

**ПРИНЯТО**  
на общем собрании  
трудового коллектива  
от 22.08.2022 г.



**УТВЕРЖДЕНО**  
Заведующий  
А.У-А. Коркмазова

## **ПРОГРАММА**

### **«ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ» МКДОУ «Детский сад №2 «Чолпан»**

#### **Актуальность программы**

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 детей. За фразой «дошкольное питание» стоит здоровье наших детей. По данным валеологов, болезни органов пищеварения у детей занимают 3-е место. Поэтому важным фактором сохранения здоровья воспитанников является организация правильного питания не только дома, но и в детском саду. Специалисты считают, что ухудшение здоровья детей связано с неполноценным питанием, гиповитаминозами, химическими загрязнениями окружающей среды, отсутствием навыков и привычек здорового образа жизни.

Ребенок 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 ребенка постоянно расходует много энергии. Эта энергия необходима ему для деятельности сердца, легких и других внутренних органов, для поддержания постоянной температуры тела. Учебные занятия, 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.

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

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

Недостатком в организации питания дошкольников 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 дошкольного питания и желанием соответствия, установленным нормативам питания детей.

Многие воспитанники имеют слабое представление о правильном питании как составляющей части здорового образа жизни. Основные проблемы питания дошкольников связаны с нарушением режима питания вне стен детского сада, 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 жить хорошо, надо хорошо кушать. А организация полноценного питания во всех ДОУ должна стать приоритетным направлением деятельности ДОУ.

Остается актуальной задача улучшения качества, разнообразия блюд и безопасности питания детей дошкольного возраста.

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

- Уровень учебной нагрузки на организм воспитанников.
- Состояние лечебно – оздоровительной работы в ДОУ.
- Состояние внеурочной воспитательной работы в ДОУ.
- Уровень психологической помощи воспитанникам.
- Микроклимат в ДОУ и дома.

### **Цели программы:**

- обеспечение качественным питанием воспитанников при сохранении его доступности;
- формирование общей культуры правильного питания;
- совершенствование системы организации питания в образовательном Учреждении, способствующих формированию здорового образа жизни у дошкольников и навыков рационального здорового питания;
- разработка и реализация комплексной системы мероприятий направленных на обучение сохранению и укреплению, формированию культуры и навыков здорового питания воспитанников;
- воспитание личности, ответственной за свое здоровье и здоровье окружающих.

### **Для реализации цели необходимо решить следующие задачи:**

- пропаганда здорового питания (проведение конкурсов и мероприятия);
- формирование у детей и родителей потребности правильного питания как неотъемлемой части сохранения и укрепления здоровья;
- формирование навыков здорового питания через систему воспитательной работы ДООУ и работу с родителями;
- внедрение современных методов мониторинга состояния питания;
- обеспечения качественного, сбалансированного питания детей;
- разработка и внедрение новых форм организации горячего питания;
- дальнейшее совершенствование материально-технологического оборудования пищеблока;
- снижение заболеваемости воспитанников за счет внедрения полноценного рационального питания учащихся;

### **Ожидаемые конечные результаты**

Выполнение Программы "Дошкольное питание" позволит ДООУ достигнуть следующих результатов:

- организовать правильное, сбалансированное питание детей с учетом их возрастных особенностей;
- оказывать социальную поддержку отдельным категориям воспитанников;
- обеспечить воспитанников необходимыми пищевыми веществами, качественным и количественным составом рациона питания и ассортиментом продуктов, используемых в питании;
- сформировать навыки здорового питания у воспитанников и их родителей;

- улучшить качество питания дошкольников и обеспечить его безопасность;
- развить систему мониторинга состояния здоровья воспитанников;
- развить механизмы координации и контроля в системе дошкольного питания;
- укрепить материально-техническую базу пищеблока;
- оснастить недостающим технологическим оборудованием пищеблок.

**В перспективе организация рационального питания дошкольников может достичь следующих основных целей:**

- рост учебного потенциала детей;
- улучшение состояния здоровья дошкольников, уменьшение случаев ожирения, дистрофии и других заболеваний, связанных с питанием, а в перспективе - улучшение репродуктивного здоровья;
- снижение риска развития сердечно-сосудистых, эндокринных, желудочно-кишечных заболеваний в период взросления и в течение дальнейшей жизни;
- улучшение успеваемости дошкольников;
- повышение общего культурного уровня дошкольников.

Составив и реализовав программу санитарного просвещения в области рационального питания, можно предотвратить нерациональность диетологических привычек дошкольников, приводящую к развитию ряда заболеваний.

**Сроки и стратегия реализации Программы - 2022-2023 годы**

**1 этап Базовый - 2022 год:**

- анализ нынешнего состояния;
- планирование реализации основных направлений программы;
- создание условий реализации программы;
- начало реализации программы.

**2 этап Основной - 2022 -2023 годы:**

- поэтапная реализация программы в соответствии с целями и задачами;
- промежуточный мониторинг результатов;
- корректировка планов в соответствии с целями и задачами и промежуточными результатами.

### **3 этап Заключительный - 2023 год:**

- завершение реализации программы;
- мониторинг результатов;
- анализ результатов.

## **Основные направления реализации Программы**

### **1. Организация и регулирование дошкольного питания:**

- развитие системы мониторинга состояния здоровья воспитанников, обеспечения их необходимыми пищевыми веществами, качественным и количественным составом рациона питания и ассортиментом продуктов, используемых в питании;
- развитие механизмов координации и контроля в системе дошкольного питания;
- организация правильного, сбалансированного питания детей с учетом их возрастных особенностей;
- обеспечение доступности, безопасности и эффективности дошкольного питания;
- оказание социальной поддержки отдельным категориям воспитанников;
- использование разных форм и методик организации питания.

### **2. Формирование навыков здорового питания у воспитанников и их родителей.**

- Пропаганда здорового питания (проведение игр, конкурсов, лекций)
- Пропаганда здорового питания на родительских собраниях. Проведение "Правильное питание - неотъемлемая часть сохранения и укрепления здоровья".
- Проводить презентации на тему "Рациональное питание" в ДОУ.
- Один час в месяц посвятить вопросам горячего питания, охране здоровья, активному образу жизни.

### **3. Укрепление материально-технической базы пищеблока предусматривает:**

- совершенствование дизайна пищеблока;
- оснащение недостающим технологическим оборудованием пищеблока.

#### **4.Повышение квалификации персонала предусматривает:**

- повышение профессионального уровня специалистов в области дошкольного питания через систему повышения квалификации курсы повышения квалификации;
- участие в профессиональных смотрах и конкурсах;
- проведение бесед, конкурсов, презентаций дошкольного питания.

Дошкольная программа направлена на формирование навыков рационального питания.

#### **Средства контроля**

Проверка хода процесса, анкетирование родителей, сбор и учет данных о качестве питания, обсуждение успехов и неудач предыдущих этапов деятельности. Обсуждение на совещаниях коллектива и на родительских собраниях.

### **Паспорт программы «Здоровое питание» МКДОУ «Детский сад №2 «Чолпан»»**

Наименование	Программы «Здоровое питание» МКДОУ «Детский сад №2 «Чолпан»»
Дата принятия	Протокол №1 от 20.08.2022 г.
Кадровое обеспечение программы «Здоровое питание»	Заведующая хозяйством – Джалилова Ф.Х. Старший воспитатель –Тебучева А.У-А. Медицинская сестра – Байрамукова З.Х. Повар – Лепшокова М.Х.
Цели, задачи программы:	<b><u>Цели:</u></b> - обеспечение качественным питанием воспитанников при сохранении его доступности; - формирование общей культуры правильного питания; - совершенствование системы организации питания в образовательном учреждении, способствующих формированию здорового образа жизни у дошкольников и навыков рационального здорового питания; - разработка и реализация комплексной системы мероприятий направленных на обучение, сохранение и укрепление, формирование культуры и навыков здорового питания у воспитанников; - воспитание личности, ответственной за свое здоровье и

	<p>здоровье окружающих.</p> <p><b><u>Задачи:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пропаганда здорового питания (проведение конкурсов);</li> <li>• формирование у детей и родителей потребности правильного питания как неотъемлемой части сохранения и укрепления здоровья;</li> <li>• формирование навыков здорового питания через систему воспитательной работы ДОО и работу с родителями;</li> <li>• внедрение современных методов мониторинга состояния питания;</li> <li>• обеспечения качественного, сбалансированного питания детей;</li> <li>• разработка и внедрение новых форм организации горячего питания;</li> <li>• дальнейшее совершенствование материально-технологического оборудования пищеблока;</li> <li>• снижение заболеваемости у воспитанников за счет внедрения полноценного рационального питания;</li> </ul>
<p>Важнейшие целевые показатели и ожидаемые результаты</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• организовать правильное, сбалансированное питание детей с учетом их возрастных особенностей;</li> <li>• оказывать социальную поддержку отдельным категориям воспитанников;</li> <li>• обеспечить воспитанников необходимыми пищевыми веществами, качественным и количественным составом рациона питания и ассортиментом продуктов, используемых в питании;</li> <li>• сформировать навыки здорового питания у воспитанников и их родителей;</li> <li>• улучшить качество питания дошкольников и обеспечить его безопасность;</li> <li>• развить систему мониторинга состояния здоровья воспитанников;</li> <li>• развить механизмы координации и контроля в системе дошкольного питания;</li> <li>• укрепить материально-техническую базу пищеблока. Оснастить недостающим технологически оборудованием дошкольный пищеблок.</li> </ul>
<p>Сроки и этапы реализации</p>	<p><b>1 этап Базовый - 2022 год:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализ нынешнего состояния;</li> <li>- планирование реализации основных направлений программы;</li> <li>- создание условий реализации программы;</li> <li>- начало реализации программы.</li> </ul> <p><b>2 этап Основной - 2022 -2023 годы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- поэтапная реализация программы в соответствии с целями и задачами;</li> <li>- промежуточный мониторинг результатов;</li> <li>- корректировка планов в соответствии с целями и задачами и промежуточными результатами.</li> </ul>

	<b>3 этап Заключительный - 2023 год:</b> - завершение реализации программы; - мониторинг результатов; - анализ результатов.
Формы представления результатов программы	Ежегодный доклад – ответственного по питанию о результатах деятельности ДОУ по реализации программы «Здоровое питание».

### **Содержание программы:**

#### **1. Организация и регулирование дошкольного питания**

№	Мероприятия	Срок	Ответственный
1.	Проверка готовности пищеблока к новому учебному году	Август	Заведующий хозяйством
2.	Создание бракеражной комиссии	Сентябрь	Заведующая ДОУ
3.	Заседание бракеражной комиссии и родительского комитета «Организация горячего питания в ДОУ»	Сентябрь	Заведующая ДОУ
4.	Формирование нормативно-правовой базы по организации питания в ДОУ	Сентябрь	Заведующий хозяйством
5.	Проверка должностных обязанностей работников пищеблока.	Сентябрь	Старший воспитатель
6.	Издание приказа по ДОУ об организации питания с 1 сентября по 31 мая	Сентябрь	Заведующая ДОУ
7.	Согласование примерного 12-и дневного меню в соответствии с санитарными нормами.	Август	Медицинская сестра
8.	Контроль за наличием инструкции по эксплуатации технологического оборудования на пищеблоке, по технике безопасности.	В течении года	Старший воспитатель
9.	Организация контроля за ведением документации: Журнал бракеража готовой продукции; Журнал бракеража продуктов и производственного сырья, поступающего на пищеблок;	В течении года	Заведующий хозяйством
10.	Заключение договоров с поставщиками продуктов.	Август	Заведующий хозяйством
11.	Контроль за организацией питания в ДОУ, выполнение мероприятий по его улучшению	В течении года	Администрация, родительская общественность
13.	Контроль за выполнением требований СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»	В течении года	Заведующая ДОУ; Медицинская сестра
14.	Контроль за выполнением программы	В течении	Заведующая ДОУ;



производственного контроля за соблюдением санитарных правил и выполнением санитарно-противоэпидемиологических мероприятий	года	Медицинская сестра
---	------	--------------------

## **2. Формирование навыков здорового питания у воспитанников и их родителей**

Название мероприятия	Сроки	Ответственные
Планирование работы по охвату горячим питанием воспитанников, по формированию навыков здорового питания	Сентябрь	Заведующий хозяйством
Заседание бракеражной комиссии и дошкольного родительского комитета «Организация питания в ДОУ»	Сентябрь	Старший воспитатель
Акция «Здоровое питание»	Декабрь - январь	Старший воспитатель
Размещение информации об организации питания на сайте	В течении года	Ответственный за сайт
Оформление информационного стенда «Питание»	Сентябрь	Заведующий хозяйством
Организация тематических бесед для воспитанников: - культура поведения дошкольников во время приема пищи; - соблюдение санитарно-гигиенических требований; - организация горячего питания – залог сохранения здоровья.	В течении года	Воспитатели
<b>Работа по воспитанию культуры питания среди воспитанников</b>		
Проведение мероприятий по воспитанию культуры питания	В течении года	Воспитатели
Конкурс рисунков «Умные продукты», «Правила правильного питания»	Ноябрь	Старший воспитатель
<b>Работа по воспитанию культуры питания среди родителей воспитанников</b>		
Проведение родительских собраний	Ежегодно	Заведующая ДОУ Воспитатели

## **3. Укрепление материально-технической базы пищеблока**

Своевременное приобретение посуды и столовых приборов	В течении года	Заведующая хозяйством
Приобретение и эксплуатация нового технологического оборудования	В течении года	Заведующая хозяйством

#### **4. Мониторинг реализации программы**

Направление мониторинга	Диагностика	Сроки	Ответственный
Сохранение и укрепление здоровья дошкольников	Анализ состояния здоровья дошкольников по результатам медицинских осмотров. Анализ заболеваемости у детей	Ежегодно	Заведующая ДОУ; Инструктор по физическому воспитанию; Медицинская сестра; Воспитатели.
Уровень удовлетворенности воспитанников, работников организации питания в ДОУ	Анкетирование	Ежегодно	Старший воспитатель Заведующая хозяйством
Материально-техническая база пищеблока	Осмотр помещения (оборудование, оснащение) Анализ результатов приёмки пищеблока к началу нового учебного года. Оснащение пищеблока необходимым оборудованием	Ежегодно	Заведующая ДОУ; Заведующая хозяйством
Формирование у дошкольников навыков здорового питания	Собеседование; Наблюдение	Ежегодно	Воспитатели
Качество организации питания	Наблюдение, Анкетирование, опросы, посещение пищеблока, анализ приготовления пищи и норм раскладки, санитарно-гигиенического состояния пищеблока	Ежегодно	Заведующая ДОУ; Медицинская сестра; Родительский комитет