O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
MAKTABGACHA VA MAKTAB TA’LIMI VAZIRLIGI
ANDIJON VILOYATI PEDAGOGIK MAHORAT MARKAZI

MAKTABGACHA, BOSHLANG‘ICH VA MAXSUS TA’LIM METODIKALARI KAFEDRASI

ISHLAB CHIQARISHDAN AJRALGAN HOLDA TA’LIM OLISH SHAKLIDAGI UZLUKSIZ KASBIY RIVOJLANTIRISH MAKTABGACHA TA’LIM TASHKILOTI TARBIYACHILARIMALAKA OSHIRISH KURSI UCHUN “MAKTABGACHA TA’LIM TASHKILOTIDA SOG‘LOM OVQATLANTIRISHNING ME’YORIY HUQUQIY ASOSLARI” MODULI (1.5) BO‘YICHA

Ma’ruza matni

Tuzuvchi: G.Ortiqova.

Andijon – 2026

“Tasdiqlayman”

VPMM Direktori

_____T.T.Turg‘unov

“___” _____2026 yil

MAKTABGACHA, BOSHLANG‘ICH VA MAXSUS TA’LIM METODIKALARI KAFEDRASI

ISHLAB CHIQARISHDAN AJRALGAN HOLDA TA’LIM OLISH SHAKLIDAGI UZLUKSIZ KASBIY RIVOJLANTIRISH MAKTABGACHA TA’LIM TASHKILOTI TARBIYACHILARI MALAKA OSHIRISH KURSI UCHUN “MAKTABGACHA TA’LIM TASHKILOTIDA SOG‘LOM OVQATLANTIRISHNING ME’YORIY HUQUQIY ASOSLARI” MODULI (1.5) BO‘YICHA

O‘QUV-USLUBIY MAJMUA

“KIRITILDI”

“Maktabgacha,boshlang‘ich va maxsus ta’lim metodikalari” kafedrasi mudiri

_____ N.Karimova.

(p.f.f.d.PhD)

2026- yil «____» yanvar

“KELISHILDI”

Akademik faoliyat bo‘yicha direktor o‘rinbosari:

_____ O‘.Qurbonov.

(Dotsent)

2026- yil «____» yanvar

Ushbu ishchi o‘quv-uslubiy majmua kafedraning 2026 yil 5-yanvardagi 1-sonli yig‘ilish bayonnomasi bilan ma’qullangan hamda tasdiqga tavsiya etilgan

Andijon 2026

MUNDARIJA

I.	**KIRISH**	**5**
II.	**TEXNOLOGIK XARITA**	**8**
III.	**MA’RUZA MATN VA O‘QUV MATERIALLAR**	**9**
IV.	**O‘Z-O‘ZINI TEKSHIRISH UCHUN TEST SAVOLLARI**	**19**
V.	**ADABIYOTLAR VA MANBALAR RO‘YXATI**	**31**
VI.	**TARQATMA MATERIALLAR**	**32**
VII.	**ATAMALAR IZOHLI LUG‘ATI**	**35**

1.1. Maktabgacha ta’lim tashkilotida sog‘lom ovqatlantirishning me’yoriy huquqiy asoslari

T/r	O‘quv moduli mavzularining nomlari	Auditoriya mashg‘ulotlari		
		Jami	Nazariy	Amaliy
1.	Maktabgacha ta’lim tashkilotlarida sog‘lom ovqatlantirishning ahamiyati.	2	2	
2.	Maktabgacha ta’lim tashkilotlarida sog‘lom ovqatlantirish bo‘yicha xorij tajribasi.	2		2
	Jami	**4**	**2**	**2**

1- mavzu. Maktabgacha ta’lim tashkilotlarida sog‘lom ovqatlantirishning ahamiyati

(2 soat nazariy mashg‘ulot)

Maktabgacha ta’lim tashkilotlarida sog‘lom ovqatlantirishning ahamiyati. Maktabgacha ta’lim tashkilotlarida sog‘lom ovqatlantirish tizimini yanada takomillashtirishga oid qarorlarning mazmun-mohiyati. Maktabgacha ta’lim tashkilotlarida sog‘lom ovqatlantirish tizimi bo‘yicha davlat siyosati va uni amalga oshirish. Sog‘lom ovqatlantirish bo‘yicha davlat talablari va me’yorlari.

2-mavzu. Maktabgacha ta’lim tashkilotlarida sog‘lom ovqatlantirish bo‘yicha xorij tajribasi

(2 soat amaliy mashg‘ulot)

Maktabgacha ta’lim tashkilotlarida sog‘lom ovqatlantirish bo‘yicha xorij tajribasi. Bolalar ovqatlanishiga qo‘yiladigan sanitariya-gigiyena talablari. Sog‘lom ovqatlantirishni tashkil etishda mas’ul shaxslarning vazifalari.

TEXNOLOGIK HARITA

Bosqich	Vaqt	Faoliyat mazmuni	Metodlar
I. Kirish	10 daq.	Mavzuning dolzarbligi, bolalar organizmining o‘ziga xosligi va anomal rivojlanish xavfi.	Ma’ruza, savol-javob
II. Nazariy qism	25 daq.	Nutriyentlar balansi (BZU), kalsiy va vitaminlarning ahamiyati. Gomeostazni saqlash.	Ilmiy taqdimot
III. Amaliy tahlil	25 daq.	Taomnoma (menyu) tuzish tamoyillari va me'yoriy hujjatlar (SanPiN).	Keys-stadi (Case study)
IV. Mustahkamlash	15 daq.	Muammoli vaziyatlar tahlili (masalan: allergik bolalar bilan ishlash).	"Aqliy hujum"
V. Yakun	5 daq.	Talabalarni baholash va uyga vazifa.	Refleksiya

Kirish

Bugungi kunda jamiyat taraqqiyotining muhim omillaridan biri — sog‘lom va barkamol avlodni voyaga yetkazishdir. Bu jarayon, avvalo, bolalik davridan, xususan, maktabgacha ta’lim yoshidan boshlanadi. Chunki aynan ushbu davrda bolaning jismoniy o‘sishi, aqliy rivoji, immuniteti va sog‘lom hayot tarziga bo‘lgan dastlabki ko‘nikmalari shakllanadi. Shuning uchun maktabgacha ta’lim tashkilotlarida bolalar salomatligini mustahkamlash, ularning to‘g‘ri va muvozanatli ovqatlanishini ta’minlash dolzarb vazifalardan biri hisoblanadi.

Sog‘lom ovqatlantirish bolaning kundalik energiya ehtiyojini qondirish bilan birga, uning aqliy faolligi, diqqat-e’tibori, xotirasi va jismoniy faolligiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. To‘g‘ri tashkil etilgan ovqatlanish ratsioni bolalarda turli kasalliklarning oldini olishga, ovqat hazm qilish tizimining me’yorida ishlashiga hamda umumiy sog‘lom rivojlanishga xizmat qiladi. Aksincha, noto‘g‘ri, sifatsiz yoki bir xil ovqatlanish bolalarda kamqonlik, semizlik, vitamin yetishmovchiligi va immunitetning pasayishiga olib kelishi mumkin.

Maktabgacha ta’lim tashkilotlarida sog‘lom ovqatlantirish nafaqat sanitariya-gigiyena talablariga rioya qilish, balki bolalarning yosh xususiyatlari, fiziologik

ehtiyojlari va individual rivojlanish darajasini inobatga olgan holda tashkil etilishi lozim. Shuningdek, bolalarda sog‘lom ovqatlanish madaniyatini shakllantirish, foydali mahsulotlarni tanlashga o‘rgatish va zararli ovqatlarga nisbatan to‘g‘ri munosabatni rivojlantirish ham muhim ahamiyat kasb etadi. Shu boisdan, maktabgacha ta’lim tashkilotlarida sog‘lom ovqatlantirish masalasi pedagoglar, tibbiyot xodimlari va ota-onalarning hamkorligini talab qiladigan muhim ijtimoiy-pedagogik vazifa bo‘lib, kelajak avlodning sog‘lom va har tomonlama yetuk bo‘lib kamol topishida muhim o‘rin tutadi.

1- mavzu. Maktabgacha ta’lim tashkilotlarida sog‘lom ovqatlantirishning ahamiyati

(2 soat nazariy mashg‘ulot)

1. Maktabgacha ta’lim tashkilotlarida sog‘lom ovqatlantirishning ahamiyati.
2. Maktabgacha ta’lim tashkilotlarida sog‘lom ovqatlantirish tizimini yanada takomillashtirishga oid qarorlarning mazmun-mohiyati.
3. Maktabgacha ta’lim tashkilotlarida sog‘lom ovqatlantirish tizimi bo‘yicha davlat siyosati va uni amalga oshirish.
4. Sog‘lom ovqatlantirish bo‘yicha davlat talablari va me’yorlari.

1.Tarbiyalanuvchilarning sog‘lom ovqatlanishini tashkil etish maktabgacha ta’lim tashkilotlarining oshxonalarida sanitariya qoidalari, normalari va gigiena normativlariga muvofiq shart-sharoitlar yaratilgan holda amalga oshiriladi. Maktabgacha ta’lim tashkilotlarini oziq-ovqat mahsulotlari bilan ta’minlash tartibini o‘rganish hamda sifat talablariga va sanitariya-gigiena normalariga javob beradigan oziq-ovqat mahsulotlari va tayyor ovqatlar yetkazib berishning shaffof hamda soddalashtirilgan tizimini yaratish bo‘yicha takliflar tayyorlash bugungi kunning eng dolzarb masalalaridan biri hisoblanadi.

Davlat maktabgacha ta’lim tashkilotlarida tarbiyalanuvchilarni sog‘lom ovqatlantirishni tashkil etish ishlarini yanada takomillashtirish, belgilangan sanitariya qoidalari, normalari va gigiena normativlariga muvofiq holda ovqatlantirishni tashkil etish orqali bolalarning sog‘lom va barkamol o‘sishini ta’minlash, sog‘lom ovqatlantirishning zamonaviy usullarini joriy etgan holda ta’lim-tarbiya sifati va samaradorligini oshirish uchun keng imkoniyatlar yaratishdan iborat.

Maktabgacha ta’lim tashkilotidagi oziq-ovqat mahsulotlari va tayyorlanayotgan taomlar, shuningdek, ularda foydalaniladigan texnologik jihozlarning sanitariya qoidalari, normalari va gigiena normativlariga mosligi, oshxona xodimlari tomonidan sanitariya-gigiena tadbirlari bajarilishiga rioya etilishini aniqlash yuzasidan tasdiqlangan jadval asosida har oyda sanitariya holati o‘rganib borilishini

ta’minlashdan iborat. Maktabgacha ta’lim vazirligi va Moliya vazirligi bilan birgalikda maktabgacha ta’lim tashkiloti tarbiyalanuvchilarini oziq-ovqat mahsulotlari bilan ta’minlashni belgilovchi sanitariya qoidalari, normalari va gigiena normativlarini uch oy muddatda qayta ko‘rib chiqib, zarur hollarda o‘zgartirish kiritish choralari ko‘riladi. Maktabgacha ta’lim tashkilotida sog‘lom va xavfsiz ovqatlanishni tashkil etishning asosiy maqsadi tarbiyalanuvchilarining sog‘lom va barkamol o‘sishini ta’minlash, oshxonalarda sifatli taomlar tayyorlash, taomlarni iste’mol qilish uchun gigienik talablarga muvofiq sharoitlar yaratish hisoblanadi. Maktabgacha ta’lim tashkilotida sog‘lom va xavfsiz ovqatlanishni tashkil etishning asosiy vazifalari hisoblanadi. Tarbiyalanuvchilarningbelgilangan sanitariya qoidalari, normalari va gigiena normativlariga muvofiq holda ovqatlanishini tashkil etish. Tarbiyalanuvchilarni sifatli oziq-ovqat mahsulotlari bilan ta’minlashdan iborat. Maktabgacha ta’lim tashkilotlarida sog‘lom ovqatlantirishni tashkil etishning maqsadi tarbiyalanuvchilarning sog‘lom va barkamol o‘sishini ta’minlash, oshxonalarda sifatli taomlar tayyorlash, taomlarni iste’mol qilish uchun gigienik talablarga muvofiq sharoitlar yaratish hisoblanadi.

Quyidagilar maktabgacha ta’lim tashkilotlarida sog‘lom ovqatlantirishni tashkil etishning asosiy vazifalari hisoblanadi:

-tarbiyalanuvchilarning belgilangan sanitariya qoidalari, normalari va gigiena normativlariga muvofiq holda ovqatlanishni tashkil etish;

-tarbiyalanuvchilarni sifatli oziq-ovqat mahsulotlari bilan ta’minlash;

-oziq-ovqat mahsulotlari hamda taomlarning xavfsizligi va sifatini kafolatlash;

-tarbiyalanuvchilarda ovqatlantirish bilan bog‘liq yuqumli kasalliklarning tarqalishiga yo‘l qo‘ymaslik;

-tarbiyalanuvchilar o‘rtasida sog‘lom ovqatlantirish ko‘nikmalarini shakllantirish;

-taomlarni tayyorlashda, oziq-ovqat mahsulotlarini qabul qilish hamda saqlashda sanitariya qoidalari, normalari va gigiena normativlariga qat’iy rioya qilish.

Tarbiyalanuvchilarni sog‘lom ovqatlantirish borasida autsorsing korxonalari jalb qilinmagan hollarda bevosita maktabgacha ta’lim tashkilotlari tomonidan tashkil etiladi. Tarbiyalanuvchilarni sog‘lom ovqatlantirishni sanitariya-gigiena tadbirlari va epidemiyaga qarshi tadbirlar bajarilishiga qat’iy rioya qilgan holda tashkil etiladi.

Oshpazlar tomonidan taom tayyorlash jarayonida texnologiya va texnika xavfsizligi qoidalariga amal qilinishi muhim o‘rin tutadi.

Taom tayyorlashni texnologiya asosida amalga oshirish, oziq-ovqat mahsulotlarini sifatli qabul qilish, saqlash uchun zarur sharoitlar yaratish sog‘lom ovqatlantirishning asosiy vazifalaridan biri hisoblanadi.

Taomnomaga muvofiq mahsulotlar to‘liq yetkazilishi va sarflanishini ta’minlash kerak. Oshpazlar har uch yilda bir marta malakasini oshirgan, tibbiy ko‘rikdan o‘tgan holda ishga qabul qilinadi.

Taomnoma tuzishda asosiy shartlardan biri taomlar xilma-xilligiga e’tibor berish hamda imkon qadar barcha turdagi oziq-ovqat mahsulotlarini (go‘sht, baliq, va sut mahsulotlari, yangi mevalar, sabzavotlar va boshqalar) taomlar tarkibiga kiritish, shuningdek taomlarni hafta davomida takrorlanmasligini hisobga olishdan iboratdir. Bundan tashqari mahsulotlarni bir- biriga mos kelishini hamda taomlarni bir-biriga bog‘iqligini (qo‘shila olishini) hisobga olish muhim ahamiyatga ega.

Taomnoma tuzishni tushlikdan boshlash, chunki asosiy oziq-ovqat mahsulotlarining ko‘p qismi tushlikda sarflanadi. Shuningdek, me’yordagi go‘sht mahsuloti to‘liq tushlikda, asosan ikkinchi taom uchun sarflanadi.

Yaxna taom sifatida ko‘proq turli xil sabzavotlardan (bodiring, pomidor, yangi karam, sabzi, qizil lavlagidan va hakazo) ko‘kat qo‘shib tayyorlangan salatlardan foydalaniladi. Salatlarga faqat o‘simlik yoki (makkajo‘xori, kungaboqar, zaytun) qo‘shiladi.

Maktabgacha ta’lim tashkilotida birinchi taomlarning turi keng bo‘lishi bilan birga ular tarkibiga turli xil go‘sht, baliq, va tovuq, qaynatmalarida tayyorlangan sho‘rvalar kiritilishi lozim.

Bundan tashqari birinchi taomlar tarkibiga go‘shtsiz, jumladan, sabzavotli, yormalifrikadelkali sho‘rvalar, uzma oshlar, shuningdek sutli va mevali suyuq oshlar kiritilishi kerak.

Ikkinchi taom sifatida kotlet, bitochka, gulyash, qaynatilgan, dimlangan va boshqa shu kabi ko‘rinishdagi go‘sht tovuq yoki baliqdan tayyorlangan taomlarni, shuningdek go‘shtli, go‘shtli-sabzavotli, go‘shtli-yormali taomlarni kiritish tavsiya etiladi. Garnir

tayyorlashda, kartoshka, sabzavotlar, yorma va makaron mahsulotlaridan foydalaniladi.

Tushlikda beriladigan ichimlik sifatida meva va quritilgan mevalardan tayyorlangan kompot yoki kisel berilishi mumkin. Shuningdek qadoqdangan meva va sabzavot sharbatlari, namatak ichimligi berilishi tavsiya etiladi.

Ertalabki nonushta yaxna taom, issiq taom va issiq ichimlikdan iborat bo‘ladi. Yaxna taom sifatida pishloq, salat (pishloqli, capyog‘li buterbrod) hamda sutli bo‘tqalar beriladi.

Ichimlik sifatida: ertalabki nonushtaga sutli kakao, sut, sutli choy, kechki ovqatga sut, qatiq, choy, sutli choy, limonli choy berilishi tavsiya qilinadi.

Ikkinchi tushlik asosan ikkita taomdan: sut mahsuloti va saryog‘, tuxum, sut hamda shirinliklar solib tayyorlangan bulochka yoki qandolat mahsulotlaridan iborat bo‘ladi.

Bolalarni ovqatlantirishda idish-tovoqlar yetarli bo‘lishi va stol atrofida o‘tirishlari uchun qulay shart-sharoitlar yaratilganligiga e’tibor berilishi, taomlarni tarqatishda esa did bilan juda issiq yoki sovuq bo‘lmagan holda tarqatilishi tavsiya etiladi. Bolalarni stol atrofida tozalikka va saranjom-sarishtalikka e’tiborli bo‘lishlarini uqtirmoq lozim.

Shuningdek, bolalar ovqatlanish uchun stol atrofiga o‘tirganlarida taomlar stolga qo‘yilishini yoki bir taomni iste’mol qilib bo‘lganlaridan keyin, ikkinchi taomni stolga tortilishini kutib qolmasliklari kerak. Tarbiyalanuvchilarni sog‘lom ovqatlantirishni tashkil etish uchun tegishli tuman, tuman (shahar) maktabgacha ta’lim bo‘limlari mudirlari hamda maktabgacha ta’lim tashkiloti rahbarlari mas’ul hisoblanadi.

So‘nggi yillarda O‘zbekiston Respublikasida maktabgacha ta’lim tizimini rivojlantirishga alohida e’tibor qaratilmoqda. Davlat siyosatining ustuvor yo‘nalishlaridan biri sifatida maktabgacha yoshdagi bolalarning sog‘lig‘ini mustahkamlash, ularni har tomonlama barkamol etib tarbiyalash masalasi belgilab olindi. Bu jarayonda bolalarning to‘g‘ri, sog‘lom va muvozanatli ovqatlanishini tashkil etish muhim ahamiyat kasb etadi.

2.Amaliyotda maktabgacha ta’lim tashkilotlarida ovqatlantirish tizimi bilan bog‘liq bir qator muammolar mavjud edi. Jumladan, ovqat mahsulotlari sifati bir xil darajada bo‘lmasligi, menyularning zamonaviy ovqatlanish talablari va bolalarning fiziologik ehtiyojlariga to‘liq mos kelmasligi, nazorat mexanizmlarining yetarli

darajada yo‘lga qo‘yilmagani kabi holatlar kuzatilgan. Shu sababli mazkur sohada tizimli islohotlarni amalga oshirish zarurati yuzaga keldi.

Ana shu ehtiyojlardan kelib chiqib, 2025-yil 6-yanvarda O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi tomonidan “Davlat maktabgacha ta’lim tashkilotlarida sog‘lom ovqatlantirish tartibini takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida” qaror qabul qilindi. Ushbu qaror maktabgacha ta’lim tashkilotlarida ovqatlantirish tizimini yangi bosqichga olib chiqishga qaratilgan muhim normativ-huquqiy hujjat hisoblanadi.
Mazkur qarorning qabul qilinishidan ko‘zlangan asosiy maqsad — maktabgacha yoshdagi bolalarni sog‘lom, xavfsiz va sifatli ovqat bilan ta’minlash orqali ularning jismoniy, aqliy hamda ruhiy rivojlanishi uchun qulay shart-sharoitlar yaratishdan iboratdir. Qaror bolalar salomatligini mustahkamlashni ta’lim sifati bilan uzviy bog‘liq holda ko‘rib chiqadi.

Qarorda quyidagi ustuvor vazifalar belgilab berilgan:

bolalar ovqatlanishini ilmiy asoslangan me’yorlar asosida tashkil etish;

ovqat tarkibining foydali, to‘yimli va xavfsiz bo‘lishini ta’minlash;

ovqatlantirish jarayonida sanitariya-gigiyena qoidalariga qat’iy rioya etish;

ovqat tayyorlash va tarqatish tizimini zamonaviy talablar asosida qayta tashkil etish;

sohada shaffoflikni ta’minlash va nazorat mexanizmlarini kuchaytirish.

Shuningdek, qarorda ovqatlantirish tizimini boshqarish va moliyalashtirish masalalariga ham alohida e’tibor qaratilgan. Ovqatlanish jarayonida byudjet mablag‘laridan oqilona va maqsadli foydalanish, turli suiiste’molliklarning oldini olish ham qarorning muhim jihatlaridan biri hisoblanadi.

Umuman olganda, ushbu yangi qaror maktabgacha ta’lim tashkilotlarida sog‘lom ovqatlantirishni tashkil etish bo‘yicha yagona, tizimli va zamonaviy yondashuvni joriy

etishga xizmat qiladi. Qaror bolalar salomatligini muhofaza qilish, sog‘lom avlodni tarbiyalash va kelajak jamiyatining mustahkam poydevorini yaratishga qaratilgan muhim hujjat sifatida katta ahamiyatga ega.

Maktabgacha ta’lim tashkilotlarida sog‘lom va to‘g‘ri ovqatlanishni ta’minlashning eng muhim omillaridan biri — bu ovqatlanish rejalarining to‘g‘ri va yoshga mos belgilanishidir. O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining qaroriga asosan, davlat maktabgacha ta’lim tashkilotlarida bolalar ovqatlanishini standartlashtirish va sog‘lom ovqatlarni ishlab chiqish maqsadida “Yagona mavsumiy taomnoma” tizimi joriy etiladi.

2.1. Yagona taomnomaning mazmuni va afzalliklari

“Yagona mavsumiy taomnoma” bolalar ovqatlanishini faslga mos ravishda tashkil etishni nazarda tutadi. Yani, yilning har bir fasli uchun alohida taomlar ro‘yxati ishlab chiqiladi, bu ro‘yxatning har bir elementi bolalarning yoshiga mos ravishda, ularning fiziologik ehtiyojlarini hisobga olgan holda tayyorlanadi. Mazkur taomnomaning asosiy vazifasi — bolalarga zarur bo‘lgan barcha oziq moddalari, vitaminlar, minerallar, oqsillar va yog‘lar bilan ta’minlanishini ta’minlashdir.

Yagona taomnomaning joriy etilishining bir nechta afzalliklari mavjud:

Sog‘lom va muvozanatli ovqatlanish: Taomnoma bolalarning o‘sish va rivojlanishi uchun zarur bo‘lgan barcha oziq moddalarining muvozanatini ta’minlaydi. Bu, o‘z navbatida, bolalarning jismoniy va aqliy rivojlanishiga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi.

Oqsil, yog‘ va uglevodlar balansining ta’minlanishi: Ovqatlarning tarkibi bolalarning yoshiga mos ravishda, sog‘lom ovqatlanish me’yorlariga muvofiq ravishda ishlab chiqiladi. Shu tariqa, bolalarning kundalik ovqatlanishida oqsil, yog‘ va uglevodlar o‘rtasidagi balansni ta’minlash imkoniyati yaratiladi.

Bolalar salomatligini mustahkamlash: To‘g‘ri va muvozanatli ovqatlanish bolalar orasida kamqonlik, semirish va boshqa turli xil ovqatlanish bilan bog‘liq

kasalliklarning oldini olishda muhim rol o‘ynaydi. Ayniqsa, yosh bolalarning immun tizimini mustahkamlashda ovqatlanishning ahamiyati katta.

Tuproq va oziq-ovqatning mavsumiy xilma-xilligi: Yiliga ikki marta — kuz va bahor fasllarida yangi taomnoma ishlab chiqiladi. Bu yondashuv orqali bolalar mahalliy va mavsumiy mahsulotlar bilan ta’minlanadi, shuningdek, oziq-ovqatni sifatli va ekologik jihatdan xavfsiz saqlash imkoniyati oshadi.

2.2. O‘zgartirilgan menyu tizimi va ta’lim tashkilotlariga etkazib berish

Yagona taomnoma faqat oziq-ovqatni tanlashni emas, balki uning tayyorlanishi va maktabgacha ta’lim tashkilotlariga etkazib berilishi jarayonlarini ham o‘z ichiga oladi. Bunda asosiy e’tibor quyidagi jihatlarga qaratiladi:

Menyu ishlab chiqishda ilmiy yondashuv: Maktabgacha ta’lim tashkilotlarida bolalarga taqdim etiladigan oziq-ovqatlar muvofiqlashtirilgan ilmiy tavsiyalar asosida ishlab chiqiladi. Menyu yoshga mos ravishda, bolalarning kasalliklarga qarshi kurashish qobiliyatini oshiruvchi mahsulotlar bilan to‘ldiriladi.

Sanitariya-gigiyena talablariga rioya etish: Menyu ishlab chiqishda, shuningdek, bolalar ovqatlarining xavfsizligi, sifatini va gigiyenik holatini ta’minlash muhim ahamiyatga ega. Ushbu jarayonda oziq-ovqat xavfsizligi va sanitariya-gigiyena talablariga to‘liq rioya etilishiga katta e’tibor qaratiladi.

Oshxonalar va oshpazlarni tayyorlash: Ovqat tayyorlash jarayonida oshpazlar va boshqa mutaxassislarning malakasi hamda ishlatiladigan texnologiyalar yangilanadi. Shuningdek, oshxonalar zamonaviy texnika va jihozlar bilan ta’minlanadi, bu esa ovqatlarning sifatini yaxshilashga yordam beradi.

Tadbirkorlik sektori ishtiroki: Ovqatlantirish tizimini joriy etish va uni boshqarish bo‘yicha tadbirkorlar bilan hamkorlikda yangi tizimni amalga oshirish

rejalashtirilgan. Tadbirkorlar bilan shartnomalar tuzish orqali maktabgacha ta’lim tashkilotlarida ovqatlarni tayyorlash va yetkazib berish xizmatlarini sifatli va samarali tashkil etish mumkin bo‘ladi.

2.3. Taomnomaning monitoringi va nazorati

Yagona taomnoma tizimini amalga oshirishda muhim bosqichlardan biri — uning samaradorligini monitoring qilish va nazorat qilishdir. Bu jarayon Ta’lim sohasida ovqatlantirishni tashkil etish va nazorat qilish markazi tomonidan amalga oshiriladi. Markazning asosiy vazifasi — taomnomaning to‘g‘ri bajarilishini, sanitariya-gigiyena qoidalariga rioya etilishini va ovqatlanish jarayonining barcha bosqichlari bo‘yicha sifatli nazoratni ta’minlashdir.Oziq-ovqat bilan bog‘liq barcha jarayonlar raqamli platformalar orqali monitoring qilinadi. Bu orqali oshxonalar va ovqat taqdim etuvchi tashkilotlarning ishlari shaffof tarzda kuzatib boriladi. Natijada, mavjud muammolarni tezkor hal etish imkoniyati yaratiladi.

2.4. Yagona taomnomaning ijtimoiy ta’siri

Yagona taomnomaning joriy etilishi maktabgacha ta’lim tizimi uchun nafaqat sog‘lom ovqatlanishni tashkil etish, balki ijtimoiy barqarorlikka ham ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Bu tizim orqali bolalar uchun zarur oziq-ovqatlar taqdim etilayotgani sababli, ijtimoiy tengsizliklarning oldini olish hamda ota-onalarga qo‘shimcha xarajatlarni kamaytirish imkoniyati paydo bo‘ladi.Shuningdek, taomnoma orqali ijtimoiy jamoalar o‘rtasida sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish va bolalar o‘rtasida sog‘lom ovqatlanish madaniyatini shakllantirish mumkin bo‘ladi.

Yagona mavsumiy taomnoma va ovqatlantirish tizimini joriy etishning muhim jihatlaridan biri — bu nazorat va monitoring tizimining kuchaytirilishidir. Sog‘lom ovqatlanish va oziq-ovqat xavfsizligini ta’minlash uchun amalga oshiriladigan har bir qadamni nazorat qilish zarurati bor. Bu, ayniqsa, maktabgacha ta’lim tashkilotlarida bolalar salomatligini himoya qilishda juda muhim rol o‘ynaydi.

3.1. Ta’lim sohasida ovqatlantirishni tashkil etish va nazorat qilish markazi

O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining qaroriga muvofiq, Ta’lim sohasida ovqatlantirishni tashkil etish va nazorat qilish markazi tashkil etilishi belgilangan. Ushbu markazning asosiy vazifasi — sog‘lom ovqatlantirish jarayonlarini nazorat qilish, ovqat mahsulotlarining sifatini, xavfsizligini, shuningdek, ovqatlanish jarayonidagi sanitariya-gigiyena qoidalariga rioya etilishini ta’minlashdir.

Markazning faoliyati quyidagi yo‘nalishlarda amalga oshiriladi:

Sifat nazorati: Ovqatlanish jarayonida ishlatiladigan barcha mahsulotlar va ingredientlarning sifatini doimiy ravishda tekshirib borish. Ushbu nazorat orqali zararli moddalar, kimyoviy qo‘shimchalar yoki yaroqsiz mahsulotlar ishlatilishining oldini olish mumkin.Sanitariya-gigiyena qoidalariga rioya etish: Maktabgacha ta’lim muassasalarida ovqatlanish jarayonida sanitariya-gigiyena talablariga rioya etilishini ta’minlash. Bu talablar oshxonalarda ishlov berish, ovqat tayyorlash va saqlash sharoitlariga taalluqli bo‘ladi. Nazorat orqali xatoliklar va buzilishlarni erta aniqlash mumkin.Bolalar ovqatlanishini ilmiy asoslash: Ovqat tayyorlash va taqdim etish jarayonlarini ilmiy jihatdan asoslab, bolalarning yoshiga, fiziologik ehtiyojlariga mos keladigan menyularni ishlab chiqish va ularni nazorat qilish. Bu orqali bolalarning turli yosh guruhlari uchun zarur bo‘lgan vitaminlar va minerallar miqdori ta’minlanadi.Monitoring tizimining raqamlashtirilishi: Ovqatlanish jarayonining barcha bosqichlarini nazorat qilish uchun raqamli monitoring tizimi joriy etiladi. Bu tizim orqali oziq-ovqat mahsulotlarining har bir bosqichi, shu jumladan tayyorlanishi, saqlanishi va tarqatilishi raqamli formatda nazorat qilinadi. Natijada, barcha jarayonlarning shaffofligi oshadi va islohotlarning samaradorligi sezilarli darajada kuchayadi.

3.2. O‘qituvchilar, ota-onalar va jamoatchilik ishtiroki

O‘zbekiston hukumati, sog‘lom ovqatlanishni tashkil etish va bolalar salomatligini nazorat qilish jarayonida faqat davlat tomonidan emas, balki ota-onalar va jamoatchilikning faol ishtirokini ham ta’minlashni muhim deb biladi. Bolalar ta’limida jamoatchilikni jalb etishning bir nechta afzalliklari mavjud:

Ota-onalarning ta’limda faolligi: Ota-onalar maktabgacha ta’lim tashkilotlarida bolalarining ovqatlanishiga bevosita ta’sir o‘tkazadigan eng muhim shaxslar hisoblanadi. Ota-onalarga maktabgacha ta’lim muassasalarida bolalarining sog‘lom ovqatlanishini ta’minlash bo‘yicha ma’lumotlar beriladi va ular faol ishtirok etishi uchun imkoniyat yaratiladi. Shuningdek, ota-onalar o‘z farzandlari uchun eng yaxshi ovqatlanish shart-sharoitlarini yaratish borasida o‘z tavsiyalarini bildirishi mumkin.

Jamoatchilik nazorati: Davlat tomonidan taqdim etilgan tizim orqali jamoatchilik o‘z faoliyatini kuchaytiradi. Maktabgacha ta’lim tashkilotlarida ovqatlantirishni tashkil etish bo‘yicha jamoatchilik faoliyati va himoya guruhlari tashkil qilinadi. Bu guruhlar ovqat sifati, ovqatlantirish jarayonidagi buzilishlar haqida doimiy monitoring olib boradi va xatoliklar aniqlanganda darhol tegishli organlarga xabar beradi.

3.3. Nazorat va monitoringning samaradorligi

Sog‘lom ovqatlanish tizimi, eng avvalo, uning samarali nazorati va monitoringiga bog‘liqdir. Agar monitoring tizimi samarali tashkil etilgan bo‘lsa, ta’lim muassasalarida bolalar ovqatlanishiga oid barcha masalalar to‘g‘ri yo‘lga qo‘yilgan bo‘ladi. Buning uchun tizimning har bir qadamida quyidagi omillarni nazorat qilish lozim:

Ovqat mahsulotlarining sertifikatlanishi: Har bir ovqat mahsuloti sertifikatlangan bo‘lishi kerak. Bu mahsulotlar ekologik toza, xavfsiz va bolalar uchun zarur bo‘lgan barcha oziq moddalari bilan to‘ldirilgan bo‘lishi lozim.

Oshxonadagi sanitariya holati: Oshxonada ishlash uchun barcha sanitariya talablariga javob beradigan jihozlar, texnologiyalar va xodimlar bo‘lishi kerak. Nazorat tizimi oshxonada har bir xodimning malakasini va ishlash sharoitlarini tekshiradi.

Menyu va taomnomaning mosligi: Har bir maktabgacha ta’lim muassasasida taomnomaning yoshi va yosh guruhlariga mosligi doimiy ravishda tekshiriladi. Bu, ovqatlanishning yuqori sifatini va bolaning organizmining rivojlanishiga mos kelishini ta’minlaydi.

3.4. O‘qituvchilarning roli va ta’lim-tarbiyaviy aspektlar

O‘qituvchilar va pedagog xodimlarning roli juda katta. Ular faqat bolalar uchun maxsus tayyorlangan taomnoma asosida ta’lim berish bilan birga, bolalarni sog‘lom turmush tarziga o‘rgatish, ular orasida to‘g‘ri ovqatlanish madaniyatini shakllantirishda bevosita ishtirok etadilar.

Pedagoglarning vazifasi:

Bolalar bilan sog‘lom ovqatlanish mavzusida mashg‘ulotlar o‘tkazish.

Sog‘lom ovqatlarni tanitish va o‘qitish orqali bolalarda to‘g‘ri ovqatlanish odatlarining shakllanishiga yordam berish.

Ota-onalar bilan hamkorlikda bolalarining ovqatlanish odatlariga oid maslahatlar berish.

3.5. Qarorlarning ijtimoiy va pedagogik ahamiyati

Ushbu qarorlar, nafaqat ovqatlantirish tizimini yaxshilashni, balki umumiy ta’lim sohasining sifatini oshirishni ham nazarda tutadi. Bolalar sog‘lom ovqatlanish orqali:

O‘z salomatliklarini himoya qilishadi.

Ko‘proq energiya va aqliy faoliyatni ta’minlaydigan ovqatlar iste’mol qiladilar.

Kamqonlik, semirish, diabet kabi kasalliklarning oldini olishga erishiladi.

Maktabga tayyorgarlikda muvaffaqiyatli bo‘lishadi, chunki sog‘lom ovqatlanish, albatta, bolalarning diqqatini va o‘qish qobiliyatini oshiradi.

Shu tariqa, yangi qarorlarning amalga oshirilishi nafaqat bolalar salomatligini himoya qilish, balki umumiy ta’lim tizimini sifatli, barqaror va samarali qilishga xizmat qiladi. Ushbu tizimning muvaffaqiyatli amalga oshirilishi ijtimoiy barqarorlik va farovonlikka olib keladi.

Albatta, endi **4-qism**ni kengaytirilgan tarzda tayyorlab beraman. Ushbu qismda qarorlarning ijtimoiy va pedagogik ahamiyati haqida batafsilroq ma’lumotlar keltiriladi.

4. Qarorlarning ijtimoiy va pedagogik ahamiyati

Maktabgacha ta’lim tashkilotlarida sog‘lom ovqatlantirishni takomillashtirishga qaratilgan yangi qarorlar nafaqat ta’lim tizimini rivojlantirishga, balki ijtimoiy barqarorlik va farovonlikni ta’minlashga ham katta hissa qo‘shadi. Bu qarorlarning

amalga oshirilishi bolalar salomatligini mustahkamlash, ularning aqliy va jismoniy rivojlanishini qo‘llab-quvvatlashda, shuningdek, umumiy ta’lim jarayonini sifatli va samarali tashkil etishda muhim rol o‘ynaydi.

4.1. Ijtimoiy ahamiyati

Sog‘lom ovqatlanish tizimini takomillashtirishga qaratilgan qarorlar, nafaqat bolalar uchun, balki jamiyatning butun ijtimoiy tizimi uchun muhim ahamiyatga ega. Bolalarning ovqatlanishi bevosita ularning sog‘lig‘i va rivojlanishiga ta’sir etishi sababli, maktabgacha ta’lim tizimida sog‘lom ovqatlanish jarayonini yaxshilash ijtimoiy barqarorlikni ta’minlashga qaratilgan harakatdir.

Kam ta’minlangan oilalar uchun imtiyozlar

Sog‘lom ovqatlanishni ta’minlashga qaratilgan qarorlar, xususan, kam ta’minlangan oilalar uchun katta ahamiyatga ega. Maktabgacha ta’lim tashkilotlarida bolalarga sog‘lom va muvozanatli ovqat taqdim etish orqali ota-onalarga qo‘shimcha xarajatlarni kamaytirish imkoniyati yaratiladi. Bu, ayniqsa, iqtisodiy qiyinchiliklarga duch kelayotgan oilalar uchun ahamiyatli bo‘lib, ularning farzandlariga sifatli ta’lim va sog‘lom ovqatlanish imkoniyatlarini yaratadi.

Tenglikni ta’minlash

Maktabgacha ta’limdagi sog‘lom ovqatlanish tizimini yangilash, barcha bolalar uchun teng shart-sharoitlarni yaratishga xizmat qiladi. Sog‘lom ovqatlantirishning standartlashtirilgan tizimi orqali, turli ijtimoiy qatlamlarga mansub bolalar uchun bir xil sifatli va sog‘lom ovqatlar taqdim etiladi. Bu tenglikni ta’minlaydi va har bir bolaning rivojlanishi uchun bir xil imkoniyatlarni yaratadi.

Sog‘lom jamiyatni yaratish

Sog‘lom avlodni tarbiyalash orqali jamiyatning kelajakdagi farovonligini ta’minlash mumkin. Agar bolalar sog‘lom ovqatlanish orqali yaxshi rivojlansalar, ular nafaqat jismoniy, balki aqliy jihatdan ham barqaror bo‘ladilar. Bu esa kelajakda jamiyatda sog‘lom va samarali faoliyat yuritadigan, mas’uliyatli fuqarolarni shakllantiradi. Shunday qilib, sog‘lom ovqatlanish tizimi jamiyatning mustahkamlanishiga va barqaror rivojlanishiga yordam beradi.

Pedagogik ahamiyati

Sog‘lom ovqatlanish tizimi nafaqat bolalar salomatligiga, balki ularning ta’lim-tarbiyaviy jarayoniga ham bevosita ta’sir etadi. Bolalar ovqatlanish orqali o‘zining jismoniy va aqliy rivojlanishida muhim o‘zgarishlar yuz beradi, bu esa o‘z navbatida, maktabgacha ta’lim jarayonining samaradorligini oshiradi.

Bolalar salomatligini mustahkamlash

Sog‘lom ovqatlanish tizimi maktabgacha yoshdagi bolalarning salomatligini mustahkamlashga qaratilgan birinchi qadamdir. Ovqat tarkibi muvozanatli va bolalar uchun foydali bo‘lgan oziq-ovqatlardan iborat bo‘lishi kerak. Yagona mavsumiy taomnoma tizimi orqali, bolalar turli vitaminlar, minerallar va oziq moddalarini o‘z vaqtida oladi, bu ularning immun tizimini mustahkamlashga va kasalliklarga qarshi kurashishda yordam beradi.

Sog‘lom ovqatlanish nafaqat bolalarning jismoniy salomatligini yaxshilaydi, balki ularning ruhiy va aqliy salomatligini ham qo‘llab-quvvatlaydi. Yaxshi ovqatlanish, bolalarning diqqatini jamlashini, o‘qishdagi muvaffaqiyatlarini oshirishga yordam beradi.

Intellektual rivojlanish

Sog‘lom ovqatlanishning pedagogik ahamiyati shundaki, to‘g‘ri ovqatlanish bolalar intellektual rivojlanishiga bevosita ta’sir qiladi. Bolalar uchun to‘g‘ri ovqatlar, ayniqsa, aqliy faoliyatni oshiradigan oziq moddalar bilan to‘ldirilgan taomlar, ularning o‘qish va o‘rganish jarayonida yuqori samaradorlikni ta’minlaydi. Shuningdek, sog‘lom ovqatlanish orqali bolalar o‘zlariga bo‘lgan ishonchni mustahkamlashadi va ijtimoiy faol bo‘lishadi.

Pedagogik metodlarning takomillashuvi

Sog‘lom ovqatlanish tizimi pedagoglarga bolalar bilan ishlashda yangi metod va yondashuvlarni qo‘llash imkoniyatini yaratadi. Agar bolalar yaxshi ovqatlanadigan bo‘lsa, ular o‘zlarini baxtli va sog‘lom his qilishadi, bu esa o‘qituvchilarga tarbiyaviy jarayonda yaxshiroq natijalarga erishish imkonini beradi. Pedagoglar, shuningdek, bolalarga sog‘lom ovqatlanishning ahamiyatini o‘rgatish orqali ular orasida to‘g‘ri ovqatlanish madaniyatini shakllantirishlari mumkin.

Ota-onalar bilan hamkorlik

Ota-onalar va ta’lim muassasalari o‘rtasida sog‘lom ovqatlanish masalasida o‘zaro hamkorlikni rivojlantirish, pedagogik faoliyatning samaradorligini oshiradi. Ota-onalar bolalarining ovqatlanishiga oid masalalarda xabardor bo‘lib, ularni ta’lim muassasalaridagi yangiliklar va standartlar haqida ma’lum qilinadi. Shunday qilib, o‘qituvchilar va ota-onalar birgalikda bolalarning sog‘lom ovqatlanishini ta’minlashda faol ishtirok etadilar.

Qarorlarning ta’lim tizimiga ijobiy ta’siri

Sog‘lom ovqatlanish tizimi faqat maktabgacha ta’lim muassasalarida emas, balki butun ta’lim tizimida o‘zining ijobiy ta’sirini ko‘rsatadi. Sog‘lom ovqatlanish orqali bolalar nafaqat salomatlikni, balki ijtimoiy va intellektual rivojlanish bo‘yicha ham yuqori natijalarga erishadilar. Bu esa, o‘z navbatida, kelajakda ularning maktab ta’limidagi muvaffaqiyatiga ta’sir qiladi.

Sog‘lom ovqatlanish tizimini takomillashtirish bo‘yicha qabul qilingan qarorlar nafaqat bolalar salomatligini yaxshilashga, balki ta’lim tizimining umumiy sifatini oshirishga ham xizmat qiladi. Bu qarorlarning ijtimoiy va pedagogik ahamiyati ulkan bo‘lib, ularning amalga oshirilishi jamiyatdagi barqarorlikni ta’minlash, sog‘lom va barkamol avlodni tarbiyalashga xizmat qiladi. Ovqatlanish tizimini yangilash bolalarning faolligini, aqliy va jismoniy rivojlanishini qo‘llab-quvvatlash orqali ta’lim tizimining samaradorligini oshiradi va ijtimoiy farovonlikni yaxshilaydi.

Maktabgacha ta’lim tizimida sog‘lom ovqatlantirish tizimini takomillashtirishga qaratilgan qarorlar, shubhasiz, bolalar salomatligini yaxshilash, ta’lim sifatini oshirish va jamiyatning farovonligini ta’minlashda muhim rol o‘ynaydi. Ushbu qarorlarning ijtimoiy va pedagogik ahamiyati juda katta bo‘lib, ular nafaqat bolalar salomatligini, balki umumiy ta’lim tizimini ham isloh qilishga xizmat qiladi.

Sog‘lom ovqatlanish tizimining muhimligi Sog‘lom ovqatlanish — bolalar rivojlanishining asosi, ularning jismoniy va aqliy holatiga to‘g‘ridan-to‘g‘ri ta’sir qiladi. Maktabgacha ta’lim tashkilotlarida sog‘lom ovqatlantirishni yanada takomillashtirishga qaratilgan qarorlar, bolalar ovqatlanishining ilmiy asoslangan tizimini joriy etadi. Bunda:

Yagona mavsumiy taomnoma tizimi orqali bolalar ovqatlanishini yil fasllariga mos ravishda tashkil etish;
Oziq-ovqat xavfsizligi va sifatini ta’minlash, zararli qo‘shimchalarni kamaytirish;
* Ovqat tayyorlash va tarqatish jarayonlarida **zamonaviy texnologiyalardan** foydalanish kabilar amalga oshiriladi.

Bu orqali bolalar nafaqat sog‘lom ovqatlanadi, balki ularning immun tizimi mustahkamlanadi, o‘sish va rivojlanish jarayoni tezlasha boshlaydi. Bunday yondashuv, bolalar orasida semirish, kamqonlik va boshqa sog‘liq bilan bog‘liq muammolarning oldini olishga xizmat qiladi.

5.2. **Davlatning ijtimoiy siyosati**

Sog‘lom ovqatlantirish tizimini takomillashtirish bo‘yicha qabul qilingan qarorlar, shuningdek, davlatning ijtimoiy siyosatini amalga oshirishga xizmat qiladi. Bu qarorlarning asosiy maqsadi — maktabgacha yoshdagi bolalarga teng shart-sharoitlar yaratish, ijtimoiy tengsizlikni kamaytirish va barcha oilalarga sifatli ta’lim xizmatlarini taqdim etishdir. Kam ta’minlangan oilalar uchun maktabgacha ta’lim va sog‘lom ovqatlanishning imtiyozli tizimi orqali, jamiyatda tenglikni ta’minlash va farovonlikni oshirish maqsad qilingan.

5.3. **Nazorat va monitoring tizimining o‘rni**

Yangi qarorlar nazorat va monitoring tizimini kuchaytirishni ko‘zda tutadi. Bu tizim orqali ovqatlantirishning barcha bosqichlari shaffof va aniq nazorat qilinadi, bu esa bolalar salomatligini himoya qilishga imkon beradi. Markazlar va raqamli platformalar orqali ovqatlanish jarayonlarini monitoring qilish, xatoliklar va buzilishlarni erta aniqlash imkonini yaratadi.

Shuningdek, yangi qarorlar **ta’lim tizimida** shaffoflik va adolatni ta’minlashga xizmat qiladi. Ota-onalar va jamoatchilikning faol ishtiroki orqali, tizimda yuzaga kelgan muammolar tezda aniqlanadi va ularga samarali yechim topiladi.

5.4. **Uzoq muddatli ta’sirlar**

Sog‘lom ovqatlanish tizimini joriy etish va uni samarali tashkil etish, uzoq muddatda jamiyat uchun katta foyda keltiradi. Bolalar sog‘lom ovqatlanish orqali o‘zining jismoniy va aqliy rivojlanishini tezlashtiradilar, bu esa kelajakda ularning muvaffaqiyatli va faol fuqarolar bo‘lib o‘sishlariga yordam beradi.

* **Bolalar ta’limi**: Sog‘lom ovqatlanishning ijobiy ta’siri bolalarning ta’limdagi muvaffaqiyatiga sezilarli darajada ta’sir qiladi. To‘g‘ri ovqatlanadigan bola ko‘proq energiyaga ega bo‘lib, o‘qish jarayonida yaxshiroq natijalar ko‘rsatadi.

* **Sog‘lom jamiyat**: Agar bolalar yoshi kichikligidan sog‘lom turmush tarzini o‘rganib, bu odatlarni hayotlariga tatbiq qilsalar, jamiyatda sog‘lom turmush tarzi keng tarqaladi. Bu esa jismoniy va ruhiy salomatlikni oshiradi, kasalliklarning oldini olishga imkon beradi va tibbiy xarajatlarni kamaytiradi.

Ekologik va iqtisodiy ta’sir: Yagona taomnoma tizimi orqali mahalliy va ekologik toza mahsulotlardan foydalanish ortadi. Bu esa nafaqat bolalar uchun foydali, balki mahalliy ishlab chiqaruvchilarning qo‘llab-quvvatlanishi va barqaror iqtisodiyotning shakllanishiga yordam beradi.

Pedagogik va ijtimoiy o‘zgarishlar
Sog‘lom ovqatlantirishni joriy etish faqat jismoniy sog‘liqni yaxshilash bilan cheklanmaydi. Bu, shuningdek, pedagogik va ijtimoiy o‘zgarishlarni keltirib chiqaradi. O‘qituvchilar va pedagoglar bolalar sog‘lom turmush tarzini o‘rgatishda muhim rol o‘ynaydi. Bolalarga to‘g‘ri ovqatlanish odatlarini o‘rgatish, ularni hayotda sog‘lom tanlovlar qilishga undaydi.

Ayniqsa, pedagogik faoliyatni yangilash va ilg‘or yondashuvlarni qo‘llash, maktabgacha ta’limdagi natijalarga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Bolalar sog‘lom ovqatlanish orqali nafaqat yaxshi o‘qishadi, balki ijtimoiy faoliyatda ham muvaffaqiyat qozonadilar.

Maktabgacha ta’lim tizimida sog‘lom ovqatlantirishni takomillashtirishga qaratilgan qarorlar, kelajak avlodning sog‘lom va barkamol bo‘lib voyaga yetishishiga zamin yaratadi. Ushbu qarorlar nafaqat bolalar salomatligini mustahkamlash, balki jamiyatning ijtimoiy va iqtisodiy barqarorligini ta’minlashga ham xizmat qiladi. Ovqatlanish tizimining isloh qilinishi orqali, bolalarning jismoniy va aqliy salomatligi, shuningdek, maktabgacha ta’limdagi muvaffaqiyatlari oshadi.

Yagona mavsumiy taomnoma tizimi, ovqat tayyorlash va yetkazib berishdagi shaffoflik, nazorat va monitoringning samarali tashkil etilishi — bu barchasi bolalar salomatligini yaxshilash va umumiy ta’lim sifatini oshirishga qaratilgan asosiy chora-tadbirlar hisoblanadi.

Ushbu islohotlarning samarali amalga oshirilishi, kelajak avlodining mustahkam poydevorini yaratishga va ijtimoiy farovonlikni ta’minlashga xizmat qiladi.

Shu tariqa, maktabgacha ta’limda sog‘lom ovqatlantirish tizimini takomillashtirish orqali jamiyatda sog‘lom avlodni tarbiyalash, ta’limni rivojlantirishdir.
Sog‘lom ovqatlantirish bo‘yicha davlat talablari va me’yorlari — bu bolalarning jismoniy va aqliy rivojlanishiga yordam berish, ularning salomatligini himoya qilish hamda ta’lim muassasalarida ovqatlanishni ilmiy asoslangan tartibda tashkil etish uchun ishlab chiqilgan normativ hujjatlardir. O‘zbekiston Respublikasi hukumati sog‘lom ovqatlantirishni ta’minlashda turli normativ-huquqiy hujjatlar, jumladan, **ta’lim, salomatlik va sanitar-epidemiologik sohalarga oid** me’yorlar

va talablarni ishlab chiqdi. Quyida **sog‘lom ovqatlantirish bo‘yicha davlat talablari va me’yorlari** haqida muhim jihatlar keltirilgan.

1. **Sog‘lom ovqatlantirishning asosiy tamoyillari**

Sog‘lom ovqatlanish tizimi bolaning organizmining barcha ehtiyojlarini qondirishi kerak. O‘zining fiziologik xususiyatlari, yoshiga va jismoniy holatiga mos ravishda bolalar uchun to‘yimli, xavfsiz va muvozanatli ovqatlar taqdim etish zarur. Davlatning sog‘lom ovqatlantirishga oid talablari quyidagi tamoyillarga asoslanadi:

* **Muvozanat**: Ovqat tarkibida barcha kerakli oziq moddalari (oqsil, uglevod, yog‘, vitaminlar, minerallar) bo‘lishi kerak.
* **Xavfsizlik**: Ovqat mahsulotlari ekologik toza, zararli kimyoviy moddalar va pestitsidlar izlari bo‘lmasligi kerak.
* **Yoshga moslik**: Har bir yosh guruhiga mos ravishda ovqatlar tanlanadi va tayyorlanadi.
* **Tayyorgarlik va saqlashning to‘g‘ri tartibi**: Ovqatlar gigiyena va sanitariya talablariga muvofiq tayyorlanishi, saqlanishi va tarqatilishi lozim.

Davlat talablari
O‘zbekiston Respublikasining **sog‘lom ovqatlantirishga oid davlat talablari** asosan quyidagi sohalarda aniqlanadi:
2.1. **Ovqatlarning tarkibi va yuqori sifatli bo‘lishi**
O‘zbekiston Respublikasining sog‘lom ovqatlantirish tizimi bo‘yicha davlat talablari quyidagi me’yorlar asosida shakllangan:
Oqsil, yog‘, uglevodlar, vitaminlar va minerallar** muvozanatli tarzda ta’minlanishi kerak. Bu bolalarning jismoniy va aqliy rivojlanishi uchun zarur bo‘lgan barcha oziq moddalari kiritilishi kerak.
* Ovqatlar tarkibi **yoshga mos** bo‘lishi lozim. Masalan, bolalar uchun to‘yimli, qand miqdori past, vitaminlarga boy va oson hazm bo‘ladigan mahsulotlar tanlanadi.

* Ovqatda **etishmovchilik** (kamqonlik, vitaminlar etishmasligi kabi) hamda **ortiqcha vazn va semirish** kabi salbiy holatlar oldini olish maqsadida ishlab chiqilgan me’yorlar mavjud.

2.2. **Mahsulotlar sifati va xavfsizligi**

Bolalarning sog‘lom ovqatlanishini ta’minlashda foydalaniladigan oziq-ovqat mahsulotlari **yuksak sifatga** ega bo‘lishi kerak. Davlat talablari shundan iboratki, barcha mahsulotlar:

* Ekologik toza va **zararsiz** bo‘lishi kerak.
* Mahsulotlar **sertifikatlangan** va normativ hujjatlarga mos kelishi zarur.
* Mahsulotlar va ularni tayyorlash jarayonida **kimyoviy qo‘shimchalar**, pestitsidlar, GMO (genetik jihatdan o‘zgartirilgan organizmlar) va boshqa zararli moddalar bo‘lmasligi kerak.

2.3. Sanitariya va gigiyenik talablar

Sog‘lom ovqatlantirish tizimini amalga oshirishda sanitariya va gigiyena talablariga muvofiq ravishda quyidagi masalalar amalga oshiriladi:

Ovqat tayyorlash va saqlashning gigiyena qoidalari: Ovqatni tayyorlash, saqlash va tarqatish jarayonida sanitariya va gigiyena talablariga qat’iy rioya etiladi. Oziq-ovqat mahsulotlari tegishli haroratda saqlanishi, toza va xavfsiz sharoitlarda tayyorlanishi lozim.

Oshxona xodimlarining gigiyenik ko‘nikmalari Oshpazlar va boshqa xodimlar sog‘lom ovqatlantirish jarayonida yuqori gigiyenik ko‘nikmalarga ega bo‘lishi va muntazam ravishda tibbiy ko‘rikdan o‘tishi talab etiladi.

Menyu va ovqatlantirish rejalarini ishlab chiqish

Maktabgacha ta’lim muassasalarida bolalar uchun menu va ovqatlantirish rejalarini ishlab chiqishda **ilmiy asoslar** qo‘llaniladi. Ovqatlar tarkibida:

Mavsumiy va mahalliy mahsulotlar asosida taomlar tayyorlanadi.

* Bolalarning yoshiga va sog‘lig‘iga mos ravishda o‘zgartiriladigan **taomnoma** ishlab chiqiladi. Menyu bolalar uchun kerakli energiya, vitaminlar va mineral moddalarni to‘liq ta’minlashi kerak.

* Menyu asosan **meva va sabzavotlarga**, to‘yimli go‘sht va baliqqa, sut mahsulotlari va boshqa sog‘lom mahsulotlarga asoslanadi.

Ta’lim va tarbiya bilan bog‘liq masalalar

Sog‘lom ovqatlanishni ta’lim jarayoniga kiritish hamda bolalarda sog‘lom ovqatlanish madaniyatini shakllantirish zarurati ham davlat talablari doirasiga kiritilgan:

O‘qituvchilar va tarbiyachilar** bolalarga to‘g‘ri ovqatlanishning ahamiyatini tushuntirishi, sog‘lom ovqatlanish odatlarini rivojlantirishi kerak.

Ota-onalar bilan faol hamkorlik orqali bolalarining ovqatlanishiga doir masalalarda maslahatlar berish, ularni sog‘lom ovqatlanishga undash zarur.

Sog‘lom ovqatlantirishning me’yorlari

Davlat tomonidan ishlab chiqilgan sog‘lom ovqatlantirish bo‘yicha me’yorlar asosan oziq-ovqatlar tarkibi, ularni tayyorlash va tarqatish jarayonlarini to‘g‘ri tashkil etishga qaratilgan. Ular quyidagicha bo‘ladi:

Kundalik ovqat miqdori va me’yorlari

Har bir bolaning yoshiga qarab, kunlik kaloriyalar miqdori aniqlanadi. Masalan, 3-6 yoshdagi bolalar uchun kunlik kaloriyalar miqdori 1000-1500 kkalni tashkil etadi. Oqsil, yog‘ va uglevodlarning miqdori muvozanatli bo‘lishi kerak. Bolalar organizmida bularning to‘g‘ri balansini ta’minlash juda muhim.

Mahsulotlarning sifat va ekologik xususiyatlari

Mahsulotlar organik va ekologik toza bo‘lishi kerak, bunda pestitsidlar, sintetik qo‘shimchalar va boshqa zararli moddalar bo‘lmasligi lozim.

Baliqlar va sut mahsulotlari faqat sertifikatlangan, sifatli va ekologik jihatdan toza bo‘lishi kerak.

Mavsumiy mahsulotlardan foydalanish

Mavsumiy mahsulotlar va mahalliy ishlab chiqarilgan oziq-ovqatlar bilan bolalarga ta’minot qilish. Bu, nafaqat oziqlanishning sifatini oshiradi, balki ekologik jihatdan ham to‘g‘ri va iqtisodiy jihatdan samarali bo‘ladi.

O‘zbekiston Respublikasi sog‘lom ovqatlantirishga oid asosiy hujjatlar

O‘zbekiston Respublikasida sog‘lom ovqatlantirishni ta’minlashga doir bir qancha hujjatlar mavjud:

O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2025 yil 6-yanvarda qabul qilingan “Davlat maktabgacha ta’lim tashkilotlarida sog‘lom ovqatlantirish tartibini takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi qarori.

MTTda sog‘lom ovqatlanish bo‘yicha test savollari

1. **Bolalar bog‘chasida ovqatlanishning asosiy maqsadi nima?**

A) Bolalarni to‘ydirish

B) Bolaning sog‘lom o‘sishi va rivojlanishini ta’minlash

C) Faqat vitaminlar berish

D) Bolalarni uxlashga tayyorlash

2. **MTTda bolalar necha mahal ovqatlanishi kerak (9-10 soatlik rejimda)?**

A) 2 mahal

B) 3 mahal

C) 4 mahal

D) 5 mahal

3. **Bolalar ratsionida asosiy energiya manbai hisoblangan modda qaysi?**

A) Vitaminlar

B) Suv

C) Uglevodlar

D) Tuz

4. **Sog‘lom ovqatlanish piramidasining asosini nimalar tashkil etadi?**

A) Shakar va shirinliklar

B) Go‘sht va sut mahsulotlari

C) Donli mahsulotlar, sabzavot va mevalar

D) Yog‘lar

5. **Bolalar uchun eng muhim qurilish materiali nima?**

A) Oqsillar

B) Uglevodlar

C) Kletchatka

D) Shakar

6. **MTTda qaysi mahsulotlarni iste’mol qilish qat’iyan man etiladi?**

A) Qatiq va sut

B) Fast-fud, gazli ichimliklar va achchiq ziravorlar

C) Guruch va mosh

D) Olma va nok

7. **Bolalarda kalsiy yetishmovchiligi birinchi navbatda nimaga ta’sir qiladi?**

A) Ko‘rish qobiliyatiga

B) Suyak va tishlarning rivojlanishiga

C) Soch rangiga

D) Eshitish qobiliyatiga

8. **MTTda taomnoma (menyu) kim tomonidan tuziladi va tasdiqlanadi?**

A) Faqat oshpaz

B) Hamshira, muassasa rahbari va oshpaz

C) Ota-onalar

D) Tarbiyachi

9. **Bolalar ratsionida vitamin C ning asosiy manbai qaysi?**

A) Non

B) Go‘sht

C) Namatak damlamasi, sitrus mevalar va ko‘katlar

D) Tuzlangan bodring

10. **Ovqatlanishdan oldin qo‘llarni yuvish qaysi kasallikning oldini oladi?**

A) Gripp

B) Ichak infeksiyalari va gijjalar

C) Kamqonlik

D) Rahit

11. **Bolalar uchun tayyorlanadigan taomlar asosan qanday usulda pishirilishi kerak?**

A) Qovurib

B) Dudlab

C) Bug‘da yoki qaynatib

D) Olovda kuydirib

12. **MTTda "Sutli kun" qaysi elementni to‘ldirish uchun xizmat qiladi?**

A) Temir

B) Kalsiy

C) Yod

D) Magniy

13. **Bolalar ratsionida baliq mahsulotining ahamiyati nimada?**

A) U juda arzon

B) Tarkibida fosfor va omega-3 yog‘ kislotalari mavjud

C) U tez pishadi

D) Uni hamma bolalar yaxshi ko‘radi

14. **Ichimlik rejimi deganda nima tushuniladi?**

A) Faqat choy ichish

B) Kun davomida yetarli miqdorda toza suv ichishni tashkil etish

C) Ovqat vaqtida ko‘p suv ichish

D) Faqat meva sharbati ichish

15. **Bolalarda kamqonlik (anemiya) qaysi modda yetishmasligidan kelib chiqadi?**

A) Kalsiy

B) Temir

C) Vitamin D

D) Kaliy

16. **Mevalarni qachon iste’mol qilgan ma’qul?**

A) Ovqatdan darhol keyin

B) Ovqatlanish oralig‘ida (ikkinchi nonushtada)

C) Uyqudan oldin

D) Faqat kechqurun

17. **MTTda taomlarning sifati va saqlanish muddati uchun kim javobgar?**

A) Faqat qorovul

B) Hamshira va muassasa rahbari

C) Faqat tarbiyachi

D) Bog‘bon

18. **Tuzning ortiqcha miqdori bolaga qanday ta’sir qiladi?**

A) Buyrak faoliyatiga yuklama beradi

B) Bo‘yini o‘stiradi

C) Uyqusini yaxshilaydi

D) Ishtahasini bo‘g‘adi

19. **Vitamin D ning asosiy manbai va vazifasi nima?**

A) Go‘sht - ko‘rishni yaxshilaydi

B) Quyosh nuri va baliq moyi - suyaklarni mustahkamlaydi

C) Non - energiya beradi

D) Shakar - kayfiyatni ko‘taradi

20. **MTTda taomlarning harorati qanday bo‘lishi kerak?**

A) Muzdek

B) Juda issiq (qaynoq)

C) Iliq (iste’mol uchun qulay darajada)

D) Haroratning ahamiyati yo‘q

21. **Bolaning ishtahasi bo‘lmaganda tarbiyachi nima qilishi kerak?**

A) Majburlab yedirishi kerak

B) Sababini aniqlashi va bolani qiziqtirishi kerak

C) Ovqatlantirmasligi kerak

D) Jazolashi kerak

22. **Kletchatka (biriktiruvchi to‘qima) qaysi mahsulotlarda ko‘p?**

A) Shakar va asal

B) Sabzavotlar, mevalar va kepakli non

C) Sariyog‘

D) Tuxum

23. **Sog‘lom ovqatlanish madaniyati deganda nima tushuniladi?**

A) Faqat qimmat ovqatlar yeyish

B) Ovqatlanish tartibiga rioya qilish va gigiyena qoidalarini bilish

C) Ko‘p ovqat yeyish

D) Tez-tez ovqatlanish

24. **Yod yetishmovchiligi nimaga olib keladi?**

A) Tish to‘kilishiga

B) Aqliy rivojlanishdan orqada qolish va buqoq kasalligiga

C) Teri qurishiga

D) Oyoq og‘rig‘iga

25. **Har kuni MTTda pishirilgan taomdan namuna (proba) olinishining sababi nima?**

A) Oshpazning mahoratini tekshirish

B) Zaharlanish holatlari yuz berganda laboratoriya tekshiruvi uchun

C) Keyingi kunga qoldirish uchun

D) Bolalarga ko‘rsatish uchun

Test javoblari:

| 1 | **B** | 14 | **B** |

| 2 | **B** | 15 | **B** |

| 3 | **C** | 16 | **B** |

| 4 | **C** | 17 | **B** |

| 5 | **A** | 18 | **A** |

| 6 | **B** | 19 | **B** |

| 7 | **B** | 20 | **C** |

| 8 | **B** | 21 | **B** |

| 9 | **C** | 22 | **B** |

| 10 | **B** | 23 | **B** |

| 11 | **C** | 24 | **B** |

| 12 | **B** | 25 | **B** |

| 13 | **B** | | |

Maktabgacha ta’lim tashkilotlarida sog‘lom ovqatlantirishni tashkil etish bo‘yicha metodik va huquqiy asos bo‘lib xizmat qiladigan asosiy adabiyotlar va me’yoriy hujjatlar ro‘yxati

1. Me’yoriy-huquqiy hujjatlar

* **O‘zbekiston Respublikasining "Maktabgacha ta’lim va tarbiya to‘g‘risida"gi Qonuni.** (2019-yil 16-dekabr, O‘RQ-595-son).

* **O‘zbekiston Respublikasining "Aholining sanitariya-epidemiologik osoyishtaligi to‘g‘risida"gi Qonuni.**

* **SanPin № 0016-21:** "O‘zbekiston Respublikasida maktabgacha ta’lim tashkilotlarida tarbiyalanuvchilarning ovqatlanishini tashkil etishning sanitariya-gigiyena qoidalari va normalari".

* **O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2021-yil 10-noyabrdagi PQ-5282-sonli qarori:** "Maktabgacha ta’lim tizimida sog‘lom ovqatlantirishni sifat jihatidan yangi bosqichga ko‘tarish chora-tadbirlari to‘g‘risida".

2. O‘quv qo‘llanmalar va darsliklar

* **S. Toshpulatova va boshqalar.** "Maktabgacha yoshdagi bolalar gigiyenasi va ovqatlanish fiziologiyasi". Toshkent, 2020-y.

* **M. S. G‘aniyeva.** "Maktabgacha ta’lim muassasalarida sog‘lom turmush tarzini shakllantirish". Metodik qo‘llanma, Toshkent, 2022-y.

* **A. Q. Qurbonov.** "Bolalar diyetologiyasi". Tibbiyot oliy o‘quv yurtlari uchun darslik, 2018-y.

* **G. N. Shaxmurova.** "Yosh fiziologiyasi va gigiyena". O‘quv qo‘llanma, Toshkent, 2015-y.

3. Xalqaro manbalar va tavsiyalar

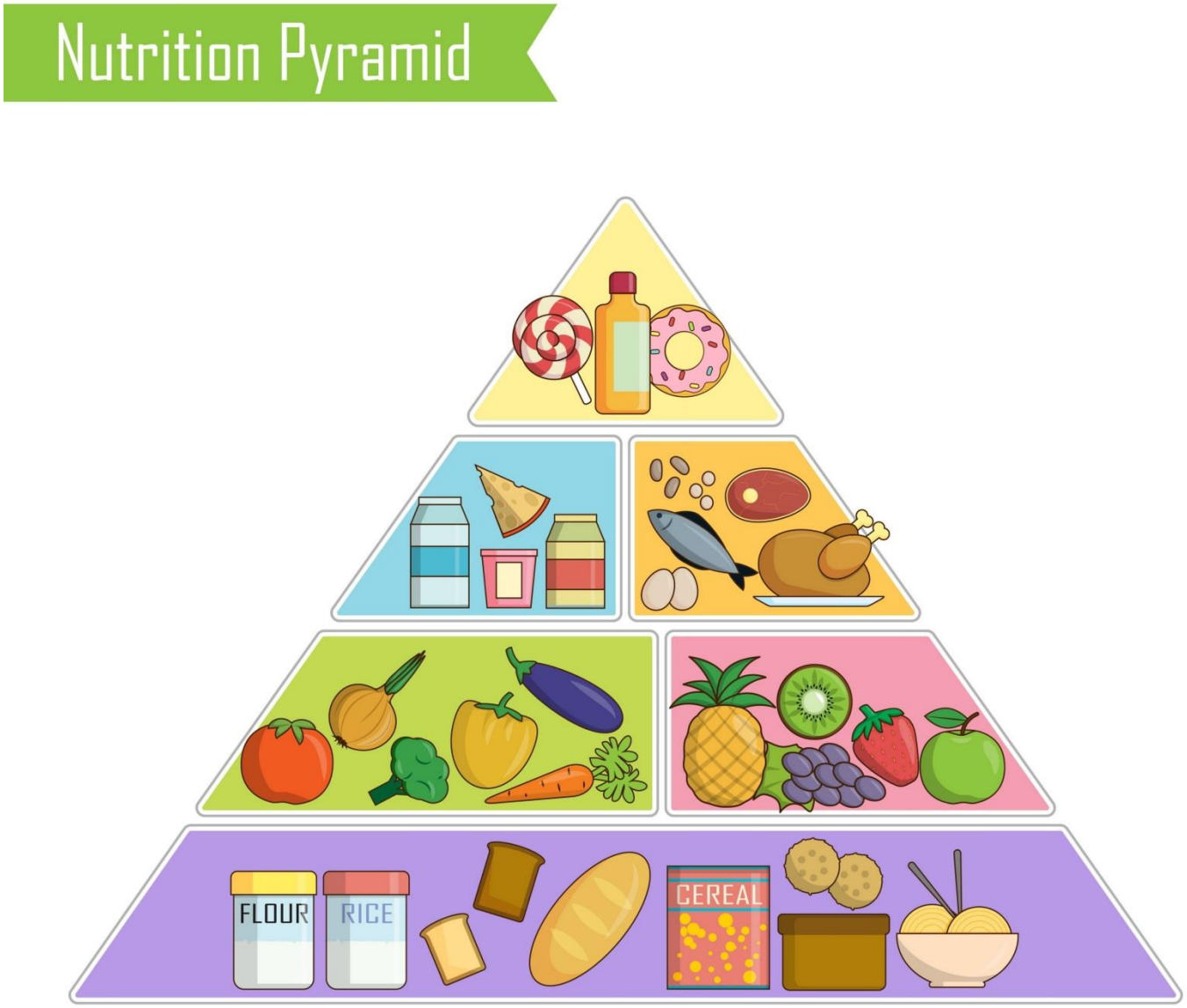
* **Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti (JSST/WHO)** tavsiyalari: "Bolalarning to‘g‘ri ovqatlanishi bo‘yicha global strategiya".

* **UNICEF:** "Bolalarning erta yoshdagi rivojlanishi va ovqatlanishi bo‘yicha qo‘llanma".

4. Davriy nashrlar va elektron resurslar

* **"Maktabgacha ta’lim" (Pre-school education)** jurnali materiallari.
* O‘zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta’limi vazirligining rasmiy veb-sayti (**mdoe.uz**).
* O‘zbekiston Respublikasi Sanitariya-epidemiologik osoyishtalik va jamoat salomatligi xizmati portali (**sanepid.uz**).

1-material: "Sog‘lom ovqatlanish piramidasi" (Eslatma)Bu bolalarga qaysi mahsulotlarni ko‘p, qaysilarini kam berish kerakligini ko‘rsatadi.Shutterstock Explore Asos (Har kuni): Donli mahsulotlar (bo‘tqalar), sabzavotlar va mevalar.O‘rta qism (Me’yorida): Sut-qatiq mahsulotlari, go‘sht, baliq, tuxum.Yuqori qism (Juda kam): Shakar, tuz, qandolat mahsulotlari.



2-material: "Bolalar uchun taqiqlangan mahsulotlar" (Stop-list)Ushbu ro‘yxatni MTT oshxonasi yoki guruh burchaklariga osib qo‘yish tavsiya etiladi:ToifaTaqiqlangan mahsulotlarIchimliklarGazli ichimliklar, energetiklar, sun’iy rangli sharbatlar.YeguliklarChips, kirieshki, qotirilgan nonchalar (pripravali).Go‘sht mahsulotlariDudlangan kolbasa, sosiska (agar maxsus bolalar

uchun bo‘lmasa).ShirinliklarSaqichlar, tarkibida trans-yog‘lar bo‘lgan kremli tortlar.ZiravorlarSirka (uksus), achchiq qalampir, mayonez, ketchupla.

3-material: "Ovqatlanish madaniyati qoidalari" (Tarbiyachilar uchun)Bolalarga stol atrofida o‘zini tutishni o‘rgatish bo‘yicha metodik tavsiya:Tozalik: Ovqatdan oldin va keyin qo‘llarni sovunlab yuvish (shaxsiy namuna ko‘rsatish).Pozitsiya: Gavdani tik tutish, tirsaklarni stolga qo‘ymaslik.Sukunat: Og‘izda ovqat borligida gapirmaslik (nafas yo‘liga ovqat ketib qolishining oldini olish).Asboblar: Qoshiq va vilkadan to‘g‘ri foydalanishni kichik yoshdan o‘rgatib borish.Minnatdorchilik: Ovqatdan so‘ng "Rahmat" deyish odobini shakllantirish.

4-material: "Mavsumiy vitaminlar jadvali"Bahor: Ko‘katlar (ismaloq, yalpiz) – qon ko‘paytirish uchun.Yoz: Rezavorlar (qulupnay, malina) – immunitet uchun.Kuz: Sabzi, qovoq – ko‘rish qobiliyati va o‘sish uchun.Qish: Sitrus mevalar, namatak – shamollashga qarshi.5-material: "Hamshira uchun nazorat varag'i" (Check-list)Har kuni ertalab tekshirilishi shart bo‘lgan holatlar:[ ] Mahsulotlarning yaroqlilik muddati joyidami?[ ] Taom namunasi (proba) olinib, 48 soat saqlash uchun muzlatkichga qo‘yildimi?[ ] Oshxona xodimlarining gigiyenik holati (maxsus kiyim, qo‘l tozaligi) tekshirildimi?[ ] Suv filtrlangan va qaynatilganmi?

1.5.2.MAKTABGACHA TA’LIM TASHKILOTLARIDA SOG’LOM OVQATLANTIRISH BO’YICHA HORIJ TAJRIBASI

1. Maktabgacha ta‘lim tashkilotlarida sog‘lom ovqatlantirishni tashkil etishning maqsad va vazifalari
2. Maktabgacha ta‘lim tashkilotlarida sog‘lom ovqatlantirishni tashkil etishga qo‘yiladigan asosiy talablar
3. Maktabgacha ta‘lim tashkilotlarida sog‘lom ovqatlantirishni tashkil etish

"Autsorsing" so‘zi ingliz tilidan olingan bulib, shartnoma asosida tashqi manbalardan, ya‘ni autsorsing xizmatini ko‘rsatuvchi korxonalar xizmatidan foydalanishni bildiradi. Autsorsing nima? Ma‘lumki, barchamiz o‘rganganmiz, ko‘nikkanmiz bog‘chalarda ovqatlanish bolalarni o‘yin va dam olish guruhlarining o‘zida amalga oshiriladi. Autsorsing xizmatiga ko‘ra, bolalarga taomni bog‘cha xodimlari emas, chetdan tadbirkor pishirib, tayyorlab beradi va bolalar guruhlarda emas, umumiy oshxonada ovqatlantiriladi.

Keytring usulida funksional ovqatlanish tizimini tashkil etishda sanoat xom ashyosi va ularning biologik xususiyatlari, xom ashyo va tayyor mahsulotlarni buzilishdan saqlash, konservalash korxonalarida qo‘llaniladigan taralar, qishloq xo‘jalik mahsulotlarini tayyorlash va xom ashyoga issiqlik ishlov berish. Tayyorlangan mahsulotlarni sterilizatsiyalash, funksional ovqatlanish kabi asosiv vositalarini o‘rgatishdan iborat.

Keytring usulida funksional ovqatlanish tizimini tashkil etishda taom tayyorlash jarayonida oziq-ovqat xom ashyosining tuzilishi, xossasi va yarim tayyor mahsulotlarning tarkibini atroflicha o‘rganish: mahsulotlarda sodir bo‘ladigan temperatura, biologik. kimyoviy ta‘sirlar natijasidagi o‘zgarishlarni o‘rganish, bu o‘zgarishlarni qo‘shimcha boshqaruv vositalar bilan kerakli yo‘nalish bo‘yicha yo‘naltirish usullari mavjud.

O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “Maktabgacha ta‘lim tizimini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida” 2017-yil 9-sentabrdagi PQ-3261-son qarorininga muvofiq Toshkent shahrida joylashgan davlat maktabgacha ta‘lim tashkilotlariga tadbirkorlik subyektlari tomonidan tayyor ovqatlarni yetkazib berish bo‘yicha eksperiment o‘tkazildi.

Eksperiment jarayonida 60 nafar tadbirkor va 266 ta maktabgacha ta‘lim tashkiloti ishtirok etib, jami 63760 nafar tarbiyalanuvchini autsorsing usulida (maktabgacha ta‘lim tashkilotiga tayyor ovqat yetkazib berish yo‘li bilan) ovqatlantirish tashkil etildi. Eksperiment jarayonida tarbiyalanuvchilarning ishtirok etgan 3 358 nafar ota-onasi o‘rtasida o‘tkazilgan so‘rovnomalar natijalariga ko‘ra, 2 921 nafar (87%) ota-onalar autsorserlar tomonidan tayyorlagan taomlarga ijobiy baho berdi. Davlat

maktabgacha ta‘lim tashkilotlarida tarbiyalanuvchilarni sog‘lom ovqatlantirishni tashkil etish ishlarini yanada takomillashtirish, belgilangan sanitariya qoidalari, normalari va gigiyena normativlariga muvofiq holda ovqatlantirishni tashkil etish orqali bolalarning sog‘lom va barkamol o‘sishini ta‘minlash, sog‘lom ovqatlantirishning zamonaviy usullarini joriy etgan holda ta‘lim-tarbiya sifati va samaradorligini oshirish uchun keng imkoniyatlar yaratildi.

Tarbiyalanuvchilarning sog‘lom ovqatlanishini tashkil etish maktabgacha ta‘lim tashkilotlarining oshxonalarida sanitariya qoidalari, normalari va gigiyena normativlariga muvofiq shart-sharoitlar yaratilgan holda amalga oshiriladi.

1. Maktabgacha ta‘lim tashkilotlarida sog‘lom ovqatlantirishni tashkil etishning maqsad va vazifalari

Maktabgacha ta‘lim tashkilotlarida sog‘lom ovqatlantirishni tashkil etishning maqsadi tarbiyalanuvchilarning sog‘lom va barkamol o‘sishini ta‘minlash, oshxonalarda sifatli taomlar tayyorlash, taomlarni iste‘mol qilish uchun gigiyenik talablarga muvofiq sharoitlar yaratish hisoblanadi.

Quyidagilar maktabgacha ta‘lim tashkilotlarida sog‘lom ovqatlantirishni tashkil etishning asosiy vazifalari hisoblanadi:

1) tarbiyalanuvchilarning belgilangan sanitariya qoidalari, normalari va gigiyena normativlariga muvofiq holda ovqatlanishni tashkil etish;
2) tarbiyalanuvchilarni sifatli oziq-ovqat mahsulotlari bilan ta‘minlash;
3) oziq-ovqat mahsulotlari hamda taomlarning xavfsizligi va sifatini kafolatlash;
4) tarbiyalanuvchilarda ovqatlantirish bilan bog‘liq yuqumli kasalliklarning tarqalishiga yo‘l qo‘ymaslik;
5) tarbiyalanuvchilar o‘rtasida sog‘lom ovqatlantirish ko‘nikmalarini shakllantirish; taomlarni tayyorlashda, oziq-ovqat mahsulotlarini qabul qilish hamda saqlashda sanitariya qoidalari, normalari va gigiyena normativlariga qat‘iy rioya qilish.

2. Maktabgacha ta‘lim tashkilotlarida sog‘lom ovqatlantirishni tashkil etishga qo‘yiladigan asosiy talablar

Quyidagilar maktabgacha ta‘lim tashkilotlarida sog‘lom ovqatlantirishni tashkil etishga qo‘yiladigan asosiy talablar hisoblanadi:

-tarbiyalanuvchilarni sog‘lom ovqatlantirishni autsorsing korxonalari jalb qilinmagan hollarda bevosita maktabgacha ta‘lim tashkilotlari tomonidan tashkil etish;

-tarbiyalanuvchilarni sog‘lom ovqatlantirishni sanitariya-gigiyena tadbirlari va epidemiyaga qarshi tadbirlar bajarilishiga qat‘iy rioya qilgan holda tashkil etish;

-oshpazlar tomonidan taom tayyorlash jarayonida texnologiya va texnika xavfsizligi qoidalariga amal qilinishi;

-taom tayyorlash, oziq-ovqat mahsulotlarini sifatli qabul qilish, saqlash uchun zarur sharoitlar yaratish;

-taomnomaga muvofiq mahsulotlar to‘liq yetkazilishi va sarflanishini ta‘minlash choralarini ko‘rish;
-oshpazlarning har uch yilda bir marta malaka oshirishi, tibbiy ko‘rikdan o‘tgan holda ishga qo‘yilishi.
Tarbiyalanuvchilarni sog‘lom ovqatlantirishni tashkil etish uchun tegishli tuman (shahar) hokimlari, tuman (shahar) maktabgacha ta‘lim bo‘limlari mudirlari hamda maktabgacha ta‘lim tashkilotlari direktorlari mas‘ul hisoblanadi.

3. Maktabgacha ta‘lim tashkilotlarida sog‘lom ovqatlantirishni tashkil etish

Oshxonalarda sog‘lom ovqatlantirish tarbiyalanuvchilarning fiziologik yoshiga muvofiq ravishda tuzilgan taomnoma asosida tashkil etiladi. Bunda:
-kunlik taomnomalar Maktabgacha ta‘lim vazirligi tomonidan tuzilib, tasdiqlangan hamda Sanitariya-epidemiologik osoyishtalik va jamoat salomatligi xizmati bilan kelishilgan namunaviy, mavsumiy taomnomalar asosida tuziladi;
-taomnoma joriy kundagi tarbiyalanuvchilar sonidan kelib chiqib, keyingi ish kuni uchun soat 16.00 ga qadar hamshira tomonidan maktabgacha ta‘lim tashkiloti oshpazi va xo‘jalik mudiri ishtirokida tuziladi;
-taomnoma asosida keyingi kun uchun oziq-ovqat mahsulotlari xo‘jalik mudiri tomonidan hamshira yoki navbatchi tarbiyachi ishtirokida ish kuni yakunlangunga qadar oshxonaga beriladi;
-taomnoma bir kun oldingi tarbiyalanuvchilar soniga mutanosib ravishda har bir tarbiyalanuvchi uchun bir kunlik o‘rtacha sarflanadigan oziq-ovqat mahsulotlari miqdori va ularning qiymati chiqarilgan holda ikki nusxada tuziladi;
-joriy kunda ertalab soat 9.00 ga qadar maktabgacha ta‘lim tashkilotiga kelgan tarbiyalanuvchilar soni taomnomada nazarda tutilgan tarbiyalanuvchilar sonidan 10 nafar va undan ko‘p bo‘lsa, guruh tarbiyachilarining tarbiyalanuvchilar soni to‘g‘risidagi bildirishnomalari asosida taomnomaga o‘zgartirish kiritilishi to‘g‘risida dalolatnoma tuziladi va sanitariya normalari, qoidalari va gigiyena normativlarida belgilangan tartibda mahsulotlar omborga qaytariladi yoki qo‘shimcha ajratiladi;
-taomnoma sanitariya qoidalari, normalari va gigiyena normativlari asosida to‘g‘ri tuzilganligi hamshira va maktabgacha ta‘lim tashkiloti direktori tomonidan imzo bilan tasdiqlanadi;
-taomnomaning bitta nusxasi hamshiraga, ikkinchi nusxasi oshxonaga foydalanish uchun beriladi;
-kunlik tayyorlanadigan taom turlari va bir tarbiyalanuvchi uchun taom miqdori maxsus ovqat tarqatish joyiga yozib qo‘yiladi;
-tarbiyalanuvchilar uchun taomlar ovqatlanish texnologiyasi qoidalariga amal qilgan holda tayyorlanadi, saqlanadi va tarqatiladi.

Kunlik taomnomalar tuzishda bir nafar tarbiyalanuvchiga sarflanadigan oziq-ovqat mahsulotlarining kunlik miqdori sanitariya normalari, qoidalari va gigiyena normativlari asosida belgilanishi talab etiladi.

Maktabgacha ta‘lim tashkilotidagi qisqa muddatli guruhlar uchun taomnoma alohida tuziladi va tashkilot direktori tomonidan tasdiqlanadi.

Maktabgacha ta‘lim tashkiloti uchun har o‘n kunlik taomnomalar blankalari ip o‘tkazib bog‘langan holda oldindan raqamlanadi, tuman (shahar) maktabgacha ta‘lim bo‘limi mudiri va bosh hisobchi tomonidan raqamlanib imzolanadi, muhrlanadi va alohida daftarda ro‘yxatdan o‘tkaziladi.

Maktabgacha ta‘lim tashkilotida oziq-ovqat mahsulotlari va taomlar sifatini o‘rganish bo‘yicha brakeraj komissiyasi tashkil etiladi.

Maktabgacha ta‘lim tashkiloti direktorining brakeraj komissiyasini tasdiqlash to‘g‘risidagi buyrug‘i har yil uchun alohida qabul qilinadi.

Maktabgacha ta‘lim tashkiloti hamshirasi brakeraj komissiyasining raisi bo‘lib, uning tarkibiga tarbiyachi, oshpaz, tashkilot kasaba uyushmasi qo‘mitasi raisi va tarbiyalanuvchilarning ota-onalari yoki ularning o‘rnini bosuvchi shaxslar (keyingi o‘rinlarda ota-onalar deb ataladi) vakillari a‘zo sifatida kiritiladi.

4. Autsorsing afzalliklari va uni joriy etishning asoslari

O‘zbekistonda davlat sektoriga autsorsing faoliyatini olib borishda huquqiy asoslar yaratilib kelinmoqda. Bunga ta‘lim va tarbiya tizimining barcha bo‘g‘inlari faoliyatining bugungi zamon talablari asosida takomillashtirish asosiy vazifa qilib belgilanganligidan kelib chiqqan holda bu va boshqa sohalar misolida autsorsingning davlat sektorida qo‘llashning afzalliklariga to‘xtalib o‘tiladi.

Autsorsingning davlat sektorida qo‘llashda ijtimoiy xizmat darajasining keskin pasayishiga yo‘l qo‘ymaslik choralari ko‘riladi, inson uchun o‘ta muhim, yuqori kaloriyali oziq-ovqat iste‘moli tarkibi takomillashtiriladi, inson genofondini saqlash uchun homilador ayollar va bolalarning ovqatlanish ratsioni bo‘yicha amaldagi me‘yorlarni xalqaro standartlar asosida qayta ko‘rib chiqilishiga olib keladi.

Bundan bir necha yillar ilgari “autsorsing” mexanizmi faqat xususiy sektorda foydalanilgan bo‘lsa, bugungi kunda budjet tashkilotlarida ham ijtimoiy xizmat ko‘rsatishda “autsorsing”dan unumli foydalanilmoqda.

Autsorsing (outsourcing) – tashkilotning u yoki yoki funksiyalarini shu faoliyatni olib borishga ixtisoslashgan tashqi ijro etuvchilarga berishdir. Boshqacha qilib aytganda, autsorsing deganda, davlat sektorining nodavlat sektordan tovarlar, ishlar va xizmatlar sotib olishining umumiy hajmi tushuniladi.

Davlat muassasalarida autsorsing usulida ovqatlantirish “Davlat xaridlari to‘g‘risida”gi O‘zbekiston Respublikasi Qonuniga muvofiq tarkibi tasdiqlanadigan Tanlov komissiyasi tomonidan o‘tkaziladigan tanlov asosida tashkil etiladi.

O‘zbekistonda xususiy sektorda yaxshi tajribadan o‘tgan zamonaviy mexanizm va uslublarni budjet xizmati

koʻrsatilayotgan ijtimoiy sohalarda qoʻllanishi, davlat sektorida autsorsing usulini joriy etishda xarajatlarning tejalishi va xizmat sifati yaxshilanishining muhim ahamiyatga egaligi, davlat sektori muassasalarida misol uchun sogʻlom ratsional va xavfsiz ovqatlanishni tashkil etilishini takomillashtirish, keytring (yuqori darajada umumiy ovqatlanish), ularning kombinatlari kabi zamonaviy usullardan foydalanilish, autsorser bilan davlat muassasalari oʻrtasida autsorsingga oid shartnomalar tuzilishiga huquqiy asoslarning mavjudligi, ijtimoiy sohada autsorsing asosida xarajatlarning natijadorligi autsorsingdan foydalanishning afzalliklari boʻlib hisoblanadi.

Autsorsing shartnomalari xususiy sektor vakillari bilan Oʻzbekiston Respublikasining fuqarolik qonunchiligi va xoʻjalik yurituvchi subʻektlar faoliyatini tartibga soluvchi qator qonunlar va qonun osti hujjatlari bilan tartibga solinadi. Bunga autsorsing shartnomasi erkin tuziladi va hech qanday rasmiy talablar oʻrnatilmagan.

Autsorsingga oid shartnomalar davlat sektori muassasalari bilan tuzilganda Oʻzbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining qaror va farmoyishlari hamda tarmoqlar vazirliklarining qaror va buyruqlari bilan tartibga solinadi.

Shuning uchun davlat sektoriga tegishli autsorsing shartnomasini tuzishda Oʻzbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining va tarmoq vazirliklarining qarorlari bilan tasdiqlangan nizomlarida qoʻyilgan talablar asosida amalga oshiriladi.

Autsorsing shartnomasiga qoʻyilgan talablarni bir tarmoq vazirligi misolida yaʻni Oʻzbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2019-yil 25-iyuldagi “Davlat maktabgacha taʻlim muassasalarida sogʻlom ovqatlantirish tizimini yanada takomillashtirish toʻgʻrisida”gi 626-son Qaroriga muvofiq koʻrib chiqish lozim boʻladi.

Autsorserlarni tanlab olish tasdiqlangan tartib asosida amalga oshiriladi va autsorserlarga quyidagi umumiy talablar qoʻyiladi:

-umumiy ovqatlanish xizmatida kamida bir yillik tajribaga ega boʻlishi; autsorsing xizmatlari boʻyicha kamida ikki oylik shartnoma summasiga teng aylanma mablagʻlarining mavjudligi;

-tanlovda (tenderda) qatnashish uchun ariza berilgan kundan kamida bir oy oldin tegishli tashkilotlardan soliq qarzdorligi, toʻlovlar, boshqa majburiy toʻlovlar va moliyaviy sanksiyalarning mavjud emasligi;

-toʻgʻri ovqatlanishni tashkil etish yuzasidan taomlar tayyorlash texnologiyasi boʻyicha kamida 2 yillik ish tajribasiga ega boʻlgan malakali mutaxassislar (muhandis-texnolog, dietolog, oshpazlar) malaka razryadlari koʻrsatishi;

-maktabgacha taʻlim tashkiloti tomonidan belgilangan texnik vazifalar asosida autsorsing usulida sogʻlom ovqatlantirishni tashkil etish loyihasini individual reja

asosida ishlab chiqib, taqdimotini (imkoniyatdan kelib chiqib, tayyor taomlarini ham koʻrsatishi mumkin) oʻtkazishi;
-taqdimotda tarbiyalanuvchilarni yoshi, jinsi, fiziologik holati boʻyicha turli guruhlar uchun ovqatlanishning maqbul meʻyorlarini koʻrsatishi;
-autsorsing usulida sogʻlom ovqatlantirish xizmatlari uchun ustamaning maksimal miqdori — koʻrsatilgan xizmatlar qiymatiga nisbatan 20 foizdan oshib ketmasligi;
-davlat maktabgacha taʻlim tashkilotida autsorsing usulida sogʻlom ovqatlantirishni tuman (shahar) hokimligi tomonidan tasdiqlangan oziq-ovqat mahsulotlari narxlari doirasida amalga oshirishi;
-taklif qilinayotgan investitsiya mablagʻlarining miqdori har bir lot uchun bazaviy hisoblash miqdorining Toshkent shahri, viloyatlar markazlari uchun 1000 (bir ming), viloyat hududidagi shaharlar, tumanlar markazlari uchun 500 (besh yuz), qishloq va ovullar uchun 250 (ikki yuz ellik) baravaridan kam boʻlmasligidir.
Shuningdek, buyurtmachi bilan manfaatlar toʻqnashuviga ega boʻlgan xoʻjalik yurituvchi subʻekt tanlov ishtirokchisi boʻlishi mumkin emasligi ham autsorserlarga qoʻyiladigan talablardan hisoblanadi.
Autsorsingning davlat sektorida joriy etishning asoslaridan biri sifatida autsorsing juda rivojlangan mamlakatlarning tajribasiga eʻtibor qaratish maqsadga muvofiq boʻladi.
Bunday mamlakatlarga anglo-saksoniya mamlakatlari (Buyuk Britaniya, AQSh, Kanada, Avstraliya, Yangi Zelandiya), skandinaviya mamlakatlari (Shvesiya, Daniya, Finlyandiya) uzoq sharq mamlakatlari (Singapur, Gonkong, Janubiy Koreya) kiradi.
Iqtisodiy hamkorlik va taraqqiyot tashkilotiga aʻzo mamlakatlarda mazkur uslubiyot asosida hisoblangan davlat sektori autsorsingi tahlili olib borilgan yillarda YaIM ning 10,0 foizini tashkil etgan.
Iqtisodiy hamkorlik va taraqqiyot tashkiloti davlat sektoridagi autsorsingning ulushini doimiy ravishda tahlil qiladi va baholaydi.
Xorijiy davlatlarda autsorsingga berilgan davlat organlari funksiyasini uch guruhga ajratiladi.
Birinchi guruhga taʻminlovchi funksiyalar, masalan, ovqatlantirish, binolarni tozalash, chiqindilarni chiqarish, qoʻriqlash xizmati kiradi. Mazkur funksiyalarni osongina autsorsingga berilishi mumkin, chunki bular budjet tashkiloti va boshqaruv organlari faoliyatining asosiy vazifalari hisoblanmaydi, ulardan foydalanish nisbatan oddiy standartlashtirilgan hamda ijrochilarga yuqori talablar qoʻymaydi va bilimning yuqori darajasi talab qilinmaydi.
Ikkinchi guruh funksiyalari oʻz ichiga ijrochilardan yetarli ravishda yuqori kasbiy malaka talab qiluvchi taʻminlovchi funksiyalarni oʻz ichiga oladi. Bu guruh funksiyalari moliya va buxgalteriya, kadrlarni boshqarish, yuridik xizmat, hujjatlar aylanishini taʻminlash, axborot texnologiyalaridan foydalanishni qamrab oladi.

Oxirgi yillarda xorijiy davlatlardagi davlat sektoridagi autsorsing, birinchi navbatda, mazkur guruh funksiyalarini bajarish bilan bog‘liq, eng ko‘p foydalaniladigan autsoring funksiyalari sifatida axborot texnologiyalaridan foydalanishni ko‘rsatish mumkin.

Autsoringga beriladigan uchinchi guruh funksiyalariga davlat xokimiyat organlarining o‘zi to‘g‘ridan-to‘g‘ri bajaradigan asosiy funksiyalar kiradi, xorijiy davlatlarda bu turdagi autsorsing juda kam uchraydi.

Shunday qilib, mamlakat va mahalliy darajasida budjet xarajatlarini optimallashtirish zaruriyati - autsorsingdan foydalanish asosida budjet xarajatlarining samaradorligini oshirishdan iboratdir.

Umuman olganda, autsorsingni davlat muassasalari xizmatlariga qo‘llashda budjet xizmatlarini amalga oshiradigan budjet tashkilotlari, tijorat va notijorat tashkilotlarining raqobatbardoshligi hamda budjet xarajatlarining natijadorligini oshirish maqsadida autsorsingdan foydalanish maqsadga muvofiq bo‘ladi.

Nazorat savollari

1. Maktabgacha ta’lim tashkilotlarida autsorsing vazifasi nimadan iborat

2. Maktabgacha ta’lim tashkilotlarida autsorsing asosiy tamoillarini tushintirib bering?

3. Maktabgacha ta‘lim tashkilotlarida sog‘lom ovqatlantirish deganda nimani tushinasiz?

4. Keytring usli qanday ovqatlantirish usuliga kiradi.