

О совершенствовании организации лечебного (диетического) питания детей с целиакией

ПЯТНИЦА, 13 ИЮЛЯ 2012 Г.

Приказ Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 13.07.2012 N 801

В соответствии с Планом мероприятий по комплексному улучшению условий жизнедеятельности пациентов с целиакией, утвержденным 15 марта 2012 г. заместителем Премьер-министра Республики Беларусь, и на основании Положения о Министерстве здравоохранения Республики Беларусь, утвержденного постановлением Совета Министров Республики Беларусь от 28 октября 2011 г. N 1446 "О некоторых вопросах Министерства здравоохранения и мерах по реализации Указа Президента Республики Беларусь от 11 августа 2011 г. N 360", ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить Методические рекомендации по питанию детей с целиакией и другими формами непереносимости глютенсодержащих злаков (далее - Методические рекомендации) согласно приложению.
2. Начальникам управлений здравоохранения облисполкомов, председателю комитета по здравоохранению Мингорисполкома, руководителям организаций республиканского подчинения организовать:
лечебное (диетическое) питание детей с целиакией и другими формами непереносимости глютенсодержащих злаков в соответствии Методическими рекомендациями;
организационно-методическое руководство по организации лечебного (диетического) питания детей с целиакией и другими формами непереносимости глютенсодержащих злаков в организованных детских коллективах.
3. Контроль за выполнением приказа возложить на первого заместителя Министра Пиневиича Д.Л.

Министр

В.И.Жарко

Приложение к приказу Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 13.07.2012 N 801

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПИТАНИЮ ДЕТЕЙ С ЦЕЛИАКИЕЙ И ДРУГИМИ ФОРМАМИ НЕПЕРЕНОСИМОСТИ ГЛЮТЕНСОДЕРЖАЩИХ ЗЛАКОВ

1. Методические рекомендации по питанию детей с целиакией и другими формами непереносимости глютенсодержащих злаков (далее - Методические рекомендации) разработаны в соответствии с Планом мероприятий по комплексному улучшению условий жизнедеятельности пациентов с целиакией, утвержденным 15 марта 2012 г. заместителем Премьер-министра Республики Беларусь, и предназначены для индивидуального использования пациентами и использования в организованных коллективах для обеспечения лечебным (диетическим) питанием детей с целиакией и другими клиническими формами пищевой непереносимости глютенсодержащих злаков (пищевая аллергия, обусловленная сенсibilизацией к глютену, герпетиформный дерматит и др.).

2. Целиакия (глютеновая болезнь) у детей и подростков требует создания условий для пожизненного соблюдения безглютеновой (аглиадиновой) диеты, при соблюдении которой возможно восстановление структуры кишечника и регресс клинических проявлений. Категорически запрещен для пациентов с целиакией прием даже малых доз (100 мг) глютена.

3. Целью подготовки Методических рекомендаций является определение принципов **безглютеновой диеты**, направленной на восстановление морфологической структуры и функции тонкого кишечника, обеспечение пациента полноценным питанием, восстановление его нутритивного статуса, исключение возможного токсичного и антигенного воздействия глютена на организм, предупреждение развития иммунопатологических кишечных и внекишечных проявлений заболевания.

4. Основным принципом безглютеновой диеты является исключение из рациона питания всех злаков, содержащих глютен, а также продукты, которые могут их содержать.

В соответствии с международным стандартом CODEX STAN 118-1979 Объединенного комитета экспертов ФАО/ВОЗ комиссии Кодекс Алиментариус в отношении специальных диетических пищевых продуктов, предназначенных для людей, страдающих непереносимостью глютена (в редакции 2008 г.), а также в соответствии с Директивой ЕС от 20 января 2009 г. N 41/2009, относительно состава и маркировки пищевых продуктов, предназначенных для людей, страдающих непереносимостью глютена, - продукты с пониженным содержанием глютена могут содержать 20 - 100 мг/кг глютена, а продукты питания, полученные только из безглютенового сырья, не должны содержать более чем 20 мг/кг глютена.

5. Отсутствие глютена на безглютеновых изделиях обозначается международным логотипом - перечеркнутым колосом. Как безглютеновые ("gluten-free") могут маркироваться продукты, в которых содержание глютена составляет не более 20 мг/кг.

6. К **запрещенным зерновым продуктам** относятся пшеница, рожь, ячмень и овес, в том числе сорта пшеницы - дурум (твердая пшеница), полба, спельта, айнкорн (в английской транскрипции - spelta, Polish wheat, einkorn, small spelt),: тритикале; крупы, произведенные из пшеницы (манная крупа - semolina, булгур, кус-кус), из ячменя (ячневая или перловая), из овса (овсяная, "Геркулес", толокно).

Ограничиваются или исключаются сильные стимуляторы пищеварительной секреции, желчеотделения, моторной активности кишечника, продукты и блюда, усиливающие процессы брожения и гниения в кишечнике.

В качестве полноценной замены глютенсодержащих продуктов используются нетоксичные при целиакии злаковые: рис, гречиха, кукуруза, пшено. Безопасными являются также мука и крахмалы, приготовленные из картофеля, тапиоки, маниоки, батата, бобов, гороха, сои, различных орехов.

При составлении безглютеновой диеты необходимо учитывать присутствие "скрытого" глютена, в том числе в мясных, колбасных, кисломолочных, кондитерских изделиях, овощных, рыбных, фруктовых консервах, приправах, лекарствах, косметических изделиях и т.д.

7. Режим питания - прием пищи 5 - 6 раз в сутки.

8. Рацион пациента зависит от возраста, тяжести состояния и периода заболевания и формируется на основе физиологических норм основных пищевых веществ и энергии:

углеводный компонент составляется за счет переносимых круп, картофеля, бобовых, овощей, фруктов, ягод;

белковый и жировой - за счет мяса, яиц, рыбы, молочных продуктов, растительного и сливочного масла.

При сопутствующей пищевой интолерантности, в том числе пищевой аллергии, ассортимент продуктов и блюд может меняться в зависимости от индивидуальной переносимости ребенка.

Сроки назначения безглютеновой диеты с пищевой аллергией к глютену индивидуальны.

9. При организации питания детей с целиакией и другими формами непереносимости глютенсодержащих злаков все блюда готовятся на пару или отвариваются, запекаются, в зависимости от возраста ребенка - пюрируются или измельчаются. В качестве загустителей используются мука (рисовая, кукурузная или гречневая) и крахмалы (картофельный, рисовый, кукурузный). Температура блюд может колебаться в пределах 20 - 60 °С.

10. Рекомендуются продукты и блюда:

- супы вегетарианские или на слабом бульоне (мясном, курином, рыбном) из различных овощей и безглютеновых круп;
- каши (рисовая, кукурузная, гречневая, пшенная);
- безглютеновые макаронные изделия;
- молочные и кисломолочные продукты: кефир, биокефир, творог, сыр, сметана (в блюдах), цельное молоко (в блюдах), по показаниям в активную стадию заболевания исключаются молочные продукты и блюда с высоким содержанием лактозы;
- яйца, сваренные "вкрутую", и в виде парового омлета;
- мясо, птица и рыба в отварном, тушеном и запеченном виде;
- овощи отварные, запеченные, тушеные и в сыром виде, фрукты и ягоды спелые, сладких сортов, сырые или после тепловой обработки, сухофрукты;
- плодоовощные соки, фруктовые кисели, некрепкий чай, какао с молоком;
- безглютеновые заменители хлеба;
- масло сливочное и растительное (в составе блюд);
- безглютеновые кондитерские изделия.

11. Исключаются:

глютенсодержащие продукты: пшеница, рожь, ячмень, овес и их производные (крупа, мука, крахмалы, хлеб, выпечка, макаронные и кондитерские изделия); продукты промышленного производства, содержащие "скрытый глютен" (крепкие бульоны, жареные, жирные и острые блюда, грибы, орехи, жилистое мясо, кожа птицы, тугоплавкие животные жиры, маргарины, соусы, копчености, пряности, соленья, маринады, кофе, шоколад, мороженое).

12. Для организации строгой безглютеновой диеты также важным является исключение перекрестной контаминации продуктов, для предупреждения которой рекомендуется соблюдать следующие правила:

для приготовления блюд безглютеновой диеты на пищевом блоке должны быть отдельно промаркированные и используемые только для данной цели кухонная посуда и инвентарь;

перед приготовлением блюд базовой безглютеновой диеты необходимо тщательно вымыть руки, если до этого использовались глютенсодержащие продукты;

непосредственно перед приготовлением блюд базовой безглютеновой диеты необходимо тщательно протереть стол, чтобы на нем не осталось крошек, муки и других продуктов, содержащих глютен;

приготовленные блюда безглютеновой диеты должны быть тщательно упакованы (накрыты, завернуты и др.), чтобы предотвратить оседание на них обычной муки и других глютенсодержащих компонентов в процессе последующего приготовления обычных блюд;

отпуск готового питания для указанного контингента пациентов производится в специально выделенные и промаркированные емкости;

пациенты с целиакией или другими формами пищевой непереносимости глютенсодержащих злаков должны иметь отдельные столовые приборы с соответствующей маркировкой, мытье которых осуществляется отдельно от другой столовой посуды.

13. Утвержденные Методическими рекомендациями нормы среднесуточного набора продуктов питания для одного ребенка с целиакией и другими формами непереносимости глютенсодержащих злаков согласно приложению 1 и примерное 7-

дневное меню базовой безглютеновой диеты согласно приложению 2 рекомендованы для использования в организованных детских коллективах различных типов - учреждения дошкольного и школьного образования, интернатные учреждения, санаторно-курортные и оздоровительные учреждения, другие учреждения, в которых находятся дети с целиакией и другими формами непереносимости глютенсодержащих злаков.

Приложение 1 к Методическим рекомендациям по питанию детей с целиакией и другими формами непереносимости глютенсодержащих злаков

НОРМЫ СРЕДНЕСУТОЧНОГО НАБОРА ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ ДЛЯ ОДНОГО РЕБЕНКА С ЦЕЛИАКИЕЙ И ДРУГИМИ ФОРМАМИ НЕПЕРЕНОСИМОСТИ ГЛЮТЕНСОДЕРЖАЩИХ ЗЛАКОВ <1> (БРУТТО, ГРАММЫ)

N	Дети от	Дети от	Дети от	Дети от	
п/п	Наименование продуктов питания	14 до	7 до 14	4 до 7	1 года
		18 лет	лет	лет	до 4 лет
1	Хлеб безглютеновый	250	200	150	100
2	Мука (картофельная, рисовая,	105	90	70	50
	гречневая, кукурузная) <2>,				
	макаронные изделия				
	безглютеновые, крупы (рис,				
	гречка, кукуруза, пшено),				
	бобовые (горох, фасоль)				

3	Картофель	350	350	300	200

4	Овощи, зелень	400	350	300	250

5	Фрукты свежие	250	200	200	200

6	Сухофрукты	20	20	15	10

7	Соки фруктовые, овощные <3>	250	200	200	200

8	Мясо (говядина 1-й категории,	200	180	150	120
	свинина мясная, баранина,				
	птица)				

9	Колбасные изделия безглютеновые	10	10	10	10
	<4>				

10	Рыба полуфабрикат	60	50	50	40

11	Яйцо (штук)	1	1	1	0,5

12	Сыр	10	10	5	5

13 Творог	50	50	50	30	

14 Молоко, кефир, йогурт	500	500	500	500	

15 Сметана	20	20	20	15	

16 Масло сливочное	45	45	40	30	

17 Масло растительное	20	20	10	5	

18 Сахар, варенье	55	55	55	45	

19 Чай	2	1	1	0,5	

20 Кофе, какао	2	2	2	2	

21 Соль	8	6	5	5	

22 Специи <5>	0,04	0,03	0,02	0,01	

23 Дрожжи	1	1	1	1	

24 Кондитерские изделия	50	50	40	30	

		промышленного производства									
		безглютеновые									
		Аскорбиновая кислота		0,070		0,060		0,050		0,045	
		Химический состав (без учета тепловой обработки) <6>									
		Белок, г		105,7		95,2		80,4		62,1	
		Жир, г		107,8		96,2		85,1		65,7	
		Углеводы, г		390,1		337,9		280,2		197,8	
		Энергетическая ценность (ккал)		3140,5		2405,4		2195,6		1630,1	

Примечание:

<1> При пищевой непереносимости продукты набора используются индивидуально.

<2> Мука (рисовая, гречневая, кукурузная, картофельная или готовые смеси на их основе) используется при приготовлении блюд вместо муки пшеничной и при выпечке.

<3> Допускается при фасовке сока в пакетах "тетрапак" от 0,2 до 0,25 л выдавать поштучно - 1 пакет на ребенка.

<4> Колбасные изделия безглютеновые могут включаться в меню при наличии их у производителей или поставщиков.

<5> Сушеные петрушка, укроп, сухой лавровый лист (исключаются приправы промышленного производства).

<6> Химический состав набора может изменяться в зависимости от сортности и вида используемых продуктов.

Приложение 2 к Методическим рекомендациям по питанию детей с целиакией и другими формами непереносимости глютеносодержащих злаков

ПРИМЕРНОЕ 7-ДНЕВНОЕ МЕНЮ БАЗОВОЙ БЕЗГЛЮТЕНОВОЙ ДИЕТЫ

1-й день

Наименование блюда	Объем порций (г, мл)			
	14 - 18 лет	7 - 14 лет	4 - 7 лет	1 - 4 года
Завтрак				
Каша рисовая молочная	200	200	150	150
Сыр	20	20	10	10
Какао с молоком	150	150	150	150
Масло сливочное	20	20	10	10
2-й завтрак				
Сок фруктовый	250	200	200	200

|Обед

|Салат из овощей с 100 100 50 50

|растительным маслом

|Щи из свежей капусты 400 300 200 200

|Каша гречневая 200 200 150 150

|Мясо отварное 100 100 75 50

|Компот из сухофруктов 200 200 150 100

|Фрукты свежие 250 200 200 200

|Полдник

|Йогурт натуральный 150 150 150 150

|Кондитерские изделия

|промышленного 50 50 40 30

производства					
безглютеновые					

Ужин					

Овощи порционные	150	150	100	50	

Рыба (филе) припущенная	100	100	75	50	

Картофельное пюре	200	200	150	150	

Чай с сахаром	200	200	200	150	

На ночь					

Кефир	200	200	200	150	

Хлеб безглютеновый на	250	200	150	100	

весь день					

2-й день

Наименование блюд	Объемы порций (г, мл)			
	14 - 18 лет	7 - 14 лет	4 - 7 лет	1 - 4 года
Завтрак				
Каша кукурузная молочная	200	200	150	150
Омлет натуральный	105	105	105	53
Чай с сахаром	200	200	200	150
Масло сливочное	20	20	10	10
2-й завтрак				
Сок фруктовый	250	200	200	200
Обед				
Салат из овощей с растительным маслом	100	100	50	50

("Розовый")					

Рассольник	400/10	300/10	200/5	200/5	

"Ленинградский" с рисом					

Каша гречневая	200	200	150	150	

Гуляш из отварного мяса	75/75	75/75	50/50	-	

(без муки, томата)					

Мясо отварное (протертое)	-	-	-	50	

Напиток из сухофруктов	200	200	150	100	

Фрукты свежие	250	200	200	200	

Полдник					

Йогурт натуральный	150	150	150	150	

Кондитерские изделия	50	50	40	30	

промышленного					

производства					

безглютеновые					

Ужин					

Тефтели мясные с рисом	100	100	75	50	

Рагу из овощей	250	250	250	125	

Чай с сахаром	200	200	200	150	

На ночь					

Кефир	200	200	200	150	

Хлеб безглютеновый на	250	200	150	100	

весь день					

3-й день

-------	--	--	--	--	--

Наименование блюд	Объемы порций (г, мл)			
	14 - 18 лет	7 - 14 лет	4 - 7 лет	1 - 4 года
Завтрак				
Запеканка рисовая с	200/20	200/20	200/20	200/10
творогом и сметаной				
Какао с молоком	150	150	150	150
Масло сливочное	20	20	10	10
2-й завтрак				
Сок фруктовый	250	200	200	200
Обед				
Салат из овощей с	100	100	100	50
растительным маслом				
Борщ из свежей капусты	400/10	300/10	200/5	200/5

с картофелем					
--------------	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--

Каша пшенная	200	200	150	150	
--------------	-----	-----	-----	-----	--

--	--	--	--	--	--

Цыплята отварные	100	100	75	50	
------------------	-----	-----	----	----	--

--	--	--	--	--	--

Компот из сухофруктов	200	200	150	100	
-----------------------	-----	-----	-----	-----	--

--	--	--	--	--	--

Фрукты свежие	250	200	200	200	
---------------	-----	-----	-----	-----	--

--	--	--	--	--	--

Полдник					
---------	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--

Йогурт натуральный	150	150	150	150	
--------------------	-----	-----	-----	-----	--

--	--	--	--	--	--

Кондитерские изделия	50	50	40	30	
----------------------	----	----	----	----	--

промышленного					
---------------	--	--	--	--	--

производства					
--------------	--	--	--	--	--

безглютеновые					
---------------	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--

Ужин					
------	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--

Овощи порционные	150	150	100	50	
------------------	-----	-----	-----	----	--

--	--	--	--	--	--

Рыба (филе) припущенная	100	100	75	50
Пюре картофельное	200	200	150	150
Чай с сахаром	200	200	200	150
На ночь				
Кефир	200	200	200	150
Хлеб безглютеновый на	250	200	150	100
весь день				

4-й день

Объемы порций (г, мл)				
Наименование блюд	14 - 18 лет	7 - 14 лет	4 - 7 лет	1 - 4 года
Завтрак				

Каша гречневая молочная	200	200	150	150	
-------------------------	-----	-----	-----	-----	--

Сыр	20	20	10	10	
-----	----	----	----	----	--

Чай с сахаром	200	200	200	150	
---------------	-----	-----	-----	-----	--

Масло сливочное	20	20	10	10	
-----------------	----	----	----	----	--

2-й завтрак					
-------------	--	--	--	--	--

Сок фруктовый	250	200	200	200	
---------------	-----	-----	-----	-----	--

Обед					
------	--	--	--	--	--

Салат из овощей с	100	100	50	50	
-------------------	-----	-----	----	----	--

растительным маслом					
---------------------	--	--	--	--	--

Суп из овощей	400/10	300/10	200/5	200/5	
---------------	--------	--------	-------	-------	--

Картофельное пюре	200	200	150	150	
-------------------	-----	-----	-----	-----	--

Кнели из говядины с рисом	100	100	75	50	
---------------------------	-----	-----	----	----	--

Напиток из сухофруктов	200	200	150	100	
------------------------	-----	-----	-----	-----	--

Фрукты свежие	250	200	200	200	
---------------	-----	-----	-----	-----	--

Полдник					
---------	--	--	--	--	--

Йогурт натуральный	150	150	150	150	
--------------------	-----	-----	-----	-----	--

Кондитерские изделия	50	50	40	30	
----------------------	----	----	----	----	--

промышленного					
---------------	--	--	--	--	--

производства					
--------------	--	--	--	--	--

безглютеновые					
---------------	--	--	--	--	--

Ужин					
------	--	--	--	--	--

Овощи порционные	150	150	100	50	
------------------	-----	-----	-----	----	--

Мясо отварное	100	100	75	50	
---------------	-----	-----	----	----	--

Каша рисовая	200	200	150	150	
--------------	-----	-----	-----	-----	--

Чай с сахаром	200	200	200	150	
---------------	-----	-----	-----	-----	--

На ночь				
Кефир	200	200	200	150
Хлеб безглютеновый на	250	200	150	100
весь день				

5-й день

Наименование блюд	Объемы порций (г, мл)			
	14 - 18 лет	7 - 14 лет	4 - 7 лет	1 - 4 года
Завтрак				
Каша кукурузная молочная	200	200	150	150
Омлет с сыром	110	110	110	55
Какао с молоком	150	150	150	150

Масло сливочное	20	20	10	10
-----------------	----	----	----	----

2-й завтрак				
-------------	--	--	--	--

Сок фруктовый	250	200	200	200
---------------	-----	-----	-----	-----

Обед				
------	--	--	--	--

Салат из овощей с	100	100	50	50
-------------------	-----	-----	----	----

растительным маслом				
---------------------	--	--	--	--

Суп картофельный с крупой	400	300	200	200
---------------------------	-----	-----	-----	-----

рисовой				
---------	--	--	--	--

Каша гречневая	200	200	150	150
----------------	-----	-----	-----	-----

Цыплята отварные	100	100	75	50
------------------	-----	-----	----	----

Компот из сухофруктов	200	200	150	100
-----------------------	-----	-----	-----	-----

Фрукты свежие	250	200	200	200
---------------	-----	-----	-----	-----

Полдник				
---------	--	--	--	--

Творог со сметаной и	150/20/10	150/20/10	150/20/10	75/10/5	
сахаром					
Кондитерские изделия	50	50	40	30	
промышленного					
производства					
безглютеновые					
Ужин					
Овощи порционные	150	150	100	50	
Рыба (филе) припущенная	100	100	75	50	
Картофельное пюре	200	200	150	150	
Чай с сахаром	200	200	200	150	
На ночь					
Кефир	200	200	200	150	

Хлеб безглютеновый на	250	200	150	100	
весь день					

6-й день

Объемы порций (г, мл)					
Наименование блюд	14 - 18 лет	7 - 14 лет	4 - 7 лет	1 - 4 года	
Завтрак					
Каша рисовая	200	200	150	150	
Сыр	20	20	10	10	
Чай с сахаром	200	200	200	150	
Масло сливочное	20	20	10	10	
2-й завтрак					

Сок фруктовый	250	200	200	200	

Обед					

Овощи порционные	150	150	100	50	

Суп крестьянский с	400/10	300/10	200/5	200/5	
пшеном					

Макароны изделия	200	200	100	100	
безглютеновые отварные					

Мясо отварное	100	100	75	50	

Компот из сухофруктов	200	200	150	100	

Фрукты свежие	250	200	200	200	

Полдник					

Йогурт натуральный	150	150	150	150	

Кондитерские изделия	50	50	40	30	

промышленного					
производства					
безглютеновые					

Ужин					

Салат из овощей с	100	100	100	50	
маслом растительным					

Цыплята отварные	100	100	75	75	

Картофельное пюре	200	200	200	150	

Чай с сахаром	200	200	200	150	

На ночь					

Кефир	200	200	200	150	

Хлеб безглютеновый на	250	200	150	100	
весь день					

7-й день

Объемы порций (г, мл)				
Наименование блюд	14 - 18 лет	7 - 14 лет	4 - 7 лет	1 - 4 года
Завтрак				
Каша пшеничная молочная	200	200	150	150
Омлет натуральный	105	105	105	53
Какао с молоком	150	150	150	150
Масло сливочное	20	20	10	10
2-й завтрак				
Сок фруктовый	250	200	200	200
Обед				
Салат из овощей с	100	100	50	50

растительным маслом					

Суп картофельный с	400	300	200	200	
фасолью					

Плов из отварной	250	250	250	125	
говядины					

Компот из сухофруктов	200	200	150	100	

Фрукты свежие	250	200	200	200	

Полдник					

Творог со сметаной и	150/20/10	150/20/10	150/20/10	75/10/5	
сахаром					

Кондитерские изделия	50	50	40	30	
промышленного					
производства					
безглютеновые					

Ужин					

Голубцы с рисом и мясом	216/50	216/50	216/50	108/25
со сметаной				
Чай с сахаром	200	200	200	150
На ночь				
Кефир	200	200	200	150
Хлеб безглютеновый на	250	200	150	100
весь день				

ПРИМЕЧАНИЕ:

1. В предлагаемом меню возможен перенос блюд по приемам пищи и дням недели с учетом действующих примерных сезонных семидневных меню.
2. Замена блюд меню базовой безглютеновой диеты для детей с целиакией и другими формами непереносимости глютенсодержащих злаков при неисправности торгово-технологического оборудования или недопоставки пищевого продукта проводится по согласованию с медицинским работником.