

## **Заключение**

### **к типовому диетическому (лечебному) меню, разработанному для обеспечения питанием детей с сахарным диабетом обучающихся в общеобразовательных организациях г. Ханты-Мансийска**

Заявитель: АНО «Институт отраслевого питания»

Наименование проектной документации:

Типовое диетическое (лечебное) меню для организации питания детей с сахарным диабетом, обучающихся в общеобразовательных организациях г. Ханты-Мансийска.

Разработчик проектной документации: АНО «Институт отраслевого питания»

Юридический адрес: 107078. Москва, Б.Харитоньевский пер., д. 21, стр. 1

1. Представленные типовые диетические (лечебные) меню для возрастных групп 7-11 лет и 12-18 лет рассмотрены на соответствие к санитарно-эпидемиологическим требованиям к организации общественного питания населения СанПиН 2.3/2.4.3590-20, 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)», а также требованиям практической диетотерапии.

Прилагаемые типовые диетические (лечебные) меню для детей с сахарным диабетом составлены на базе типового основного (организованного) меню, разработанного специалистами АНО «Институт отраслевого питания» для обеспечения питанием детей, обучающихся в общеобразовательных организациях г. Ханты-Мансийска, с заменой запрещенных соответствующей диетой, блюд и продуктов.

Целесообразность составления типовых диетических (лечебных) меню на базе типового основного (организованного) меню обусловлена спецификой общеобразовательных организаций, где используется групповая система питания. Учтен фактор реальной штатно-должностной структуры пищеблоков общеобразовательных организаций. Как правило, при построении сводного меню организации следует избегать большого количества блюд в различных

диетах, так как это отягощает работу пищеблока и может привести к нарушению правил кулинарной обработки продуктов и ухудшению качества питания. Учитывая это, можно 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 специализированном меню. Практика показывает, что диетические (лечебные) меню, составленные на основе основного меню, в условиях конкретной школы будут реализованы с большей вероятностью, чем индивидуальное меню, разработанное врачом-диетологом. При этом, в обязательном порядке необходимо согласование типового диетического меню с лечащим врачом.

*В соответствии с СанПиН 2.3/2.4 3590-20 п. 8.2.1. Для детей, нуждающихся в лечебном и диетическом питании, должно быть организовано лечебное и диетическое питание в соответствии с представленными родителями (законными представителями ребенка) назначениями лечащего врача.*

*Индивидуальное меню должно быть разработано специалистом-диетологом с учетом заболевания ребенка (по назначениям лечащего врача).*

Положения СанПиН 2.3/2.4 3590-20 по суммарным объемам блюд на приемы пищи (таблица №3 Приложение N 9), потребности в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах (Приложение N 10), распределение 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 обучения (Приложение №12) вторичны по отношению к назначениям лечащего врача, и применяются в части, не противоречащей назначенной диете. Кроме того, не могут быть применимы в полном объеме для диетического питания положения СанПиН 2.3/2.4 3590-20 (таблица №2 приложение N 7) «Среднесуточные наборы пищевой продукции», так как содержат пищевые продукты, запрещенные для некоторых диет.

В соответствии с МР 2.4.0162 п. 2.2.3 режим питания детей с сахарным диабетом может соответствовать режиму питания остальных учеников. В прилагаемом типовом меню, в соответствии со сложившейся практикой диетотерапии, применен принцип дробного питания. Спланировано двухразовое питание в учебную смену: основное (завтрак или обед), и промежуточное питание. Отмечается, что дополнительное питание не является ни вторым завтраком, ни полдником в классификации СанПиН 2.3/2.4 3590-20,

а предназначено для возможной коррекции гипогликемии во время процесса обучения.

2. При составлении типового 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 приложением № 1 к МР 2.4. 0162 -19 в меню не выявлены. В представленном типовом меню для детей с СД включены продукты - источники полноценного белка (творог, мясо, рыба, птица, яйца, сыр, гречневая крупа) и продукты с низким гликемическим индексом (овощи, яблоки, бобовые). Согласно МР 2.4. 0162-19 (приложение №4 таблица №1 «Рекомендуемые наборы продуктов по приемам пищи для организации питания детей с сахарным диабетом») рекомендованы заменители сахара (сорбит, ксилит, стевия). В типовом меню предусмотрено использование препаратов стевии, так как использование сорбита и ксилита ограничено их выраженным послабляющим свойством. Вместе с тем, препараты стевии являются вариантом выбора, при практической реализации меню может быть использован любой рекомендованный врачом заменитель сахара.

При разработке меню учтено распределение жирового компонента, 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, применения в рецептурах блюд из говядины нежирных сортов, нежирной птицы (индейки, грудки куриной), спланированы кисломолочные продукты с жирностью 1-2,5 %. Также некоторые рецептуры блюд адаптированы для питания детей с сахарным диабетом за счет снижения закладки растительных масел, замены муки пшеничной на овсяную. Кроме того, для исключения вероятности выдачи больным сахарным диабетом напитков из общего меню с высоким содержанием сахара в большинстве случаев проведена их замена на другие виды напитков.

Потребность в пищевых веществах и энергии, предельно допустимое количество углеводов в представленном меню, рассчитаны в соответствии с МР 2.4.0162-19, исходя из требований практической фармакотерапии сахарного диабета: Руководства по лечебному питанию детей, ред. К.С. Лододо, Т.Э, Боровик изд. М-Медицина, 2000, Национального руководства. Нутрициология и клиническая диетология, ред, В.А. Тутельян, изд. ГЭОТАР-Медиа, 2020, Руководства 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 применительно к диете для детей с сахарным диабетом, прежде всего по предельному количеству углеводов, используемым пищевым продуктам и режиму питания.

Допустимое количество углеводов рассчитано по системе Хлебных Единиц (1 ХЕ = 12 грамм углеводов с учетом балластных веществ) и не превышает допустимые уровни (22 ХЕ для учащихся 1-4 классов и 27 ХЕ для учащихся 5-11 классов, в сутки).

В соответствии с п. 2.2.4 МР 2.4. 0162 -19 информация 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. Вместе с тем, отмечается, что 22 января 2021 года вышел приказ №22н « Об утверждении стандарта медицинской помощи детям при сахарном диабете 1 типа», где указывается вид лечебного питания общий вариант диеты (изменяется только качественный состав углеводного компонента).

Требования к объему порций и распределение в процентном отношении потребления пищевых веществ по приемам пищи выполнены с учетом первого завтрака в домашних условиях. Фактическое распределение пищевых веществ и энергии по приемам пищи в течении двухнедельного цикла соответствует требованиям по сбалансированности рациона, для данного вида диеты.

#### Заключение:

1. При разработке типовых диетических (лечебных) меню учтены рекомендуемые по соответствующим диетам 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).

2. Использование запрещенных продуктов не выявлено.

3. Представленное типовое диетическое (лечебное) меню для детей 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. Представленное типовое диетическое меню для детей с сахарным

диабетом соответствует 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. Представленное типовое диетическое (лечебное) меню для детей с сахарным диабетом может применяться при сахарном диабете 1 и 2 типа.

7. Представленное типовое диетическое (лечебное) меню для детей с сахарным диабетом могут быть рекомендованы (при обязательном индивидуальном согласовании с медицинскими специалистами) к практическому применению в общеобразовательных организациях г. Ханты-Мансийска.

8. 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.И.U. Степанян

**Диетолог**