

ПРИНЯТО общим собранием  
работников учреждения с  
учетом мнения родителей  
(законных представителей)  
МБДОУ г. Мурманска № 138  
протокол от 01.09.2021 № 61

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий МБДОУ г. Мурманска № 138  
\_\_\_\_\_ Дубовицкая Е.А.  
приказ от  
01.09.2021 № 156

Программа  
организации работы с родителями  
по вопросам питания  
в МБДОУ г. Мурманска № 138

## Паспорт программы

Наименование Программы	Программа организации работы с родителями по вопросам питания в МБДОУ г. Мурманска №138 - «Конвенция о правах ребенка» одобрена Генеральной ассамблей ООН от 20.11.1989 г.
Основание для разработки Программы	- СанПин 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» - СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»  - Письмо Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека № 01/13274-2018-27 от 11.10.2018 - Письмо Управления Роспотребнадзора по Мурманской области №51-00-04/29- 11682-2018 от 15.10.2018
Разработчики Программы	Дубовицкая Е.А. - заведующая МБДОУ Соколова Н.В. - старшая медицинская сестра Брынцева С.А. - старший воспитатель Шахова О.Н. – представитель родительской общественности МБДОУ
Основные исполнители Программы	Администрация, педагогический коллектив, младшие воспитатели, работники пищеблока, родители
Цель Программы	Обеспечение качественного, здорового питания воспитанников в целях сохранения и укрепления их здоровья, а также профилактика заболеваний.
Основные задачи Программы	1. Обеспечить воспитанников питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания в соответствии с СанПин; 2. Обеспечить доступность питания дошкольников; 3. Контролировать качество и безопасность пищевых продуктов, используемых в питании детей; 4. Обеспечить процесс приготовления блюд в соответствии с современными разработками и технологиями и нормами СанПин; 5. Предупреждение (профилактика) среди воспитанников инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания; 6. Пропагандировать принципы здорового и полноценного питания. Организовать образовательно-разъяснительную работу с родителями и воспитанниками по вопросам здорового питания
Основные направления Программы.	- Организация рационального питания воспитанников; - Обеспечение высокого качества и безопасности питания; - Обеспечение доступности и разнообразия питания дошкольников - Организация образовательно- разъяснительной работы по вопросам здорового питания; - Пропаганда принципов здорового и полноценного питания. - Обучение кадрового состава работников пищеблока современных технологиям.
Сроки реализации Программы	2021-2024 гг.
Объемы и источники финансирования	- Средства муниципального бюджета - Внебюджетные средства - Родительские средства
Ожидаемые результаты реализации Программы	- обеспечение воспитанников питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечение доступности дошкольного питания;</li> <li>- обеспечение гарантированного качества и безопасности питания и пищевых продуктов, используемых в питании;</li> <li>- отсутствие среди воспитанников инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания</li> <li>- улучшение здоровья воспитанников;</li> <li>- улучшение санитарно-гигиенического и эстетического состояния пищеблоков;</li> </ul>
Организация контроля за исполнением Программы	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Общественный контроль за организацией и качеством питания дошкольников со стороны Попечительского совета МБДОУ и родительских комитетов;</li> <li>- Информирование общественности о состоянии дошкольного питания через сайт дошкольного учреждения;</li> <li>- Информирование родителей на родительских собраниях.</li> </ul>

## **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 проблему большой социальной значимости. Основное время дети находятся в дошкольном учреждении. Поэтому от того, насколько правильно организовано питание в ДОУ, во многом зависит их здоровье и развитие.

Правильное питание - залог здоровья. По данным статистики только у 35% детей рацион и режим питания соответствуют гигиеническим требованиям.

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:

- человек все меньше тратит свою собственную энергию, снижается двигательная активность, что неизбежно приводит к избыточному весу, ожирению (в дошкольном учреждении в настоящее время 1 % таких детей);
- часть детей страдает от неполноценности рациона питания, что может привести 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 продукцией быстрого питания, полуфабрикатами, чипсами, газированными напитками и т.д.

Структура питания детей, характеризуется продолжающимся снижением потребления наиболее ценных в биологическом отношении мяса и мясопродуктов, молока и молочных продуктов, рыбы и рыбных продуктов, яиц, растительного масла, фруктов и овощей. При этом существенно увеличивается потребление хлеба и мучных продуктов, а также картофеля. Вследствие этого на первый план выходят следующие нарушения пищевого статуса:

- дефицит животных белков, особенно в группах населения с низкими доходами;
- дефицит полиненасыщенных жирных кислот на фоне избыточного поступления животных жиров;
- выраженный дефицит большинства витаминов: С, витаминов группы В и фолиевой кислоты, бета-каротина.

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 вышеперечисленные факторы негативно сказываются на состоянии здоровья подрастающего поколения.

### **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.

*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.

Таким образом, обеспечение воспитанников рациональным, здоровым, полноценным питанием возможно только в результате серьезной совместной работы педагогов и родителей.

#### **Цель программы:**

Обеспечение полноценного здорового питания дошкольников в целях сохранения и укрепления их здоровья, а также профилактики заболеваний.

#### **Задачи программы:**

1. Обеспечить воспитанников питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания в соответствии с СанПин;
2. Обеспечить доступность питания дошкольников;
3. Контролировать качество и безопасность пищевых продуктов, используемых в питании детей;
4. Обеспечить процесс приготовления блюд в соответствии с современными разработками и технологиями и нормами СанПин;
5. Предупреждение (профилактика) среди воспитанников инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;
6. Пропагандировать принципы здорового и полноценного питания. Организовать образовательноразъяснительную работу с родителями и воспитанниками по вопросам здорового питания

#### **Ожидаемые результаты реализации Программы:**

- обеспечение воспитанников питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;
- обеспечение доступности дошкольного питания;
- обеспечение гарантированного качества и безопасности питания и пищевых продуктов, используемых в питании;
- отсутствие среди воспитанников инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;
- улучшение здоровья воспитанников;
- улучшение санитарно-гигиенического и эстетического состояния пищеблоков;

## Содержание работы

Задачи	Содержание работы
1. 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 десятидневного меню организация работы по С- витаминизации
2. Обеспечение доступности питания дошкольников	- выплата компенсаций родительской платы - обеспечение льготами по родительской плате с учетом социального положения категорий семей воспитанников
3. Контролировать качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании детей	- контроль за соблюдением законодательства РФ в области прав потребителей - контроль качества, сроков годности и условий хранения продукции
4. Обеспечить процесс приготовления блюд в соответствии с современными разработками и технологиями и нормами СанПиН;	- использование современных технологий приготовления - контроль процесса приготовления, выдачи и раздачи блюд
5. Предупреждение (профилактика) среди воспитанников инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;	- контроль санитарных условий приготовления, выдачи и раздачи блюд - обучение персонала санитарному минимуму - просветительская работа о соблюдении санитарных норм и личной гигиены - воспитание правильного отношения к питанию
6. Пропагандировать принципы здорового и полноценного питания.	- использование форм, обеспечивающих открытость информации об организации питания детей дошкольного возраста - проведение в ДОО мероприятий по формированию навыков здорового питания, культуры приема пищи

## Механизм реализации Программы

### *Совместные мероприятия с родителями по производственному и общественному контролю за организацией питания*

№	Вид контроля	Структура, осуществляющая контроль
1	Наличие сформированного пакета документов по организации питания	Заведующая МБДОУ, Старшая медсестра, Представители родительской общественности
2	Контроль за формированием рационального питания (соответствие рациона питания согласно утвержденному меню, режим питания)	Заведующая МБДОУ, Старшая медсестра, Представители родительской общественности
3	Контроль условий и сроков хранения поступивших на склад продуктов	Заведующая МБДОУ, Старшая медсестра, Завскладом питания, Представители родительской общественности
4	Контроль выдачи и раздачи блюд на группе	Заведующая МБДОУ, Старшая медсестра, Представители родительской общественности
5	Контроль качества поступивших на склад продуктов (соответствие свидетельствам, сертификатам, сроки годности и реализации)	Заведующая МБДОУ, Старшая медсестра, Завскладом питания, Представители родительской общественности

6	Контроль качества приготовленной пищи	Заведующая МБДОУ, Старшая медсестра, Представители родительской общественности
7	Контроль за санитарным содержанием и санитарной обработкой посуды	Заведующая МБДОУ, Старшая медсестра, Представители родительской общественности
8	Анализ заболеваемости детей (инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания)	Заведующая МБДОУ, Старшая медсестра, Представители родительской общественности
9	Контроль за соблюдением правил личной гигиены, гигиеническими знаниями и навыками (наличие медкомиссии и санминимума у работников пищеблока, младших воспитателей)	Заведующая МБДОУ, Старшая медсестра, Представители родительской общественности
10	Контроль санитарного состояния пищеблока, групп (информирование в соответствии с документацией, видеоролик)	Заведующая МБДОУ, Воспитатели групп, Представители родительской общественности
11	Контроль за приемом пищи	Заведующая МБДОУ, Старшая медсестра, Представители родительской общественности

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

1. Задачи администрации МБДОУ :

- Составление расписания непосредственной образовательной деятельности с обеспечением необходимого режима питания, с учетом возрастных особенностей детей дошкольного возраста
- Контроль качества питания;
- 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 по питанию в семье.
- Активное участие в проведение мероприятий (досуги, праздники и т.д.)

**Комплекс мероприятий, направленных на пропаганду принципов здорового и полноценного питания**

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
<b>Работа с воспитанниками</b>			
1.	Беседа «Мы за здоровый образ жизни»	сентябрь	воспитатели групп
2.	Выставка рисунков «Витаминный калейдоскоп»	октябрь	воспитатели групп
3.	Развлечение «Праздник Осени!»	ноябрь	воспитатели групп
4.	Беседа «Здоровье в тарелке»	декабрь	воспитатели групп
5.	Развлечение «В гостях у Вредины»	январь	воспитатели групп
6.	Беседа о культурно-гигиенических навыках «Уроки Мойдодыра»	февраль	воспитатели групп
7.	Мастер-класс «Научим Незнайку правилам поведения за столом»	март	воспитатели групп
8.	Викторина «Здоровейка»	апрель	воспитатели групп
9.	Развлечение «Быть здоровыми хотим»	май	
<b>Взаимодействие с родителями</b>			
1.	Организация своевременной сдачи документации по выплате компенсаций родительской платы	сентябрь	родители, делопроизводитель, бухгалтер по родительской плате
2.	Организация своевременной сдачи документов на оформление льготы по оплате за детский сад	сентябрь, обновление статуса раз в 3 месяца	родители, делопроизводитель, бухгалтер по родительской плате
3.	Изучения отношения родителей к организации питания в дошкольном учреждении.	2 раза в год	старшая медицинская сестра, шеф-повар, старший воспитатель, воспитатели
4.	Родительское собрание «Основы формирования у ребёнка навыков здорового образа жизни. Полноценное питание - залог здоровья детей. Организация питания дома».	октябрь	воспитатели групп, родители
5.	Оформление и обновление в родительских уголках информации по организации питания	ежедневно	воспитатели групп
6.	Выставка плакатов «Мы за правильное питание»	ноябрь	воспитатели групп, родители
7.	Мастер класс от родителей «Наш семейный рецепт»	декабрь	воспитатели групп, родители
8.	Развлечение совместно с родителями «В гостях у Повара»	январь	воспитатели групп, музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре, родители
9.	Музыкально-спортивный праздник «Если бы папы всей земли!»	февраль	воспитатели групп, музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре, родители
10.	Анализ заболеваемости (инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания)	апрель	старшая медицинская сестра, воспитатели, родители
11.	Развлечение с родителями «Быть здоровыми хотим»	май	воспитатели групп, музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре, родители