



«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



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

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



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

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



Ключевые результаты

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



Рациональное питание – основа здорового образа жизни

(межведомственный проект)

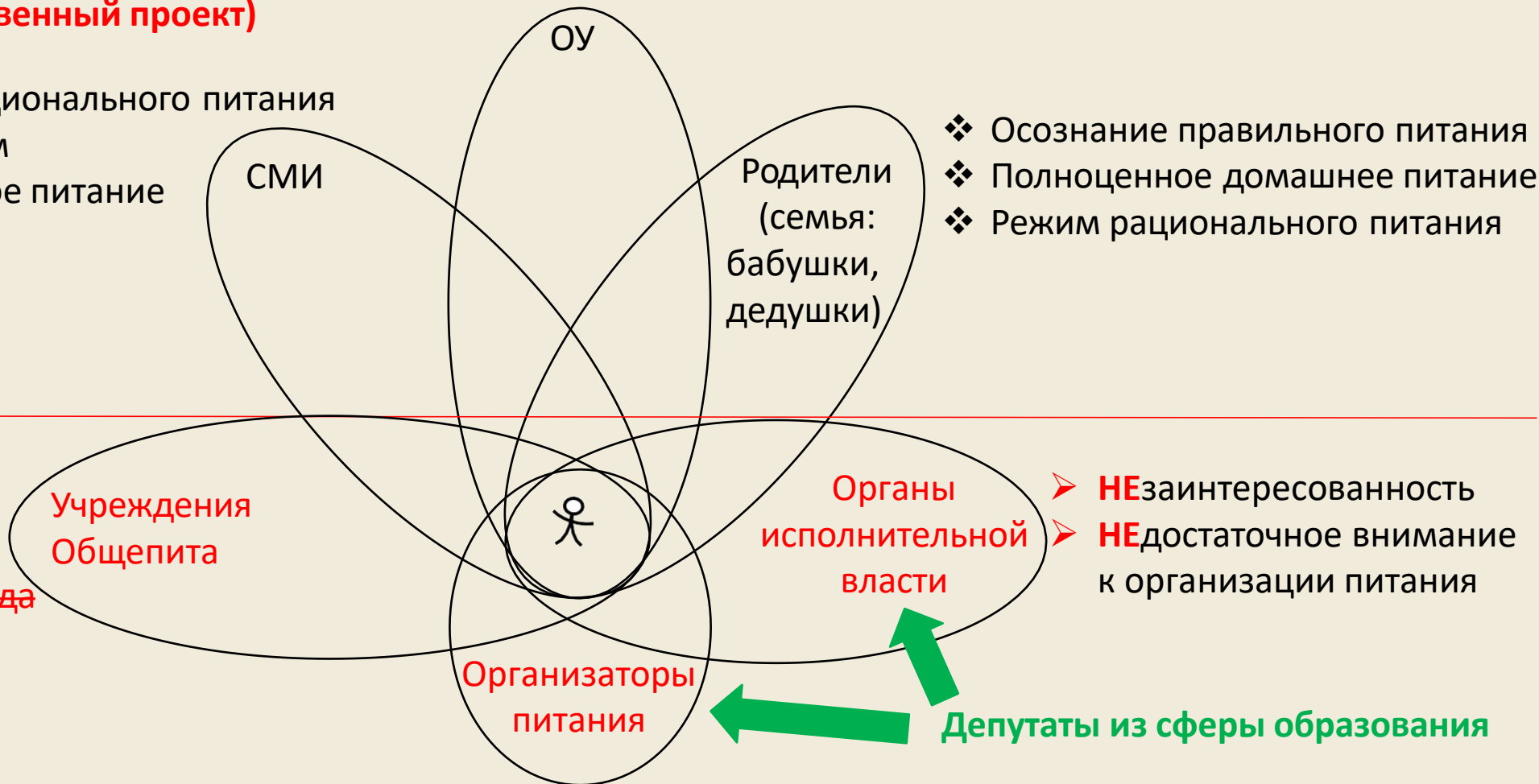
1. Определение категории детей по деятельностной нагрузке и здоровью
2. Организация питания: блюда, сервировка, «атмосферность»
3. Осознание здорового правильного рационального питания

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

Возможности

Риски

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



- ❖ Осознание правильного питания
- ❖ Полноценное домашнее питание
- ❖ Режим рационального питания

- **НЕ**заинтересованность
- **НЕ**достаточное внимание к организации питания

- 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**