

В целях реализации Федерального проекта «Укрепление общественного здоровья» в рамках национального проекта «Демография разработаны **обучающие программы по здоровому питанию для различных групп населения (дети, взрослое население)**.

Принять участие в проекте пригласили и наше учреждение, как одно из ведущих в Санкт-Петербурге.

Проект предполагает обучение детей, педагогов и родителей по программе «Основы здорового питания».

Мы просим вас, **уважаемые родители**, принять участие в этом проекте, т.е. пройти обучение по данной программе. Обучение осуществляется дистанционно, с использованием сети Интернет. Мы очень подробно, по шагам, расскажем, что необходимо сделать, чтобы пройти обучение как можно быстрее.

Яркие и красочные презентации, предложенные программой, вы сможете изучить в любое свободное время, а вот выполнить практическую работу и ответить на вопросы итогового теста нужно будет в ближайшее время.

Воспитатели ваших групп уже прошли обучение и готовы ответить на все ваши вопросы. Мы понимаем, что далеко не каждый сможет составить меню или режим, поэтому мы готовы оказать помощь вплоть до выполнения задания вместе с вами (на это потребуется от 10 до 20 мин.). Итоговый тест – тоже не проблема – мы вас всему научим и все подскажем. Главное, чтобы вы согласились принять участие в проекте и поддержали наше учреждение.

Заранее благодарны!

Шаг 1 Заходим на сайт <http://www.niig.su/>

The screenshot shows a web browser window displaying the official website of the Federal Scientific Center of Hygiene and Consumer Protection in Novosibirsk. The browser's address bar shows the URL www.niig.su/. The website's header features the institute's logo on the left, which includes the year 1930, and the full name of the institution in the center: "ФЕДЕРАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ НАУКИ 'НОВОСИБИРСКИЙ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ИНСТИТУТ ГИГИЕНЫ' ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА". A search bar is located on the right side of the header.

The main navigation menu includes the following items: "Об институте", "Новости", "Научная деятельность", "Клиника ПП и ПШОЗ", and "Центр профпатологии".

On the left side of the page, there is a vertical list of links: "Историческая справка", "Устав института", "Сертификаты, лицензия, аккредитация", "Руководство", "Медосмотры, экспертиза пропригодности", "Контактная информация", "Сведения об образовательной организации", "Оценка риска для здоровья населения", "Противодействие коррупции", "Обращения граждан", "Вакансии", and "Документы".

The main content area is titled "ОБ ИНСТИТУТЕ". It contains the following text:

Мы рады приветствовать Вас на сайте Федерального бюджетного учреждения науки "Новосибирский научно-исследовательский институт гигиены" Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека.

В нашем институте выполняются прикладные научные исследования и работы по комплексному изучению влияния факторов среды обитания на здоровье населения с разработкой мер по минимизации рисков отрицательного воздействия на здоровье взрослого и детского населения гигиенических условий труда, проживания, обучения.

В составе института функционируют научные отделы гигиены окружающей среды и здоровья населения, медицины труда, токсикологии, центр профпатологии и клиника профессиональных заболеваний со стационарным и научно-консультативным поликлиническим отделением.

Исследования и работы проводятся как в рамках Государственного задания, так и по договору с юридическими и физическими лицами.

С уважением, директор института, доктор медицинских наук, профессор Новикова Ирина Игоревна

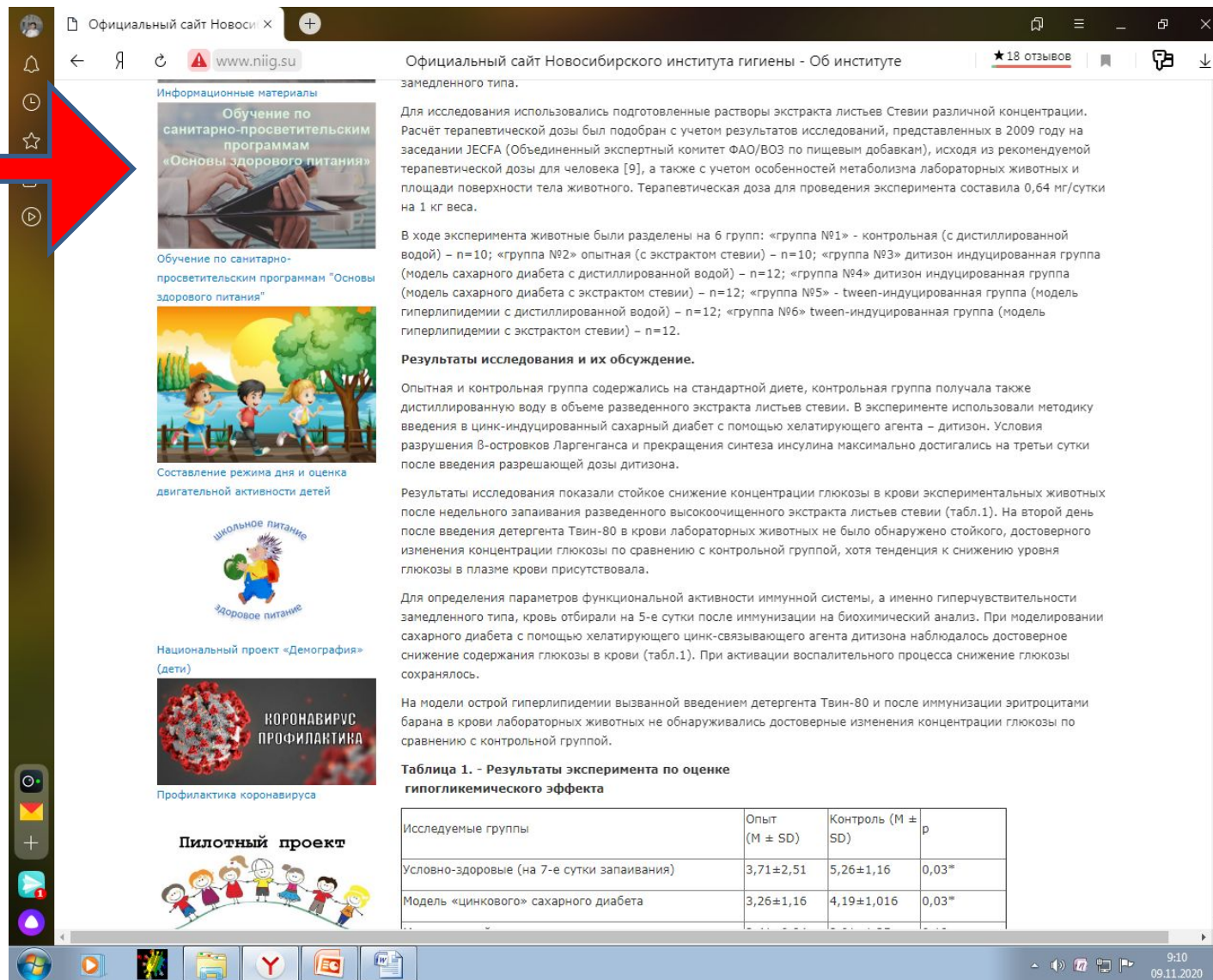
Тел. 8 383 343 34 01

Below the text, there is a photograph of the institute's building, a large multi-story structure with a red awning over the entrance, flanked by tall evergreen trees.

At the bottom left of the page, there is a banner for "4 НОЯБРЯ ДЕНЬ НАРОДНОГО ЕДИНСТВА" (November 4th, Day of National Unity) featuring a map of Russia and a group of diverse cartoon children. Below the banner, the text "Анкетирование" (Survey) is visible.

The browser's taskbar at the bottom shows the Windows logo, several application icons, and the system tray with the date and time: 9:04, 09.11.2020.

Шаг 2 Заходим в раздел Обучение по санитарно-просветительским программам «Основы здорового питания»



Официальный сайт Новосибирского института гигиены - Об институте

www.niig.su

★ 18 отзывов

Информационные материалы

Обучение по санитарно-просветительским программам «Основы здорового питания»

Обучение по санитарно-просветительским программам «Основы здорового питания»

Составление режима дня и оценка двигательной активности детей

Школьное питание

здоровое питание

Национальный проект «Демография» (дети)

КОРОНАВИРУС ПРОФИЛАКТИКА

Профилактика коронавируса

Пилотный проект

Для исследования использовались подготовленные растворы экстракта листьев Стевии различной концентрации. Расчёт терапевтической дозы был подобран с учетом результатов исследований, представленных в 2009 году на заседании JESCA (Объединенный экспертный комитет FAO/ВОЗ по пищевым добавкам), исходя из рекомендуемой терапевтической дозы для человека [9], а также с учетом особенностей метаболизма лабораторных животных и площади поверхности тела животного. Терапевтическая доза для проведения эксперимента составила 0,64 мг/сутки на 1 кг веса.

В ходе эксперимента животные были разделены на 6 групп: «группа №1» - контрольная (с дистиллированной водой) – n=10; «группа №2» опытная (с экстрактом стевии) – n=10; «группа №3» дитизон индуцированная группа (модель сахарного диабета с дистиллированной водой) – n=12; «группа №4» дитизон индуцированная группа (модель сахарного диабета с экстрактом стевии) – n=12; «группа №5» - твееп-индуцированная группа (модель гиперлипидемии с дистиллированной водой) – n=12; «группа №6» твееп-индуцированная группа (модель гиперлипидемии с экстрактом стевии) – n=12.

Результаты исследования и их обсуждение.

Опытная и контрольная группа содержались на стандартной диете, контрольная группа получала также дистиллированную воду в объеме разведенного экстракта листьев стевии. В эксперименте использовали методику введения в цинк-индуцированный сахарный диабет с помощью хелатирующего агента – дитизон. Условия разрушения β-островков Ларгенганса и прекращения синтеза инсулина максимально достигались на третьи сутки после введения разрешающей дозы дитизона.

Результаты исследования показали стойкое снижение концентрации глюкозы в крови экспериментальных животных после недельного запаивания разведенного высокоочищенного экстракта листьев стевии (табл.1). На второй день после введения детергента Твин-80 в крови лабораторных животных не было обнаружено стойкого, достоверного изменения концентрации глюкозы по сравнению с контрольной группой, хотя тенденция к снижению уровня глюкозы в плазме крови присутствовала.

Для определения параметров функциональной активности иммунной системы, а именно гиперчувствительности замедленного типа, кровь отбирали на 5-е сутки после иммунизации на биохимический анализ. При моделировании сахарного диабета с помощью хелатирующего цинк-связывающего агента дитизона наблюдалось достоверное снижение содержания глюкозы в крови (табл.1). При активации воспалительного процесса снижение глюкозы сохранялось.

На модели острой гиперлипидемии вызванной введением детергента Твин-80 и после иммунизации эритроцитами барана в крови лабораторных животных не обнаруживались достоверные изменения концентрации глюкозы по сравнению с контрольной группой.

Таблица 1. - Результаты эксперимента по оценке гипогликемического эффекта

Исследуемые группы	Опыт (M ± SD)	Контроль (M ± SD)	p
Условно-здоровые (на 7-е сутки запаивания)	3,71±2,51	5,26±1,16	0,03*
Модель «цинкового» сахарного диабета	3,26±1,16	4,19±1,016	0,03*

9:10
09.11.2020

Шаг 3 Нажимаем на ссылку для регистрации и входа

The screenshot shows a web browser window with the URL www.niig.su. The page header includes the logo of the Federal Scientific Center of Hygiene and Consumer Protection and the text: "ФЕДЕРАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ НАУКИ "НОВОСИБИРСКИЙ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ИНСТИТУТ ГИГИЕНЫ" ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА".

The main content area features a navigation menu with items: "Об институте", "Новости", "Научная деятельность", "Клиника ПП и ПШОЗ", and "Центр профпатологии".

On the left side, there is a sidebar menu with the following items: "Стратегия развития Всероссийская научно-практическая конференция с международным участием «Современные проблемы гигиены, токсикологии и медицины труда» 18 февраля 2020", "Новосибирский научно-исследовательский институт гигиены" Роспотребнадзора, "Результаты интеллектуальной деятельности", "Пилотные проекты", "Подготовленные методические и информационно-аналитические материалы", "Темы НИР в соответствии с госзаданием на 2017-2020 годы", "Научные публикации (2018-2019)", "Научные публикации (2013-2017)", "Научные публикации (1938-2012)", "Ученый совет", "Объединенный совет молодых ученых и специалистов", and "Этический комитет".

The main content area displays a list of materials:

Справочные материалы по санитарно-просветительской программе для детей дошкольного возраста	2,3 МБ
Справочные материалы по санитарно-просветительской программе для детей школьного возраста	1,4 МБ
Руководство к программному средству "Обучение по санитарно-просветительским программам "ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ" (для детей дошкольного и школьного возраста)"	0,9 МБ

Below the list, a green button contains the text: "Ссылка для регистрации и входа в программное средство "Обучение по программам "Основы здорового питания"" (с 1 сентября)". A large red arrow points to this button.

Below the button, a red button contains the text: "Видеоматериалы".

The text below the buttons reads: "На 23 октября 2020 исходные материалы представлены всеми территориальными органами Роспотребнадзора. Регистрация пользователей данной территории доступна."

The text continues: "В рамках реализации НП «Демография» к обучению по санитарно-просветительским программам приступили 62 853 чел., в т.ч. по программе для детей школьного возраста – 40485 чел., по программе для детей дошкольного возраста – 22368 чел. Успешно завершили обучение – 16 478 чел., в т.ч. по программе для детей школьного возраста 8 085 чел., для детей дошкольного возраста – 8393 чел."

The text continues: "За период с 01.09.2020 по 12.10.2020 г. в чат программного средства «Обучение санитарно-просветительским программам» (для детей школьного и дошкольного возраста) поступило 1 935 вопросов, на все вопросы в оперативном режиме Институтом были даны ответы. При оценке содержания вопросов, выявлены 19 наиболее часто задаваемых, в том числе:

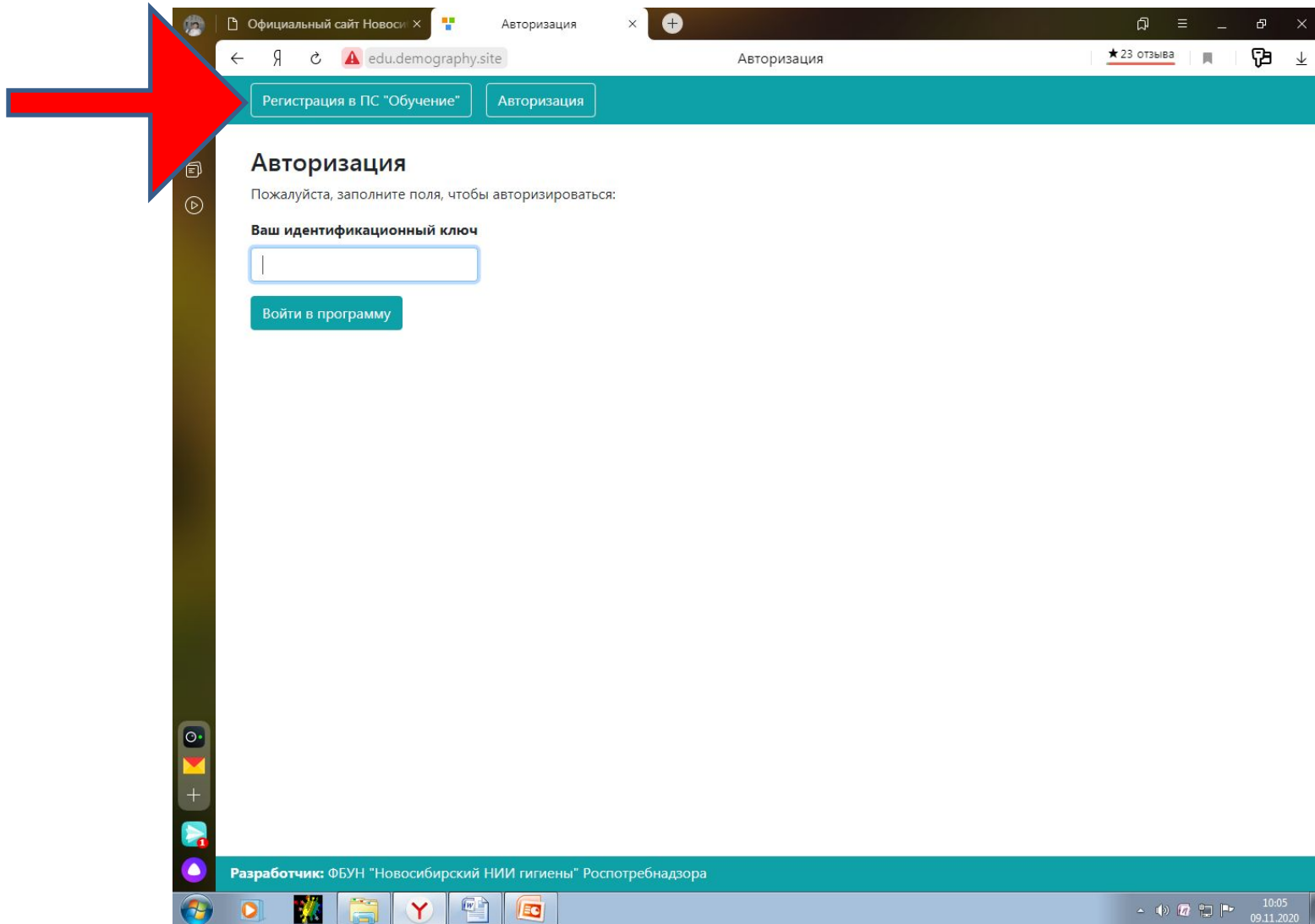
Вопрос №1: Нужно ли повторно регистрироваться для прохождения самостоятельной работы? **Ответ:** нет.

Вопрос №2: Возможна ли коллективная работа (нескольких обучающихся) в условиях одного личного кабинета? **Ответ:** нет.

Вопрос №3: Что делать если забыл пароль входа в программу? **Ответ:** «Его можно посмотреть в разделе "Общая информация"->"Личные данные"»

Вопрос №4: Можно ли отредактировать личную информацию в личном профиле, если

Шаг 4 Нажимаем на регистрацию, вводим данные



The screenshot shows a web browser window with the following elements:

- Browser Tabs:** "Официальный сайт Новоси...", "Авторизация", and a new tab (+).
- Address Bar:** "edu.demography.site" with "Авторизация" as the page title.
- Navigation Bar:** A teal bar containing two buttons: "Регистрация в ПС 'Обучение'" and "Авторизация". A large red arrow points to the first button.
- Main Content:**
 - Авторизация** (Authorization)
 - Text: "Пожалуйста, заполните поля, чтобы авторизоваться:"
 - Section: "Ваш идентификационный ключ" (Your identification key)
 - Input field: A text box for entering the key.
 - Button: "Войти в программу" (Log in to the program)
- Footer:** "Разработчик: ФБУН 'Новосибирский НИИ гигиены' Роспотребнадзора" (Developer: Federal Scientific Center of Hygiene and Quarantine, Federal Scientific Center of Hygiene and Quarantine, Federal Service for Surveillance on Consumer Rights Protection and Human Well-being).
- Taskbar:** Windows taskbar at the bottom showing the time as 10:05 on 09.11.2020.

Проходим регистрацию. Представлен пример: Из личных данных понадобится: Фамилия Имя Отчество и год рождения.

The screenshot shows a web browser window with the URL `edu.demography.site`. The page title is "Регистрация в ПС 'Основы здорового питания'". The page has a teal header with buttons for "Регистрация в ПС 'Обучение'" and "Авторизация". The main heading is "Регистрация в ПС 'Основы здорового питания'" with a sub-heading "Регистрация доступна". A message asks the user to fill out the following fields:

- Выбор обучающей программы:** Основы здорового питания для дошкольни ✓
- Федеральный округ:** Северо-Западный федеральный округ ✓
- Субъект Федерации:** Санкт-Петербург ✓
- Муниципальное образование:** Санкт-Петербург ✓
- Тип Организации:** Организация дошкольного образования ✓
- Короткое наименование организации:** ЦРР - ДС №89 Красногвардейского района ✓
- Тип слушателя:** Родитель (законный представитель) ▾
- ФИО (на кого будет сертификат):** [Empty text input field]
- Год рождения:** [Empty text input field]

Below the fields is a checkbox for "Согласие на обработку персональных данных" which is unchecked. A large teal button labeled "Зарегистрироваться" is at the bottom. The footer of the page reads "Разработчик: ФБУН 'Новосибирский НИИ гигиены' Роспотребнадзора". The browser's taskbar at the bottom shows the system time as 10:09 on 09.11.2020.

После успешной регистрации, получаем **уникальный номер**, его необходимо сохранить, он понадобится в дальнейшем!
Далее проходим **Авторизацию**!

The screenshot shows a web browser window with the URL `edu.demography.site`. The page has a teal header with buttons for "Регистрация в ПС 'Обучение'" and "Авторизация". A green message box states "Вы успешно зарегистрировались в программе!". Below this, the text "ВАШ УНИКАЛЬНЫЙ НОМЕР ДЛЯ ВХОДА В ПРОГРАММУ:" is followed by the ID number "3R36M2529KI3340156" and a "Скопировать номер в буфер обмена" button. A blue box explains that this number is needed for login, tests, and document retrieval. At the bottom, there are buttons for "Авторизация" and "Сохранить регистрационные данные в PDF формате". A red arrow points to the ID number, and a blue arrow points to the "Авторизация" button.

Регистрация в ПС "Обучение" Авторизация

Вы успешно зарегистрировались в программе!

ВАШ УНИКАЛЬНЫЙ НОМЕР ДЛЯ ВХОДА В ПРОГРАММУ:
Данный номер, понадобится для входа в личный кабинет, прохождения входного и выходного тестирования, получения документа, подтверждающего прохождение обучения

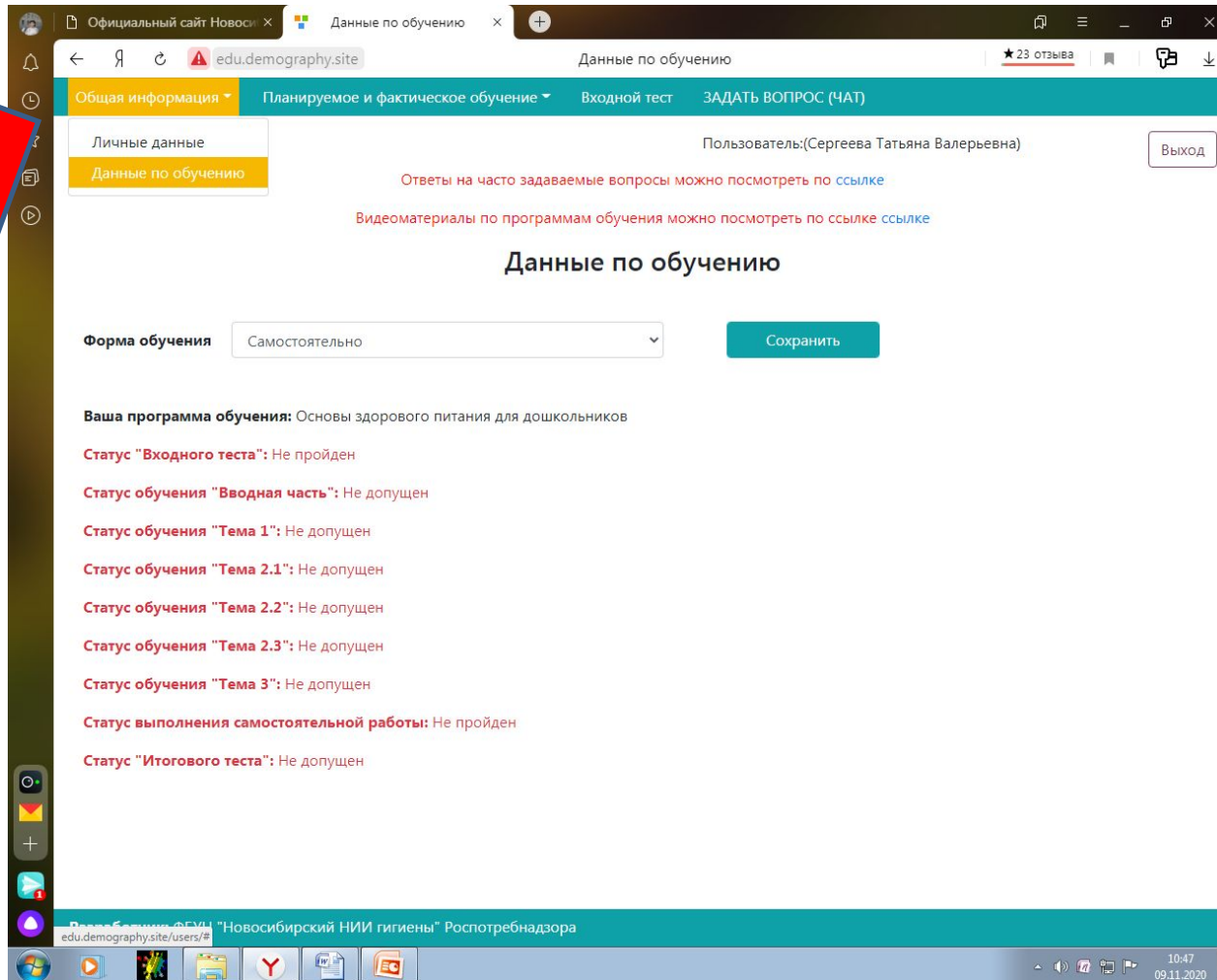
3R36M2529KI3340156 Скопировать номер в буфер обмена

Теперь Вы можете авторизоваться в системе

Авторизация Сохранить регистрационные данные в PDF формате

Разработчик: ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора

Далее выбираем: Общая информация-Данные по обучению-
В форме обучения – выбираем самостоятельно. В этом разделе,
можно отслеживать этапы выполнения нашей работы.



The screenshot shows a web browser window with the URL edu.demography.site. The page title is "Данные по обучению". The user is logged in as "Сергеева Татьяна Валерьевна". The main navigation menu includes "Общая информация", "Планируемое и фактическое обучение", "Входной тест", and "ЗАДАТЬ ВОПРОС (ЧАТ)". The "Данные по обучению" menu item is highlighted, and a red arrow points to it. The main content area displays the "Данные по обучению" section with a dropdown menu for "Форма обучения" set to "Самостоятельно" and a "Сохранить" button. Below this, the current program is "Основы здорового питания для дошкольников". The status of various learning stages is listed:

- Статус "Входного теста": Не пройден
- Статус обучения "Вводная часть": Не допущен
- Статус обучения "Тема 1": Не допущен
- Статус обучения "Тема 2.1": Не допущен
- Статус обучения "Тема 2.2": Не допущен
- Статус обучения "Тема 2.3": Не допущен
- Статус обучения "Тема 3": Не допущен
- Статус выполнения самостоятельной работы: Не пройден
- Статус "Итогового теста": Не допущен

The footer of the page indicates the user is from "ФБУИ «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора". The system tray shows the time as 10:47 on 09.11.2020.

Далее проходим ВХОДНОЙ ТЕСТ

Официальный сайт Новоси... Входной тест: Входной тест: edu.demography.site Входной тест: 23 отзыва

Общая информация ▾ Планируемое и фактическое обучение ▾ Входной тест П ВОПРОС (1/17)

Пользователь:(Сергеева Татьяна Валерьевна) Выход

Ответы на часто задаваемые вопросы можно посмотреть по [ссылке](#)

Видеоматериалы по программам обучения можно посмотреть по [ссылке](#)

Входной тест:

Выберите один из вариантов ответов, который считаете правильным

- Обучение детей дошкольного возраста навыкам личной гигиены и здорового питания рекомендуется проводить:
Регулярно в игровой форме
- Основная причина обязательного включения в рацион питания ребенка кисломолочных продуктов
Профилактика дисбиотических нарушений
- Обязательное правило, которому следует обучить ребенка при приеме пищи:
Тщательно и неспеша пережевывать пищу
- Главное отличие пищевой потребности ребенка от взрослого человека:
Высокая потребность в белках, макро- и микронутриентах
- Основной полноценный источник кальция в питании детей дошкольного возраста:
Молоко и молочные продукты
- Витамин, способствующий правильному усвоению кальция и фосфора:
Витамин D
- Максимальный интервал между основными приемами пищи для детей должен составлять не менее:
3,5 часа
- Уровень энергии в рационе ребенка должен составлять:
30-35%

Разработчик: ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора

11:05 09.11.2020

После прохождения переходим к Обучающим материалам.

The screenshot shows a web browser window with the following elements:

- Browser Tabs:** "Официальный сайт Новоси...", "My Yii Application", and another "My Yii Application" tab.
- Address Bar:** "edu.demography.site" with a warning icon.
- Navigation Menu:** "Общая информация", "Планируемое и фактическое обучение", and "Обучающие материалы". A red arrow points to the "Обучающие материалы" link.
- Message Bar:** "Благодарим за внесение данных, теперь вы можете приступить к изучению материалов - вкладка Обучающие материалы" with a close button (X).
- User Profile:** "Пользователь:(Сергеева Татьяна Валерьевна)" with a "Выход" button.
- Help Links:** "Ответы на часто задаваемые вопросы можно посмотреть по ссылке" and "Видеоматериалы по программам обучения можно посмотреть по ссылке ссылка".
- Footer:** "Разработчик: ФБУН \"Новосибирский НИИ гигиены\" Роспотребнадзора".
- Taskbar:** Windows taskbar with various application icons and system tray showing "11:07 09.11.2020".

Открываем материал для изучения. Начиная с вводной части и заканчиваем- Тема3

Официальный сайт Новоси... edu.demography.site/trainings/education

edu.demography.site/trainings/education

Общая информация ▾ Планируемое и фактическое обучение ▾ Обучающие материалы ЗАДАТЬ ВОПРОС (ЧАТ)

Пользователь:(Сергеева Татьяна Валерьевна) [Выход](#)

Ответы на часто задаваемые вопросы можно посмотреть по [ссылке](#)

Видеоматериалы по программам обучения можно посмотреть по [ссылке](#)

[Вводная часть](#) [Тема 1](#) [Тема 2.1](#) [Тема 2.2](#) [Тема 2.3](#) [Тема 3](#) [Самостоятельная работа](#)

ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Программа включает три логически взаимосвязанных блока, изложение которых предусматривает работу по формированию у детей основных поведенческих навыков, направленных на здоровое питание и профилактику нарушений здоровья, обусловленных нездоровым питанием и нарушениями правил личной гигиены; создание благоприятных условий для реализации принципов здорового питания в дошкольной организации и домашних условиях.

Цель санитарно-просветительской программы заключается в формировании у детей дошкольного возраста основных поведенческих навыков, направленных на здоровое питание и профилактику нарушений здоровья, обусловленных питанием и нарушениями правил личной гигиены.

Задачи программы.

1. Освоение детьми дошкольного возраста в игровой форме обязательных навыков, направленных на здоровое питание и профилактику нарушений здоровья, обусловленных нездоровым питанием и нарушениями правил личной гигиены;
2. Выработка у детей дошкольного возраста стереотипов здорового пищевого поведения.
3. Формирование у родителей, педагогов, а также лиц, занятых в сфере ухода и присмотра за детьми навыков организации здорового питания, в том числе, в условиях самоизоляции (при введении ограничительных мероприятий, обусловленных эпидемиологическими рисками здоровью инфекционного и неинфекционного генеза).

Целевая аудитория программы.

Работники организаций дошкольного образования, организаций по уходу и присмотру за детьми, родители детей дошкольного возраста.
Дети 3-7 лет.

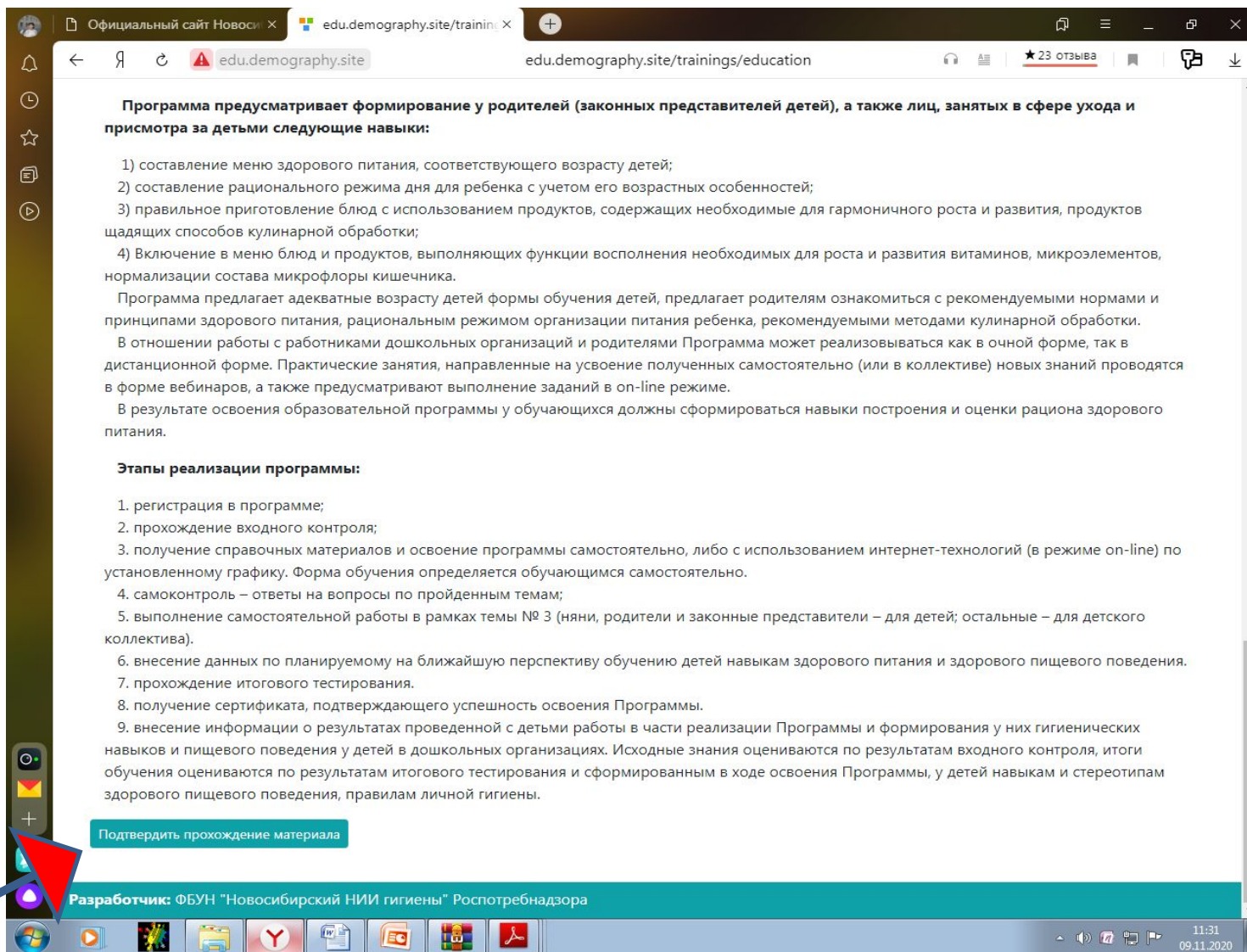
Структура программы.

Программа состоит из трех тематических разделов, предусматривающих освоение детьми дошкольного возраста в игровой форме обязательных навыков, направленных на здоровое питание и профилактику нарушений здоровья, обусловленных нездоровым питанием и нарушениями правил личной гигиены.

Разработчик: ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора

11:28
09.11.2020

После прочтения и ознакомления каждой части, внизу страницы необходимо нажать подтверждение прохождения материала!!!



Официальный сайт Новости | edu.demography.site/trainin... | edu.demography.site/trainings/education

★ 23 ОТЗЫВА

Программа предусматривает формирование у родителей (законных представителей детей), а также лиц, занятых в сфере ухода и присмотра за детьми следующие навыки:

- 1) составление меню здорового питания, соответствующего возрасту детей;
- 2) составление рационального режима дня для ребенка с учетом его возрастных особенностей;
- 3) правильное приготовление блюд с использованием продуктов, содержащих необходимые для гармоничного роста и развития, продуктов щадящих способов кулинарной обработки;
- 4) включение в меню блюд и продуктов, выполняющих функции восполнения необходимых для роста и развития витаминов, микроэлементов, нормализации состава микрофлоры кишечника.

Программа предлагает адекватные возрасту детей формы обучения детей, предлагает родителям ознакомиться с рекомендуемыми нормами и принципами здорового питания, рациональным режимом организации питания ребенка, рекомендуемыми методами кулинарной обработки.

В отношении работы с работниками дошкольных организаций и родителями Программа может реализовываться как в очной форме, так в дистанционной форме. Практические занятия, направленные на усвоение полученных самостоятельно (или в коллективе) новых знаний проводятся в форме вебинаров, а также предусматривают выполнение заданий в on-line режиме.

В результате освоения образовательной программы у обучающихся должны сформироваться навыки построения и оценки рациона здорового питания.

Этапы реализации программы:

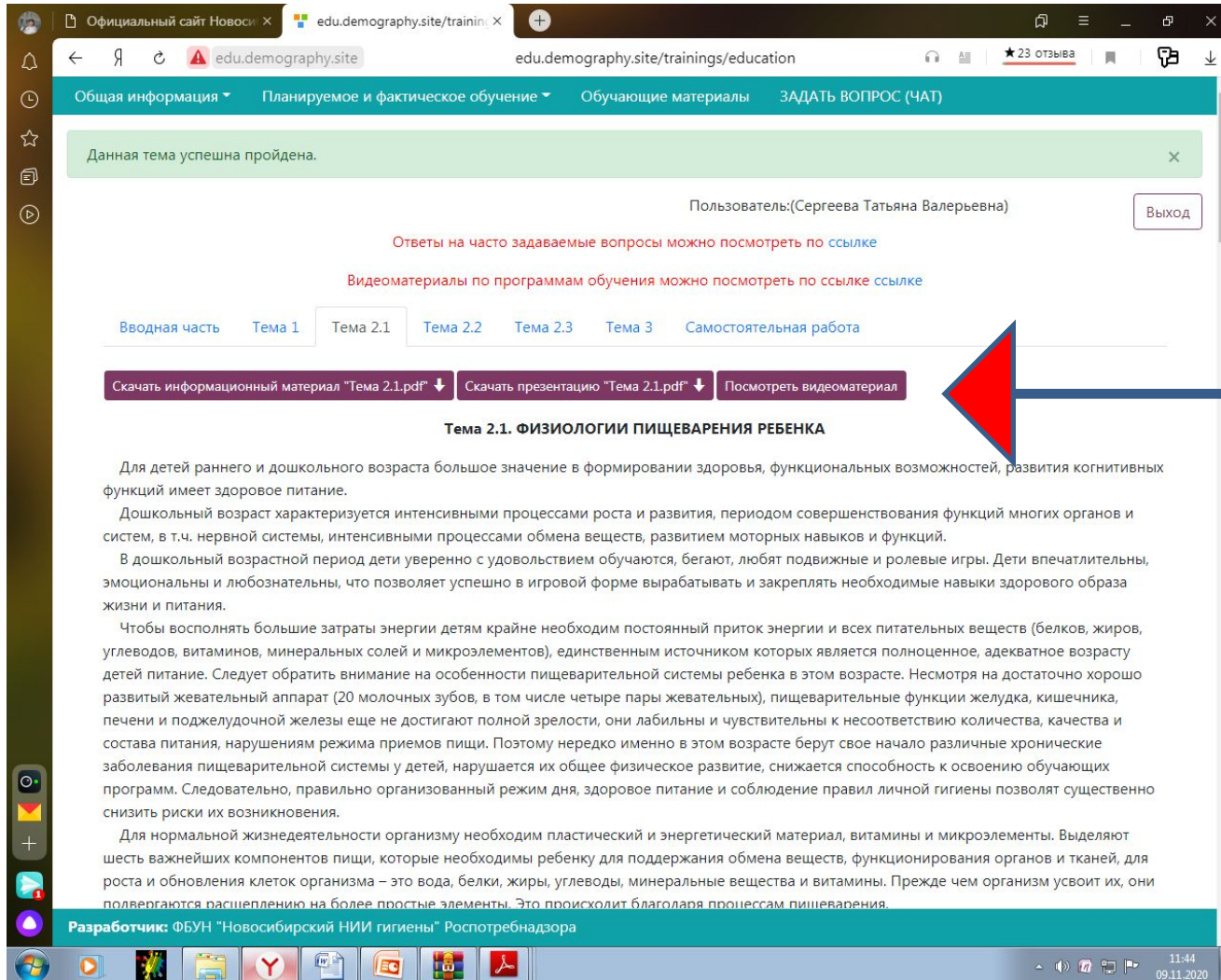
1. регистрация в программе;
2. прохождение входного контроля;
3. получение справочных материалов и освоение программы самостоятельно, либо с использованием интернет-технологий (в режиме on-line) по установленному графику. Форма обучения определяется обучающимся самостоятельно.
4. самоконтроль – ответы на вопросы по пройденным темам;
5. выполнение самостоятельной работы в рамках темы № 3 (няни, родители и законные представители – для детей; остальные – для детского коллектива).
6. внесение данных по планируемому на ближайшую перспективу обучению детей навыкам здорового питания и здорового пищевого поведения.
7. прохождение итогового тестирования.
8. получение сертификата, подтверждающего успешность освоения Программы.
9. внесение информации о результатах проведенной с детьми работы в части реализации Программы и формирования у них гигиенических навыков и пищевого поведения у детей в дошкольных организациях. Исходные знания оцениваются по результатам входного контроля, итоги обучения оцениваются по результатам итогового тестирования и сформированным в ходе освоения Программы, у детей навыкам и стереотипам здорового пищевого поведения, правилам личной гигиены.

Подтвердить прохождение материала

Разработчик: ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора

11:31 09.11.2020

В этих разделах можно скачать интересный материал



Официальный сайт Новоси... edu.demography.site/trainin: X

edu.demography.site trainings/education

Общая информация ▾ Планируемое и фактическое обучение ▾ Обучающие материалы ЗАДАТЬ ВОПРОС (ЧАТ)

Данная тема успешна пройдена.

Пользователь:(Сергеева Татьяна Валерьевна) Выход

Ответы на часто задаваемые вопросы можно посмотреть по ссылке

Видеоматериалы по программам обучения можно посмотреть по ссылке ссылка

Вводная часть Тема 1 Тема 2.1 Тема 2.2 Тема 2.3 Тема 3 Самостоятельная работа

Скачать информационный материал "Тема 2.1.pdf" ▾ Скачать презентацию "Тема 2.1.pdf" ▾ Посмотреть видеоматериал

Тема 2.1. ФИЗИОЛОГИИ ПИЩЕВАРЕНИЯ РЕБЕНКА

Для детей раннего и дошкольного возраста большое значение в формировании здоровья, функциональных возможностей, развития когнитивных функций имеет здоровое питание.

Дошкольный возраст характеризуется интенсивными процессами роста и развития, периодом совершенствования функций многих органов и систем, в т.ч. нервной системы, интенсивными процессами обмена веществ, развитием моторных навыков и функций.

В дошкольный возрастной период дети уверенно с удовольствием обучаются, бегают, любят подвижные и ролевые игры. Дети впечатлительны, эмоциональны и любознательны, что позволяет успешно в игровой форме вырабатывать и закреплять необходимые навыки здорового образа жизни и питания.

Чтобы восполнять большие затраты энергии детям крайне необходим постоянный приток энергии и всех питательных веществ (белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных солей и микроэлементов), единственным источником которых является полноценное, адекватное возрасту детей питание. Следует обратить внимание на особенности пищеварительной системы ребенка в этом возрасте. Несмотря на достаточно хорошо развитый жевательный аппарат (20 молочных зубов, в том числе четыре пары жевательных), пищеварительные функции желудка, кишечника, печени и поджелудочной железы еще не достигают полной зрелости, они лабильны и чувствительны к несоответствию количества, качества и состава питания, нарушениям режима приемов пищи. Поэтому нередко именно в этом возрасте берут свое начало различные хронические заболевания пищеварительной системы у детей, нарушается их общее физическое развитие, снижается способность к освоению обучающих программ. Следовательно, правильно организованный режим дня, здоровое питание и соблюдение правил личной гигиены позволяют существенно снизить риски их возникновения.

Для нормальной жизнедеятельности организму необходим пластический и энергетический материал, витамины и микроэлементы. Выделяют шесть важнейших компонентов пищи, которые необходимы ребенку для поддержания обмена веществ, функционирования органов и тканей, для роста и обновления клеток организма – это вода, белки, жиры, углеводы, минеральные вещества и витамины. Прежде чем организм усвоит их, они подвергаются расщеплению на более простые элементы. Это происходит благодаря процессам пищеварения.

Разработчик: ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора

11:44 09.11.2020

Затем заходим в раздел: Планируемое и фактическое обучение, - выбираем - Список групп, добавление групп.

The screenshot shows a web browser window with the URL `edu.demography.site`. The page title is "Список групп". The navigation bar includes "Общая информация", "Планируемое и фактическое обучение", "Обучающие материалы", and "ЗАДАТЬ ВОПРОС (ЧАТ)". A dropdown menu is open under "Планируемое и фактическое обучение", showing options: "Список групп, добавление групп", "Планируемая информация по группе", "Добавление ребенка в группу", and "Список детей". A red arrow points to the "Планируемое и фактическое обучение" menu item, and another red arrow points to the "Список групп, добавление групп" option. The main content area is titled "Список групп" and has a "Добавить группу" button. Below it is a table with the following structure:

#	Название	Возрастная группа	
Ничего не найдено.			

The footer of the page contains the text: "Департамент ФБУИ "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора" and the URL `edu.demography.site/group/#`. The system tray at the bottom shows the time as 12:53 on 09.11.2020.

Затем выбираем: Планируемая информация по группам, затем добавить информацию по обучению

Официальный сайт Новосо... Планируемая информация

edu.demography.site Планируемая информация 23 отзыва

Общая информация Планируемое и фактическое обучение Обучающие материалы ЗАДАТЬ ВОПРОС (ЧАТ)

Список групп, добавление групп

Планируемая информация по группе

Добавление ребенка в группу

Список детей

Пользователь:(Сергеева Татьяна Валерьевна) Выход

Планируемая информация

Добавить информацию по обучению

#	Группа
Ничего не найдено.	

Разработка: ФГУМ "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора
edu.demography.site/training-plan/index

12:58 09.11.2020

Заполняем дату, когда предполагаются планируемые сроки формирования у детей навыков пищевого и гигиенического поведения.

Официальный сайт Новоси... Добавить информацию по...
edu.demography.site Добавить информацию по обучению
★ 23 отзыва

Ответы на часто задаваемые вопросы можно посмотреть по [ссылке](#)
Видеоматериалы по программам обучения можно посмотреть по [ссылке](#)

Добавить информацию по обучению

Группа	Дошкольник
Планируемые сроки формирования у детей навыков пищевого и гигиенического поведения	30.12.2020 ✓
Мой руки перед едой (как правильно мыть руки; почему надо мыть руки)	30.12.2020 ✓
Когда я ем я глух и нем	30.12.2020 ✓
Ешь не спеша, во время еды не отвлекайся, старательно пережёвывай пищу	30.12.2020 ✓
Не ешь пищу, которая упала на пол	30.12.2020 ✓
Ешь только за чистым столом и только из чистой посуды	30.12.2020 ✓
После еды убери за собой	30.12.2020 ✓
После еды мой руки и полощи рот	30.12.2020 ✓
Каждый день ешь фрукты и овощи, пей молоко	30.12.2020 ✓
Ешь не реже 4-х раз в день (на завтрак кашу, на обед салат, суп, второе и компот, на	30.12.2020 ✓

Разработчик: ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора

13:03 09.11.2020

Затем заходим в раздел: Добавление ребёнка в группу

The screenshot shows a web browser window with the URL `edu.demography.site` and the page title "Добавить ребенка в группу". The browser's address bar shows the site name and the page title. The page has a teal header with navigation tabs: "Общая информация", "Планируемое и фактическое обучение", "Обучающие материалы", and "ЗАДАТЬ ВОПРОС (ЧАТ)". A dropdown menu is open under "Планируемое и фактическое обучение", with "Добавление ребенка в группу" highlighted. A blue arrow points to the "Общая информация" tab, and a red arrow points to the highlighted menu item. The main content area is titled "Добавить ребенка в группу" and contains a form with the following fields: "Группа" (dropdown menu with "Выберите группу ..."), "Пол" (dropdown menu with "женский"), "Фамилия" (text input), and "Имя" (text input). A teal "Сохранить" button is at the bottom of the form. The user is logged in as "Пользователь:(Сергеева Татьяна Валерьевна)" with a "Выход" button. The footer contains the text "Департамент ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора" and the URL `edu.demography.site/kids-q/#`. The Windows taskbar at the bottom shows the system tray with the date and time "14:32 09.11.2020".

После изучения материала, переходим к самостоятельной работе. Самостоятельная работа состоит из составления режима дня и меню для ребёнка!

Для этого возвращаемся на официальный сайт <http://www.niig.su> и выбираем там раздел

Составление режима дня

Информационные материалы

Обучение по санитарно-просветительским программам «Основы здорового питания»

Обучение по санитарно-просветительским программам «Основы здорового питания»

Составление режима дня и оценка двигательной активности детей

Школьное питание

Национальный проект «Демография» (дети)

Профилактика коронавируса

Пилотный проект

Официальный сайт Новосибирского института гигиены - Об институте

замедленного типа.

Для исследования использовались подготовленные растворы экстракта листьев Стевии различной концентрации. Расчёт терапевтической дозы был подобран с учетом результатов исследований, представленных в 2009 году на заседании ЖЕСРА (Объединенный экспертный комитет ФАО/ВОЗ по пищевым добавкам), исходя из рекомендуемой терапевтической дозы для человека [9], а также с учетом особенностей метаболизма лабораторных животных и площади поверхности тела животного. Терапевтическая доза для проведения эксперимента составила 0,64 мг/сутки на 1 кг веса.

В ходе эксперимента животные были разделены на 6 групп: «группа №1» - контрольная (с дистиллированной водой) - n=10; «группа №2» опытная (с экстрактом стевии) - n=10; «группа №3» дитизон индуцированная группа (модель сахарного диабета с дистиллированной водой) - n=12; «группа №4» дитизон индуцированная группа (модель сахарного диабета с экстрактом стевии) - n=12; «группа №5» - tween-индуцированная группа (модель гиперлипидемии с дистиллированной водой) - n=12; «группа №6» tween-индуцированная группа (модель гиперлипидемии с экстрактом стевии) - n=12.

Результаты исследования и их обсуждение.

Опытная группа содержалась на стандартной диете, контрольная группа получала также дистиллированную воду в объеме разведенного экстракта листьев стевии. В эксперименте использовали методику введения Tween-80 индуцированный сахарный диабет с помощью хелатирующего агента - дитизона. Условия разрушения островков Ларгенганса и прекращения синтеза инсулина максимально достигались на третьи сутки после введения решающей дозы дитизона.

Результаты исследования показали стойкое снижение концентрации глюкозы в крови экспериментальных животных после недельного запояивания разведенного высокоочищенного экстракта листьев стевии (табл.1). На второй день после введения детергента Твин-80 в крови лабораторных животных не было обнаружено стойкого, достоверного изменения концентрации глюкозы по сравнению с контрольной группой, хотя тенденция к снижению уровня глюкозы в плазме крови присутствовала.

Для определения параметров функциональной активности иммунной системы, а именно гиперчувствительности замедленного типа, кровь отбирали на 5-е сутки после иммунизации на биохимический анализ. При моделировании сахарного диабета с помощью хелатирующего цинк-связывающего агента дитизона наблюдалось достоверное снижение содержания глюкозы в крови (табл.1). При активации воспалительного процесса снижение глюкозы сохранялось.

На модели острой гиперлипидемии вызванной введением детергента Твин-80 и после иммунизации эритроцитами барана в крови лабораторных животных не обнаруживались достоверные изменения концентрации глюкозы по сравнению с контрольной группой.

Таблица 1. - Результаты эксперимента по оценке гипогликемического эффекта

Исследуемые группы	Опыт (M ± SD)	Контроль (M ± SD)	p
Условно-здоровые (на 7-е сутки запояивания)	3,71±2,51	5,26±1,16	0,03**
Модель «цинкового» сахарного диабета	3,26±1,16	4,19±1,016	0,03**

Выбираем раздел разработка режима дня

The screenshot shows the website of the Federal Scientific Center of Hygiene and Consumer Protection (NIIG.SU). The page features a blue header with the institute's logo and name: "ФЕДЕРАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ НАУКИ 'НОВОСИБИРСКИЙ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ИНСТИТУТ ГИГИЕНЫ' ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА". A search bar is located in the top right of the header.

The main navigation menu includes: "Об институте", "Новости", "Научная деятельность", "Клиника ПП и ПШОЗ", and "Центр профпатологии".

Under the "Научная деятельность" menu, several items are listed, including "Стратегия развития Всероссийская научно-практическая конференция...", "План работы института", "Итоги деятельности ФБУН...", "Результаты интеллектуальной деятельности", "Пилотные проекты", "Подготовленные методические и информационно-аналитические материалы", "Темы НИР в соответствии с госзаданием на 2017-2020 годы", "Научные публикации (2018-2019)", "Научные публикации (2013-2017)", "Научные публикации (1938-2012)", "Ученый совет", "Объединенный совет молодых ученых и специалистов", and "Этический комитет".

Three items are highlighted with colored boxes:

- Green box: "Инструкция по составлению режима дня"
- Blue box: "Составление режима дня для детского коллектива"
- Pink box: "Разработка режима дня и оценка двигательной активности ребенка (блок самостоятельной работы)"

A red arrow points from the right side of the image to the pink box. The address bar shows "www.niig.su" and the page title is "Официальный сайт Новосибирского института гигиены - Составление режима дня...". The browser's taskbar at the bottom shows the date "09.11.2020" and time "12:23".

Вводим свой уникальный номер

Авторизация

Регистрация Авторизация

Авторизация

Пожалуйста, заполните поля, чтобы авторизоваться:

Если Вы были зарегистрированы в программе "Обучение по санитарно-просветительским программам "ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ" (для детей дошкольного и школьного возраста)", то необходимо воспользоваться ключом полученным Вами в данной программе. Повторная регистрация не требуется.

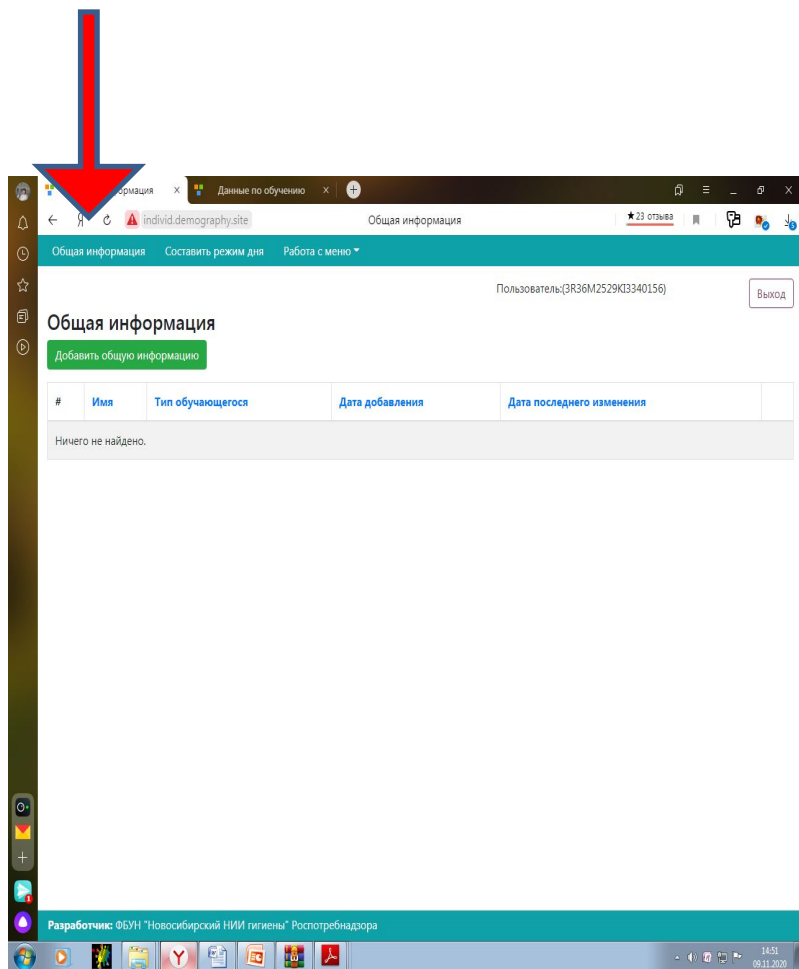
Идентификационный ключ

Войти в программу

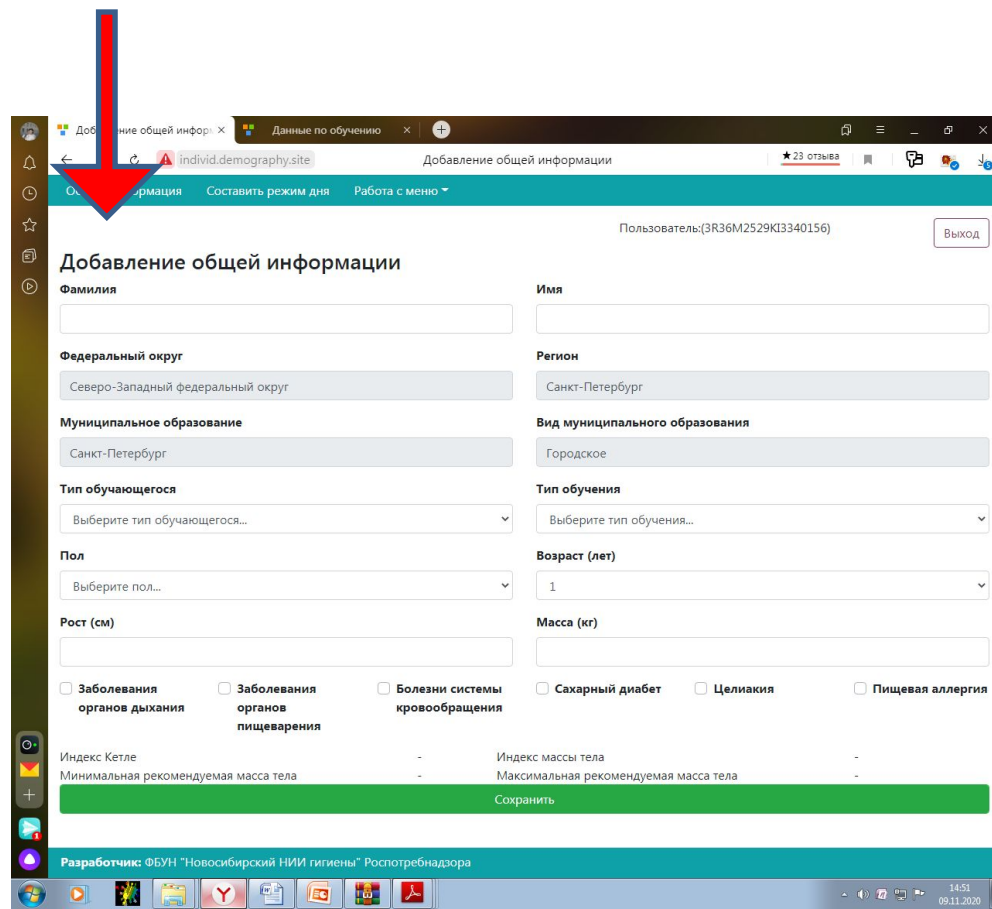
Разработчик: ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора

14:49
09.11.2020

Выбираем раздел общая информация



Скриншот веб-интерфейса на странице «Общая информация». В меню навигации по центру выделен пункт «Общая информация». В центре экрана находится кнопка «Добавить общую информацию» и таблица с заголовками: «#», «Имя», «Тип обучающегося», «Дата добавления», «Дата последнего изменения». В таблице нет данных, отображается надпись «Ничего не найдено».



Скриншот веб-интерфейса на странице «Добавление общей информации». В меню навигации по центру выделен пункт «Добавление общей информации». Форма содержит следующие поля:

- Фамилия:
- Имя:
- Федеральный округ: Северо-Западный федеральный округ
- Регион: Санкт-Петербург
- Муниципальное образование: Санкт-Петербург
- Вид муниципального образования: Городское
- Тип обучающегося: Выберите тип обучающегося...
- Тип обучения: Выберите тип обучения...
- Пол: Выберите пол...
- Возраст (лет): 1
- Рост (см):
- Масса (кг):

Ниже расположены чекбоксы для заболеваний:

- Заболевания органов дыхания
- Заболевания органов пищеварения
- Болезни системы кровообращения
- Сахарный диабет
- Целиакия
- Пищевая аллергия

Внизу формы указаны индексы Кетле и массы тела, а также кнопка «Сохранить».

Добавляем информацию по ребёнку

Добавление общей информации

Фамилия: Ярных ✓

Имя: Артём ✓

Федеральный округ: Северо-Западный федеральный округ

Регион: Санкт-Петербург

Муниципальное образование: Санкт-Петербург

Вид муниципального образования: Городское

Тип обучающегося: Дошкольник ✓

Тип обучения: Образовательное учреждение ✓

Название организации: ГБДОУ ЦРР детский сад №89 Красногвардейского района

Пол: Мужской ✓

Возраст (лет): 6 ✓

Рост (см): 118 ✓

Масса (кг): 25 ✓

Заболевания органов дыхания

Заболевания органов пищеварения

Болезни системы кровообращения

Сахарный диабет

Целиакия

Пищевая аллергия

Индекс Кетле: 18.0

Индекс массы тела: 23.7

Минимальная рекомендуемая масса тела: 18.8

Максимальная рекомендуемая масса тела: 23.7

Сохранить

Разработчик: ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора

Выбираем составить режим дня, нажимаем на +

The screenshot shows a web browser window with the URL `individ.demography.site/daily-routine`. The page has a teal header with navigation links: "Общая информация", "Составить режим дня", and "Работа с меню". The user is logged in as "Пользователь:(3R36M2529K13340156)" with a "Выход" button. Below the header, it says "Показаны записи 1-1 из 1.". A table with the following columns is displayed:

#	Имя	Тип обучающегося	Дата добавления	
1	Артём	Дошкольник	2020-11-09 18:54:48	+ 🗨

At the bottom of the page, there is a teal footer with the text "Разработчик: ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора". The Windows taskbar is visible at the very bottom, showing the time as 14:55 on 09.11.2020.

Добавляя режим дня, необходимо ввести не менее 10 видов деятельности. Добавляя вид деятельности, каждый раз нажимаем на плюс. Обязательно вносим приёмы пищи: Завтрак, Второй завтрак, Обед, Полдник, Ужин.

Добавить режим дня ребёнку

Пользователь:(3R36M2529K13340156) Выход

Необходимо ввести не менее 10 видов деятельности

Вид деятельности	Время начала	Время окончания
Гигиенические процедуры	07:15 ✓	07:30 ✓
Зарядка	07:40 ✓	08:00 ✓
Прием пищи	08:30 ✓	09:00 ✓
Выберите вид деятельности...		

Заполнено времени: 65 из 1440 минут

Сохранить

	Фактическое значение энерготрат (ккал/%)	Рекомендуемое значение энерготрат (ккал/%)
ОО*	865.0 (80.0%)	865.0 (54.0%)
СДП**	129.7 (12.0%)	129.7 (8.1%)
ДА***	86.3 (8.0%)	607.1 (39.8%)
Суточные энерготраты	1081.0 (100%)	1601.8 (100%)

	Суточная калорийность (ккал/%)	Белки (ккал)	Жиры (ккал)	Углеводы (ккал)
Завтрак	403.8 (20%)	55.9	125.7	223.4
Второй завтрак	101.0 (5%)	12.4	27.9	49.7
Обед	605.8 (30%)	80.7	181.6	322.8

Разработчик: ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора

После составления режима дня, сохраняем. Итог: Режим дня успешно добавлен.

The screenshot shows a web browser window with the URL `individ.demography.site/daily-routine/index`. A green notification bar at the top states "Режим дня успешно добавлен" (Daily routine successfully added). Below this, the user is identified as "Пользователь:(3R36M2529K13340156)" with a "Выход" (Logout) button. A table displays the added routine:

Показаны записи 1-1 из 1.

#	Имя	Тип обучающегося	Дата добавления	
1	Артём	Дошкольник	2020-11-09 18:54:48	

At the bottom of the browser window, a teal footer contains the text "Разработчик: ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора". The Windows taskbar at the very bottom shows the system tray with the date "10.11.2020" and time "5:53".

*Затем переходим в раздел работа с меню.
Список меню, добавление меню.*

www.niig.su — Яндекс: на... | Официальный сайт Ново... | individ.demography.site X

individ.demography.site | individ.demography.site/daily-routine | 23 отзыва

Олеся ▾ Гуля ▾ | Как сделать заказ | МУЛА серия - ИКЕ... | Игрушки детские | Образовательные | Фотостудии с детс... | Семинары, курсы | Подобрать абон... | Другие закладки ▾

Общая информация | Составить режим дня | **Работа с меню ▾**

Список меню, добавление меню | Пользователь:(3R36M2529KI3340156) | Выход

Разработка(редактирование) меню

Показаны записи 1-1 из 1.

#	Имя	Тип обуча...	Дата добавления	
1	Артём	Дошкольник	2020-11-09 18:54:48	

ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора
individ.demography.site/menus/index

EN 5:55 10.11.2020

Придумываем название меню

www.niig.su — Яндекс: на | Официальный сайт Новоси... | Настройки меню

individ.demography.site | Настройки меню | 23 отзыва

Общая информация | Составить режим дня | Работа с меню

Пользователь:(3R36M2529KI3340156) | Выход

Настройки меню

Добавить новое меню

#	Название	Настройки меню
Ничего не найдено.		

Разработчик: ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора

EN | 5:56 | 10.11.2020

Выбираем приёмы пищи в соответствии с составленным режимом дня

www.niig.su — Яндекс: на... | Официальный сайт Новосиб... | Добавление меню

← Я ↻ Добавление меню | 23 отзыва

Олеся ▾ Гуля ▾ Как сделать заказ МУЛА серия - ИКЕА Игрушки детские Образовательные Фотостудии с детс Семинары, курсы Подобрать абон >> Другие закладки ▾

Общая информация Составить режим дня Работа с меню ▾

Пользователь:(3R36M2529KI3340156) Выход

Добавление меню

Название меню

 ✓

- Завтрак
- Второй завтрак
- Обед
- Полдник
- Ужин
- Второй ужин

Сохранить

Разработчик: ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора

RU 5:57 10.11.2020

Затем переходим в раздел, разработка меню

www.niig.su — Яндекс: на | Официальный сайт Ново | Настройки меню

← Я ↻ individ.demography.site Настройки меню | 23 отзыва



Общая информация Составить режим дня **Работа с меню**

- Список меню, добавление меню
- Разработка(редактирование) меню**
- Проверка меню на соответствие нормативам
- База данных блюд

Меню успешно сохранено

Пользователь:(3R36M2529KI3340156)

Показаны записи 1-1 из 1.

#	Название	Настройки меню
1	№10	 

Разработка меню ФГУП "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора
individ.demography.site/menus-dishes/index

Windows taskbar: 5:58 10.11.2020

Просмотр

www.niig.su — Яндекс: на | Официальный сайт Новосибирска | Разработка(редактиро... X

individ.demography.site | Разработка(редактирование) цикличного меню | 23 отзыва

Олеся | Гуля | Как сделать заказ | МУЛА серия · ИКЕА | Игрушки детские | Образовательные | Фотостудии с детс... | Семинары, курсы | Подобрать абон... | Другие закладки

Общая информация | Составить режим дня | Работа с меню

Пользователь:(3R36M2529K13340156)

Выход

Разработка(редактирование) цикличного меню

Варианты меню

№10

Посмотреть



Разработчик: ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора



RU | 5:59 | 10.11.2020

Составляя меню, вписываем блюдо и его выход в граммах. (Выход блюдо можно посмотреть в технологической карте). В конце строчки, нажимаем кнопку - добавить в меню. (Примерное меню, можно посмотреть ниже. А так же в папке с приложениями «Сборник рецептур» стр.145-151. А так же можно выбрать из предложенного списка блюд, когда мы начинаем их вводить в строке блюдо...

Сборники технологических карт

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для организации горячих завтраков и обедов обучающихся в 1-4-ых классах общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2020 г.

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников в дошкольных организациях (3-7 лет) / Новосибирск, 2020 г. x

Продукты промышленного производства x

Завтрак

№	Блюдо	Просмотр технологической карты	Выход, грамм	Просмотр технологической карты с текущим выходом	Изменить выход	Удалить блюдо
	Каша гречневая рассыпчатая	См. техкарту указанного блюда	150		Добавить в меню	

Посмотреть состав за Завтрак

Второй завтрак

№	Блюдо	Просмотр технологической карты	Выход, грамм	Просмотр технологической карты с текущим выходом	Изменить выход	Удалить блюдо
---	-------	--------------------------------	--------------	--	----------------	---------------

Разработчик: ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора

RU 6:00 10.11.2020

Приложение 1

Варианты меню для организации питания

детей возрастной группы 3-7 лет в дошкольной образовательной организации

Меню №1

№ рецептуры (3-7 л.)	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
Понедельник, 1 неделя						
Завтрак						
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
54-1к-2020	Каша жидкая молочная кукурузная	200	5,9	6,9	32,9	216,8
54-6гн-2020	Чай черный байховый с молокоами сахаром	200	1,6	1,5	8,6	53,5
Пром	Хлеб в ассортименте	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Итого за Завтрак		445	13,3	13	56,3	394,3
Второй завтрак						
Пром	Бизмороженое ванильное	50	1,8	3,3	10,6	79,7
Итого за Второй завтрак		50	1,8	3,3	10,6	79,7
Обед						
54-11з -2020	Салат из моркови с яблоками	60	0,5	6,1	4,3	74,3
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	1,7	5	9,7	90,3
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,4	208,7
54-14м-2020	Фрикадельки из говядины	60	8,2	7,5	4	116,1
54-1хн-2020	Компот из вишни	200	0,3	0,1	10,3	43
Пром	Хлеб в ассортименте	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Итого за Обед		700	16,6	24,3	79,5	602,7
Полдник						
54-1в-2020	Патрушка творожная	50	7,3	12,6	16,2	207,8
Пром	Молоко 3.2%	180	5,2	5,8	8,5	106,6
Итого за Полдник		230	12,5	18,4	24,7	314,4
Ужин						
54-9м-2020	Жаркое по-домашнему	150	15	14,5	12,9	242,2
54-2гн-2020	Чай черный байховый с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром	Хлеб в ассортименте	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Итого за Ужин		380	17,5	14,7	34,1	339,3
Второй ужин						
Пром	Кефир 2.5%	180	5,2	4,5	7,2	90,2
Итого за Второй ужин		180	5,2	4,5	7,2	90,2
Итого за день		1985	66,9	78,2	212,4	1820,6

	Среда, 1 неделя					
	Завтрак					
54-19к-2020	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,5	5,6	17,7	143
54-5гн-2020	Чай черный байховый с ягодами и медом	200	0,3	0,1	9,3	39,2
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	Итого за Завтрак	430	8,1	5,9	41,8	252,5
	Второй завтрак					
Пром.	Сок персиковый	200	0,6	0	33	134,4
	Итого за Второй завтрак	200	0,6	0	33	134,4
	Обед					
54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	60	1,6	6,1	6,4	86,8
54-10с-2020	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	200	1,9	5	10,3	94,2
54-2г-2020	Макаронны отварные с овощами	150	4,7	7	26,5	187,6
54-5м-2020	Котлеты из курицы	50	9,5	2,2	6,7	84,8
54-8хн-2020	Компот из ягод	200	0,3	0,1	8,4	35,5
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	Итого за Обед	690	20,3	20,6	73,1	559,2
	Полдник					
54-3в-2020	Кекс "Здоровье"	50	2,5	9,9	27,9	210,5
Пром.	Бифидок 2.5%	180	6,1	4,5	9,9	104,6
	Итого за Полдник	230	8,6	14,4	37,8	315,1
	Ужин					
54-17м-2020	Запеканка картофельная с говядиной	150	17,7	18	19,8	312,2
54-14гн-2020	Чай с грушей и апельсином	200	0,3	0,1	1,7	9
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	Итого за Ужин	380	20,3	18,3	36,3	391,5
	Второй ужин					
Пром.	Ряженка 2.5%	180	5,2	4,5	7,6	91,6
	Итого за Второй ужин	180	5,2	4,5	7,6	91,6
	Итого за день	2110	63,1	63,7	229,6	1744,3

После составления завтрака, заходим в раздел проверка меню на соответствие нормативам, если горит зелёным цветом, всё составлено верно, если красным цветом, необходимо подкорректировать в соответствии с диапазоном от минимального - до максимального значений.

The screenshot shows a web browser window with the URL `www.niig.su` and the page title "Разработка(редактирование) циклического меню". The browser's address bar shows `individ.demography.site`. The page has a teal header with navigation tabs: "Общая информация", "Составить режим дня", and "Работа с меню". The "Работа с меню" tab is active, and its dropdown menu is open, showing options: "Список меню, добавление меню", "Разработка(редактирование) меню", "Проверка меню на соответствие нормативам" (highlighted in yellow), and "База данных блюд". A red arrow points to the highlighted option. In the top right corner, the user is logged in as "Пользователь:(3R36M2529KI3340156)" with a "Выход" button.

Below the header, the main content area is titled "Разработка(редактирование)". It features a "Варианты меню" section with a dropdown menu currently showing "№10" and a "Посмотреть" button. Below this, there are search filters for "Сборники технологических карт" with the following results:

- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для организации горячих завтраков и обедов обучающимся 1-4-ых классов общеобразовательных организаций / Новосибирск,
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций (3-7 лет) / Новосибирск, 2020 г. x
- Продукты промышленного производства x

The main section is titled "Завтрак" and contains a table with the following columns:

№	Блюдо	Просмотр технологической карты	Выход, грамм	Просмотр технологической карты с текущим выходом	Изменить выход	Удалить блюдо
---	-------	--------------------------------	--------------	--	----------------	---------------

At the bottom of the page, the footer contains the text "Разработка(редактирование) циклического меню" and the URL `individ.demography.site/menus-dishes/check`. The Windows taskbar at the bottom shows the system tray with the date "10.11.2020" and time "6:05".

*Если меню составлено верно, оно полностью будет зелёного цвета.
Если что то не соответствует, будет выделено красным цветом,
нужно будет редактировать.*

www.niig.su — Яндекс: на | Официальный сайт Ново | Проверка меню на со: X

← Я ↻ ▲ individ.demography.site

Проверка меню на соответствие нормативам 23 отзыва | |

Олеся ▾ Гуля ▾ Как сделать заказ МУЛА серия - ИКЕ Игрушки детские Образовательные Фотостудии с детс Семинары, курсы Подобрать абон Другие закладки ▾

Проверить

Составленное меню соответствует двигательной активности
Минимальное значение: 1278.88
Ваше значение: 1616.7
Максимальное значение: 1918.32

Составленное меню за **Завтрак** соответствует нормативам
Минимальное значение: 256
Ваше значение: 369.2
Максимальное значение: 384

Составленное меню за **Второй завтрак** соответствует нормативам
Минимальное значение: 64
Ваше значение: 80.3
Максимальное значение: 96

Составленное меню за **Обед** соответствует нормативам
Минимальное значение: 384
Ваше значение: 575.4
Максимальное значение: 576

Разработчик: ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора

RU 6:08
10.11.2020

После составления меню, нужно зайти в раздел общая информация, и проверить всё ли сделано.

www.niig.su — Яндекс: на... | Официальный сайт Ново... | Данные по обучению | Проверка меню на сооте... | +

edu.demography.site | Данные по обучению | 23 отзыва

Олеся | Гуля | Как сделать заказ | МУЛА серия - ИКЕ... | Игрушки детские | Образовательные | Фотостудии с детс... | Семинары, курсы | Подобрать абон... | Другие закладки

Общая информация | Планируемое и фактическое обучение | Обучающие материалы | Итоговый тест | ЗАДАТЬ ВОПРОС (ЧАТ)

Пользователь:(Сергеева Татьяна Валерьевна) | Выход

Ответы на часто задаваемые вопросы можно посмотреть по [ссылке](#)

Видеоматериалы по программам обучения можно посмотреть по [ссылке](#)

Данные по обучению

Форма обучения | Выберите форму обучения | Сохранить

Ваша программа обучения: Основы здорового питания для дошкольников

Статус "Входного теста": Пройден

Дата прохождения "Входного теста": 09.11 15:07

Процент правильных ответов:

100%

Статус обучения "Вводная часть": Пройден

Разработчик: ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора

RU | 6:10 | 10.11.2020

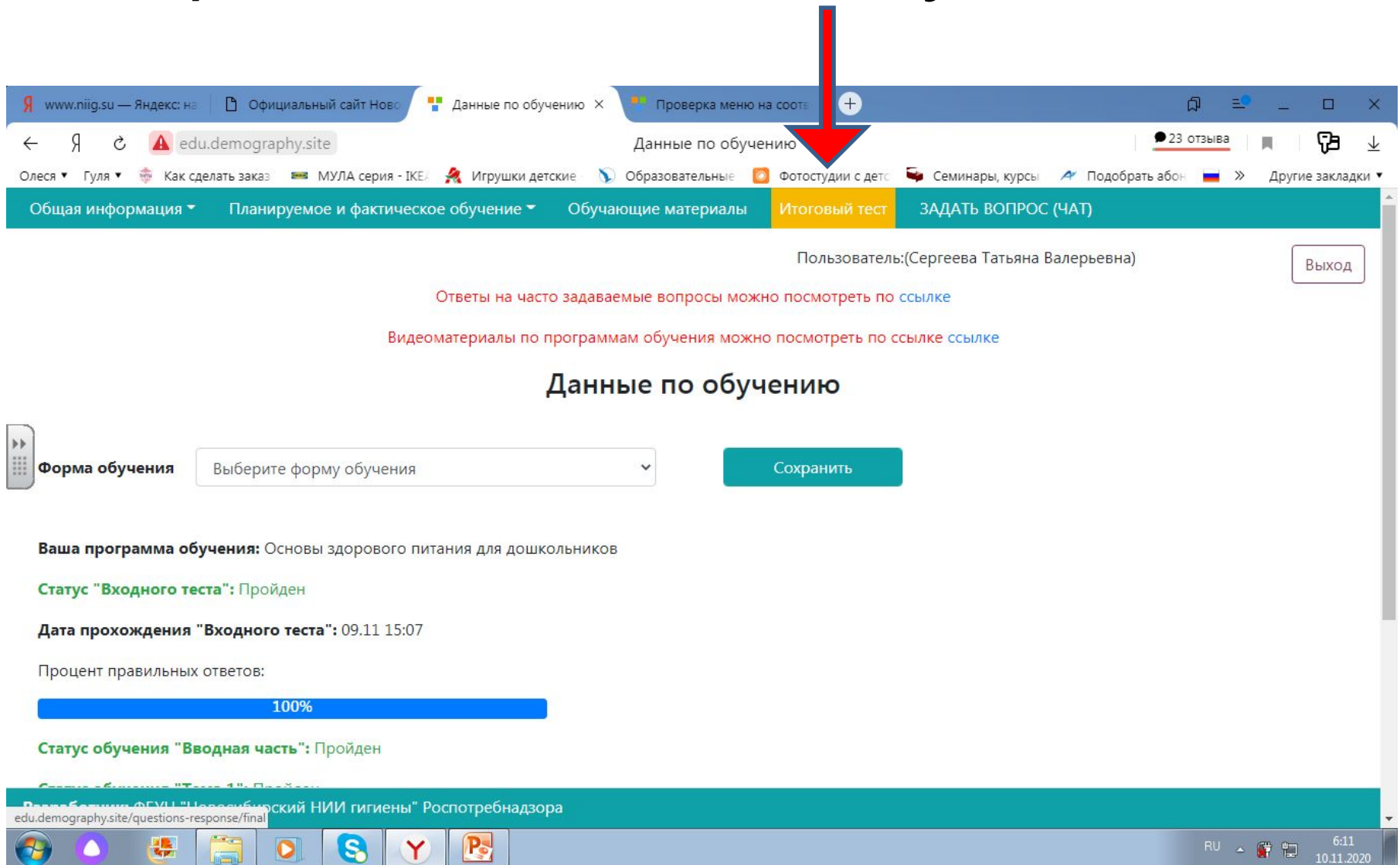
У нас должен остаться «Итоговый тест»(10 вопросов)

The screenshot shows a web browser window with the URL edu.demography.site. The page displays the following information:

- Ваша программа обучения:** Основы здорового питания для дошкольников
- Статус "Входного теста":** Пройден
- Дата прохождения "Входного теста":** 09.11 15:07
- Процент правильных ответов:** 100% (indicated by a blue progress bar)
- Статус обучения "Вводная часть":** Пройден
- Статус обучения "Тема 1":** Пройден
- Статус обучения "Тема 2.1":** Пройден
- Статус обучения "Тема 2.2":** Пройден
- Статус обучения "Тема 2.3":** Пройден
- Статус обучения "Тема 3":** Пройден
- Статус выполнения самостоятельной работы:** Пройден
- Статус "Итогового теста":** Допущен (highlighted in yellow)

A red arrow points from the "Итогового теста" status to the right. At the bottom of the page, the text reads: "Разработчик: ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора". The Windows taskbar at the bottom shows the date and time as 6:11 on 10.11.2020.

Переходим к последнему заданию.



The screenshot shows a web browser window with the URL `edu.demography.site`. The page title is "Данные по обучению". The navigation bar includes links for "Общая информация", "Планируемое и фактическое обучение", "Обучающие материалы", "Итоговый тест" (highlighted in yellow), and "ЗАДАТЬ ВОПРОС (ЧАТ)". The user is logged in as "Сергеева Татьяна Валерьевна" with a "Выход" button. Below the navigation bar, there are links for frequently asked questions and video materials. The main heading is "Данные по обучению". A form for "Форма обучения" has a dropdown menu set to "Выберите форму обучения" and a "Сохранить" button. The page displays the following information:

- Ваша программа обучения: Основы здорового питания для дошкольников
- Статус "Входного теста": Пройден
- Дата прохождения "Входного теста": 09.11 15:07
- Процент правильных ответов: 100% (shown in a blue progress bar)
- Статус обучения "Вводная часть": Пройден

The footer of the page includes the text "Федеральное государственное учреждение «Национальный НИИ гигиены» Роспотребнадзора" and the URL `edu.demography.site/questions-response/final`. The Windows taskbar at the bottom shows the system tray with the date and time: 10.11.2020, 6:11.

После успешного прохождения теста, заходим в раздел Общая информация.

Общая информация

Благодарим за прохождение обучения, результаты будут представлены в личном кабинете в течение 10 дней.
Результат считается действительным, если количество положительных ответов 70% или более

Пользователь:(Сергеева Татьяна Валерьевна) Выход

[Ответы на часто задаваемые вопросы можно посмотреть по ссылке](#)

[Видеоматериалы по программам обучения можно посмотреть по ссылке](#)

Разработчик: ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора

RU 6:13 10.11.2020

После успешного прохождения теста, в нижнем левом углу, вас ждёт сертификат.

Официальный сайт Нов... Данные по обучению × Проверка меню на сооте +

edu.demography.site Данные по обучению 23 отзыва

100%

Статус обучения "Вводная часть": Пройден

Статус обучения "Тема 1": Пройден

Статус обучения "Тема 2.1": Пройден

Статус обучения "Тема 2.2": Пройден

Статус обучения "Тема 2.3": Пройден

Статус обучения "Тема 3": Пройден

Статус выполнения самостоятельной работы: Пройден

Дата прохождения "Итогового теста": 10.11 10:13

Попытка: №1

Процент правильных ответов:

100%

Статус "Итогового теста": Пройден

* Сертификат в PDF формате

Разработчик: ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора

RU 6:14 10.11.2020

Спасибо за внимание, благодарим за участие!