

**Пояснительная записка  
к типовому диетическому (лечебному) меню, разработанному для  
обеспечения питанием обучающихся с заболеваниями органов  
пищеварения возрастной категории 12 -18 лет  
в общеобразовательных организациях  
Петропавловск-Камчатского городского округа**

В соответствие 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 обучающихся общеобразовательных организаций, требования к составлению специализированного меню определены в ст. 8.2 Санитарно-эпидемиологических правилах и нормах СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации. общественного питания населения" и Методических рекомендациях МР 2.4.0162-19 «Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями, и сопровождающимся ограничениями в питании (в образовательных и оздоровительных организациях)». Заболевания органов пищеварения, как правило, требуют назначения индивидуального рациона питания (коррекции действующего).

Типовое диетическое (лечебное) меню для обеспечения питанием обучающихся с заболеваниями органов пищеварения (возрастной категории 12 -18 лет) в общеобразовательных организациях Петропавловск-Камчатского городского округа разработано при участии профильных медицинских специалистов и под руководством врача - диетолога Государственного бюджетного учреждения здравоохранения города Москвы «Морозовская

детская городская клиническая больница Департамента здравоохранения города Москвы».

В соответствии с п. 8.2. СанПиН 2.3/2.4 3590-20 лечебное и диетическое питание должно быть организовано в соответствии с представленными родителями (законными представителями ребенка) назначениями лечащего врача.

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

За состоянием здоровья детей, требующими специализированного питания, а также организацией питания при приготовлении нескольких рационов на одном пищеблоке, должно быть организовано медицинское наблюдение и сопровождение.

При разработке данного вида типового диетического (лечебного) меню применен подход, позволяющий организовать питание в условиях общеобразовательной организации для детей с наиболее распространенными видами заболеваний органов пищеварения (гастродуоденит, гастрит) легкой и средней степени тяжести в стадии ремиссии. Далее, для унификации понятий, используются обобщенные термины «заболевания органов пищеварения» или «заболевания органов желудочно-кишечного тракта» (сокращенно «ЖКТ»).

Ввиду недостаточной регламентации в нормативных и методологических документах Роспотребнадзора вопросов организации питания для обучающихся с заболеваниями органов пищеварения, при разработке данного меню применялись медицинские регламенты диетотерапии для данного вида заболеваний. Критерии по энергетической ценности и химическому составу рациона, режим питания (количество приемов пищи, промежутки, распределение суточного рациона между отдельными приемами пищи), физиологические свойства пищи (объем, масса, консистенция, температура)

применялись в соответствии с требованиями нормативных документов с учетом медицинской практики и условий региона нахождения.

В соответствии со сложившейся практикой диетотерапии, в меню реализован принцип дробного питания, спланировано двухразовое питание в одну учебную смену: основное (завтрак или обед), и дополнительное, обозначенное как «промежуточное питание». По заключению лечащего врача, режим питания, количество приемов пищи диетпитающегося могут корректироваться.

Обращаем внимание, что в рамках разработанных типовых диетических (лечебных) меню применяется термин «*промежуточное питание*», к которому не предъявляются требования, установленные СанПиН 2.3/2.4 3590-20 для второго завтрака или полдника при организации питания детей, не имеющих заболеваний, но требующих диетического питания. Требования СанПиН 2.3/2.4 3590-20 (таблица №3 Приложение N 9) по суммарным объемам блюд на приемы пищи на диетические (лечебные) меню распространяются в части, не противоречащей практической диетотерапии.

При разработке меню учитывался фактор фактической обеспеченности пищеблоков общеобразовательных организаций Петропавловск-Камчатского городского округа производственными помещениями, технологическим оборудованием и персоналом. Рецептуры блюд, представленных в типовых диетических (лечебных) меню разработаны из доступных, имеющихся в регионе пищевых продуктов, трудоёмкость и сложность блюд рассчитана на поварской состав средней квалификации (4 разряд и выше).

Представленное диетическое (лечебное) меню разработано на основе типового меню основного (организованного) питания, разработанного для обучающихся общеобразовательных организаций Петропавловск-Камчатского городского округа. В целях возможности одновременной реализации в условиях общеобразовательной организации основного и диетического меню, предусмотрено приготовление однотипных блюд для основного и диетического

меню, обеспечивая только соответствующие способы кулинарной обработки и исключения запрещенных (ограниченных, нежелательных) продуктов.

Например, блюдо «Омлет натуральный», для детей с заболеваниями органов пищеварения заменяется на блюдо «Омлет паровой», котлеты приготавливаются на пару.

В день, когда в основном меню запланировано блюдо с нежелательными для данной диеты продуктами, то осуществляется замена или продуктов в рецептуре, или замена блюда. Например, блюдо «Рассольник Ленинградский» содержит крупу перловую, поэтому для питания детей с заболеваниями органов пищеварения планируется суп с рисом. Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) заменяется на хлеб пшеничный.

Если блюда основного меню не содержат нежелательных продуктов и иных противопоказаний, то их без ограничений применяют при организации диетического питания детей с заболеваниями органов пищеварения.

Представленное меню для организации питания обучающихся с заболеваниями органов пищеварения являются типовыми, конкретный вид пищевых продуктов в них приводится с целью точного расчета химического состава и калорийности пищи. При использовании типового меню в общеобразовательной организации в меню необходимо указывать наименования конкретных блюд и пищевых продуктов. Разрешается, в случае обоснованной необходимости, осуществлять в рамках структуры меню замены некоторых блюд и продуктов.

При разработке типового диетического (лечебного) меню при заболеваниях органов пищеварения учтены принципы химического и механического щажения. Используются нежирные сорта мяса, рыбы, нежирные части курицы, индейка, сладкие мягкие фрукты, исключены холодные закуски из свежих и соленых овощей (кроме огурцов без кожицы). Блюда готовятся преимущественно в протертом виде, хлебопродукты в подсушенном виде.

При составлении данного диетического (лечебного) меню учтен перечень пищевой продукции, которая не допускается (ограничивается) в питании детей и подростков с заболеваниями органов пищеварения:

- 1) копченые продукты;
- 2) жирные сорта рыбы;
- 3) консервированные продукты;
- 4) острые и жирные соусы;
- 5) газированные напитки;
- 6) блюда из бобовых;
- 7) капуста белокочанная;
- 8) перловая, ячневая, кукурузная крупа, пшено;
- 9) свежий хлеб.

### **Термины и определения**

В рамках разработки типового меню диетического (лечебного) питания, а также в целях его дальнейшего практического применения при организации питания в образовательной организации использованы следующие основные понятия, термины и определения:

**Организация питания** – комплекс мероприятий, проводимых исполнителями услуги по организации питания, включающий приобретение пищевых продуктов, доставку пищевых продуктов до места оказания услуг, хранение пищевых продуктов, приготовление пищи в соответствии с утверждённым меню, выдачу готовой пищи, содержание помещений, содержание, ремонт и обслуживание оборудования, осуществление мероприятий производственного контроля и другие мероприятия, определяемые уполномоченными должностными лицами.

**Здоровое питание** - питание, ежедневный рацион которого основывается на принципах, установленных Федеральным законом 29-ФЗ, отвечает требованиям безопасности и создает условия для физического и

интеллектуального развития, жизнедеятельности человека и будущих поколений;

**Горячее питание** – здоровое питание, которым предусматривается наличие горячих первого и второго блюд или второго блюда в зависимости от приема пищи, в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями.

**Основное питание** – комплекс блюд, напитков и пищевых продуктов, сформированный с учетом принципов здорового питания, дифференцированный по возрасту, реализуемый в организованных коллективах посредством циклического меню, а в необходимых случаях посредством выдачи наборов продуктов питания готовых к употреблению, в том числе индивидуальных рационов питания.

**Промежуточное питание** – здоровое питание, обеспечивающее организм количеством основных питательных веществ на промежуточные приемы пищи (такие как второй завтрак, полдник, второй ужин), соответствующие физиологической потребности.

**Диетическое (лечебное) питание** – предназначенный для питания детей, нуждающихся в лечебном и диетическом питании, индивидуальный набор (комплекс) блюд, кулинарных изделий, напитков, пищевых продуктов, сформированных по приемам пищи, с учетом особенностей по соответствующим диетам, дифференцированный по возрастным группам обучающихся.

**Меню** — это набор (комплекс) блюд, кулинарных изделий, напитков, пищевых продуктов, оформленный в виде отдельного документа или приложения к контракту, согласованный и утвержденный установленным порядком.

**Типовое меню основного или диетического 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 местонахождения, численности,

оснащенности персоналом и оборудованием конкретной образовательной организации. **Типовое региональное (муниципальное) меню и варианты его реализации** – может разрабатываться учредителями образовательных организаций по согласованию с территориальным органом исполнительной власти, уполномоченным осуществлять государственный санитарно-эпидемиологический надзор;

**Структура (матрица) типового меню** – номенклатура, количество и периодичность (в рамках заданного промежутка времени) использования блюд и порционных продуктов, с заданной массой (объемом), применяемых при организации питания, с заданной массой (объемом) и с учетом коэффициента потребления.

**Меню основного (организованного) питания** – это набор (комплекс) блюд, кулинарных изделий, напитков, пищевых продуктов, сформированный с учетом принципов здорового питания по приемам пищи на срок не менее 2-х недель, дифференцированный по возрастным группам; оформленный установленным порядком в виде документа, реализуемый циклично. **Меню основного питания** разрабатывается учредителями общеобразовательных организаций или организацией, в которой осуществляется питание детей (предприятием общественного питания по согласованию с организацией, в которой организуется питание детей) на основе типового меню (при его наличии).

**Меню диетического (лечебного) питания** - индивидуальное меню для детей, нуждающихся в диетическом (лечебном) питании – разрабатываются в особом порядке, в том числе и на основе типовых лечебных (диетических) меню.

**Режим питания** - количество приемов пищи в течение суток, время приёма пищи, интервалы между приемами пищи, количественное распределение пищевого рациона по энергетической ценности, химическому составу, продуктовому набору и массе по отдельным приемам пищи.





## Сборники рецептов

При разработке меню использованы рецепты: «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., «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.

Все блюда, используемые в типовом меню для питания обучающихся с заболеваниями желудочно-кишечного тракта, адаптированы, в рецептуры внесены соответствующие изменения, что отражено прилагаемых в технико-технологических картах.