

ID: 2019-01-977-T-18451

Тезис

Жеишева А.Н., Логашова Н.Б.

Гигиеническая оценка питания детей в дошкольных учреждениях г. Саратова*ФГБОУ ВО Саратовский ГМУ им. В.И. Разумовского Минздрава России**Научный руководитель: д.м.н. Луцевич И.Н.*

Актуальность. Одним из факторов обеспечения оптимальной жизнедеятельности растущего и развивающегося организма ребенка является рациональное, полноценное и сбалансированное питание.

Цель: оценка нутриентивной обеспеченности рационов питания детей в возрасте 3-7 лет, посещающих МДОУ №170 г. Саратова расчетным методом 10-дневной меню-раскладки.

Задачи исследования: дать гигиеническую оценку фактического питания детей дошкольного возраста в организованных коллективах.

Материал и методы. Были проведены исследования качественного и количественного состава 10-х рационов питания детей в возрасте 3-7 лет в дошкольном учреждении г.Саратова. Для расчета содержания нутриентов в среднесуточных рационах питания дошкольников использовали программу «АСПОН — питание».

Результаты. Было установлено, что калорийность 10-дневных рационов питания детей, посещающих МДОУ №170 г. Саратова, была больше рекомендуемых норм потребления, осуществляемых в дошкольных учреждениях. При анализе среднесуточного рациона питания детей выявлено избыточное потребление белков (96.5г.) и жиров (97.3г.). Проведенные исследования показали, что структура питания детей имеет белковую и липидную направленность за счет потребления мясных продуктов и полуфабрикатов, содержащих большое количество белков и жиров. Так же отмечается недостаточное поступление витамина С (32.46 мг.) с пищей.

Выводы. Таким образом, оптимизация питания детей дошкольного возраста должна включать в себя коррекцию структуры потребления пищевых продуктов, разработки и проведения целенаправленных профилактических мероприятий, направленных на снижение рисков развития различных заболеваний.

Ключевые слова: дети дошкольного возраста, физиологические нормы питания, макро и микроэлементы