

Заключение

к типовым диетическим (лечебным) меню, разработанным для обеспечения питанием детей с сахарным диабетом 2 типа, целиакией обучающихся в общеобразовательных организациях Красноярского края

Заявитель: АНО «Институт отраслевого питания»

Наименование проектной документации:

Типовое диетическое (лечебное) меню для организации питания детей с сахарным диабетом 2 типа, обучающихся в общеобразовательных организациях Красноярского края;

Типовое диетическое (лечебное) меню для организации питания детей с целиакией, обучающихся в общеобразовательных организациях Красноярского края.

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

Рассмотренные диетические (лечебные) меню для детей с сахарным диабетом 2 типа, целиакией составлены на базе меню основного (организованного) питания, применяемого в настоящее время для обеспечения питанием детей, обучающихся в некоторых общеобразовательных организациях Красноярского края, 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 рецептов, 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 практике диетологии, 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 2 типа, 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 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 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 потребуется 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). Стевия является приоритетным вариантом выбора при построении типового меню, так как использование сорбита и ксилита ограничено их выраженным послабляющим свойством.

В меню 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 типового меню для обучающихся с целиакией учтены виды пищевой продукции, которая не допускаются в соответствующей диете. Продуктов, содержащих глютен, в том числе скрытый, не выявлено.

Режим питания детей с целиакией не имеет, каких-либо особенностей и соответствует основному режиму питания, принятому в общеобразовательной организации.

Представленные расчетные показатели химического состава меню – отражают выполнение процентного соотношения по приемам пищи.

Практика показывает, что основной причиной нарушения диеты является нарушение, в том числе и неосознанное, технологии приготовления

блюд в связи с заменой безглютеновых продуктов на глютеносодержащие продукты, при отсутствии должного внимания и настороженности со стороны персонала столовой. Рекомендуется выделить отдельное помещение для хранения продуктов и приготовления пищи, оборудованное технологическими столами, разделочным инвентарем и моечной ванной, кухонной и столовой посудой. Столовая посуда, должна отличаться от иной столовой посуды цветом или рисунком.

В случае невозможности выделить отдельное помещение, инвентарь и посуду питание детей с целиакией организуется из продуктов, блюд, а также посуды, принесенных ребенком из дома.

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 и целиакии.

2. Использование запрещенных в соответствующих диетах продуктов не выявлено.

3. Предусмотрено применение щадящих технологических процессов приготовления пищи.

4. Представленные типовые меню для организации питания детей с сахарным диабетом, целиакией 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 типовое меню для детей с сахарным диабетом и целиакией 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 детей с сахарным диабетом, целиакией 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.

Врач-диетолог Государственного бюджетного учреждения здравоохранения города Москвы «Морозовская детская городская клиническая больница Департамента здравоохранения города Москвы»

М.Ю. Степанян



Диетолог