

Организация питания детей в детских домах и школах-интернатах (Методические рекомендации)

Утверждаю Начальник Главного Управления лечебно-профилактической помощи детям и матерям
Министерства здравоохранения СССР И.И.ГРЕБЕШЕВА 22 октября 1984 г. N 11-14/24-6

Начальник Главного санитарно-эпидемиологического Управления Министерства здравоохранения
СССР В.Е.КОВШИЛО 26 октября 1984 года

Согласовано Начальник Главного управления школ Министерства просвещения СССР
Ю.Ю.ИВАНОВ 20 сентября 1984 года

ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ДЕТСКИХ ДОМАХ И ШКОЛАХ-ИНТЕРНАТАХ (МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ)

Настоящие методические рекомендации разработаны Главным управлением лечебно-профилактической помощи детям и матерям Министерства здравоохранения СССР, Институтом питания АМН СССР (д.м.н. И.И. Кондратьева, к.м.н. В.А. Балашова, к.м.н. С.Л. Шумилова, мл.н.с. Л.Г. Гайлиш).

Настоящие методические рекомендации адресованы медицинским и педагогическим работникам детских домов и школ-интернатов общего типа, для детей-сирот и оставшихся без попечения родителей, школ-интернатов для детей с недостатками в физическом и умственном развитии, специальных школ для детей, нуждающихся в особых условиях воспитания, а также интернатов при школах, где учащиеся находятся на полном государственном обеспечении.

Обеспечение рациональным питанием воспитанников интернатных учреждений представляет одно из важных условий в формировании здорового подрастающего поколения.

Под рациональным питанием следует понимать питание, обеспечивающее растущий организм необходимыми для его гармонического развития и роста энергией и пищевыми веществами в правильном соотношении и достаточном количестве.

При организации питания детей и подростков необходимо учитывать не только интенсивные процессы роста и обмена веществ, но и умственные нагрузки, связанные с овладением основами наук и увеличением потока поступающей информации, а также нагрузки, обусловленные общественно полезным и производственным трудом, занятиями физкультурой и спортом.

Для удовлетворения физиологической потребности детей и подростков в незаменимых факторах питания количество белка животного происхождения, богатого полинасыщенными жирными кислотами, особенно необходимыми для растущего организма, не менее 15 - 20% в зависимости от возраста.

Кроме того, рациональное питание предусматривает также строгое выполнение режима приема пищи, а также соблюдение санитарных и технологических правил приготовления пищи, гигиенических основ и эстетики питания.

В методических рекомендациях представлены примерные 7-дневные меню-раскладки для детей двух возрастных групп: 3 - 7 лет и старше 7 лет (Приложение 1). Они разработаны согласно нормам питания, установленными постановлением Совета Министров СССР от 13 января 1981 года N 39 "Об улучшении питания воспитанников детских домов, школ-интернатов и других интернатных учреждений" (Приложение 2 - не приводится), и установленными по согласованию с Министерством финансов СССР расчетными нормами расходов на питание (Приложение 3 - не приводится).

На основании предложенных примерных меню-раскладок могут быть составлены другие варианты применительно к конкретным условиям с учетом климатических, национальных и других особенностей питания, включаются национальные блюда, по раскладке продуктов примерно соответствующие приводимым в данных рекомендациях меню. Например, кроме молока, кефира, в меню предусматриваются такие продукты, как мацони, катык, кумыс, ряженка.

Для оптимального обеспечения организма учащихся всеми необходимыми пищевыми ингредиентами (белки, жиры, углеводы, витамины, минеральные вещества) в рацион питания включается разнообразный ассортимент продуктов. Ряд из них, такие, как молоко, мясо, масло, сахар, хлеб, овощи, вводятся в меню-раскладки ежедневно, а другие рыба, яйцо, сыр, сметана - не каждый день, но при условии полного их использования на протяжении недели.

Должное внимание следует уделять правильному сочетанию блюд. Например, если в обед первое овощное, то во втором блюде используется крупяной гарнир и наоборот.

С целью удовлетворения физиологической потребности воспитанников в витаминах и минеральных веществах рекомендуется шире включать в рацион питания комбинированные овощные гарниры, разнообразные салаты, свежие овощи, зелень, фрукты, ягоды, консервированные овощи и сухофрукты. При этом в зимне-весенний период, когда содержание витамина С в продуктах значительно снижается, необходимо проводить С-витаминизацию блюд строго в соответствии с приказом Министра здравоохранения СССР от 24 августа 1972 г. N 695 (Приложение 4 - не приводится) и инструкцией, утвержденной Министерством здравоохранения СССР 6 июня 1972 г. N 978-72 (Приложение 5 - не приводится).

В подсобных хозяйствах детских домов и школ-интернатов, на пришкольных участках, в парниках с участием воспитанников желательно организовывать выращивание овощей и зелени, фруктов и ягод, а также организовывать сезонный сбор ягод, которые будут улучшать вкусовые качества блюд и обогащать рацион детей витаминами, минеральными солями и другими веществами, необходимыми для растущего организма.

При составлении меню нужно считаться, по возможности, со вкусами воспитанников, в том числе находящихся в данное время в изоляторе.

В меню-раскладке указывается расход продуктов на каждое блюдо и его вес в готовом виде, т.е. выход блюд. Для определения выхода блюд учитывается изменение веса, происходящее при холодной и тепловой обработке продуктов.

Для воспитанников, стоящих на диспансерном учете с заболеваниями желудочно-кишечного тракта (гастрит, язвенная болезнь желудка и 12-перстной кишки), болезни печени и желчновыводящих путей (хронический гепатит, дискинезия желчных путей, болезнь Боткина в фазе реконвалесценции), болезни почек (гломерулонефрит, пиелонефрит) и пищевой аллергии, необходимо организовать диетическое питание в соответствии со спецификой заболевания. Особенности питания и списки таких детей по каждой воспитательной группе должны быть доведены медицинским работником до поваров и воспитателей и хорошо им известны.

Появление аппетита и хорошее усвоение принимаемой пищи во многом зависит от правильного режима питания. Для детей школьного возраста интервалы между приемами пищи должны составлять не менее 3 - 3,5 и не более 4 - 4,5 часов, а количество приемов пищи - 4 раза в сутки. При этом часы приема пищи должны быть строго постоянными. Исходя из этого желательны следующие режимы питания:

Завтрак	- 8.00- 8.30	Завтрак	- 7.30- 8.00
Обед	- 13.00-13.30	Второй завтрак	- 11.30-12.00
Полдник	- 16.30-17.00	Обед	- 15.00-15.30
Ужин	- 19.30-20.00	Ужин	- 19.00-19.30

На второй (третьей) перемене в виде второго завтрака или перед сном детям можно предложить фрукты или соки.

Энергетическая ценность суточного рациона должна распределяться по отдельным приемам пищи в среднем в следующих величинах:

завтрак - 25%, обед - 35%, полдник - 14%, ужин - 25%, фрукты или сок на 2 - 3 перемене или перед сном - 1%.

В целях сохранения пищевой ценности продуктов и предупреждения пищевых отравлений следует соблюдать правильную технологию приготовления блюд.

Для обеспечения правильной организации питания, профилактики возникновения токсикоинфекции и пищевых отравлений необходимо соблюдение правил личной гигиены и оснащения пищеблока в соответствии с действующими санитарно-гигиеническими правилами и нормами ("Санитарные правила предприятий общественного питания", утвержденные по согласованию с Министерством торговли СССР и Правлением Центросоюза, Министерством здравоохранения СССР от 31 марта 1976 г. N 140-76).

Детские дома и школы-интернаты оборудуются достаточным количеством умывальников, мылом, электросушилками. Количество умывальников предусматривается из расчета 1 кран на 20 посадочных мест.

Воспитанников нужно приучать готовиться к приему пищи, соблюдая определенный гигиенический ритуал, учить правильно пользоваться столовыми приборами, салфетками, спокойно вести себя за столом, хорошо прожевывать пищу, полностью уделять внимание еде. За этим строго должны следить педагоги. За каждым классом закрепляются столы, за каждым воспитанником - место.

Количество мест в обеденном зале определяется из расчета не более 2-х посадок учащихся.

Обеденные столы на 4 - 6 - 10 мест должны иметь гигиеничное покрытие: пластик и другие легко моющиеся, устойчивые против высокой температуры и дезинфицирующих средств. Столы ежедневно следует мыть горячей водой с содой и мылом, а после каждой посадки протирать влажными чистыми тряпками. Столовая посуда может быть фарфоровой, эмалированной или из нержавеющей стали. Не рекомендуется употребление алюминиевой и запрещается применение пластмассовой посуды (кружки, тарелки). Режим мытья посуды и использование моющих и дезинфицирующих средств также должны соответствовать гигиеническим требованиям. Кроме обычно применяемой горчицы, можно применять другие моющие средства (Приложение 6).

Скорпортящиеся продукты (мясо, рыба, молочнокислые продукты, молоко, полуфабрикаты и др.) должны храниться в соответствии с требованиями санитарных правил "Условия, сроки хранения и реализации особо скоропортящихся продуктов", утвержденных Министерством здравоохранения СССР от 7 июня 1974 г. N 1161-74 (Приложение 7 - не приводится).

Постоянный контроль за организацией и качеством питания воспитанников в детском учреждении возлагается на медицинских работников. Они составляют меню, следят за качеством продуктов, поступающих с баз снабжения, правильностью закладки и приготовлением пищи. Перед раздачей пищи медицинский работник проводит пробу блюд, записывает в специальный бракеражный журнал оценку и разрешение на выдачу. В отсутствие медицинских работников пробу пищи снимает представитель администрации интернатного учреждения. В бракеражном журнале отмечаются вкусовые качества каждого блюда и указывается о соответствии веса и объема раздаваемых блюд количеству, приведенному в меню. Контролируется санитарное состояние пищеблока, правильность хранения и соблюдение сроков реализации продуктов и проведение С-витаминизации. Подсчет химического состава (белки, жиры, углеводы) и калорийности пищи проводится медицинской сестрой не реже одного раза в месяц по накопительной ведомости расхода продуктов с использованием справочных таблиц химического состава пищевых веществ (Приложение 8).

Пропаганда гигиенических основ питания, как среди работников столовой, педагогов, так и среди воспитанников, их родителей или лиц, их заменяющих, возлагается также на медицинских работников детских домов и школ-интернатов.

Периодический контроль за правильностью организации питания воспитанников осуществляется работниками санитарно-эпидемиологической станции. Ответственность за организацию и обеспечение необходимых санитарно-гигиенических условий питания детей в детских домах и школах-интернатах несет директор интернатного учреждения, а за соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил приготовления пищи - медицинский работник школы.

Для контроля за качеством и количеством пищи, получаемой воспитанниками, должна вестись следующая документация:

накопительная ведомость расхода продуктов,

журнал бракеража сырой продукции,

журнал бракеража готовой пищи,

журнал регистрация меню-раскладок, подсчета калорийности и химического состава, результатов лабораторных анализов пищи,

журнал С-витаминизации пищи,

журнал медосмотров работников пищеблока на гнойничковые заболевания.

Санитарное состояние столовой интернатного учреждения и санитарно-просветительная работа по вопросам организации рационального питания фиксируются в установленной медицинской документации (форма N 308/У и N 038/У).