**Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение**

**Основная общеобразовательная школа №28 с. Поначёво**

Утверждена приказом по школе

№ 62 от 28.08.2020г.

**ПРОГРАММА**

**совершенствования организации питания**

**«Школа здорового питания»**



Поначёво 2020 год

**Обоснование необходимости реализации Программы:**

*«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний и вера в свои силы»*

**В.А.Сухомлинский**

 Программа по совершенствованию организации питания вызвана необходимостью  создания условий в образовательном учреждении, обеспечивающих развитие культуры здоровья учащихся  и вызвана следующими  причинами:

* Необходимостью формирования   здорового образа жизни  учащегося  с  детского возраста  (здоровые интересы и привычки, ценностное отношение к здоровью);
* Системностью усвоения норм и правил, необходимых учащимся  в специально проецируемой деятельности;
* Физиологическими сенситивными особенностями в развитии   человеческого организма.

 В связи с этим рациональное питание учащихся является одним  из условий создания здоровьесберегающей среды.   Недостаточное поступление питательных веществ в детском возрасте отрицательно сказывается на показателях физического развития, заболеваемости, успеваемости, способствует проявлению обменных нарушений и хронической патологии. Важнейшим условием для поддержания здоровья, высокой работоспособности и выносливости человека является полноценное и правильное питание.

Основу предполагаемых подходов составляет внедрение новых схем питания школьников и использование современного высококачественного оборудования, позволяющего при минимальных затратах обеспечить питание школьников на уровне требований сегодняшнего дня. Поэтому администрация МКОУ ООШ № 28 с. Поначёво сегодня уделяет большое внимание вопросам жизни и здоровья детей и подростков. Школьное питание должно быть сбалансированным, в течение дня ребенок должен получать необходимый для этого минимум пищевых и минеральных веществ. Если учесть, что большую часть времени учащиеся проводят в школе, то и полноценно питаться они должны здесь же.

**Основание для разработки Программы:**

* Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка».
* Закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации».
* СанПиН 2.4.2.2821-10 «Гигиенические требования к условиям обучения в ОУ»
* СанПиН 2.4.1.3049-13
* «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в ОУ»

          Очень важно, чтобы школа стала началом распространения знаний и умений в построении здорового питания. В связи с этим в школе разработана программа организации развития питания школьников «Школа здорового питания».

**Цель программы:**

        Создать условия для обеспечения здорового питания школьников в целях сохранения и укрепления их здоровья, а также профилактики заболеваний.

       **Задачи программы:**

* Обеспечить соответствие школьного питания детей установленным нормам и стандартам, региональным, экологическим, социальным и культурным особенностям.
* Обеспечить сбалансированность и максимальное разнообразие рациона питания по всем пищевым факторам, включая белки и аминокислоты, пищевые жиры и жирные кислоты, витамины, минеральные соли и микроэлементы, а также минорные компоненты пищи.
* Обеспечить  100% учащихся  горячим школьным питанием.
* Привести материально-техническую базу школьной столовой в соответствие с современными разработками и технологиями.
* Организовать  просветительскую и образовательно-разъяснительную работу по вопросам здорового питания среди участников образовательных отношений.
* Обеспечить наличие диетического питания для детей с различными заболеваниями.

**Ресурсы, которыми располагает общеобразовательное учреждение для эффективного решения поставленных задач:**

Практика организации питания в нашей школе убедила нас в преимуществе столовых, работающих непосредственно на сырье. Их полная автономность в приготовлении пищи, дает большую возможность обеспечения на месте блюд самого разнообразного меню. Отсутствие необходимости транспортировки пищи на длительное расстояние, её замораживания (охлаждения) и повторного разогрева дает возможность сохранить не только вкусовые достоинства, но и пищевую ценность. С другой стороны, приготовление пищи в таких условиях требует наличия значительного штата персонала в таких столовых, они должны быть оснащены полным оборудованием для обработки сырья, приготовления пищи, её раздачи, сбора и мытья посуды.

Школьная столовая укомплектована штатом : повар , кухонный работник .

 В столовой МКОУ ООШ № 28 выполняются все санитарно – эпидемиологические требования к организации питания учащихся в школе. Столовая укомплектована   следующим оборудованием:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование оборудования** | **количество** |
|  | Холодильник | 2 |
|  | Морозильная камера | 2 |
|  | Электродуховка | 1 |
|  | Титан | 1 |
|  | Электропечь | 1 |
|  | Столы | 2 |
|  | Столы разделочные | 2 |
|  | Стулья | 12 |
|  | Шкафы | 3 |

Школьная столовая полностью укомплектована необходимой посудой. Ее чистоте уделяется повышенное внимание. Мытье и дезинфекция производятся с соблюдением всех норм санитарно-гигиенического режима, используются средства дезинфекции. За время работы в школе не было ни одного случая заболевания кишечной инфекцией. Для мытья рук, учащимся организовано специальное место, оборудованное раковинами.

 В школе оформлен стенд по организации питания и здоровому образу жизни.

**Сроки реализации Программы.**

Для совершенствования организации школьного питания в школе разработана программа организации развития питания школьников «Школа здорового питания» **на 2020 – 2023 г. г.**

Перечень и описание программных мероприятий по совершенствованию организации питания.

 Школа располагает столовой на 12 посадочных мест. Время завтраков и обедов учащихся установлено расписанием, которое соответствует определенной учебной нагрузке.

 На каждой перемене в столовой дежурит учитель, который смотрит за порядком в зале, оказывает посильную помощь в организации горячего питания.

        В меню учащихся систематически включаются блюда из мяса, рыбы, молока. В столовой проводится работа по отбору суточных проб готовой продукции. Выполняются требования к организации питьевого режима.

Проводится анкетирование родителей и учащихся по вопросам качества продуктов и изготавливаемых блюд, ассортименту и стоимости питания.

*/Приложение № 1 /*

 Результаты опросов и предложения выносятся для обсуждения на родительских собраниях и с обслуживающим персоналом столовой. Так, по результатам опроса анкеты «Мое настроение после обеда», проведенное в 2020 году 85% учащихся среднего звена и 99% учащихся начальных классов покидают столовую с хорошим настроением. Регулярно, на общешкольном родительском собрании, ответственная за питание учащихся, Белякова Г.И. информирует родителей об организации горячего питания в школе. Отзывы о работе, форме и культуре обслуживания в школьной столовой со стороны учащихся, родителей, учителей только хорошие. Так, по результатам анкеты «Питание глазами родителей» на вопрос - удовлетворяет ли Вас система организации питания в школе? – 85% родителей дали положительный ответ. А на вопрос - удовлетворены ли Вы качеством приготовления пищи? – 80% родителей ответили «Да».

Классными руководителями проводится внеклассная воспитательная работа с учащимися по воспитанию культуры питания и ответственности за свое здоровье (праздники, беседы, классных часы, родительские  собрания, семинары, конкусы  рисунков и плакатов на тему правильного питания и здорового образа жизни).

**Ожидаемые конечные результаты реализации Программы.**

Выполнение программы "Школа здорового питания" позволит школе достигнуть следующих результатов:

* Улучшить качество питания школьников и обеспечить его безопасность;
* Организовать правильное, сбалансированное питание детей и подростков с учетом их возрастных особенностей;
* Продолжить формировать навыки здорового питания у учащихся и их родителей;
* Укрепить материально-техническую базу школьной столовой;
* Оснастить недостающим технологическим оборудованием школьный пищеблок;
* Совершенствовать разработанную систему мониторинга состояния здоровья учащихся;
* Оказывать социальную поддержку отдельным категориям учащихся.
* В перспективе организация рационального питания школьников может позволит достичь следующих основных **целей:**
* улучшение состояния здоровья школьников, уменьшение случаев ожирения, дистрофии и других заболеваний, связанных с питанием, а в перспективе - улучшение репродуктивного здоровья;
* снижение риска развития сердечно-сосудистых, эндокринных, желудочно-кишечных заболеваний в период обучения в школе и в течение дальнейшей жизни;
* рост учебного потенциала детей и подростков;
* улучшение успеваемости школьников;
* повышение их общего культурного уровня.

**Система организации контроля за исполнением Программы.**

 Работники пищеблока оснащены спецодеждой. Это позволяет соблюдать необходимые санитарно – гигиенические нормы.

Есть помещение для приёма на 12посадочных мест.

Соблюдение норм хранения продуктов и калорийности питания контролируется директором ежедневно.

В школе ведутся журналы:

* санитарный журнал о допуске работников в столовой к работе;
* журнал учета температурного режима холодильного оборудования;
* журнал бракеража готовой пищевой продукции;
* журнал бракеража пищевых продуктов и продовольственного сырья;
* журнал  контроля за рационом питания;
* журнал здоровья.

За качеством питания постоянно следит комиссия, в ее составе учителя. Качество получаемой сырой и готовой продукции проверяет бракеражная комиссия. Их совместная работа позволяет контролировать организацию питания в школе, его качество, вносить необходимые коррективы и, в конечном счете, сохранить здоровье каждого ученика школы.

Большое внимание уделяется калорийности школьного питания.

Используется 10-ти дневное цикличное меню в соответствии с нормами СанПиН, утвержденное директором школы, согласовано с территориальным отделом

Управления Роспотребнадзора по Красноярскому краю в г. Минусинске

**Производственный  и общественный контроль за организацией питания:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Вид контроля | Структура, осуществляющая контроль |
| 1. | Контроль за формированием рациона питания | Директор школы, ответственный за горячее питание Школьная комиссия |
| 2.  | Входной производственный контроль | Директор школы, ответственный за питание  |
| 3.  | Контроль санитарно-технического состояния пищеблока | Директортшколы  |
| 4.  | Контроль сроков годности и условий хранения продуктов | Бракеражная комиссия |
| 5.  | Контроль за санитарным содержанием и санитарной обработкой предметов производственного окружения | Бракеражная комиссия |
| 6.  | Контроль за приемом пищи |  Дежурный администратор;  классные руководители  |

**Выполнение задач и обязанностей участников образовательного процесса в решении вопросов здорового питания школьников**

 ***Задачи администрации школы:***

Составление расписания занятий с обеспечением необходимого режима питания;

Контроль качества питания;

Контроль обеспечения порядка в столовой;

Контроль культуры принятия пищи;

Контроль  проведения   воспитательной  работы   со   школьниками  по привитию навыков культуры приема пищи;

***Обязанности работников столовой:***

Составление рационального питания на день и перспективного меню;

Включение в меню овощей, фруктов, витаминизированных напитков из натуральных ягод;

Обеспечение столовой качественными продуктами для приготовления пищи;

Использование   современных  технологии   приготовления   пищи  для сохранения питательной ценности продуктов.

***Обязанности классных руководителей:***

Проведение бесед о культуре питания, рациональном и правильном питании, роли питания для развития организма; организация конкурсов и викторин на тему правильного питания

Воспитание навыков культуры поведения в столовой во время приема пищи;

Проведение бесед с родителями о подходе к проблеме питания в семье;

***Обязанности родителей:***

Прививать навыки культуры питания в семье;

Выполнять рекомендации классных руководителей и медицинских работников по питанию в семье.

***Обязанности обучающихся:***

Соблюдать правила культуры приема пищи;

Принимать участие в мероприятиях по пропаганде здорового питания.

**План деятельности по реализации Программы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Мероприятия | Сроки | Ответственные  | Планируемый результат и выполнение |
| **1.Организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение**  |
| 1. | Назначение ответственного за организацию питания в школе | сентябрь | директор школы | приказ |
| 2 | Совещание классных руководителей об организации горячего питания. Презентация горячего питания.  | октябрь  | зам. директора по УВР | протокол совещания |
| 3 | Совещание при директоре по вопросам организации и развития школьного питания | сентябрь, май, ежегодно | директор | протокол, план работы |
| 4 | Заседание школьной комиссии по организации питания по вопросам:- охват учащихся горячим питанием- соблюдение сан.гигиенических требований;- профилактика инфекционных заболеваний | октябрь, февраль, ежегодно | директор | протокол, план работы |
| 5 | Организация работы бракеражной комиссии по питанию  | в течение года | зам. директора по УВР | план работы, акты проверок |
| 6 | Осуществление ежедневного контроля за работой столовой, проведение целевых тематических проверок  | в течение года | зам. директора по УВР | материалы отчётов |
| **2.Работа с обучающимися.**  |  |  |  |
| 1 | Проведение уроков–здоровья | ежегодно | классные руководители | планы уроков |
| 2. | Конкурс стенгазет: «О вкусной и здоровой пище» (3-4 классы) «Правильное питание» (5-6 классы)- Презентация «Зачем нужна горячая еда?» (5--9 классы) | январь ноябрь декабрь  | классные руководители | материалы конкурсов |
| 3 |  Игра – праздник для учащихся начальной школы «Золотая осень». Конкурс поделок из овощей и фруктов.  | октябрь, ежегодно | Педагог-организатор | отчёт о проведении праздника  |
| 4 | «Масленица» | февраль, ежегодно | Педагог-организатор | отчёт о проведении праздника  |
| 5. | Ведение мониторинга охвата горячим питанием учащихся | ежемесячно  | зам. директора по УВР | аналитическая информация |
| 6 | Анкетирование учащихся по вопросам питания | ежегодно | зам. директора по УВР | результаты анкетирования |
| 7. | Работа по оздоровлению обучающихся в летний период (каникулярное время) | ежегодно | Директор | план работы  |
| 8 | Выставка книг по теме: «Гигиена питания». | ежегодно | библиотекарь | план выставок, список предложенной литературы |
| 9 | Проведение классных часов  |  | классные руководители  | планы классных часов |
| 10 | Викторина «О том, что вкусно и полезно» для младшего и среднего звена» | октябрь | зам. директора по ВР | материалы викторины |
| 11 | Конкурс на самый интересный проект оформления школьной столовой | октябрь | Педагог-организатор | материалы конкурса |
| 12 | Конкурс «Хозяюшка» | март | Педагог-организатор, учитель технологии | отчёт о проведении конкурса |
| 13. | Работа над проектами по формированию здорового образа жизни | ежегодно, апрель | зам. директора по УВР, учителя - предметники |  |
| 14. | Проведение Дней здоровья | ежегодно | учителя физкультуры | отчёт о проведении Дня здоровья  |
| **3.Работа с педагогическим коллективом** |  |  |
| 1. | Обсуждение вопросов горячего питания на совещаниях, семинарах классных руководителей | ежегодно | директор школы  | протоколы |
| 2 | Организация консультаций для классных руководителей:- культура поведения учащихся во время приема пищи,- соблюдение санитарно-гигиенических требований- организация горячего питания – залог сохранения здоровья | ежегодно | зам. директора по УВР, ответственный за организацию питания  | отчёт о консультациях за год |
| 3. | Организация бесплатного питания учащихся из малообеспеченных семей, детей с ОВЗ и других категорий детей  | ежегодно | директор, ответственный за питание | приказ |
|  4 | Ведение пропаганды здорового питания | ежегодно | классные руково­дители,  | планы воспитательной работы |
| 5 | Осуществление постоянного наблюдения за состоянием питания. | ежегодно | директор, ответственный за питание, классные руководители |  |
| 6. | Обобщение и распространение положительного опыта по вопросам организации и развития школьного питания, внедрению новых форм обслуживания учащихся  | ежегодно | зам. директора по УВР | отчёт за год |
| **4. Работа с родителями** |  |
| 1 | Просветительская работа среди родите­лей о правильном и полноценном пита­нии учащихся на родительских собра­ниях  | ежегодно | классные руководители, заместитель директора по УВР, ответственный за организацию питания  | протоколы родительских собраний |
| 2 | Изучение отношения родителей к организации горячего питания в школе | ежегодно | классные руководители, заместитель директора по УВР, ответственный за организацию питания | протоколы родительских собраний |
| 3 | Привлечение членов школьной комиссии для содействия повыше­ния качества работы школьной столо­вой. | ежегодно | директор школы  | протоколы заседаний  |
| 4. | Привлечение родителей к проведению внеклассных мероприятий, связанных с формированием правильного отноше­ния к ЗОЖ. | ежегодно | классные руководители | протоколы родительских собраний |
|  | Индивидуальные консультации о правильном питании | ежегодно | Фельдшер ФАП  с. Поначёво  | план воспитательной работы |
|  | Анкетирование родителей «Ваши предложения на новый учебный год по развитию школьного питания  | май, ежегодно | Педагог-организатор | протоколы родительских собраний |
| **5.Контроль за организацией горячего питания и работой школьной столовой** |  |
| 1 | Оформление стенда « Уголок питания » | сентябрь, ежегодно | ответственный за организацию питания | материалы стенда |
| 2 | Составление отчёта по проверке организации горячего питания в школе | ежемесячно | ответственный за организацию питания | отчёт |
| 3. | Расширение ассортимента продуктов питания.  | постоянно | повар | меню |
| 4 | Соблюдение графика питания учащихся | ежедневно | Классные руководители |  |
| 5 | Личная гигиена учащихся | ежедневно | Классные руководители |  |
| **6. Организация работы по улучшению материально-технической базы столовой, расширению сферы услуг для учащихся и родителей** |
| 1. | Организация закупки технологического оборудования для столовой. | по мере поступления финансирования | директор,ответственный за организацию питания | материалы о закупках, сметы |
| 2 | Организация текущего и капитального ремонта школьной столовой | июль-август | директор,ответственный за организацию питания | сметы |

Интегрирование в учебные предметы отдельных тем по формированию культуры здорового питания у детей и подростков имеет большое значение.

**Примерное содержание тематических уроков**

**по рациональному питанию в рамках различных учебных предметов**

|  |  |
| --- | --- |
| Предмет | Содержание занятия |
| Биология  | Основные компоненты пищи, их значение. Физиология пищеварения, значение рационального питания для нормального функционирования желудочно-кишечного тракта.Жевание. Роль правильного измельчения пищи во рту для профилактики заболеваний желудочно-кишечного тракта. Витамины. Микроэлементы. Их значение для организма человека. |
| География  | Национальные кухни и блюда. Подход с точки зрения рационального питания.  |
| ИЗО  | Рисунок «Мое меню», «Витамины в жизни человека» |
| Иностранный язык | Чтение, пересказ текста по рациональному питанию или проблемам со здоровьем, вызванным нерациональным питанием. |
| История | Рассмотрение эпидемий голода, холеры и т.д. с позиции рационального питания, соблюдения мер гигиены. |
| Технология | Обучение приготовлению блюд вкусной и здоровой пищи. Обучение правилам этикета. |
| Литература  | Обсуждение меню персонажей литературного произведения (А.Пушкин "Евгений Онегин", А.Толстой "Война и мир", Н.Гоголь "Вечера на хуторе близ Диканьки" и т.д.). |
| ОБЖ  | Обсуждение продуктов питания, отрицательно влияющих на состояние здоровья. |
| Обществознание  | Обсуждения проблемы питания в обществе.  |
| Русский язык | Диктант, изложение или сочинение на тему рационального питания, компонентов пищи или заболеваний, связанных с питанием. |
| Физика  | Использование физических факторов (температура, измельчение и т.д.) для обработки пищи. Роль правильной обработки пищи (например, кипячения) для профилактики различных заболеваний.  |
| Химия  | Пищевые добавки и их отрицательное влияние на здоровье. Белки, жиры, углеводы как компоненты пищи и их значение для организма.  |
| Информатика | Чертеж пирамиды рационального питания |

**ПРОГРАММА по формированию культуры здорового питания имеет подпрограмму:**

**«Разговор о правильном питании».**

**Целью** подпрограммы является формирование у детей и подростков основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни.

Она рассчитана на дошкольников и школьников в возрасте от 6 до 14 лет и состоит из двух частей:

«Разговор о правильном питании» - для дошкольников и младших школьников 6-8 лет;

 «Формула правильного питания» - для школьников 12-14 лет.

Реализация программы предполагает решение следующих образовательных и воспитательных **задач:**

- формирование и развитие представления детей и подростков о здоровье, как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье;

- формирование у дошкольников и школьников знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укрепления здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;

- освоение детьми и подростками практических навыков рационального питания;

- формирование представления о социокультурных аспектах питания как составляющей общей культуры человека;

- информирование детей и подростков о народных традициях, связанных с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории и традициях своего народа, формирование чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов;

- развитие творческих способностей и кругозора у детей и подростков, их интересов и познавательной деятельности;

- развитие коммуникативных навыков у детей и подростков, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы;

- просвещение родителей в вопросах организации рационального питания детей и подростков.

Содержание программы "Разговор о правильном питании" отвечает следующим принципам:

- возрастная адекватность - соответствие используемых форм и методов обучения возрастным физиологическим и психологическим особенностям детей и подростков;

- научная обоснованность и достоверность - содержание комплекта базируется на данных научных исследований в области питания детей и подростков;

- практическая целесообразность - содержание комплекта отражает наиболее актуальные проблемы, связанные с организацией питания детей и подростков;

- динамическое развитие и системность - содержание каждого из последующих модулей программы, цели и задачи обучения определялись с учетом тех сведений, оценочных суждений и поведенческих навыков, которые были сформированы у детей и подростков в результате изучения предыдущих модулей;

- вовлеченность в реализацию программы родителей учащихся;

- культурологическая сообразность - в содержании программы отражены исторически сложившиеся традиции питания, являющиеся частью культуры народов России и других стран.

**Тематика программы охватывает различные аспекты рационального питания:**

• **«Разговор о правильном питании» 1-2 классы**

***разнообразие питания:***

«Самые полезные продукты»,

«Что надо есть, если хочешь стать сильнее»,

«Где найти витамины весной»,

«Овощи, ягоды и фрукты - самые витаминные продукты»,

«Каждому овощу свое время»;

***гигиена питания:***«Как правильно есть»;

***режим питания****:* «Удивительные превращения пирожка»;

***рацион питания:***

«Из чего варят каши и как сделать кашу вкусной»,-

«Плох обед, если хлеба нет»,

«Полдник. Время есть булочки»,

«Пора ужинать»,

«Если хочется пить»;

***культура питания****:*

«На вкус и цвет товарищей нет»,

«День рождения .

**• «Формула правильного питания» 5-9 классы**

***рациональное питание как часть здорового образа жизни:***

1. «Здоровье - это здорово»;

2. «Продукты разные нужны, продукты разные важны»,

***режим питания****:* «Режим питания»,

***адекватность питания:***«Энергия пищи»,

***гигиена питания и приготовление пищи:***

«Где и как мы едим»,

«Ты готовишь себе и друзьям»;

***потребительская культура:***«Ты - покупатель»;

***традиции и культура питания:***

«Кухни разных народов»,

«Кулинарное путешествие»,

«Как питались на Руси и в России»,

«Необычное кулинарное путешествие».

Реализация подпрограммы осуществляется в течение учебного года а также часть вопросов программы рассматривается в рамках внеклассной работы (система внеклассных часов и внеклассных мероприятий согласно планов воспитательной работы 1-9 классов), при изучении отдельных тем по предметам естественного цикла, в рамках факультативной работы, в рамках реализации регионального компонента учебного плана, направленного на формирование у школьников здорового образа жизни.

Так, ряд тем первой части Программы «Разговор о правильном питании» используется на уроках чтения, русского языка, математики, рисования, окружающего мира и т.д.

Темы второй части Программы «Формула правильного питания», включены в содержание уроков литературы, русского языка, математики, биологии, географии, истории, музыки, изобразительного искусства, ОБЖ.

В ходе реализации Программы, используются разнообразные формы и методы, носящие преимущественно интерактивный характер, обеспечивающий непосредственное участие детей в работе по программе, стимулирующий их интерес к изучаемому материалу, дающий возможность проявить свои творческие способности, распространенными при этом являются игровые методики, ситуационные, образно-ролевые игры, а также элементы проектной деятельности, дискуссионные формы.

Опыт реализации программы «Разговор о правильном питании» убедительно продемонстрировал ее эффективность. Как показывают опросы педагогов и родителей, программа «Разговор о правильном питании» позволяет реально сформировать у детей полезные навыки и привычки в области рационального питания, готовность выполнять правила здорового питания, а также определенные вкусовые предпочтения. Дети и подростки самостоятельно выбирают наиболее полезные продукты и блюда для своего рациона. Более того, по признанию большинства родителей, программа «Разговор о правильном питании» оказывает положительное влияние на организацию и структуру питания в семье, сделав его более эффективным и полезным.