

## ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ

*Дорошевич В.И., Рудой А.С.*

*Военно-медицинский факультет в УО «Белорусский государственный  
Медицинский университет», г. Минск, Республика Беларусь*

**Актуальность.** Диетическое питание организуется в воинских частях для военнослужащих, которые по состоянию здоровья и характеру заболевания не нуждаются в освобождении от учебно-боевой подготовки и несения службы. Оно организуется для лиц, имеющих хронические заболевания органов пищеварения, и обеспечивается через войсковые столовые или объекты общественного питания. В основу диетического питания положен принцип рационального и адекватного питания здорового человека, которое предусматривает поступление в организм количественного и качественного состава пищевых веществ и энергии [1].

Несмотря на то, что за последние десятилетия неоднократно пересматривалась и обновлялась система продовольственного обеспечения Вооруженных Сил на мирное время, вопросы организации и содержания диетического питания не подвергались изучению и анализу. В настоящее время (с января 2018 г.) введен в действие рацион для диетического питания, которым предусмотрен соответствующий продуктовый набор [2].

К сожалению, за прошедший период времени не проводились исследования по изучению и оценке химического состава и энергетической ценности диетического рациона, принятого для продовольственного обеспечения военнослужащих, его эффективность и адекватность.

**Цель.** Провести анализ организации диетического питания военнослужащих и оценку химического состава и энергетической ценности рациона диетического питания.

**Материалы и методы.** Объектом изучения, анализа и оценки являлись нормативно-правовые акты, регламентирующие продовольственное обеспечение военнослужащих, продуктовый набор для диетического питания [2]. Нутриентный состав и энергетическая ценность определялись по таблицам химического состава [5], полученные результаты сравнивались с нормами физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения и общевоинским пайком [4].

**Результаты.** Ответственность за своевременное зачисление военнослужащих на диетическое питание возложена на начальника медицинской службы воинской части. Он обязан представлять командиру заключение на лиц, нуждающихся в диетическом питании, осуществлять постоянный контроль за режимом их питания и качеством приготовления блюд [3].

Следует отметить, что в нормативно-правовых документах изложены основные вопросы организации диетического питания в условиях воинской части. Определен порядок и участие должностных лиц в составлении раскладки продуктов (меню), режим питания и распределение энергетической ценности на отдельные приемы пищи.

К сожалению, по сегодняшний день отсутствуют методические указания по диетическому питанию, где были бы представлены показания к назначению диетического питания, характеристику диет, требования к ассортименту, качеству и условиям хранения продовольствия, а также соблюдению технологии приготовления готовых блюд. Диетическое питание должно строиться на принципах адекватного питания с учетом патологических нарушений в структуре и функции органов и систем, начиная с клеточно-метаболического уровня, и фармакодинамических свойств отдельных пищевых продуктов и их сочетаний, технологии приготовления диетических блюд [1].

Диетический рацион не подвергался войсковым испытаниям с использованием клинико-экспериментальных методов его оценки в натуральных исследованиях.

Результаты анализа нутриентного состава рациона показали, что количество белков практически находится на уровне их содержания в общевойсковом пайке, обеспечивает оптимальный уровень физиологической потребности организма. Содержание же жиров, в том числе растительных ниже, чем в продуктивном наборе общевойскового пайка (на 24 г.) и рекомендованных нормах физиологической потребности (на 32 г.). Количество углеводов практически соответствуют их содержанию в общевойсковом пайке.

Имеет место неоптимальное соотношение (в абсолютном количестве) между белками, жирами и углеводами (1:0,7:4,2), на долю белков в энергетической ценности рациона приходится 14,5%, жиров – 25% и углеводов – 60,5%. Такое соотношение объясняется недостаточным количеством жиров в диетическом рационе, за счет которых рекомендуется покрывать 30% калорий от общего энергетического содержания.

Следует отметить, что общая энергетическая ценность анализируемого рациона питания составляет 3472 ккал, при среднесуточных энергетических затратах военнослужащих 3500 ккал. Следовательно, рацион питания не обеспечивает энергией военнослужащих, питающихся по диетической норме, не компенсирует их затраты энергии в повседневных условиях жизнедеятельности.

По содержанию минеральных веществ и витаминов рацион диетического питания также как и общевойсковой паек характеризуется, дефицитом кальция и избытком фосфора, а также небольшим дефицитом рибофлавина.

Таблица – Нутриентный состав и энергетическая ценность рациона диетического питания (с учетом потерь)

Наименование	Содержание в пайках		Рекомендуемые величины
	диет. рацион	общевойсковой	
Белки, г	126	130	108
в т. ч. животные, %	49	50	50
Жиры, г	96	120	128
в т. ч. растительные, %	24	41	30
Углеводы, г	526	532	566
Энергетическая ценность, ккал	3472	3728	3850
Минеральные вещества, мг:			
кальций	728	744	1000
фосфор	1788	2016	800
магний	453	496	400
Витамины, мг:			
А (ретинол.эквив), мкг	1134	916	900
В <sub>1</sub> , мг	1,7	1,9	1,5
В <sub>2</sub> , мг	1,5	1,5	1,8
РР, мг	21	22	20
С, мг	93	134	90

**Выводы.** 1. Рацион диетического питания нуждается в улучшении продуктового набора с целью увеличения количества жиров, в том числе растительных, общей энергетической ценности, сбалансированности минеральных веществ и витаминов.

2. Для лучшей организации диетического питания военнослужащих необходимо разработать методические указания с определением показаний к назначению питания, характеристику диет, а также требований по соблюдению технологии приготовления готовых блюд.

#### **Литература.**

1. *Кошелев, Н.Ф.* . Гигиена питания войск / Н.Ф. Кошелев, В.П. Михайлов, С.А Лопатин. – СПб. : ВМА, 1993. – Ч. 2. – 259 с.

2. *Нормы обеспечения продовольствием в Вооруженных силах в мирное время и порядке их применения*, утв.приказом Министра обороны Респ. Беларусь от 28 декабря 2017 г. № 1950. Минск, 2017. С. 3 – 10.

3. *О порядке организации питания в Вооруженных Силах* : инструкция : утв. приказом Министра обороны Респ. Беларусь от 29.01.2020 г. № 130. Минск, 2020. 141 с.

4. *Санитарные нормы и правила «Требования к питанию населения: нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Республики Беларусь»* утв. постановлением М-ва здравоохранения Респ. Беларусь от 20.11.2012 № 180. Минск, 2015, 21 с.

5. *Химический состав российских пищевых продуктов* : справочник / под. ред. И.М. Скурихина, В.А. Тутельяна. – М. : ДеЛи принт, 2002. – 236 с.