

UDC: 613.2:612.392 -053.4

**ANALYSIS AND EVALUATION OF THE ACTUAL NUTRITION OF PRESCHOOL
CHILDREN**

Akhmadkhodjaeva M.M.

Associate Professor, Department of General Hygiene, ASMI

Mirmukhamedov B.B.

senior Lecturer , Department of General Hygiene, ASMI

The Republic of Uzbekistan

Annotation: Analysis of the actual nutrition of preschool children shows that the diet does not correspond to the physiological norm of nutrition. The daily diet contains less than the norm of meat and milk products. It should be noted that there is no fish or fish products in the diet of preschool children. Analysis of the nutritional value of the diet shows that the diet also contains below the recommended levels of protein, fat, vitamin A and calcium, phosphorus, iron and iodine, as well as vitamin A.

Keywords: Schoolchildren, actual nutrition, daily ration nutrients, protein.

Аннотация: Анализ фактического питания дошкольников показывает, что рацион питания не соответствует физиологической норме питания. В суточном рационе ниже нормы мяса и мясных, молока и молочных продуктов. Необходимо отметить что, в рационе дошкольных детей отсутствует рыба и рыбные продукты. Анализ пищевой ценности рациона питания показывает что, в рационе также ниже рекомендованных нормы белки, жиров, витамин А и кальций, фосфор, железа и йод, а также витамина А.

Ключевые слова: Дошкольники, фактическое питание, нутриентов суточного рациона, белки, жиры и углеводы

Актуальность проблемы. Здоровое питание детей дошкольного возраста имеет не только медицинское значение как фактор сохранения здоровья и развития ребенка. Но и как фактор, определяющий здоровье будущего поколения Организм ребенка

Цель данного исследования - анализ и оценка фактического питания детей дошкольников Андижанской области Республики Узбекистан в возрасте от 3 до 7 лет и выявление значительных проблем и нарушения суточного рациона детских образовательных учреждений.

Материалы и методы. В работе использованы материалы выборочного обследования рациона питания образовательного учреждения Андижанской области и города Андижана в периода 2016-2019 гг. В связи с этим были изучены первичные материалы питания детей, полученных в соответствии с показателями, обозначенными в СанПиН 0348-2017«Гигиенические требования к организации полноценного и безопасного питания в дошкольных образовательных учреждениях Республики Узбекистан». СанПиН 0348-2017. В условиях экспедиции 2 раза в год (в зимне-весеннем и летне-осеннем периодах), в течение 7 дней в учетном листке регистрировали продукты питания, употребляемые детьми, а затем рассчитывали среднесуточные показатели. В дневном рационе количество основных пищевых веществ и энергетическая ценность рационов рассчитана по таблицам

химического состава пищевых продуктов, Химический состав российских пищевых продуктов. Под редак. И.М.Скурихина и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2002, а также Химический состав узбекских пищевых продуктов. Под редакции Б.О.Дустжонов, 2002.

Для статистической обработки результатов опроса использовалось программное обеспечение Statistica для Windows 7.0.

Результаты и обсуждения. Анализ фактического питания детей проживающих в Андижанской области и г.Андижана показывает что в организованных дошкольных образовательных учреждениях суточного рациона не соответствует физиологической норме питания, большинства потребляемых детьми продуктов ниже рекомендуемых норм питания на 12-77%. Исключением является потребление хлебобулочных изделий. Круп и картофеля, количества которых в рационе детей было на 16-80% выше физиологической нормы питания для соответствующих поло-возрастных групп.

При оценке качества питания дошкольников не выявлено существенных различий среднестатистических показателей потребления детьми продуктов в разных дошкольных образовательных учреждениях, поэтому данные 2017-2018 гг рассмотрены нами в целом для всех исследованных ДООУ Андижанской области.

Средние величины фактического потребления продуктов дошкольников от 3 до 7 лет представлены в таблицы №1, из которой следует, что дефицит потребления детьми продуктов не зависит от пола и ни от сезона года. И хотя в летне-осенний сезон года потребления таких продуктов, как картофель, овощи и бахчевые, фрукты и ягоды достоверно возрастает, абсолютное количество продуктов кроме хлебопродуктов и картофеля не достигает физиологической нормы.

Расчеты рационов питания детей показали, что дефицит в потреблении мяса и мясных продуктов составляет в зимне-весенний период до 27,1%, а в летне-осенний до 26,4%, молока и молочных продуктов в аналогичном порядке - от 45,0% до 37,0%.

Необходимо указать что в рационе питания дошкольных образовательных учреждений Андижанской области вообще не употребляют рыбу и рыбные продукты.

При дефиците основных питательных веществ в суточном рационе относительно физиологических норм, суточная энергетическая ценность восполняется повышенным потреблением хлеба и хлебобулочных изделий - на 43,3%.

Расчет показателей пищевой ценности рационов питания детей дошкольного возраста Андижанской области и г. Андижан представлена в таблице №2. Анализ суточного рациона показывает что, хотя дефицит основных продуктов в суточном рационе как, мяса, молока, рыбы, но с большим количеством употребления хлебобулочных изделий среднесуточная энергетическая ценность рационов составляла 1881 ккал.

Было установлено, что недостаточное содержание общего белка в ежедневном рационе детей составляет 33,8–34,5%, а в летне-осенний период - 24–33%.

Употребление растительных масел в зимне-весенний период - до 20%, летне-осенний-до30% .

Избыток углеводов в анологическом порядке составляет 270–336г, 200–220г. Так, зимой-весной и летом-осенью углеводы потреблялись более чем на 56,6% от нормы.

Недостаток минералов в летне-осенний период: кальций 30,5%, магний 22,5%, фосфор 20,6% и железо 46,7%; Количества микроэлемента йода тоже в недостаточном количестве нормы.

A-48,3%, B₁ - 26,0%, B₂ - 34,7%, PP - 30,9% и C - 20,0%; Недостаток минеральных веществ в зимне-весенний период включает: кальций 24,7%, магний 25,4%, фосфор 15,9% и железо 43,7%. Дефицит витаминов зимне-весенний период выглядит следующим образом: A - 52,2%, B₁ - 35,0%, B₂ - 34,3%, PP - 48,5% и C - 21,5%.

Выводы: Таким образом, проведенные анализы качества питания дошкольников Андижанской области позволяет, что суточный рацион питания не соответствует физиологической норме питания, за счет этого у дошкольников увеличивается алиментарно-зависимые заболевания, как эндемический зоб, железодефицитная анемия, ожирение и нарушение роста-весового индекса массы тела и т.д.

Анализируя фактическое питание дошкольников можно сделать следующие выводы. связанные :

1. Фактическое питание всех исследованных групп детей дошкольного возраста является не адекватным по физиологическим потребностям.

-на 20-30 % пониженное содержание белков;

-низкое на 40-50 грамм ниже нормы содержание питания жиров;

-несбалансированность основных пищевых веществ (1:0,4:6,5-1:0,4:6,5 вместо 1:1:4

-дефицит витамина А (53%) и витамина С;

-недостаточное содержание в рационе кальций и фосфора (в 1,4-1,8 раз ниже нормы).

2. Указанный дефицит пищевых веществ обусловлен низким уровнем потребления таких групп продуктов, как рыба и рыбопродукты (дефицит –до 76%), мясо и мясопродукты (дефицит-до 62%), молоко и молочные продукты (дефицит-до 58%).

3. После внесения коррекции в состав и количество продуктов, используемых в питании дошкольников, показатели качества питания улучшились, но в большинстве случаев не достигли требований физиологической нормы. В наибольшей степени это относится к низкому содержанию в питании детей жиров, витамина А, кальций и фосфора. Очень низкой количества содержания железа и йода.

Использованные источники:

1. Мартинчек А.Н., Батурин А.К., Кешабянц Э.Э., Фатьянова Л.Н., Семенова Я.А., Базарова Л.Б., Устинова Ю.В. Анализ фактического питания детей и подростков России в возрасте от 3 до 19 лет. Вопросы питания, 2017. Т.86. №4. С.50-60.
2. Эрматов Н.Ж., Ахмадходжаева М.М. Анализ и оценка качества питания детей в дошкольных образовательных учреждениях // Журнал: Медицинские новости. Белоруссия, Минск. 2019, № 12. – С. 76–78.
3. Эрматов Н.Ж., Ахмадходжаева М.М. Болалар кунлик рацион таркибидаги микроэлементларнинг гигиеник тахлили // Биомедицина ва амалиёт журнали. Тошкент, 2020, № SI-2. – 351–361 бетлар.
4. Эрматов Н.Ж., Ахмадходжаева М.М. Ҳозирги таррақиёт даврида мактабгача таълим ёшидаги болаларнинг асосий озуқавий моддалар билан таъминланиши ҳолати // Спорт тиббиёти журнали. – Ташкент, 2019, № 2. – 56-62 бетлар.