



**ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В
СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И
БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА
(РОСПОТРЕБНАДЗОР)**

Вадковский пер., д. 18, стр. 5 и 7, г. Москва, 127994
Тел.: 8 (499) 973-26-90, Факс: 8 (499) 973-26-43
E-mail: info@rospotrebnadzor.ru
<http://www.rospotrebnadzor.ru>
ОКПО 00083339 ОГРН 1047796261512
ИНН 7707515984 КПП 770701001

Главе
Республики Башкортостан
Хабирову Р. Ф.

№ _____

На № _____ от _____

О направлении рекомендаций
по коррекции рационов питания

Уважаемый Радий Фаритович!

Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека в рамках реализации Федерального проекта «Укрепление общественного здоровья» Национального проекта «Демография» проведена оценка качества пищевой продукции, реализуемой в предприятиях торговли и оценка доступности населению продукции, способствующей устранению дефицита макро- и микронутриентов; мониторинг состояния питания детей школьного возраста в организованных коллективах; проведены обучающие мероприятия по вопросам здорового питания, включая внедрение обучающих просветительских программ на территории Республики Башкортостан.

В ходе проведенной работы выявлены региональные особенности питания населения, показатели среднедушевого потребления пищевых продуктов, доступность для населения основных групп продуктов и обогащенной продукции, особенности питания детей школьного возраста.

С целью реализации здоровьесберегающего потенциала питания в профилактике нарушений здоровья направляем «Рекомендации по коррекции рационов питания» специально разработанные для Республики Башкортостан с целью учета при подготовке региональных мер, направленных на укрепление здоровья населения.

Приложение: на 11 л. в 1 экз.

Руководитель

А.Ю. Попова

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО КОРРЕКЦИИ РАЦИОНОВ ПИТАНИЯ В РЕСПУБЛИКЕ БАШКОРТОСТАН

В рамках реализации Федерального проекта «Укрепление общественного здоровья» Национального проекта «Демография» (далее – Проект) Роспотребнадзором проведена:

- оценка качества пищевой продукции, реализуемой в предприятиях торговли и оценка доступности населению продукции, способствующей устранению дефицита макро- и микронутриентов;
- мониторинг состояния питания детей школьного возраста в организованных коллективах;
- проведены обучающие мероприятия по вопросам здорового питания, включая внедрение обучающих просветительских программ.

Реализация Проекта проводилась поэтапно, начиная с 5 «пилотных» субъектов Российской Федерации в 2019 году, до 85 в 2024 году.

Управление Роспотребнадзора по Республике Башкортостан и ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Башкортостан» участвовали в реализации федерального проекта «Укрепление общественного здоровья» национального проекта «Демография» с 2019 года.

Роспотребнадзором при методической поддержке ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии» в рамках задач федерального проекта проведена большая работа с населением по формированию приверженности здоровому образу жизни и здоровому питанию, профилактике ожирения и избыточной массы тела, иной патологии, патогенетически связанной с нарушениями обмена веществ; проведены мониторинговые наблюдения доступности пищевой продукции для населения, качества пищевой продукции реализуемой населению, а также питания детей школьного возраста.

1. Оценка фактического питания.

1.1. Потребление основных групп продуктов по данным Росстата.

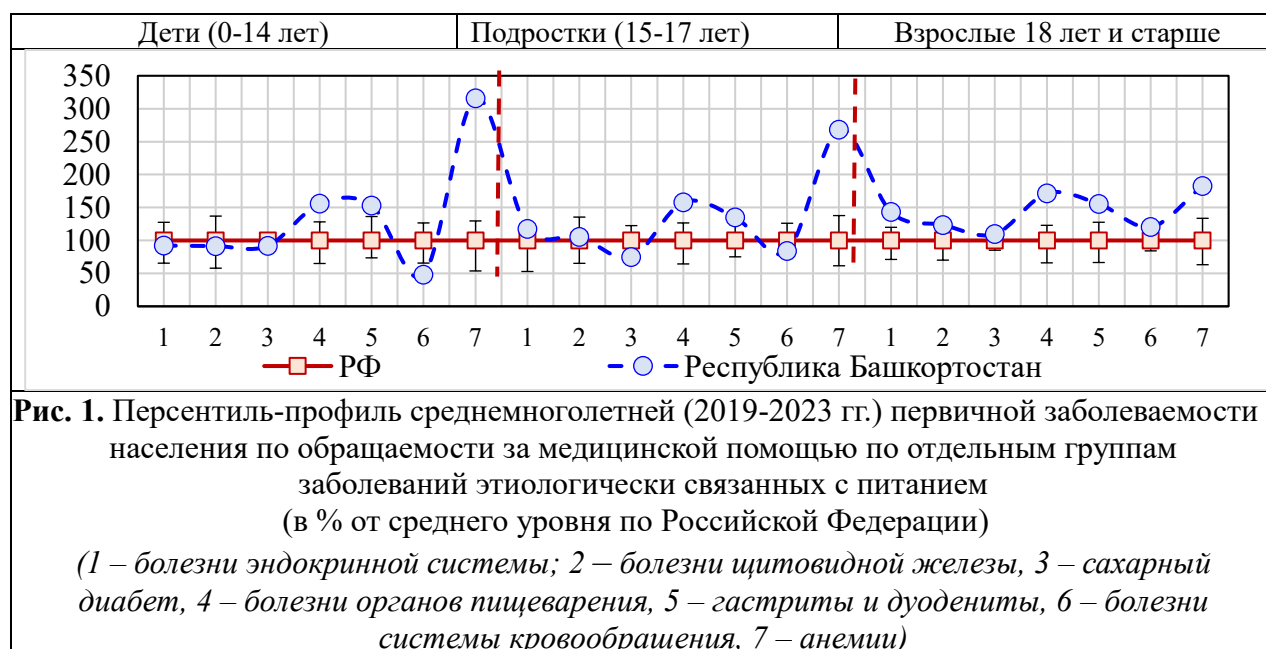
За период реализации Проекта, население в Республике Башкортостан, в сравнении со средними показателями по Российской Федерации (по усредненным данным), потребляло меньше фруктов и ягод 40,8 кг/год/чел (Российская Федерация – 61,8 кг/год/чел), овощей и бахчевых 73,4 кг/год/чел (Российская Федерация – 105,0 кг/год/чел); больше растительного масла 15,1 кг/год/чел (Российская Федерация – 13,8 кг/год/чел), молока и молочной продукции – 301,4 кг/год/чел (Российская Федерация – 240,6 кг/год/чел). По остальным группам продуктов количество потребляемых продуктов на душу населения находится в диапазоне средних значений. За период 2019-2023 гг. в регионе отмечалась положительная динамика в количестве потребления на душу населения мяса и мясной продукции, молока и молочной продукции;

отрицательная динамика – по потреблению хлеба, сахара, фруктов, овощей и картофеля.

Оценка структуры нутриентной обеспеченности питания населения Республики Башкортостан свидетельствует о дисбалансе в потреблении макро- и микронутриентов (калия, железа, магния, витаминов А, В1, В2, С).

1.2. Заболеваемость населения.

По официальным данным Минздрава России¹ в период 2019-2023 гг. показатели первичной заболеваемости населения Республики Башкортостан превышали средние значения по Российской Федерации во всех возрастных группах по болезням эндокринной системы, болезням органов пищеварения, гастритам и дуоденитам, анемиям (рис.1).



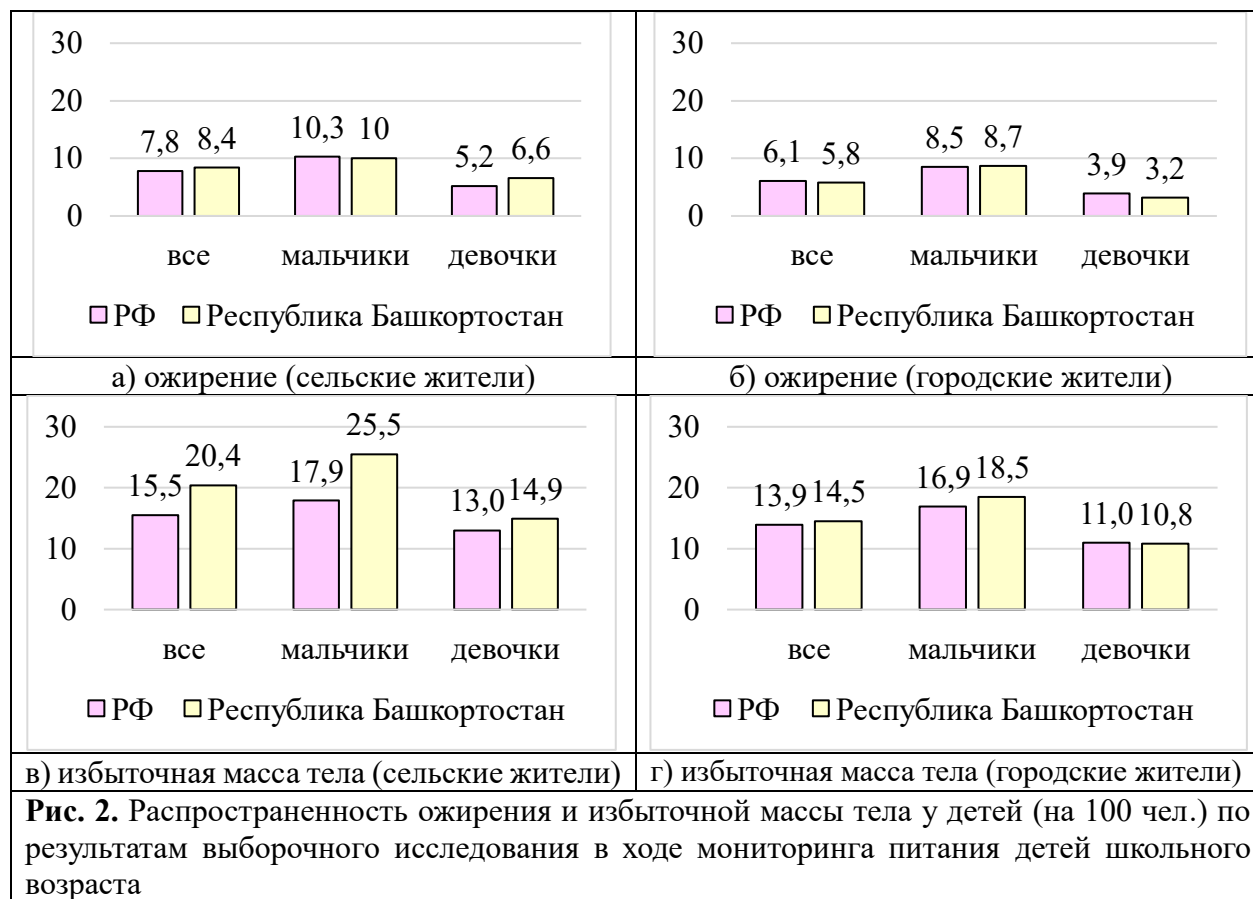
За период 2019-2023 гг. в Республике Башкортостан отмечалась тенденция к росту первичной заболеваемости населения по обращаемости за медицинской помощью с темпом прироста более 5 % в год по следующим группам заболеваний, связанным с пищевым фактором:

- в группе «0-14 лет» – по болезням органов пищеварения (на 5,6 % в год);
- в группе «15-17 лет» – по болезням эндокринной системы (на 5,9 % в год), ожирению (на 5,6 % в год), сахарному диабету I типа (на 8,3 % в год), анемиям (на 5,6 % в год);
- в группе «18 лет и старше» – по болезням эндокринной системы (на 14,4 % в год), болезням щитовидной железы (на 6,2 % в год), сахарному диабету II типа (на 7,2 % в год), анемиям (на 5,9 % в год).

¹ Заболеваемость детского населения России (0-14 лет), подростков (15-17 лет), взрослого населения (18 лет и старше) в 2019-2023 гг. с диагнозом, установленным впервые в жизни: статистические материалы/ Минздрава России, 2020-2024 гг.

По данным выборочных исследований в Республике Башкортостан распространенность ожирения и избыточной массы тела у обучающихся, проживающих в сельской местности, была выше средних значений по Российской Федерации (рис.2).

Оценка распространенности ожирения и избыточной массы тела осуществлялась по результатам расчёта индекса массы тела.



1.3. Оценка доступности пищевой продукции.

Ежегодно в рамках проекта проводилась оценка доступности населения Республики Башкортостан к пищевой продукции, способствующей устранению дефицита макро- и микронутриентов в более чем 780 объектах торговли (таблица № 1 Приложения).

По результатам проведенного анализа установлено, что в динамике отмечается рост наличия в торговых точках Республики Башкортостан доли пищевой продукции, способствующей устранению дефицита макро- и микронутриентов с 41,50 % в 2019 году до 62,93 % в 2024 году.

По итогам 2024 года в Республике Башкортостан отсутствуют торговые предприятия, в которых удельный вес продукции, способствующей устранению дефицита макро- и микронутриентов составляет более 90 %, в период 2020-2023 гг. данный показатель составил 90,66 % - 94,08 % .

Обеспеченность доступности населения Республики Башкортостан к торговым объектам, реализующим пищевую продукцию, способствующую устранению дефицита макро- и микронутриентов, составляет 97,06 %.

По результатам оценки высокий уровень доступности для населения по ассортименту имеют следующие группы продуктов: курица; колбаса вареная; сосиски; мясные и рыбные консервы; рыба океаническая; йогурт; кефир; молоко; сыр; обогащенная молочная продукция; макаронные изделия; яйцо куриное; специализированная пищевая продукция для питания детей на основе овощей; масло подсолнечное.

К продуктам с отрицательным коэффициентом ассортимента относятся: обогащенные хлеб и хлебобулочные изделия; обогащенная масложировая продукция; обогащенная соковая продукция; специализированная пищевая продукция для питания детей на плодово-ягодной основе; рис; биологически активные добавки к пище.

1.4. Мониторинг качества пищевой продукции.

За период 2019-2024гг. проведен отбор и исследование 1819 проб пищевой продукции по заданным показателям качества и безопасности. По результатам проведенных лабораторных исследований 18,75 % проб не соответствовали по показателям качества и безопасности.

Оценка проводилась по основным видам и группам продукции, включая: хлебные продукты (в том числе обогащенные); фрукты, овощи и продукты их переработки; мясо и мясопродукты; яйца; молоко и молочную продукцию; рыбу и продукты ее переработки; масложировую продукцию (масло оливковое, масло подсолнечное); кондитерские изделия; соль йодированную; БАД к пище. Результаты лабораторных исследований по группам и видам пищевой продукции (таблица № 2 Приложения).

По результатам проведенных исследований установлено, что наибольшее количество нестандартных проб за весь период мониторинга зарегистрировано в группах продукции: кондитерские изделия (39 %), мясо и мясопродукты (30 %), хлебные продукты (26 %), молоко и молочная продукция (17 %), овощи (15 %), рыба и продукты ее переработки (14 %).

1.5. Мониторинг питания детей школьного возраста.

В мониторинге питания большое внимание уделялось изучению факторов риска избыточной массы тела и ожирения у детей школьного возраста. Детально оценивались вопросы организации школьного и внешкольного питания, в том числе структура и режим питания, пищевые привычки и пищевое поведение, продукты и блюда, которым отдается предпочтение детьми, частота потребления отдельных групп продуктов.

Ежегодно в мониторинге, начиная с 2020 года, в Республике Башкортостан принимали участие 50-98 общеобразовательных организаций, в 2019 г. – 701. Всего проинтервьюировано за данный период 10 899 обучающихся и их родителей.

Охват горячим питанием обучающихся всех возрастных групп составил в Республике Башкортостан в 2024 г. – 87,1 %, в том числе по обучающимся 10-

11 классов – 73,6 %, по школьникам 5-9 классов – 78,5 % (по Российской Федерации – 82,8 %, 65,9 % и 71,2 % соответственно).

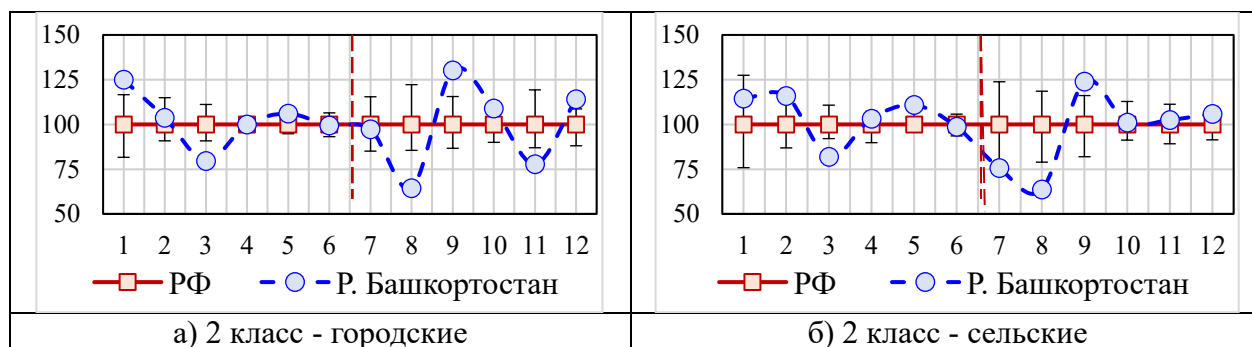
На фоне высоких показателей информированности семей о принципах здорового питания, составивших в Республике Башкортостан 97,0 % (по Российской Федерации – 95,6 %), придерживаются принципов здорового питания всего 86,8 % респондентов (по Российской Федерации 79,2 %).

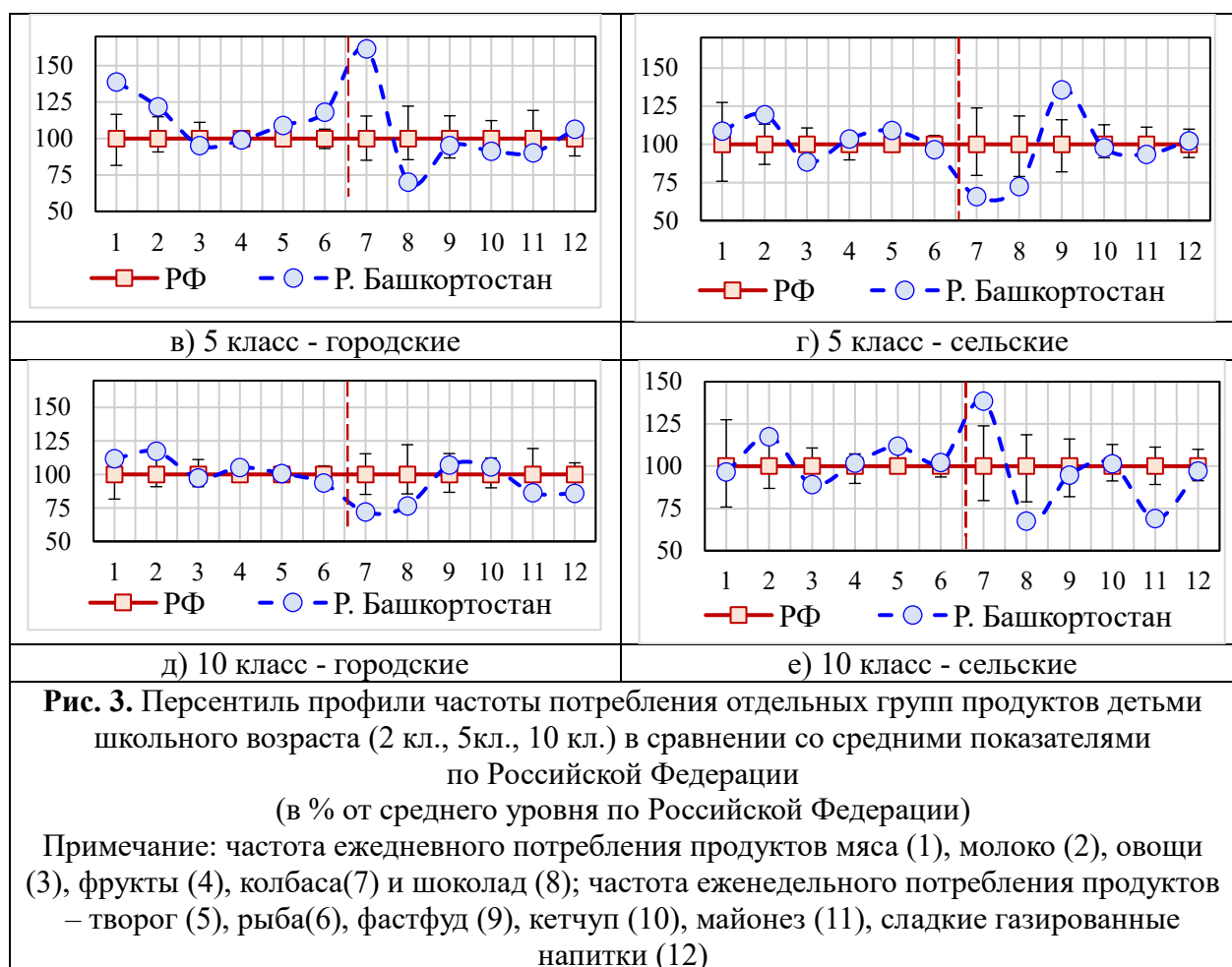
За период реализации проекта (2019-2024 гг.) в Республике Башкортостан удалось: разнообразить ассортимент реализуемых блюд и продуктов основного меню и меню дополнительного питания в 62,5 % школ (по Российской Федерации – в 85,4 %); изменить в лучшую сторону режим работы столовой в 23,2 % школ (по Российской Федерации – в 25,5 %); улучшить условия для приема пищи в 35,7 % школ (по Российской Федерации – в 36,8 %); добиться увеличения показателей охвата организованным горячим питанием обучающихся «5-9 классов» в 37,5 % организаций (по Российской Федерации – в 43,4 %) и «10-11 классов» – в 44,2 % школ (по Российской Федерации – в 36,1 %).

Социологическое исследование показало, что ежедневно не реже 4-х раз в день питаются 63,9 % школьников (по Российской Федерации – 55,8 %); практически всегда съедают полностью порции, выдаваемые в школьной столовой – 66,4 % школьников (по Российской Федерации – 55,1 %); имеют привычку досаливать готовые блюда – 11,3 % школьников (по Российской Федерации – 12,7 %); добавляют в горячие напитки три и более чайных ложек сахара – 6,1 % детей (по Российской Федерации – 15,6 %); стабильно принимают БАДы 42,2 % школьников (по Российской Федерации – 36,0 %). Считают продолжительность перемен для приема пищи достаточной – 75,0 % школьников (по Российской Федерации – 78,4 %).

К числу региональных особенностей питания детей школьного возраста в Республике Башкортостан (в сравнении со средним значениями по Российской Федерации) следует отнести:

- по городским школьникам – большую частоту потребления колбас (обучающимися 2-х и 5-х классов), молока (обучающимися 5-х и 10-х классов),
 - по сельским школьникам – фастфуда (обучающимися 2-х и 5-х классов)
- (рис. 3).





Более 20 % респондентов в ходе анкетирования высказали предложения по улучшению школьного питания в части возможности выбора детьми вариантов меню или отдельных блюд в основном питании, организации питания по типу «шведского стола», увеличения продолжительности перемен для приема пищи до 30 минут, возможности приобретения горячих блюд в дополнительном питании (рис.4).

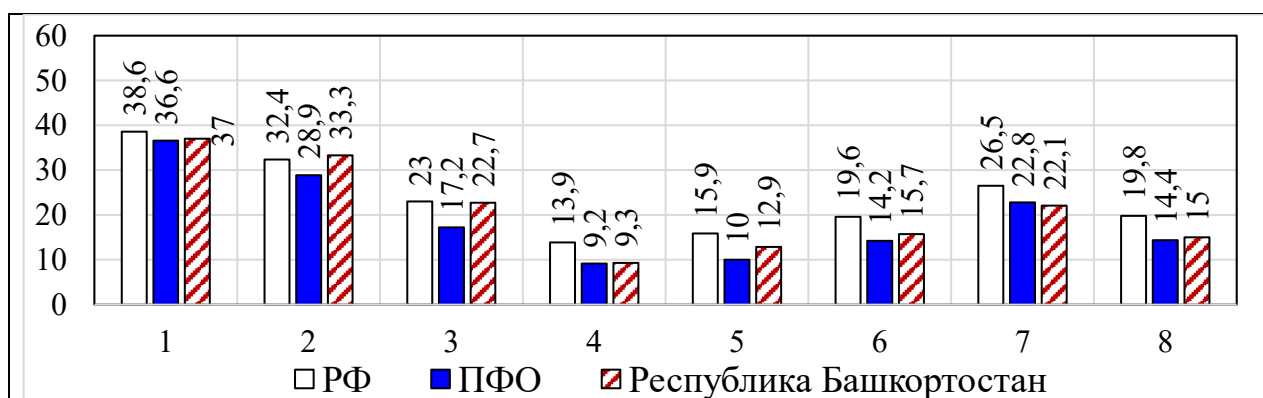


Рис. 4. Удельный вес респондентов, сформулировавших формализованные предложения по улучшению школьного питания (в %)

Примечание:

- 1 – возможность выбора детьми вариантов меню или отдельных блюд в основном питании
2 – «шведский стол»

- 3 – возможность приобретения горячих блюд в дополнительном питании
- 4 – исключение из ассортимента дополнительного питания шоколада и кондитерских изделий
- 5 – введение практики организованной выдачи обучающимся 1-4 классов молока в форме дополнительного питания
- 6 – включение в основное меню горячих напитков без сахара
- 7 – увеличение продолжительности перемен для приема пищи до 30 минут
- 8 – обслуживание детей в столовой до 17.00 часов

В спортивных секциях занимаются 48,4 % обучающихся (по Российской Федерации – 52,4 %), отмечают гиподинамию 32,9 % респондентов (по Российской Федерации – 27,2 %). Дефицит продолжительности ночного сна испытывают 22,9 % школьников (по Российской Федерации – 22,2 %). Проводят ежедневно в учебные дни за просмотром телевизора более 3-х часов 11,2 % детей (по Российской Федерации – 11,4 %) в выходные дни 20,0 % (по Российской Федерации – 26,4 %), 45,0 % детей проводят за смартфоном не менее 3-х часов ежедневно (по Российской Федерации – 46,1 %).

Обучением по просветительским программам «Основы здорового питания», разработанным Роспотребнадзором для детей школьного возраста за период реализации Проекта в целом по Российской Федерации было охвачено более 8 млн. человек, в Республике Башкортостан – более 230 тыс. человек.

2. Рекомендации.

Учитывая особенности заболеваемости населения в Республике Башкортостан, среднелюдишеского потребления пищевых продуктов, доступности для населения основных групп продуктов и обогащенной продукции, а также особенностей, выявленных в ходе мониторинга питания детей школьного возраста, с целью реализации здоровьесберегающего потенциала питания в профилактике нарушений здоровья и увеличения активного трудового долголетия, необходимо:

1. Разработать региональную программу по обеспечению населения рациональным и адекватным питанием включающую:

- меры, направленные на обеспечение физической и экономической доступности для населения качественных и безопасных пищевых продуктов (свежих фруктов, ягод, овощей и бахчевых), способствующих устранению дефицита макро- и микронутриентов (калия, железа, магния, витаминов А, В1, В2, С);

- меры по производству предприятиями региона пищевой продукции с повышенной биологической ценностью, обогащенной макро- и микронутриентами;

- меры по улучшению школьного питания с учетом предложений школьников и их родителей, включая вариативность меню или отдельных блюд в основном питании.

2. Активно использовать информационный ресурс Роспотребнадзора «здоровое-питание.рф» в работе организованных коллективов по формированию приверженности всех контингентов населения Республики Башкортостан здоровому питанию и здоровому образу жизни.

3. Совместно с Роспотребнадзором проработать мероприятия:

- по привлечению производителей и торговых сетей к цветовой маркировке продуктов по типу «Светофор» (с указанием содержания в продуктах сахара, соли и жиров);

- разработать и внедрить в практику образовательные программы по вопросам здорового питания для населения с учетом региональных особенностей.

Показатели доступности пищевой продукции, способствующей устранению дефицита макро- и микронутриентов

Показатель	2019г.	2020г.	2021г.	2022г.	2023г.	2024г.
Доля пищевой продукции, способствующей снижению дефицита макро- и микронутриентов, в торговых предприятиях (%)	41,50	58,40	60,78	61,80	62,64	62,93
Доля торговых предприятий, в которых доля продукции, способствующей снижению дефицита макро- и микронутриентов, составила более 90 % (%)	-	91,44	93,35	94,09	90,66	-
Доля торговых предприятий, в которых доля продукции, способствующей снижению дефицита макро - и микронутриентов, составила менее 50 % (%)	-	33,69	26,33	25,39	29,14	32,27
Доля торговых предприятий, в которых доля продукции составила менее 10 % (%)	-	4,80	5,73	6,47	4,97	4,74
Доля обогащенной пищевой продукции, имеющейся в наличии в торговых предприятиях (%)	10,80	23,6	19,52	35,30	37,02	33,61

**Результаты лабораторных исследований по группам и видам пищевой
продукции**

Виды продукции	2019	2020	2021	2022	2023	2024	ИТОГО	Наименования выявленных показателей
Биологически активные добавки к пище (БАД)	20/0 (0%)	20/1 (5%)	4/0 (0%)	—	—	—	44/1 (2%)	содержание продуктов перекисного окисления липидов
Сладкие газированные напитки	—	—	—	5/0 (0%)	—	—	5/0 (0%)	
Масложировая продукция	10/0 (0%)	20/1 (5%)	8/0 (0%)	8/0 (0%)	2/0 (0%)	2/0 (0%)	50/1 (2%)	
Молоко и молочная продукция	208/48 (23%)	190/21 (11%)	63/20 (32%)	35/5 (14%)	22/1 (5%)	27/5 (18%)	545/90 (17%)	массовая доля жира, массовая доля белка, углеводы, энергетическая ценность, массовая доля золы, массовая доля влаги, витамины: А, В2; микроэлементы: натрий, калий, кальций; жирнокислотный состав, фитостерины, дрожжи, титруемая кислотность, микробная трансклятаминаза
Мясо и мясопродукты	109/29 (27%)	70/48 (69%)	55/3 (5%)	30/6 (20%)	16/0 (0%)	26/5 (19%)	306/91 (30%)	массовая доля жира, массовая доля белка, углеводы, энергетическая ценность, массовая доля влаги, консерванты, микроэлементы: натрий; пищевые добавки
Овощи	15/0 (0%)	15/5 (33%)	—	18/0 (0%)	5/0 (0%)	6/4 (67%)	59/9 (15%)	микроэлементы: железо, калий
Рыба и продукты ее переработки	50/5 (10%)	33/12 (36%)	25/3 (12%)	18/0 (0%)	10/0 (0%)	20/2 (10%)	156/22 (14%)	массовая доля жира, массовая доля белка, энергетическая ценность, качество рыбной продукции, масса ледяной глазури, СТМ: свинец

Виды продукции	2019	2020	2021	2022	2023	2024	<i>ИТОГО</i>	Наименования выявленных показателей
Сахар и кондитерские изделия	29/14 (48%)	20/12 (60%)	10/2 (20%)	10/3 (30%)	6/1 (17%)	12/2 (17%)	<i>87/34 (39%)</i>	массовая доля жира, массовая доля белка, витамины: А, В1, В3, В6, В12, С, Е; микроэлементы: йод, натрий; жирнокислотный состав
Соль	10/0 (0%)	10/0 (0%)	5/0 (0%)	—	2/0 (0%)	1/0 (0%)	<i>28/0 (0%)</i>	
Фрукты и продукты их переработки	75/3 (4%)	55/2 (4%)	23/2 (9%)	16/4 (25%)	6/0 (0%)	8/1 (13%)	<i>183/12 (7%)</i>	массовая доля сахарозы, массовая доля сухих веществ, консерванты, красители, витамин С, микроэлементы: натрий; пищевые добавки, глюкоза, фруктоза
Хлебные продукты (хлеб и макаронные изделия, мука, крупа и бобовые)	75/23 (31%)	85/9 (8%)	50/0 (0%)	50/38 (76%)	21/1 (5%)	30/10 (33%)	<i>311/81 (26%)</i>	массовая доля жира, массовая доля белка, углеводы, энергетическая ценность, массовая доля золы, микроэлементы: натрий, калий
Яйца и яйцепродукты	15/0 (0%)	15/0 (0%)	3/0 (0%)	3/0 (0%)	3/0 (0%)	6/0 (0%)	<i>45/0 (0%)</i>	