

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ВАРВАРОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»**

Рассмотрено на заседании педагогического совета МБОУ «Варваровская СОШ» Протокол от «28» декабря 2024 г. №2

Утверждено приказом от 28.12.2024г. №76 директор МБОУ «Варваровская СОШ» Г.В. Верещак

ПОЛОЖЕНИЕ

**об организации здорового питания детей и подростков
в МБОУ «Варваровская СОШ»**

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение устанавливает порядок организации здорового питания детей и подростков МБОУ «Варваровская СОШ», определяет основные организационные принципы, принципы формирования рационов здорового питания.

1.2. Основные понятия.

Здоровое питание - питание, ежедневный рацион которого основывается на принципах, установленных настоящим Федеральным законом, отвечает требованиям безопасности и создает условия для физического и интеллектуального развития, жизнедеятельности человека и будущих поколений.

Горячее питание - здоровое питание, которым предусматривается наличие горячих первого и второго блюд или второго блюда в зависимости от приема пищи, в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями.

1.3. Принципами здорового питания являются основные правила и положения, способствующие укреплению здоровья человека и будущих поколений, снижению риска развития заболеваний и включающие в себя:

- обеспечение приоритетности защиты жизни и здоровья потребителей пищевых продуктов по отношению к экономическим интересам индивидуальных предпринимателей и юридических лиц, осуществляющих деятельность, связанную с обращением пищевых продуктов;

- соответствие энергетической ценности ежедневного рациона энергозатратам;

- соответствие химического состава ежедневного рациона физиологическим потребностям человека в макронутриентах (белки и

- соответствие энергетической ценности ежедневного рациона энергозатратам;

- соответствие химического состава ежедневного рациона физиологическим потребностям человека в макронутриентах (белки и аминокислоты, жиры и жирные кислоты, углеводы) и микронутриентах (витамины, минеральные вещества и микроэлементы, биологически активные вещества);

- наличие в составе ежедневного рациона пищевых продуктов со сниженным содержанием насыщенных жиров (включая трансизомеры жирных кислот), простых сахаров и поваренной соли, а также пищевых продуктов, обогащенных витаминами, пищевыми волокнами и биологически активными веществами;

- обеспечение максимально разнообразного здорового питания и оптимального его режима;

- применение технологической обработки и кулинарной обработки пищевых продуктов, обеспечивающих сохранность их исходной пищевой ценности;

- обеспечение соблюдения санитарно-эпидемиологических требований на всех этапах обращения пищевых продуктов;

- исключение использования фальсифицированных пищевых продуктов, материалов и изделий.

1.4. Основными задачами при организации питания детей и подростков в МБОУ «Варваровская СОШ» являются:

- а) сбалансированность и максимальное разнообразие рациона питания по всем пищевым факторам, включая белки и аминокислоты, пищевые жиры и жирные кислоты, витамины, минеральные соли и микроэлементы, а также минорные компоненты пищи (флавоноиды, нуклеотиды и др.);

- б) соответствие энергетической ценности суточных рационов питания энергозатратам обучающихся общеобразовательных учреждений;

- в) оптимальный режим питания;

- г) обеспечение в процессе технологической и кулинарной обработки продуктов питания их высоких вкусовых качеств и сохранения исходной пищевой ценности;

- д) учет индивидуальных особенностей обучающихся общеобразовательных учреждений (потребность в диетическом питании, пищевая аллергия и прочее);

- е) обеспечение санитарно-гигиенической безопасности питания, включая соблюдение всех санитарных требований к состоянию пищеблока, поставляемым продуктам питания, их транспортировке, хранению, приготовлению и раздаче блюд;

- ж) гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании;

- з) пропаганда принципов здорового и полноценного питания.

1.5. Настоящее Положение разработано на основании следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон от 30 марта 1999 года № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»;
- Федеральный закон от 2 января 2000 года № 29-ФЗ «О качестве и безопасности пищевых продуктов»;
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- постановление Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 года № 1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования»;
- закон Белгородской области от 31 октября 2014 года № 314 «Об образовании в Белгородской области»;
- закон Белгородской области от 28 декабря 2004 года № 165 «Социальный кодекс Белгородской области» (с изменениями);
- постановление Правительства Белгородской области от 30 декабря 2013 года № 528-пп «Об утверждении государственной программы Белгородской области «Развитие образования Белгородской области»;
- постановление Правительства Белгородской области от 09 ноября 2015 года № 399-пп «Об утверждении Регламента организации контроля результатов, предусмотренных контрактами на поставку пищевой продукции, заключенными заказчиками Белгородской области»;
- постановление Правительства Белгородской области от 24 декабря 2018 года № 469-пп «О мерах социальной поддержки детей из многодетных семей, обучающихся в общеобразовательных организациях Белгородской области»;
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»;
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.3.2.1078-01 «Гигиенические требования безопасности и пищевой ценности пищевых продуктов»;
- Методические рекомендации МР 2.4.0162-19 «Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями, сопровождающимися ограничениями в питании (в образовательных и оздоровительных организациях)», утвержденные руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации А.Ю.Поповой 30 декабря 2019 года;
- Методические рекомендации МР 2.4.0179-20 «Организация питания обучающихся общеобразовательных организаций» утвержденные руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав

потребителей и благополучия человека, Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации А.Ю.Поповой 18 мая 2020 года;

- Методические рекомендации МР 2.4.0180-20 «Родительский контроль за организацией горячего питания детей в общеобразовательных организациях», утвержденные руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации А.Ю.Поповой 18 мая 2020 года Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека.

1.6. Положение определяет основные организационные принципы питания обучающихся в МБОУ «Варваровская СОШ», принципы и методику формирования рационов питания и ассортимента пищевых продуктов, предназначенных для организации здорового питания обучающихся в общеобразовательных организациях, в том числе при отборе, закупках, приемке пищевых продуктов и продовольственного сырья, используемых в питании детей и подростков, составлении меню и ассортиментных перечней, в производстве, реализации и организации потребления продукции общественного питания, предназначенной для детей и подростков, а также содержит рекомендации по использованию продуктов повышенной биологической и пищевой ценности, в том числе обогащенных микронутриентами.

2. Основные организационные принципы питания обучающихся в МБОУ «Варваровская СОШ»

Питание детей в МБОУ «Варваровская СОШ» регламентировано требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 27 октября 2020 г. № 32 и вступающими в действие с 1 января 2021 года. Питание детей, обучающихся по основным общеобразовательным программам в МБОУ «Варваровская СОШ», организуется непосредственно МБОУ «Варваровская СОШ».

2.1. Для обучающихся МБОУ «Варваровская СОШ» организуется горячее здоровое питание, которым предусматривается наличие горячих первого и второго блюд или второго блюда в зависимости от приема пищи, в соответствии с санитарноэпидемиологическим требованиям.

2.2 Обучающиеся по образовательным программам начального общего образования в МБОУ «Варваровская СОШ» обеспечиваются в дни посещения общеобразовательного учреждения не менее одного раза в день бесплатным горячим питанием (завтрак), предусматривающим наличие горячего блюда и горячего напитка, за счет бюджетных ассигнований федерального бюджета, регионального бюджета и иных источников финансирования, предусмотренных законодательством Российской Федерации.

Федерации. Обучающиеся с 5 по 11 классы МБОУ «Варваровская СОШ» обеспечиваются одноразовым бесплатным питанием (завтраком).

Обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья, дети из многодетных семей, дети – инвалиды, дети участников специальной военной операции обеспечиваются бесплатным двухразовым питанием.

Обеспечиваются компенсацией на горячее питание в виде продуктового набора:

- дети 1-11 класс с ОВЗ, дети инвалиды, дети участников специальной военной операции, обучающиеся на дому, том числе с применением дистанционных технологий за счет средств местного бюджета за дни фактического обучения;

- дети 1-11 класс из многодетных семей, обучающиеся на дому, в том числе с применением дистанционных технологий, выдавать продуктовым набором за дни фактического обучения;

- дети 1-11 класс, не имеющие льготы на питание, обучающиеся на дому, в том числе с применением дистанционных технологий выдавать продуктовым набором за дни фактического обучения.

Обеспечиваются денежной компенсацией взамен бесплатного двухразового питания без надбавки за услугу питания в дни фактического посещения учебных занятий обучающиеся с ОВЗ и дети – инвалиды, получающие образование на дому в соответствии с медицинским заключением медицинской организацией, заявлением родителей (законных представителей)

2.3. Выдача продуктового набора («сухого пайка») осуществляется продуктами согласно приложению 1 к настоящему Положению.

2.4. Режим работы школьной столовой соответствует режиму работы МБОУ «Варваровская СОШ». Интервалы между приемами пищи обучающихся составляют не менее 2 - 3 часов и не более 3,5-4 часов. Отпуск горячего питания обучающимся организуется по классам на переменах продолжительностью не менее 20 минут в соответствии с режимом учебных занятий. За каждым классом в столовой закреплены определенные обеденные столы. Для обучающихся, посещающих группу «Школу полного дня» в МБОУ «Варваровская СОШ» с режимом работы до 17 часов и более, дополнительно организуется полдник.

2.5. Ответственность за организацию качественного питания в МБОУ «Варваровская СОШ» возлагается непосредственно на руководителя и предприятие, оказывающее услуги по организации питания обучающихся. Координацию деятельности МБОУ «Варваровская СОШ» по организации питания обучающихся и контроль за исполнением им законодательства Российской Федерации в сфере организации питания обучающихся осуществляет учредитель. Руководитель МБОУ «Варваровская СОШ» обеспечивает в части своей компетенции межведомственное взаимодействие и координацию работы различных государственных служб и организаций по контролю за качеством школьного питания. Руководитель МБОУ «Варваровская СОШ» назначает приказом ответственного за организацию

питания из числа работников школы с определением ему функциональных обязанностей и ответственных (комиссию) за осуществление контроля качества поступающей в общеобразовательную организацию продовольственной продукции.

2.6. При организации питания детей МБОУ «Варваровская СОШ» учитывает представляемые по инициативе родителей (законных представителей) сведения о состоянии ребёнка, в том числе об установлении, изменении, уточнении и (или) о снятии диагноза заболевания либо об изменении иных сведений о состоянии его здоровья, по медицинским показаниям организовать диетическое питание. При постановке ребенка на индивидуальное питание в МБОУ «Варваровская СОШ» родитель (законный представитель) обучающегося обращается к руководителю МБОУ «Варваровская СОШ» с заявлением о необходимости создания ребенку специальных (индивидуальных) условий в организации питания по состоянию здоровья, представив документы, подтверждающие наличие у ребенка заболевания, требующего индивидуального подхода в организации питания. На основании полученных документов руководитель МБОУ «Варваровская СОШ» совместно с родителем (законным представителем) прорабатывает вопросы меню и режима питания ребенка; для детей с сахарным диабетом – контроля уровня сахара в крови и введения инсулина, особенности в организации питания, возможность использования в питании блюд и продуктов, принесенных из дома. Индивидуальное меню должно быть разработано специалистом-диетологом с учетом заболевания ребенка. Руководитель МБОУ «Варваровская СОШ» информирует предприятие, оказывающее услуги по организации питания обучающихся, о детях, для которых необходимо организовать диетическое (индивидуальное) питание. Руководитель МБОУ «Варваровская СОШ» информирует классного руководителя и работников столовой о наличии в классе детей с заболеваниями - сахарный диабет, целиакия, фенилкетонурия, муковисцедоз, пищевая аллергия; особенностях организации питания детей, мерах профилактики ухудшения здоровья и мерах первой помощи. О детях с сахарным диабетом дополнительно информируются учителя физической культуры, инструктируются о его симптомах гипогликемии, мерах первой помощи и профилактике. Для детей с сахарным диабетом, целиакией, фенилкетонурией, муковисцедозом разрабатывается цикличное меню с учётом имеющейся у ребенка патологии. Для детей с пищевой аллергией к имеющемуся в организации цикличному меню разрабатывается приложение к нему с заменой продуктов и блюд, исключающих наличие в меню пищевых аллергенов. Выдача детям рационов питания должна осуществляться в соответствии с утвержденными индивидуальными меню, под контролем ответственного лица, назначенного приказом МБОУ «Варваровская СОШ». Для организации питания детей, нуждающихся в лечебном и диетическом питании, допускается употребление детьми готовых домашних блюд, предоставленных родителями детей, в обеденном зале столовой, оборудованном столами и стульями, холодильником для временного

хранения готовых блюд и пищевой продукции, микроволновыми печами для разогрева блюд, условиями для мытья рук.

2.7. Организация питания в МБОУ «Варваровская СОШ» осуществляется с помощью индустриальных способов производства питания и производства кулинарной продукции непосредственно на пищеблоке общеобразовательной организации в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями.

2.8. К обслуживанию горячим питанием обучающихся допускаются предприятия различных организационно-правовых форм - победители конкурсного отбора размещения государственного заказа, имеющие соответствующую материально-техническую базу, квалифицированные кадры, опыт работы в обслуживании организованных детских коллективов.

2.9. В МБОУ «Варваровская СОШ» предусматривается централизованное обеспечение питьевой водой, отвечающей гигиеническим требованиям, предъявляемым к качеству воды централизованных систем питьевого водоснабжения. Питьевой режим в МБОУ «Варваровская СОШ» организован в виде стационарных питьевых фонтанчиков. Обеспечен свободный доступ обучающихся к питьевой воде в течение всего времени их пребывания в общеобразовательной организации. Чаша фонтанчика ежедневно обрабатывается с применением моющих и дезинфицирующих средств.

2.10. Проверка качества пищи, соблюдение рецептур и технологических режимов осуществляется бракеражной комиссией (назначается приказом МБОУ «Варваровская СОШ», в состав которой входят учителя, заведующая столовой, представитель руководства МБОУ «Варваровская СОШ»). Результаты проверки заносятся в журнал бракеража готовой пищевой продукции. Качество и безопасность пищевых продуктов обеспечиваются посредством проведения производственного контроля за качеством и безопасностью пищевых продуктов, условиями их изготовления, хранения, перевозок и реализации, внедрением систем управления качеством пищевых продуктов. Предметом школьного производственного контроля является соблюдение законодательства в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, а именно детей и подростков (в т.ч. санитарно-эпидемиологических правил, норм, гигиенических нормативов, технических регламентов и др.), выполнение санитарнопротивоэпидемических (профилактических) мероприятий предприятием, осуществляющим организацию питания в МБОУ «Варваровская СОШ», а также соблюдение условий договоров и контрактов в части требований к безопасности продукции, услуг. Применительно к МБОУ «Варваровская СОШ» возможны следующие основные направления производственного контроля за организацией питания в общеобразовательной организации:

- контроль за формированием рациона питания, приемом пищи;
- входной производственный контроль, включая документальный производственный контроль, бракераж, замеры t° и выборочные лабораторные исследования;

- контроль санитарно-технического состояния пищеблока, включая контроль проведения ремонтных работ;
- контроль сроков годности и условий хранения продуктов;
- контроль технологических процессов, в т.ч. хронометраж технологических процессов, инструментальные замеры t° в тепловом оборудовании, температуры в толще приготавливаемых кулинарных изделий;
- контроль за санитарным содержанием и санитарной обработкой предметов производственного окружения (в т.ч. инструментальные замеры t° ; экспресс-методы, такие, как йод - крахмальная проба, определение активного хлора в растворах; исследования смывов с объектов внешней среды);
- контроль за состоянием здоровья, соблюдением правил личной гигиены персонала, гигиеническими знаниями и навыками персонала;
- приемочный производственный контроль (включая бракераж, выборочные лабораторные исследования, определение t° готовой пищи на раздаче, оставление суточной пробы);
- ведение учета и отчетности, установленной действующим законодательством по вопросам, связанным с осуществлением производственного контроля.

2.11. Прием пищевых продуктов и продовольственного сырья в столовую МБОУ «Варваровская СОШ» осуществляется при наличии соответствующих документов (удостоверения качества и безопасности пищевых продуктов, документов ветеринарносанитарной экспертизы, документов изготовителя, поставщика пищевых продуктов, подтверждающих их происхождение, сертификата соответствия, декларации о соответствии), подтверждающих их качество и безопасность, а также принадлежность к определенной партии пищевых продуктов в соответствии с законодательством Российской Федерации. Не допускается к реализации пищевая продукция, не имеющая маркировки, в случае если наличие такой маркировки предусмотрено законодательством Российской Федерации. Пищевые продукты, поступающие на пищеблок, должны соответствовать гигиеническим требованиям, предъявляемым к продовольственному сырью и пищевым продуктам, и сопровождаться документами, удостоверяющими их качество и безопасность, с указанием даты выработки, сроков и условий хранения продукции. Сопроводительный документ необходимо сохранять до конца реализации продукта.

2.12. В питании обучающихся допускается использование продовольственного сырья растительного происхождения, выращенного в организациях сельскохозяйственного назначения, на учебно-опытных и садовых участках, в теплицах других общеобразовательных организаций, при наличии результатов лабораторноинструментальных исследований указанной продукции, подтверждающих ее качество и безопасность. Документация, удостоверяющая качество и безопасность продукции, а также результаты лабораторных исследований сельскохозяйственной продукции, сохраняется в столовой МБОУ «Варваровская СОШ» до окончания использования сельскохозяйственной продукции.

2.13. Для контроля за качеством поступающей продукции проводится бракераж и делается запись в журнале бракеража пищевых продуктов и продовольственного сырья.

Соблюдаются сроки годности и условия хранения пищевых продуктов, установленные изготовителем и указанные в документах, подтверждающих происхождение, качество и безопасность продуктов. Члены Совета родителей обучающихся, представители совета отцов принимают участие в контроле организации питания в МБОУ «Варваровская СОШ» в составе общественной комиссии по согласованию с руководством МБОУ «Варваровская СОШ».

2.14. Питание в МБОУ «Варваровская СОШ» организовано за счет средств бюджетов различных уровней, внебюджетных средств, в том числе за счет средств родителей (законных представителей) обучающихся. Оплата школьного питания производится через использование безналичной формы оплаты питания личные кабинеты электронной системы «Виртуальная школа».

2.15. Контроль за посещением школьной столовой и учетом количества фактически отпущенных завтраков, обедов и полдников возлагается на ответственного за организацию питания, определенного приказом МБОУ «Варваровская СОШ». Заявка на количество питающихся школьников предоставляется руководством МБОУ «Варваровская СОШ» за сутки до оказания услуги и уточняется в день питания не позднее 2-го урока.

2.16. Классные руководители или учителя МБОУ «Варваровская СОШ» сопровождают детей в столовую и несут ответственность за отпуск питания обучающимся согласно утвержденному списку.

2.17. Ответственный за организацию школьного питания МБОУ «Варваровская СОШ» ведет ежедневный учет обучающихся, получающих бесплатное питание по классам. Для правильности расчетов с предприятием общественного питания ответственный за организацию питания МБОУ «Варваровская СОШ» не позднее 5 дней по окончании месяца готовит утвержденный руководителем общеобразовательной организации отчет о фактически отпущенном питании и производит его сверку с предприятием общественного питания, совместно с классными руководителями проводит работу по распределению абонементов на горячее питание среди обучающихся всех классов.

2.18. Заведующая столовой должна вести документацию, предусмотренную в том числе требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (приложения 1, 2, 3, 4, 5, 8, 13 раздела VIII).

2.19. Ежегодный всероссийский мониторинг организации школьного питания осуществляется на основе анализа состояния питания обучающихся МБОУ «Варваровская СОШ» по следующим направлениям:

а) состояние здоровья учащихся МБОУ «Варваровская СОШ»;

б) характеристика питания (по фактически применяемым рационам питания), в том числе по пищевой ценности рационов (белки, жиры, углеводы, энергетическая ценность), выходу блюд (вес), цикличности меню;

- в) обеспеченность обучающихся МБОУ «Варваровская СОШ» здоровым горячим питанием в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами;
- г) соответствие школьных пищеблоков требованиям санитарноэпидемиологических правил и нормативов, а также применение современных технологий организации питания;
- д) ценообразование, стоимость питания в МБОУ «Варваровская СОШ», дотации на питание обучающимся МБОУ «Варваровская СОШ» из средств бюджетов разных уровней и внебюджетных источников;
- е) изучение общественного мнения об организации питания в МБОУ «Варваровская СОШ»; ж) система электронных безналичных расчетов при оплате питания учащихся МБОУ «Варваровская СОШ»;
- з) пропаганда здорового питания в МБОУ «Варваровская СОШ»;
- и) осуществление контроля за качеством и безопасностью производимой продукции;
- к) реализация региональных программ по совершенствованию организации питания в МБОУ «Варваровская СОШ».

2.21. При организации питания детей МБОУ «Варваровская СОШ» обязана размещать на своем официальном сайте в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» информацию об условиях организации питания детей, в том числе перспективное двухнедельное и ежедневное меню.

3. Составление меню и ассортиментных перечней, в производстве, реализации и организации потребления продукции общественного питания, предназначенной для детей и подростков

3.1. Для обеспечения обучающихся МБОУ «Варваровская СОШ» здоровым питанием, составными частями которого являются оптимальная количественная и качественная структура питания, гарантированная безопасность, физиологически обоснованный режим питания, составляется примерное меню на период не менее двух недель для каждой возрастной группы в соответствии с формой, утвержденной СанПин 2.3/2.4.3590-20 (приложение №8). Примерное двухнедельное меню и перечень буфетной продукции подлежат обязательному согласованию с территориальным органом исполнительной власти, уполномоченным осуществлять государственный санитарно-эпидемиологический надзор. Примерное двухнедельное меню с учетом сезонности и требуемой калорийности суточного рациона, дифференцированного по возрастным группам обучающихся, разрабатывается юридическим лицом или индивидуальным предпринимателем, обеспечивающим питание в образовательной организации, и согласовывается с руководителем МБОУ «Варваровская СОШ» (таблица 1,3 приложения 9 СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

3.2. Основу меню составляет рекомендуемый среднесуточный набор продуктов питания. При включении в рацион питания блюд и кулинарных изделий принимается во внимание их потенциальная эпидемиологическая

опасность с учётом фактического оснащения пищеблоков торгово-технологическим оборудованием и организации доставки готовой продукции и транспортного обеспечения. При разработке меню для питания обучающихся предпочтение отдается свежеприготовленным блюдам, не подвергавшимся повторной термической обработке, включая разогрев замороженных блюд. В различных приемах пищи в один день не допускается повторение одних и тех же блюд. При наличии первых блюд, содержащих крупу и картофель, гарнир ко второму блюду не должен приготавливаться из этих же продуктов.

3.3. Меню для МБОУ «Варваровская СОШ» разрабатывается на основе утвержденных наборов (рационов) питания, обеспечивающих удовлетворение потребностей в основных пищевых веществах обучающихся разных возрастных групп с учетом длительности их пребывания в МБОУ «Варваровская СОШ» и учебной нагрузки (приложение 10 СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

3.4. Для обеспечения физиологической потребности в витаминах допускается проведение дополнительного обогащения рационов питания микронутриентами, включающими в себя витамины и минеральные соли.

3.5. Для дополнительного обогащения рациона микронутриентами могут быть использованы в меню специализированные пищевые продукты питания, обогащенные микронутриентами, а также витаминизированные напитки промышленного выпуска. Витаминные напитки готовят в соответствии с прилагаемыми инструкциями непосредственно перед раздачей. Замена витаминизации блюд выдачей поливитаминных препаратов в виде драже, таблетки, пастилки и других форм не допускается. Витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника.

3.6. Ежедневно на основе типового двухнедельного рациона питания с учетом фактического наличия продуктов формируется однодневное меню на предстоящий день, которое утверждается руководителем МБОУ «Варваровская СОШ».

3.7. Ежедневно в обеденном зале вывешивается утвержденное руководителем МБОУ «Варваровская СОШ» меню, в котором указываются сведения об объемах блюд и названия кулинарных изделий.

4. Принципы формирования рационов питания и ассортимента пищевых продуктов, предназначенных для организации рационального питания обучающихся в МБОУ «Варваровская СОШ»

4.1. При формировании рационов питания детей и подростков должны соблюдаться следующие принципы рационального, сбалансированного питания:

- удовлетворение потребности детей в пищевых веществах и энергии, в том числе в макронутриентах (белки, жиры, углеводы) и микронутриентах (витамины, микроэлементы и др.) в соответствии с возрастными физиологическими потребностями;

- сбалансированность рациона по основным пищевым веществам (белкам, жирам и углеводам);
- максимальное разнообразие рациона, которое достигается путем использования достаточного ассортимента продуктов и различных способов кулинарной обработки продуктов;
- адекватная технологическая (кулинарная) обработка продуктов, обеспечивающая высокие вкусовые качества кулинарной продукции и сохранность пищевой ценности всех продуктов;
- разработка на каждое блюдо по меню технологических карт с наименованием блюда, выходом продукции в готовом виде, с раскладкой продуктов в брутто и нетто, химическим составом и калорийностью, описанием технологического процесса. Для обеспечения биологической ценности в питании детей рекомендуется использовать пищевые продукты с ограниченным содержанием жира, сахара и соли.

4.2. Обучающихся МБОУ «Варваровская СОШ» обеспечиваются всеми пищевыми веществами, необходимыми для нормального роста и развития, обеспечения эффективного обучения и адекватного иммунного ответа с учетом физиологических норм потребностей в пищевых веществах и энергии, рекомендуемых среднесуточных рационов (наборов) питания для МБОУ «Варваровская СОШ».

4.3. Рационы питания детей и подростков различаются по качественному и количественному составу в зависимости от возраста детей и подростков и формируются отдельно для младшего, среднего и старшего школьного возраста в соответствии с нормами физиологических потребностей в пищевых веществах и энергии для различных групп населения (таблица 1 приложения 10 СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

4.4. Ассортимент пищевых продуктов, составляющих основу питания обучающихся МБОУ «Варваровская СОШ», составляется в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20. 4.5. При организации питания обучающихся МБОУ «Варваровская СОШ» необходимо руководствоваться среднесуточными наборами пищевых продуктов (таблица 2 приложения 7 СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

4.6. В примерном меню учитывается рациональное распределение энергетической ценности по отдельным приемам пищи. При одно-, двух- и трехразовом питании распределение калорийности по приемам пищи в процентном отношении должно быть следующим: завтрак - 25%, обед - 35%, полдник - 15% 21 (для обучающихся во вторую смену - до 20 - 25%).

4.7. Завтрак состоит из горячего блюда и горячего напитка с добавлением ягод, фруктов и овощей. В завтрак широко используются молочные каши, в том числе с овощами и фруктами, разнообразные пудинги и запеканки. В состав завтрака в качестве дополнительного питания включается молоко ультрапастеризованное с массовой долей жира не менее 3,2% в индивидуальной асептической упаковке с трубочкой массой нетто до 200 мл и натуральный мед в индивидуальной разовой упаковке в объеме 10 грамм.

4.11. Обед включает закуску (салат или свежие овощи), горячее первое, второе (основное горячее блюдо из мяса, рыбы или птицы) и напиток. В качестве закуски используются салат из огурцов, помидоров, свежей или квашеной капусты, моркови, свеклы и т.п. с добавлением свежей зелени. В качестве закуски допускается использовать порционные овощи (дополнительный гарнир). Для улучшения вкуса в салат можно добавлять свежие или сухие фрукты: яблоки, чернослив, изюм и орехи. На третье предусматривается напиток (соки, кисели, компоты из свежих или сухих фруктов, витаминизированные напитки промышленного производства), целесообразно в обед давать детям свежие фрукты. Фрукты выдаются поштучно.

4.12. В полдник включается в меню напиток (молоко, кисломолочные продукты, кисели, соки) с булочными или кондитерскими изделиями без крема.

4.13. Гигиенические показатели пищевой ценности продовольственного сырья и пищевых продуктов, используемых в питании детей и подростков, соответствуют Санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам СанПиН 2.3.2.1078-01 «Гигиенические требования безопасности и пищевой ценности пищевых продуктов».

4.14. Горячие блюда (супы, соусы, напитки) при раздаче имеют температуру не ниже 75 градусов С, вторые блюда и гарниры – не ниже 65 градусов С, холодные супы, напитки – не выше 14 градусов С.

5. Формирование культуры здорового питания в МБОУ «Варваровская СОШ»

5.1. МБОУ «Варваровская СОШ» проводит работу по формированию культуры здорового питания по трем направлениям. Первое – рациональная организация питания в школе, где все от внешнего вида школьной столовой до состава продуктов в школьном буфете должно соответствовать принципам здорового питания и способствовать формированию здорового образа жизни. Второе – реализация образовательных программ по формированию культуры здорового питания («Разговор о здоровье и правильном питании»). При реализации образовательных программ соблюдаются принципы формирования культуры здорового питания, важнейшими из которых являются:

- научная обоснованность и практическая целесообразность;
- возрастная адекватность; - необходимость и достаточность информации;
- модульность структуры; - системность и последовательность;
- вовлеченность семьи в реализацию программы.

Третье направление – просветительская работа с родителями (законными представителями), вовлечение родителей в процесс формирования культуры здорового питания в семье.

Приложение
к Положению об организации
здорового питания детей и подростков
в МБОУ «Варваровская СОШ»

**РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ПРОДУКТОВЫЙ НАБОР
ФОРМИРОВАНИЯ СУХОГО ПАЙКА***
(из расчета за 10 учебных дней)

№ п/п	Наименование рекомендуемых продуктов	Норма выдачи (кг, л, шт.)
1	Консервы рыбные (горбуша, сайра, сардины) в потребительской упаковке промышленного изготовления	1 шт.
2	Консервы мясные (тушёнка) в потребительской упаковке промышленного изготовления	1 шт.
3	Крупы в ассортименте, макаронные изделия в потребительской упаковке	1 кг
4	Соки (в ассортименте) в потребительской упаковке промышленного изготовления	1 л
5	Молоко сгущенное в потребительской упаковке промышленного изготовления	1 шт.
6	Молоко ультрапастеризованное с массовой долей жира не менее 3,2 % в индивидуальной асептической упаковке с трубочкой массой нетто до 200 мл	10 шт.
7	Мед в индивидуальной разовой упаковке объемом 10 гр	10 шт.
8	Консервированные овощи в ассортименте (кукуруза, фасоль, зеленый горошек, икра кабачковая, огурцы, помидоры)	2 - 2,5 кг
9	Кондитерские изделия мучные (печенье, вафли, пряники)	1,5 кг
10	Фрукты свежие, повидло	1,5 кг
11	Чай, какао в потребительской упаковке промышленного производства	0,1 кг

* при формировании продуктовых наборов рекомендуем по максимуму разнообразить состав набора