



Для многих родителей питание ребенка с диабетом в школе представляет собой немалую проблему. МОО РДА (М. Богомолова) приложила огромные усилия по продвижению концепций правильного питания в школе, чему посвящены сотни материалов основного сайта РДА. Мощное представительство МОО РДА работает в Белгородской области. При необходимости документарной и иной поддержки родительских групп для передачи передового опыта организации питания в школе просим связываться через Форум основного сайта РДА и иными доступными способами.

По сообщению Правительства Белгородской области 29 ноября 2021 во время оперативного совещания в правительстве Белгородской области был представлен так называемый «региональный стандарт» питания в школах региона. И нам даже показали пример меню, которое хотят внедрять в образовательные организации. Давайте же посмотрим, чем будут кормить наших детей.

Прежде всего чиновники отметили, что для разных категорий детей меню будет тоже отличаться. У детей с диабетом одно меню, у кадетов – другое. К слову, в правительстве как раз упомянули, сколько в Белгородской области ребят с сахарным диабетом. Оказалось, аж 481 ребёнок страдает от этого заболевания.

Тем не менее, пусть по категориям меню и будет (вроде как) различаться, в общем и целом оно будет примерно одинаковое. Чтобы подготовить его, были проведены самые разные исследования, анализы и аудиты. Подготовлена была куча разных презентаций, множество компаний и научных сотрудников привлекали, и вот что в итоге получилось:

Региональное типовое 3-х дневное меню завтраков				
название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы
	г.	г.	г.	г.
Завтрак 1 день				
пирожок порционно / Груша 1шт	100	0,4	0,3	10,3
макаты «Детские» запечённые (в соответствии с ГОСТ Р 55366-2012)	90	12,11	9,77	4,81
варенный картофель с маслом сливочным	150	5,32	4,52	26,43
й с лимонном	200/4	0,26	0,06	15,22
хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68
итого за завтрак	544	21,3	15,0	76,5
Завтрак 2 день				
ягод из мороженого с яблоком	60	0,64	0,10	5,11
хлеб фруктовый с кусочками фруктов	20	0,1	0	14,3
блин творожно-пшеничный с сахарной пудрой	170	14,92	14,38	31,51
й с сахаром	200	0,2	0,05	15,01
хлеб пшеничный йодированный	40	2,67	0,53	13,73
итого за завтрак	490	18,5	15,1	80,0
Завтрак 3 день				
пирожок порционно / Яблоко 1шт	100	0,40	0,40	9,80
хлеб твердо-мягкий порционно с м.д.ж. 45%	20	4,64	6,80	0,02
шарик творожно-молочный с маслом сливочным	200	7,23	9,81	28,80
хлеб с маслом йодированным	200	3,50	3,70	25,50
хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68
итого за завтрак	560	18,8	21,0	83,8

В документе прописаны все блюда, которые будут подаваться в школах. Например, в первый день завтраком будет пирожок порционно, груша, макаты «Детские» запечённые, варенный картофель с маслом сливочным, йогурт с лимонном, хлеб пшеничный. Итого за завтрак – 544 грамма, 21,3 грамма белка, 15,0 грамма жира, 76,5 грамма углеводов.