

СОДЕРЖАНИЕ

Список сокращений и условных обозначений	8
Предисловие	9
Введение	11

РАЗДЕЛ 1. РАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ. ОЦЕНКА СОСТОЯНИЯ ПИТАНИЯ

14

1.1. Пищевые вещества и гигиенические проблемы их дисбаланса в питании	18
1.1.1. Анализ и коррекция белковой сбалансированности рациона	18
1.1.2. Анализ и коррекция сбалансированности жиров в рационе	28
1.1.3. Анализ и коррекция сбалансированности углеводов и пищевых волокон в рационе	38
1.1.4. Анализ и коррекция сбалансированности витаминного состава рациона	48
1.1.5. Анализ и коррекция сбалансированности минеральных веществ в рационе	56
1.2. Методика оценки и коррекции состояния питания	64
1.2.1. Анализ фактического питания методами воспроизведения	65
1.2.2. Освоение методики изучения пищевого статуса	75
1.2.3. Освоение методики сбора пищевого анамнеза, анализа и коррекции состояния питания	81
1.2.4. Решение ситуационных задач	87
1.2.5. Контрольная работа	93

РАЗДЕЛ 2. ГИГИЕНИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ ПИТАНИЯ РАЗЛИЧНЫХ ГРУПП НАСЕЛЕНИЯ

94

2.1. Гигиенический контроль организованного питания детей	96
2.1.1. Основная цель занятия	96
2.1.2. Алгоритм самостоятельной работы на практическом занятии	96
2.1.3. Контрольные задания	96



2.1.4. Примерные темы презентации	97
2.1.5. Задания к ситуационным задачам	97
2.1.6. Ситуационные задачи	98
2.2. Гигиенический контроль состояния и организации питания населения в условиях радиоактивной нагрузки	108
2.2.1. Основная цель занятия	108
2.2.2. Алгоритм самостоятельной работы на практическом занятии	109
2.2.3. Контрольные задания	109
2.2.4. Примерные темы презентации	110
2.2.5. Задания для выполнения в малых группах	110
2.2.6. Задания к ситуационным задачам	111
2.2.7. Ситуационные задачи	112

РАЗДЕЛ 3. ПРОФИЛАКТИКА АЛИМЕНТАРНО-ЗАВИСИМЫХ НЕИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

122

3.1. Содержание обучения	123
3.2. Основная цель занятия	123
3.3. Алгоритм самостоятельной работы на практическом занятии	123
3.4. Контрольные задания	123
3.5. Примерные темы для презентаций	124
3.6. Задания к ситуационным задачам	125
3.7. Ситуационные задачи	126

РАЗДЕЛ 4. ГОСУДАРСТВЕННЫЙ САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЙ НАДЗОР ЗА ПИЩЕВЫМИ ОБЪЕКТАМИ

138

4.1. Гигиеническая оценка планировочных решений и технологий производственного процесса на пищевом объекте	141
4.1.1. Основная цель занятия	141
4.1.2. Алгоритм работы на практическом занятии	142
4.1.3. Контрольные задания	142
4.1.4. Дистанционная оценка соответствия пищевого объекта обязательным требованиям	142



4.2. Госсанэпиднадзор за производством и оборотом пищевой продукции в организациях общественного питания	144
4.2.1. Основная цель занятия	144
4.2.2. Алгоритм работы на практическом занятии	144
4.2.3. Контрольные задания	145
4.3. Госсанэпиднадзор за оборотом пищевой продукции в организациях продовольственной торговли	146
4.3.1. Основная цель занятия	146
4.3.2. Алгоритм работы на практическом занятии	146
4.3.3. Контрольные задания	146
4.3.4. Задания к ситуационным задачам	147
4.3.5. Ситуационные задачи	147
4.4. Критические контрольные точки отдельных пищевых производств	151
4.4.1. Основная цель занятия	151
4.4.2. Алгоритм работы на практическом занятии	151
4.4.3. Контрольные задания	152
4.4.4. Примерные темы презентации	153

РАЗДЕЛ 5. ГИГИЕНИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ КАЧЕСТВА ПИЩЕВОЙ ПРОДУКЦИИ. ОЦЕНКА ПИЩЕВОЙ ЦЕННОСТИ И БЕЗОПАСНОСТИ

154

5.1. Гигиенический контроль качества молока и молочных продуктов	158
5.1.1. Основная цель занятия	158
5.1.2. Контрольные задания	159
5.1.3. Задания к ситуационным задачам	160
5.1.4. Ситуационные задачи	160
5.2. Гигиенический контроль качества мяса и мясопродуктов	167
5.2.1. Основная цель занятия	167
5.2.2. Контрольные задания	167
5.2.3. Задания к ситуационным задачам	168
5.2.4. Ситуационные задачи	168
5.3. Гигиенический контроль качества рыбы и морепродуктов	175
5.3.1. Основная цель занятия	175
5.3.2. Контрольные задания	176
5.3.3. Задания к ситуационным задачам	176
5.3.4. Ситуационные задачи	177



5.4. Гигиенический контроль качества растительных продуктов	184
5.4.1. Основная цель занятия	184
5.4.2. Контрольные задания	184
5.4.3. Задания к ситуационным задачам	186
5.4.4. Ситуационные задачи	186
РАЗДЕЛ 6. ПРОФИЛАКТИКА ПИЩЕВЫХ ОТРАВЛЕНИЙ	192
6.1. Содержание обучения	195
6.2. Основная цель занятия	197
6.3. Алгоритм работы на практическом занятии	197
6.4. Контрольные задания	197
6.5. Примерные темы презентаций	198
6.6. Задания к ситуационным задачам	199
6.7. Ситуационные задачи	199
ПРИЛОЖЕНИЯ	208
Приложение 1. Индикаторные параметры пищевого статуса взрослого здорового человека	208
Приложение 2. Содержание нутриентов в основных группах пищевых продуктов	210
Приложение 3. Приказ Главного государственного санитарного врача СССР № 6024-91 от 21 октября 1991 г. (выдержка)	211
Приложение 4	213
Приложение 4.1. Пример решения ситуационной задачи по теме «Государственный санитарно-эпидемиологический надзор за пищевыми объектами»	213
Приложение 4.2. Пример решения ситуационной задачи по теме «Гигиенический контроль качества пищевой продукции. Оценка пищевой ценности и безопасности»	215
Приложение 5	219
Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации (методические рекомендации МР 2.3.1.2432-08)	219
Социально-демографические группы населения Российской Федерации	223





Содержание	7
Нормируемые показатели	226
Минорные и биологически активные вещества пищи с установленным физиологическим действием	241
Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения	245
Список литературы, законодательной и нормативно-технической документации	254
Учебники, руководства, справочная информация	254
Федеральные законы	254
Рациональное питание	254
Питание детей в организованных коллективах	255
Лечебное (диетическое) и лечебно-профилактическое питание	255
Продовольственное сырье и пищевые продукты	256
Упаковка и другие виды продукции, контактирующие с пищевыми продуктами	257
Пищевые объекты	257
Пищевые отравления	258
Госсанэпиднадзор в области гигиены питания. Гигиеническое нормирование	258
Оценка риска. Социально-гигиенический мониторинг	259
Международные информационные ресурсы по вопросам питания	260
Предметный указатель	261