

Пояснительная записка

к индивидуальным диетическим (лечебным) меню, разработанным для обеспечения питанием детей с сахарным диабетом, поливалентной пищевой аллергией, поливалентной пищевой анафилаксией, лактазной недостаточностью обучающихся в общеобразовательных организациях

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 обучающихся общеобразовательных организаций, 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)».

К наиболее часто встречающимся заболеваниям, требующим назначения индивидуального рациона питания (коррекции действующего) относятся, прежде всего, сахарный диабет, различные виды аллергий, аутоиммунные заболевания, в том числе непереносимость лактозы, а также заболевания органов пищеварения. Диетическое (лечебное) питание для таких детей строится в соответствии с физиологическими принципами в виде индивидуальных пищевых рационов, именуемых диетами.

Представленные индивидуальные диетические (лечебные) меню разработаны в соответствии с представленными заказчиком выписками и справками, применительно к диагнозам:

- поливалентная пищевая аллергия;
- поливалентная пищевая анафилаксия;
- сахарный диабет 1 типа;
- лактазная недостаточность.

Меню для каждой диеты разработаны 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.

Применительно к сахарному диабету, лактазной недостаточности, заболеваниям органов пищеварения, и некоторых видов аллергий могут разрабатываться типовые диетические (лечебные) меню. Применительно к поливалентной пищевой аллергии (анафилаксии) типовые диетические (лечебные) меню не разрабатываются. *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.*

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.

При разработке настоящих диетических (лечебных) 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.

Ввиду недостаточной регламентации в нормативных и методологических документах Роспотребнадзора вопросов организации питания для обучающихся с заболеваниями сахарным диабетом, поливалентной пищевой аллергией, поливалентной пищевой анафилаксией, лактазной недостаточностью, при разработке меню применялись медицинские регламенты диетотерапии для вышеуказанных 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 режима функционирования образовательной организации.

В соответствии с назначениями лечащего врача, а также в соответствии со сложившейся для некоторых диет 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. При этом, если по заключению лечащего врача, режим питания диетпитающегося может соответствовать режиму питания остальных учеников, промежуточное питание как отдельный прием может корректироваться (в том числе исключаться).

Обращается 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, 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.

В целях возможности одновременной реализации нескольких диет, по возможности, предусмотрено приготовление однотипных блюд для различных диет, обеспечивая только соответствующие способы кулинарной обработки и исключения запрещенных продуктов.

Например, какао с молоком для основного меню приготавливается с сахаром, для больных с сахарным диабетом производится замена сахара на сахарозаменитель.

При разработке меню для нуждающихся в диетическом питании учитывались, прежде всего, энергетическая ценность и химический состав (определенное количество белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных веществ), а также физиологические свойства пищи (объем, масса, консистенция, температура), перечень разрешенных и рекомендованных пищевых продуктов, особенности кулинарной обработки, режим питания (количество приемов пищи, время питания, распределение суточного рациона между отдельными приемами пищи).

1. Особенности диетического (лечебного) меню для обучающихся с заболеванием сахарным диабетом

При разработке меню для детей с подтвержденным диагнозом «сахарный диабет» применялись положения СанПиН 2.3/2.4 3590-19 (в части п. 8.1.2 и п.8.2.1.) и МР 2.4. 0162 «Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями, сопровождающимися ограничениями в питании (в образовательных и оздоровительных организациях)». Пункт 8.1.2 СанПиН 2.3/2.4 3590-19 применялся в части, не противоречащей положениям МР 2.4. 0162 и требованиям практической диетотерапии.

В связи с недостаточной регламентацией особенностей организации питания обучающихся с заболеванием сахарным диабетом в общеобразовательных организациях в положениях СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и МР 2.4.0162-19, при разработке диетического (СД) меню использовался расчет потребности в пищевых веществах и энергии, суммарных объемов блюд на приемы пищи, режим питания, установленных в требованиях и нормативах практической диетотерапии для сахарного диабета. В качестве источников для расчета потребности в пищевых веществах и энергии использованы данные Национального руководства «Нутрициология и клиническая диетология», ред. В.А. Тутельян, изд. ГЭОТАР-Медиа, 2020; «Руководство для практикующих врачей. Рациональная фармакотерапия детских заболеваний», ред. А.А. Баранов, изд. Литерра, 2007; «Руководство по лечебному питанию детей», ред. К.С. Лододо, Т.Э, Боровик изд. М-Медицина,

2000 (таблица №2, №3), расчет химико-энергетического состава рекомендуемых наборов пищевых продуктов МР 2.4.0162-19.

Несмотря на то, что согласно МР 2.4.0162-19 (п. 2.2.3) режим питания обучающихся с заболеванием сахарным диабетом может соответствовать режиму питания остальных учеников, в представленном меню учтена медицинская практика о целесообразности применения дробного питания. Прилагаемое меню для обучающихся с заболеванием сахарным диабетом учитывает требования МР 2.4.0179-20 "Рекомендации по организации питания обучающихся в общеобразовательных организациях", предусматривающих первый приём пищи ребенком дома, построено на основе основного меню с включением дополнительных (промежуточных) приемов пищи. В целях контроля уровня сахара, помимо информации о пищевой и энергетической ценности, в меню отражены показатели хлебных единиц (ХЕ). Для учета углеводсодержащих продуктов в суточном рационе использована система Хлебных Единиц (ХЕ): 1 ХЕ соответствует количеству продукта, содержащего 12 г общих углеводов.

Все блюда, используемые в меню для питания обучающихся с заболеванием сахарным диабетом, адаптированы, в рецептуры внесены соответствующие изменения, что отражено в прилагаемых в технико-технологических картах.

Для предотвращения риска развития избыточной массы тела у детей с заболеванием сахарным диабетом общее потребление жиров сокращено более, чем 30% от суточной калорийности рациона, в том числе за счет исключения выдачи масла коровьего порционного и снижения закладки его в отдельные блюда.

При приготовлении блюд предусмотрено использование говядины нежирных сортов (отруб тазобедренный), филе грудки курицы и индейки, творог 5% жирности, сметана 10% жирности, в соусах и блюдах пшеничная мука заменяется на овсяную, плов приготавливается из перловой крупы. Для замены сахара в напитках и блюдах диетического меню предусмотрено использование рекомендованной ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора комплексной пищевой добавки - столового подсластителя «стевия» (ТУ 10.89.19-001-01066337-2017). В соответствии с индивидуальными рекомендациями подсластитель из препаратов стевии может быть заменен на иной подсластитель или исключён. Выбор предложенного подсластителя обусловлен тем, что препараты стевии имеют низкую энергетическую ценность и не содержат глюкозной группы, поэтому, при регулярном употреблении, они не повышают уровень сахара в крови, рекомендованы к использованию при сахарном диабете. Экстракты растения отличают хорошие кулинарные качества, они хорошо переносят тепловую обработку.

При составлении меню учтен перечень пищевой продукции, которая не допускается в питании детей и подростков с заболеванием сахарным диабетом, представленный в таблице 1.

Таблица 1 - Перечень пищевой продукции, которая не допускается в питании детей и подростков

С сахарным диабетом:

- 1) жирные виды рыбы;
 - 2) мясные и рыбные консервы;
 - 3) сливки, жирные молочные продукты, соленые сыры, сладкие сырки;
 - 4) жиры животного происхождения отдельных пищевых продуктов;
 - 5) яичные желтки;
 - 6) молочные супы с добавлением манной крупы, риса, макарон;
 - 7) жирные бульоны;
 - 8) пшеничная мука, сдобное и слоеное тесто, рис, пшенная крупа манная крупа, макароны;
 - 9) овощи соленые;
 - 10) сахар, кулинарные изделия, приготовленные на сахаре, шоколад, виноград, финики, изюм, инжир, бананы, хурма и ананасы;
 - 11) острые, жирные и соленые соусы;
- сладкие соки и промышленные сахарсодержащие напитки.

Таблица 2 - Обоснование потребности в пищевых веществах и энергии для детей больных сахарным диабетом

Показатели	СанПиН 2.3/2.4 3590-90		Расчет нормы по таблице № 4 к МР 2.4.0162-19 «Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом ...		Руководство по лечебному питанию детей, ред. К.С. Лододо, Т.Э, Боровик изд. М-Медицина, 2000					Принимаемые в качестве критерия величины	
Возраст	с 7 до 11 лет	с 12 лет и старше	с 7 до 11 лет	с 12 лет и старше	5-6 лет	7-9 лет	10-11 лет	12-13 лет	14-15 лет	7-11 лет	12-18 лет
Суточная калорийность	2359	2720	2047	2460	1500	1800	2000	2200	2500	2046	2460
Белки	77	90	102	121	75	90	100	110	125	94,05	106,5
Жиры	79	92	62,04	76	50	60	67	74	84	68,2	82
Углеводы	335	383	263,844	317	188	225	250	275	313	264	324
ХЕ\сутки	28**	32**	22	27	15-19	18-22,5	20-25	22-27,5	26-31	22	27
Соотношение БЖУ к ЭЦ											
Белки	13%	13%	20%	20%	20%	20%	20%	20%	20%	18%	17%
Жиры	30%	30%	27%	28%	30%	30%	30%	30%	30%	30%	30%
Углеводы	57%	56%	52%	52%	50%	50%	50%	50%	50%	52%	53%

* Расчетные данные исходя нормы

** Расчетные данные исходя из соотношения 1 ХЕ =12 г. углеводов

Таблица 3 - Обоснование предельных величин хлебных единиц (ХЕ) в сутки

Национальное руководство. Нутрициология и клиническая диетология, ред. В.А. Тутельян, изд. ГЭОТАР-Медиа, 2020		Руководство для практикующих врачей. Рациональная фармакотерапия детских заболеваний, ред. А.А. Баранов, изд. Литерра, 2007		Руководство по лечебному питанию детей, ред. К.С. Лододо, Т.Э. Боровик изд. М- Медицина, 2000		Расчет нормы по таблице № 4 к МР 2.4.0162-19 «Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом ...		СанПиН 2.3/2.4 3590-90
возраст	кол-во ХЕ	возраст	кол-во ХЕ	возраст	кол-во ХЕ	возраст	кол-во ХЕ	Не регламентирует
7-10 лет	15-16	7-10 лет	15-16	5-6 лет	15-19			
11-14 лет мальчики	18-20	11-14 лет мальчики	18-20	7-9 лет	18-22,5			
11-14 лет девочки	16-17	11-14 лет девочки	16-17	10-11 лет	20-25	7-11 лет	22	
15-18 юноши	19-21	15-18 юноши	19-21	12-13 лет	22-27,5	12-18 лет	27	
15-18 девушки	17-18	15-18 девушки	17-18	14-15 лет	26-31			

2. Особенности диетического (лечебного) меню для обучающихся с заболеванием поливалентная пищевая аллергия

При разработке меню с поливалентной пищевой аллергией, в соответствии с представленной выпиской из болезни № 847-Д/21, исключены все продукты содержащие молочный белок, глютен, яйца всех птиц, молоко всех животных, смеси и продукты на основе молочного белка, продукты с высоким содержанием сухого молока, молочный шоколад, масло сливочное, в том числе ГХИ, сыр, кисломолочные продукты, печенье детское, мясо телятины, говядины, субпродукты говяжьи, мясо курицы, крупа овсяная, гречневая, пшеничная, манная, булгур, кускус, бананы, колбасы и мясокопчености, либераторы гистамина (мёд, цитрусовые, острые специи, шоколад). Выполнен подбор продуктов с учетом их качественных характеристик, предусмотрено применение щадящих технологических процессов приготовления пищи. В целях компенсации потерь белков животного происхождения, вследствие исключения из рациона молокопродуктов и значительной номенклатуры мясопродуктов, в рационе (по сравнению с основным меню) увеличено содержание разрешенных видов мяса и рыбопродуктов. В рационе используются конина, крольчатина, индейка. В качестве нутритивной поддержки, для восполнения дефицита кальция используются специализированные смеси Neocate junior. В меню реализован принцип дробного питания: спланировано двухразовое питание в одну учебную смену: основное: завтрак или обед, и дополнительное, с выдачей напитков из смеси Neocate junior.

3. Особенности диетического (лечебного) меню для обучающихся с заболеванием поливалентная пищевая анафилаксия

При разработке меню с поливалентной пищевой анафилаксией в соответствии с представленной справкой, исключены все продукты содержащие молочный белок, глютен, яйца всех птиц, молоко всех животных, смеси и продукты на основе молочного белка, продукты с высоким содержанием сухого молока, молочный шоколад, масло сливочное, в том числе ГХИ, сыр, кисломолочные продукты, печенье детское, мясо телятины, говядины, субпродукты говяжьи, мясо курицы, крупа овсяная, пшеничная, манная, булгур, кускус, бананы, колбасы и мясокопчености, орехи. Выполнен подбор продуктов с учетом их качественных характеристик, предусмотрено применение щадящих технологических процессов приготовления пищи. В целях компенсации потерь белков животного происхождения, вследствие исключения из рациона молокопродуктов и значительной номенклатуры мясопродуктов, в рационе (по сравнению с основным меню) увеличено содержание разрешенных видов мяса и рыбопродуктов. В рационе используются конина, крольчатина, индейка. В качестве нутритивной поддержки, для восполнения дефицита кальция используются специализированные смеси Neocate junior. В меню реализован принцип

дробного питания: спланировано двухразовое питание в одну учебную смену: основное: завтрак или обед, и дополнительное, с выдачей напитков из смеси Neocate junior.

4. Особенности диетического (лечебного) меню для обучающихся с аутоиммунным заболеванием лактазная недостаточность

При разработке меню для детей с лактазной недостаточностью в соответствии с практикой диетотерапии исключены все продукты содержащие молочный сахар (лактаза): молоко (коровье, козье), йогурты, ацидолакт, ограничено использование сливочного масла, сметаны, сыра, творог используется только в обработанном виде 1 раз в неделю. Выполнен подбор продуктов с учетом их качественных характеристик, предусмотрено применение щадящих технологических процессов приготовления пищи. В целях компенсации потерь белков животного происхождения, вследствие исключения из рациона молока и молокопродуктов, по сравнению с меню основного питания, в рационе увеличено содержание мяса и рыбопродуктов.

Режим питания детей с лактазной недостаточностью как правило соответствует режиму питания общеобразовательной организации. Дробное питание применяется по назначению лечащего врача.

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 индивидуальных меню адаптированы под соответствующие диеты, в рецептуры внесены необходимые изменения, что отражено прилагаемых в технико-технологических картах.

Данные о рецептурах, технологии, требованиях к качеству продукции диетического (лечебного питания) основных химических веществах и энергетической ценности пищевых продуктов, использованные при разработке специализированных меню, приведены в Сборниках технических нормативов: «Картотека блюд диетического (лечебного и профилактического) питания оптимизированного состава: практическое руководство для врачей-диетологов, диетсестер, специалистов общественного питания» под редакцией Тутельяна В. А., изд. 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 рецептур на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания» под редакцией Могильного М.П./Тутельяна В.А., изд. ДеЛи плюс, 2013 г., «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий обучающихся образовательных организаций» под редакцией В.Р. Кучма, изд. — М.: изд. Научный центр здоровья детей, 2016.

5. Особенности организации питания обучающихся с непереносимостью коровьего молока

При разработке данного вида типового диетического (лечебного) меню применен подход позволяющий организовать питание в условиях общеобразовательной организации как для детей с непереносимостью лактозы, так и для детей с аллергией на казеин. Для унификации понятий, в рамках применения типового диетического (лечебного) меню используются термины «непереносимость молока» и «безмолочная диета» (сокращенно - БМД)

Ввиду недостаточной регламентации в нормативных документах (СанПиН 2.3/2.4.3590-20) вопросов организации питания (в условиях образовательных организаций) больных с непереносимостью коровьего молока в детских организованных коллективах, при разработке меню БМД применялась практика диетотерапии для данного вида заболеваний.

В соответствии со сложившейся практикой диетотерапии, а также в целях реализации положений п.7 ст. 79 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» в прилагаемом меню применено двухразовое питание: основное: завтрак или обед, и дополнительное, обозначенное как промежуточное питание.

При разработке типового диетического (БМД) меню для обучающихся, страдающих непереносимостью лактозы, применен вариант диеты, исключающей использование молока и молокопродуктов, в том числе масла коровьего, а также мяса говядины и субпродуктов говяжьих в составе блюд.

При составлении меню БМД учтен перечень пищевой продукции, которая не допускается (ограничивается) в питании детей и подростков с непереносимостью коровьего молока, представленный в таблице 3.

В целях компенсации потерь белков животного происхождения, вследствие исключения из рациона молока и молокопродуктов, по сравнению с типовым меню основного (организованного) питания, в рационе увеличено содержание мясо- и рыбопродуктов.

В целях восполнения дефицита кальция, вследствие исключения из рациона молока и молокопродуктов, в состав рациона включены бобовые, хлебопродукты и выпечка с кунжутом и маком.

Кроме того, для исключения вероятности выдачи учащимся с непереносимостью молока отдельных блюд, напитков из общего меню с содержанием молокопродуктов, в большинстве случаев проведена их замена на другие наименования блюд и напитков, в том числе из растительного «молока» из злаков.

В отдельных случаях, по согласованию с медицинскими специалистами (аллергологом, диетологом), а также законными представителями детей, разрешается использование в рационе говядины, молокопродуктов с низким содержанием (в следовых значениях) лактозы (масло сливочное топленое, кефир, некоторые виды йогуртов, твердые сыры).

Также, по согласованию с медицинскими специалистами, возможно включение в рацион безлактозного молока и продуктов на его основе (творог,

сыр, йогурт, кефир и т. д.), растительного «молока» из злаков и орехов, соевых продуктов.

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

Данные о рецептурах, технологии, требованиях к качеству продукции диетического (лечебного питания) основных химических веществах и энергетической ценности пищевых продуктов, использованные при разработке специализированных меню, приведены в Сборниках технических нормативов: «Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждений» под редакцией Могильного М.П./Тутельяна В.А., изд. ДеЛи плюс, 2017., «Сборник рецептур на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания» под редакцией Могильного М.П./Тутельяна В.А., изд. ДеЛи плюс, 2013 г., «Сборник рецептур 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 непереносимостью молока, адаптированы, в рецептуры внесены соответствующие изменения, что отражено прилагаемых в технико-технологических картах.

Таблица 4 - Перечень пищевой продукции, которая не допускается (ограничивается) в питании детей и подростков с непереносимостью коровьего молока

1	молоко коровье
2	сливки
3	сметана
4	пахта
5	консервы молочные
6	молоко сухое
7	сыры (за исключением выдержанных, твердых)
8	кефир, ацидофилин, ряженка, варенец, простокваша*
9	творог, сырки творожные
10	масло сливочное
11	говядина и субпродукты говяжьи

3. Особенности организации питания обучающихся при заболеваниях органов пищеварения

При разработке данного вида типового диетического (лечебного) меню применен подход позволяющий организовать питание в условиях общеобразовательной организации для детей с наиболее распространенными

видами заболеваний желудочно-кишечного тракта (гастродуоденит, гастрит) легкой и средней степени тяжести в стадии ремиссии. Для унификации понятий, в рамках применения типового диетического (лечебного) используется обобщенный термин «заболевания органов пищеварения», «заболевания органов желудочно-кишечного тракта» (сокращенно «ЖКТ»).

Ввиду недостаточной регламентации в нормативных документах вопросов организации питания в детских организованных коллективах для обучающихся с заболеваниями органов пищеварения, при разработке меню применялась практика диетотерапии для данного вида заболеваний.

В соответствии со сложившейся практикой диетотерапии, а также в целях реализации положений п.7 ст. 79 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» в прилагаемом меню применено двухразовое питание: основное: завтрак или обед, и дополнительное, обозначенное как промежуточное питание.

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 в протертом виде, хлебопродукты в подсушенном виде.

При составлении меню ЖКТ учтен перечень пищевой продукции, которая не допускается (ограничивается) в питании детей и подростков с заболеваниями органов пищеварения, представленный в таблице 4.

Данные о рецептурах, технологии, требованиях к качеству продукции диетического (лечебного питания) основных химических веществах и энергетической ценности пищевых продуктов, использованные при разработке специализированных меню, приведены в Сборниках технических нормативов: «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.

Таблица 5 - 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