



«Утверждаю»

Директор МБОУ «Лицей №153»

ГО город Уфа РБ

Э.Г.Минюк

«14» 10 2019г.

Программа здорового питания учащихся  
МБОУ «Лицей №153» ГО город Уфа РБ

Цель программы: формирование культуры здорового питания учащихся, совершенствование организации питания.

Задачи программы:

- расширение знаний детей о правилах питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья, формирование навыков правильного питания как составной части здорового образа жизни;
- просвещение родителей в вопросах организации правильного рационального питания детей.

1. Пропаганда здорового питания.

В целях формирования культуры здорового питания школьников в рамках внеурочной деятельности проводятся мероприятия:

- по формированию и развитию представления детей и подростков о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формированию готовности заботиться и укреплять собственное здоровье;
- по формированию у школьников знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;
- по освоению детьми и подростками практических навыков рационального питания;
- по формированию представления о социокультурных аспектах питания как составляющей общей культуры человека;
- по информированию детей и подростков о народных традициях, связанных с питанием и здоровьем, расширению знаний об истории и традициях своего народа, формированию чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов;
- по просвещению родителей в вопросах организации здорового питания школьников.

Практические занятия предусматривают различные формы проведения:

- конкурсов рисунков и плакатов на тему: «Правильное и здоровое питание»;
- анкетирования школьников и их родителей.

2. В лицее работает буфет, где реализуется горячая и буфетная продукция от ЦДЦП, чай, соки, воды, шоколад. Горячая продукция привозится в одноразовых контейнерах, согласно меню.

Заместитель директора, курирующий вопросы организации питания		Ответственный за организацию питания		
ФИО	Дата и № приказа о назначении	ФИО	Должность	Дата и № приказа
Юнусова Айгуль Рустамовна	№234 от 30.08.2019	Юнусова Айгуль Рустамовна	И.о.заместителя директора по ВР	№234 от 30.08.2019

В лицее функционирует бракеражная комиссия, которая ежедневно отслеживает качество привозимой продукции. Согласно договору с МКУ «Испытательный центр» два раза в год сдаются пробы для проведения лабораторных испытаний.

Состав бракеражной комиссии		
ФИО	Должность	Дата и № приказа
Минюк Эльвира Гиндуллоевна	Директор лицея	№237 от 30.08.2019
Юнусова Айгуль Рустамовна	И.о.заместителя директора по ВР	№237 от 30.08.2019
Исмагилова Роза Юсуповна	Медицинская сестра	№237 от 30.08.2019
Валиахметова Юлия Ильясовна	Представитель родительской общественности	№237 от 30.08.2019

#### График работы буфета

Часы работы буфета	График питания обучающихся	
	Классы	Время
С 10-00 до 14-00	9А	11:20
	9Б	11:25
	9В	11:30

	10А	11:35
	10Б	11:40
	10В	11:45
	11А	11:50
	11Б	11:55
	11В	12:00
	11Г	12:05

Организация питания осуществляется на основе принципов «щадящего питания». При приготовлении блюд соблюдаются щадящие технологии: варка, запекание, припускание, пассерование, тушение, приготовление на пару, приготовление в пароконвектомате. При приготовлении блюд не применяется жарка. Исключены из меню копченые, маринованные, жаренные блюда, острые блюда, пряности и специи, жирные продукты, то есть питание организовано с учетом особенностей детского организма.

В меню учтены продукты, насыщенные микро- и макроэлементами: хлеб пшеничный обогащенный, соль йодированная, инстантные витаминизированные напитки, кисломолочные продукты, обогащенные витаминами и минералами.

Оператор питания имеет в своем составе три молочные кухни. На завтраки дети получают специальные диетические молочные продукты в широком ассортименте.

### **План работы по улучшению питания на 2019-2020 учебный год.**

№ п/п	Наименование мероприятия
1.	Проведение разъяснительной работы в классах в ходе проведения родительских собраний и классных часов.
2.	Установка плазменного телевизора для трансляции передач и видео –сюжетов о здоровой пище
3.	Ежедневный контроль качества привозимой продукции
4.	Оформление стен буфета и установка стендов по пропаганде здорового питания.