

*Ахмадходжаева М.М.*

*доцент кафедры «Общей гигиены» АГМИ*

*Мирмухамедов Б.Б.*

*старший преподаватель кафедры «Общей гигиены» АГМИ*

*Республика Узбекистан*

## **АНАЛИЗ И ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ДОШКОЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ**

**Аннотация:** *Анализ фактического питания дошкольников показывает, что рацион питания не соответствует физиологической норме, а в суточном рационе количество мяса и мясных, молока и молочных продуктов ниже нормы.*

**Ключевые слова.** *дошкольники, питание, нутриенты, суточный рацион, белки, жиры и углеводы.*

*Akhmadkhodzhaeva M.M.*

*Associate Professor, Department of General Hygiene, ASMI*

*Mirmukhamedov B.B.*

*Senior Lecturer, Department of General Hygiene, ASMI*

*Republic of Uzbekistan*

## **ANALYSIS AND ASSESSMENT OF QUALITY OF CHILDREN'S NUTRITION IN PRESCHOOL INSTITUTIONS**

**Annotation:** *Analysis of the actual nutrition of preschoolers shows that the diet does not correspond to the physiological norm, and in the daily diet the amount of meat and meat, milk and dairy products is below normal.*

**Keywords:** *preschoolers, nutrition, nutrients, daily diet, proteins, fats and carbohydrates.*

**Актуальность проблемы.** Здоровое питание детей дошкольного возраста имеет не только медицинское значение как фактор сохранения здоровья и развития ребенка. Но и как фактор, определяющий здоровье

будущего поколения [1-3]. Организм ребенка отличается от взрослого бурным ростом и развитием, формированием органов и систем, увеличением мышечной массы, что определяет высокую потребность в пищевых веществах и энергии. Для питания детей и подростков имеет значение как проблема его недостаточности, в первую очередь общее недоедание или дефицит микронутриентов [4].

**Цель.** Анализ и оценка фактического питания детей Андижанской области в возрасте от 3 до 7 лет и выявление нарушения суточного рациона дошкольно-образовательных учреждений.

**Материалы и методы.** В работе использованы материалы выборочного обследования рациона питания детей в дошкольно-образовательных учреждениях Андижанской области №3 и 65 в период 2018-2019 гг. В связи с этим были изучены первичные материалы питания детей, полученных в соответствии с показателями, обозначенными в СанПиН 0348-2017 «Гигиенические требования к организации полноценного и безопасного питания в дошкольно-образовательных учреждениях Республики Узбекистан». СанПиН 0348-2017. Исследования проводились 2 раза в год (в зимне-весеннем и летне-осеннем периодах), в течение 7 дней. Были рассчитаны среднесуточные показатели количества продуктов питания, употребляемые детьми. В дневном рационе количество основных пищевых веществ и энергетическая ценность рационов рассчитана по таблицам химического состава пищевых продуктов,

Для статистической обработки результатов опроса использовался стандартный пакет прикладных программ Excel.

**Результаты и обсуждения.** Анализ фактического питания детей, проживающих в Андижанской области и г.Андижана показывает, что в организованных дошкольно-образовательных учреждениях суточный рацион не соответствует физиологической норме питания, большинство потребляемых детьми продуктов ниже рекомендуемых норм питания на

55,5-87% в зависимости от сезона года. Исключением является потребление хлебобулочных изделий. Круп и картофеля, количества которых в рационе детей было на 53,5/62,8 ниже физиологической нормы питания для соответствующих поло-возрастных групп.

При оценке качества питания дошкольников не выявлено существенных различий среднестатистических показателей потребления детьми продуктов в разных дошкольных образовательных учреждениях, поэтому данные 2018-2019 гг рассмотрены нами в целом для всех исследованных ДООУ Андижанской области.

Таблица 1

Средние величины фактического потребления продуктов дошкольников от 3 до 7 лет Андижанской области и города Андижана (зима-весна)

Продукты	Физиологические нормы	Используемые продукты зима-весна, (г)	% к норме
Молоко и молочные продукты	548,0	338,0±20,55	66,6/ 61,1
		335,0±14.53	
Фрукты	168,0	90,8±4,58	61,1/ 60,2
		90,0±4.71	
Овощи	200,0	130,0±6,77	54,0/ 65,8
		125,0±6.52	
Хлеб и мучные изделия	183,0	135,0±5,99	53,5/ 62,8
		128,0±6.76	
Картошка	150,0	70,0±3,45	65/ 70
		85,0±3.89	
Мясные продукты	100,0	67,0±3,38	62,5/ 67,5
		65,0±3.18	
Сахар	50,0	33,0±1,72	73,7/ 74,8
		32,0±2.04	
Рыба	25,0	0	0

		0	
Растительное масло	8,0	8,0±0,37	46,6/ 60,0
		7,0±0.43	
Животный жир	20,0	15,7±0,70	56,6/ 64
		14,7±0.81	
Яйцо (шт)	0,5	0,1±0,01	67/ 63,6
		1,0±0.05	

Отсюда следует, что дефицит потребления детьми продуктов не зависит от пола и ни от сезона года. И хотя в летне-осенний сезон года потребления таких продуктов, как картофель, овощи и бахчевые, фрукты и ягоды достоверно возрастает, абсолютное количество продуктов кроме хлебопродуктов и картофеля не достигает физиологической нормы.

Расчеты рационов питания детей показали, что дефицит в потреблении мяса и мясных продуктов составляет в зимне-весенний период до 37,5/32,5%, а в летне-осенний отмечается дефицит 33,3%, молока и молочных продуктов.

Таблица 2

Средние величины фактического потребления продуктов дошкольников от 3 до 7 лет Андижанской области и города Андижана(лето-осень)

Продукты	Физиологические нормы	Используемые продукты лето-осень, (г)	% к норме
Молоко и молочные продукты	548,0	335,2±12,13	66,6/ 61,1
		330,0±17.95	
Фрукты	168,0	110,6±4,07	61,1/ 60,2
		105,6±5.74	
Овощи	200,0	140,0±7,27	54,0/ 65,8
		135,0±6.29	
Хлеб и мучные изделия	183,0	137,0±7,59	53,5/ 62,8
		130,0±6.26	
Картошка	150,0	90,0±4,72	65/70

		96,0±4.76	
Мясные продукты	100,0	63,6±2,90	62,5/ 67,5
		66,6±2.77	
Сахар	50,0	31,7±1,59	73,7/ 74,8
		8,0±0.50	
Рыба	25,0	0	0
		0	
Растительное масло	8,0	8,0±0,41	46,6/ 60,0
		8,0±0.50	
Животный жир	20,0	13,4±0,74	56,6/ 64
		15,4±0.67	
Яйцо ( шт)	0,5	0,1±0,004	67/ 63,6
		1,0±0.034	

Необходимо указать что в рационе питания дошкольных образовательных учреждений Андижанской области фактически отсутствуют рыба и рыбные продукты. Рыба имеет особое значение для обеспечения роста и развития детей, а также поступления в организм Омега 3-Омега 6, витаминов А, D и группы В, йода и селена.

При дефиците основных питательных веществ в суточном рационе относительно физиологических норм, суточная энергетическая ценность восполняется повышенным потреблением хлеба и хлебобулочных изделий - на 43,3%. Анализ суточного рациона показывает, что, хотя дефицит основных продуктов в суточном рационе как, мяса, молока, рыбы, но с большим количеством употребления хлебобулочных изделий среднесуточная энергетическая ценность рационов составляла 1881 ккал.

Было установлено, что недостаточное содержание общего белка в ежедневном рационе детей составляет 33,8–34,5%, а в летне-осенний период - 24–33%. Употребление растительных масел в зимне-весенний период - до 87,5%, летне-осенний-до100%. Избыток углеводов составляет 270–336г, 200–

220г. Так, зимой-весной и летом-осенью углеводы потреблялись более чем на 56,6% от нормы. Недостаток минералов в летне-осенний период: кальций 30,5%, магний 22,5%, фосфор 20,6% и железо 46,7%. Количество микроэлемента йода тоже в недостаточном количестве нормы. А-48,3%, В<sub>1</sub> - 26,0%, В<sub>2</sub> - 34,7%, РР - 30,9% и С - 20,0%; Недостаток минеральных веществ в зимне-весенний период включает: кальций 24,7%, магний 25,4%, фосфор 15,9% и железо 43,7%. Дефицит витаминов зимнее-весенний период выглядит следующим образом: А - 52,2%, В<sub>1</sub> - 35,0%, В<sub>2</sub> - 34,3%, РР - 48,5% и С - 21,5%.

Таким образом, проведенные анализы качества питания дошкольников Андижанской области доказывают, что суточный рацион питания не соответствует физиологической норме питания, за счет этого у дошкольников увеличивается алиментарно-зависимые заболевания, как эндемический зоб, железодефицитная анемия, ожирение и нарушение роста-весового индекса массы тела и.т.д.

**Выводы:** Фактическое питание всех исследованных групп детей дошкольного возраста является не адекватным по физиологическим потребностям: на 20-30 % пониженное содержание белков; низкое на 40-50 грамм ниже нормы содержание питания жиров; несбалансированность основных пищевых веществ (1:0,4:6,5-1:0,4:6,5 вместо 1:1:4; дефицит витамина А (53%) и витамина С; недостаточное содержание в рационе кальций и фосфора (в 1,4-1,8 раз ниже нормы). Указанный дефицит пищевых веществ обусловлен низким уровнем потребления таких групп продуктов, как рыба и рыбопродукты (дефицит до 76%), мясо и мясопродукты (дефицит-до 62%), молоко и молочные продукты (дефицит-до 58%). После внесения коррекции в состав и количество продуктов, используемых в питании дошкольников, показатели качества питания улучшились, но в большинстве случаев не достигли требований физиологической нормы. В наибольшей степени это относится к низкому

содержанию в питании детей жиров, витамина А, кальций и фосфора. Очень низкой количества содержания железа и йода.

### **Использованные источники:**

1. Ахмадходжаева М.М. Фарғона водийси мактабгача таълим ёшидаги болаларнинг овқатланиши ва микроэлемент статусини баҳолаш//автореферат дисс. (PhD). Тошкент, 2018. -50 б
2. Эрматов Н.Ж., Ахмадходжаева М.М. Анализ и оценка качества питания детей в дошкольных образовательных учреждениях // Журнал: Медицинские новости. Белоруссия, Минск. 2019, № 12. – С. 76–78.
3. Эрматов Н.Ж., Ахмадходжаева М.М. Болалар кунлик рацион таркибидаги микроэлементларнинг гигиеник тахлили // Биомедицина ва амалиёт журнали. Тошкент, 2020, № SI-2. – 351–361 бетлар.
4. Эрматов Н.Ж., Ахмадходжаева М.М. Ҳозирги таррақиёт даврида мактабгача таълим ёшидаги болаларнинг асосий озуқавий моддалар билан таъминланиши ҳолати // Спорт тиббиёти журнали. – Ташкент, 2019, № 2. – 56-62 бетлар.