

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МАДОУ «ЦРР детский сад №108»



« 04 »

09 2021 г.

Приказ № 259-а от 04.09.2021г. «Об утверждении локальных актов»

«СОГЛАСОВАНО»

Председатель ПК

МАДОУ «ЦРР детский сад №108»



« 04 »

09 2021 г.

**Программа  
по совершенствованию организации питания и  
формированию культуры здорового питания**

Владимир 2021г.

«Программа по совершенствованию организации питания и формированию культуры здорового питания» (далее Программа) – стратегический документ муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения г. Владимира «Центр развития ребенка – детский сад №108» (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 2.4.3648-20 №28 от 28.09.2020г. «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»
- СанПин 1.,2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности или безвредности для человека факторов среды обитания»
- 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 АХР
- Медицинская сестра
- Старший воспитатель

### **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 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 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 ДОО – 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 обучающихся 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
- 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 воспитанников, оптимизация затрат

## **8. 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

## **9. Сроки реализации Программы**

Программа рассчитана на пять лет: 2021 – 2026 гг.

## **10. Источники финансирования**

Источники финансирования – средства муниципального бюджета.

## **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 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 сбалансированного питания	<ul style="list-style-type: none"> <li>• разработка нормативно – правовой и технологической документации по организации дошкольного питания</li> <li>• создание системы производственного контроля</li> <li>• разработка сбалансированного меню</li> <li>• организация работы по С-витаминизации третьего блюда</li> </ul>
Обеспечение доступности дошкольного питания	<ul style="list-style-type: none"> <li>• выплата компенсаций различным группам воспитанников</li> <li>• учет социального положения различных категорий семей воспитанников</li> </ul>
Гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании	<ul style="list-style-type: none"> <li>• контроль за соблюдением законодательства РФ в области прав потребителей</li> <li>• приоритет продукции производителей РФ</li> <li>• использование современных технологий приготовления</li> </ul>
Модернизация материально – технической базы пищеблока	<ul style="list-style-type: none"> <li>• замена устаревшего технологического оборудования на более новое и современное</li> </ul>
Предупреждение (профилактика) среди детей инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания	<ul style="list-style-type: none"> <li>• просветительская работа о соблюдении санитарных норм и личной гигиены</li> <li>• формирование у родителей грамотного отношения к детскому питанию</li> </ul>
Повышение кадрового потенциала работников пищеблока и других специалистов, ответственных за организацию питания	<ul style="list-style-type: none"> <li>• обучение персонала санитарному минимуму и работе на современном оборудовании</li> <li>• просветительская работа среди педагогов по вопросам питания</li> </ul>
Пропаганда принципов здорового и полноценного питания. Организация образовательно – разъяснительной работы по вопросам здорового питания	<ul style="list-style-type: none"> <li>• использование форм, обеспечивающих открытость информации об организации питания детей дошкольного возраста</li> <li>• проведение в ДОУ мероприятий по формированию навыков здорового питания, культуры приема пищи</li> </ul>

Совершенствование системы финансирования воспитанников, затраты	системы питания, оптимизация	• 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	Старший воспитатель, 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	Врач, воспитатели групп
Своевременное выявление воспитанников с инфекционными заболеваниями	В течение года	Медицинская сестра
Организация своевременной сдачи документации по выплате компенсаций по оплате за ДОУ	В течение года	Заведующий, зам.зав по АХР
Ведение пропаганды здорового питания	В течение года	Старший воспитатель. 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, медицинская сестра, воспитатели групп
Изучения отношения родителей к организации питания в ДОУ	1 раза в год	Старший воспитатель. 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	Старший воспитатель. Воспитатели групп
Создание комиссии по проверке	Сентябрь	Заведующий

качества питания		
Составление распорядка дня, НОД для каждой возрастной группы	Сентябрь	Старший воспитатель
Рейд по проверке организации питания в ДОУ	Ежемесячно	Члены комиссии
Составление отчёта по проверке организации питания	Ежемесячно	Члены комиссии
Проверка соответствия рациона питания согласно утвержденному меню	Ежедневно	Бракеражная комиссия, медицинская сестра

### 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, медицинская сестра
Входной производственный контроль	Заведующий, медицинская сестра
Контроль санитарно – технического состояния пищеблока	Заведующий, медицинская сестра
Контроль сроков годности и условий хранения продуктов	Роспотребнадзор, медицинская сестра, зав. зам. по АХР, шеф-повар
Контроль за санитарным содержанием и санитарной обработкой предметов производственного окружения	Роспотребнадзор, медицинская сестра, зав. зам. по АХР, шеф-повар
Контроль за состоянием здоровья, соблюдением правил личной гигиены, гигиеническими знаниями и навыками	Медицинская сестра, медицинские осмотры
Приемочный производственный контроль	Медицинская сестра, шеф-повар, зав. зам. по АХР
Контроль за приемом пищи	Воспитатели групп, Заведующий, медицинская сестра, старший воспитатель



*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 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;

## Примерная тематика бесед, тематических занятий, мероприятий

Мероприятие	Цель	Ответственные	Сроки реализации
Тематика родительских уголков (родительских собраний) - 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	Помочь родителям в получении информации о правильном питании, здоровье дошкольника	Воспитатели групп, медсестра	В течение года
Тематика бесед с детьми дошкольного возраста Форма проведения – игровая			
«Овощной салат»	Дать детям представления по необходимости питания. Закрепить знания детей об овощах, рассказать детям о пользе овощей для здоровья	Воспитатели групп	Сентябрь
«Хлеб – всему голова»	Рассказать детям откуда появляется хлеб на нашем столе, познакомить ребят с разными видами хлеб, их пользой для здоровья		Октябрь
«Фруктовый салат (мусс) »	Закрепить знания детей о фруктах, познакомить детей с их свойствами.		Ноябрь
«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		Январь
«Пора ужинать»	Формировать представление об ужине как обязательной части ежедневного меню,		Февраль

	расширить представление о блюдах, которые могут быть включены в меню ужина		
«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		Май
Интерактивная игра «Здоровье в тарелке»	Закрепить знания детей о полезных и вредных продуктах		Июнь
Массовые мероприятия (досуги, развлечения, праздники)			
Физкультурный досуг «Праздник картошки»	Формировать у детей привычку к ЗОЖ	Воспитатели групп, музыкальный руководитель, родители, инструктор по ФИЗО	Сентябрь
Развлечение с родителями «Быть здоровыми хотим»	Формировать у детей привычку к ЗОЖ	Воспитатели групп, музыкальный руководитель, родители, инструктор по ФИЗО	В рамках проведения недели здоровья (по плану)
Викторина «Здоровейка»	Закрепить знания детей о пользе тех или иных продуктов питания	1 раз в квартал	Воспитатели групп
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	Воспитатели групп	Декабрь
Встреча с родителями	На конкурсной основе	Старший	Март

«Конкурс рецептов» кулинарных	выявить наиболее полезный рецепт блюда и порекомендовать его для приготовления дома.	воспитатель, воспитатели групп, родители	
Конкурс рисунков «Самые полезные продукты»	Закрепить знания детей о пользе тех или иных продуктов	Старший воспитатель, воспитатели групп, родители.	Май

**План мероприятий  
по организации общественного контроля питания воспитанников в  
МАДОУ «ЦРР детский сад №108»**

№	Мероприятия	Дата	Ответственные
<b>Организационная работа</b>			
1	Издание приказов по организации питания на учебный год	Сентябрь	Заведующий
2	Заседание совета по питанию	1 раз в месяц	Заведующий
3	Контроль за состоянием и функционированием технологического оборудования	ежедневно	Шеф-повара
4	Приобретение спецодежды для поваров	Май	Зам.зав. по АХР
5	Разработка нормативно-методической документации для организации контроля за питанием детей в ДОУ	сентябрь	Комиссия по питанию
6	Замена посуды для пищеблока: кастрюли, тазы, ножи, доски; приобретение ведер для отходов.	В течении года	Зам.зав. по АХР
7	Своевременная замена колотой посуды	По мере необходимости	Зам.зав. по АХР
8	Утверждение и апробирование новых технологических карт	По мере необходимости	Врач
9	Отчет по итогам организации питания.	декабрь	Зам.зав. по АХЧ, старший воспитатель
<b>Работа с родителями</b>			
1	Информирование родителей об ассортименте питания детей (меню на сегодня)	ежедневно	Воспитатели групп, старший воспитатель
2	Индивидуальное консультирование родителей детей с плохим аппетитом	по мере необходимости	Врач
3	Консультирование по вопросам организации питания детей в семье через уголки для родителей	1 раз в месяц	воспитатели групп
4	Групповые родительские собрания «Питание – основа здоровья детей»	январь	воспитатели групп
5	Заседание родительского комитета по организации	Март	Заведующий

	питания в ДОУ. Выполнение натуральных норм.		
Работа с кадрами			
1	Проверка знаний СанПиНов поваров	По утвержденному графику	Медицинская сестра
2	Консультация для младших воспитателей на тему: «Организация процесса питания».	Октябрь	Старший воспитатель
3	Оперативный контроль «Привитие культурно - гигиенических навыков».	Ежеквартально	Старший воспитатель
4	Производственное совещание: «Отчет комиссии по контролю за организацией питания детей в группах»	Декабрь	Заведующий, старший воспитатель комиссия по питанию
5	Плановая проверка «Состояние работы по организации питания детей».	Февраль	Заведующий, старший воспитатель комиссия по питанию
6	Рабочие совещания по итогам проверки групп	1 раз в месяц	Заведующий
Контроль за организацией питания			
1	Осуществление осмотра при поступлении каждой партии продукции	ежедневно	Шеф-повара, врач
2	Соблюдение правил хранения и товарного соседства	ежедневно	Шеф-повара, врач
3	Контроль за санитарным состоянием рабочего места	ежедневно	Шеф-повара, врач
4	Соблюдение санитарных требований к отпуску готовой продукции	ежедневно	Медицинская сестра
5	Соблюдение и выполнение санитарноэпидемиологических требований к организации питания	ежедневно	Медицинская сестра
6	Соблюдение технологических инструкций	ежедневно	Шеф-повара, врач
7	Снятие суточной пробы и отбор для хранения	ежедневно	Шеф-повара, врач
8	Обеспечение С-витаминизации третьего блюда	ежедневно	Шеф-повара, врач
9	Осуществление контроля качества продукции, наличия	Постоянно	Шеф-повара, врач

	товаросопроводительных документов, ведение учётно-отчётной документации		
10	Контроль за закладкой продуктов на пищеблоке	ежедневно	Бракеражная комиссия
11	Осуществление входного контроля за условиями транспортировки продуктов питания от поставщиков	По мере привоза продуктов	Шеф-повара, Медицинская сестра
12	Контроль за организацией процесса кормления в группах	систематически	Старший воспитатель, врач
13	Контрольные взвешивания порций на группах	по мере необходимости	Старший воспитатель, Медицинская сестра
14	Соблюдение инструкций выполнения технологических процессов на пищеблоке	постоянно	Шеф-повара, врач
15	Соблюдение графика выдачи готовой продукции на группе	ежедневно	Медицинская сестра
16	Контроль за состоянием уборочного и разделочного инвентаря на пищеблоке.	1 раз в месяц	Шеф-повара, врач
17	Контроль за температурным режимом в холодильных установках	ежедневно	Шеф-повара, Медицинская сестра
18	Снятие остатков продуктов питания на складе	1 раз в месяц	Бухгалтер
19	Анализ выполнения натуральных норм питания	1 раз в месяц	Заведующий
<b>Работа с поставщиками</b>			
1	Заключение договора на поставку продуктов	1 раз в квартал	Заведующий, специалист по закупкам
2	Подача заявок на продукты	2 раза в неделю	Шеф-повар
3	Постоянный контроль за качеством поставляемых продуктов.	По мере поступления	Шеф-повар, Медицинская сестра