

**Министерство образования и науки Курской области**  
**ОБЛАСТНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**  
**«ШКОЛА-ИНТЕРНАТ №4» г. Курска**

---

Утверждаю:  
Директор школы-интерната №4  
\_\_\_\_\_ Н.Л.Казарина  
Пр.№ 87/6 от 11.09. 2023 г.  
Рассмотрено на заседании  
Совета родителей  
(законных представителей)  
обучающихся  
08.09. 2023 г.

**ПОЛОЖЕНИЕ об организации питания в**  
**ОБОУ «Школа-интернат №4» г. Курска**

**1.ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ.**

1.1.Положение о порядке организации питания обучающихся в ОБОУ «Школа-интернат №4» г. Курска (далее -"Положение") устанавливает порядок организации рационального питания обучающихся в ОО, определяет основные организационные принципы, правила и требования к организации питания обучающихся, регулирует отношения между администрацией ОО и родителями (законными представителями).

1.2.Положение разработано в целях организации полноценного питания обучающихся, социальной поддержки и укрепления здоровья детей, создания комфортной среды образовательной деятельности.

1.3.Положение разработано в соответствии с:

-Федеральным Законом от 29.12.2012 г. №273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации» ;

-Законом Курской области «Об образовании в Курской области» от 9 декабря 2013 года 3121-ЗКО;

-Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения" (действуют с 1 января 2021 г. до 1 января 2027 г);

-Методические рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций. МР 2.4.0€79-20, утв. руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека 18.05.2020 г.

-Постановлением главного государственного санитарного врача Российской Федерации №16 от 30.06.2020 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации и работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»;

-Региональным стандартом оказания услуги по обеспечению горячим питанием обучающихся государственных и муниципальных образовательных организаций Курской области (утв. приказом Министерства образования и науки Курской области от 01.03.2023 №1-382, в редакции от 07.04.2023 №1-649, 11.08.2023 №1-1504)

-Уставом ОО;

1.4.Настоящее Положение является локальным нормативным актом, регламентирующим деятельность ОО по вопросам питания, утверждается (либо вводится в действие) приказом директора ОО.

1.5.Положение принимается на неопределенный срок. Изменения и дополнения к Положению принимаются в порядке, предусмотренном п.1.5. настоящего Положения.

1.6.После принятия Положения (или изменений и дополнений отдельных пунктов и разделов) в новой редакции предыдущая редакция автоматически утрачивает силу.

## **2.ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ.**

2.1.Основными целями и задачами при организации питания обучающихся в ОО

- обеспечение обучающихся питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии;
- предупреждение(профилактика) среди обучающихся инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;
- пропаганда принципов полноценного и здорового питания;
- социальная поддержка обучающихся из социально незащищенных, малообеспеченных и семей, попавших в трудные жизненные ситуации;
- использование бюджетных средств, выделяемых на организацию питания, в соответствии с требованиями действующего законодательства.

## **3.ОБЩИЕ ПРИНЦИПЫ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ.**

3.1.Организация питания обучающихся является отдельным обязательным направлением деятельности ОО.

3.2.Для организации питания обучающихся используются специальные помещения (пищеблок), соответствующие требованиям санитарно-гигиенических норм и правил по следующим направлениям:

- соответствие числа посадочных мест столовой установленным нормам;
- обеспеченность технологическим оборудованием, техническое состояние которого соответствует установленным требованиям;
- наличие пищеблока, подсобных помещений для хранения продуктов;
- наличие вытяжного оборудования, его работоспособность;
- соответствие иным требованиям действующих санитарных норм и правил в Российской Федерации.

В пищеблоке постоянно должны находиться:

- справки о количестве питающихся на день (содержание детей, льготное двухразовое питание, горячее питание (1-4 кл.);
- журнал бракеража готовой кулинарной продукции, журнал бракеража скоропортящейся пищевой продукции, гигиенический журнал сотрудников;
- журнал проведения витаминизации третьих блюд;
- журнал учета температурного режима холодильного оборудования;
- Журнал учета температуры и влажности в складских помещениях;
- копии примерного 14-дневного меню , утвержденного директором ОО, ежедневные меню;
- книга отзывов и предложений.

3.3.Администрация ОО совместно с классными руководителями и воспитателями осуществляет организационную и разъяснительную работу с обучающимися и

родителями (законными представителями) по пропаганде здорового питания

3.4.Администрация обеспечивает принятие организационно-управленческих решений, направленных на обеспечение полноценным питанием обучающихся, принципов и санитарно-гигиенических основ здорового питания, ведение консультационной и разъяснительной работы с родителями (законными представителями) обучающихся.

3.5.Директор школы-интерната является ответственным лицом за организацию и полноту охвата обучающихся горячим питанием.

3.6.Приказом директора школы из числа административных или педагогических работников назначается лицо, ответственное за организацию питания на текущий учебный год

#### **4. ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ШКОЛЫ-ИНТЕРНАТА**

4.1. ПИТАНИЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ, ПОЛУЧАЮЩИХ УСЛУГУ «СОДЕРЖАНИЕ ДЕТЕЙ В ГОСУДАРСТВЕННЫХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ С НАЛИЧИЕМ ИНТЕРНАТА»- Услуга «Питание обучающихся» предоставляется не ранее чем с 01 сентября и не позже окончания пребывания обучающихся в ОО по заявлению родителей (законных представителей), включая летние месяцы, в дни учебных занятий в образовательной организации, а также во время проведения мероприятий за пределами образовательной организации в рамках образовательного процесса. При организации круглосуточного пребывания детей организуется пятиразовое питание: завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин.

ПИТАНИЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОВЗ, ДЕТЕЙ ИЗ МАЛОИМУЩИХ И/ ИЛИ МНОГОДЕТНЫХ СЕМЕЙ, ДЕТЕЙ ИЗ СЕМЕЙ ЛИЦ, ПРИЗВАННЫХ НА ВОЕННУЮ СЛУЖБУ ПО МОБИЛИЗАЦИИ- Услуга «Питание обучающихся» предоставляется не ранее чем с 01 сентября и не позже окончания пребывания обучающихся в ОО по заявлению родителей (законных представителей) в дни учебных занятий в образовательной организации, а также во время проведения мероприятий за пределами образовательной организации в рамках образовательного процесса. Организуется двухразовое питание: завтрак, обед.

ПИТАНИЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ, ОСВИВАЮЩИХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ С ПРИМЕНЕНИЕМ ЭЛЕКТРОННОГО ОБУЧЕНИЯ И ДИСТАНЦИОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ. В соответствии с Положением «Об обеспечении продуктовыми наборами обучающихся из малоимущих и (или) многодетных семей, а также детей с ограниченными возможностями здоровья, осваивающих образовательные программы с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий» обучающимся предоставляются продуктовые наборы в период освоения образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

ПИТАНИЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ШКОЛЕ ПОЛНОГО ДНЯ. В школе полного дня рекомендуется трёхразовое питание. Обучающиеся обеспечиваются горячим питанием в виде завтрака или обеда (не менее одного раза в день) при пребывании в организации до 6 часов, более шести часов – 2-х или 3-х разовым питанием (завтрак, обед, полдник) .

4.2. Завтрак обучающихся должен состоять из горячего блюда и напитка. Завтрак для обучающихся 1 - 4 классов должен содержать 12 - 16 г белка, 12 - 16 г жира и 48 - 60 г углеводов, для обучающихся старших классов - 15 - 20 г белка, 15 - 20 г жира и 60 - 80 г углеводов. Ассортимент продуктов и блюд завтрака должен быть разнообразным и может включать крупяные и творожные блюда, мясные или рыбные блюда, молочные продукты (в том числе сыр, сливочное масло), блюда из яиц, овощи (свежие, тушеные, отварные), макаронные изделия и напитки.

Обед должен включать закуску (салат или свежие овощи), горячее первое, второе блюдо и напиток. Обед в зависимости от возраста обучающегося, должен содержать 20 - 25 г белка, 20 - 25 г жира и 80 - 100 г углеводов.

4.3. Меню должно разрабатываться на период не менее двух недель (с учетом режима организации) для каждой возрастной группы детей (рекомендуемый образец приведен в Приложении 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

4.4. Наименования блюд и кулинарных изделий в меню должны соответствовать их наименованиям, указанным в используемых технологических картах. Изготовление готовых блюд осуществляется в соответствии с технологическими картами, в которых указывается рецептура и технология приготовления блюд и кулинарных изделий.

В исключительных случаях (нарушение графика подвоза, отсутствие необходимого запаса продуктов и т.п.) может проводиться замена блюд. Заменяемые продукты (блюда) должны быть аналогичны заменяемому продукту (блюд) по пищевым и биологически активным веществам.

4.5. Информация о питании детей, в том числе меню, доводится до родителей и детей любым доступным способом (размещается в обеденном зале, на доске (стенде) информации, на сайте общеобразовательной организации и т.п.).

Размещение меню на сайте образовательной организации должно быть осуществлено в строгом соответствии с требованиями, определяемыми Минпросвещения России для соответствующих разделов сайтов общеобразовательных организаций о питании обучающихся.

4.6. Выдача готовой пищи осуществляется только после снятия пробы в соответствии с требованиями действующих СанПиН.

Порционирование и раздача блюд осуществляется персоналом пищеблока в одноразовых перчатках, кулинарных изделий (выпечка и т.п.) — с использованием специальных щипцов.

4.7. Для обработки посуды, проведения уборки и санитарной обработки предметов производственного окружения, технологического оборудования используют разрешенные к применению в установленном порядке способы, а также моющие, чистящие и дезинфицирующие средства, согласно инструкциям по их применению.

Ежегодно перед началом нового учебного года проводится технический контроль исправности технологического оборудования.

Хранение пищевых отходов осуществляется в соответствии с «ТР ТС 021/2011. Технический регламент Таможенного союза. О безопасности пищевой продукции».

4.8. Не допускается проведение ремонтных работ (косметического ремонта помещений, ремонта санитарно-технического и технологического оборудования) при эксплуатации пищеблока в период обслуживания обучающихся образовательного учреждения.

4.9. При профилактировании новой коронавирусной инфекции на пищеблоках в соответствии с СП 3.1/2.4.3598 в образовательных организациях должны проводиться противоэпидемические мероприятия, включающие организацию работы сотрудников, участвующих в приготовлении и раздаче пищи, обслуживающего персонала с использованием средств индивидуальной защиты органов дыхания (одноразовых масок или многоразовых масок со сменными фильтрами), а также перчаток. При этом смена одноразовых масок должна производиться не реже 1 раза в 3 часа, фильтров — в соответствии с инструкцией по их применению; мытье посуды и столовых приборов в посудомоечных машинах при максимальных температурных режимах. При отсутствии посудомоечной машины мытье посуды должно осуществляться ручным способом с обработкой столовой посуды и приборов дезинфицирующими средствами в соответствии с инструкциями по их применению.

**4.10. Основное типовое меню, лечебно-диетическое меню, меню свободного выбора.**

4.10.1. Необходимо уделять особое внимание вопросам организации специального диетико-профилактического питания для обучающихся, ежегодно проводить

соответствующие мониторинги учет обучающихся, страдающих заболеваниями, сопровождающимися ограничениями в питании.

Диетическое питание организовывается в соответствии с представленными родителями (законными представителями ребенка) назначениями лечащего врача. При этом индивидуальное меню разрабатывается, в том числе, диетологами, с учетом заболевания ребенка (по назначениям лечащего врача); выдача детям рационов питания осуществляется под контролем ответственных лиц, назначенных в общеобразовательной организации.

*Таблица 1 - Среднесуточные наборы пищевых продуктов, в том числе используемые для приготовления блюд и напитков, для обучающихся общеобразовательных организаций возрастной группы 7-11 лет (г, мл, нетто).*

№ п/п	Название пищевых продуктов	Нормы (г, мл, в сутки) по СанПиН	В период пребывания в образовательной организации			Общее количество при приемах пищи		
			2.3/2.4.3590-20	завтрак (25%)	обед (35%)	полдник	2-разовом (60%)	3-разовом
1	Хлеб ржаной	80	20	28	8	48	56	
2	Хлеб пшеничный	150	37,5	52,5	15	90	105	
3	Мука пшеничная	15	3,75	5,25	1,5	9	10,5	
4	Крупы, бобовые	45	11,25	15,7	4,5	26,95		
5	Макаронные изделия	15	3,75	5,25	1,5	9	10,5	
6	Картофель	187	46,7	65,4	18,7	112,1	130,8	
7	Овощи (свежие, мороженые), включая соленые и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в том числе томат-пюре зелень	280	70	98	28	168	196	
8	Фрукты свежие	185	46,25	64,75	18,5	110	128,5	
9	Сухофрукты	15	3,75	5,25	1,5	9	10,5	
10	Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные	200	50	70	20	120	140	
11	Мясо 1 категории	70	17,5	24,5	7	24,5	31,5	
12	Субпродукты (печень, язык, сердце)	30	7,5	10,5	3	18	21	
13	Птица (цыплята-бройлеры потрошенные - 1 кат.)	35	8,75	12,25	3,5	21	24,5	
14	Рыба (филе), в том числе филе слабо- или малосоленое	58	14,5	20,3	5,8	34,8	40,6	
15	Молоко	300	75	105	30	180	210	

16	Кисломолочная пищевая продукция	150	37,5	52,5	15	90	105
17	Творог (5-9% массовой доли жира)	50	12,5	17,5	5	30	35
18	Сыр	10	2,5	3,5	1	6	7
19	Сметана	10	2,5	3,5	1	6	7
20	Масло сливочное	30	7,5	10,5	3	18	21
21	Масло растительное	15	3,75	5,25	1,5	9	10,5
22	Яйцо 1 шт.	1	-	-	-	1 яйцо в 3 дня	
23	Сахар (в том числе для приготовления блюд и напитков, в случае использования пищевой продукции промышленного выпуска)	30	7,5	10,5	3	18	21
24	Кондитерские изделия	10	2,5	3,5	1	6	7
25	Чай	1	0,25	0,35	0,01	0,6	0,61
26	Какао-порошок	1	0,25	0,35	0,01	0,6	0,61
27	Кофейный напиток	2	0,5	0,7	0,02	1,2	1,22
28	Дрожжи хлебопекарные	0,2	0,05	0,07	0,02	0,12	0,14
29	Крахмал	3	0,75	1,05	0,03	1,8	1,83
30	Соль	3	0,75	1,05	0,03	1,8	1,83
31	Специи	2	0,5	0,7	0,02	1,2	1,22

Таблица 2 - Среднесуточные наборы пищевых продуктов при приготовлении блюд и напитков для обучающихся общеобразовательных организаций возрастной группы 12 лет и старше (г, мл, нетто) Курской области

№ п/п	Название пищевых продуктов	Нормы СанПиН	Доля потребления в период пребывания в образовательной организации			Общее количество при приемах пищи		
			2.3/2.4.3590-20, в сутки	завтрак	обед	полдник	2-разовом	3-разовом
				-25%	-35%	-10%	-60%	-70%
1	Хлеб ржаной	120	30	42	12	72	84	
2	Хлеб пшеничный	200	50	70	20	120	140	
3	Мука пшеничная	20	5	7	2	12	14	
4	Крупы, бобовые	50	12,5	17,5	5	30	35	
5	Макаронные изделия	20	5	7	2	12	14	
6	Картофель	187	46,7	65,4	18,7	112,1	130,8	
7	Овощи (свежие, мороженые), включая	320	80	112	32	192	224	

	соленые и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в том числе томат-пюре, зелень						
8	Фрукты свежие	185	46,25	64,75	18,5	111	129,5
9	Сухофрукты	20	5	7	2	12	14
10	Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные	200	50	70	20	120	140
11	Мясо 1 категории	78	19,5	27,3	7,8	46,8	54,6
12	Субпродукты (печень, язык, сердце)	40	10	14	4	24	28
13	Птица (цыплята-бройлеры потрошенные - 1 кат.)	53	13,25	18,55	5,3	31,75	37,05
14	Рыба (филе), в том числе филе слабо- или малосоленое	77	19,25	26,95	7,7	46,2	53,9
15	Молоко (массовая доля жира 2,5% и 3,2%)	350	87,5	122,5	35	210	245
16	Кисломолочная пищевая продукция	180	45	63	18	108	126
17	Творог (5-9% массовой доли жира)	60	15	21	6	36	42
18	Сыр	15	3,75	5,25	1,5	9	10,5
19	Сметана	10	2,5	3,5	1	6	7
20	Масло сливочное	35	8,75	12,25	3,5	21	24,5
21	Масло растительное	18	4,5	6,3	1,8	10,8	12,6
22	Яйцо диетическое шт.	1				1 яйцо в три дня	
23	Сахар (в том числе для приготовления блюд и напитков, промышленного выпуска)	35	8,75	12,25	3,5	21	24,5
24	Кондитерские изделия	15	3,75	5,25	1,5	9	10,5
25	Чай	2	0,5	0,7	0,02	1,2	1,22
26	Какао	1,2	0,3	0,42	0,12	0,72	0,84
27	Кофейный напиток	2	0,5	0,7	0,02	1,2	1,22
28	Дрожжи хлебопекарные	0,3	0,075	0,105	-	0,12	-
29	Крахмал	4	1	1,4	0,4	2,4	2,44
30	Соль поваренная пищевая йодированная	5	1,25	1,75	0,5	3	3,5
31	Специи	2	0,5	0,7	0,02	1,2	1,22

Таблица 3 - Потребность в пищевых веществах и энергии обучающихся общеобразовательных организаций в возрасте с 7 до 11 лет (расчет для обучающихся Курской области).

№п/п	Наименование пищевых веществ	Единица измерения	В период пребывания в образовательной организации			Общее количество при приемах пищи	
			завтрак	обед	полдник	2-разовом	3-разовом
1	Белки	г	19,25	26,95	7,7	46,2	53,9
2	Жиры	г	19,75	27,65	7,9	47,4	55,3
3	Углеводы	г	83,75	117,25	33,5	201	234,5
	Энергетическая ценность	ккал	587,5	822,5	235	1410	1645
5	Витамин В <sub>1</sub>	мг	0,3	0,42	0,12	0,72	0,84
	(тиамин)						
6	Витамин В <sub>2</sub>	мг	0,35	0,42	0,14	0,77	0,91
	(рибофлавин)						
7	Витамин С (аскорбиновая кислота)	мг	15	21	6	36	42
8	Витамин А	мг	0,175	0,182	0,07	0,357	0,364
	(ретиноловый эквивалент)						
9	Витамин D	мкг	2,5	3,5	1	6	7
10	Витамин E	мг	2,5	3,5	1	6	7
	(токофероловый эквивалент) <*>						
11	Кальций	мг	275	386	110	661	771
12	Фосфор	мг	275	386	110	661	771
13	Магний	мг	62,5	87,5	25	150	175
14	Железо	мг	3	4,2	1,2	7,2	8,4
15	Цинк <*>	мг	2,5	3,5	1	3,5	4,5
16	Йод	мг	0,025	0,035	0,01	0,035	0,045
17	Селен	мг	0,007	0,01	0,003	0,017	0,02
18	Фтор	мг	0,75	1,05	0,3	1,8	2,11

Таблица 4 - Потребность в пищевых веществах и энергии обучающихся общеобразовательных организаций в возрасте с 12 лет и старше (расчет для обучающихся Курской области)

№ п/п	Название пищевых веществ	Единица измерения	В период пребывания в образовательной организации	Общее количество при приемах пищи
-------	--------------------------	-------------------	---	-----------------------------------



			завтрак	обед	полдник	2-разовом	3-разовом
1	Белки	г	22,5	31,5	9	54	63
2	Жиры	г	23	32,2	9,2	55,2	64,4
3	Углеводы	г	95,75	134,05	38,3	229,8	268,1
4	Энергетическая ценность	ккал	678,25	949,55	271,3	1627,8	1645
5	Витамин В <sub>1</sub>	мг	0,35	0,49	0,14	0,84	0,98
6	Витамин В <sub>2</sub>	мг	0,4	0,56	0,16	0,96	1,12
7	Витамин С	мг	17,5	24,5	7	42	49
8	Витамин А	мг	0,225	0,315	0,09	0,54	0,63
	(ретиноловый эквивалент)						
9	Витамин D	мг	3	4,2	1,2	7,2	8,2
10	Витамин Е	мг	3	4,2	1,2	7,2	8,2
	(токофероловый эквивалент)						
11	Кальций	мг	300	420	120	720	840
12	Фосфор	мг	300	420	120	720	840
13	Магний	мг	75	105	30	180	210
14	Железо	мг	4,25	5,95	1,7	10,2	11,9
15	Цинк <*>	мг	3,5	4,9	1,4	8,4	9,8
16	Йод	мг	0,03	0,042	0,012	0,072	0,084
17	Селен	мг	0,012	0,017	0,005	0,029	0,034
18	Фтор	мг	1	1,4	0,4	2,4	2,84

Таблица 5 - Распределение потребности в пищевых веществах и энергии обучающихся образовательных организаций по приемам пищи

Прием пищи	Доля суточной потребности в пищевых веществах и энергии, в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20, в %	Распределение потребности в пищевых веществах по приемам пищи, в %			
		одноразовое питание		2-разовое питание (завтрак и обед)	3-разовое питание (завтрак, обед, полдник)
		завтрак	обед		
Завтрак	20-25	25		25	25
Обед	30-35		35	35	35
Полдник	10-15				10
Всего за период пребывания в школе полного дня	60-75	25	35	60	70

На каждый день утверждается и подписывается в соответствии с требованиями ежедневное меню, которое составляется в полном соответствии с основным (примерным) меню, с указанием приема пищи, наименования блюд, массы порций и калорийности (пп. 8.1.7 п. 8.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

Контроль соответствия рационов питания установленным требованиям проводится в соответствии с приемами пищи, дням недели и по следующим показателям:

- энергетическая ценность (калорийность) блюд;
- фактическое содержание в блюдах основных пищевых веществ (белки, жиры, углеводы) и их соотношение в соответствии с нормами;
- содержание витаминов, макро- и микроэлементов;
- фактическое потребление пищевых продуктов на основе рационов питания и соответствие нормам;
- масса (объем) порции готовых блюд и соответствие выхода кулинарной продукции;
- объем порций по приемам пищи (завтрак, обед, полдник) и в общей сумме потребления рациона питания;
- нормы вложения пищевых продуктов при производстве кулинарной продукции.

4.10.2. Согласно п. 8.1.3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 в организации, в которой осуществляется питание детей, меню должно утверждаться руководителем организации на основании заключения санитарно-эпидемиологической экспертизы о соответствии действующим нормативным требованиям.

Питание детей должно осуществляться посредством реализации основного (организованного) меню, включающего горячее питание, дополнительного питания, а также индивидуальных меню для детей, нуждающихся в лечебном и диетическом питании с учетом требований, содержащихся в СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Для детей, нуждающихся в лечебном и диетическом питании, согласно п. 8.2.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 в организованных детских коллективах должны соблюдаться следующие требования:

1) должно быть организовано лечебное и диетическое питание в соответствии с представленными родителями (законными представителями ребенка) назначениями лечащего врача;

2) выдача детям рационов питания должна осуществляться в соответствии с утвержденными индивидуальными меню под контролем ответственных лиц, назначенных в организации;

3) допускается употребление детьми готовых домашних блюд, предоставленных родителями детей, в обеденном зале или специально отведенных помещениях (местах), оборудованных столами и стульями, холодильником (в зависимости от количества питающихся в данной форме детей) для временного хранения готовых блюд и пищевой продукции, микроволновыми печами для разогрева блюд, если обеспечены условия для мытья рук.

4.10.3. Ежедневно на основе типового двухнедельного рациона питания, с учетом фактического наличия продуктов формируется однодневное меню на предстоящий день, которое утверждается руководителем общеобразовательной организации.

Документом, по которому осуществляется приготовление блюд по количеству питающихся, является меню-раскладка, необходимая для контроля закладки блюд и контроля за выполнением норм питания.

4.10.4. При организованных перевозках групп детей автомобильным, водным и другими видами транспорта и при проведении массовых мероприятий с участием детей менее 4 часов допускается использовать набор пищевой продукции («сухой паек»), свыше 4 часов (за исключением ночного времени с 23.00 до 7.00) - должно быть организовано горячее питание.

4.10.5. При разработке типового меню для питания детей, страдающих различными хроническими заболеваниями, необходимо учитывать следующую

информацию.

1. При фенилкетонурии диета исключает мясные, рыбные, молочные продукты и другие продукты, содержащие животный и, частично, растительный белок. Дефицит белка восполняется аминокислотными смесями без фенилаланина.

2. При целиакии - безглютеновое меню.

Разрешенные блюда:

- каши (гречневая, кукурузная, пшенная, рисовая);
- вегетарианские супы на нежирном мясном бульоне;
- при отсутствии лактозной аллергии, молоко в составе блюд;
- яйца в виде парового омлета или сваренные вкрутую;
- кисломолочные продукты;
- запеченное, тушеное и отварное мясо;
- некрепкий чай и кисель;
- сливочное и растительное масло;
- ягоды, овощи и фрукты в любом виде;
- мед;
- безглютеновые макаронные изделия, заменитель хлеба.

Запрещенные продукты:

- рыбные, мясные и овощные консервы, включая детское питание;
- сосиски, колбасы и мясные полуфабрикаты;
- чай быстрого приготовления;
- кукурузные хлопья;
- многие пряности и сухие приправы;
- йогурты, сыры, мороженое, маргарин;
- шоколадные, соевые, карамельные конфеты, повидло заводского производства, восточные сладости;
- имитация морепродуктов (крабовые палочки);
- пищевые добавки: E411, E160b, E953, E150a, E965 и др.;
- квас.

3. Заболевания ЖКТ (функциональная желудочная диспепсия, панкреатит, гастрит)

Разрешенные продукты:

- пшеничный хлеб 1 и 2 сорта, подсушенный, 200 - 300 г в день, частично в виде сухарей;
- супы: вегетарианские овощные, крупяные;
- блюда из мяса и птицы: нежирные сорта говядины, телятины, курицы, индейки, кролика, очищенные от сухожилий и жира в отварном и паровом или запеченном виде (котлеты, кнели, фрикадели, рулет);
- блюда из рыбы: из нежирных сортов, лучше речной, в отварном, паровом, рубленном виде;
- блюда из яиц в виде белкового омлета;
- блюда из молока: творог нежирный (9%) в натуральном виде или в виде паровых пудингов, суфле. Молочнокислые продукты;
- жиры: масло сливочное несоленое, оливковое или рафинированное подсолнечное (добавлять в блюда). Общее количество жиров в диете не должно превышать 70-80 г. Не следует забывать, что 40 г животного жира содержится в продуктах, включенных в рацион;
- блюда и гарниры из овощей: из картофеля, моркови, свеклы, тыквы, кабачков, цветной капусты, употреблять вареными, протертыми, в виде пюре, паровых пудингов без корочки;
- блюда и гарниры из круп: из манной, гречневой, перловой, риса;
- фрукты: яблоки спелых сортов, не очень сладкие, в печеном виде;

- сладкие блюда: кисели, протертые компоты из сухофруктов и свежих фруктов, желе на ксилите;
- напитки: слабый чай, мало сладкий, отвар шиповника

Запрещенные продукты:

- хлеб: сдобный, мягкий, ржаной;
- крепкие мясные, рыбные, костные бульоны, жирные сорта мяса;
- свиное сало, говяжий и бараний жир;
- молочные продукты: острый сыр;
- овощи: белокочанная капуста, репа, редис, щавель, шпинат, редька, брюква, баклажаны;
- фрукты: виноград, цитрусовые, кислые ягоды (клюква, вишня, смородина);
- газированные напитки, алкоголь, в том числе пиво, кофе, шоколад, мороженое, торты;
- маринованные продукты, острые соусы, майонез, уксус, грибы.

#### 4. Пищевая аллергия.

Исключаются из рациона: бульоны, острые, соленые, жареные блюда, копчености, пряности, колбасные и гастрономические изделия (вареная и копченая колбасы, сосиски, сардельки, ветчина), печень. Рыба, икра, морепродукты. Яйца, острые и плавленые сыры мороженое, майонез, кетчуп. Овощи: редька, редис, щавель, шпинат, томаты, болгарский перец, квашеная капуста, соленые и маринованные огурцы. Грибы, орехи, фрукты и ягоды: цитрусовые, земляника, клубника, малина, абрикосы, персики, гранаты, виноград, облепиха, киви, ананас, дыня, арбуз. Тугоплавкие жиры и маргарин. Газированные фруктовые напитки, квас, кофе, какао, шоколад. Мед, карамель, зефир, пастила, торты, кексы (с ароматизаторами и пр.), жевательная резинка.

Ограничиваются: манная крупа, макаронные изделия, хлеб из муки высших сортов, цельное молоко и сметана (дают только в блюдах), творог, йогурты с фруктовыми добавками. Баранина, курица, ранние овощи (разрешены при условии обязательного предварительного вымачивания), морковь, репа, свекла, лук, чеснок, фрукты и ягоды: вишня черная смородина, бананы, клюква, ежевика, отвар шиповника, сливочное масло.

Рекомендуются (с учетом индивидуальной переносимости): крупы (кроме манной), кисломолочные продукты (кефир, биокефир, йогурты без фруктовых добавок и пр.), неострые сорта сыра. Постное мясо (говядина, свинина, кролик, индейка, конина), специализированные мясные консервы для детского питания. Овощи: все виды капусты, кабачки, патиссоны, светлая тыква, зелень петрушки, укропа, молодой зеленый горошек, стручковая фасоль. Фрукты: зеленые и белые яблоки, груши, светлые сорта черешни и сливы, белая и красная смородина, крыжовник. Топленое сливочное масло, рафинированное дезодорированное растительное масло (кукурузное, подсолнечное, оливковое и др.). Фруктоза, хлеб пшеничный второго сорта или «Дарницкий», хлебцы зерновые, несладкие кукурузные и рисовые палочки и хлопья.

#### 5. Ожирение:

- рекомендовано исключение калорийных продуктов;
- ограниченное введение углеводов, особенно быстрорастворимых и быстровсасывающихся (сахар), являющихся основными поставщиками энергии и легко переходящими в организме в жир;
- ограничение жиров животного происхождения и увеличение растительных жиров в рационе (50% от общего количества жира), учитывая свойство последних активизировать процессы расходования жира организма;
- многократное, 5-6 разовое питание; исключение продуктов, возбуждающих аппетит (острые закуски, пряности и др.);
- ограничение соли в пище (до 5 г) и ограничение жидкости (до 1-1,5 л) для нормализации водно-солевого обмена;

- использование так называемых зигзагов в питании (контрастные, разгрузочные дни).

Необходимо исключить конфеты, шоколад, кондитерские изделия, сдобу, мороженое и другие сладости, острые, пряные, копченые, соленые закуски и блюда, фаст-фуд, полуфабрикаты промышленного производства, колбасно-сосисочные изделия, деликатесы, перец, горчица, хрен.

## **5. Обеспечение контроля качества и организации питания обучающихся**

5.1. ОБОУ «Школа-интернат №4» г. Курска, а также юридическое лицо или индивидуальный предприниматель, оказывающие услуги образовательной организации в организации питания, являются ответственными лицами за организацию, рацион и качество горячего питания обучающихся:

соблюдение требований качества и безопасности, сроков годности, поступающих на пищеблок продовольственного сырья и пищевых продуктов; проведение производственного контроля;

проведение лабораторного контроля качества и безопасности готовой продукции в соответствии с рекомендуемой номенклатурой, объемом и периодичностью проведения лабораторных и инструментальных исследований. Лабораторные и инструментальные исследования обеспечивают подтверждение безопасности приготавливаемых блюд, их соответствие гигиеническим требованиям, предъявляемых к пищевым продуктам, а также подтверждение безопасности контактирующих с пищевыми продуктами предметами производственного окружения.

5.2. Общеобразовательная организация организует регулярное персональное образование обучающихся и их родителей (законных представителей) основам здорового питания, с использованием программных продуктов научно-исследовательских институтов гигиены и эпидемиологии Российской Федерации.

Решение вопросов качественного и здорового питания обучающихся, пропаганда основ здорового питания рекомендуется организовывать во взаимодействии образовательной организации с общешкольным родительским комитетом, общественными организациями.

5.2. Общественный контроль за выполнением Положения в осуществляется органами самоуправления образовательной организации и родительской общественности в рамках мероприятий родительского контроля в соответствии с методическими рекомендациями по организации родительского контроля за детским питанием («МР 2.4.0180-20. 2.4. Гигиена детей и подростков. Родительский контроль за организацией горячего питания детей в общеобразовательных организациях. Методические рекомендации»).

## **6. Обеспечение мероприятий по формированию культуры здорового питания**

Формирование культуры здорового питания и правильного пищевого поведения детей – одна из актуальных задач образовательной организации. Особенно важно при решении данной задачи привлечь родителей и сделать их своими союзниками. Необходимо создавать условия для формирования положительного отношения к питанию в школе у обучающихся, их родителей и педагогов.

Одним из основных моментов формирования правильного отношения к питанию и освещения положительных изменений в системе школьного питания является подключение средств массовой информации: публикации в газетах и журналах, теле- и радиопередачи, размещение информации на официальных сайтах в сети Интернет. Раздел «Школьное питание», содержащий актуальные нормативные правовые документы

федерального, регионального и муниципального уровней, регулирующие вопросы школьного питания. Этот раздел должен освещать все основные направления работы образовательной организации по формированию культуры здорового питания, содержать актуальную информацию, адресованную всем участникам образовательного процесса: педагогам, обучающимся и их родителям, а также всем заинтересованным лицам.

Эффективным способом работы с родительской общественностью является создание на сайтах образовательных организаций разделов по консультированию населения в режиме «вопрос-ответ», предоставляющих возможность оперативно получить разъяснения у специалистов, а также своевременного урегулирования спорных ситуаций и конфликтов.

Также возможно размещение на школьном сайте непосредственных ссылок на другие ресурсы в информационно-телекоммуникационной сети Интернет по вопросам здорового питания.

Цель деятельности педагогов по организации работы с родителями – формирование культуры здорового питания детей как составляющей здорового образа жизни. Рекомендуется использовать разнообразные формы взаимодействия с семьей.

Формы познавательной деятельности, в которых могут быть затронуты проблемы здорового питания: общественные форумы знаний, творческие отчеты, дни открытых занятий, праздники знаний и творчества, выпуск предметных газет и т. д.

Формы трудовой деятельности: оформление кабинетов, благоустройство места для приёма пищи, создание библиотеки по проблеме здорового питания, ярмарка-распродажа блюд, приготовленных по семейным рецептам, выставки и др.

Формы досуга: совместные праздники, подготовка концертов и спектаклей, посвященных организации здорового питания, соревнования, конкурсы, КВН и т. п.

Особое внимание необходимо уделять проведению родительских собраний. Заслуживают внимания и тематические конференции по обмену опытом формирования у детей привычки к разумному питанию. Это – взаимный обмен мнениями, идеями, совместный поиск. Такая форма вызывает интерес, привлекает внимание родительской и педагогической общественности, деятелей науки и культуры, представителей общественных организаций.

Кроме того, для формирования культуры здорового питания у обучающихся и их родителей (законных представителей) необходимо обеспечение ряда мероприятий вне образовательной организации (участие в Всероссийской Акции «Здоровое питание – активное долголетие», целью которой является формирование у школьников правильного представления о здоровом питании, в конкурсе «На лучшую организацию школьного питания» среди образовательных организаций региона и т.д.).