

Е. О. Гузик, Ю. Е. Гузик

Учреждение образования
«Белорусский государственный медицинский университет»
г. Минск, Республика Беларусь

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ С ПОЗИЦИЙ МЕЖДУНАРОДНОГО ОПЫТА

Введение

Полноценное питание составляет основу жизнедеятельности человека и является одним из ведущих факторов, обеспечивающих оптимальный рост и развитие, снижение риска развития алиментарно-зависимых заболеваний. В учреждении общего среднего образования (далее – УОСО) дети на протяжении 11 лет ежедневно проводят от 5 до 8 часов, что определяет необходимость пристального внимания к организации школьного питания. В Республике Беларусь более 30 лет организовано питание в УОСО, постоян-

но проводится работа по его улучшению. Разработаны нормативные документы, определяющие требования к организации питания, обновляется материально-техническая база школьных пищеблоков, пересматриваются нормы питания [1]. Вместе с тем анализ питания детей в учреждениях образования свидетельствует о необходимости его совершенствования.

Цель

На основании анализа международного опыта организации школьного питания, а также оценки ситуации в Республике Беларусь обосновать совершенствование подходов к организации питания учащихся в УОСО.

Материал и методы исследования

Проанализированы международные научные исследования, определяющие подходы к организации школьного питания. Для изучения некоторых особенностей питания учащихся 5-11 классов была разработана анкета. Обследование проводилось анонимно, во 2-й или 3-й четверти учебного года. В исследовании приняли участие 1095 девочек и 888 мальчиков в возрасте от 10 до 18 лет. Всего проанкетировано 1983 учащихся 5–11 классов, в том числе 1020 школьников и 963 гимназиста.

Результаты исследования и их обсуждение

В настоящее время примерно 80% стран проводят политику по вопросам организации школьного питания. Согласно данным Всемирной продовольственной организации ежедневно как минимум в 161 стране 388 млн детей с любым уровнем дохода получают школьное питание. С точки зрения международного опыта школьное питание имеет последствия как минимум для четырех различных секторов. Во-первых, это система социальной защиты для наиболее уязвимых слоев населения. Во-вторых, это образование, поскольку иногда школьное питание в развивающихся странах побуждает родителей разрешать своим детям посещать школу. Более того, дети, которых хорошо кормят, могут сосредоточиться на учебе. В-третьих, сельское хозяйство, поскольку в разных странах в школах используются продукты питания местного производства. Наконец, школьное питание способствует здоровью и питанию нынешних и будущих детей [2]. Однако подходы к организации питания в школах разных стран отличаются.

Так, в Соединенных Штатах Америки, Великобритании питание детей школьного возраста организовано более 100 лет назад. В Японии программа школьных обедов осуществляется в соответствии с «Законом о школьных обедах», принятым в 1954 году. В Швеции, Португалии, Франции дети также получают бесплатное питание в школе. В Новой Зеландии бесплатные обеды представляются для 25,0% учащихся 1–13 классов. В Финляндии школьный обед едят в среднем 70–90 % детей в возрасте 9-18 лет. В США почти 30 миллионов учащихся обедают и 14,8 млн учащихся завтракают в рамках программы школьных завтраков. Большинство из этих блюд (85% на завтрак, 74% на обед) подаются бесплатно или по сниженным ценам, ориентируясь на детей, подверженных большому риску отсутствия продовольственной безопасности и плохого питания [3].

Питание учащихся в Республике Беларусь ведет свою историю со времен СССР, когда 14 сентября 1918 г. Совет Народных Комиссаров (СНК) принял декрет за подписью В. И. Ленина «Об усилении детского питания», а затем 4 февраля 1919 г. – Декрет об учреждении Совета защиты детей под руководством А. В. Луначарского. В мае 1919 г. появляется Декрет СНК «О бесплатном питании детей», где было рекомендовано обеспечить продуктами все школьные столовые [4]. После распада СССР в нашей республике была продолжена и усовершенствована система питания в УОСО.

В настоящее время в соответствии с действующим законодательством в УОСО в учебные дни предоставляется бесплатное одноразовое питание всем обучающимся I–IV классов, а также проживающим в сельских населенных пунктах учащимся V–XI классов. Национальным законодательством определены контингенты обучающихся, которым в зависимости от длительности пребывания в УОСО предоставляется бесплатное (одно-, двух- или трехразовое) питание за счет средств республиканского и/или местных бюджетов [1].

Необходимость организации питания в УОСО Республики Беларусь подтверждают и наши исследования. Так, результаты анкетирования 1983 учащихся 5–11 классов свидетельствуют, что ежедневно дома в учебные дни завтракает лишь две трети учащихся (67,6%), каждый пятый или никогда не завтракает (13,3%), или завтракает один два раза в неделю (6,7%). С возрастом удельный вес учащихся, которые никогда не завтракают, увеличивается (Pearson Chi-square test, $\chi^2=58,5055$, $p=0,010279$). Среди учащихся 5-х классов таких 12,5%, в 10 – 11 классах – 16,7–19,7%. Увеличение в процессе обучения удельного веса учащихся, которые никогда не завтракают, происходит в первую очередь за счет школьников, где в 10-м и 11-м классах таких 21,1 и 28,0% соответственно. При этом в 5-м классе как школы, так и гимназии никогда не завтракает лишь каждый восьмой учащийся (12,1 и 12,9% соответственно).

При изучении частоты потребления отдельных пищевых продуктов установлено, что ежедневно овощи и фрукты в своем рационе имеют лишь 37,5 и 43,5% учащихся базовой и средней школы. Конфеты и шоколад, газированные и другие сладкие напитки ежедневно потребляют 26,3 и 8,1% учащихся соответственно. С возрастом наблюдается уменьшение удельного веса учащихся, ежедневно имеющих в рационе овощи и фрукты. Так, если в 5–7-х классах фрукты и овощи ежедневно потребляют 46,5–52,1% и 38,0–41,6% учащихся, то в 9–11-х классах ежедневно фрукты и овощи потребляют лишь 34,1–44,5% и 29,8–38,8% учащихся соответственно (Pearson Chi-square test, $\chi^2=78,3667$, $p=0,000056$ и $\chi^2=75,9631$, $p=0,000113$). При этом удельный вес детей, которые ежедневно потребляют конфеты и шоколад, к старшим классам увеличивается (в 5-м классе 24,3%, в 11-м классе 39,5%, Pearson Chi-square test, $\chi^2=61,8845$, $p=0,004658$). Следует отметить, что удельный вес учащихся, которые ежедневно потребляют газированные и другие сладкие напитки в 5-м классе – 11,3%, минимум – в 10-м классе, 3,6% (Pearson Chi-square test, $\chi^2=52,4561$, $p=0,037570$). Полученные данные, отражающие частоту потребления отдельных пищевых продуктов, позволяют сделать заключение, что дети не всегда знают рекомендации, касающихся здорового питания. Для профилактики алиментарно-зависимых заболеваний необходима организация рационального питания в УОСО, а также формирование у учащихся правильных вкусовых предпочтений.

Анализ современных научных исследований свидетельствует, что для организации школьного питания важным является не только его финансирование, но и разработка стандартов, определяющих требования к организации питания. За последние 20 лет стандарты школьного питания были обновлены в США, Великобритании, Франции, Испании, Австралии. Так, чтобы улучшить питание в школах, французские власти опубликовали рекомендации по питанию в 1999 г., которые затем были пересмотрены в 2007 г. Во Франции школьное питание должно соответствовать 15 критериям частоты, выраженным в пищевых требованиях (например, «закуски, содержащие более 15% жира, подаются не более четырех раз в серии из 20 последовательных приемов пищи»). Великобритания использует группы продуктов питания (крахмалистые продукты, фрукты и овощи, белки и молочные продукты) в подходе к здоровой тарелке. Во всех штатах и территориях Австралии действуют рекомендации по питанию

в школьных столовых, преимущественно с использованием подхода «светофора», в котором указаны рекомендуемые и нерекомендуемые продукты. Во Вьетнаме недельное меню в школьных столовых обеспечивает примерно 30% рекомендуемой нормы питания для учащихся [2].

В Республике Беларусь для организации рационального и сбалансированного питания в УОСО разработаны документы, утвержденные Советом Министров и Министерством здравоохранения Республики Беларусь. В «Специфических санитарно-эпидемиологических требованиях к содержанию и эксплуатации учреждений образования», утвержденных Постановлением Совета Министров Республики Беларусь от 07.08.2019 № 525 (с изменениями и дополнениями), определено, что интервалы между предыдущим и последующим приемами пищи должны составлять не более 4 часов, между основными приемами пищи (завтрак, обед, ужин) – не менее 3 часов. Установлены требования к нормам потребления пищевых продуктов, поступлению макро- и микронутриентов с пищей. Указано, что виды приемов пищи в учреждениях при одно-, двух-, трехразовом питании определяются с учетом режима деятельности учреждения.

В нашей республике в 2023 г. в соответствии с Постановлением Совета Министров РБ 15.12.2022 № 870 «Об эксперименте по организации питания обучающихся» был реализован проект по совершенствованию подходов к организации школьного питания, где основной задачей было изучение вкусовых предпочтений учащихся, совершенствование режима и примерного меню, используемого в УОСО, разработка новых технологических карт с учетом вкусовых предпочтений обучающихся. Анализ реализации проекта свидетельствовал, что в УОСО улучшилось питание обучающихся. Вместе с тем имеют место случаи, когда дети и подростки отказываются питаться в школьной столовой, что зачастую связано в отсуствием понимания необходимости питания / в УОСО, неправильными вкусовыми привычками у обучающихся.

Научные исследования разных стран подтверждают необходимость создания системы мониторинга питания в школах, а также необходимость обучения учащихся навыкам здорового питания. Существуют некоторые доказательства того, что правильная организация школьного питания способствует формированию у населения привычек здорового питания. Вместе с тем многие страны проводят политику по обучению детей навыкам здорового питания. Так, в Китае, Южной Корее, Японии, Сингапуре в учреждениях образования имеются учебные программы, обучающие навыкам здорового питания, работают или специально обученные специалисты-диетологи, или педагоги, которые прошли курсы по здоровому питанию. Например, в Южной Корее более 21 000 практикующих диетологов работают в различных сферах общественного питания. В Японии в связи с увеличением распространенности ожирения среди детей, что во многом связывали с неправильными диетическими привычками (например, пропуском завтрака, чрезмерным потреблением жиров и недостаточным потреблением овощей) в 2005 году был принят «Основной закон о Shokuiku», который стал первым законом, регулирующим диету и привычки в еде. В апреле 2007 года была создана «Система преподавателей диетологии и питания». Данная система направлена на формирование культуры питания, особенно через школьные программы, а также на улучшения питания через предоставление информации о соответствующих диетах [5].

В нашей республике разработаны факультативные занятия «По ступенькам правил здорового питания» для учащихся начальной школы, в 2023 г. Министерством образования Республики Беларусь утверждена учебная программа факультативных занятий для учащихся 5-9 классов УОСО «Разговор о культуре здорового питания». Однако такие факультативные занятия реализуются лишь в отдельных УОСО.

Заключение

Организация рационального и сбалансированного питания в УОСО вносит значительный вклад в обеспечение оптимального роста и развития, формирование правильных вкусовых предпочтений у детей, профилактику алиментарно-зависимых заболеваний. В Республике Беларусь организована научно обоснованная система питания учащихся в УОСО. Вместе с тем анализ с позиций международного опыта результатов анкетирования учащихся, а также имеющейся ситуации с организацией школьного питания свидетельствует, что необходимо дальнейшее совершенствование подходов к организации школьного питания. Целесообразным является создание системы мониторинга фактического питания учащихся, а также более активное обучение детей навыкам здорового питания.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Гузик, Е. О. Организация школьного питания в Республике Беларусь / Е. О. Гузик // Здоровье населения и среда обитания - ЗНиСО. – 2022. – Т. 30, № 10. – С. 92–100.
2. Yoon, J. The Role of School Meal Service Programs / J. Yoon, M. Nozue // J Nutr Sci Vitaminol (Tokyo). – 2022. – № 68(Supplement):S87-S88. doi: 10.3177/jnsv.68.S87.
3. Andreyeva T, Sun X. Universal School Meals in the US: What Can We Learn from the Community Eligibility Provision? *Nutrients*. 2021 Jul 30;13(8):2634. doi: 10.3390/nu13082634.
4. Давыдович, А. Р. Школьное питание: уроки истории / А. Р. Давыдович // Российские регионы: взгляд в будущее. – 2016. – Т. 3, № 3. – С. 87–102.
5. Miyoshi, Miki [et al.] «School-based «Shokuiku» program in Japan: application to nutrition education in Asian countries» // *Asia Pacific journal of clinical nutrition*. – 2012. – Vol. 21(1). – P. 159–162.

ISSN 2224-6959

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«ГОМЕЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»



АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ МЕДИЦИНЫ

Сборник научных статей
Республиканской научно-практической конференции
с международным участием
(г. Гомель, 13 ноября 2024 года)

Основан в 2000 г.

Выпуск 25

В 3 томах

Том 1

Гомель
ГомГМУ
2024