

*Д. И. Ширко*

## **ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ФАКТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ**

*Кафедра военной эпидемиологии и военной гигиены военно-медицинского факультета  
в УО «Белорусский государственный медицинский университет»*

---

**Н**а протяжении всей истории люди придавали питанию особое значение, видя в нем не только удовлетворение возникающих чувственных потребностей (голода), но и осознавая его в качестве ведущего фактора, обеспечи-

вающего само существование человека и продолжение его рода.

Пища является единственным источником нутриентов, которые путем трансформации химических связей органических соединений

в механическую, тепловую и другие виды энергий, обеспечивают жизнедеятельность организма, его рост и развитие.

Количество и качество потребляемых человеком питательных веществ носит название «фактическое питание».

Основным источником питательных и веществ и энергии для военнослужащих срочной службы является общеевойсковой паек, а полнота его доведения и правильность распределения по приемам пищи, являются важными факторами в сохранении и укреплении их здоровья.

На основании всего вышеперечисленного была сформулирована цель исследования: гигиеническая оценка фактического питания военнослужащих.

Источником информации явились 35 дневных раскладок продуктов пяти солдатских столовых.

Среднесуточный нутриентный состав и энергетическую ценность рационов питания рассчитывали по таблицам химического состава пищевых продуктов с учетом потерь питательных веществ при кулинарной обработке продуктов.

Полученные расчетные данные химического состава и энергетической ценности сравнивали с продуктовым набором общеевойскового пайка, утвержденным приказом Министра обороны от 3.01.2013 г. № 3 «Об установлении норм обеспечения продовольствием военно-

служащих и кормления штатных животных в Вооруженных Силах в мирное время и порядок их применения».

В результате проведенных исследований было установлено, что практически во всех исследованных рационах питания войсковых столовых общее количество белков (в том числе животного происхождения), кальция, магния, фосфора, витаминов А, В<sub>2</sub> не имеет статистически достоверных отличий от их содержания в пайке.

В отдельных рационах отмечается пониженное содержание жиров и углеводов и обусловленный этим дефицит энергосодержания, витаминов В<sub>1</sub>, РР и С.

Распределение энергетической ценности суточного рациона по отдельным приемам пищи, особенно на обед и ужин, не соответствует требованиям приказа Министра обороны № 85 от 30.01.2014 г «Об утверждении инструкции о порядке организации питания в Вооруженных Силах».

Таким образом, результаты анализа всех представленных материалов свидетельствуют, в основном, о доведении продовольственного пайка до военнослужащих, как по содержанию основных питательных веществ, минералов и витаминов, так и по энергетической ценности.

Распределение продуктов питания по приемам пищи требует коррекции.