

Заключение

к типовым диетическим (лечебным) меню, разработанным для обеспечения питанием обучающихся в общеобразовательных организациях Республики Тыва с заболеванием сахарный диабет

Заявитель: АНО «Институт отраслевого питания»

Наименование проектной документации:

Типовое диетическое (лечебное) меню для организации питания детей с сахарным диабетом типа, обучающихся в общеобразовательных организациях Республики Тыва;

Типовое диетическое (лечебное) меню для организации питания детей с сахарным диабетом типа, обучающихся в общеобразовательных организациях Республики Тыва.

Разработчик проектной документации: АНО «Институт отраслевого питания» Юридический адрес: 107078. Москва, Большой Харитоньевский пер., д. 21, стр. 1

Рассмотренные диетические (лечебные) меню для детей с сахарным диабетом, составлены на базе меню основного (организованного) питания, разработанного АНО «Институт отраслевого питания» для обеспечения питанием детей, обучающихся в некоторых общеобразовательных организациях Республик Тыва, с заменой запрещенных соответствующей диетой, блюд и продуктов. Целесообразность составления диетических (лечебных) меню на базе применяемого меню основного питания обусловлена спецификой общеобразовательных организаций, где используется групповая система питания. При одновременной реализации в условиях общеобразовательной организации нескольких диет, необходимо учитывать фактор наличия и квалификации поварского персонала, наличие и состояние оборудования. При построении сводного меню организации рекомендуется избегать широкой номенклатуры одновременно приготавливаемых блюд для различных диет, так как это отягощает работу пищеблока и может привести к нарушению правил кулинарной обработки продуктов и ухудшению качества питания. Учитывая это, целесообразно предусматривать приготовление ряда одних и тех же блюд для различных диет, обеспечивая только соответствующие способы кулинарной обработки и адаптации некоторых рецептур, что и реализовано в диетических (лечебных) меню. Практика показывает, что диетические меню для составленные на основе общего

(основного) меню, в условиях конкретной школы будет реализовано с большей вероятностью, чем индивидуальное меню разработанное врачом диетологом без учета возможностей пищеблока образовательной организации. При этом, в обязательном порядке необходимо согласование диетического меню с лечащим врачом.

При организации диетического (лечебного) питания в общеобразовательных организациях положения СанПиН 2.3/2.4 3590-20 вторичны по отношению к назначениям лечащего врача, и применяются в части не противоречащей назначениям лечащего врача. Не применимы в полном объеме критерии СанПиН 2.3/2.4 3590-20 по суммарным объемам блюд на приемы пищи, потребности в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах, распределения в процентном отношении потребления пищевых веществ и энергии по приемам пищи в зависимости от времени пребывания в организации, количество приемов пищи в зависимости от режима функционирования организации и режима. Кроме того, не могут быть применимы в полном объеме для диетического (лечебного) питания положения СанПиН 2.3/2.4 3590-20 «Среднесуточные наборы пищевой продукции», так как содержат пищевые продукты, запрещенные (ограниченные) для некоторых диет.

В представленном типовом меню для сахарного диабета, в соответствии со сложившейся практикой диетотерапии применен принцип дробного питания, спланировано двухразовое питание в учебную смену: основное (завтрак или обед), и промежуточное питание (второй завтрак, полдник). Это обусловлено соблюдением необходимого для детей с сахарным диабетом режима питания, возможной коррекции гипогликемии во время процесса обучения. Исходя из текущего индивидуального профиля заболевания, по заключению лечащего врача, режим питания, суммарный объем блюд разовых приёмов пищи, как основных, так и дополнительных может корректироваться. В соответствии с МР 2.4.0162 п. 2.2.3 режим питания детей с сахарным диабетом может соответствовать режиму питания остальных учеников. Промежуточные приёмы пищи по заключению лечащего врача могут корректироваться, в том числе и исключаться. Также, исходя из текущего состояния пациента, по заключению лечащего врача в рацион могут включаться ограниченно используемые продукты. В таких случаях осуществляется корректировка меню и технологической документации.

При составлении меню для больных сахарным диабетом учтен перечень пищевой продукции, которая не допускается в питании детей и подростков с сахарным диабетом (далее – СД). Продукты, запрещенные к использованию (приложение № 1 к МР 2.4. 0162 -19) в меню не выявлены. В представленном

меню для детей с СД включены продукты - источники полноценного белка (творог, мясо, рыба, птица, белок куриных яиц, нежирный сыр) и продукты с низким гликемическим индексом (фрукты, гречневая крупа, бобовые).

Типовое меню разработано для обеспечения питанием детей с сахарным диабетом 2 типа, при этом данное меню без ограничений может быть использовано для питания детей с сахарным диабетом 1 типа. В соответствии с приказом Министерства здравоохранения РФ от 22.01.2021 г. №22н «Об утверждении стандарта медицинской помощи детям при сахарном диабете 1 типа», для питания при инсулинозависимом диабете 1 типа предусматривается возможность применения основного варианта стандартной диеты, обычного питания. Вместе с тем, при организации питания детей страдающих сахарным диабетом в организованных детских коллективах сложилась практика ограничения в рационе углеводов, жиров, соли как для 2-го, так и для 1-го типа сахарного диабета. Чем меньше легкоусвояемых углеводов и жиров поступает с пищей, тем меньшую дозу инсулина потребуются вводить.

В МР 2.4. 0162-19 в приложении 4 таблица 1 «Рекомендуемые наборы продуктов по приемам пищи для организации питания детей с сахарным диабетом» рекомендованы заменители сахара (сорбит, ксилит, стевия). Заменители сахара назначаются лечащим врачом.

В меню СД прослеживаются проведенные мероприятия в целях предотвращения риска развития избыточной массы тела у детей с сахарным диабетом, общее количество насыщенных жиров снижено не менее 10% («Федеральные клинические рекомендации по диагностике и лечению сахарного диабета 1 типа у детей и подростков», 2019), за счет снижения выдачи масла коровьего порционного и закладки его в отдельные блюда, применение в рецептурах блюд из говядины нежирных сортов, нежирной птицы (грудки куриной), спланированы кисломолочные продукты с жирностью 1-1,5 %. Также некоторые рецептуры блюд адаптированы для питания детей с сахарным диабетом, за счет снижения закладки сливочного масла, растительных масел, замены муки пшеничной на овсяную.

Потребность в пищевых веществах и энергии, предельно допустимое количество углеводов в представленном меню применена исходя из медицинских регламентов по лечению сахарного диабета, в соответствии с Руководством по лечебному питанию детей, ред. К.С. Лододо, Т.Э, Боровик изд. М-Медицина, 2000, Национальным руководством. Нутрициология и клиническая диетология, ред, В.А. Тутельян, изд. ГЭОТАР-Медиа, 2020,

Руководством для практикующих врачей. Рациональная фармакотерапия детских заболеваний, ред. А.А. Баранов, изд. Литерра, 2007.

Применение в качестве критерия пищевой и энергетической ценности вышеуказанных источников обусловлено невозможностью применения ряда положений СанПиН 2.3/2.4.3590-20, МР 2.4.0162-19 применительно к диете для сахарного диабета, прежде всего по предельному количеству углеводов, используемым пищевым продуктам и режиму питания. Допустимое количество углеводов рассчитано по системе Хлебных Единиц (ХЕ) и не превышает допустимые уровни (21-23 ХЕ для учащихся 1-4 классов и 22-27 ХЕ для учащихся 5-11 классов, в сутки). 1 ХЕ=12 грамм общих углеводов.

С целью профилактики гипогликемии приемы пищи для детей с сахарным диабетом рекомендуется осуществлять четко по расписанию.

В соответствии с п 2.2.4 МР 2.4. 0162 -19 информацию о калорийности, БЖУ доводится до родителей и согласно п 2.2.6 совместно с родителями рекомендуется проработать вопросы питания, контроля уровня сахара и введения инсулина.

При разработке типовых диетических (лечебных) меню учтены рекомендуемая энергетическая ценность и химический состав, а также физиологические свойства пищи (объем, масса, консистенция, температура), перечень разрешенных и рекомендованных пищевых продуктов, особенности кулинарной обработки, режим питания (количество приемов пищи, время питания, распределение суточного рациона между отдельными приемами пищи).

Практика показывает, что основной причиной нарушения диет является нарушение, в том числе и неосознанное, технологии приготовления блюд и выдача блюд из основного меню при отсутствии должного внимания и настороженности со стороны персонала столовой.

Выводы:

1. Химико-энергетические характеристики рациона, режим питания (количество приемов пищи, время питания, распределение энергосодержания), физиологические свойства пищи (объем, масса, консистенция), а также номенклатура используемых продуктов соответствуют требованиям диетотерапии при лечении сахарного диабета.

2. Использование в меню запрещенных (при сахарном диабете) продуктов не выявлено.

3. Предусмотрено применение щадящих технологических процессов приготовления пищи.

4. Представленные типовые меню для организации питания учащихся общеобразовательных организаций с сахарным диабетом соответствуют санитарно-эпидемиологическим требованиям к организации общественного питания населения СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (п. 8.1.2. в части не противоречащей положениям МР 2.4. 0162 и требованиям практической диетотерапии).

5. Представленные типовые меню для организации питания учащихся общеобразовательных организаций с сахарным диабетом соответствуют Методическим рекомендациям МР 2.4.0162-19 «Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями, и сопровождающимися ограничениями в питании (в образовательных и оздоровительных организациях).

6. Представленные типовые меню для организации питания учащихся общеобразовательных организаций с сахарным диабетом рекомендованы (при обязательном индивидуальном согласовании с лечащим врачом) к практическому применению в общеобразовательных организациях .

7. Рекомендовано, в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20, информировать родителей о калорийности меню, содержании белков, жиров и углеводов индивидуально и с использованием сайта образовательной организации.

Заведующий отделом клинической диетологии заведующего отделом клинической диетологии Российской детской клинической больницы (РДКБ) — филиала ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России



/ М.Ю. Степанян

Дата 02.08.2024г.

Диетолог