

спорта создаются рекомендации по рациону и энергетической ценности питания.

Литература

1. Арансон, М. В. Спортивное питание: состояние вопроса и актуальные проблемы / М. В. Арансон, С. Н. Португалов // Вестник спортивной науки. – 2011. – № 1 – С. 33–7.

2. Иванов В. Д., Мунирова Р. Р. Спортивное питание как важнейшее условие успеха спортсмена / В. Д. Иванов, Р. Р. Мунирова // Научные исследования от теории к практике. – 2015. – № 5. – С. 194–5.

3. Полиевский, С. А. Основы индивидуального и коллективного питания спортсменов / С. А. Полиевский. – М. : Физкультура и спорт, 2005. – 384 с.

4. Exercise training and protein metabolism: Influences of contraction, protein intake, and sex-based differences / N. A. Burd [et al.] / J. Applied. Phys. – 2009. – Vol. 106. – P. 1692–1701.

5. Myofibrillar muscle protein synthesis rates subsequent to a meal in response to increasing doses of whey protein at rest and after resistance exercise / O. C. Witard [et al.] // Am. J. Clin. Nutr. – 2014. – Vol. 99 – P. 86–95.

6. Protein supplementation augments the adaptive response of skeletal muscle to resistance-type exercise training: a meta analysis / N. M. Cermak [et al.] // Am. J. Clin Nutr. – 2012. – Vol. 96. – P. 1454–64.

УДК 612-22

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ ДОУ

Д. И. Гозбенко, А. А. Корсакова

*Научный руководитель: М. Н. Терешенко, доцент кафедры
ПиПД, к.пед.н., доцент*

*Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования «Южно-Уральский
государственный гуманитарно-педагогический университет»,
г. Челябинск, Российская Федерация*

Введение. Питание – один из важных факторов, обеспечивающих нормальное течение процессов роста, физического и нервно-психического развития дошкольника [2].

Ухудшение качества питания приводит к снижению уровня защитно-приспособительных механизмов детского организма, возможному увеличению аллергических реакций, способствует росту болезней органов пищеварения [1]. Поэтому именно качеству питания в дошкольной образовательной организации должно уделяться повышенное внимание [3].

Цель исследования: изучить основные принципы организации питания в ДОУ, выявить особенности организации питания в МАДОУ «Детский сад № 213 г. Челябинска» с помощью анкетирования.

Материал и методы исследования.

Изучена организация качества питания в МАДОУ «Детский сад №213 г. Челябинска».

В анкетировании приняли участие 32 человека (родители/законные представители).

Анкета «Изучение мнения родительской общественности об организации питания в МАДОУ «Детский сад № 213 г. Челябинска» состояла из вопросов с выбором ответа, так и с открытым ответом:

1. Если ваш ребенок не ест в ДОУ, то почему?
2. Удовлетворены ли вы и Ваш ребенок меню, по которому организовано питание в ДОУ?
3. Удовлетворены ли Вы и Ваш ребенок формами организации питания в ДОУ?
4. Соответствует ли установленным требованиям режим питания в ДОУ?
5. Наличие в вашем ДОУ меню и подробной информации об услугах по организации питания детей на сайте ДОУ?
6. Соответствие фактического меню в ДОУ утвержденному меню и рациону питания?
7. Удовлетворены ли вы и Ваш ребенок меню, по которому организовано питание в ДОУ?
8. Наличие в вашем ДОУ меню и подробной информации об услугах по организации питания детей в месте, доступном для всех родителей?

9. Наличие наглядной информации по вопросам здорового питания на стендах?

10. Организован ли в ДООУ питьевой режим и обеспечение детей в достаточном количестве доброкачественной питьевой водой?

Результаты исследования и их обсуждение. Организация питания в ДООУ организуется в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.1.3049-13.

Питание 4-х разовое в зависимости от возраста детей и их распорядка дня:

- первый завтрак с 8-30 до 9-00;
- второй завтрак с 9-50 до 10-00;
- обед с 11-30 до 13-00;
- полдник с 15-30 до 15-45.

В дошкольном учреждении используется примерное 20-ти дневное меню, рассчитанное на 4 недели, с учетом рекомендуемых среднесуточных норм питания.

СанПиН 2.3/2.4.3590-20 устанавливает ряд определенных требований, выдвигаемых к построению процесса организации питания в дошкольных учреждениях:

- к пищевой продукции, которая не допускается при организации питания детей, использование которой запрещается;
- к среднесуточным наборам пищевой продукции (минимальных) для детей до 7-ми лет;
- к массе порций для детей в зависимости от возраста;
- к перечню витаминов и минеральных веществ (суточного) и указывает на потребность в пищевых веществах, энергии;
- к распределению в процентном отношении потребления пищевых веществ и энергии по приемам пищи в зависимости от времени пребывания в организации;
- к режиму питания в зависимости от длительности пребывания детей в дошкольной организации;
- к замене пищевой продукции с учетом её пищевой ценности;
- к количеству приемов пищи в зависимости от режима функционирования организации и режима обучения и др.

Таким образом, если детское меню правильно составлено, то ребёнок меньше болеет, меньше подвержен заражениям вирусами, а в последствии будет лучше себя чувствовать, играть и обучаться в условиях дошкольного учреждения.

Верно организованное питание детей дошкольного возраста в условиях ДООУ является важным фактором в формировании роста и развития ребенка, его здоровья не только на данный момент, но и в будущем.

Прием еды в группах выполняется точно по расписанию, которое утверждает заведующий ДООУ.

Категорически запрещается привлекать детей дошкольного возраста к получению пищи с пищеблока.

Накануне раздачи пищи младший воспитатель должен:

- помыть столы теплой водой с мылом;
- хорошо помыть руки;
- надеть специальную форму для приема и раздачи пищи;
- проветрить помещение;
- накрыть столы в соответствии с приемом пищи.

Администрация ДООУ с особым вниманием относится к продуктам, которые поступают для питания детей дошкольного возраста.

Питание детей в саду осуществляется только высококачественной продукцией.

Контроль со стороны дошкольной организации за питанием стартует еще с момента подписания договоренностей с поставщиками пищевых продуктов. Рассматриваются коммерческие предложения, по результатам которых и выбирается компания-поставщик.

Для осуществления контроля организации питания детей, качества доставляемых продуктов и соблюдения санитарно-гигиенических требований при приготовлении и раздаче пищи в учреждении создана бракеражная комиссия.

Выдача готовой пищи разрешается только после проведения контроля бракеражной комиссией в составе не менее 3-х человек. Результаты контроля регистрируются в журнале бракеража готовой кулинарной продукции.

В соответствии с графиком бракеражная комиссия и снимает пробу готовых блюд.

Также ежедневно повара в детском саду из каждого блюда берут пробу, которая маркируется и хранится в отдельном холодильнике в течение 48 ч. В течение такого же времени хранятся этикетки и маркировки продуктов.

В детском саду проводится круглогодичная искусственная С-витаминизация готового 3-го блюда.

Общий контроль за организацией и качеством питания воспитанников, витаминизацией блюд, закладкой продуктов, кулинарной обработкой, выходом блюд, вкусовыми качествами пищи, санитарным состоянием пищеблока и его оснащением, правильностью хранения, соблюдением сроков реализации продуктов возлагается на администрацию ДОУ.

Пищеблок оснащен всем необходимым технологическим, холодильным и моечным оборудованием, производственным инвентарем, кухонной посудой. Набор оборудования пищеблока принят в соответствии с нормами СанПиН.

Ежедневно повара готовят свежие и неповторяющиеся блюда. Перед подачей блюд снимает пробу не только повар, но и старшая медсестра.

Мониторинг ответов был проведен по каждому вопросу.

Результаты оказались следующими.

1. «Если ваш ребенок не ест в ДОУ, то почему?»:

- потому, что готовят нелюбимую пищу – 37% ответов;
- другие причины – 33%;
- не знаю – 30%.

2. «Удовлетворены ли вы и Ваш ребенок меню, по которому организовано питание в ДОУ?»:

- в целом удовлетворены – 94% ответов;
- в основном удовлетворены – 4%;
- не удовлетворены – 2%.

3. «Удовлетворены ли Вы и Ваш ребенок формами организации питания в ДОУ?»:

- в целом удовлетворены – 87% ответов;
- в основном удовлетворены, есть отдельные замечания – 11%;
- не удовлетворены – 2%.

4. «Соответствует ли установленным требованиям режим питания в ДОУ?»:

- соответствует – 91% ответов;
- частично не соответствует – 3%;
- не знаю – 6%.

5. «Наличие в вашем ДОУ меню и подробной информации об услугах по организации питания детей на сайте ДОУ?»:

- имеется – 85% ответов;
- не знаю – 15%.

6. «Соответствие фактического меню в ДОУ утвержденному меню и рациону питания?»:

- соответствует – 79% ответов;
- не знаю – 21%;

7. «Удовлетворены ли вы и Ваш ребенок меню, по которому организовано питание в ДОУ?»:

- в целом удовлетворены – 83% ответов;
- есть отдельные замечания – 17%.

8. «Наличие в вашем ДОУ меню и подробной информации об услугах по организации питания детей в месте, доступном для всех родителей?»:

- имеется – 97% ответов;
- отсутствует (не видел) – 3%.

9. «Наличие наглядной информации по вопросам здорового питания на стендах?»:

- имеется – 93% ответов;
- не знаю – 7%.

10. «Организован ли в ДОУ питьевой режим?»:

- имеется с использованием кипяченной водопроводной воды – 98% ответов;
- не знаю – 2%.

После проведения анкетирования и подведения итогов мы сделали вывод о том, что родители довольны организацией питания в детском саду. В большинстве случаев родители интересуются информацией о питании ребенка, положительно отзываются о меню.

Выводы. В результате работы мы пришли к пониманию того, что питание детей в ДОУ – это трудоемкая и технологически сложная работа. Рациональное питание в первую очередь оказывает самое положительное влияние на жизнедеятельность, рост и состояние здоровья детей.

Рациональное питание детей дошкольного возраста – необходимое условие их гармоничного роста, физического и нервно-психического развития, устойчивости к воздействию инфекций и других неблагоприятных факторов внешней среды. В процессе организации питания в детском саду у детей формируются культурно-гигиенические навыки, полезные привычки, воспитывается культура поведения.

Литература

1. Мельникова, Л. Д. Детское питание - залог здоровья нации / Л. Д. Мельникова // Наука и инновации. – 2011. – № 1. – С. 25–6.
2. Савельева, Н. Ю. Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях / Н. Ю. Савельева. – Ростов н/Д.: Феникс, 2005. – 405 с.
3. Швецов, А. Г. Вопросы организации питания в детских дошкольных учреждениях / А. Г. Швецов // Гигиена и санитария. – 2006. – № 3. – С. 44–50.

УДК 616.34:616.9]-053.4

АНАЛИЗ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ ОСТРЫМИ КИШЕЧНЫМИ ИНФЕКЦИЯМИ У ДОШКОЛЬНИКОВ В ОРГАНИЗОВАННЫХ КОЛЛЕКТИВАХ

Е. А. Добычина

*Научный руководитель: И. Г. Зорина, заведующий кафедрой гигиены и эпидемиологии, д.м.н., профессор
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Южно-Уральский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации,
г. Челябинск, Российская Федерация*

Введение. Острые кишечные инфекции (далее – ОКИ) представляют собой группу инфекционных заболеваний человека с энтеральным механизмом заражения, вызываемых патогенными и условно-патогенными бактериями, вирусами или простейшими [1].

ОКИ поражают большие массы населения, вызывают крупные очаги и спорадические вспышки, за счёт нахождения