

Литература

1. Алексеев С.В., Львов С.Н., Васильева И.В., Бисенкова Т.Н. Гигиена трудового и профессионального обучения детей и подростков/Учебно-методическое пособие. СПб., 1998. 45 с.
2. Васильев Ю.В., Слободяник О.А. К вопросу о современной диагностике и методах биологической коррекции дисбиозов//Биологическая медицина. 2014. Т. 20, № 1. С. 55–57.
3. Львов С.Н., Васильева И.В., Земляной Д.А., Крутова Е.С. Санитарно-гигиеническое обследование образовательных организаций для детей и подростков. СПб., 2016. 36 с

АНАЛИЗ МЕНЮ КАДЕТСКОГО КОРПУСА В ЗАВИСИМОСТИ ОТ СЕЗОНА ГОДА

Сагинбаев У.Р.

Научный руководитель: д. м. н., профессор Зулькарнаев Т.Р.
Кафедра гигиены с курсом медико-профилактического дела ИДПО
Башкирский государственный медицинский университет

Актуальность исследования: Роль питания в условиях постиндустриального мира растет в связи с влиянием на растущий детский организм таких факторов, как увеличение учебных нагрузок, огромный обмен информацией [3]. Учитывая, что значительную часть времени учащиеся проводят в школе, оценка и рационализация школьного питания служит одним из ключевых условий поддержания их здоровья [1, 2].

Цель исследования: Анализ рационов питания обучающихся кадетского корпуса (КК), выявление особенностей рациона в зависимости от сезонности.

Материалы и методы: Исследованы примерные меню для возрастных групп 11–17 лет, с анализом сезонных особенностей.

Результаты: В КК организовано 5-разовое питание (завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин). Пищевая ценность: а) сезон «весна-лето»: белки — $106,0 \pm 0,9$ г, жиры — $96,5 \pm 0,8$ г, углеводы — $426,6 \pm 1,6$ г; витамины: В1 — $1,7 \pm 0,14$ мг, С — $61,8 \pm 1,8$ мг, А — $3,1 \pm 0,6$ мг, Е — $4,7 \pm 0,3$ мг; минералы: Са — $1023,7 \pm 4,6$ мг, Р — $1948,8 \pm 3,9$ мг, Mg — $500,2 \pm 2,3$ мг, Fe — $43,7 \pm 1,3$ мг; б) сезон «осень-зима»: белки — $133,9 \pm 0,9$ г, жиры — $120,3 \pm 1,1$ г, углеводы — $467,5 \pm 1,4$ г; витамины: В1 — $1,6 \pm 0,1$ мг, С — $105,6 \pm 2,0$ мг, А — $3,5 \pm 0,5$ мг, Е — $17,8 \pm 0,4$ мг; Са — $1154,6 \pm 3,3$ мг, Р — $1876,1 \pm 3,2$ мг, Mg — $534,3 \pm 1,8$ мг, Fe — $26,3 \pm 0,3$ мг. В зависимости от сезонности выявлены статистически достоверные ($p < 0.05$) различия в большинстве пищевых веществ: белки, жиры, углеводы, витамины С, Е, Са, Mg — превосходили в меню «осень-зима»; Р и Fe — «весна-лето»; по витаминам А и В1 различия недостоверны.

Выводы: Итак, в целом рацион питания в КК соответствует СанПиН 2.4.5.2409–08. Выявлены различия по содержанию некоторых пищевых веществ и энергии в школьном меню в зависимости от сезонности.

Литература

1. Галимов Ш.Н., Юлдашев В.Л., Фархутдинов Р.Г., Галимова Э.Ф. Азбука мужского здоровья. Уфа: Дизайнполиграфсервис, 2009.
2. Зулькарнаев Т.Р., Ялалова Р.Г., Салимгареева А.И., Поварго Е.А., Овсянникова Л.Б., Зулькарнаева А.Т. Оценка пищевого статуса. Уфа: Дизайнполиграфсервис, 2010.
3. Сорокина А.В., Гигуз Т.Л., Поляков А.Я., Богачанов Н.Д. Гигиеническая оценка фактического питания детей школьного возраста как фактора риска формирования морфофункциональных отклонений. Здоровье населения и среда обитания, 2017, № 1 (286). С. 27–29.