

**Кликнуть на название или войти на сайт  
<http://www.niig.su/>**

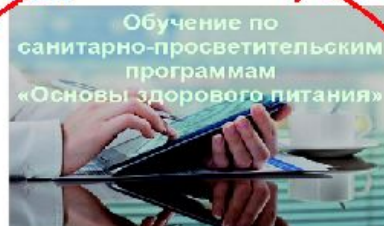
**Обучение по санитарно-  
просветительским программам  
"Основы здорового питания"**



Историческая справка  
Устав института  
Сертификаты, лицензия, аккредитация  
Руководство  
Медосмотры, экспертиза профпригодности  
Контактная информация  
Сведения об образовательной организации



Анкета "Чистая дичь, организованная дискуссия"



Обучение по санитарно-просветительским программам "Основы здорового питания"

## ОБ ИНСТИТУТЕ

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.



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

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

Тел. 8 383 343 34 01

## Новости

**ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора 04.03.2021 принял участие в проведении общегородского родительского собрания**




ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора 03.03.2021 совместно с Департаментом образования г. Новосибирска принял участие в проведении общегородского родительского собрания, посвященного вопросам здорового питания детей в семье и школе.

С родителями были рассмотрены ключевые принципы здорового питания, риски здоровью, обусловленные нездоровым пищевым поведением и нездоровыми пищевыми привычками, во многом формируемыми в семье. Представлены вниманию результаты исследований структуры питания детей в школе и дома, свидетельствующие о проблемах внешкольного питания, избытку в нем соли, сахара и насыщенных жиров.

В этом аспекте, особое внимание было обращено на социальную значимость введенного в действие СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения». Основная новелла документа заключается в приоритетности принципов здорового питания, что на фоне проблемы избыточной массы тела приобретающей популяционные масштабы, определяет стратегические задачи документа



Стратегия развития  
План работы института  
Итоги деятельности ФБУН  
"Новосибирский нии  
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  
(2018-2020)

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

[Ссылка для регистрации и входа в программное средство "Обучение по программам "Основы здорового питания""](#)

**Видеоматериалы**

19 наиболее часто задаваемых вопросов:



Регистрация в ПС "Обучение"

Авторизация

## Авторизация

**Внимание! С 24.02.2021 все, кто зарегистрировался в 2020 году могут завершить обучение. Видеоурок (можно посмотреть [по ссылке](#)).**

**Архивная версия программы за 2020 год (можно перейти [по ссылке](#)).**

**Пожалуйста, заполните поля, чтобы авторизоваться:**

**Ваш идентификационный ключ**



**Необходимо заполнить «Ваш идентификационный ключ».**

Войти в программу

## Регистрация в ПС "Основы здорового питания"

### Видеурок по темам:

1. Как зарегистрироваться в программном средстве?
2. Как получить личный логин ответственного по обучению в учреждении?
3. Что делать, если Вашей организации нет в выпадающем списке при регистрации?

Можно посмотреть по [ссылке](#)

Выбор обучающей программы	Основы здорового питания для школьников	▼
Федеральный округ	Центральный федеральный округ	▼
Субъект Федерации	Москва	▼
Муниципальное образование	город Москва	▼
Тип Организации	Общеобразовательная организация	▼
Короткое наименование организации	ГБОУ Школа №1516	▼
Тип слушателя	Обучающийся 7-9 классов	▼
Класс	8	✓
Буква класса	а	✓
ФИО (на кого будет сертификат)	ИВАНОВ ИВАН ИВАНОВИЧ	✓
Год рождения	2008	✓

Согласие на обработку персональных данных

Зарегистрироваться

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**

R69M8215SC3682750815

Скопировать номер в буфер обмен

Теперь Вы можете авторизоваться в системе

**НАЖАТЬ НА КНОПКУ АВТОРИЗАЦИЯ**



Авторизация

⬇️ Сохранить регистрационные данные в PDF формате

Регистрация в ПС "Обучение"

Авторизация

## Авторизация

**Внимание! С 24.02.2021 все, кто зарегистрировался в 2020 году могут завершить обучение. Видеоурок (можно посмотреть [по ссылке](#)).**

**Архивная версия программы за 2020 год (можно перейти [по ссылке](#)).**

**Пожалуйста, заполните поля, чтобы авторизоваться:**

Ваш идентификационный ключ

Войти в программу


**1. Ввести свой уникальный номер для входа в программу**

**2. Нажать кнопку**

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

Видеурок от 16.11.2020, **как пройти самостоятельную работу** можно посмотреть по [ссылке](#)

**Как самостоятельно изменить ФИО** можно посмотреть в видеуроке (на 3 минуте 30 секунде) по [ссылке](#)



**ПРОЙТИ  
ВХОДНОЙ  
ТЕСТ**



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

Видеоурок от 16.11.2020, как пройти самостоятельную работу можно посмотреть по [ссылке](#)

Как самостоятельно изменить ФИО можно посмотреть в видеоуроке (на 3 минуте 30 секунде) по [ссылке](#)

# ОТВЕТЫ на ВХОДНОЙ ТЕСТ 100%

## Входной тест:

Выберите один из вариантов ответов, который считаете правильным

1. К числу продуктов функционального питания относятся ...

Продукты, которые получены посредством добавления к ним определённых пищевых добавок

2. Какое действие кальций оказывает на организм человека?

Повышает защитные функции организма, способствует выведению стронция и свинца

3. Здоровое питание – это ...?

Питание, обеспечивающее рост, нормальное развитие и жизнедеятельность человека

4. Продолжительность процесса пищеварения у здорового человека в зависимости от структуры питания составляет

12-36 часов

5. Место обитания кишечной палочки?

Толстый отдел кишечника

6. Продукты, являющиеся эффективным средством для профилактики дисбактериоза

Биомороженое, кефир

7. Какой микроэлемент снижает риск болезней системы кровообращения, онкологических заболеваний?

Селен

8. Наиболее значимыми для организма являются?

Полинасыщенные жирные кислоты

9. К основным источникам добавленных сахаров относится

Кондитерские изделия

10. Рекомендуемое потребление сахара:

Рекомендовано не более 30 грамм в сутки

Сохранить

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

Видеоурок от 16.11.2020, **как пройти самостоятельную работу** можно посмотреть по [ссылке](#)

**Как самостоятельно изменить ФИО** можно посмотреть в видеоуроке (на 3 минуте 30 секунде) по [ссылке](#)

Основные задачи программы

Тема 1

Тема 2

Тема 3

Тема 4

Самостоятельная работа

Сборники рецептур блюд и кулинарных изделий для детского питания, разработанные ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора:

Скачать "Сборник №1.pdf" ↓

Скачать "Сборник №2.pdf" ↓

Совместная работа родителей с детьми по составлению режима дня и меню позволит получить новые навыки, а также существенно сократить риски здоровью, обусловленные нерациональным режимом дня и нездоровым питанием.

Полученные навыки рекомендуется укрепить в ходе практического занятия вход через баннер «Составление режима дня и оценка двигательной активности детей» (на официальном сайте ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора [www.niig.su](http://www.niig.su))

На сайте выложены инструкция по составлению режима дня и ссылка для входа в программное средство.

[Ссылка на урок и выполнение самостоятельной работы](#)



Историческая справка  
Устав института  
Сертификаты, лицензия, аккредитация  
Руководство  
Медосмотры, экспертиза профпригодности  
Контактная информация  
Сведения об образовательной организации  
ОЦЕНКА РИСКА ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ РАЗРАБОТКЕ ПРОЕКТА СЗЗ



Составление режима дня и оценка двигательной активности детей

«66» «Создание ИИИ «Меню» Роспотребнадзора



РОСПОТРЕБНАДЗОР НА СТРАЖЕ ЗДОРОВЬЯ



Гигиенические рекомендации детям и

## ОБ ИНСТИТУТЕ

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 выраженному изменению вкусовых ожиданий. Сокращение в меню выпечных и кондитерских изделий, консервированной продукции, исключение колбасных изделий приведет к нормативному количеству сахара и соли. Указано, что на данном этапе большое значение приобретает грамотное сопровождение питания со стороны родителей и обеспечение преемственности домашнего питания школьному.

На все поступившие вопросы даны ответы. Предложено ознакомиться со сборником рецептов и типовыми меню, размещенными на сайте Института.





ФЕДЕРАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ НАУКИ "НОВОСИБИРСКИЙ  
НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ИНСТИТУТ ГИГИЕНЫ" ФЕДЕРАЛЬНОЙ  
СЛУЖБЫ ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И  
БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА

Поиск

[Об институте](#)

[Новости](#)

[Научная деятельность](#)

[Клиника ПП и ПШОЗ](#)

[Центр профпатологии](#)

[Стратегия развития](#)  
[План работы института](#)  
[Итоги деятельности ФБУН](#)  
["Новосибирский нии](#)  
[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](#)  
(2018-2020)

[Инструкция по составлению режима дня](#)

[Разработка режима дня и оценка двигательной активности ребенка \(блок самостоятельной работы\)](#)

[Посещаемость сайта](#)



Видеоурок как пройти самостоятельную работу можно посмотреть по [ссылке](#)

## Авторизация

**Внимание! С 24.02.2021 все, кто зарегистрировался в 2020 году могут завершить обучение. Видеоурок (можно посмотреть по [ссылке](#)).**

**Пожалуйста, заполните поля, чтобы авторизоваться:**

Идентификационный ключ

Войти в программу



**ОЧЕНЬ ПОДРОБНАЯ  
ИНСТРУКЦИЯ**

**ОТВЕТЫ  
на ВХОДНОЙ  
тест  
100%**

## Выходной контроль

1. Укажите необходимое разнообразие меню, соответствующее принципам здорового питания?

Отсутствие повторов блюд в течение дня и двух смежных с ним календарных дней

2. Здоровое питание – это ...?

Питание, обеспечивающее рост, нормальное развитие и жизнедеятельность человека

3. Какое действие кальций оказывает на организм человека?

Повышает защитные функции организма, способствует выведению стронция и свинца

4. Продукты, являющиеся эффективным средством для профилактики дисбактериоза

Биомороженое, кефир

5. Синдром, который характеризуется клиническими симптомами поражения кишечника, изменением качественного и/или количественного состава нормофлоры, метаболическими нарушениями

Дисбактериоз

6. Средняя продолжительность пережевывания пищи должна составлять

15-20 секунд

7. Какой микроэлемент является составной частью тироксина (гормона щитовидной железы)?

Йод

8. Какой микроэлемент снижает риск болезней системы кровообращения, онкологических заболеваний?

Селен

9. Укажите продукт, содержащий наибольшее количество соли:

Колбасные изделия

10. Содержание сахара на 100 г конфет

65-75 г

Сохранить