

ОЦІНКА ОРГАНІЗАЦІЇ ХАРЧУВАННЯ УЧНІВ ШКІЛ-ІНТЕРНАТІВ

Вищий державний навчальний заклад України

«Українська медична стоматологічна академія» (м. Полтава)

Дана робота є фрагментом НДР «Наукове обґрунтування профілактики негативного впливу окремих чинників довкілля на якість життя і стан здоров'я дітей в умовах геохімічної провінції», № держ. реєстрації № 0111U8522.

Вступ. Одним з пріоритетних напрямків діяльності держави і суспільства є охорона здоров'я дитячого населення. Серед факторів навколишнього середовища, що впливають на ріст, розвиток дітей та формування їхнього здоров'я, провідним є харчування [7, 8, 10, 12, 15].

Повноцінне харчування є суттєвим та постійно діючим фактором, що забезпечує адекватні процеси зростання та розвитку дитячого організму, а також зміцнення здоров'я в дитячому та підлітковому віці. Незбалансоване харчування є одним із провідних факторів ризику розвитку в дітей відхилень у стані здоров'я, що може в подальшому призвести до формування певної соматичної патології (хвороб шлунку та дванадцятипалої кишки, печінки, жовчного міхура та інших). Аналіз даних наукових досліджень [3, 4, 6, 7, 10, 13, 14], присвячених вивченню характеру харчування дітей нашої країни за останні роки, свідчить про те, що харчування дітей залежить переважно чином від матеріального добробуту родини, рівня гігієнічної культури батьків. У дітей, що перебувають у системі шкіл-інтернатів, характер та якість харчування залежать від можливостей держави [7, 10]. В останні роки науковим аспектам організації харчування вихованців шкіл-інтернатів надається важливе медико-соціальне значення.

Мета дослідження – вивчити фактичне харчування вихованців загальноосвітніх шкіл-інтернатів м. Полтави та визначити шляхи його оптимізації з врахуванням сучасних вимог розвитку суспільства.

Об'єкт і методи дослідження. Робота виконана на базі Полтавської спеціалізованої школи-інтернату №1 I-III ступенів Полтавської обласної ради. У роботі використано метод розрахунків за меню-розкладками шкіл-інтернатів. Вивчено частоту вживання основних продуктів харчування в раціоні досліджуваної групи дітей (10–13 років). У кожному меню-розкладці були перераховані всі страви, що готувалися протягом дня, з визначенням кількості продуктів, використаних для їх приготування. Кількість продуктів, із яких готувалися страви, оцінювались за харчовими стандартами (Постанова

Кабінету Міністрів України від 22 листопада 2004 р. N 1591 «Про затвердження норм харчування у навчальних та оздоровчих закладах»). Вивчення меню-розкладок проводили впродовж 9 місяців 2013 року.

Результати досліджень та їх обговорення. В 2013 році в Полтавській спеціалізованій школі-інтернаті №1 I-III ступенів Полтавської обласної ради навчалось 296 учнів, з них до 15 років – 183, з 10 до 13 років – 87.

Вивчено та проаналізовано частоту вживання основних продуктів харчування в раціоні групи дітей 10–13 років впродовж 9 місяців 2013 року (дослідження не проводились в період канікул).

Особлива увага приділялась дослідженню вживання продуктів щоденного споживання: молоко, хліб, масло вершкове, крім того вивчено вживання сиру, риби, круп, овочів, фруктів. Згідно з Постановою Кабінету Міністрів України від 22 листопада 2004 р. N 1591 «Про затвердження норм харчування у навчальних та оздоровчих закладах» до продуктів щоденного вживання відносяться молоко, хліб, масло вершкове, які повинні використовуватись в межах денної норми \pm 5 %, а такі продукти, як, сир, риба – кілька разів на тиждень (розрахунок їх вживання проводився в залежності від частоти використання даного продукту в меню на тиждень).

Усі вихованці школи-інтернату мають 4-разове харчування незалежно від віку. Аналіз меню-розкладок у школі-інтернаті показав, що страви не повторюються протягом одного дня та протягом тижня. Відсотковий розподіл раціону за прийомами їжі розрахований на 4-разове харчування.

За нашими результатами, діти школи-інтернату щоденно отримують повний спектр необхідних продуктів (каші, страви з м'яса, молочні продукти, тваринне масло, макаронні вироби, соки). Орієнтовний середньодобовий набір основних продуктів харчування вихованців школи інтернату 10–13 років за 2013 навчальний рік (9 місяців) наведений в **таблиці**.

Аналізуючи отримані результати, необхідно зазначити, що в раціоні вихованців шкіл інтернатів, в середньому за рік не вистачає м'ясних продуктів (на 7 % менше норми), проте риби та рибопродуктів в достатній кількості, навіть дещо більше встановленої норми(на 18 % вище), масло вершкове в нормі. Менше норми отримують діти

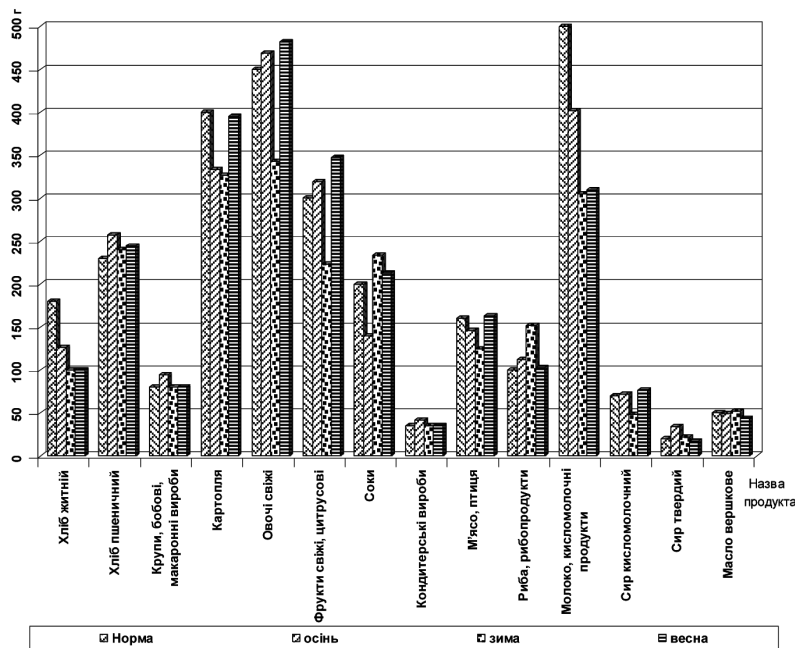


Рис. Орієнтовний середньодобовий набір основних продуктів харчування вихованців школи інтернату в різні періоди року.

молоко та молокопродукти (на 25%), що частково компенсується вживанням кисломолочних та твердих сирів (на 27% більше). Вживання житнього хліба недостатнє, проте це компенсується вживанням пшеничного хліба. Крупи, бобові та макаронні вироби вживаються в межах норми, це ж стосується і

Таблиця

Орієнтовний середньодобовий набір основних продуктів харчування вихованців школи інтернату за 2013 рік

Назва продукту	Норма продукту, г *	Фактично
Хліб житній	180	108,9±20,3
Хліб пшеничний	230	247,4±23,0
Крупа, бобові, макаронні вироби	80	84,8±12,3
Картопля	400	360,1±60,3
Овочі свіжі	450	443,0±67,3
Фрукти свіжі, цитрусові	300	305,2±58,3
Соки	200	191,8±53,8
Кондитерські вироби	35	37,3±4,9
М'ясо, птиця	160	148,6±24,7
Риба, рибопродукти	100	118,0±25,7
Молоко, кисломолочні продукти	500	349,6±77,5
Сир кисломолочний	70	69,7±17,9
Сир твердий	20	25,9±16,7
Масло вершкове	50	48,2±9,3
Яйця, штук	1	1

Примітка: * – Згідно Постанови Кабінету Міністрів України від 22 листопада 2004 р. № 1591 «Про затвердження норм харчування у навчальних та оздоровчих закладах» для дітей вікової групи від 10 до 13 років.

кондитерських виробів. Відмічається знижене вживання соків та свіжих овочів у вигляді салатів; свіжі фрукти та цитрусові наявні в раціоні в достатній кількості.

Важливо зазначити, що середньодобовий набір основних продуктів харчування вихованців школи інтернату дещо відрізняється різні періоди року (рис.).

Так вживання свіжих овочів, фруктів найнижче взимку, а весною збільшується, а от вживання соків навпаки, найбільше збільшується взимку. Щодо м'ясної продукції, то її найменше вживається взимку, а вживання риби та рибної продукції в цей період навпаки збільшується. Сири, масло вершкове, крупи, макаронні вироби та кондитерські вироби вживаються практично в рівних кількостях в різні періоди року.

Висновки. В результаті проведеного аналізу організації харчування

учнів загальноосвітніх шкіл-інтернатів встановлено, що:

- раціон вихованців загальноосвітньої школи-інтернату є різноманітним та містить повний спектр необхідних продуктів;
- раціон вихованців шкіл інтернатів містить в недостатній кількості м'ясо та м'ясні продукти, молоко та молокопродукти (в порівнянні з затвердженими нормами харчування);
- крупи, бобові, макаронні та кондитерські вироби вживаються в необхідній кількості;
- відмічається недостатнє вживання соків та свіжих овочів у вигляді салатів;
- середньодобовий набір основних продуктів харчування вихованців школи інтернату відрізняється різні періоди року.

Перспективи подальших досліджень. В подальшому планується більш детальне вивчення існуючої організації харчування вихованців загальноосвітніх шкіл-інтернатів з метою її коригування.

Література

1. Гозак С. В. Вплив чинників навчального процесу на показники здоров'я школярів / С. В. Гозак // Довкілля та здоров'я. – 2012. – № 3. – С. 17-20.
2. Гойда Н. Г. Медико-соціальні аспекти дитячої інвалідності в Україні / Н. Г. Гойда, М. М. Коренев, Л. Ф. Богмат, Т. П. Сидоренко, С. Р. Толмачова // Український медичний часопис. Актуальні питання клінічної практики. – 1999. – №3(11),V-VI. – С. 112-114.
3. Доценко В. А. Эколого-гигиенические подходы к оценке риска факторов питания / В. А. Доценко, А. И. Петухов, Г. А. Дмитриева [и др.] // Гигиена и санитария. – 2005. – № 3. – С. 38-39.
4. Доценко В. А. Болезни избыточного и недостаточного питания / В. А. Доценко, Я. В. Мосийчук. – СПб. , 2004. – С. 21-22.

5. Казак С. С. Сучасні аспекти дитячої та підліткової кардіології / С. С. Казак // Український медичний часопис. Актуальні питання клінічної практики. – 2003. – № 5 (37), Т. IX-X. – С. 41–44.
6. Конь И. Я. Питание детей дошкольного и школьного возраста: современные проблемы / И. Я. Конь, Л. Ю. Волкова // Сб. научных материалов первого международного форума по детскому и школьному питанию. – М., 2006. – С. 155.
7. Коренев М. М. Стан здоров'я дітей-сиріт та шляхи його укріплення / М. М. Коренев, І. С. Лебець // Мат-ли Всеукраїнської наук. -практ. конф. – Харків, 2003. – С. 19-24.
8. Полька Н. С Гігієнічне забезпечення умов життєдіяльності дітей у загальноосвітніх навчальних закладах / Н. С. Полька, С. В. Гозак // Гуманітарний вісник : зб. наук. пр. – Переяслав-Хмельницький, 2011. -Вип. 23. – С. 186-190.
9. Полька, Н. С. До питання оцінки фізичного розвитку школярів за стандартами ВООЗ / Н. С. Полька, А. Г. Платонова // Довкілля та здоров'я. – 2012. – № 1. – С. 48-52.
10. Полька Н. С. Гігієнічна оцінка організації харчування загальноосвітніх закладів у сучасних умовах / Н. С. Полька, М. П. Гуліч, В. М. Махнюк // Довкілля та здоров'я : Наук. журн. з пробл. мед. екології, гігієни, охорони здоров'я та екол. безпеки. – 2006. – Т. 38, № 3. – С. 62-66.
11. Полька Н. С. Фізіолого-гігієнічна оцінка фізичного та психічного здоров'я старшокласників інноваційного навчального закладу (семестрово-цикло-блочна система викладання) / Н. С. Полька, Н. В. Лебединець // Довкілля та здоров'я. – 2010. – № 2. – С. 38-42.
12. Слабкий Г. А. Здоровье 2020 – новая европейская политика и стратегия в интересах здоровья населения / Г. А. Слабкий, Г. Я. Пархоменко, Н. Ю. Астахова // Вісник проблем біології і медицини. – 2014. – Вип. 3, Т. 1. – С. 16–20.
13. Сухарев А. Г. Научные основы концепции улучшения здоровья детей и подростков / А. Г. Сухарев // Гигиена и санитария. – 2000. – № 3. – С. 16.
14. Таралло В. Л. Стратегічні орієнтири розвитку здоров'я буковинців до 2020 року / В. Л. Таралло // Вісник проблем біології і медицини. – 2014. – Вип. 3, Т. 1. – С. 338–339.
15. Тутельян В. А. Руководство по детскому питанию / В. А. Тутельян, И. Я. Конь. – М. : Медицинское информационное агентство, 2004. – 662 с.

УДК 613. 22 (477. 55)

ОЦІНКА ОРГАНІЗАЦІЇ ХАРЧУВАННЯ УЧНІВ ШКІЛ-ІНТЕРНАТІВ

Саргош О. Д.

Резюме. Стаття присвячена вирішенню проблеми організації харчування учнів загальноосвітніх шкіл-інтернатів. Отримані результати дозволили зробити висновок про те, що раціон вихованців загальноосвітньої школи-інтернату є різноманітним та містить повний спектр необхідних продуктів; в раціоні в недостатній кількості міститься м'ясо та м'ясні продукти, молоко та молокопродукти, соки та свіжі овочі у вигляді салатів (в порівнянні з затвердженими нормами харчування); середньодобовий набір основних продуктів харчування відрізняється різні періоди року.

Ключові слова: гігієнічна оцінка харчування, вихованці школи-інтернату.

УДК 613. 22 (477. 55)

ОЦЕНКА ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ УЧЕНИКОВ ШКОЛ-ИНТЕРНАТОВ

Саргош О. Д.

Резюме. Стаття посвящена решению проблемы организации питания учащихся общеобразовательных школ-интернатов. Полученные результаты позволили сделать вывод о том, что рацион воспитанников общеобразовательной школы-интерната является разнообразным и содержит полный спектр необходимых продуктов; в рационе в недостаточном количестве содержится мясо и мясные продукты, молоко и молокопродукты, соки и свежие овощи в виде салатов (по сравнению с утвержденными нормами питания); среднесуточный набор основных продуктов питания отличается различные периоды года.

Ключевые слова: гигиеническая оценка питания, воспитанники школы-интерната.

UDC 613. 22 (477. 55)

Evaluation of Catering for Schoolchildren Studied at Boarding Schools

Sargosh O. D.

Abstract. Children's health care is one of the priority guidelines of state and society activity. Nutrition is the leading environmental factor that has an impact on growth, development and health formation of children.

Adequate nutrition is essential and permanent factor that provides adequate processes of growth and development of the child's body, as well as health strengthening in childhood and adolescence. Unbalanced diet is one of the leading risk factors for state of health deviations development in children that can further lead to the formation of somatic pathology. The analysis of resent findings in the field of feeding trends in children's nutrition in Ukraine shows that it mostly depends on economic welfare of the family, level of parents' hygienic education. Feeding trends and quality of children at boarding schools depends on nation's opportunities. Recently the scientific aspects of catering for schoolchildren at boarding schools are of great medical and social importance.

The paper considers solving the problem of catering for schoolchildren at comprehensive boarding schools. The method of calculations of boarding schools' menus has been used during the evaluation. The frequency of essential food consumption in the ration of children from the investigated group (10-13 years old) has been studied.

All meals prepared during a day have been listed in each menu with indication of amount of food, used for cooking. The amount of food, used for cooking, has been estimated according to food standards. The paper studied and analyzed the frequency of essential food consumption in the ration of children, aged from 10 to 13 years old, during 9 months period in 2013 (the research did not performed during the vacation).

All children at boarding school are fed four times a day, regardless of age. The analysis of menus at boarding school showed that meals were not the same during a day and a week. The ratio of ration's distribution according to feeding is accounted for four times a day.

The results showed that children at boarding school have a diverse complete daily ration, including basic necessary food (hot cereal, meat courses, dairy products, butter, pasta, juices).

While analyzing the obtained results it should be mentioned that on the average during a year there is a lack of meat products in ration of children at boarding schools, accounted for 7 % less the rate; however, fish and fish products are in sufficient amount and even more of the established rates (greater than 18 %); butter consumption is within the rate. Milk and dairy products are consumed by children 25 % less the rate, which is partially compensated by consumption of cultured milk foods and hard cheese (greater than 27 %). Consumption of rye bread is not sufficient, though it is compensated by consumption of white bread. Cereals, legumes and pasta are consumed within the rates, similar to confectionery. The reduced consumption of juices and fresh vegetables in the form of salads has been also observed; fresh fruit and citrus are available in sufficient amount in the ration.

It should be noted that the average set of basic foodstuff for children at boarding schools somehow varies from season to season during a year. Consequently, consumption of fresh vegetables and fruit is the lowest in winter and the highest in spring; consumption of juices, on the contrary, is increased in winter. Regarding the meat products, they are least consumed in winter, whereas consumption of fish and fish products are increasing at this time. Cheese, butter, cereals, pasta and confectionery are consumed, generally, at equal amount in different seasons of the year.

Conclusions. The results of the analysis of catering for schoolchildren at boarding schools have established that:

- the ration of children at boarding school is diverse and contains full spectrum of necessary foodstuff;
- the ration of children at boarding school is insufficient in terms of meat and meat products, milk and dairy products (as compared with approved food standards);
- cereals, legumes and pasta are consumed in sufficient amount;
- insufficient consumption of juices and fresh vegetables in the form of salads is observed;
- average daily set of basic foodstuff for boarding school children varies from season to season.

Key words: hygienic evaluation of nutrition, boarding school children.

Рецензент – проф. Катрушов О. В.

Стаття надійшла 25. 07. 2014 р.