



## «Рациональное питание – основа здорового образа жизни»

г. Красноярск

*Под рациональным питанием понимается «питание человека, которое учитывает его физиологические потребности в энергетической ценности, полезных питательных веществах (белки, жиры, углеводы, витамины, минералы, микроэлементы, другие полезные вещества), основываясь на данных о возрасте, заболеваниях, физической активности, занятости, окружающей среде»*

*По материалам ФБУЗ «Федеральный Центр гигиены и эпидемиологии» (<https://fcgie.ru/>)*



## **Команда «Мы – Красноярск»**

(Региональный конкурс муниципальных управленческих команд  
2023 года)

**Батуров Максим Олегович, заместитель руководителя ГУО администрации г. Красноярска**

**Горностаев Александр Октавьевич, заместитель директора МКУ КИМЦ**

**Попова Анна Олеговна, директор по развитию НО «Отраслевой союз развития социального питания»**

**Самохина Светлана Владимировна, главный специалист отдела культурной политики и социокультурного мониторинга**

**главного управления культуры администрации г. Красноярска**

### **Дошкольное образование**

**Александрина Ульяна Юрьевна, заведующий МАДОУ № 140**

### **Общее образование**

**Алексеева Наталия Алексеевна, директор МАОУ СШ № 144 (мкр. Солнечный)**

**Жихарева Татьяна Александровна, директор МАОУ СШ № 159 (мкр. Бугач)**

**Кузьмин Роман Валерьевич, директор МАОУ СШ № 147 (мкр. Северный)**

### **Дополнительное образование**

**Шалимова Елена Юрьевна, директор МАОУ ДО ЦТРИГО**

# Проблема

## Краткое описание существующей проблемы

### 4.3.1. Проблема на муниципальном уровне

Потребление продуктов и блюд, общепринятых и удобных с точки зрения быстрого питания в современном темпе жизнедеятельности и навязчиво рекламируемых в СМИ, при забытых традициях семейного здорового питания и при несформированности представлений о важности рационального питания в общественном сознании и, прежде всего, у подрастающего поколения, как основы здорового образа жизни.

### 4.3.2. Проблема на уровне образовательной организации

Невозможность обеспечения рациональным здоровым питанием дошкольников и обучающихся в муниципальных образовательных организациях города Красноярска:

- из-за несостыковок и противоречивых интерпретаций в нормативно-правовых документах по организации питания,
- из-за недостаточной компетенции и квалификации сотрудников, организующих и обеспечивающих питание в муниципалитете,
- из-за недостаточных возможностей влияния руководителей муниципальных образовательных организаций на качество поставляемых продуктов, технологию приготовления блюд и компетенции и квалификацию работников, обеспечивающих питание

### Проблема субъектов

Невозможность соблюдения здорового питания для осознанного ведения здорового образа жизни в пространстве г. Красноярска (страдает иммунитет).  
Горожане: преобладание быстрого питания и небезвредных блюд в заведениях общепита.  
Родители: отчуждение от культуры здорового правильного семейного полноценного питания.  
Дети и обучающиеся: неприятие здорового правильного питания из-за увлечения фастфудом.  
Организаторы питания: дилемма - дорогое затрато-нерентабельное здоровое питание или питание выгодное с удовлетворением вкусовой потребности.

### 4.4. Причины, обуславливающие наличие проблемы



Расчет калорийности  
 Примерное меню  
 Режим дня  
 Списки поставщиков

• Жир (в составе пищи и добавленный)  
 ▲ Сахар (добавленный)



### Краткое описание задач развития общего образования в области здорового питания как основы здорового образа жизни

<b>4.1. ФГОС общего образования</b>	<b>Федеральная рабочая программа воспитания</b>	<b>Проект «Школа Министерства просвещения»</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Формирование ценности здоровья»</li> <li>• «Ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (<b>здоровое питание</b>, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность)»</li> <li>• Создание условий «для осознанного отношения обучающихся <b>к выбору индивидуального рациона здорового питания</b>»</li> <li>• «Умение использовать приобретенные знания и навыки для здорового образа жизни, <b>сбалансированного питания</b> и физической активности; неприятие вредных привычек и зависимостей; умение противодействовать лженаучным манипуляциям в области здоровья»</li> </ul>	<p><u>Из целевых ориентиров</u> результатов воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «выражающий на практике установку на здоровый образ жизни (<b>здоровое питание</b>, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, регулярную физическую активность), стремление к физическому совершенствованию, соблюдающий и пропагандирующий безопасный и здоровый образ жизни»;</li> </ul> <p><u>Из задач воспитания:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• создание условий «для осознанного отношения обучающихся <b>к выбору индивидуального рациона здорового питания</b>».</li> </ul>	<p><u>Магистральное направление «Здоровье»</u></p> <p>«Критические» показатели:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Обеспечение бесплатным горячим питанием учащихся начальных классов (единое меню, родительский контроль).</li> <li>• Организация просветительской деятельности, направленной на формирование ЗОЖ.</li> </ul> <p>Показатели:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Проведение школьных просветительских мероприятий по ЗОЖ (от 1 до более 5 за уч. год).</li> <li>• Наличие общешкольной программы здоровьесбережения и её полноценная реализация.</li> </ul> <p>А также предполагает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Создание «Центра здоровья» (кабинет «Наш организм»: изучение питания).</li> </ul>
<b>Федеральная рабочая программа учебного предмета «Окружающий мир»</b>	<b>Федеральная рабочая программа учебного предмета «Биология»</b>	<b>Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания СанПиН 2.4.5.2409-08</b>
<p><u>Предметные результаты</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• умение «соблюдать основы здорового образа жизни, в т.ч. требования к двигательной активности и <b>принципы здорового питания</b>»</li> </ul> <p><u>Программное содержание</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Здоровый образ жизни: режим дня (чередование сна, учебных занятий, двигательной активности) и <b>рациональное питание (количество приёмов пищи и рацион питания)</b>».</li> </ul>	<p><u>Предметные результаты</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• умение «использовать приобретенные знания и навыки для здорового образа жизни, <b>сбалансированного питания</b> и физической активности;</li> <li>• неприятие вредных привычек и зависимостей;</li> <li>• умение <b>противодействовать лженаучным манипуляциям в области здоровья</b>»</li> </ul> <p><u>Содержание обучения</u></p> <p>«<b>Здоровье человека как социальная ценность.</b></p> <p>Факторы, нарушающие здоровье: ...несбалансированное питание.</p> <p>Укрепление здоровья: ...<b>сбалансированное питание.</b></p> <p>Культура отношения к собственному здоровью и окружающих.</p> <p>Нормы и режим питания. <b>Рациональное питание – фактор укрепления здоровья.</b> Нарушение обмена веществ».</p>	<p><b>«Принципы здорового питания</b></p> <p>Полноценный рацион школьников базируется на следующих показателях:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• безопасность продукции;</li> <li>• соблюдение пищевых технологий в процессе приготовления еды;</li> <li>• дифференцированный режим питания для возрастных групп школьников;</li> <li>• разнообразие меню с помощью сезонных овощей и фруктов;</li> <li>• поддержание баланса витаминов, микроэлементов и энергетической ценности ингредиентов в рационе учащихся».</li> </ul>



# Цели муниципального межведомственного проекта и критерии их достижения

## 3.1.1 Цель проекта

Формирование у дошкольников, у обучающихся, у законных представителей их семей (родителей) в муниципальных образовательных организациях города Красноярска

потребности в здоровом рациональном питании как основы здорового образа жизни

посредством:

- мотивирующего просвещения,
- создания демонстрационно-ориентирующей среды;
- рекламы в средствах массовой информации.



## 3.1.2. Цель проекта

Организация обеспечения рациональным здоровым питанием дошкольников и обучающихся в муниципальных образовательных организациях города Красноярска посредством:

- достижения единых интерпретаций документов для общего понимания всеми субъектами, заинтересованными в организации питания в муниципальных образовательных организациях, и инициирования изменений нормативно-правовой базы;
- освоения компетенций и повышения квалификации сотрудников, организующих питание в муниципалитете и обеспечивающих питание в муниципальных образовательных организациях, в области рационального здорового питания;
- усиления влияния руководителей муниципальных образовательных организаций на качество поставляемых продуктов, на технологию приготовления блюд, на компетенции и квалификацию работников, обеспечивающих питание, за счёт привлечения родительской общественности, представителей депутатского корпуса и средств массовой информации.

## 1. Целевая группа

- Дети, посещающие дошкольные муниципальные организации (не менее 80%);
- Обучающиеся в муниципальных общеобразовательных организациях (не менее 80%);
- Представители семей (родители) дошкольников и обучающихся в муниципальных образовательных организациях (не менее 80%).

## 3.2. Критерии достижения цели проекта

- Не менее 80% дошкольников, обучающихся, законных представителей их семей (родителей) в муниципальных образовательных организациях города Красноярска осознают потребность в здоровом рациональном питании как основе здорового образа жизни

## 3.2. Критерии достижения цели проекта

- Наличие разъяснительного текста с толкованием противоречивых и неоднозначных положений документов по организации питания в муниципальных образовательных организациях (уточнены требования санитарных правил и норм, устранены противоречия, осовременены подходы).
- Наличие текста с предложениями по необходимым изменениям в документах нормативно-правовой базы и локально-нормативной документации (указаны противоречия с версиями трактовок, осовременены подходы к организации питания, внесены формулировки по рациональному питанию).
- Наличие удостоверений о повышении квалификации (не менее 16 часов) в области рационального питания у сотрудников, обеспечивающих питание в муниципальных образовательных организациях.
- Наличие в каждой муниципальной образовательной организации локально-нормативного акта по созданию комиссий, групп из родителей, и обучающихся с наделением полномочиями общественного контроля за качеством поставляемых продуктов и приготовления блюд, а также за культурой питания.



## Цели и задачи муниципального межведомственного проекта

### 3.1.1 Цель проекта

Формирование у дошкольников, у обучающихся, у законных представителей их семей (родителей) в муниципальных образовательных организациях города Красноярска

потребности в здоровом рациональном питании как основы здорового образа жизни

посредством:

- мотивирующего просвещения,
- создания демонстрационно-ориентирующей среды;
- рекламы в средствах массовой информации.



### 3.1.2. Цель проекта

Организация обеспечения рациональным здоровым питанием дошкольников и обучающихся в муниципальных образовательных организациях города Красноярска посредством:

- достижения единых интерпретаций документов для общего понимания всеми субъектами, заинтересованными в организации питания в муниципальных образовательных организациях, и инициирования изменений нормативно-правовой базы;
- освоения компетенций и повышения квалификации сотрудников, организующих питание в муниципалитете и обеспечивающих питание в муниципальных образовательных организациях, в области рационального здорового питания;
- усиления влияния руководителей муниципальных образовательных организаций на качество поставляемых продуктов, на технологию приготовления блюд, на компетенции и квалификацию работников, обеспечивающих питание, за счёт привлечения родительской общественности, представителей депутатского корпуса и средств массовой информации.

### 3.3. Задачи реализации проекта

1. Проанализировать предпроектные изыскания по организации рационального питания, в том числе в муниципальных образовательных организациях.
2. Организовать общественно-педагогическую экспертизу содержания нововведений по организации питания в МОО и в городских учреждениях общественного питания.
3. Организовать в организациях МСО, муниципальных учреждениях культуры, спорта и туризма просветительскую деятельность о важности рационального питания, с мотивационной направленностью и мероприятиями демонстрационно-ориентирующего характера.
4. Выявить существующие нестыковки, противоречия в текстах и фрагменты, вызывающие разночтения и различия интерпретации, в действующих документах по питанию.
5. Разработать версии трактовок (интерпретаций) общего (единого) понимания действующих документов по организации питания для заинтересованных субъектов.
6. Разработать предложения для инициирования изменений в документах нормативно-правовой базы, отвечающие современной ситуации в организации питания, включая рациональное питание.
7. Организовать освоение компетенций и повышения квалификации сотрудников, организующих питание в муниципалитете и обеспечивающих питание в МОО, в области рационального здорового питания.
8. Обеспечить привлечение и поддержку родительской общественности в вопросах организации рационального питания на уровне МОО, включая вопросы качества поставляемых продуктов и технологии приготовления блюд.
9. Организовать популяризацию традиций семейного, здорового, рационального питания среди родителей и жителей города посредством проведения мероприятий и с привлечением СМИ.
10. Инициировать включение в меню городских учреждений общественного питания блюд для рационального питания



# Субъекты реализации муниципального межведомственного проекта

## Краткое описание деятельности субъектов реализации муниципального межведомственного проекта

<b>Администрация г. Красноярска (ГУО)</b>	<b>МАУ «Дирекция по организации школьного питания»</b>	<b>Муниципальные образовательные организации</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Принятие управленческих решений по содержанию и по масштабу реализации проекта.</li><li>• Обеспечение межведомственных взаимодействий.</li><li>• Финансирование затрат на организацию рационального питания в муниципальных образовательных организациях (возможно, только в пилотных).</li><li>• Организация мониторинга по просветительской деятельности и по организации рационального питания в муниципальных организациях, а также по ситуации в заведениях городского общепита.</li><li>• Анализ данных мониторинга по просветительской деятельности и по организации питания с оценкой эффективности работы муниципальных организаций по формированию основ культуры здоровья, включая культуру рационального питания.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Организация целенаправленной, научно и методически обоснованной работы по формированию основ культуры рационального питания.</li><li>• Обеспечение образовательных организаций современным оборудованием для функционирования столовых и буфетов в целях создания условий для рационального питания.</li><li>• Мониторинг организации рационального питания дошкольников и обучающихся и эффективности работы образовательной организации по формированию основ культуры здоровья, включая культуру рационального питания.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Реализация образовательных программ по формированию культуры рационального питания.</li><li>• Организация просветительской работы мотивирующего характера с детьми, обучающимися, с их законными представителями (родителями) и другими членами семьи.</li><li>• Вовлечение родителей и других членов семьи в процесс формирования культуры рационального питания в семье через проводимые мероприятия демонстрационно-ориентирующего характера.</li><li>• Участие в мониторинге эффективности работы образовательной организации по рациональному питанию дошкольников и обучающихся.</li><li>• Обеспечение состава и качества продуктов в буфетах в соответствии с принципами рационального питания.</li><li>• Оформление привлекательного «атмосферного» интерьера столовой и обновление/приобретение оборудования для пищеблоков.</li></ul>
<b>Представители бизнеса в сфере питания</b>	<b>Операторы питания</b>	<b>Дошкольники, обучающиеся, их родители</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Производство и реализация качественных продуктов для обеспечения здорового правильного рационального питания;</li><li>• Взаимодействие с субъектами муниципального уровня и образовательными организациями для повышения качества предоставляемых услуг по организации здорового правильного рационального питания.</li><li>• Участие в мониторинге по поставляемым продуктам и по организации рационального питания в муниципальных организациях и заведениях городского общепита .</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Организация обучения сотрудников по расширению компетенций и для повышения квалификации в области рационального питания;</li><li>• Исключение недобросовестных поставщиков, некомпетентных неквалифицированных сотрудников;</li><li>• Обеспечение ответственного отношения и совершенствование механизмов организации рационального питания;</li><li>• Участие в разработке привлекательного меню рационального питания и в создании комфортной инфраструктуры столовых.</li><li>• Участие в мониторинге по поставляемым продуктам и по организации рационального питания.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Освоение основ культуры здорового правильного рационального питания с получением сведений о полезных продуктах, о приготовлении блюд, о режиме и правилах приёма здоровой пищи.</li><li>• Участие в образовательных событиях и мероприятиях, проводимых в целях формирования культуры рационального питания в семье.</li><li>• Участие в мониторинге эффективности работы образовательной организации по организации рационального питания дошкольников и обучающихся.</li></ul>



## Ключевые результаты

Показатели	2. Образ желаемого состояния организации питания в муниципалитете (пилотные муниципальные образовательные организации: МАДОУ № 140, MAOY № 144, MAOY № 147, MAOY № 159)	
	1.1. Планируемые результаты (целевые показатели) на муниципальном уровне	1.2. Планируемые результаты (целевые показатели) на уровне пилотной образовательной организации
Доступность горячего питания	1. <b>100%</b> дошкольников и обучающихся начальной школы в муниципальных образовательных учреждениях обеспечены <b>горячим питанием</b> .	1. <b>100%</b> дошкольников и обучающихся начальной школы обеспечены <b>горячим питанием</b> с учётом потребностей в рациональном питании
Содержание образования (воспитания)	1. <b>Меморандум</b> о формировании здорового правильного рационального питания согласован его участниками со взятием обязательств. 2. <b>Документально</b> оформлены представления о здоровом рациональном питании по категориям возраста, заболеваний, физической активности, занятости. 3. <b>Культура</b> полноценного здорового правильного рационального семейного <b>питания</b> представлена в массовых мероприятиях для жителей города.	1. Родители <b>поддерживают положения меморандума</b> о здоровом рациональном питании. 2. Родители <b>имеют представления</b> о здоровом рациональном питании по категориям возраста, заболеваний, физической активности, занятости. 3. <b>Сформирована осознанная потребность</b> у дошкольников, обучающихся и их законных представителей (родителей) о здоровом правильном семейном рациональном питании (степень осознанности не менее 80%). 4. У родителей <b>сформирована потребность</b> в рациональном питании детей <b>и понимание</b> важности семейного полноценного здорового питания.
Стандарты пространства	1. Циклическое <b>меню</b> продуктов и блюд для полноценного здорового <b>рационального питания</b> согласовано с Роспотребнадзором. 2. Документально <b>закреплено общее (единое) понимание</b> заинтересованными субъектами толкование документов по организации питания в муниципальных образовательных организациях с предложениями в нормативно-правовую базу.	1. Обязательное <b>наличие</b> продуктов и блюд для полноценного здорового рационального питания в школьной столовой 2. <b>Меню</b> для рационального питания привлекательное, оригинальное <b>согласовано с Роспотребнадзором</b> . 3. Сформирована <b>комфортная инфраструктура</b> школьных столовых.
Стандарты организации питания	1. <b>Перечень</b> обязательного оборудования школьных столовых и пищеблоков для приготовления <b>блюд</b> здорового рационального питания. 2. <b>Варианты</b> примерного <b>меню</b> для рационального питания по категориям возраста, заболеваний, физической активности, занятости. 3. <b>Наличие</b> продуктов и блюд здорового питания <b>в заведениях общепита</b> .	1. <b>Наличие обязательного оборудования</b> школьных столовых и пищеблоков для приготовления блюд здорового рационального питания 2. <b>Наличие технологических карт</b> приготовления блюд здорового рационального питания, в т.ч. для популяризации в семейном питании.
Система мониторинга эффективности деятельности	1. Организована <b>работа межведомственной комиссии</b> (проверки организаторов питания и заведений общепита не реже 1 раза в квартал для «красных» зон, 1 раз в полугодие - для «желтых», 1 раз в год - для «зеленых») на основе меморандума по исполнению взятых на себя обязательств его участниками. 2. <b>Популяризация в СМИ</b> здорового рационального питания как основы здорового образа жизни в публикациях, сюжетах, репортажах.	1. Наличие общешкольных программ здорового рационального питания. 2. <b>Детско-взрослый мониторинг</b> (родительский контроль) потребляемых продуктов и блюд для рационального питания в школьной столовой. 3. <b>Отслеживание отношения</b> обучающихся к продуктам и блюдам здорового рационального питания (анкетирование, наблюдение, беседы). 4. <b>Мониторинг «чистых тарелок»</b> .



## Рациональное питание – основа здорового образа жизни

(межведомственный проект)

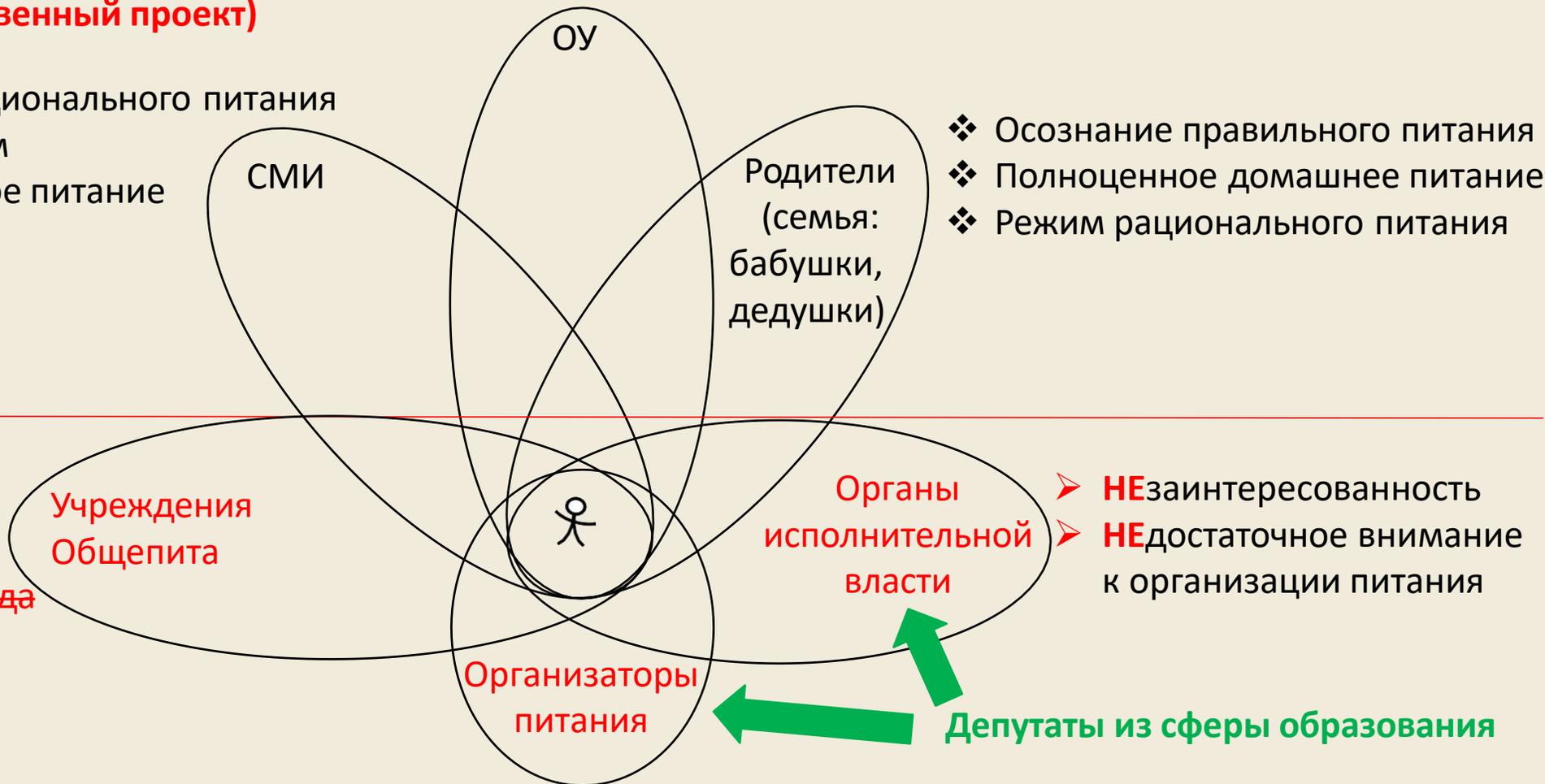
1. Определение категории детей по деятельностной нагрузке и здоровью
2. Организация питания: блюда, сервировка, «атмосферность»
3. Осознание здорового правильного рационального питания

- ❑ Популяризация рационального питания
- ❑ Борьба с фастфудом
- ❑ Битва за правильное питание

### Возможности

### Риски

- Реклама **фастфуда**
- Наличие **фастфуда**
- Выгодность **фастфуда**



- Финансовая и экономическая **НЕ**целесообразность



## Что планируется достичь к концу учебного года?

Согласно дорожной карте развития МСО на 2023-2024 учебный год

- 1. Обеспечить проведение просветительских мероприятий по формированию представлений о рациональном питании (100% общеобразовательных организаций не менее 1 раза в квартал).**
- 2. Выявить существующие нестыковки, противоречия в текстах и фрагменты, вызывающие разночтения и различия интерпретации, в действующих документах по организации питания.**
- 3. Разработать версии трактовок (интерпретаций) общего (единого) понимания действующих документов по организации питания для заинтересованных субъектов**
- 4. Разработать предложения для инициирования изменений в документах нормативно-правовой базы, отвечающие современной ситуации в организации питания, включая рациональное питание.**
- 5. Обеспечить привлечение и поддержку родительской общественности в вопросах организации рационального питания на уровне муниципальных образовательных организаций, включая вопросы качества поставляемых продуктов и технологии приготовления блюд.**
- 6. Организовать популяризацию традиций семейного, здорового, рационального питания среди жителей города посредством привлечения средств массовой информации.**

## **Пилотные образовательные организации**

### **Дошкольное образование**

**МАДОУ № 140, Александрина Ульяна Юрьевна, заведующий**

### **Общее образование**

**МАОУ СШ № 144 (мкр. Солнечный), Алексеева Наталия Алексеевна,  
директор**

**МАОУ СШ № 159 (мкр. Бугач), Жихарева Татьяна Александровна,  
директор**

**МАОУ СШ № 147 (мкр. Северный), Кузьмин Роман Валерьевич,  
директор**

### **Дополнительное образование**

**МАОУ ДО ЦТРИГО, Шалимова Елена Юрьевна, директор**

## **Промежуточные результаты реализации проекта**

- 1. Разработка программы рационального питания (с учетом единого понятийного аппарата).**
- 2. Проведение просветительских событий по рациональному питанию с учётом возраста.**
- 3. Проведение общешкольных событий по ценностям семейной культуры питания с пробой блюд из меню рационального питания, семейных национальных блюд рационального питания.**
- 4. Участие в Фестивале инфраструктурных решений по номинации «Организация рационального питания»**
- 5. Совместно с оператором питания:**
  - разработка дизайн-проектов школьной столовой-кафе (атмосферно, уютно, просветительно);**
  - мастер-классы для семей по возрастам домашнего завтрака, обеда, ужина.**

## **Новые участники проекта**

- Май 2024 года – экспертиза представленных программ по рациональному питанию пилотными школами и другими ОО**
- Сентябрь 2024 года – расширение количества участников проекта**
- Май 2025 года – рефлексия реализации проекта**