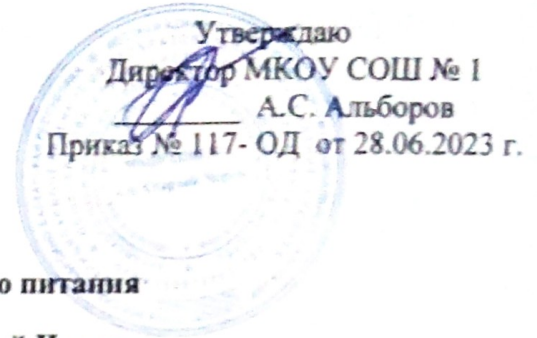


Принято на  
педагогическом  
совете  
Протокол № 8  
от 26.06.2023 г.



**Положение**  
**об организации рационального питания**  
**МКОУ СОШ № 1 с. п. Старый Черек**

**1. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение устанавливает порядок организации рационального питания МКОУ СОШ № 1

1.2. Основными задачами при организации питания детей и подростков МКОУ СОШ № 1 являются

- Обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания;
- Гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании;
- Предупреждение (профилактика) среди детей и подростков, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания;
- Пропаганда принципов здорового и полноценного питания

1.3. Настоящее Положение: определяет основные организационные принципы питания в образовательном учреждении, принципы и методику формирования рационов питания и ассортимента пищевых продуктов, предназначенных для организации рационального питания учащихся МКОУ СОШ № 1 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 обучающихся, а также содержит рекомендации по использованию продуктов повышенной биологической и пищевой ценности.

**2. Основные организационные принципы питания МКОУ СОШ № 1 с. п. Старый Черек**

2.1. МКОУ СОШ № 1 для обучающихся с постоянным пребыванием последних более 3 часов организуется питание учащихся. Длительность промежутков между отдельными приемами пищи не должна превышать 3,5-4 часов.

2.2. Для учащихся МКОУ СОШ № 1 предусматривается организация двухразового питания для детей с ОВЗ и одноразовое питания для малообеспеченных детей и 1-4 классов (завтрак и обед).

2.3. При организации питания необходимо руководствоваться Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования (СанПиН 2.4.5.2409-08), санитарно-эпидемиологическим требованиям к организациям общественного питания пищевых продуктов и продовольственного сырья (санитарно-эпидемиологические правила СП 2.3.6. 1079-01).

- 2.4. К поставке продовольственных товаров для организации питания допускаются предприятия различных организационно-правовых форм, имеющие соответствующую материально-техническую базу, квалифицированные кадры, опыт работы в обслуживании учащихся.
- 2.5. Школа совместно с Роспотребнадзором разрабатывает и утверждает двухнедельное меню рационов горячих завтраков и обедов для учащихся (в соответствии с усредненными физиологическими нормами потребления продуктов), а также примерный ассортиментный перечень буфетной продукции, которые являются основой рационального питания школьников. Ежедневные меню рационов питания утверждаются директором школы. Реализация продукции, не предусмотренной утвержденными перечнями и меню, не допускается.
- 2.6. Гигиенические показатели пищевой ценности продовольственного сырья и пищевых продуктов, используемых в питании обучающихся, должны соответствовать Санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам СанПиН 2.3.2. 1078-01 «Гигиенические требования безопасности и пищевой ценности пищевых продуктов» (с изменениями на 06.07.2011г).
- 2.7. Медико-биологическая и гигиеническая оценка рационов питания (примерных меню), разрабатываемых школой, выдача санитарно-эпидемиологических заключений о соответствии типовых рационов питания (примерных меню) санитарным правилам и возрастным нормам физиологической потребности детей и подростков в пищевых веществах и энергии, плановый контроль за организацией питания, качеством поступающего сырья и готовой продукции, реализуемых МКОУ СОШ № 1, осуществляются органами Роспотребнадзора.
- 2.8. Ответственность за организацию питания в МКОУ СОШ № 1 возлагается на заместителя директора по ВР.
- 2.9. Режим работы столовой МКОУ СОШ № 1 должен соответствовать режиму работы МКОУ СОШ № 1 (6 дней). Завтраки предоставляются учащимся 5-7 классов после первого, остальным учащимся – после второго. Для приема пищи предусматриваются две перемены длительностью 10 и 20 минут каждая.
- 2.10. Контроль за посещением учащимися столовой и учет количества фактически отпущенных завтраков и обедов возлагается на классных руководителей, которые сопровождают учащихся в столовую. Заявка на количество питающихся учащихся предоставляется классными руководителями дважды в месяц (14-го и 30-го числа) и уточняется в день питания не позднее 1-го урока.
- 2.11. Проверка качества пищи, соблюдение рецептур и технологических режимов осуществляются бракеражной комиссией, в состав которой входят медицинский работник, организатор школьного питания и повар. Результаты проверки заносятся в бракеражный журнал.
- 2.12. О факте отсутствия школьников по уважительной причине классный руководитель сообщает организатору школьного питания не позднее первого урока текущего дня.

### **3. Принципы формирования рационов питания**

- 3.1. При формировании рационов питания обучающихся 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. Замена блюд возможна на равноценные по пищевой и энергетической ценности.

3.2. Организация горячего питания предполагает обязательное использование в каждый прием пищи горячих блюд и кулинарных изделий, в том числе первых блюд и горячих напитков.

3.3. Завтрак состоит из горячего блюда, горячего напитка. На завтрак используются сыр, порционные овощи, фрукты. Завтрак обязательно должен содержать горячее блюдо – мясное, рыбное, яичное, крупяное (молочно-крупяное).. В качестве горячих напитков в завтрак используются чай.

3.4. Обед состоит из закуски, первого, второго и третьего блюда (напитка). В обед обязательно включается горячее первое блюдо, второе – мясное или рыбное блюдо с гарниром (крупяным, овощным, комбинированным). На третье предусматривается напиток (соки, кисели, компоты из свежих или сухих фруктов, витаминизированные напитки промышленного производства), целесообразно в обед давать детям свежие фрукты.

3.5. Выход блюд предусматривается в соответствии с действующей нормативной и технологической документацией.

3.6. Не допускается повторение в рационах одних и тех же блюд или кулинарных изделий в смежные дни. В смежные дни следует избегать использования блюд, приготавливаемых из одного и того же сырья (каши и гарниры из одного и того же вида круп, макаронные изделия в разных блюдах).

3.7. В различных приемах пищи 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 продуктов.

3.8. В качестве основного источника белков в составе рациона питания детей и подростков обязательно должны использоваться молочные продукты, мясо, рыба, яйца. Целесообразно включать в состав рациона питания детей и подростков продукты (в том числе кулинарные изделия), обогащенные белком.

3.9. В качестве источника полиненасыщенных жирных кислот в питании детей и подростков используют кукурузное, подсолнечное масло. Растительные масла не следует использовать для обжаривания (жарки пассировки) продуктов и кулинарных изделий

3.10. В качестве основного источника полиненасыщенных жирных кислот в питании детей и подростков используются мясные и молочные продукты, в том числе масло коровье (используют несоленое сладко-сливочное масло, вологодское масло, ограниченно – крестьянское и топленое масло). Не рекомендуется использовать в питании учащихся масло с добавками гидронезированных растительных жиров.

3.11. В питании учащихся следует использовать цельное молоко 3,2-3,5% жирности, обогащенное витаминами, и молочные продукты, выработанные из натурального (невосстановленного) сырья

3.12. Рекомендуется включать в рацион питания учащихся сыры твердых сортов с наименьшей жирностью (кроме сыров острых сортов), пластифицированные сырные массы, а также специализированные плавленые сыры для детского и диетического питания, при производстве которых не используются фосфаты.

3.13. В исключительных случаях допускается вместо молочных продуктов использовать молочные консервы (высшего сорта). Так, сгущенное молоко можно использовать в качестве соуса с творожными и мучными блюдами (не чаще одного раза в 3-4 недели). Сухое молоко может использоваться при производстве хлебобулочных изделий, мучных кондитерских и некоторых кулинарных изделий. Нецелесообразно использовать сухое или сгущенное молоко при приготовлении горячих напитков с молоком (какао-, чай, кофейный напиток).

3.14. В питании детей и подростков не должны использоваться кулинарные жиры. Ограничивается использование в питании учащихся жирных видов мяса (птицы В питании учащихся не должны использоваться майонезы (острые соусы на основе жировой эмульсии).

3.15. В питании учащихся не должно применяться продовольственное сырье, изготовленное с использованием кормовых добавок, стимуляторов роста животных (в том числе гормональных препаратов), отдельных видов лекарственных средств, пестицидов, агрохимикатов и других, опасных для здоровья человека веществ и соединений.

3.16. В составе пищевых продуктов, из которых формируется рацион питания учащихся, ограничивается использование пищевых добавок. Исключается использование химических консервантов

3.17. В качестве разрыхлителей следует использовать только пищевую соду (гидрокарбонат натрия)

3.18. В составе пищевых продуктов для детей и подростков должна использоваться только йодированная соль. Целесообразно использовать поваренную соль, йодированную йодатом калия, а не йодитом калия.

3.19. Для тепловой обработки продуктов используется только варка, приготовление на пару, запекание, тушение. При производстве пищевых продуктов, предназначенных для использования в питании детей и подростков, не используют такой технологический процесс, как жарка. Не допускается жарка продуктов, кулинарных изделий и отдельных ингредиентов в жире или масле.

3.20. Для предотвращения возникновения и распространения инфекционных заболеваний и массовых инфекционных заболеваний (отравлений) в организации общественного питания не допускается принимать:

- продовольственное сырье и пищевые продукты без документов, подтверждающих их качество и безопасность;
- мясо и субпродукты всех видов сельскохозяйственных животных без клейма и ветеринарного свидетельства
- рыбу, сельскохозяйственную птицу без ветеринарного свидетельства; непотрошеную птицу
- консервы с нарушением герметичности банок, бомбажные, «хлопуши», банки с ржавчиной, деформированные, без этикеток;
- крупу, муку, фрукты и другие продукты, зараженные амбарными вредителями
- овощи и фрукты с наличием плесени и признаками гнили
- пищевые продукты с истекшим сроком годности и признаками недоброкачества;
- продукцию домашнего изготовления (консервированные мясные, молочные, рыбные и другие продукты, готовые к употреблению).

3.21. В питании учащихся не допускается использовать продукты, способствующие ухудшению здоровья детей и подростков, а также обострению хронических заболеваний:

- сырокопченые мясные гастрономические изделия и колбасы;
- жареные в жире (масле) продукты, изделия (пирожки, пончики, чипсы, картофель и т.п.)
- кулинарные жиры;
- уксус, горчицу, хрен, перец острый (красный, черный и другие острые приправы
- острые соусы (типа кетчупа), закусовые консервы и маринованные овощи, и фрукты (консервированные с добавлением уксуса, сыры острых сортов, костные и грибные бульоны, в т.ч. пищевые концентраты на их основе, пищевые концентраты на основе искусственных ароматизаторов)
- майонез для заправки первых блюд; ограничить использование майонеза для заправки салатов
- кофе натуральный, а также продукты, содержащие кофеин и другие стимуляторы, алкоголь, газированные напитки

- биологически активные добавки к пище (БАД): с тонизирующим действием (содержащие элеутерококк, женьшень, родиолу розовую или другие аналогичные компоненты), влияющие на рост тканей организма, а также продукты, вырабатываемые и использованием перечисленных добавок
  - продукты, содержащие гормоны, гормоноподобные вещества и антибиотики
- 3.22. С учетом повышенной эпидемиологической опасности в питании учащихся не допускается использовать:

- кремовые кондитерские изделия (пирожные и торты)
- блинчики с мясом. Заливные блюда (мясные и рыбные), рыбные и мясные салаты, студни, паштеты собственного приготовления, форшмак из сельди;
- изделия из мясной обрести, свиных баков, диафрагмы, крови, рулетов из мякоти голов;
- зеленый горошек консервированный без тепловой обработки (кипячения)
- молоко – «самоквас», простокваша и другие кисломолочные продукты собственного (не-промышленного) приготовления, в том числе для приготовления творога;
- творог из непастеризованного молока;
- творог собственного (непромышленного) приготовления
- творог или сметану в натуральном виде, без тепловой обработки, за исключением готовых к употреблению кисломолочных продуктов (творожков, йогуртов и т.п.) промышленного производства в индивидуальной упаковке, рассчитанной на одну порцию продукта
- холодные напитки, морсы собственного приготовления (без тепловой обработки), квас
- окрошки (холодные супы)
- макароны по-флотски 9 с мясным фаршем), макароны с рубленным яйцом;
- яйца и мясо водоплавающих птиц
- яичницу-глазунью
- грибы и продукты (кулинарные изделия), из них приготовленные

3.23. Запрещается отпуск в буфеты-раздаточные овощных салатов, винегретов в заправленном виде, соусных блюд, горячих и холодных соусов собственного приготовления

3.24. Для приготовления блюд и кулинарных изделий, предназначенных для использования в питании детей и подростков, следует использовать яйцо с качеством не ниже диетического

3.25. Производственный контроль за формированием рациона питания детей и подростков, его качественным и количественным составом и формированием ассортимента пищевых продуктов, предназначенных для организации рационального питания учащихся, осуществляются специалистами, имеющими соответствующую профессиональную подготовку и аттестованными на осуществление производственного контроля

#### 4. Принципы обогащения рационов питания

4.1. Для обогащения рационов питания используются витамины и минеральные вещества (витамины С, витамины группы В, фолиевая кислота, каротин, минеральные вещества – йод, железо, кальций и магний и др.)

4.2. Обогащение рационов незаменимыми микронутриентами предусматривает постоянное включение в состав рациона как продуктов, обогащенных витаминно-минеральными смесями (премиксами) в процессе промышленного производства, так и блюд, и кулинарных изделий, обогащенные витаминами (витаминизация) которых проводится непосредственно на пищеблоке

4.3. Для обогащения микронутриентами кулинарной продукции, вырабатываемой в столовой рекомендуется использовать готовые витаминно-минеральные смеси (премиксы).

4.4. Обогащение рационов незаменимыми микронутриентами и витаминами проводится круглогодично

4.5. В целях обогащения рационов питания высококачественными белками, легкоусвояемыми жирами, минеральными солями, в том числе кальцием, магнием, фосфором, витаминами, и увеличения реализации молока и кисломолочной продукции в питании детей предусматривается обязательное еженедельное включение (один раз в неделю) молочных завтраков (каши, горячие напитки на натуральном молоке, витаминизированное молоко, йогурты и другие молочные напитки, обогащенные микронутриентами, на натуральной молочной основе).

4.6. Контроль обогащения рационов микронутриентами и витаминами осуществляется в порядке осуществления производственного контроля за соблюдением санитарных правил и выполнением санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий.