

Приказ от 02.10.2023г. № 144/1-од

П Р И К А З

«__» _____ 20__ г. № _____
О внесении изменений в приказ
«О создании комиссии по контролю
за организацией и качеством питания
обучающихся в 2023-2024 учебном году»

В целях организации сбалансированного рационального питания обучающихся, охраны и укрепления их здоровья на основании Положения о комиссии по контролю за организацией и качеством питания обучающихся, принятого Педагогическим советом (Протокол от 30.12.2021г. №14), утвержденного приказом от 30.12.2021г. №176-од, и в связи с кадровыми изменениями

ПРИКАЗЫВАЮ:

Внести изменения в приказ от 01.09.2023г. №130-од «О создании комиссии по контролю за организацией и качеством питания» и считать его верным с 02.10.2023г. в следующей редакции:

1. Утвердить режим питания школьников на 2023-2024 учебный год (Приложение №1).
2. Утвердить План мероприятий по формированию навыков и культуры здорового питания, этике приема пищи, профилактике заболеваний, пищевых отравлений и инфекционных заболеваний (Приложение №2).
3. Создать комиссию по контролю за организацией и качеством питания обучающихся в следующем составе:
Председатель комиссии:
Федькина А.А., заместитель директора по воспитательной работе
Секретарь комиссии:
Белова И.В., ответственный за организацию горячего питания
Члены комиссии:
Немова А.Н., председатель ПК
Маслова Г.Г., заведующий хозяйством
Кириллова О.А., медработник (по согласованию)
4. Утвердить план работы комиссии по контролю за организацией и качеством питания на 2023-2024 учебный год (Приложение №3).
5. Возложить на комиссию решение следующих задач:
 - контроль за исполнением нормативных и правовых актов по организации питания обучающихся;
 - контроль за организацией процесса питания обучающихся и качеством приготовления продукции с целью сохранения и укрепления здоровья детей не реже 1 раза в месяц;

- контроль за исполнением договора на оказание услуг по предоставлению горячего питания между НМУП «Фабрика школьного питания» и родителями (законными представителями) обучающихся.

б. Контроль за выполнением приказа оставляю за собой.

Директор ГБОУ СОШ №8 «ОЦ»
г.Новокуйбышевска

Е.В. Черкасова

Ознакомлены:

А.Н.Немова
Г.Г.Маслова
И.В.Белова
А.А.Федькина
О.А.Кириллова (по согласованию)

Утверждаю:
Директор ГБОУ СОШ №8 «ОЦ»
г.Новокуйбышевска
_____ Е.В.Черкасова

Режим питания школьника

Соблюдение режима питания – одно из необходимых условий рационального питания. Важно не только, что и сколько мы едим, но также - когда и как часто.

Обычно для школьников требуется 4 или 5 приемов пищи в сутки в зависимости от нагрузки, через 4-5 часов.

Режим питания для обучающихся:

1 смена			2 смена		
Прием пищи	Часы приема	% к суточной калорийности	Прием пищи	Часы приема	% к суточной калорийности
Завтрак	9.30 – 9.50	20-25	Обед	13.20-13.40	30-35
Обед	11.30 – 11.50	30-35	Полдник	16.00 -16.20	10-15

Завтрак

Завтрак должен содержать достаточное количество пищевых веществ и калорий для покрытия предстоящих энергозатрат. Утром организм ребенка усиленно расходует энергию, потому что в это время он наиболее активно работает.

Завтрак обязательно должен включать горячее блюдо – крупяное, творожное, яичное или мясное.

В качестве питья лучше всего предложить какао – наиболее питательный напиток (в чае и кофе практически отсутствуют калории, калорийность какао сопоставима с калорийностью сыра), можно использовать и чай.

Крупы – важный источник растительных белков и углеводов. Кроме того, в крупах довольно много минеральных веществ и витаминов. По праву **возглавляет этот список гречневая крупа**, которая богата хорошо усвояемыми растительными белками, жирами, содержит много калия, фосфора, магния и особенно железа, витаминов группы В.

Следом за крупами из гречихи **следуют крупы из овса**: овсяная крупа и овсяные хлопья. Овсяная крупа богата растительным белком, содержащим многие незаменимые аминокислоты, жиром, минеральными веществами (фосфором, магнием, кальцием, железом, медью, марганцем, цинком). Довольно высоко содержание в ней витаминов группы В и витамина Е.

Обед

Во время обеда человек съедает большую часть суточной нормы пищи. **Обед состоит из трех или четырех блюд**, обязательно включает в себя горячее первое блюдо – суп.

В качестве **закуски** можно использовать свежие овощи или овощи с фруктами. Свежие овощи обладают сокогонным эффектом – следовательно, подготавливают желудочно-кишечный тракт ребенка к восприятию более калорийных блюд. В зимнее время года можно использовать квашеную капусту, соленые огурцы, помидоры, репчатый лук, зеленый горошек (консервированный).

Первые блюда – овощные супы, крупяные супы, щи, борщи, рассольники, супы из гороха, фасоли, бобов, супы с клецками, молочные супы.

Для приготовления **вторых блюд**, расходуется как правило, суточная норма мяса, птицы или рыбы.

Свежие фрукты или соки, ягоды – наиболее подходящее **третье блюдо**. При отсутствии свежих фруктов можно использовать консервированные соки, плодово-овощные пюре, компоты из сухофруктов.

Хлеб – высококалорийный продукт, содержащий большинство необходимых человеку питательных веществ.

Полдник

Желательно использовать в полдник свежие фрукты или ягоды. Полдник обычно бывает легким и включает молоко или кисломолочный напиток и булочку, которые изредка можно заменить мучным блюдом (оладьями, блинчиками), а также кондитерскими изделиями (печеньем, сухариками, вафлями и пр.)

Приятного аппетита!

«Утверждаю»:
Директор ГБОУ СОШ №8 «ОЦ»
г.Новокуйбышевска
_____ Е.В.Черкасова

**План мероприятий по формированию навыков и культуры здорового питания,
этике приема пищи, профилактике заболеваний, пищевых отравлений
и инфекционных заболеваний
на 2023-2024 учебный год**

Цель мероприятий:

- создание условий, способствующих формированию навыков правильного здорового питания у обучающихся;
- выработка оптимального режима питания детей и подростков;
- формирование приверженности детей к ведению здорового образа жизни и негативного отношения к факторам риска для здоровья;
- уменьшение распространения факторов риска и снижение уровня заболеваемости хроническими инфекционными заболеваниями у обучающихся.

Задачи:

- обеспечение санитарно-гигиенической безопасности питания;
- повышение уровня знаний обучающихся, педагогов и родителей в вопросах здорового питания;
- популяризация культуры здорового питания;
- формирование у детей мотивации сохранения собственного здоровья, бережного отношения к нему;
- формирование у родителей понимания правильного полноценного питания как основы развития здорового ребенка.

№	Мероприятия	Сроки	Ответственный
1.	Совещание при директоре «Об организации горячего питания в новом учебном году»	сентябрь	Директор
2.	Создание бракеражной комиссии	сентябрь	Директор
3.	Создание комиссии по контролю за организацией и качеством питания	сентябрь	Директор
4.	Составление графика питания	сентябрь	Ответственный за организацию питания
5.	Создание банка данных обучающихся, которым требуется специализированное питание	сентябрь	Медицинская сестра (по согласованию)
6.	Организация бесплатного питания для обучающихся	В течение года	Ответственный за организацию

			питания, классные руководители
7.	Проверка соответствия рациона питания утвержденному меню	Ежедневно	Бракеражная комиссия
8.	Составление отчетности по организации горячего питания в школе	Ежедневно	Ответственный за организацию питания
9.	Осуществление постоянного контроля за работой столовой, соблюдением санитарно-эпидемиологических норм	В течение учебного года	Директор, бракеражная комиссия
10.	Беседы медицинского работника с обучающимися и родителями о здоровом питании	В течение учебного года	Медицинская сестра (по согласованию)
11.	Производственные совещания по вопросам: - «Охват учащихся горячим питанием» - «Соблюдение санитарно-эпидемиологических норм» - «Профилактика инфекционных заболеваний» - «Итоги опроса обучающихся и родителей по вопросам питания в школе»	1 раз в четверть	Директор, ответственный за организацию питания
12.	Мониторинг организации питания обучающихся школы и охвата питанием	Ежедневно	Ответственный за организацию питания, классные руководители
13.	Опрос обучающихся и родителей по вопросам питания в школе	Октябрь, апрель	Заместитель директора по ВР, классные руководители
14.	Изучение теоретических и практических основ правильного питания в рамках общеобразовательных предметов (биология, химия, ОБЖ)	В течение учебного года	Учителя-предметники
15.	Проведение классных часов по темам: - Правила поведения за столом - Как правильно организовать режим питания - Жевательная резинка: за и против - Здоровое питание и витамины - Любимое блюдо моей семьи - О пользе кока-колы - Кофе и его влияние на организм	В течение учебного года	Заместитель директора по ВР, классные руководители
16.	Лекция для обучающихся «Правильное питание – залог здоровья»	Ноябрь	Заместитель директора по ВР
17.	Родительские собрания «Основные принципы организации рационального питания детей школьного возраста»	Март	Заместитель директора по ВР
18.	Интерактивная беседа «Я то, что я ем» (в рамках всероссийской акции «Здоровое питание школьника»)	Апрель	Заместитель директора по ВР

19.	Организация родительского контроля за организацией и качеством питания в школе	В течение года	Ответственный за организацию питания, классные руководители
20.	Участие обучающихся и педагогических работников в конкурсах по здоровому питанию	В течение года	Заместитель директора по ВР

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГБОУ СОШ №8 «ОЦ»
г.Новокуйбышевска
_____ Е.В.Черкасова

**План работы комиссии по контролю за организацией и качеством питания
на 2023-2024 учебный год**

№ п/п	Мероприятия	Ответственные	Сроки	Форма подведения итогов
1	Проверка меню и его исполнения	Бракеражная комиссия	1 раз в квартал	Акт проверки
2	Проверка соответствия рациона питания утвержденному меню	Федькина А.А. Белова И.В.	ежедневно	Утверждение меню
3	Проверка обеспечения пищеблока инвентарем, посудой, технологическим оборудованием	Маслова Г.Г.	1 раз в квартал	Заседание комиссии
4	Контроль за соблюдением санитарного состояния пищеблока	Кириллова О.А.	ежедневно	Заседание комиссии
5	Контроль за условиями и сроками транспортировки продуктов	Кириллова О.А. Белова И.В.	Сентябрь, ноябрь, январь, март, май	Акт проверки при нарушении
6	Проверка медицинских документов у работников пищеблока	Кириллова О.А.	Сентябрь, декабрь, февраль, май	Акт проверки при нарушении
7	Проверка наличия журналов, утвержденных СанПиНом, качества их ведения	Федькина А.А. Кириллова О.А.	1 раз в квартал	Акт проверки при нарушении
8	Организация работы бракеражной комиссии и оформления бракеражных журналов	Кириллова О.А.	1 раз в месяц	Заседание комиссии
9	Проверка выполнения санитарных правил и нормативов	Члены комиссии	1 раз в квартал	Заседание комиссии
10	Организация и проведение мониторинга питания	Инютина К.В. Белова И.В.	1 раз в месяц	Административное совещание
11	Проверка соответствия веса отпускаемой продукции при раздаче меню	Члены комиссии	Ежемесячно	Заседание комиссии
12	Проверка условий хранения поставленной продукции	Кириллова О.А. Белова И.В.	Постоянно	Журнал контроля
13	Контроль за качеством сырья	Кириллова О.А. Белова И.В.	Ежедневно	Бракеражный журнал
14	Контроль за качеством готовой продукции	Кириллова О.А. Белова И.В.	Ежедневно	Бракеражный журнал

15	Контроль суточной пробы и условий хранения	Кириллова О.А.	Ежедневно	Бракеражный журнал
16	Проверка технологии приготовления кулинарной продукции	Кириллова О.А.	Ежедневно	Бракеражный журнал
17	Контроль за соблюдением санитарных правил при мытье посуды	Кириллова О.А. Белова И.В.	1 раз в неделю	Акт проверки при нарушении
18	Контроль за своевременным вывозом отходов, тары	Маслова Г.Г.	Постоянно	Акт проверки при нарушении
19	Проверка состояния технологического и холодильного оборудования	Маслова Г.Г.	1 раз в квартал	Акт проверки при нарушении
20	Комплексная проверка состояния пищеблока	Члены комиссии	март	Акт проверки, письмо организатору питания
21	Организация мероприятий по увеличению (сохранению) охвата горячим питанием обучающихся	классные руководители	постоянно	Протоколы родительских собраний
22	Анкетирование обучающихся и их родителей по вопросам школьного питания	Белова И.В. классные руководители	2 раза в год	Справка
23	Организация просветительской работы среди обучающихся по вопросам горячего питания	Классные руководители	постоянно	Справка