



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД «РАДУГА» ПОСЁЛКА БЕРИНГОВСКОГО**

ул. Строительная, 15, п. Беринговский, Анадырский район, Чукотский автономный округ, 689100
Тел/факс: (42733) 3-10-53, E-mail: mdouraduga@rambler.ru

ПРИКАЗ

от 10 февраля 2020 года

№ 28-од

Об утверждении «Программы культуры
здорового питания»

С целью реализации плана мероприятий по улучшению качества образовательной деятельности в МДОБУ «Детский сад «Радуга» п. Беринговского» по итогам независимой оценки качества образовательных услуг и решением внепланового педагогического совета (Протокол от 30.01.2020 г. № 5),

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить «Программу культуры здорового питания» (Приложение 1)
2. Назначить ответственными за реализацию «Программы культуры здорового питания»:
 - заместителя заведующей по ВиМР Чикалова О.А.,
 - заведующую складом ДОУ Миронову И.В.,
 - медицинскую сестру ДОУ Романову О.А.
3. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

Зав. МБДОУ ДС «Радуга»



В.В. Дегтярёва

Программа культуры здорового питания

«Программа культуры здорового питания» (далее Программа) - стратегический документ муниципального дошкольного образовательного бюджетного учреждения «Детский сад «Радуга» посёлка Беринговского» (далее ДОУ), она способствует упорядоченности и совместной деятельности всех заинтересованных сторон и участников образовательных отношений в организации здорового питания обучающихся.

1. 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
- Закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. №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 213 н, Министерство образования и науки России N 178 от 11.03.2012 «Об утверждении методических рекомендаций по организации питания обучающихся и воспитанников образовательных учреждений
- Устав ДОУ

2. Разработчики Программы

- Заведующий ДОУ
- Заместитель заведующего по В и МР
- Медицинская сестра
- Заведующая складом

3. Основные исполнители Программы

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

4. 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 научил 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 фастфудами, 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 развития, 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.

5. 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 расходом основных пищевых веществ. Понятие качественного питания предполагает прежде всего его рациональность, возможность восполнения энергетических затрат подрастающего организма при увеличении умственных и физических нагрузок.

6. Основная цель Программы

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

7. Основные задачи Программы:

- Обеспечение детей дошкольного возраста питанием, соответствующим возрастным, физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания
- Обеспечение доступности дошкольного питания
- Гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании в районе Крайнего Севера
- 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
- Совершенствование системы финансирования питания обучающихся, оптимизация затрат

7. 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

8. Сроки реализации Программы

Программа рассчитана на пять лет: 2020 - 2025 г.г.

10. Источники финансирования

Источники финансирования - средства окружного бюджета, родительская плата

11. 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

12. Содержание Программы

Содержание Программы разработано в соответствии с поставленными задачами:

| Задачи | Содержание работы |
|--|---|
| Обеспечение детей дошкольного возраста питанием, соответствующим возрастным, физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания | <ul style="list-style-type: none"> • разработка нормативно - правовой и технологической документации по организации дошкольного питания создание системы производственного контроля <ul style="list-style-type: none"> • разработка сбалансированного меню • организация работы по С- витаминизации третьего блюда |
| Обеспечение доступности дошкольного питания | <ul style="list-style-type: none"> • выплата компенсаций различным группам воспитанников • учет социального положения различных категорий семей воспитанников |
| Гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании | <ul style="list-style-type: none"> • контроль за соблюдением законодательства РФ в области прав потребителей • приоритет продукции производителей РФ • использование современных технологий приготовления |
| Модернизация материально - технической базы пищеблока | <ul style="list-style-type: none"> • замена устаревшего технологического оборудования на более новое и современное |
| Предупреждение(профилактика) среди детей инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания | <ul style="list-style-type: none"> • 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 | <ul style="list-style-type: none"> • 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 | <ul style="list-style-type: none"> • использование форм, обеспечивающих открытость информации об организации питания детей дошкольного возраста • проведение в ДОУ мероприятий по формированию навыков здорового питания, культуры приема пищи |

Совершенствование системы финансирования питания воспитанников, оптимизация затрат

- организация контроля за соблюдением ценообразования, выделением и освоением финансовых средств

Комплекс мероприятий, направленных на реализацию Программы.

| Мероприятия | Сроки | Ответственные |
|--|-----------------|---|
| Проведение бесед, в рамках недели здоровья «Детское питание» | 1 раз в год | Зам. зав. по ВиМР, воспитатели групп |
| Обсуждение вопросов питания на советах по питанию | 1 раз в квартал | Заведующий |
| Ведение учета детей по группам здоровья. Формирование групп здоровья по показателям | В течение года | Медсестра Воспитатели групп |
| Своевременное выявление воспитанников с инфекционными заболеваниями | В течение года | Медсестра |
| Организация своевременной сдачи документации по выплате компенсаций по оплате за ДОУ | В течение года | Заведующий, бухгалтер УСП |
| Ведение пропаганды здорового питания | В течение года | Зам. зав. по ВиМР Воспитатели групп |
| 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» | 1 раз в квартал | Заведующий, Медсестра Воспитатели групп |
| Изучения отношения родителей к организации питания в ДОУ | 1 раза в год | Зам. зав. по УВР Воспитатели групп |
| Привлечение родителей к проведению мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к ЗОЖ, проводимых в ДОУ | В течение года | Педагоги ДОУ |
| Помещение на стендах информации по организации питания | В течение года | Воспитатели групп |
| Создание комиссии по проверке качества питания | Сентябрь | Заведующий |

| | | |
|---|------------|------------------|
| | | |
| Составление распорядка дня, НОД для каждой возрастной группы | Сентябрь | Зам. зав.по УВР |
| Рейд по проверке организации питания в ДОУ | Ежемесячно | Члены комиссии |
| Составление отчёта по проверке организации питания | Ежемесячно | Зам. зав. по УВР |
| Проверка соответствия рациона питания согласно утвержденному меню | Ежедневно | Медсестра |

13. Механизм реализации Программы

Организация контроля за исполнением Программы:

- общественный контроль за организацией и качеством питания обучающихся со стороны Управляющего совета 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, медсестра |
| Входной производственный контроль | Заведующий, медсестра |
| Контроль санитарно - технического состояния пищеблока | Заведующий, медсестра |
| Контроль сроков годности и условий хранения продуктов | Роспотребнадзор медсестра , завскладом |
| Контроль за санитарным содержанием и санитарной обработкой предметов производственного окружения | Роспотребнадзор, медсестра |
| Контроль за состоянием здоровья, соблюдением правил личной гигиены, гигиеническими знаниями и навыками | Медицинские осмотры |
| Приемочный производственный контроль | медсестра , завскладом |
| Контроль за приемом пищи | Воспитатели групп Заведующий, медсестра |

Приложение к Программе №1

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

1. Задачи администрации ДООУ:

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.

2. Обязанности старшей медсестры и 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.

3. 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.

4. Обязанности родителей:

- Прививать навыки культуры питания в семье;
- Выполнять рекомендации педагогов ДООУ и медработников по питанию в семье.
- принимать активное участие в проведение мероприятий ДООУ (досуги, праздники и т.д.)

5. Обязанности воспитанников:

- Соблюдать правила культуры приема пищи;
- выполнять посильную работу по дежурству в группе;

Приложение к Программе № 2

Примерная тематика бесед, тематических занятий, мероприятий

| Мероприятие | Цель | Ответственные | Сроки реализации |
|---|---|---|-----------------------|
| <p>Тематика родительских уголков (родительских собраний)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Организация питания в выходные дни - Рецепты витаминных блюд - Рекомендуемые нормы содержания витаминов в питании ребенка - Правила поведения за столом - Здоровье ребенка в руках взрослых - молоко - источник здоровья - Питание - основа жизни - Режим дня - залог здоровья дошкольника - Физическое развитие дошкольника - мастер классы от родителей | <p>Помочь родителям в получении информации о правильном питании, здоровье дошкольника</p> | <p>Воспитатели групп, старшая медсестра</p> | <p>В течение года</p> |
| <p>Тематика бесед с детьми дошкольного возраста <i>Форма проведения - игровая</i></p> | | | |
| «Овощной салат» | <p>Дать детям представления по необходимости питания. Закрепить знания детей об овощах, рассказать детям о пользе овощей для здоровья</p> | <p>Воспитатели групп</p> | <p>Сентябрь</p> |
| «Хлеб - всему голова» | <p>Рассказать детям откуда появляется хлеб на нашем столе, познакомить ребят с разными видами хлеб, их пользой для здоровья</p> | | <p>Октябрь</p> |
| «Фруктовый салат (мусс) » | <p>Закрепить знания детей о фруктах, познакомить детей с их свойствами.</p> | | <p>Ноябрь</p> |

| | | | |
|--------------------------------------|--|-------------------|---------|
| «Полдник. Время есть булочки» | Формировать представление о полднике, как обязательной части ежедневного меню, формировать представление о продуктах и блюдах, которые могут быть включены в меню полдника | | Декабрь |
| «Пейте дети молоко - будете здоровы» | Рассказать детям о пользе молока и молочных продуктов | Воспитатели групп | Январь |
| «Пора ужинать» | Формировать представление об ужине как обязательной части ежедневного меню, расширить представление о блюдах, которые могут быть включены в меню ужина | Воспитатели групп | Февраль |
| «Что не надо кушать» | Дать детям представление о самых вредных для организма продуктах | | март |
| «Завтрак для космонавта» | Рассказать детям о профессии космонавта и необходимости здорового питания в космосе | | Апрель |
| «Как утолить жажду» | Формировать представления о роли воды для организма человека, расширить представление о разнообразии напитков и вреде различных видов напитков | Воспитатели групп | май |

| | | | |
|---|---|---|---|
| Интерактивная игра «Здоровье в тарелке» | Закрепить знания детей о полезных и вредных продуктах | Воспитатели групп | июнь |
| Массовые мероприятия (досуги, развлечения, праздники) | | | |
| Физкультурный досуг «Праздник картошки» | Формировать у детей привычку к ЗОЖ | Воспитатели групп, музыкальный руководитель, родители | Сентябрь |
| Развлечение с родителями «Быть здоровыми хотим» | Формировать у детей привычку к ЗОЖ | Воспитатели групп, музыкальный руководитель, родители | В рамках проведения недели здоровья (по плану) |
| Викторина «Здоровейка» | Закрепить знания детей о пользе тех или иных продуктов питания. | Воспитатели групп | 1 раз в квартал |
| Развлечение «Праздник урожая» | Расширить представления детей о сезонных витаминах - овощах и фруктах | Воспитатели групп, музыкальный руководитель | Октябрь |
| Встреча с родителями «За чашкой чая»: «Вопрос - ответ на тему «Столовый этикет» | Расширить представления родителей и детей о правилах и нормах столового этикета, необходимости привития детям этих норм и правил детям. | Воспитатели групп | Декабрь |
| Встреча с родителями «Конкурс кулинарных рецептов» | На конкурсной основе выявить наиболее полезный рецепт блюда и порекомендовать его для приготовления дома. | Зам. зав. по ВР, воспитатели групп, родители. | Март |
| Конкурс рисунков «Самые полезные продукты» | Закрепить знания детей о пользе тех или иных продуктов | Зам. зав. по ВР, воспитатели групп, родители. | Май |

