

## Оценка качества питания в школах и детских дошкольных учреждениях

С 1 января 2021 года вступили в силу новые Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения (СанПиН 2.3/2.4.3590-20), утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020 № 32. В эти СанПиН включены требования 17 актов в сфере общественного питания, причем особое внимание уделено организации питания детей (гл. VIII). Требования направлены на снижение риска здоровью детей, обусловленного пищевым фактором, и повышение роли здоровьесберегающей функции питания. Как организуется питание детей в образовательных учреждениях с учетом новых требований, рассмотрим далее.

В детских садах и школах дети проводят в среднем 7-8 часов ежедневно. Сбалансированное и полноценное питание обеспечивает адекватные процессы роста и развития детского организма, способствует повышению работоспособности и успеваемости детей.

В соответствии с задачей, поставленной Президентом Российской Федерации в Послании Федеральному Собранию 15 января 2020 года, все учащиеся начальных классов (с 1-го по 4-й) должны быть обеспечены бесплатным горячим питанием не реже одного раза в день.

Министерством просвещения Российской Федерации проведена соответствующая работа для того, чтобы нормы, закрепляющие обеспечение всех младшеклассников бесплатным горячим питанием, распространялись на все регионы страны. Бесплатное горячее питание в настоящее время получают 100 процентов учеников начальных классов российских школ.

Государственный санитарно-эпидемиологический надзор учитывает особую социально-гигиеническую значимость рационального питания детей и подростков в организованных коллективах. Для этого очень важно обеспечивать не только высокую калорийность питания, но и достаточное содержание и правильное соотношение таких необходимых растущему организму ребенка пищевых веществ, как белки, витамины, минеральные вещества.

Рацион должен обеспечивать соотношение белков, жиров, углеводов как 1:1:4.

Биологическая ценность пищи прежде всего определяется белковой частью рациона. Наиболее ценны в этом отношении белки животного происхождения, поскольку они обладают высокой усвояемостью, содержат незаменимые аминокислоты. Главным источником белков служат животные продукты – мясо, птица, рыба, яйца, масло, сыр, творог и др.

Жировой компонент пищи также имеет большое значение. Особенно полезны растительные масла, богатые полиненасыщенными жирными кислотами, которые активно участвуют в обменных процессах. Из животных жиров в детском питании чаще всего используют сливочное масло, маргарин использовать не рекомендуют.

Основным источником энергии являются углеводы. Они входят в состав клеток и тканей организма. Помогают более полному усвоению белков и жиров. Наиболее высокой пищевой ценностью обладают углеводы, содержащиеся в овощах, фруктах, ягодах.

При составлении меню необходимо учитывать калорийность и химический состав рациона и не допускать резких отклонений от рекомендуемых норм.

По поручениям территориального отдела Управления Роспотребнадзора в Чувашской Республике – Чувашии в г. Новочебоксарск филиалом ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Чувашской Республике – Чувашии в г. Новочебоксарске проводились исследования готовых блюд из школ и детских дошкольных учреждений на химический состав и энергетическую ценность.

В 2020 году из-за пандемии количество исследованных проб резко уменьшилось за счет отмены надзорных мероприятий. В 2021 году количество исследованных проб увеличилось за счет усиления контроля за питанием школьников младших классов со стороны территориального Управления в соответствии с задачей, поставленной Президентом Российской Федерации в Послании Федеральному Собранию 15 января 2020 года.

Немаловажной составляющей качества питания является температура подачи горячих блюд. Требования к температуре готовых горячих блюд согласно п. 11.6 МР 2.3.6.0233-21 «Методические рекомендации к организациям общественного питания населения», принятых 09.03.2021 следующие:

- горячие блюда (супы, соусы, напитки) при раздаче должны иметь температуру не ниже 75 °С, вторые блюда и гарниры – не ниже 65 °С;
- готовые первые и вторые блюда могут находиться на мармите или горячей плите не более 2 часов с момента изготовления либо в изотермической таре (термосах) – в течение времени, обеспечивающего поддержание температуры не ниже температуры раздачи, но не более 2 часов. Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых горячих блюд не допускается.

В 2022 году филиал провел исследования температуры готовых горячих блюд в рамках надзорных мероприятий -304 пробы, проводимых в школах и детсадах, нестандартных проб не выявлено; проверено готовых блюд на соответствие белков, жиров и углеводов – 211 проб.

Химик-эксперт Николаева О.В.

Химик-эксперт Резцова И.А.

(Филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Чувашской Республике-Чувашии  
в г. Новочебоксарск)