НЕДЕЛЯ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ

ГБОУ СОШ №188 с углублённым изучением МХК

НЕДЕЛЯ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ



Ноябрь 2026

«Здоровый рацион — залог хорошего самочувствия и отличной учёбы!»

#школа188 #НеделяШкольногоПитания188

школа • семья • столовая

Цели и участники недели

1 Привычки — осознанно

Не заучивать правила ЗОЖ, а учиться слышать свой организм и применять знания в жизни.

2 Учимся выбирать еду

Состав продуктов, здоровый перекус, вода вместо сладкой газировки — разбираем на практике.

3 Качество — под контролем

Вместе с родителями проверяем столовую: от свежести продуктов до мнения самих детей.

Кто участвовал:

Начальная школа | 4-е классы | 5–6-е классы | Родители | Столовая

Форматы недели: выставка рисунков • квест-игра • интерактивные уроки • наставничество • родительский контроль

НЕДЕЛЯ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ ШКОЛА №188

Программа недели: 5 событий

01	9 ноября	Выставка «Моё идеальное школьное меню»	5–6 классы
02	12 ноября	«Светофор здоровья» — урок-наставничество	6-е классы и малыши
03	11 ноября	Уроки осознанного питания	школьники
04	13 ноября	Квест «Секреты правильного питания»	4-е классы
05	10 ноября	Родительский контроль столовой	родители

Даты указаны по дням публикации постов в сообществе школы ВКонтакте

НЕДЕЛЯ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ • ШКОЛА №188

Выставка «Моё идеальное школьное меню»

Творческая выставка рисунков | 5–6 классы | 9 ноября

Ребята с фантазией нарисовали свои варианты вкусных и полезных завтраков и обедов.

Что было на стендах:

- Борщ и куриный суп с вермишелью
- Рисовая каша
- Оладьи со сгущёнкой
- Салат из баклажанов
- Овощное рагу с куриной котлетой
- Свежие фрукты



Итог

Работы получились яркими и «аппетитными». Идеи ребят могут взять на заметку при составлении школьного меню!

НЕДЕЛЯ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ ШКОЛА №188

«Светофор здоровья»: старшие учат младших

Наставничество | 6-е классы и начальная школа | 12 ноября

- Шестиклассники стали настоящими наставниками для учеников начальной школы.
- Подготовили наглядное пособие и объяснили малышам, как «читать» сигналы светофора при выборе еды.
- Игра: младшие школьники расклеивали карточки с продуктами на нужные цвета.



Шестиклассники отлично справились с ролью учителей, а малыши участвовали с огромным интересом!

Источник: vk.ru/wall-180272029_11222

НЕДЕЛЯ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ ШКОЛА №188

Квест «Секреты правильного питания»

Квест-игра | 4-е классы | 13 ноября

- Четвероклассники превратились в настоящих «детективов здоровья».
- Разделились на команды и прошли несколько тематических станций.
- Знания проверялись не тестами, а азартными заданиями.
- Было шумно, весело и познавательно: команды показали смекалку и отличную командную работу.



«Забота о своём организме — это круто и современно!»

Призы квеста

- Грамоты
- Сладкие, но полезные награды

Главный приз — новые привычки, которые ребята обязательно применят дома!

НЕДЕЛЯ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ ШКОЛА №188

Уроки осознанного питания

Интерактивные занятия **Проект «Школа питания»** **11 ноября**

Основа занятий — бесплатный образовательный проект «Школа питания» (школа-питания.рф)

Как проходили уроки:

- Интерактивные задания, игры и дискуссии
- Блиц-опросы
- Составляли меню идеального здорового перекуса

Цель — не заучить правила ЗОЖ, а осознанно применять их в жизни.

Выводы, которые сделали ребята:

«Теперь буду внимательнее изучать состав продуктов»

«Буду чаще выбирать воду вместо сладкой газировки»

НЕДЕЛЯ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ ШКОЛА №188

Родительский контроль: проверяем столовую

Родители — полноценные участники процесса

10 ноября

Младшая площадка — начальные классы

Старшая площадка — средние и старшие классы

Что проверили родители-контролёры:

- Соответствие меню и фактической выдачи блюд
- Вес и размер порций
- Свежесть продуктов и качество приготовления
- Вкус блюд — родители пробовали сами!
- Санитарное состояние кухни, зала и посуды
- Условия для приёма пищи и сервировка
- Мнение ребят: что понравилось больше всего

Анкеты и отзывы заполнены, все замечания и пожелания взяты на контроль.
Школа + семья + столовая = качественное и здоровое питание детей!

НЕДЕЛЯ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ • ШКОЛА №188

Итоги недели

5
мероприятий за неделю

2
площадки столовой проверены

7
параметров родительского контроля

3
стороны процесса: школа, семья, столовая

Ребята забирают с собой:

- Вода вместо сладкой газировки
- Внимание к составу продуктов
- Идеи здорового перекуса
- «Светофор» выбора еды и новые привычки дома

Школа берёт на заметку:

- Идеи из рисунков — для школьного меню
- Отзывы родителей: замечания и пожелания на контроле
- Осознанное питание — через практику, а не теорию

Спасибо за участие!

Неделя школьного питания прошла ярко, вкусно и с пользой

Ученикам

за творчество, азарт и ответственный подход

Родителям

за время, неравнодушие и контроль качества

Столовой

за свежую, вкусную и полезную еду

«Здоровый рацион — залог хорошего самочувствия и отличной учёбы!»

#школа188 #НеделяШкольногоПитания188

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат : 00e8456cc54f671cf6
Владелец: Ежкова Ирина Борисовна
Директор ГБОУ СОШ №188