следствие, дети не усваивают правил рационального питания;
* основные проблемы питания воспитанников связаны с нарушением питания вне стен учреждения: увлечение родителей фаст - фудами, чипсами, газированными напитками и т.д.

Между тем, нарушение принципов рационального питания - верный путь к развитию многочисленных заболеваний желудочно - кишечного тракта, нервно - психической сферы, дыхательной и сердечно - сосудистой систем, опорно - двигательного аппарата, возникновения стрессовых состояний, существенно снижающих эффективность образовательной деятельности и адаптацию к образовательному процессу. Все перечисленные факторы негативно сказываются на состоянии здоровья подрастающего поколения. Проблему оздоровления населения в настоящее время, пытаются решить на разных уровнях государственной власти, общественных организаций и образовательных учреждений.

В личностно - ориентированном образовании заложена определенная идеология: приобретение ребенком личного опыта - наиболее ценно для его развитии, ребенок развивается в процессе самостоятельного взаимодействия с окружающим миром.

Одной из важнейших задач воспитания детей дошкольного возраста, решение которой будет осуществляться посредством реализации Программы ДОУ - формирование ценности здорового образа жизни для современного человека, ответственного отношения к собственному здоровью.

Все это возможно только в результате серьезной совместной работы педагогов, родителей и самих воспитанников.

Концепция оптимального питания

Рациональное, здоровое питание воспитанников 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.

Если в питании детей снижается потребление наиболее ценных в биологическом отношении мяса и мясопродуктов, молока и молочных продуктов, рыбы и рыбных продуктов, яиц, растительного масла, фруктов и овощей и при этом существенно увеличивается потребление хлеба и мучных продуктов, а также картофеля, то на первый план выходят следующие нарушения пищевого статуса:

* дефицит животных белков, достигающий 15-20% от рекомендуемых величин, особенно в группах населения с низкими доходами;
* дефицит полиненасыщенных жирных кислот на фоне избыточного поступления животных жиров;
* выраженный дефицит большинства витаминов: С - у 70-100% обследованных, витаминов группы В и фолиевой кислоты - у 60-80%, бета-каротина - у 40-60%.

Питание воспитанников должно быть сбалансированным. Для здоровья детей важнейшее значение имеет правильное соотношение питательных веществ. В меню дошкольника обязательно должны входить продукты, содержащие не только белки, жиры и углеводы, но и незаменимые аминокислоты, витамины, некоторые жирные кислоты, минералы и микроэлементы. Эти компоненты самостоятельно не синтезируются в организме, но необходимы для полноценного развития детского организма. Соотношение между белками, жирами и углеводами должно быть 1:1:4.

Питание воспитанников должно быть оптимальным. При составлении меню обязательно учитываются потребности организма, связанных с его ростом и развитием, с изменением условий внешней среды, с повышенной физической или эмоциональной нагрузкой. При оптимальной системе питания соблюдается баланс между поступлением и расходованием основных пищевых веществ. Понятие качественного питания предполагает прежде всего его рациональность, возможность восполнения энергетических затрат подрастающего организма при увеличении умственных и физических нагрузок.

Основная цель Программы

Основной целью Программы является - обеспечение здорового питания обучающихся для сохранения и укрепления их здоровья, а также профилактики заболеваний.

Основные задачи Программы:

* Обеспечение детей дошкольного возраста питанием, соответствующим возрастным, физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рациональногои сбалансированного питания
* Обеспечение доступности дошкольного питания
* Гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании
* Модернизация материально - технической базы пищеблока
* Предупреждение (профилактика) среди детей инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания
* Повышение кадрового потенциала работников пищеблока и других специалистов, ответственных за организацию питания
* Пропаганда принципов здорового и полноценного питания. Организация образовательно - разъяснительной работы по вопросам здорового питания

Направления Программы

Реализация Программы осуществляется по следующим направлениям:

* организация рационального питания обучающихся;
* обеспечение высокого качества и безопасности питания;
* обеспечение разнообразия питания обучающихся;
* организация разъяснительной работы по вопросам здорового питания;
* пропаганда принципов здорового и полноценного питания;
* обучение кадрового состава работников пищеблока современным технологиям.

Сроки реализации Программы

Программа рассчитана на пять лет: 2020 - 2024 г.

Ожидаемые результаты реализации Программы:

* наличие сформированного пакета документов по организации питания;
* обеспечение обучающихся питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;
* обеспечение гарантированного качества и безопасности питания и пищевых продуктов, используемых в питании;
* улучшение санитарно-гигиенического и эстетического состояния пищеблока;
* отсутствие среди детей инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;
* улучшение здоровья воспитанников дошкольного учреждения;
* повысится познавательный уровень развития детей в области правильного питания;
* обеспечение культуры приема пищи обучающимися;
* информация, полученная родителями, поможет пересмотреть семейное меню;
* улучшится представления о связи состояния здоровья с гигиеной питания, формированию представления о необходимости и важности соблюдения режима питания, как одного из условий рационального питания.

Содержание Программы

Содержание Программы разработано в соответствии с поставленными задачами:

|  |  |
| --- | --- |
| Задачи | Содержание программы |
| Обеспечение детей дошкольного возраста питанием, соответствующим возрастным, физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания | * разработка нормативно – правовой и технологической документации по организации дошкольного питания
* создание системы производственного контроля
* разработка сбалансированного меню
* организация работы по С- витаминизации третьего блюда
 |
| Обеспечение доступности дошкольного питания | * выплата компенсаций различным группам воспитанников
* учет социального положения различных категорий семей воспитанников
 |
| Гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании | * контроль за соблюдением законодательства РФ в области прав потребителей
* приоритет продукции производителей РФ
* использование современных технологий приготовления
 |
| Модернизация материально – технической базы пищеблока | * замена устаревшего технологического оборудования на более новое и современное
 |
| Предупреждение (профилактика) среди детей инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания | * просветительская работа о соблюдении санитарных норм и личной гигиены
* формирование у родителей грамотного отношения к детскому питанию
 |
| Повышение кадрового потенциала работников пищеблока и других специалистов, ответственных за организацию питания | * обучение персонала санитарному минимуму и работе на современном оборудовании
* просветительская работа среди педагогов по вопросам питания
 |
| Пропаганда принципов здорового и полноценного питания. Организация образовательно – разъяснительной работы по вопросам здорового питания | * использование форм, обеспечивающих открытость информации об организации питания детей дошкольного возраста
* проведение в ДОУ мероприятий по формированию навыков здорового питания, культуры приема пищи
 |

Комплекс мероприятий, направленных на реализацию Программы

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Мероприятие | Сроки | Ответственные |
| Проведение бесед, в рамках недели здоровья «Детское питание» | 1 раз в год | Старший воспитательвоспитатели |
| Обсуждение вопросов питания на собраниях трудового коллектива | 1 раз в квартал | Заведующий |
| Ведение учета детей по группам здоровья. Формирование групп здоровья по показателям | в течение года | воспитатели |
| Своевременное выявление воспитанников с инфекционными заболеваниями | в течение года | ВоспитателиЗаведующий |
| Организация своевременной сдачи документации по выплате компенсаций по оплате за ДОУ | в течение года | ВоспитателиЗаведующий |
| Ведение пропаганды здорового питания | в течение года | воспитатели |
| Просветительская работа среди родителей о правильном и полноценном питании воспитанников на родительских собраниях «Основы формирования у ребёнка навыков здорового образа жизни. Атмосфера жизни семьи как фактор физического и психического здоровья ребёнка. Профилактика вредных привычек и социально обусловленных заболеваний у детей» | в течение года | воспитатели |
| Изучения отношения родителей к организации питания в ДОУ | ежеквартально | Заведующий |
| Привлечение родителей к проведению мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к ЗОЖ, проводимых в ДОУ | в течение года | воспитатели |
| Размещение на стендах информации по организации питания | в течение года | воспитатели |
| Создание комиссии на бракеражную пробу | август | Заведующий |
| Составление распорядка дня, НОД для каждой возрастной группы | август | Старший воспитатель |
| Проверка организации питания в ДОУ | ежедневно | Члены бракеражной комиссии |
| Составление отчёта по проверке организации питания | ежедневно | Члены бракеражной комиссии |
| Проверка соответствия рациона питания согласно утвержденному меню | ежедневно | Члены бракеражной комиссии |

Механизм реализации Программы

Организация контроля за исполнением Программы:

* общественный контроль за организацией и качеством питания обучающихся со стороны Администрации ДОУ и родительского комитета;
* информирование общественности о состоянии дошкольного питания через сайт дошкольного учреждения;
* информирование родителей на родительских собраниях

Производственный и общественный контроль за организацией питания

|  |  |
| --- | --- |
| Вид контроля | Исполняющий контроль |
| Контроль за формированием рационального питания | Заведующий |
| Входной производственный контроль | Заведующий |
| Контроль санитарно - технического состояния пищеблока | Заведующий |
| Контроль сроков годности и условий хранения продуктов | РоспотребнадзорЗаведующий |
| Контоль за санитарным содержанием и санитарной обработкой предметов производственного окружения | РоспотребнадзорЗаведующий |
| Контроль за состоянием здоровья, соблюдением правил личной гигиены, гигиеническими знаниями и навыками | Медицинские осмотрыЗаведующий |
| Приемочный производственный контроль | Работники пищеблокаЗаведующий |
| Контроль за приемом пищи | Воспитатели группЗаведующий |

Приложение к Программе №1

Выполнение задач и обязанностей участников образовательного процесса в решении вопросов здорового питания детей дошкольного возраста.

1. *Задачи администрации ДОУ:*

Составление расписания непрерывной образовательной деятельности с обеспечением необходимого режима питания, с учетом возрастных особенностей детей дошкольного возраста

* Контроль качества питания;
* Контроль обеспечения порядка во время прием пищи;
* Контроль культуры принятия пищи;
* Контроль проведения воспитательной работы с воспитанниками по привитию навыков культуры приема пищи.
1. *Обязанности работников пищеблока:*
* Составление рационального питания на день и перспективного меню;
* Включение в меню овощей, фруктов, витаминизированных напитков из натуральных ягод;
* Обеспечение пищеблока качественными продуктами для приготовления пищи;
* Использование современных технологий приготовления пищи для сохранения питательной ценности продуктов.
1. *Обязанности воспитателей:*
* Проведение бесед о культуре питания, рациональном и правильном питании, роли питания для развития организма;
* Воспитание навыков культуры поведения во время приема пищи;
* Проведение бесед с родителями о подходе к проблеме питания в семье;

Организация конкурсов и викторин на тему правильного питания.

1. *Обязанности \_родителей:*
* Прививать навыки культуры питания в семье;
* Выполнять рекомендации педагогов ДОУ по питанию в семье.
* принимать активное участие в проведение мероприятий ДОУ (досуги, праздники и т.д.)
1. *Обязанности воспитанников:*
* Соблюдать правила культуры приема пищи;
* выполнять посильную работу по дежурству в группе