

**Пояснительная записка
к типовому меню, разработанному для обеспечения диетическим
(лечебным) питанием учащихся общеобразовательных организаций
Петропавловск - Камчатского края
с непереносимостью глютена (целиакция)**

В соответствии с требованиями ст. 25.2. Федерального закона от 02.01.2000 № 29-ФЗ «О качестве и безопасности пищевых продуктов» в общеобразовательной организации для детей, нуждающихся в лечебном и диетическом питании, должно быть организовано питание в соответствии с представленными родителями (законными представителями ребенка) сведениями о его состоянии здоровья (назначениями лечащего врача).

Порядок организации диетического (лечебного) питания в организованных детских коллективах, требования к составлению специализированного меню определены в санитарно-эпидемиологических требованиях к организации общественного питания населения СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (далее – СанПиН) (ст. 8.2) и Методических рекомендациях 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)». Диетическое (лечебное) питание для таких детей строится в соответствии с физиологическими принципами в виде индивидуальных пищевых рационов, именуемых диетами. В соответствии с МР 2.4.0162-19 **целиакция** требует индивидуального подхода при организации питания.

В соответствии с п.8.2.1. СанПиН 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).

Ввиду отсутствия штатных специалистов-диетологов в органах управления образования и образовательных организациях, получила распространение практика разработки органами управления образованием на региональном (муниципальном) уровне типовых меню лечебного питания для некоторых заболеваний, в том числе при заболевании целиакией.

Справочно: Типовое меню диетического (лечебного) питания – набор (комплекс) блюд, напитков, пищевых продуктов, сформированный с учетом принципов здорового питания по приемам пищи, дифференцированный по возрастным группам, допускающий вариативность в рамках заданной структуры меню исходя из особенностей состояния здоровья ребенка с учетом назначений лечащего врача.

Представленное типовое меню разработано при участии профильных медицинских специалистов и под руководством врача - диетолога Российской детской клинической больницы — филиала федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования «Российский национальный исследовательский медицинский университет имени Н.И. Пирогова» Министерства здравоохранения Российской Федерации.

При разработке настоящего типового диетического (лечебного) меню применен подход, позволяющий организовать питание в условиях общеобразовательной организации для детей с нуждающихся в индивидуальном питании, в легкой и средней степени тяжести заболевания в стадии ремиссии.

Типовое диетическое (лечебное) меню для обеспечения питанием детей с целиакией разработаны на базе меню основного (организованного) питания, разработанного для обеспечения питанием учащихся общеобразовательных организаций Петропавловск-Камчатского городского округа. Сравнительная структура меню основного питания и меню диетического (целиакия) питания представлены в Excel-файлах «Проект типового меню (целиакия)».

В целях возможности одновременной реализации основного питания и лечебных диет в условиях пищеблока образовательной организации, предусмотрено использование однотипных блюд для различных диет, обеспечивая только соответствующие способы кулинарной обработки и исключения запрещенных продуктов. Вместе с тем, в некоторых случаях, во избежание неосознанного нарушения диеты сотрудниками пищеблока, произведены замены блюд на равноценные.

При практической реализации, типовое диетическое (лечебное) меню в обязательном порядке, через родителей или законных представителей ребенка, представляется лечащему врачу для определения возможности применения данного меню или выдаче рекомендаций по его корректировке с учетом заболевания ребенка.

Особенности организации питания обучающихся с заболеванием целиакия

Целиакия — это хроническая генетически детерминированная аутоиммунная энтеропатия, характеризующаяся нарушением усвоения белкового компонента пищевых злаков - глютена.

Основа профилактики обострений целиакии - соблюдение диеты, основанной на принципе исключения из меню глютеносодержащих пищевых продуктов.

Безглютеновая (аглиадиновая) диета (АГД) показана не только пациентам с целиакией, но и больным другими клиническими формами пищевой непереносимости глютенсодержащих злаков (больные с пищевой аллергией, обусловленной сенсibilизацией к глютену, герпетиформным дерматитом и т. д.).

При составлении типового меню для обучающихся с целиакией учтены виды пищевой продукции, которая не допускается в питании детей и подростков с целиакией (таблица).

Режим питания детей с целиакией не имеет, каких-либо особенностей и соответствует основному режиму питания, принятому в общеобразовательной организации.

Во избежание попадания примесей глютена в пищу ребенка в образовательной (оздоровительной) организации рекомендуется выделить отдельное помещение для хранения продуктов и приготовления блюд, оборудованное технологическими столами, разделочным инвентарем и моечной ванной, кухонной и столовой посудой. Столовая посуда, должна отличаться от иной столовой посуды цветом или рисунком. Допускается использовать посуду, принесенную ребенком из дома.

При отсутствии в организации возможности оборудования отдельного помещения на пищеблоке, питание детей с целиакией организуется из продуктов, блюд, а также посуды, принесенных ребенком из дома.

При использовании продуктов питания, изготовленных промышленным способом, следует обращать внимание на маркировку на предмет наличия в составе глютена.

Режим питания обучающихся с непереносимостью глютена может соответствовать режиму питания остальных учащихся, дополнительных (промежуточных) приёмов пищи не требуется.

При разработке диетических (лечебных) меню использованы рецептуры: «Картотека блюд диетического (лечебного и профилактического) питания оптимизированного состава: практическое руководство для врачей-диетологов, диетсестер, специалистов общественного питания» под редакцией Тутельяна В. А., - М.: Национальная ассоциация клинического питания, 2008.

«Сборник рецептов на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждений» под редакцией Могильного М.П./Тутельяна В.А., изд. ДеЛи плюс, 2017., «Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания» под редакцией Могильного М.П./Тутельяна В.А., изд. ДеЛи плюс, 2013 г., «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий обучающихся образовательных организаций» под редакцией В.Р. Кучма, изд. — М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016.

Все блюда, используемые в типовом меню для питания обучающихся с глютена адаптированы под соответствующую диету, в рецептуры внесены соответствующие изменения, что отражено прилагаемых в технико-технологических картах.

Таблица - Перечень пищевой продукции, которая не допускается в питании детей и подростков с целиакией

- 1) продукты и блюда, содержащие пшеницу, рожь, просо, ячмень и овес;
- 2) мука пшеничная, овсяная и ржаная;
- 3) овсяные, пшеничные и ячменные хлопья, манная крупа;
- 4) продукты переработки пшеницы, овса, ржи;
- 5) колбасные изделия;
- 6) мясные и рыбные консервы;
- 7) йогурт;
- 8) кофейный и какао-напитки;
- 9) любые конфеты и шоколад, в составе которых содержится солод;
- 10) вафли, вафельная крошка;
- 11) повидло;
- 12) томатная паста;
- 13) продукты промышленного производства, содержащие скрытый глютен: продукты, подвергшиеся обработке, содержащие скрытый глютен в виде крахмала и модифицированных крахмалов, которые входят в состав консервантов и загустителей и являются основой для различного рода пищевых добавок.

Продукты промышленного производства,
которые могут содержать «скрытый» глютен

Продукты, в составе которых глютен не декларирован
колбасы, сосиски ¹, полуфабрикаты из измельченного мяса и рыбы ², фарш, изготовленный на мясном производстве;
мясные и рыбные консервы ²;
многие овощные и фруктовые консервы, в том числе для детского питания ²;
соевые, устричные, рыбные соусы, готовые смеси тертых приправ и специй
некоторые сорта мороженого, йогуртов, творожные сырки и пасты, плавленые сыры, маргарины с глютенсодержащими стабилизаторами
бульонные кубики, концентрированные сухие супы, картофельное пюре

быстрого приготовления
картофельные и кукурузные чипсы ³, замороженный картофель фри
кукурузные хлопья (содержат солод), маринады, пасты
кофе быстрорастворимый, какао-смеси "быстрого приготовления"
"крабовые палочки" (и другие имитации морепродуктов)
карамель, соевые и шоколадные конфеты с начинкой, "чупа-чупс", восточные
сладости, повидло промышленного производства
пищевые добавки (краситель аннато E106b, карамельные красители E150a -
E150d, мальтол E636, изомальтол E953, мальтит и мальтитный сироп E965,
моно- и тиглицериды жирных кислот F471)

¹ Исключая безглютеновые сорта.

² Есть безглютеновые варианты.

³ Из-за содержания солода.

Расчет химико-энергетического состава блюд

Расчет химико-энергетического состава блюд произведен в соответствии со справочником: Химический состав и калорийность российских пищевых продуктов под редакцией И.М. Скурихина и В.А. Тутельяна: Справочник. – М.: ДеЛи плюс, 2012. Ввиду того, что в указанном справочнике отсутствуют сведения по содержанию в продуктах витамина D, йода, селена, фтора, применены сведения из открытых источников Интернет-ресурсов: <https://health-diet.ru/>, рекомендаций ВОЗ <https://www.who.int/ru>, данных методического руководства Министерства здравоохранения РФ https://profmedsestra.ru/f/mr_standarty_lechebnogo_pitaniya_2017.pdf

Химико-энергетические характеристики блюд и порционных продуктов меню рассчитаны с учетом тепловых потерь. Для расчета тепловых потерь применены усредненные величины потерь, приведённые в МР 2.4.0260-21 «Рекомендации по проведению оценки меню обязательным требованиям».

Подробно химико-энергетические характеристики приведены в приложениях - Excel-файлах к Договору «Проект типового меню (целиакия)».