

А. В. Жигар

**СРАВНИТЕЛЬНАЯ ОЦЕНКА РАЦИОНОВ ПИТАНИЯ
ВОЕННОСЛУЖАЩИХ**

*Научный руководитель: канд. мед. наук, доц. Д. И. Ширко,
Кафедра военной эпидемиологии и военной гигиены,
Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск*

***Резюме.** Рационы питания в солдатских столовых в большей степени соответствуют физиологическим потребностям военнослужащих в питательных веществах и энергии, чем в общественных столовых РУП «ТПУ», организация питания в которых нуждается в коррекции*

***Ключевые слова:** военнослужащие, питание.*

***Resume.** Diets in canteens largely correspond to the physiological needs of the military for nutrients and energy than*

in public canteens RUE «TPU» catering to that need correction.

Keywords: *military, nutrition*

Актуальность. В связи с ролью Вооруженных Сил в системе государственного устройства, военнослужащие являются одной из социально-значимых групп нашего общества, к состоянию здоровья которых предъявляются повышенные требования, так как от этого во многом зависит военная безопасность и вооруженная защита страны, её независимость и территориальная целостность.

В формирование состояния здоровья человека, наряду с генетическими особенностями и различными факторами внешней среды, существенный вклад вносит питание, путем избирательного отбора, переработки и ассимиляции элементов внешней среды.

Питание военнослужащих централизовано и организовано по единой продовольственной программе, поэтому основным источником питательных веществ и энергии является общеевойсковой рацион питания.

В настоящее время большое количество воинских частей переходит с традиционной системы организации питания военнослужащих срочной службы на обслуживание республиканским торгово-производственным унитарным предприятием «Торгово-производственное управление при Министерстве обороны» (далее – РУП «ТПУ»), а сравнительная оценка рационов питания, используемых в данных и солдатских столовых, до настоящего времени не проводилась.

Цель: сравнительная оценка рационов питания, используемых в солдатских столовых и общественных столовых РУП «ТПУ».

Задачи:

1. Сравнительная оценка рационов питания, используемых в солдатских столовых и общественных столовых РУП «ТПУ».
2. Анализ соответствия анализируемых рационов физиологическим потребностям военнослужащих.

Материал и методы. Объектом исследования являлось фактическое питание военнослужащих срочной службы.

Предметом исследования - нутриентный состав и энергетическая ценность рационов питания.

Были проанализированы накопительные ведомости и 28 суточных меню из 4 столовых РУП «ТПУ», а также 28 раскладок продуктов из 4 солдатских столовых. Для определения содержания основных макро- и микронутриентов в рационах питания использовался расчетный метод по таблицам химического состава пищевых продуктов с учетом потерь при кулинарной обработке [2, 3]. Статистическую обработку полученных данных проводили с использованием пакета прикладных программ Microsoft Excel и «STATISTICA 6».

Анализ статистической значимости межгрупповых различий количественных признаков, определяли с помощью критерия Стьюдента.

Сравнение фактического потребления основных нутриентов с установленными нормами физиологических потребностей проводилось с использованием 95 %-го доверительного интервала [1].

Результаты и их обсуждение.

В результате проведенных исследований установлено, что общее количество поступающего с суточным рационом питания белка, так и содержание протеинов животного происхождения в солдатских и общественных столовых РУП «ТПУ» достоверных отличий как между собой, так и с нормами физиологических потребностей не имеют.

Изучение аминокислотного состава белков и сравнение его с предложенными FAO/ВОЗ «идеальными» значениями, показали, что в них представлены все незаменимые аминокислоты, скор которых стал составлять более 100 %, т.е. белки являются полноценными.

Однако оценка сбалансированности аминокислот по треонину показала несоответствие белкового компонента рекомендованному стандарту, в наибольшей степени по содержанию триптофана и фенилаланина

Результаты изучения содержания жиров в рационах питания показали, что их содержание в рационах РУП «ТПУ» соответствует физиологическим нормам, в то время, как в солдатских столовых достоверно ниже. При этом содержание липидов растительного происхождения в них выше.

Соотношение между поли-, моно-, и насыщенными жирными кислотами при обоих вариантах организации питания является не оптимальным

В тоже время соотношение ПНЖК и НЖК, линолевой с олеиновой и линоленовой кислотами соответствует установленным нормативам

Содержание углеводов в рационах питания солдатских столовых достоверно превышает рекомендуемые величины и их количество в общественных столовых. Содержание пектиновых веществ в обоих случаях ниже нормы.

При оценке энергетической ценности исследуемых рационов зафиксирована та же тенденция

В рационах солдатских и общественных столовых отмечается недостаточное количество кальция, избыток магния и особенно фосфора, хотя в солдатских содержание минеральных веществ достоверно выше

Также в рационах питания солдатских столовых достоверно выше содержание всех витаминов за исключением А. Вместе с тем количество рибофлавина ниже физиологических норм

Данные отклонения связаны с тем, что несмотря на большой ассортимент приготавливаемых блюд, в общественных столовых РУП «ТПУ» крайне редко используется растительное масло, молоко, свекла, чеснок, предусмотренные общевоинским пайком. В меньших количествах используются хлеб, картофель и капуста. Вместе с тем, широко применяются такие продукты как маргарин, майонез и кулинарные жиры, что ухудшает качественную составляющую фактического питания воен-

нослужащих.

Выводы:

1 Рационы питания в солдатских столовых в большей степени соответствуют физиологическим потребностям военнослужащих в питательных веществах и энергии, чем в общественных столовых РУП «ТПУ».

2 Организация питания в столовых РУП «ТПУ» нуждается в коррекции.

A. V. Zhigar

COMPARATIVE EVALUATION DIET MILITARY

Tutor: associate professor D. I. Shyrko

*Department of Military Epidemiology and Hygiene Military,
Belarusian State Medical University, Minsk*

Литература

1. Реброва, О.Ю. Статистический анализ медицинских данных. Применение пакета прикладных программ STATISTICA / О.Ю. Реброва. – М. : МедиаСфера, 2002. – 312 с.

2. Химический состав пищевых продуктов. Справочные таблицы содержания аминокислот, жирных кислот, витаминов, макро- и микроэлементов, органических кислот и углеводов / под ред. И. М. Скурихина, М. Н. Волгарева. – 2-е изд, перераб. и доп. – М. : Агропромиздат, 1987. – Кн. 2. – 360 с.

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