

ПИЩЕВОЙ СТАТУС ШКОЛЬНИКОВ Г. КРАСНОЯРСКА

Г.В. ИВАНОВА, Е.О. НИКУЛИНА, О.Я. КОЛЬМАН

*Красноярский государственный торгово-экономический институт,
г. Красноярск, Российская Федерация*

Введение. Многочисленные эпидемиологические исследования показали, что от 70 до 90 % факторов, вызывающих болезни цивилизации или способствующих их возникновению, находится в нашем повседневном окружении. Продукты питания как часть окружающей среды играют в этом существенную роль. Влияние наследственности на возникновение наиболее распространенных хронических заболеваний различно, однако в целом не столь значительно, как влияние внешних факторов. [1]

Поэтому проблемы организации питания школьников в настоящее время стоят достаточно остро: все возрастающие потребности учащихся, устаревшее оборудование, повторяющиеся блюда в течение многих лет, традиционные формы обслуживания, низкое качество предлагаемых блюд – все это вызывает справедливое недовольство среди учащихся средних школ. Это влечет за собой снижение спроса на предлагаемую продукцию в школьных столовых или, в худшем случае, рост заболеваемости среди школьников. Если учесть, что существенное влияние на здоровье населения, (способствуя снижению резистентности организма особенно у детей и подростков) оказывает и экологическая ситуация, наблюдаемая в г. Красноярске (т.к. он относится к мегаполисам с серьезными проблемами экологического характера), то вывод напрашивается сам собой: требует незамедлительного решения вопрос о коррекции рационов питания учащихся и совершенствовании структуры питания в организованных школьных коллективах.

В связи с этим представленная работа достаточно актуальна, т. к. в ней предпринята попытка выявить особенности пищевого статуса детей в школьных общеобразовательных учреждениях, выявить проблемы, связанные с несовершенством системы организации питания в школе, и на основании полученных результатов доказать целесообразность коррекции пищевого рациона детей, в том числе с помощью профилактического применения блюд повышенной пищевой ценности функциональной направленности, с учетом внедрения новых форм организации питания в школьных столовых.

С целью совершенствования организации питания и выявления спроса на реализуемую продукцию в школьной столовой нами проведен опрос 238 учащихся (1, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11 класс) школы № 83 г. Красноярска. Изучение проводилось в осенний период года методом анкетирования. Анкеты младших школьников заполняли родители, старшеклассники заполняли анкеты самостоятельно. Статистическая обработка результатов проведена с использованием интегрированной системы «Statistica 6.0».

Результаты и их обсуждение. В результате анкетного опроса выявлено, что из 238 опрошенных учащихся услугами школьной столовой пользуется 209 человек (87,8 %), 25 человек (10,5 %) не пользуются услугами школьной столовой и 4 человека (1,7 %) не дали ответа ($p < 0,01$). Структура ответа на вопрос представлена на рисунках 1 и 2.

Услугами школьной столовой в 5 и 6 классах пользуется (86 %) и не пользуется (13,6 %) одинаковое количество учеников. В 7 классах количество учеников, пользующихся услугами столовой, уменьшилось на 13,3 % по сравнению с 5 и 6 классами, но количество не посещающих столовую осталось на том же уровне. В 9 классах количество учеников, пользующихся услугами столовой, уменьшилось на 0,4 % по сравнению с 7 классами, но при этом количество не посещающих столовую выросло на 13,7 % по сравнению с 5, 6, 7 классами. В 10 и 11 классах выросло количество учащихся, посещающих столовую, по сравнению с 5 и 6 классами на 6,1 %, а по сравнению с 7 и 9 классами на – 20 %. Количество не посещающих школьную столовую в 10 и 11 классах снизилось на 8,6 % по сравнению с 5, 6, 7 классами, а по сравнению с 9 классами – на 22,3 %. Ученики младшей школы практически 100 % посещают школьную столовую.

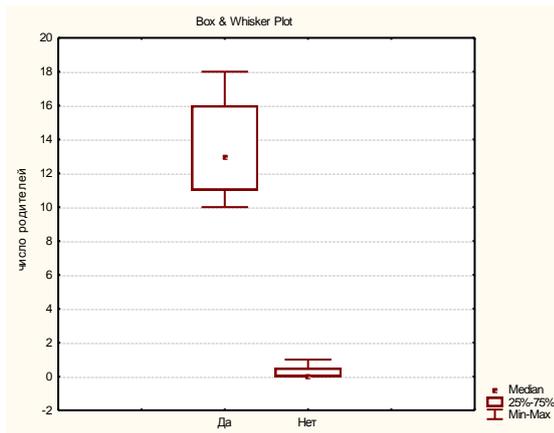


Рисунок 1 – Структура ответа на вопрос «Пользуется ли Ваш ребенок услугами школьной столовой?» (младшая школа)

Ежедневно школьную столовую посещает из общего числа опрошенных школьников и их родителей 132 ученика (55,46 %). Столовую посещают несколько раз в день 36 учеников (15,12 %), раз в неделю 8 человек (3,4 %), 2-3 раза в неделю 33 человек (13,8 %), 5 человек посещают школьную столовую иногда (2,1 %) и 24 (10,08 %) человека не посещают школьную столовую ($p < 0,01$). Структура ответа на вопрос представлена на рисунках 3, 4.

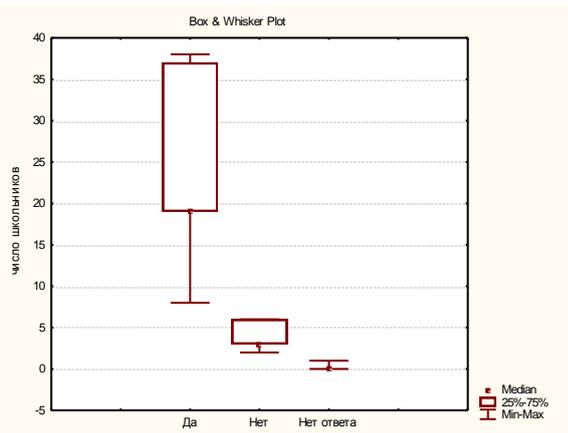


Рисунок 2 – Структура ответа на вопрос «Пользуетесь ли Вы услугами школьной столовой?» (средняя и старшая школа)

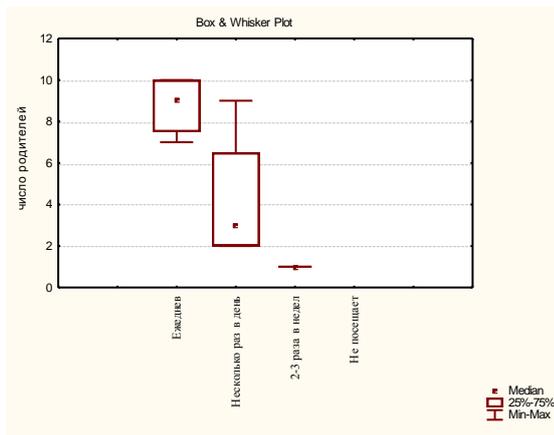


Рисунок 3 – Структура ответа на вопрос «Как часто Ваш ребенок посещает школьную столовую?» (младшая школа)

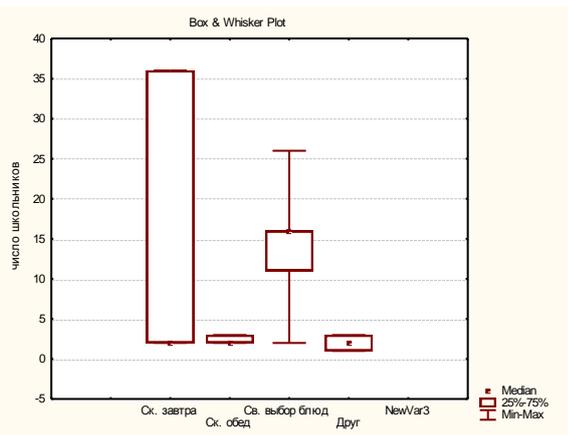


Рисунок 4 – Структура ответа на вопрос «Как часто Вы посещает школьную столовую?» (средняя и старшая школа)

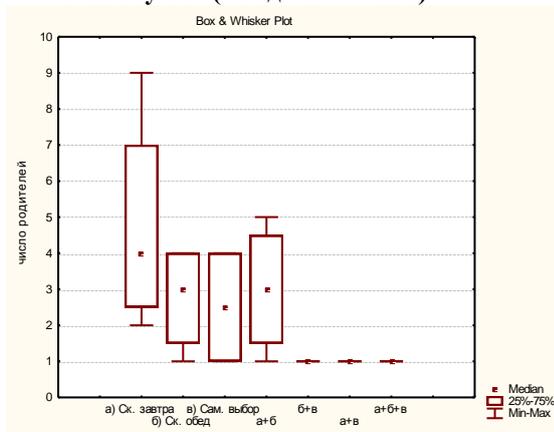


Рисунок 5 – Структура ответа на вопрос «Какой вид продукции Вашему ребенку предлагают в школьной столовой (школьном буфете)?» (младшая школа)

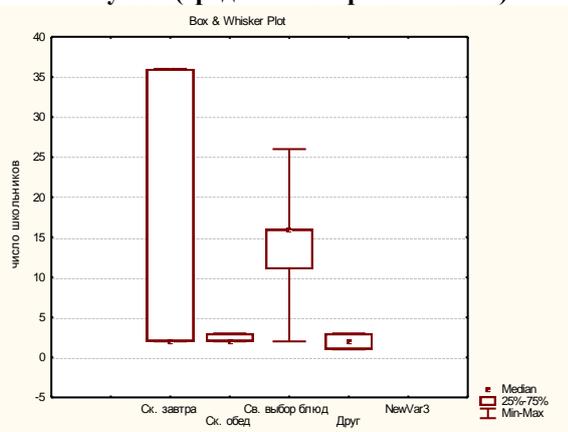


Рисунок 6 – Структура ответа на вопрос «Какой вид продукции Вам предлагается в школьной столовой (школьном буфете)?» (средняя и старшая школа)

В школьной столовой 69 школьников (28,9 %) питаются скомплектованными завтраками, 26 школьников (10,9 %) питаются скомплектованными обедами и 111 школьников (46,6 %) покупают все, что хотят. Есть и такие ученики, которые ежедневно питаются скомплектованным завтраком и обедом или скомплектованным обедом и могут выбирать и покупать все, что захотят ($p < 0,05$). Структура ответа на вопрос представлена на рисунках 5, 6.

Большинству школьников (117 школьникам (49,16%)) частично нравится то, что им предлагают в школьной столовой. 88 школьникам (36,97 %) нравится то, что им предлагают в школьной столовой и 31 школьнику (13,02 %) не нравится то, что им предлагают в школьной столовой. Два школьника (0,8%) затрудняются ответить на этот вопрос ($p < 0,05$). Структура ответа на вопрос представлена на рисунках 7, 8.

В результате анкетного опроса выявлено, что большинство школьников и их родителей не устраивает ассортимент продуктов питания, который предлагает им школьная столовая. Также учащихся не устраивает неудовлетворительное качество пищи и высокие цены.

В нашей анкете мы попросили школьников и их родителей оценить по пятибалльной системе качество предлагаемых блюд. Только 35 человек (14,7 %) оценили качество предлагаемых блюд на 5 баллов, а 27 человек (11,3 %) оценили качество предлагаемых блюд на 2 балла. Структура ответа на вопрос представлена на рисунке 9.

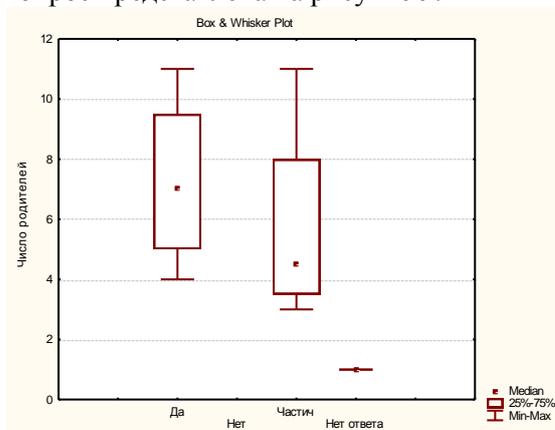


Рисунок 7 – Структура ответа на вопрос «Устраивает ли Вас то, что предлагают вашим детям в школьных столовых?» (младшая школа)

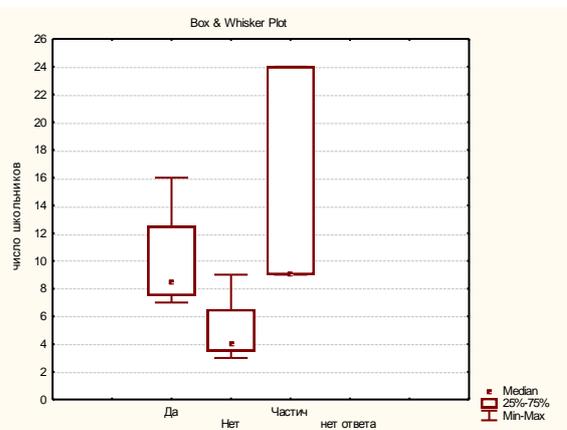


Рисунок 8 – Структура ответа на вопрос «Нравится ли Вам то, что предлагают в школьных столовых?» (средняя и старшая школа)

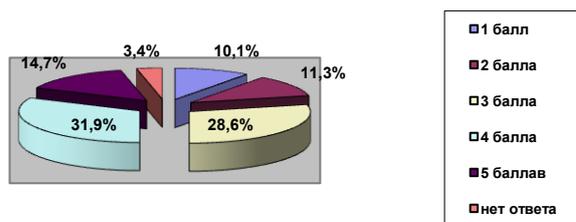


Рисунок 9 – Структура ответа на вопрос «Оцените, пожалуйста, по 5-ти балльной системе качество предлагаемых Вам блюд?»

Большинство школьников предпочитают получать в школьной столовой пиццу, сосиску в тесте, гамбургеры, салаты, пирожки, блины, соки, фрукты. Опрошенные школьники практически не хотят употреблять такие продукты, как рыба, яйцо, бобовые, крупы, молоко. Структура ответа на вопрос представлена на рисунках 10, 11.

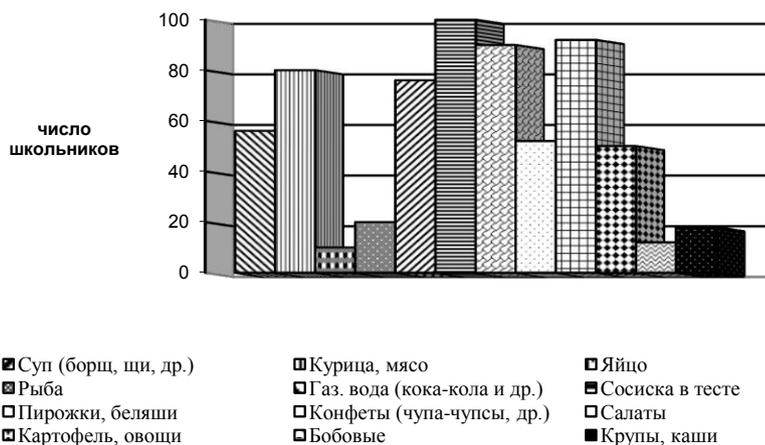


Рисунок 10 – Структура ответа на вопрос «Что Вы предпочитаете получать в школьной столовой?»

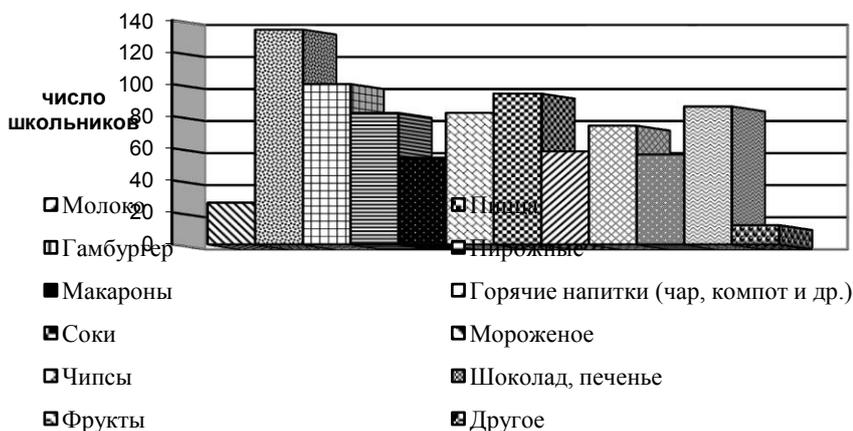


Рисунок 11 – Структура ответа на вопрос «Какой вид продукции Вы предпочитаете получать в школьной столовой?»

Из 238 опрошенных школьников 88 человек (36,97 %) питаются в целом 4 раза в день, 62 человека (26,05) питаются в целом 3 раза в день, 32 человека (13,44 %) питаются в целом 5 раз в день, 28 человек (11,7 %) питаются в целом 2 раза в день, 22 человека (9,2 %) питаются в целом 1 раз в день, 6 человек (2,5 %) затрудняются ответить. Структура ответа на вопрос представлена на рисунках 12, 13.

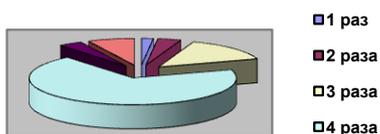


Рисунок 12 – Структура ответа на вопрос «Сколько раз в день Ваш ребенок питается вообще?» по младшей школе

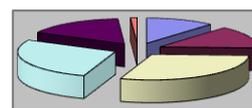


Рисунок 13 – Структура ответа на вопрос «Сколько раз в день Вы питаетесь вообще?» по средней и старшей школе

Один раз в день в школьной столовой питаются 106 школьников (44,5 %), два раза в день в школьной столовой питаются 59 школьников (24,8 %), три раза в день в школьной столовой питаются 22 школьника (9,4 %). Четыре раза в день в школьной столовой питаются 17 школьников (7,1 %), пять раз в день в школьной столовой питаются 19 школьников (7,9 %) и 15 школьников (6,3 %) не питаются в школьной столовой. Структура ответа на вопрос представлена на рисунках 14, 15.

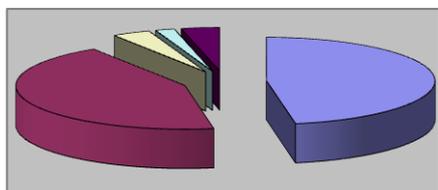
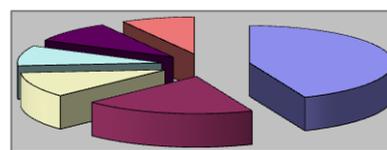


Рисунок 14 – Структура ответа на вопрос «Сколько раз в день Ваш ребенок питается в школе?» по младшей школе



■ 1 раз
■ 2 раза
■ 3 раза
■ 4 раза

Рисунок 15 – Структура ответа на вопрос «Сколько раз в день Вы питаетесь в школе?» по средней и старшей школе

Результаты анкетного опроса позволили подтвердить тот факт, что рационы питания современных школьников требуют коррекции. Так как в настоящее время школьники включают в свой рацион такие «вредные» (с точки зрения рационального питания) продукты питания, как хот-доги, гамбургеры, чипсы, газированные напитки и при этом практически исключают из своего рациона рыбу, яйца, бобовые, крупы, молоко и кисломолочные продукты, то в результате этого складывается тревожная ситуация связанная с ухудшением состояния здоровья учащихся. Если учесть тот факт, что существенную (отрицательную) роль в формировании организма подростка в нашем регионе играет антропогенное загрязнение окружающей среды, то можно сделать вывод о необходимости и целесообразности разработки мер по коррекции рационов питания школьников с учетом современных требований и вкусовых пристрастий.

Одним из вариантов решения этой проблемы может стать разработка продуктов полифункционального назначения на основе рыбы, бобовых, творога круп, молока.

По результатам анкетного опроса школьников, проведенного преподавателями кафедры технологии питания КГТЭИ, об организации питания и качестве питания в школе был сделан вывод о необходимости совершенствования существующей организации школьного питания и несоответствии предлагаемых в настоящее время рационов питания потребностям растущего детского организма. На основании проведенных исследований нами были разработаны современные варианты организации питания в СОШ № 83 и свой вариант примерного циклического меню для учащихся, который позволит использовать продукцию местных производителей и включать блюда и кулинарные изделия с максимальным использованием местного сырья.

Предлагаемый вариант включает в себя следующие положения:

1. Организация горячего питания учащихся СОШ должна осуществляться на основе примерного циклического меню комплексных рационов питания, разработанного с учетом количества основных пищевых веществ, калорийности суточного рациона, дифференцированного по 3 возрастным группам. Различия в количестве основных пищевых веществ и калорийности обеспечивается регулированием объема потребляемой пищи (выходом блюда) или составом блюд в рационе.

2. Завтрак должен состоять из холодной закуски (или кисломолочного блюда), горячего блюда, горячего или холодного напитка.

3. Обед должен состоять из холодной закуски, второго горячего блюда с гарниром и горячего напитка. В меню должны включаться выпечные изделия из дрожжевого теста и фрукты.

При разработке меню комплексных рационов нами было предложено использовать собственные разработки новых видов блюд для школьников с местным дикорастущим и культивируемым сырьем.

Для упрощения организации обедов в школе был предложен достаточно доступный вариант решения данной проблемы:

- 1) полный отказ от первых блюд в меню обедов, т. к. по результатам анализа школьных опросов дети отрицательно относятся к 1 блюдам в школьных столовых;
- 2) использование в качестве вторых блюд широкого ассортимента рубленых изделий из мяса, птицы, рыбы с овощными добавками. Это позволит в течение всего циклического меню предоставлять учащимся изделия с различными вкусовыми характеристиками;
- 3) использование в меню мучных изделий (вареников, пельменей, блинов, оладий и т.п.). Разнообразие наполнителей также позволит расширить ассортимент предлагаемых блюд;
- 4) использование в качестве гарниров разнообразных блюд из овощей, макаронных изделий, круп и бобовых позволит скомплектовать рационы по основным пищевым веществам.

В случае необходимости можно организовать подачу в школьных столовых предлагаемых комплексных обедов, завтраков по типу «бортового питания» или по типу «шведского стола»: котлеты подавать в виде гамбургеров, чизбургеров, напитки в одноразовой посуде с трубочкой, салаты в одноразовых емкостях и т.п.. Это привлечет учащихся и, в случае соблюдения высокого качества, позволит приблизиться к решению проблемы организации школьного питания на настоящем этапе.

ЛИТЕРАТУРА

1. Рыбакова, Г.Р. Функциональные добавки: учеб. пособие / Г.Р. Рыбакова, И.В. Дойко. – Красноярск, 2006. – 138 с.

THE SURVEY OF THE FOOD STATUS OF THE CHILDREN IN THE SCHOOL EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF KRASNOYARSK

G. V. IVANOVA, E.O. NICULINA, O.YA. KOLMAN

Summary

In order to improve catering services for the schoolchildren and reveal the demand for the new functional products in a school cafeteria, the authors of the article carried out questioning of children and their parents. The results were analyzed by means of the programme «Statistica 6.0».

© Иванова Г.В., Никулина Е.О., Кольман О.Я.

Поступила в редакцию 15 октября 2010г.