

НАИБОЛЕЕ ЧАСТЫЕ НЕДОСТАТКИ, ВЫЯВЛЯЕМЫЕ ПРИ АНАЛИЗЕ МЕНЮ, РАЗРАБОТАННЫХ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В РАЗЛИЧНЫХ ГОРОДАХ РОССИИ

© Ларионова Зоя Германовна

Федеральное государственное бюджетное учреждение науки «Федеральный исследовательский центр питания, биотехнологии и безопасности пищи», 109240, Москва, Устьинский проезд, д. 2/14, E-mail: lariza53@mail.ru

Ключевые слова: циклические меню; питание; школьники; общеобразовательные учреждения, Россия

Введение. Предоставление горячего питания благоприятно сказывается на трудоспособности и успеваемости школьников. Правильная организация питания влияет не только на уровень успеваемости, но и на состояние здоровья детей, поэтому очень важно заботиться о качестве и режиме приема пищи.

Цель исследования. Изучить циклические меню, разработанные для организации питания школьников старшего и младшего школьного возраста в различных городах Российской Федерации и проанализировать их с учетом требований, действующих в настоящее время «Санитарно-эпидемиологических требований к организации питания обучающихся в образовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования» (СанПиН 2.4.5.2409–08).

Материалы и методы. Были изучены «Примерные циклические меню», разработанные в общеобразовательных учреждениях различных городов Российской Федерации для организации питания учащихся, предоставленные в ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии» для анализа (г. Калининград, г. Москва, г. Нижний Новгород, г. Киров).

Результаты. При проведении анализа предоставленных меню обращают на себя внимание типичные недостатки, несмотря на то, что в основном, документы составлены с учетом требований действующих в настоящее время «Санитарно-эпидемиологических требований к организации питания обучающихся в образовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования» (СанПиН 2.4.5.2409–08). Среди выявленных недостатков:

– допускается повторение одних и тех же блюд в последующие 2 дня (СанПиН 2.4.5.2409–08, п. 6.9 «...Повторение одних и тех же блюд или кулинарных изделий в один и тот же день и последующие 2 дня не допускается»);

- не совпадают названия блюд с названиями указанного номера рецептур заявленного сборника (СанПиН 2.4.5.2409–08, 6.10. «..Наименования блюд и кулинарных изделий, указываемых в примерном меню, должны соответствовать их наименованиям, указанным в использованных сборниках рецептур»);
- распределение хлеба на различные приемы пищи не отвечает требованиям (СанПиН 2.4.5.2409–08, п. 6.17, ... Ежедневно в рационах 2–6-разового питания следует включать мясо, молоко, сливочное и растительное масло, хлеб ржаной и пшеничный (с каждым приемом пищи);
- используются блюда, не рекомендуемые в сборниках блюд для детского питания (например, «Суп с тушеной говядиной» или супы на костном бульоне, «Соленая капуста», «Компот из сухофруктов и свежих фруктов» и т.д.);
- отсутствие закусок на завтрак (СанПиН 2.4.5.2409–08, 6.18, ... Завтрак должен состоять из закуски, горячего блюда и горячего напитка, рекомендуется включать овощи и фрукты);
- отсутствие салатов на обеды (СанПиН 2.4.5.2409–08, 6.19);
- отсутствуют ссылки на номера технологических карт блюд в используемых сборниках;
- названия многих блюд не соответствуют названиям в заявляемых сборниках, что не дает возможность проанализировать закладку продуктов в эти блюда и их химический состав (СанПиН 2.4.5.2409–08, п. 6.10. «Примерное меню должно содержать информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности, включая содержание витаминов и минеральных веществ в каждом блюде. Обязательно приводятся ссылки на рецептуры используемых блюд и кулинарных изделий, в соответствии со сборниками рецептур...»);

- отсутствует выборка продуктов по дням для рационов и оценка их соответствия рекомендуемым суточным наборам для обоих возрастов в соответствии с количеством приемов пищи в день (СанПиН 2.4.5. 2409- 08, п. 6.30.: «В течение двух недель (10–14 дней) обучающихся общеобразовательных учреждений и учреждений начального и среднего профессионального образования рекомендуется обеспечить набором пищевых продуктов в полном объеме, предусмотренных в суточных наборах, из расчета в один день на одного человека для различных групп обучающихся (таблицы 1 и 2 приложения 8 настоящих санитарных правил) на основании распределения в процентном соотношении потребления энергии по приемам пищи (усредненная расчетная величина): завтраки — 25%, обеды — 35%»);
- не используются кондитерские изделия промышленного производства на полдник (печенье, пастила и др.);
- не выполняется % от суточной калорийности для различных приемов пищи;
- не выполняется усредненная норма суточного рациона по энергетической ценности для школьников (СанПиН 2.4.5. 2409-08, 6.9, ... С учетом возраста обучающихся в примерном меню должны быть соблюдены требования настоящих санитарных правил по массе порций блюд (приложение 3 настоящих санитарных правил), их пищевой и энергетической ценности, суточной потребности в основных витаминах и микроэлементах для различных групп обучающихся в общеобразовательных учреждениях);
- обращает внимание частое неадекватное сочетание продуктов и блюд в рационах: бобовые в сочетании с продуктами, содержащими вещества, раздражающие желудочно-кишечный тракт (в обедах присутствует, например, «Салат с редькой», «Суп чечевичный», «Укропно-картофельное пюре», или «Суп гороховый», «Котлеты куриные с чечевицей», «Салат с фасолью», «Суп фасолевый» и т.д. (СанПиН 2.4.5.2409–08, 6.16 «Питание обучающихся должно соответствовать принципам щадящего питания, предусматривающее использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, приготовление на пару, тушение, запекание и исключать продукты с раздражающими свойствами»).

Заключение. Учитывая эти замечания, необходимо рекомендовать разработчикам рационов формировать «Примерные меню» для детей школьного возраста в соответствии с требованиями СанПиНа 2.4.5. 2409–08, регламентирующего организацию здорового питания для детей школьного возраста в текущий период, учитывая вкусовые потребности учащихся и возможности технологического оборудования образовательных учреждений.