



НИИ питания РАМН

Школьное питание – основа здоровья
нации.

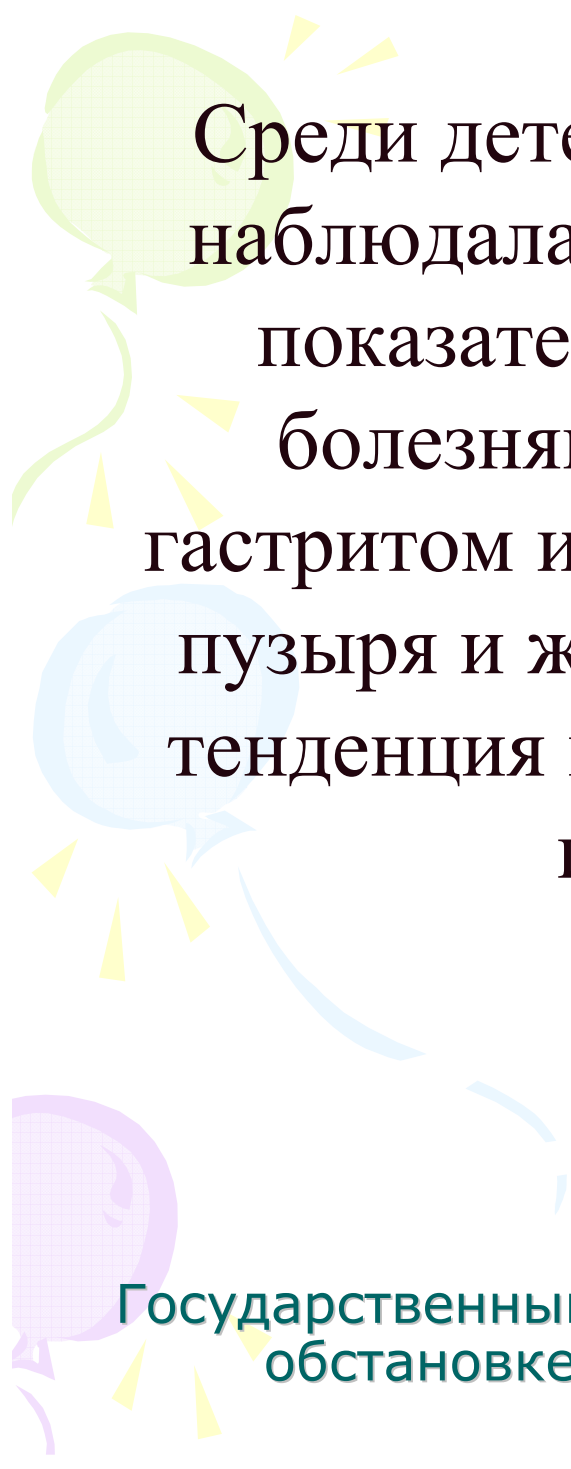
Роль молока в профилактике
заболеваний детей школьного
возраста

Профессор, д.м.н. Конь И.Я.,
Научный сотрудник, к.м.н. Волкова Л.Ю.

22 апреля 2009 г.

Значение правильного питания в школьном возрасте:

- **резкое повышение физической потребности в нутриентах в связи с бурным ростом и развитием требует высокой пищевой ценности ежедневных рационов;**
- **формирование особенностей пищевого поведения, сохраняющихся на всю последующую жизнь;**
- **обеспечение профилактики таких болезней школьного возраста, как ожирение, кариес, анемия, болезни ЖКТ, нарушения опорно-двигательного аппарата;**
- **снижение риска таких хронических алиментарно-зависимых заболеваний в последующем возрасте как сердечно-сосудистая патология, диабет II типа, остеопороз и др.**

A decorative graphic on the left side of the slide consists of three overlapping speech bubbles in light green, light blue, and light purple. From the top of each bubble, several yellow triangular rays emanate outwards, creating a sunburst effect. The bubbles are connected by thin, curved lines.

Среди детей и подростков за 2005—2007 гг. наблюдалась выраженная тенденция к росту показателей заболеваемости ожирением, болезнями органов пищеварения, в т. ч. гастритом и дуоденитом, болезнями желчного пузыря и желчевыводящих путей; умеренная тенденция к росту заболеваемости болезнями поджелудочной железы.

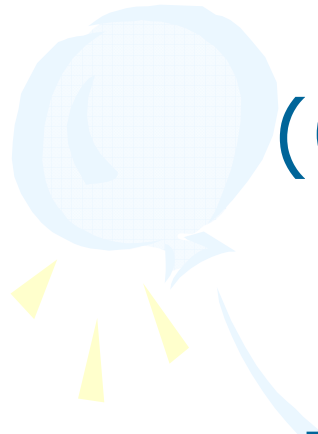
Государственный доклад «О санитарно-эпидемиологической обстановке в Российской Федерации в 2007 году»



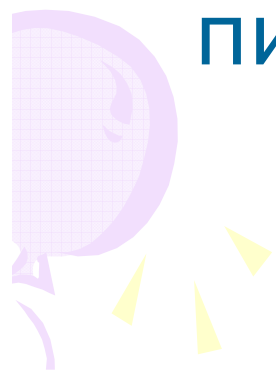
Школьное питание

Школьное питание вносит существенный вклад в суточное питание учащихся и должно, с учетом пребывания в школе

(6-8 часов), быть двукратным.



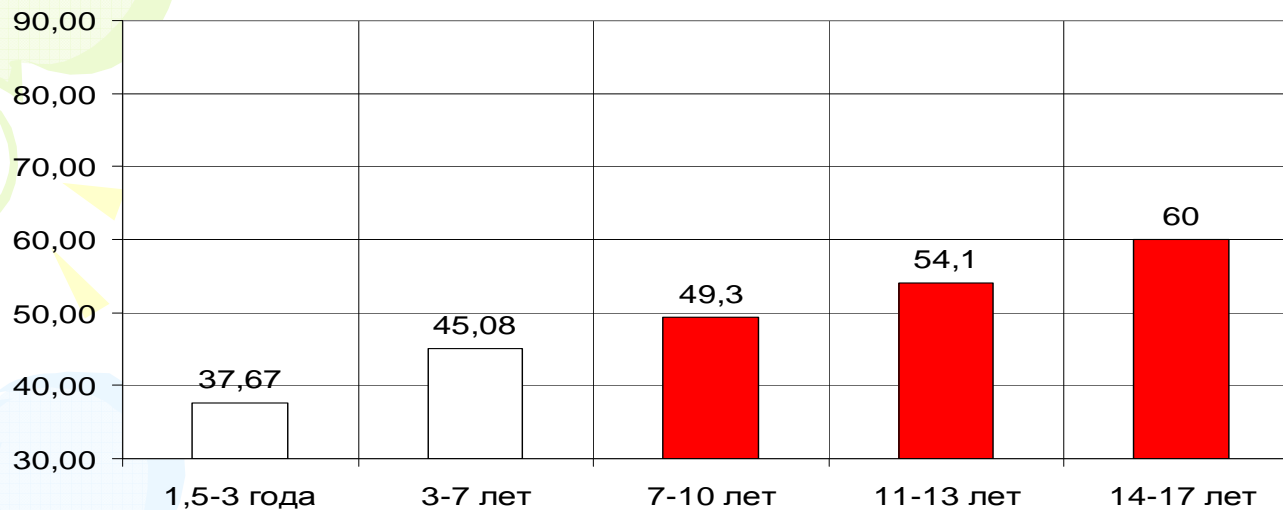
В то же время, мониторинг показывает, что охват горячим питанием в школах составляет от 50 до 70% в одних регионах, и не превышает **25%** в других.



Фактическое потребление **белка (г)** российскими детьми от 1,5

до 17 лет 2004 год

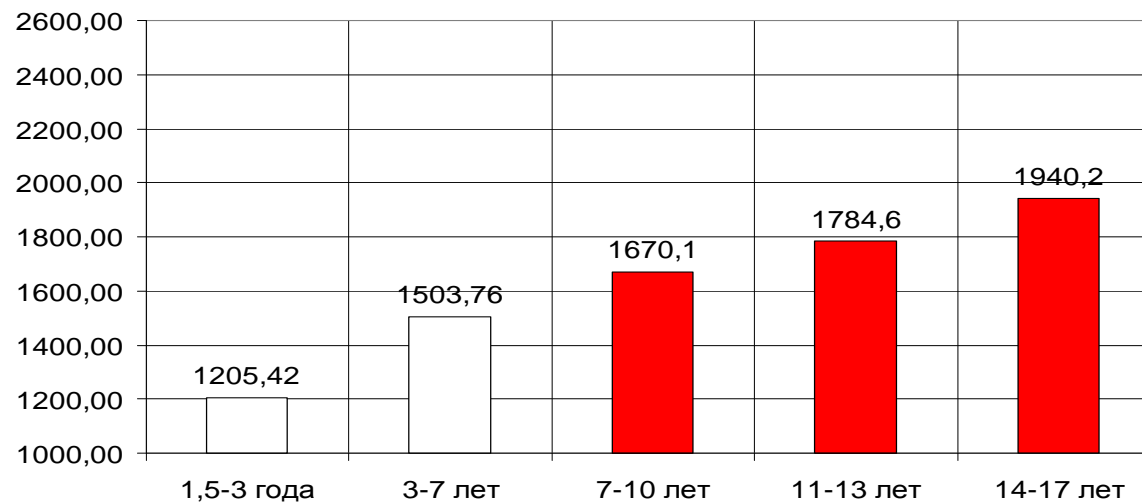
(Конь И.Я., Давуди С.Х., Батурин А.К., Волкова Л.Ю.)

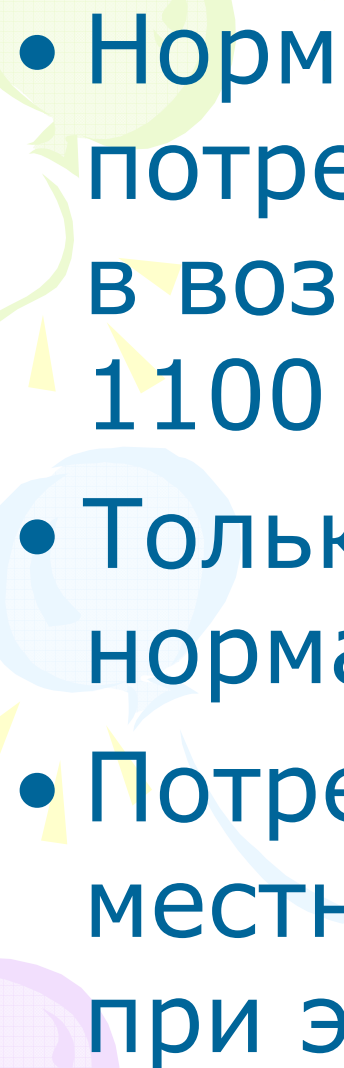


Фактическое потребление **энергии (ккал)** российскими детьми

от 1,5 до 17 лет (2004 г)

(Конь И.Я., Давуди С.Х., Батурин А.К., Волкова Л.Ю.)



- 
- Норма физиологической потребности в кальции для детей в возрасте 7-18 лет составляет от 1100 до 1200 мг/сутки.
 - Только 3% детей потребляют нормальное количество кальция.
 - Потребление кальция в сельской местности выше, чем в городах, но при этом недостаточно высокое.

Распределение детей РФ (в %) по уровню потребления кальция (n=1860)

Возраст	7-10 лет	11-13 лет	14-18 лет
Очень низкое	57,7	63,8	60,4
Нормальное	42,0	36	39,2
Повышенное	0,3	0,2	0,4

Конь И.Я., Волкова Л.Ю., Батулин А.К., Давуди Х.2007 г.

Рекомендуемое количество молока и молочных продуктов в суточном рационе детей разного возраста в организованных коллективах

Продукты	Возраст, годы	
	7-10	11-18
Молоко (2,5, 3,2% м.д.ж.)	300	300
Жидкие кисломолочные (2,5, 3,2% м.д.ж.)	150	180
Творог (<9% м.д.ж.)	50	60
Сметана (<15% м.д.ж.)	10	10
Сыр	10	12

Содержание пищевых веществ в различных видах молочных продуктов (на 100 г продукта)

	Кальций (мг)	Фосфор (мг)	Белок (г)	Жир (г)
Молоко 3,2%	120	90	2,8	3,2
Сметана 15% жирн.	88	61	2,6	15,0
Творог 9%	164	220	16,7	9,0
Йогурт 3,2%	122	96	5,0	3,2

И.М.Скурихин «Химический состав пищевых продуктов», 2004 г.



Пищевые источники кальция.

Продукты	Мг/100 г
Хлеб	20-40
Рыба	20-50
Мясо. Птица	10-20
Овощи, фрукты	20-50
Картофель	10



И.М.Скурихин «Химический состав пищевых продуктов» , 2004 г.

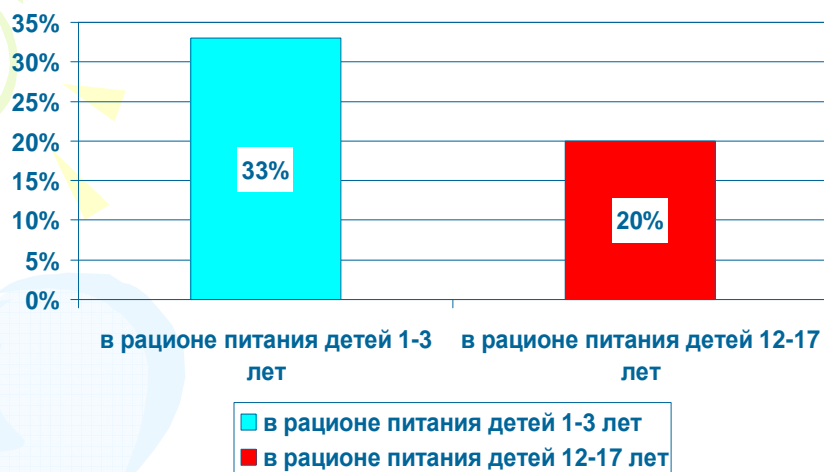
Средние величины потребления молока и кисломолочных продуктов российскими школьниками, г ($M \pm SD$)

Возраст	Фактическое потребление*	Рекомендуемые нормы**
7-10 лет	258,6 \pm 223,5	550(из них молоко 300 мл)
11-13 лет	220,4 \pm 217,6	600 (из них молоко 300 мл)
14-17 лет	155,2 \pm 221,5	

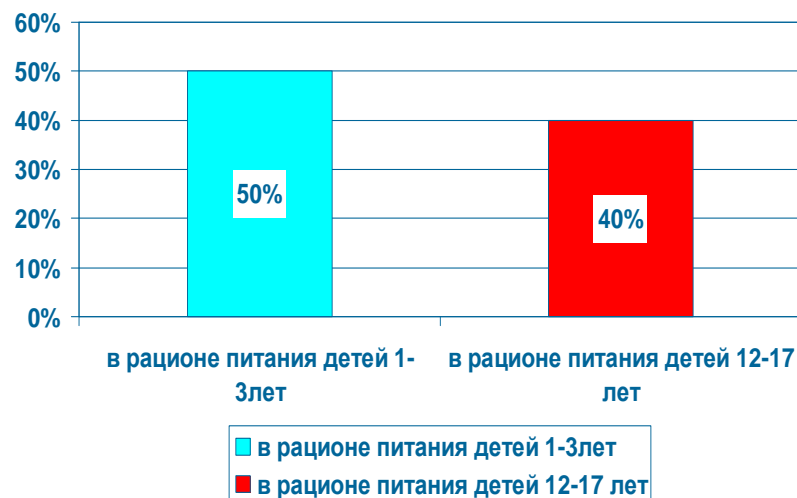
*Конь И.Я., Волкова Л.Ю., Батулин А.К., Давуди Х.2007 г.

**СанПиН 2.4.5.2409–08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования» (приложение).

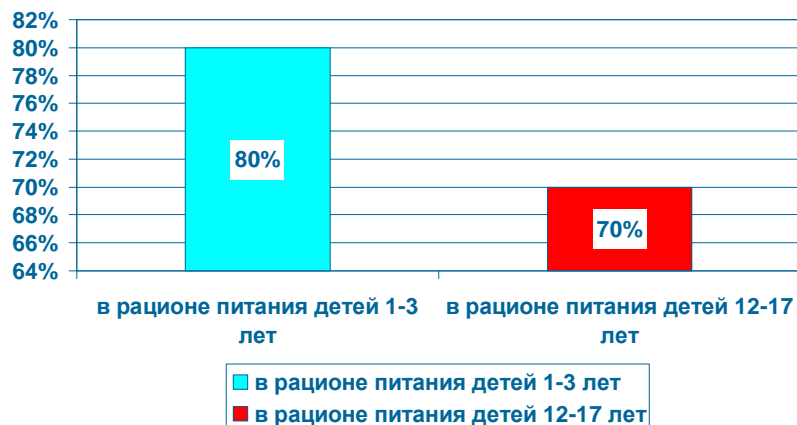
Вклад молока в удовлетворение суточной потребности в белке



Вклад молока в удовлетворение суточной потребности в витамине B2



Вклад молока в удовлетворение суточной потребности в кальции



Федеральный закон Российской Федерации от 12 июня 2008 г. N 88-ФЗ "Технический регламент на молоко и молочную продукцию

**Принят Государственной Думой 23 мая 2008 года
Одобен Советом Федерации 30 мая 2008 года**

Глава 5. Требования к продуктам детского питания на молочной основе и процессам их производства

10. Под продуктами детского питания для детей школьного возраста понимаются продукты детского питания, предназначенные для питания детей в возрасте от шести до 14 лет.

Статья 35. Требования к продуктам детского питания на молочной основе

3. Продукты детского питания на молочной основе для детей дошкольного возраста и детей школьного возраста должны выпускаться только расфасованными в герметичную упаковку. Жидкие продукты детского питания на молочной основе для детей дошкольного возраста и детей школьного возраста должны выпускаться в упаковке объемом не менее чем 0,2 литра и не более чем 2 литра, пастообразные продукты детского питания - не более чем 200 граммов.

Практические рекомендации по снижению риска развития остеопороза

- необходимо повысить потребление молока на 200 мл в день;
- употреблять в пищу хлеб, обогащенный микронутриентами;
- ограничить потребление кофеина

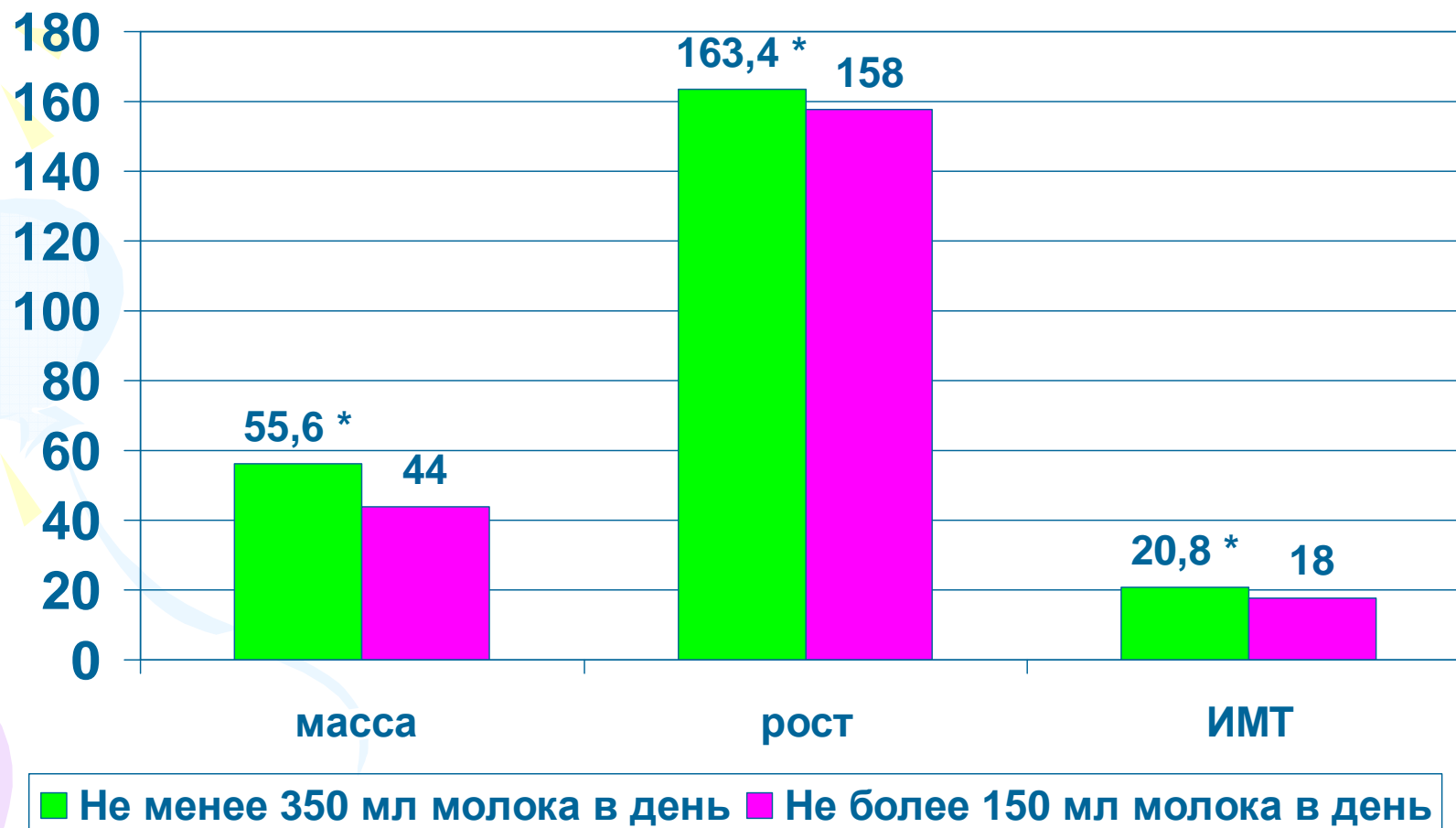
Прогнозируемый эффект

Выполнение указанных рекомендаций увеличивает в 2,5 раза число людей без риска развития остеопороза.

* Оглоблин Н.А., Батурин А.К., Волкова Л.Ю. 2006 г ГУ НИИ питания РАМН

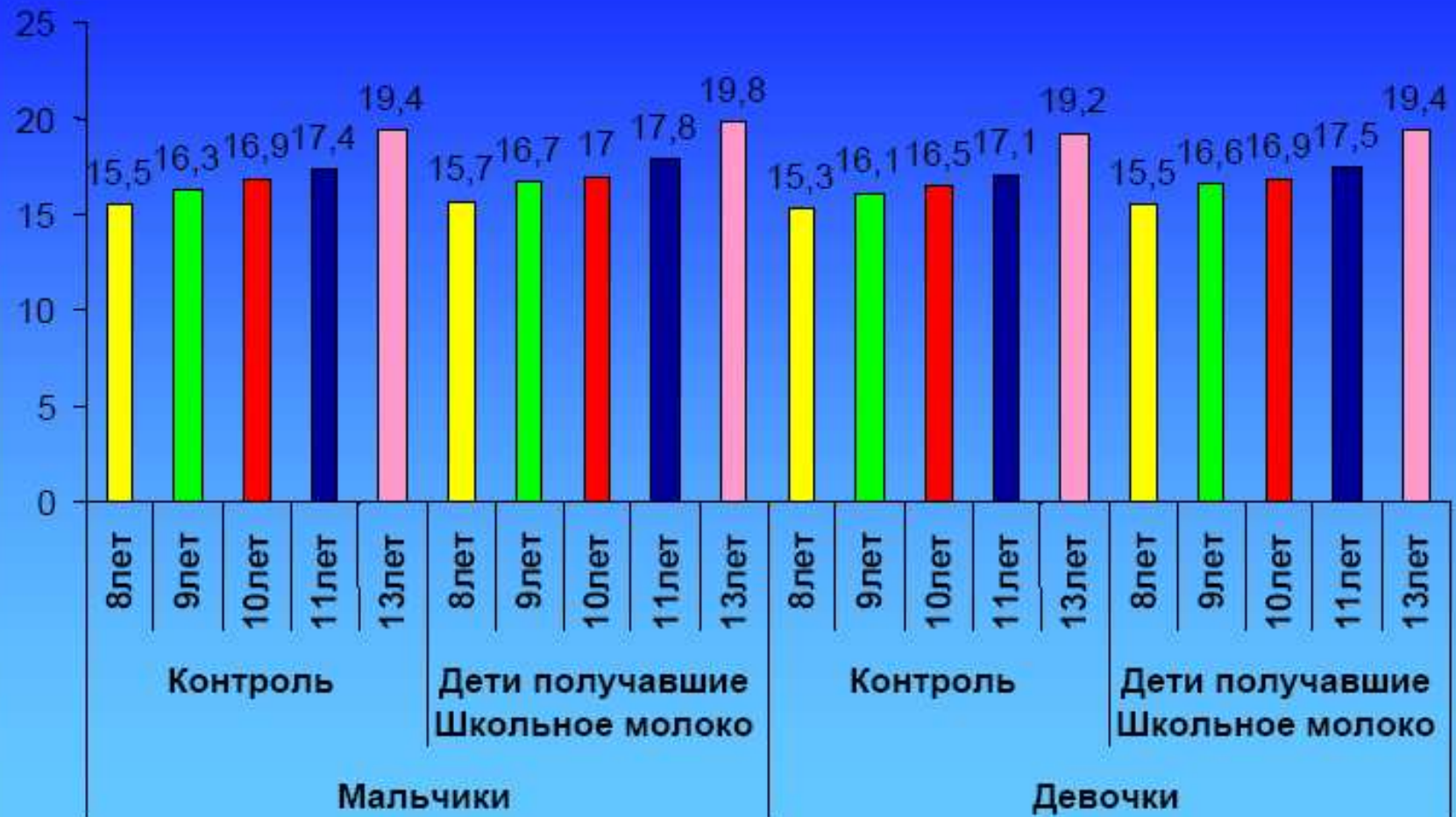
Оценка влияния потребления молока на физическое развитие подростков 14-18 лет (N=1900)

* Различия достоверны



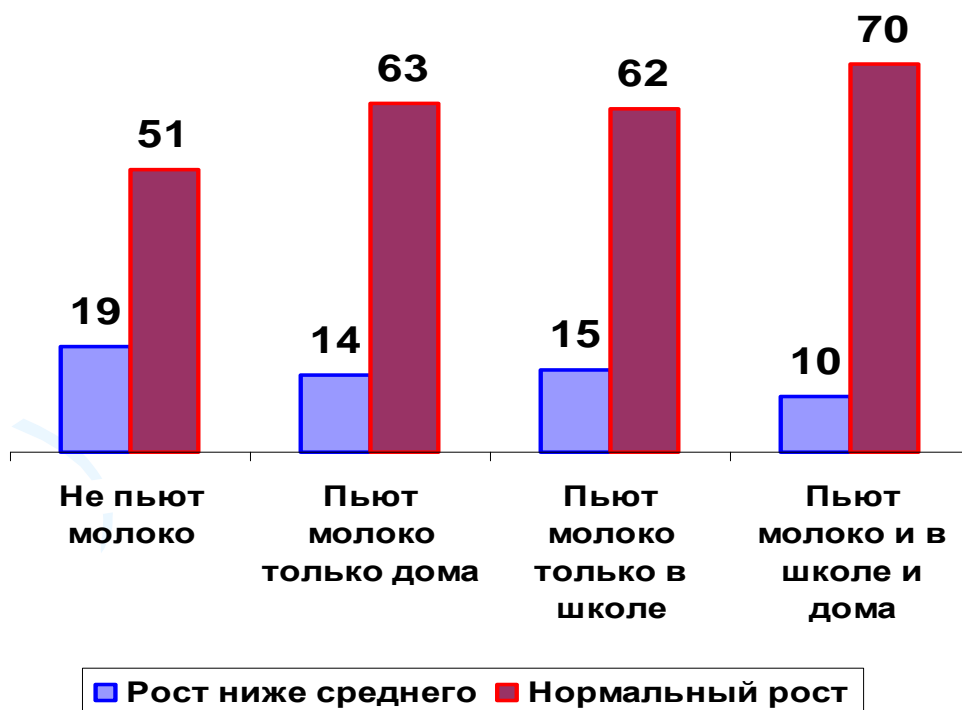
Конь И.Я., Давуди С.Х., Волкова Л.Ю., 2008 г.

Индекс массы тела, кг/м²



Зарубежный опыт оценки влияния потребления молока на физическое развитие детей (N=40 000)

Мексика



Школьное питание и «Школьное молоко»

Имеющиеся уже положительные результаты реализации данной программы «Школьное молоко» в отдельных субъектах РФ, позволяют говорить об эффективности данной программы, направленной на формирование положительного отношения детей к молочным продуктам, и, как следствие, на увеличение уровня потребления молочного белка, кальция, витамина В2 детьми школьного возраста

Некоторые предложения по организации школьного питания в РФ в существующих условиях

Гарантированное обеспечение учащихся всех классов незаменимыми микронутриентами с использованием обогащенных продуктов, ежедневной выдачей витаминно-минеральных комплексов в виде напитков, драже, и иных форм, а также выдачей 200 мл. молока или кисломолочных продуктов, как основных источников кальция и витамина В2, ежедневно для всех возрастных категорий детей .

Спасибо за внимание.

