

МАОУ «Саган-Нурская средняя общеобразовательная школа»
Мухоршибирский район
Республика Бурятия

«Меню на пять»



Сапожников Алексей, 9 «б»
п.Саган-Нур, 2020



На 5!!!

Актуальность проекта

- ❖ В период обучения школа несёт ответственность не только за процесс образования школьников, но и за сохранение здоровья учеников.

Поскольку в школе мы находимся от с 8:00 до 13:50, то успеваем проголодаться. И очень важно, чтобы меню школьной столовой было сбалансированным и включало в себя безопасные для детей продукты и вкусные блюда.



Проблема проекта

Мы часто наблюдаем в школьной столовой картину, когда ребята не съедают свой горячий обед, а вместо этого покупают булочки, чтобы перекусить. Мы считаем, что перекус - это несбалансированное питание и может угрожать здоровью детей

Цель проекта Составление школьного меню с учётом потребностей учеников

Задачи проекта

1. Изучить теоретический материал о рациональном питании подростков.
2. Провести социологический опрос о том, как питаются ученики нашей школы.
3. Составить оптимальное меню для школьной столовой, отвечающее требованиям норм и питания подростка.
4. Провести социологический опрос у родителей на тему : «Готовы вы платить один раз в месяц большую сумму, за горячий обед своего ребенка?»»



Объект исследования: школьное меню.

Предмет исследования: соответствие блюд школьного меню потребностям подростка и правилам сбалансированного питания.

Методы проектной деятельности

- Сбор и анализ информации по теме проекта.
- Социологический опрос с последующим анализом.

Продукт проектной деятельности- Оптимальное меню для школьной столовой.



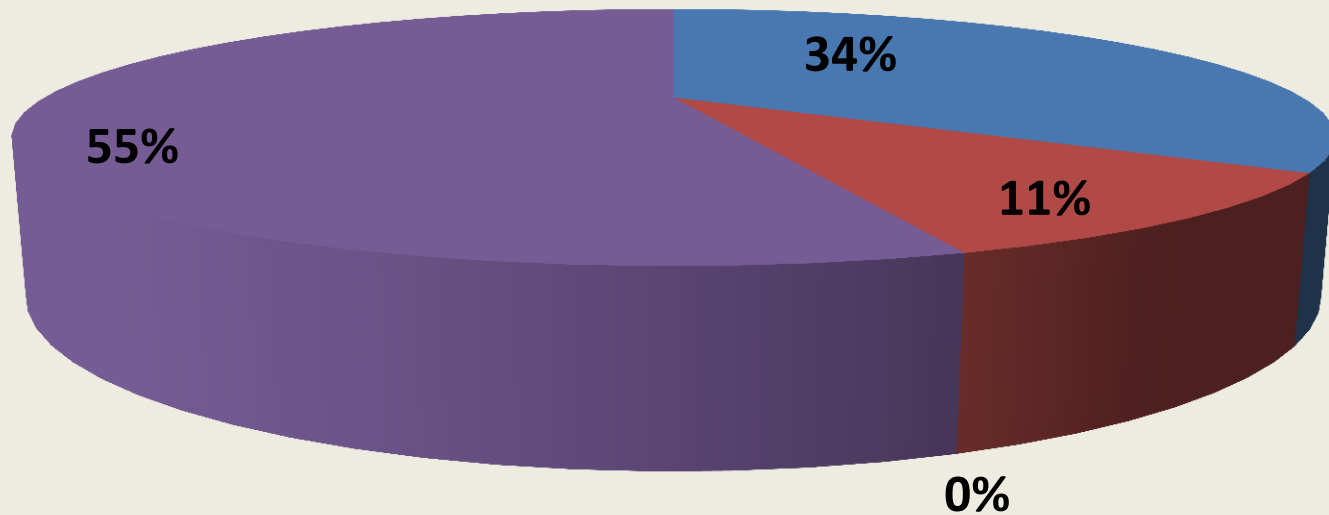
Практическая часть

Отчет социологического опроса «Школьное питание». (Опрошено 85 человек)

Нравится ли Вам питание в школьной столовой?

Ответы

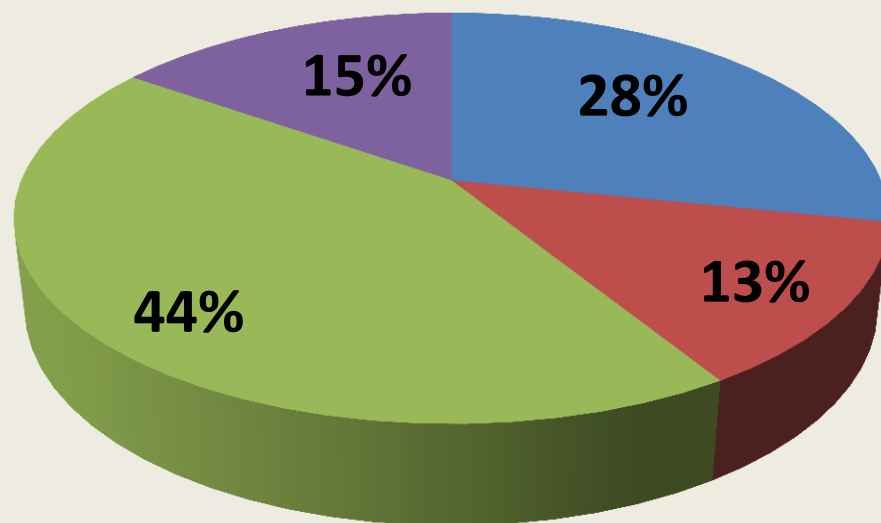
■ да (29) ■ нет(9) ■ затрудняюсь(0) ■ Иногда (47)



Если не нравится, то почему?

Ответы

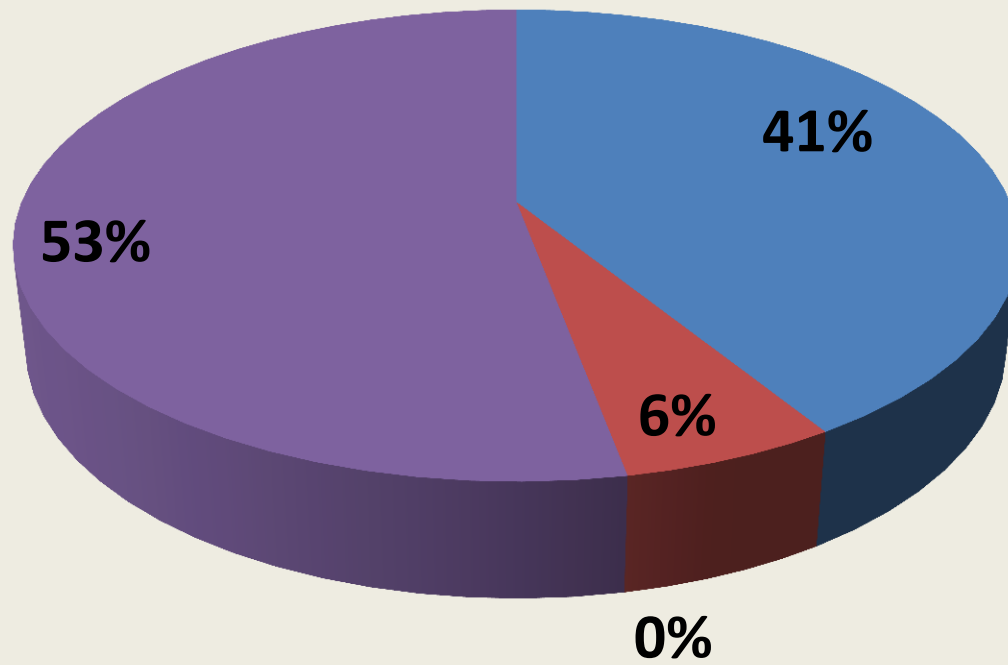
- Нелюбимая еда (24)
- Маленькие порции (11)
- Невкусно (37)
- Однообразная еда (13)



Устраивает ли Вас меню в школьной столовой?

Ответы

■ да (35) ■ нет(5) ■ затрудняюсь(0) ■ иногда(45)





Школьные обеды

Учитывая мнение учащихся, мы составили меню на один день. На мой взгляд, это идеальное меню. Данное меню можно использовать раз в месяц или более.

Меню на 5!!!

	Наименование	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
1	Салат капустный, 50 г	34,5	1,3	2,5	1,55
2	Борщ	78	4,1	3,29	3,01
3	Позы 140 г	281	15,4	23,38	23,8
4	Блины без яиц на молоке тонкие, 2 шт. 100 г	180,0	4,0	8,0	23,0
5	Хлеб пшеничный, 1 шт. 25 г	60,5	2,02	0,25	12,2
6	Чай черный с сахаром и лимоном, 200 г	37,0	0,03	0	9,2

Цена: 85 руб.

Опрос родителей

Готовы ли вы платить за
горячий обед (один раз в месяц)
85 рублей?

Опрошено – 118 родителей

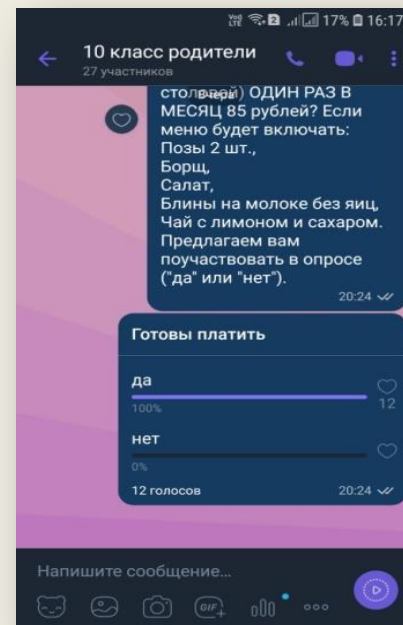
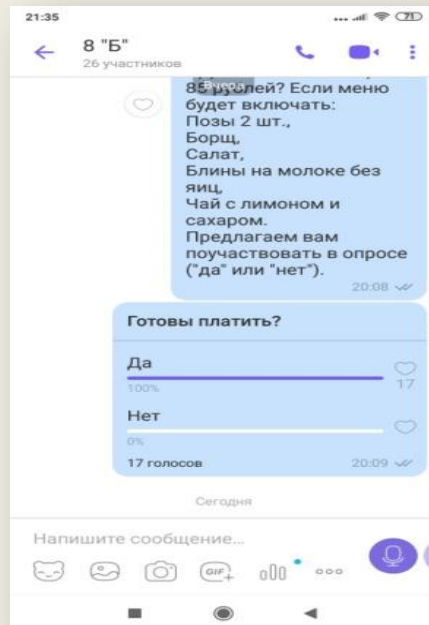
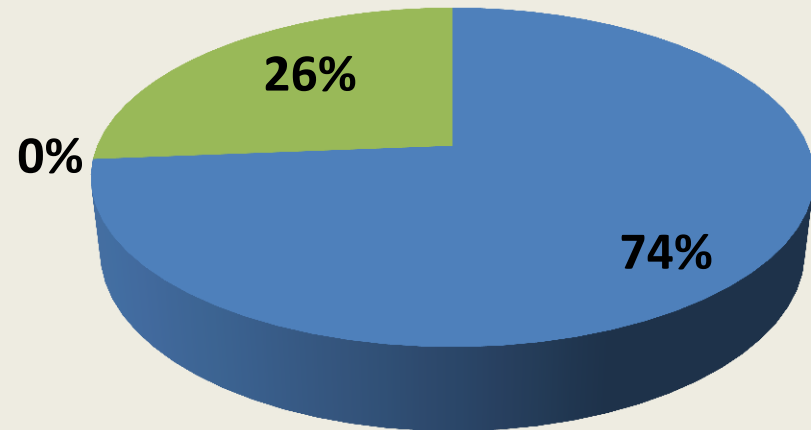
«да» – **87 чел.**

«нет» - **0 чел.**

Воздерживаюсь -**31 чел.**

Готовы платить

■ да ■ нет ■ воздержались ■





**- Спасибо за
внимание! -**