

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ДОУ Медведицкий МДС №1 «Радуга»:

Токарева С.В.



Алгоритм организации индивидуального питания детей с пищевой аллергией в ДОУ Медведицкий МДС №1 «Радуга»

В соответствии с Конституцией Российской Федерации дети имеют право на здоровую среду обитания и здоровое питание, в том числе с учетом имеющихся заболеваний, требующих индивидуального подхода к организации питания (сахарный диабет, фенилкетонурия, целиакия, муковисцидоз, пищевая аллергия).

Для постановки ребенка на индивидуальное питание в ДОУ Медведицкий МДС №1 «Радуга» родителю ребенка (законному представителю) рекомендуется обратиться к заведующему дошкольной образовательной организации Медведицкий муниципальный детский сад №1 «Радуга» с заявлением (обращением или иной формой) о необходимости создания ребенку специальных (индивидуальных) условий в организации питания по состоянию здоровья, представив документы, подтверждающие наличие у ребенка заболевания, требующего индивидуального подхода в организации питания.

На основании полученных документов, заведующий ДОУ, совместно с родителем (законным представителем) прорабатывает вопросы меню и режима питания ребенка; для детей с сахарным диабетом - контроля уровня сахара в крови и введения инсулина, особенности в организации питания, возможность использования в питании блюд и продуктов, принесенных из дома.

Заведующий ДОУ информирует воспитателя и работников столовой о наличии в группе детей с заболеваниями - сахарный диабет, целиакия, фенилкетонурия, муковисцидоз, пищевая аллергия; особенностях организации питания детей, мерах профилактики ухудшения здоровья и мерах первой помощи. Заведующий информирует воспитателя (об особенностях занятий по физической культуре для детей с сахарным диабетом), инструктирует его о симптомах гипогликемии, мерах первой помощи и профилактики.

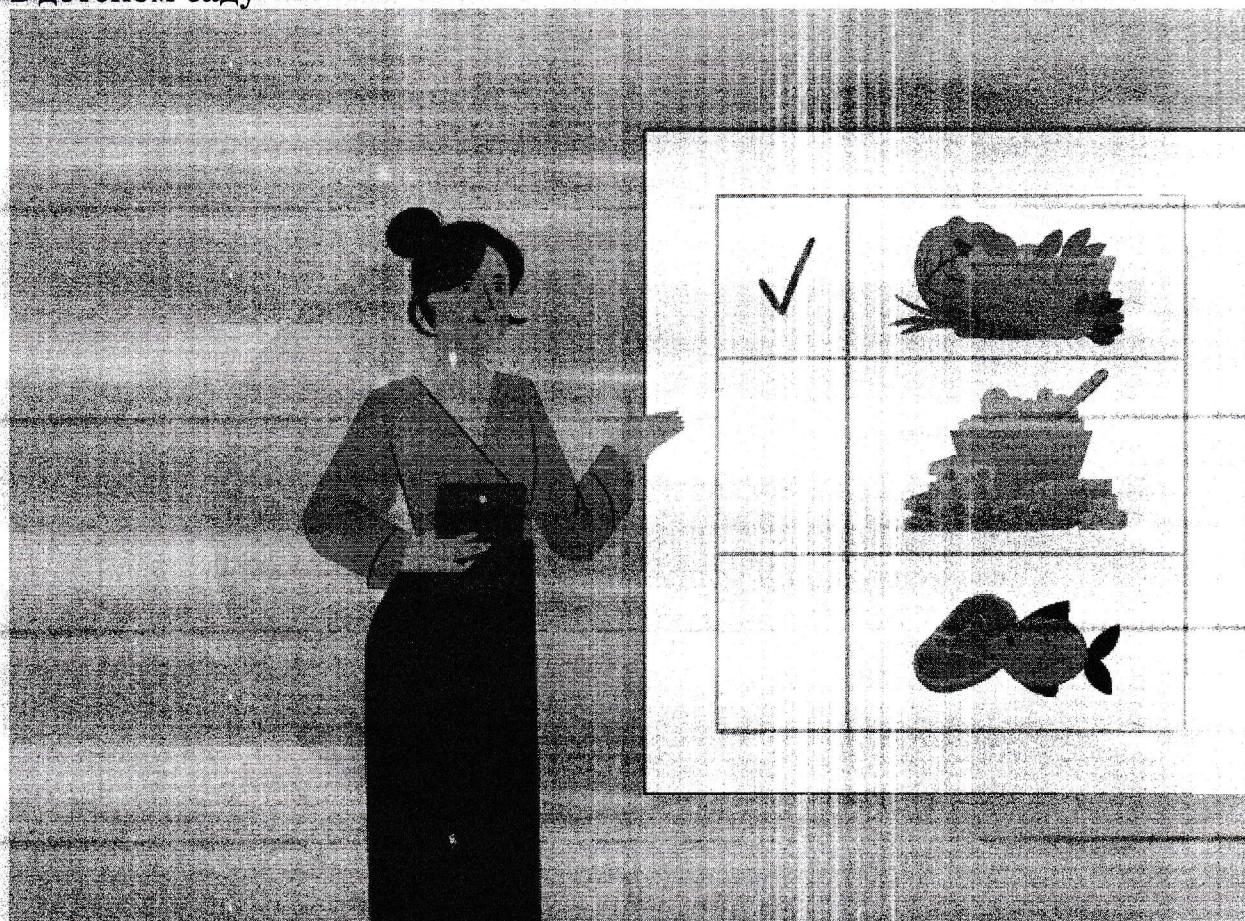
Для детей с сахарным диабетом, целиакией, фенилкетонурией, муковисцидозом, в ДОУ разрабатывается цикличное меню с учетом имеющейся у ребенка патологии.

Для детей с пищевой аллергией к имеющемуся в ДОО цикличному меню разрабатывается приложение к нему с заменой продуктов и блюд, исключающих наличие в меню пищевых аллергенов.

Планируемое (на цикл) и фактическое (на день) меню, вместе с технологическими картами и продуктами размещается на сайте образовательной организации.

В случае если принимается решение об организации питания детей из продуктов и блюд, принесенных из дома заведующий ДОО с родителями и работниками пищеблока, определяют порядок их хранения, упаковки и маркировки; создают условия для хранения продуктов (блюд) и их разогрева, условия для приема пищи; определяется режим питания ребенка.

Как правильно организовать питание детей с пищевыми особенностями в детском саду



Питание детей с пищевыми нарушениями является важной задачей для детских садов. Каждый ребенок уникален и требует индивидуального подхода, чтобы его питание было безопасным и полноценным.

В статье рассмотрим, как организовать питание для детей с различными пищевыми особенностями.

Организация питания при сахарном диабете

Сахарный диабет — это хроническое заболевание, при котором уровень сахара в крови повышается из-за недостатка инсулина. В большинстве

случаев у детей встречается диабет 1-го типа, требующий постоянного мониторинга и инъекций инсулина.

☞ Основные принципы питания.

Детям с диабетом необходимо следовать определенным принципам:

Источники белка: включать в рацион мясо, рыбу, яйца, молочные продукты, бобовые и цельные злаки (гречка, хлеб из муки грубого помола);

Продукты с низким гликемическим индексом: овощи (брокколи, сладкий перец, цветная капуста), нежирные молочные продукты, орехи и семена.

☞ Режим питания.

Питание должно быть строго по расписанию, с интервалами между приемами пищи не более 4 часов;

Запрещены высокие фотограммы содержания углеводов и сахара.

☞ Продукты, запрещенные к употреблению.

Не рекомендуется включать в рацион:

жирные виды рыбы, мясные и рыбные консервы;

сливки, жирные молочные продукты, соленые сыры, сладкие сырки;

жиры животного происхождения отдельных пищевых продуктов;

яичные желтки;

молочные супы с добавлением манной крупы, риса, макароны, жирные бульоны;

пшеничная мука, сдобное и слоеное тесто, рис, пшенная крупа, манная крупа, макароны; овощи соленые;

сахар, кулинарные изделия, приготовленные на сахаре, шоколад, виноград, финики, изюм, инжир, бананы, хурма и ананасы;

острые, жирные и соленые соусы;

сладкие соки и промышленные сахарсодержащие напитки.

☞ Доступ к перекусу.

Важно обговорить с педагогом, чтобы у ребенка был доступ к здоровым перекусам.

Например, перед физической активностью рекомендуется проверять уровень сахара в крови и съедать что-нибудь с углеводами в составе.

Физические упражнения заставляют организм сжигать глюкозу быстрее.

Организация питания при диагнозе целиакия

Целиакия — это аутоиммунное заболевание, связанное с непереносимостью глютена, белка, содержащегося в злаках. Замена обычных продуктов на безглютеновые необходима для предотвращения повреждения кишечника.

☞ Продукты, которые важно исключить из рациона.

К продуктам, содержащим глютен, относятся:

продукты и блюда, содержащие пшеницу, рожь, просо, ячмень и овес;

мука пшеничная, овсяная и ржаная;

овсяные, пшеничные и ячменные хлопья, манная крупа;

продукты переработки пшеницы, овса, ржи;

колбасные изделия;

мясные и рыбные консервы;
йогурт;
кофейный и какао-напитки;
любые конфеты и шоколад, в составе которых содержится солод;
вафли, вафельная крошка;
томатная паста;
продукты промышленного производства, содержащие скрытый глютен.

☞ **Правильная организация питания.**

Для эффективного питания детей с целиакией важно:
строгое соблюдение технологии приготовления блюд и недопущение замены безглютеновых продуктов на глютеносодержащие;
внимательность персонала при приготовлении блюд;
рекомендуется выделить отдельное помещение для хранения и приготовления продуктов с необходимым оборудованием;
столовая посуда должна отличаться по цвету или рисунку, допускается использование посуды, принесенной ребенком из дома;
дополнительный инструктаж работников о питании детей с целиакией;
включение дополнительных вопросов в аттестацию работников по итогам гигиенического обучения.

Если в организации нет возможности оборудовать отдельное помещение, питание детей с целиакией организуется из продуктов и блюд, а также посуды, принесенных из дома.

Режим питания для таких детей соответствует основному режиму, установленному в (образовательной или оздоровительной) организации.

Питание при фенилкетонурии

Фенилкетонурия — это генетическое заболевание, проявляющееся нарушением обмена аминокислот с высоким содержанием фенилаланина, что может привести к серьезным последствиям для нервной системы.

✓ **Основным доказанным методом лечения фенилкетонурии является диетотерапия.**

! При фенилкетонурии важно максимально исключить продукты, богатые белком (мясо, рыба, яйца, обычный хлеб, большинство сыров, орехи и семена), а также аспартам (подсластитель, содержащийся в некоторых газированных напитках и конфетах). Это нужно для предотвращения токсического воздействия аминокислоты фенилаланина на нервные клетки ребенка.

☞ **Перечень запрещенной продукции для детей, страдающих этим заболеванием:**

мясо и мясные изделия;
рыба и рыбные продукты;
творог и творожные изделия, сыры (твердые, мягкие и плавленые);
мука (пшеничная, ржаная, овсяная, гречневая, рисовая, кукурузная), хлеб (белый и черный), выпечка (баранки, булочки, печенье, пирожные, торты);

крупы и хлопья (гречневая, кукурузная, манная, перловая, ячневая, рис, овсяные хлопья);

яйца;

орехи;

аспартам;

желатин;

молочные продукты (молоко, кефир, ряженка, простокваша, йогурты);

соевые продукты.

☞ Режим питания.

Режим питания детей с фенилкетонурией аналогичен основному режиму, но с учетом указанных ограничений.

Питание при муковисцидозе

Муковисцидоз — это наследственное заболевание, при котором нарушается работа желез, выделяющих слизь, влияющее на работу органов.

☞ Основной принцип питания детей и подростков с муковисцидозом — увеличение энергетической ценности рациона. Это достигается за счет увеличения потребления белка в 1,5 раза и жиров до 40-50% от общей калорийности. Диета должна быть высококалорийной и жирной.

Рекомендуется вводить дополнительные приемы пищи, обеспечивая режим «3+3»:

3 основных приема (завтрак, обед, ужин)

3 дополнительных (второй завтрак, полдник, второй ужин).

☞ В каждый основной прием пищи следует включать блюда с:

животными белками (мясо, рыба, яйца, молочные продукты);

жирами (растительное и сливочное масло, сметана, сливки);

сложными углеводами (крупы, хлеб, овощи).

Простые углеводы (фрукты, сладости, варенье, мед) должны использоваться в меньшей степени.

Для дополнительных приемов пищи рекомендуется использовать высокобелковые специализированные продукты, кисломолочные изделия, творог и фрукты.

Пищевая аллергия

Пищевая аллергия — это реакция организма на определенные продукты, что требует исключения аллергенов из рациона.

☞ Продукты-аллергены:

коровье молоко;

куриное яйцо;

соя;

арахис и орехи;

пшеница;

морепродукты и рыба.

Таблица замены продуктов с учетом их пищевой ценности представлена в Приложении № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Режим питания детей с пищевой аллергией соответствует основному режиму.

Алгоритм организации специализированного питания в детском саду
Ранее детские сады не обязаны были учитывать пищевые особенности детей. По устаревшим санитарным правилам (СанПиН 2.4.1.3049-13) отдельное питание предусматривалось только в специализированных учреждениях для детей с аллергией или хроническими заболеваниями.

Родитель обязан предоставить заключение врача с диагнозом и рекомендациями по организации питания.

Руководитель дошкольной организации должен обеспечить питание по меню, разработанному с диетологом, а также предоставить место для хранения и разогрева пищи, принесенной из дома.

Для обеспечения безопасных условий питания администрации рекомендуется совместно с родителями обсудить режим и порядок питания ребенка, а также проинформировать воспитателей и работников столовой о наличии у ребенка патологии и мерах профилактики обострений.

Подведем итог о том, что организация питания для детей с пищевыми особенностями в детских садах требует соблюдения строгих правил и законодательства. Основной задачей является создание безопасного и здорового питания, что требует коллективных усилий и внимания как со стороны родителей, так и со стороны работников детских учреждений.