

## **ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ДОШКОЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ г.СТАВРОПОЛЯ**

**А.С. Цирихова, А.В. Сохиев**

ГБОУ ВПО Ставропольская государственная медицинская академия, Россия, г. Ставрополь. Кафедра гигиены  
(зав. кафедрой – проф. Минаев Б.Д)

**Актуальность.** За последнее десятилетие в состоянии здоровья детей и подростков сложились, к сожалению, устойчивые негативные тенденции – рост факторов риска формирующих нарушения здоровья и физического развития, ведущих к увеличению заболеваемости. Одним из факторов обеспечения оптимальной жизнедеятельности растущего и развивающегося организма ребенка является рациональное, полноценное и сбалансированное питание, и безусловно, качество пищевых продуктов, используемых для приготовления пищи.

Результаты исследования фактического питания населения свидетельствует о том, что рационы питания россиян характеризуются избыточным потреблением жиров животного происхождения и легко усваиваемых углеводов, недостаточным потреблением пищевых волокон, витаминов (группы В, Е и D), дисбалансом макроэлементов (Ca, Na, K, P и Mg) и микроэлементов (Fe, I, Se, Zn, Cr, Cu, Mn и др.).

**Цель:** Целью данной работы была оценка нутриетивной обеспеченности рационов питания детей в возрасте 3-7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения г. Ставрополя расчетным методом 10-дневной меню-раскладки.

### **Задачи исследования:**

1. Дать гигиеническую оценку фактического питания детей дошкольного возраста в организованных коллективах с учетом технологии приготовления пищи.

2. Изучить и сравнить адекватность поступления пищевых веществ с рационами питания детей в организованных коллективах.

**Методы исследования:** Объектом исследования стали дети в возрасте 3–7 лет муниципальных дошкольных образовательных учреждений (МДОУ) № 54(с новым технологическим оборудованием) и № 46 (устаревшим технологическим оборудованием). Во время пребывания в детском саду дети получали 3-х разовое питание: завтрак, обед и полдник. Были проведены исследования организации качественного и количественного состава десятидневных рационов питания детей в организованных коллективах с учетом технологии приготовления пищи. Для расчета содержания нутриентов в среднесуточных рационах питания дошкольников использовали программу «АСПОН — питание», позволяющую проводить анализ по 52 основным нутриентам, входящим в состав продуктов питания.

**Полученные результаты.** При анализе среднесуточного рациона питания детей было выявлено, что по энергетической ценности, уровню потребления белков и углеводов рационы соответствуют физиологическим потребностям исследованных возрастных групп. Тем не менее, имеет место избыточное поступление насыщенных жирных кислот(113%), холестерина(175%) и недостаточное поступление омега-3 (77%), омега-6 (25%) жирных кислот. По микронутриентному составу выявлены признаки дисбаланса рациона. Так, отмечается недостаточное поступление витамина В1 (73%), витамин С (84%), витамина D (35%), витамина К(66%), кальция (67%), фтора (20%), йода(64%). В тоже время, в среднесуточном рационе выявлено избыточное поступление витамина В<sub>12</sub> (185%), В<sub>6</sub>(137%), Е (175%), железо (138%), калия (462%), марганца(242%), натрия (272%), хлора (184%), хрома (615%).

**Вывод.** Проведенными исследованиями установлено, что во всех детских учреждениях десятидневные рационы питания детей не соответствует физиологическим нормам.

Результаты исследования указывают на недостаточное содержание витаминов в рационах питания детей, что требует коррекции структуры потребления пищевых продуктов, разработки и проведения целенаправленных профилактических мероприятий, направленных на снижение рисков развития гиповитаминозов.