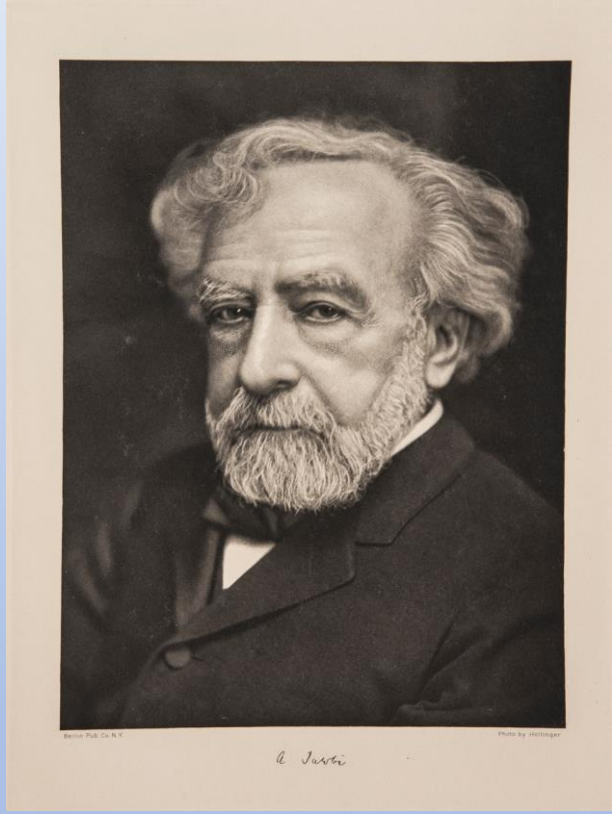
ФГБОУ ВО
«ДОНЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ М. ГОРЬКОГО»
Минздрава России
Кафедра пропедевтики педиатрии

«Ни об одном вопросе не трактовали так много с такой страстью…»

Заведующий кафедрой пропедевтики педиатрии, доцент
Кривущев Борис Исаевич

«Ни об одном вопросе не трактовали так много с такой страстью, а иногда и с такой злобой, как о вскармливании детей.» (стр. 446)



1898 г.

ТЕРАПІЯ

ДѢТСКАГО ВОЗРАСТА

А. Якоби,

профессора медицинскаго факультета Нью-Іоркскаго Университета (Columbia University) по каѳедрѣ дѣтскихъ болѣзней, предсѣдателя Общества Американскихъ врачей, бывшаго предсѣдателя Нью-Іоркской Медицинской Академіи, Общества врачей Нью-Іоркскаго госпиталя и т. д.

Переводъ съ англійскаго съ изданія 1897 года д-ра А. В. Лазарева.

подъ редакціей В. Е. ЧЕРНОВА.

Профессора Университета Св. Владиміра.

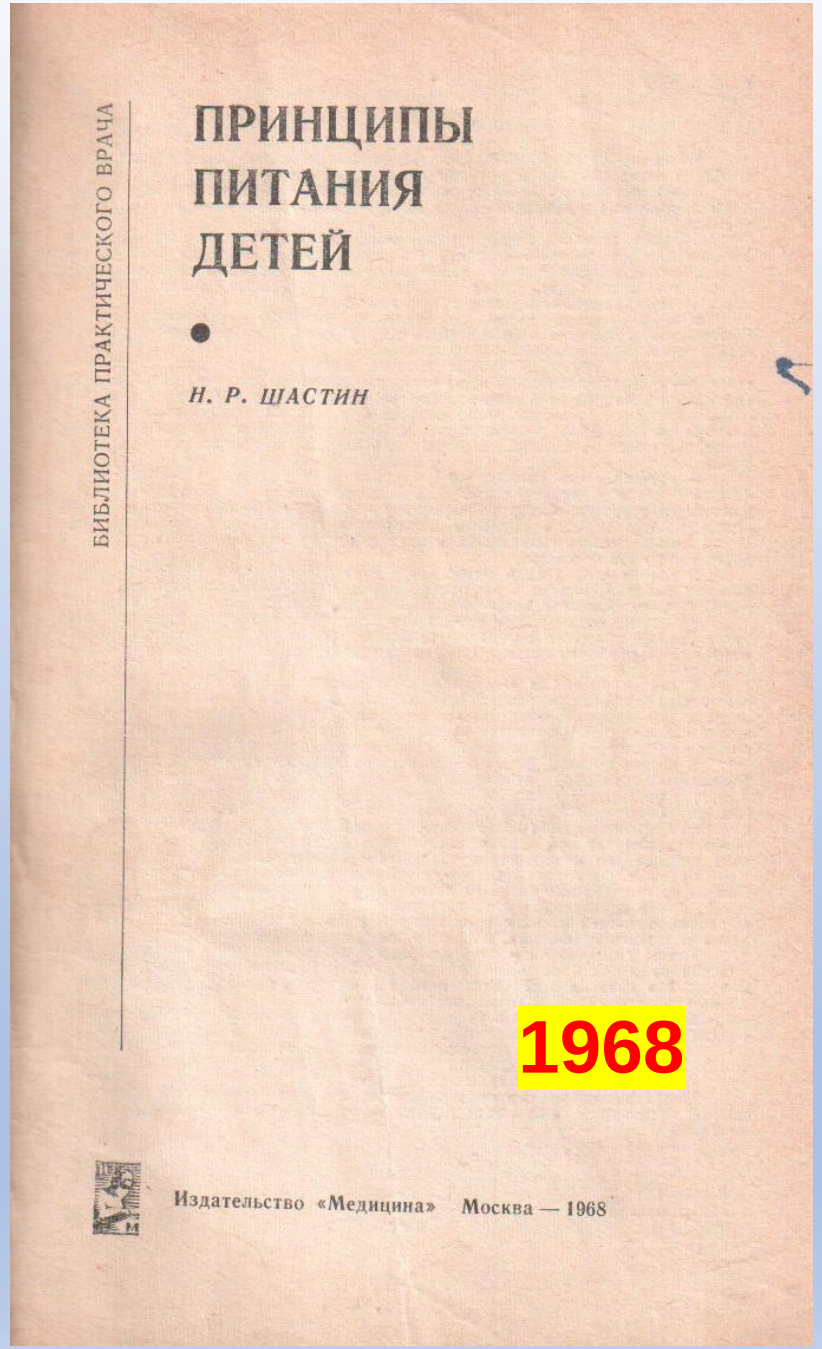
2932

КІЕВЪ.

Типографія С. В. Кульженко, Б. Васильковская ул., д. № 25—31.

1898

Абрахам Якоби, профессор Медицинского факультета Нью-Йоркского университета по кафедре детских болезней



Шастин Николай Разумникович — доктор медицинских наук, профессор, первый заведующий кафедрой детских болезней Сталинградского медицинского института (1940–1948).

В СССР только в 1970 году был начат выпуск первых отечественных заменителей грудного молока в г. Истра:
«Малютка» для детей первого месяца жизни
и «Малыш» - с 1-го месяца до 1года.
А до этого использовали смеси с разведением коровьего молока. Содержание цельного коровьего молока составляло:
в смеси № 1 – 1/3 от всего объема;
в смеси № 2 – ½ от всего объема;
в смеси № 3 – 2/3 от всего объема.

Молочно-масляно-мучные смеси также могут быть разделены по принципу разведения основы смеси. Для этой цели мы использовали некоторые варианты масляно-мучных смесей (М. Н. Небытова-Лукьянчикова, 1959; Czerny и Kleischmidt, 1925; Rietschel, 1923). В молочно-масляно-мучной смеси № 1 молоко составляет одну треть, в смеси № 2 — половину и в смеси № 3 — две трети всего объема смеси. Аналогичные варианты масляно-мучных смесей рекомендуют также И. А. Старцев и С. Я. Нищая (1962).

Смеси № 1—4 состоят из соответствующих разведений молока или другой основы водой или отваром, или плодово-овощным супом-пюре. Смесь № 5 представляет собой цельное молоко или какую-либо другую основу без разведений. Смесь № 6 — это цельное молоко с некоторыми добавлениями (мука, сливочное масло, яичный желток, дрожжевая паста).

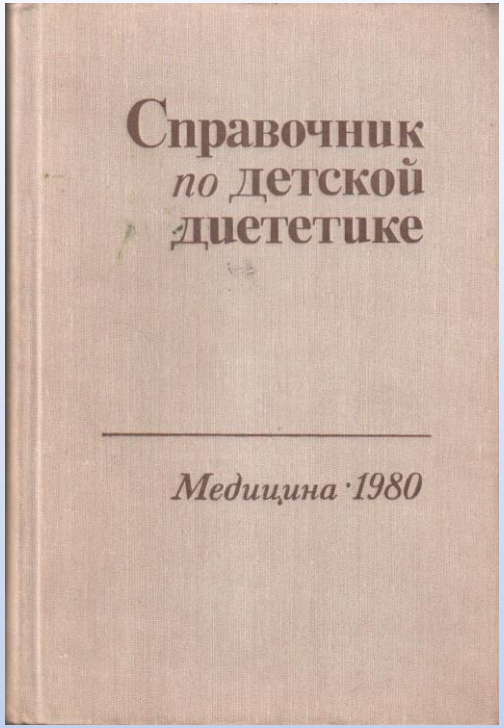
Таблица 17

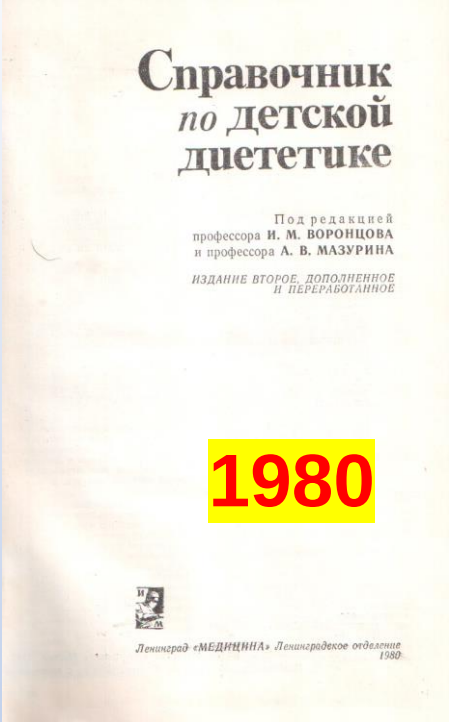
Классификация смесей

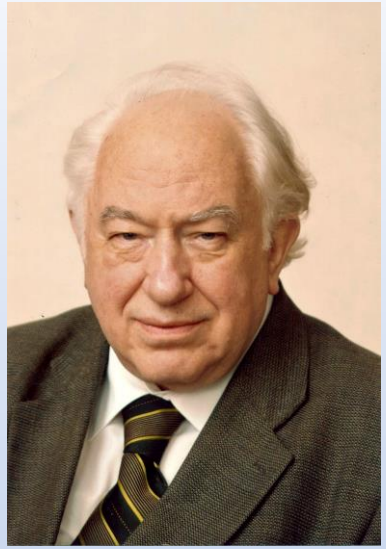
Группа смесей по их составу	№ смесей по степени разведения	Название отвара	Название плодово-овощных соков или пюре
Молочные смеси (М)	1, 2, 3, 4, 5, 6	Г, О, М, Р, Я	а, б, в, к, л, м, ма, с, т, я
Кефирные [illegible] ацидофил[illegible]ко (АМ), а[illegible]но-дрожжевое [illegible] (АДМ)	1, 2, 3, 4, 5, 6	То же	То же
Молочные смеси с молочной кислотой (ММ), с лимонной кислотой (МЛ), с соляной кислотой (МС)	1, 2, 3, 4, 5, 6	„ „	„ „
Молоко, подвергнутое обработке: ионитное молоко (ИМ), гомогенизированное молоко, адаптированное молоко, ферментированное молоко	1, 2, 3, 4, 5, 6	„ „	„ „
Сливочно-молочные смеси (СМ)	2, 3, 4, 5, 6	„ „	„ „
Молочно-масляно-мучные смеси (МММ)	1, 2, 3, 6	„ „	„ „
Пахтанье (П)	2, 3, 5, 6	„ „	„ „
Белковое молоко (БМ)	2, 3, 5, 6	„ „	„ „
Солодовый суп (СС)	1, 2	„ „	„ „
Растительное молоко (миндальное, соевое)	1, 2, 3, 4, 5, 6	„ „	„ „

Примечания.

1. Во все смеси добавлено 5% сахара. Изменение этого количества сахара указывается в рецепте смеси.
2. В состав сливочно-молочных смесей входит 200 мл 10% сливок на 1 л. Если врач назначает другое количество сливок, то это дополнительно обозначается в рецепте.
3. Добавление к смеси яичного желтка и дрожжевой пасты дополнительно указывается в рецепте.
4. Если вместо натурального молока применяют консервированное молоко в том или другом виде (в настоящее время консервируются самые различные молочные смеси), то его разводят в соответствующей степени для получения необходимого состава смеси.







Воронцов И.М.

ранский).

Раньше увлекались очень большим разведением молока. Начинали кормить ребенка смесью, состоящей из $^2/_3$ воды и $^1/_3$ молока (смесь № 1, или группа А). Это приводило к отставанию развития ребенка.

Для искусственного вскармливания ребенка *в первые 2 нед жизни используют смеси № 2* (группа Б-смесей), для приготовления которой берутся 1 часть молока и 1 часть отвара. Смесь обогащается 5% сахара (обогащение смеси сахаром необходимо, так как при разбавлении водой молока значительно уменьшается содержание сахара, количество которого в коровьем молоке и так меньше, чем в женском молоке).

Для вскармливания детей *в возрасте от 2 нед до 3 мес нужно использовать смесь № 3* (группа В), для приготовления которой берутся 2 части молока и 1 часть отвара; смеси обогащаются 5% сахара.

При разведении молока в молочных смесях значительно меньше содержится жира. Поэтому нередко возникает потребность обогащать смеси сливками.

После 3 мес для вскармливания используется цельное молоко коровье, обогащенное 5% сахара.

В «Справочнике по детской диететике» (1980 г.)

Игорь Михайлович Воронцов также указывает на возможность использования неадаптированных молочных смесей для питания детей первого года жизни.

Если цельное коровье молоко разбавлялось кипяченой водой, смеси обозначались цифрами (1, 2, 3, 4).

Если цельное коровье молоко разбавлялось отваром круп, смеси обозначались буквами (А, Б, В).

С рождения до 2 недель рекомендовалось использовать смесь № 2 или Б-смеси.

С 2 недель до 3месяцев – смесь № 3 и В-смеси.

После 3 месяцев использовалось цельное коровье молоко, обогащенное сахарным сиропом (5% от объема порции) – смесь № 4.

В этом же справочнике даются рекомендации по использованию «различных видов прикорма», в том числе – манной и других каш, которые сначала варили на половинном коровьем молоке и с концентрацией круп 5%.
А затем постепенно переходили на 10%-ные каши на цельном коровьем молоке.

Рецепт приготовления данных каш был указан в «ИНСТРУКЦИИ ПО ПРИГОТОВЛЕНИЮ МОЛОЧНЫХ И ДРУГИХ СМЕСЕЙ НА ДЕТСКИХ МОЛОЧНЫХ КУХНЯХ СИСТЕМЫ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ» (1980 г.)

Также детям давали мясной бульон в виде «Овощного супа-пюре на мясном бульоне»

ТАБЛИЦА 56

Сроки назначения различных видов прикорма при естественном вскармливании

Прикорм	Сроки назначения, мес
Манная каша 5% на овощном отваре или половинном молоке	4,5— 5,0
Манная каша 8—10% на цельном молоке	5,0— 5,5
Сливочное масло в кашу или овощное пюре (до 3%)	5,0— 5,5
Каши 8—10% из гречневой, рисовой, овсяной муки	5,5— 6,0
Желток вареный (от $^1/_4$ до $^1/_2$)	4,5— 5,0
Творог	4,5— 5,0
Овощное пюре	4,5— 5,0
Кисели	6,5— 7,0
Мясной бульон	6,5— 7,0
Печень (фарш)	6,5— 7,0
Мясной фарш	7,0— 7,5
Мясные фрикадельки	9,5—10,0
Паровые котлетки	11,5—12,0
Сухарик	7,5— 8,0
Печенье	7,5— 8,0

Примечание. Протертое яблоко назначается иногда как продукт, содержащий большое количество витаминов, а с другой стороны, как блюдо прикорма, содержащее большое количество солей. Для устранения дефицита витаминов яблочное пюре (лучше гомогенизированное) назначается с 2 мес, а как блюдо прикорма — с 4,5 мес. Цельное коровье молоко или кефир используются с 4,5—5 мес для приготовления блюд прикорма, а с 7—8 мес могут использоваться на отдельное кормление с печеньем, сухариком.

Детская молочная кухня СССР

«Утверждаю»
Заместитель Министра здравоохранения СССР Е.Ч. НОВИКОВА

13 апреля 1980 г. N 08-14/3-14

ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРИГОТОВЛЕНИЮ МОЛОЧНЫХ И ДРУГИХ СМЕСЕЙ НА ДЕТСКИХ МОЛОЧНЫХ КУХНЯХ СИСТЕМЫ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

Каша манная

Кашу варят на плите или в паровых котелках.

Рецептура 5-процентной каши на 100 г: молоко - 50 мл, крупа - 5 г, сахарный сироп - 2,5 мл, раствор соли - 0,5 мл, вода - 70 мл.

Приготовление: в воду добавляют раствор соли, доводят до кипения, после чего при непрерывном помешивании всыпают струей просеянную через сито манную крупу. Когда крупа разварится до готовности и впитает всю воду (15 - 20 минут), добавляют горячее молоко и сахарный сироп. Массу очень тщательно перемешивают, взбивают венчиком (для получения однородной массы), горячую разливают в бутылочки, закупоривают, подвергают тепловой обработке, этикетируют.

Каша 10-процентная из муки (рисовой, овсяной и гречневой)

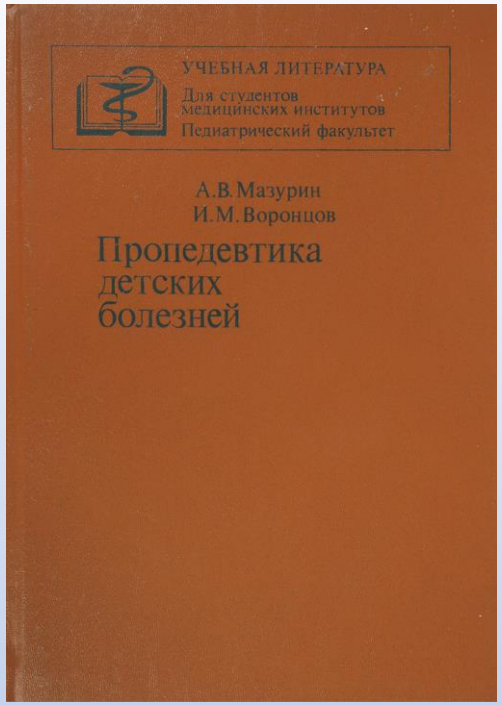
Рецептура на 100 мл: молоко - 100 мл, мука - 10 г, сахарный сироп - 2,5 мл, раствор соли - 0,5 мл, вода - 23 мл.

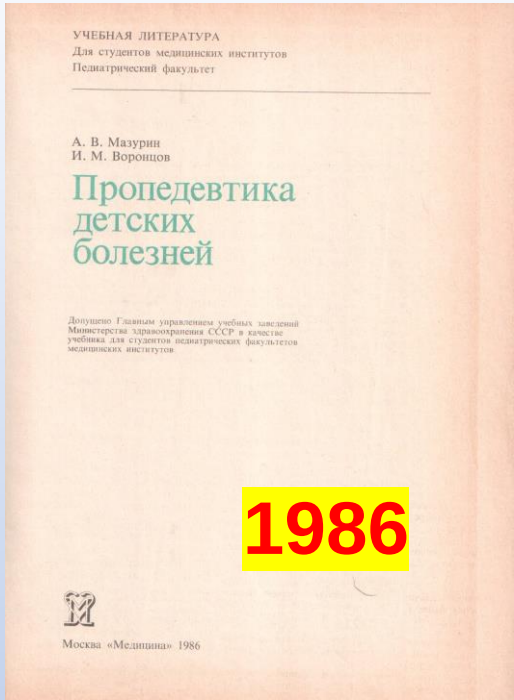
Приготовление: муку на чистом сухом противне просушивают на плите до светло-желтого цвета, охлаждают, просеивают через сито. Молоко доводят до кипения и в кипящее молоко при непрерывном помешивании добавляют 10 г рисовой, овсяной или гречневой муки или мучной смеси, предварительно разведенной 20 г теплой воды. Молоко с мукой кипятят 5 минут, энергично помешивая. В конце кипячения в кашу добавляют сахарный сироп и раствор соли. Горячую кашу раскладывают стерильной меркой в стерильные стаканы, закрывают стерильным пергаментом, охлаждают, этикетируют.

Сахарный сироп

Рецептура на 1 л: сахар - 1 кг, вода - до 1 л (300 мл).

Приготовление: 1 кг сахарного песка или рафинада заливают 300 мл воды, нагревают до кипения при помешивании. При этом сахар должен весь перейти в раствор. Полученный сахарный сироп фильтруют через лавсановые фильтры или двойной слой марли с прослойкой гигроскопической ваты и доливают горячей водой через тот же фильтр до объема 1 литр. Полученный сироп тщательно перемешивают, 1 мл сиропа содержит 1 г сахара. Сахарный сироп следует готовить ежедневно.





Мазурин А.В.

Для искусственного вскармливания ребенка в первые 2 нед жизни используют смесь № 2 (группа Б-смесей), для приготовления которой берут 1 ч. молока и 1 ч. отвара. Смесь обогащают 5% сахара (обогащение смеси сахаром необходимо, так как при разбавлении молока значительно уменьшается содержание сахара, количество которого в коровьем молоке меньше, чем в женском).

Для вскармливания детей в возрасте от 2 нед до 3 мес используют смесь № 3 (группа В-смесей), для приготовления которой берут 2 ч. молока и 1 ч. отвара. Смесь обогащают 5% сахара. При разведении молока в молочных смесях содержится значительно меньше некоторых аминокислот, жира и особенно полиненасыщенных жирных кислот, галактозы, поэтому возникает необходимость обогащать смеси, например, сливками. Однако это не устраняет полностью дефицита ряда веществ.

После 3 мес для вскармливания используют цельное коровье молоко, обогащенное 5% сахара.

Андрей Владимирович Мазурин в учебнике «Пропедевтика детских болезней» (1986 г.) также не исключает возможности использования неадаптированных молочных смесей на основе разведения коровьего молока.

В учебнике также описываются продукты, которые были отнесены к «коррекции питания». Они не включались в суточный объем питания.

Это фруктовые соки и фруктовые пюре, сухари и хлеб, желток куриного яйца, масло сливочное и растительное.

Коррекция питания при естественном вскармливании

Хотя женское молоко является наилучшим видом пищи для детей первого года жизни, однако при интенсивном росте и развитии в эпоху акселерации дети с первых месяцев жизни, особенно при вскармливании донорским молоком, нуждаются в дополнительном введении витаминов, минеральных солей, а иногда и белка.

Коррекция потребности в витаминах. Несмотря на то что женское молоко богаче, чем коровье, витаминами A, D и C, дети после первого месяца жизни нуждаются в дополнительном введении витаминов, что объясняется особенно интенсивным обменом веществ. Недостаток витаминов восполняют фруктовыми, овощными соками и рыбьим жиром. Если соки удовлетворяют потребность в основном в витаминах C, группы B и P, то с рыбьим жиром и морковью ребенок получает значительное количество витамина A (в чистом виде или в виде провитамина – каротина). Соки из фруктов и овощей готовят перед употреблением. При отсутствии свежих овощей и фруктов детям 1–2 мес жизни можно давать осветленные консервированные соки, а с 3 мес – соки с мякотью. Только при отсутствии таких соков

Фруктовые соки (**с 1месяца**) и фруктовое пюре (с 1мес.и 1 нед.) давали детям между кормлениями, сухари добавляли в овощное пюре, масло добавляли по технологии приготовления:
сливочное – в каши,
растительное – в овощное пюре.

К блюдам «прикорма» относили те блюда, которые включали в рацион питания и давали ВМЕСТО грудного молока.

Эти блюда и сроки их назначения указаны в таблице.

Таблица 95. **Блюда прикорма и сроки их назначения при естественном вскармливании**

Наименование блюда	Возраст ребенка, мес	Наименование блюда	Возраст ребенка, мес
Протертое или печеное яблоко [1]	5	Манная каша 8–10 %	$5^1/_2$
Яичный желток	$4^1/_2$–5	Овсяная, гречневая, рисовая каши	6–7
Творог [2]	5	Мясной бульон	$6^1/_2$–7
Овощное пюре	$4^1/_2$–5	Мясной фарш	7
Манная каша 5 % на овощном отваре пополам с молоком	5	Мясные фрикадельки	10
		Мясные котлеты	12

[1] Протертое яблоко назначают, с одной стороны, как продукт, содержащий большое количество витаминов, а с другой – как блюдо прикорма, содержащее большое количество солей. Для устранения дефицита витаминов яблочное пюре (лучше гомогенизированное) назначают с 2 мес, а как блюдо прикорма – с 5 мес.

В Методических указаниях «Современные принципы и методы вскармливания детей первого года жизни» (1999 г.) указана примерная схема введения продуктов и блюд прикорма…

Утверждаю
Заместитель Министра
здравоохранения
Российской Федерации
Т.И.СТУКОЛОВА
30 декабря 1999 года

Согласовано
Начальник Управления охраны
здоровья матери и ребенка
Д.И.ЗЕЛИНСКАЯ
29 декабря 1999 года

И.о. руководителя Управления
научно-исследовательских
медицинских учреждений
Н.Н.САМКО
29 декабря 1999 года

1999

СОВРЕМЕННЫЕ ПРИНЦИПЫ И МЕТОДЫ ВСКАРМЛИВАНИЯ ДЕТЕЙ ПЕРВОГО ГОДА ЖИЗНИ

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ
99/225

Методические рекомендации разработаны в лаборатории питания здоровых детей НИИ питания РАМН.

Фруктовый сок и фруктовое пюре рекомендуется давать с 3-х месяцев.

Первым можно рекомендовать яблочный сок, обладающий невысокими аллергенными свойствами. Затем могут назначаться грушевый, сливовый, абрикосовый, персиковый соки, позднее - черносмородиновый, вишневый и др. Кислые и терпкие соки следует разводить кипяченой водой.

Через 2 недели после введения в рацион соков и их хорошей переносимости в рацион ребенка можно ввести более плотную пищу - фруктовые пюре.

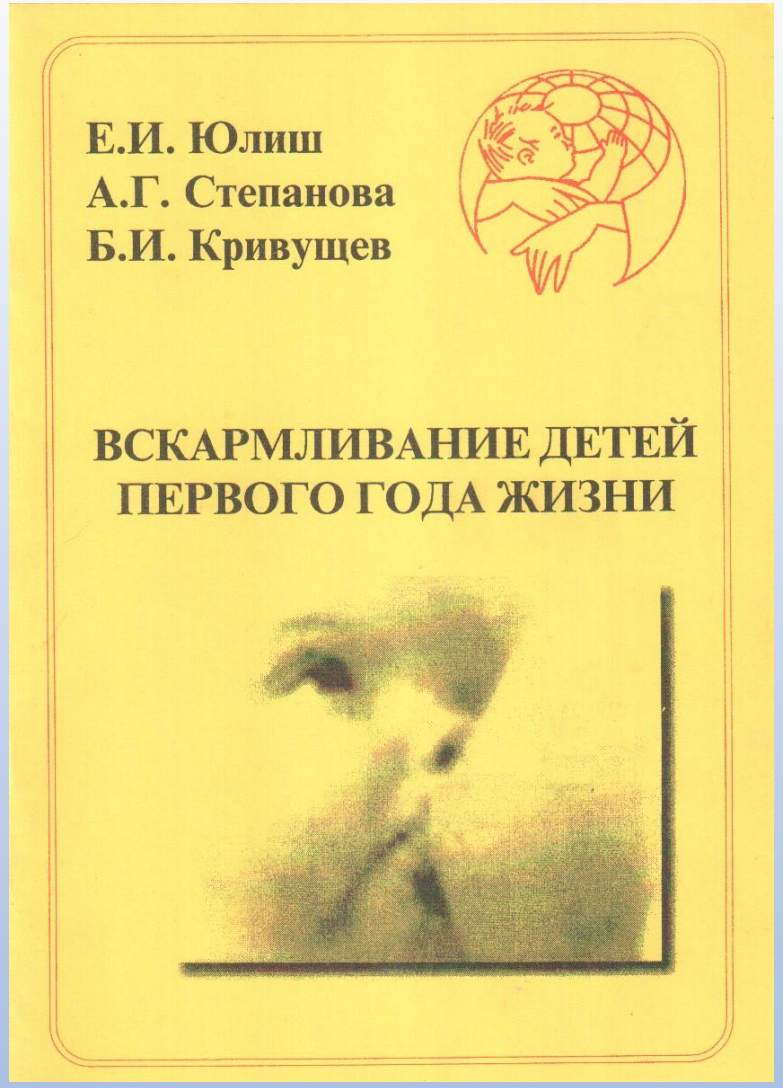
С 4,5-5,5 месяцев в рацион ребенка можно вводить более густую пищу, которую и обозначают в нашей стране термином "прикорм". В качестве первого прикорма предпочтительнее назначать овощное пюре.

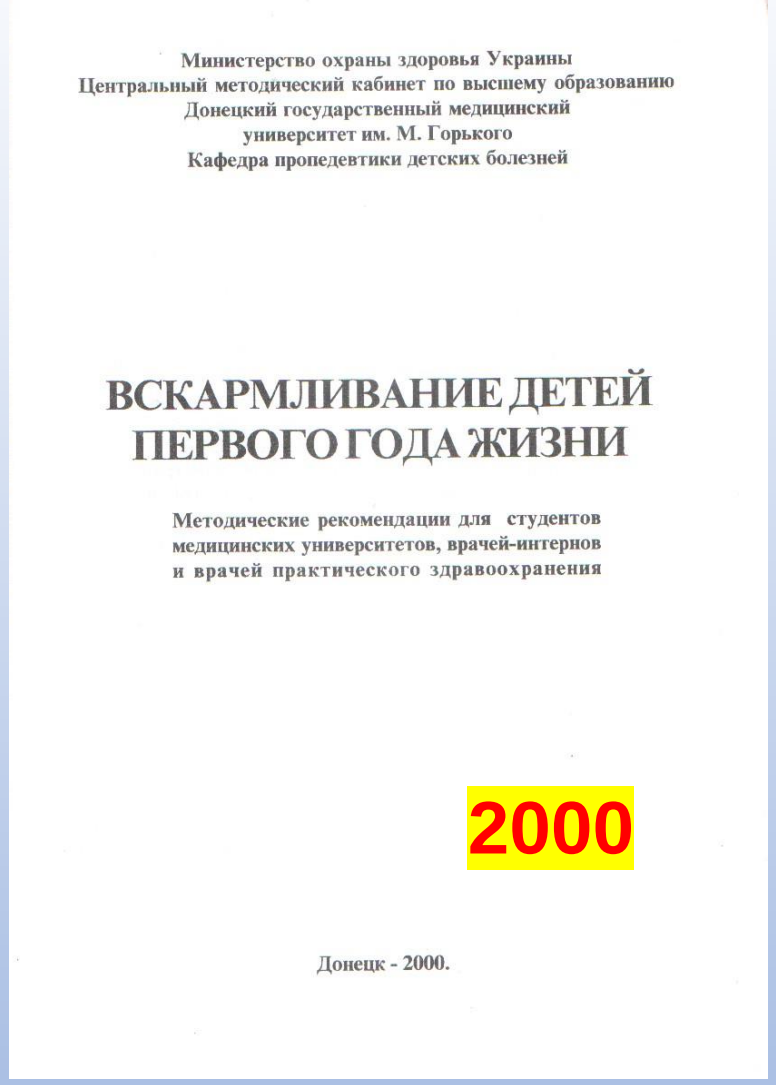
Приложение 4

ПРИМЕРНАЯ СХЕМА ВВЕДЕНИЯ ПРОДУКТОВ И БЛЮД ПРИКОРМА ПРИ ЕСТЕСТВЕННОМ ВСКАРМЛИВАНИИ ДЕТЕЙ ПЕРВОГО ГОДА ЖИЗНИ

Наименование продуктов и блюд	Возраст, месяцы							
	0 - 3 <*>	3	4	5	6	7	8	9 - 12
Фруктовый сок, мл	-	5 - 30	40 - 50	50 - 60	60	70	80	90 - 100
Фруктовое пюре, г	-	5 - 30 <1>	40 - 50	50 - 60	60	70	80	90 - 100
Овощное пюре, г	-	-	10 - 100	150	150	170	180	200
Молочная каша, г	-	-	-	50 - 100	150	150	180	200
Творог, г	-	-	-	10 - 30	40	40	40	50
Желток, шт.	-	-	-	-	0,25	0,5	0,5	0,5
Мясное пюре, г	-	-	-	-	-	5 - 30	50	60 - 70
Рыбное пюре, г	-	-	-	-	-	-	5 - 30	30 - 60
Кефир, другие кисломолочные продукты, "последующие смеси", мл	-	-	-	-	-	200	200	400 - 500
Цельное молоко, мл	-	-	-	200 <2>	200 <2>	200	200	200
Сухари, печенье, г	-	-	-	-	3 - 5	5	5	10 - 15
Хлеб пшеничный в/с, г	-	-	-	-	-	5	5	10
Растительное масло, г <2>	-	-	1 - 3	3	3	5	5	6
Сливочное масло, г <2>	-	-	-	1 - 4	4	4	5	6

<*> Цифры 3, 4 и т.д. означают, что данный продукт следует вводить с трех, четырех и т.д. месяцев.





На кафедре пропедевтики педиатрии Донецкого медицинского университета в 2000 году сформированы Методические рекомендации по вскармливанию детей первого года жизни – для студентов и врачей.

Учитывая особенности учебного процесса, была реализована необходимость четкой регламентации (по месяцам и неделям) сроков введения блюд и продуктов питания.
Ведь при тестировании студент должен выбрать ОДИН правильный ответ –
в каком возрасте нужно ввести в рацион питания тот или иной продукт.
И этот **ОДИН правильный вариант должен быть указан в учебных материалах**.

Фруктовые соки и пюре рекомендованы с 4 месяцев.

Овощное пюре – с 5 месяцев.

ТАБЛИЦА 4 - РЕКОМЕНДУЕМАЯ ПРОГРАММА ВВЕДЕНИЯ ПИЩЕВЫХ ДОБАВОК, ПРОДУКТОВ И БЛЮД ПРИКОРМА ПРИ ЕСТЕСТВЕННОМ ВСКАРМЛИВАНИИ.

Продукты и блюда	ВОЗРАСТ, МЕС.							Сроки введения
	4	5	6	7	8	9	10-12	
1.Соки, мл	5-20	30	40-50	50-60	60-70	80	90-100	4 мес.
2.Фруктовое пюре, г	5	10-30	40-50	60	70	80	90-100	4,5 мес.
3.Овощное пюре, г		10-50	100-150	150	170	180	200	5-5,5 мес.
4.Молочно-крупяная каша, мл			50-100	100	150	180	200	6-6,5 мес
5.Творог, г			10-25	30	40	40	50	6 мес.
7.Желток, шт.				0,25	0,5	0,5	0,5	7 мес.
8.Мясное пюре, г					5-30	50	60-70	8 мес.
9.Сухари, печенье, г					5	5	10-15	8-8,5 мес.
10. Хлеб пшеничный, г					5	5	10	8-9 мес.
11.Рыбные блюда, г						50	60-70	9-10 мес.
12.Растительное масло, г		3	3	3-4	3-4	4-5	5-6	5-5,5 мес.
13.Сливочное мас-ло, г			4	4	4-5	4-5	5-6	5,5-6,5 мес.

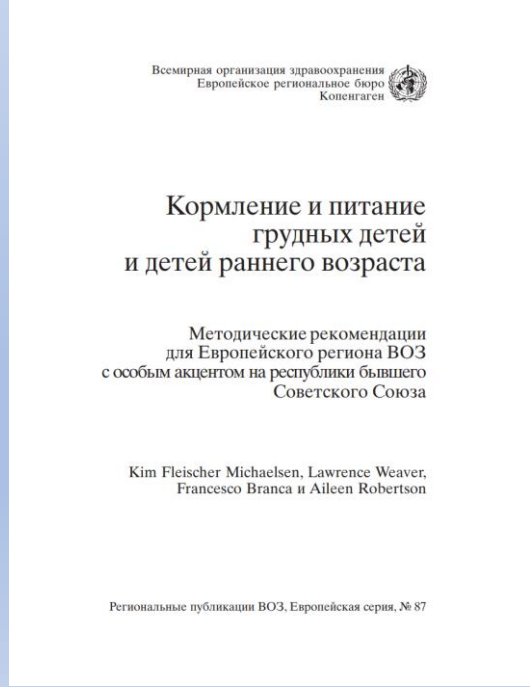
В 2005 году ДонНМУ присоединился к Болонскому процессу, что повлекло изменения в системе образования, принятой в вузе.

В 2007 году кафедра пропедевтики педиатрии Донецкого национального медицинского университета издала пособие для педиатров и семейных врачей «Питание здорового и больного ребенка первого года жизни».

При подготовке пособия использованы:

1. **рекомендации ВОЗ**:
- «Кормление и питание грудных детей и детей раннего возраста»;
- «Программа по вопросам питания и безопасности пищевых продуктов (адаптированный вариант методических рекомендаций для Европейского региона Всемирной Организации Здравоохранения с особым акцентом на республики бывшего Советского Союза), 2001-2003 г.г.»;

2. Материалы учебного пособия МОЗ Украины «Сучасне ведення лактації та грудного вигодовування», 2002 г.



Программа введения пищевых добавок, продуктов и блюд прикорма существенно изменилась, ориентируясь на рекомендации всемирной организации здравоохранения.

До 6 месяцев не рекомендовалось ничего, кроме грудного молока.

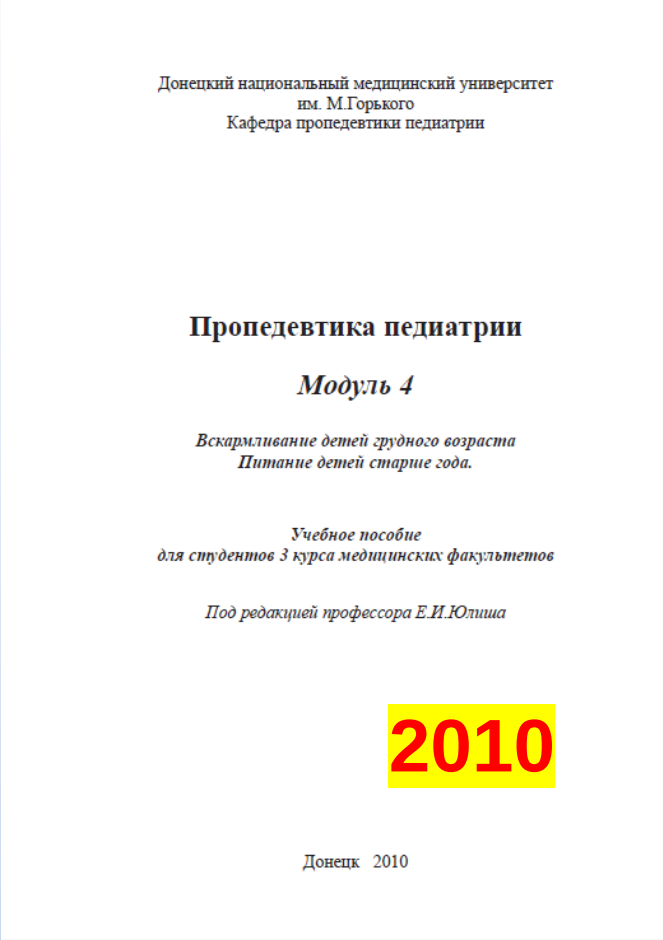
Фруктовый сок и фруктовое пюре теперь вводили с 6 месяцев.

Учитывая особенности учебного процесса, вновь возникла необходимость в четкой регламентации (по месяцам и неделям) сроков введения блюд и продуктов питания – по новым стандартам.

Таблица 2. **Рекомендуемая программа введения пищевых добавок, продуктов и блюд прикорма при естественном вскармливании.**

Продукты и блюда	Возраст, месяц					Сроки введения, месяц
	6	7	8	9	10-12	
Соки, мл	40-50	50-60	60-70	80	90-100	6 мес.
Фруктовое пюре, г	40-50	60	70	80	90-100	6 мес. 1 нед
Овощное пюре, г	5-150	100-150	170	180	200	6 мес. (через 7-10 дней после введения фруктового пюре) 2 нед
Молочно-крупяная или молочно – злаковая каша, мл		5-100	150	180	200	7 мес 2 нед
Творог, г		30	40	40	50	7мес. 1 нед
Желток, шт.		1/8	1/4	1/2	1/2	7,5 - 8 мес. 7 м 3 нед
Мясное пюре, г		30	40	50	60-70	7 мес.
Сухари, печенье, г			5	5	10-15	7,5-мес. 8 мес
Молочно-крупяная каша, содержащая глиадин и глютен (манная, овсяная), мл			5-100	150	200	8 мес. 2 нед
Хлеб пшеничный, г			5	5	10	8-9 мес. 9 м
Рыбные блюда, г				50	60-70	9-10 мес. 9 м
Растительное масло, г	3	3-4	3-4	4-5	5-6	6 мес.
Сливочное масло, г	4	4	4-5	4-5	5-6	6,5- 7мес.

Примечание.
Сроки введения при кормлении адаптированными смесями такие же, как при естественном вскармливании.



Следующее учебное пособие для студентов по вскармливанию было издано в 2010 году.
И переиздавалось в 2014 году.

В данном учебном пособии также четко (по месяцам и неделям) были регламентированы сроки введения пищевых добавок и блюд прикорма.

Учебное пособие подготовлено в соответствии с типовой программой предмета «Пропедевтика педиатрии» и рабочей программой кафедры.

Фруктовый сок и фруктовое пюре по-прежнему рекомендовали давать с 6 месяцев.

Рекомендуемая программа введения пищевых добавок и блюд прикорма при естественном вскармливании

Продукты и блюда	Возраст, месяц						Начало введения
	6	**7**	**8**	**9**	**10**	**11-12**	
Соки, мл	50	60	70	80	90	100	6 мес
Фруктовое пюре, г	50	60	70	80	90	100	6 мес 1 нед
Овощное пюре, г	5 – 150	150	170	180	200	200	6 мес 2 нед
Растительное масло, г	3	3-4	3-4	4-5	5-6	5-6	6 мес 2 нед
Сливочное масло, г	4	4	4-5	4-5	5-6	5-6	7 мес 2 нед
Мясное пюре, г		5-30	40	50	60	70	7 мес
Творог, г		5-30	40	40	50	50	7 мес 1 нед
Молочно-крупяная или молочно-злаковая безглютеновая каша (рисовая, гречневая, кукурузная), мл		5 – 150	150	180	200	200	7 мес 2 нед
Желток, шт		1/8	1/4	1/2	1/2	1/2	7 мес 3 нед
Сухари, печенье, г			5	5	10	15	8 мес
Молочно-крупяная каша, содержащая глиадин и глютен (манная, овсяная), мл			5 – 100	150	200	200	8 мес 2 нед
Хлеб пшеничный, г				5	10	10	9 мес
Рыбные блюда, г				50	60	70	9 мес

Донецкий национальный медицинский университет имени М. Горького первый в Донецкой Народной Республике прошел аккредитацию в Российской Федерации.

На основании распоряжения Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки от 11 сентября 2018 года № 1341-06 экспертами проведена аккредитационная экспертиза по основным образовательным программам, реализуемым ГОО ВПО «Донецкий национальный медицинский университет им. М. Горького». По результатам аккредитационной экспертизы было установлено соответствие содержания и качества подготовки наших обучающихся федеральным государственным образовательным стандартам.

В связи с этим возникла необходимость коррекции рабочих программ и в первую очередь раздела, связанного со вскармливанием детей первого года жизни, так как в 2009 году была принята Национальная программа «Оптимизации питания детей первого года жизни в Российской Федерации».

СОЮЗ ПЕДИАТРОВ РОССИИ
НАЦИОНАЛЬНАЯ АССОЦИАЦИЯ ДИЕТОЛОГОВ И НУТРИЦИОЛОГОВ
НАУЧНЫЙ ЦЕНТР ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ РАМН
НИИ ПИТАНИЯ РАМН

«Согласовано»

Председатель
Национальной Ассоциации
диетологов и нутрициологов
академик РАМН

Тутельян В.А.
«18» июля 2008 г.

«Согласовано»

Председатель Исполкома
Союза педиатров России
академик РАМН

Баранов А.А.
«18» июля 2008 г.

НАЦИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ОПТИМИЗАЦИИ
ВСКАРМЛИВАНИЯ ДЕТЕЙ ПЕРВОГО ГОДА ЖИЗНИ
В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Утверждена на XVI Съезде педиатров России
(февраль 2009 г.)

2010

Москва, 2010

В связи с изменением экологической, экономической ситуации, а также ухудшением состояния здоровья детского населения России за последние 10 лет назрела необходимость в изменении рекомендаций по питанию детей грудного возраста.

При анализе данных об особенностях организации прикорма детям выявлены отклонения в последовательности и сроках введения продуктов и блюд прикорма по сравнению с действующими методическими указаниями «Современные принципы и методы вскармливания детей первого года жизни, МЗ РФ, №225, 1999».

Назрела необходимость оптимизации сроков и последовательности введения продуктов прикорма в зависимости от продолжительности грудного вскармливания и состояния здоровья ребенка.

Целесообразно систематизировать новые данные в области диетотерапии различных заболеваний у детей грудного возраста.

В связи с этим представляется чрезвычайно важным и актуальным создание и реализация Национальной программы «Оптимизация питания детей первого года жизни в Российской Федерации».

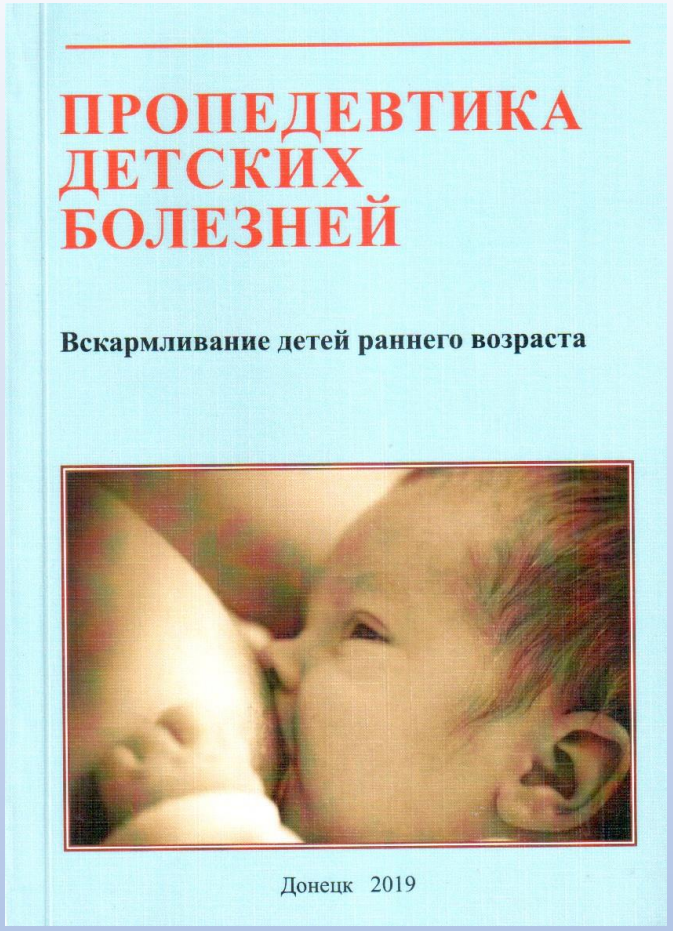
В Национальной программе «Оптимизации питания детей первого года жизни в Российской Федерации» (2009 г.) первым блюдом рекомендовалось овощное пюре или молочная каша – с 4-6 месяцев.

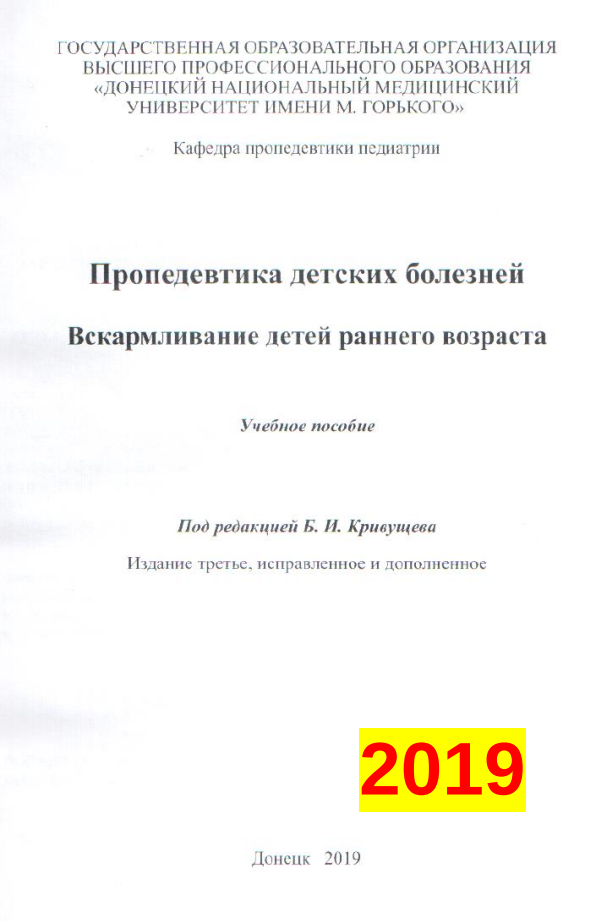
В этом же временном промежутке – с 4-6 месяцев можно давать фруктовое пюре и фруктовый сок .

Табл. 14. Примерная схема введения прикорма детям первого года жизни

Наименование продуктов и блюд (г, мл)	Возраст (мес.)			
	4–6	7	8	9–12
Овощное пюре	10—150	170	180	200
Молочная каша	10—150	150	180	200
Фруктовое пюре	5—60	70	80	90–100
Фруктовый сок	5—60	70	80	90–100
Творог*	10—40	40	40	50
Желток, шт.	—	0,25	0,5	0,5
Мясное пюре*	5–30	30	50	60–70
Рыбное пюре	—	—	5–30	30–60
Кефир и др. неадаптированные кисломолочные напитки	—	—	200	200
Сухари, печенье	—	3–5	5	10–15
Хлеб пшеничный	—	—	5	10
Растительное масло	1–3	5	5	6
Сливочное масло	1–4	4	5	6

* — не ранее 6 мес.





В переизданном учебном пособии также четко (по месяцам и неделям) были декретированы сроки введения продуктов и блюд прикорма.

Кроме того, был сформулирован тезис о том, что предлагаемая программа вскармливания детей первого года далеко не всегда реализуется в жизни так же «гладко», как на бумаге. И далеко не все дети получают все пищевые добавки и прикормы в соответствии с рекомендациями врача.

Однако, **рекомендации врачей должны быть одинаковыми**!

Национальная программа (2009 г.) «Оптимизация питания детей первого года…»

Табл. 14. Примерная схема введения прикорма детям первого года жизни

Наименование продуктов и блюд (г, мл)	Возраст (мес.)			
	4–6	7	8	9–12
Овощное пюре	10–150	170	180	200
Молочная каша	10–150	150	180	200
Фруктовое пюре	5–60	70	80	90–100
Фруктовый сок	5–60	70	80	90–100
Творог*	10–40	40	40	50
Желток, шт.	–	0,25	0,5	0,5
Мясное пюре*	5–30	30	50	60–70
Рыбное пюре	–	–	5–30	30–60
Кефир и др. неадаптированные кисломолочные напитки	–	–	200	200
Сухари, печенье	–	3–5	5	10–15
Хлеб пшеничный	–	–	5	10
Растительное масло	1–3	5	5	6
Сливочное масло	1–4	4	5	6

* – не ранее 6 мес.

Учебное пособие (2019 г.) кафедры пропедевтики педиатрии

Таблица 4

Рекомендуемая программа введения продуктов и блюд прикорма при естественном вскармливании

ПРИКОРМ	Возраст, месяц									Начало введения
	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
Фруктовый сок, мл	5-40	50	60	70	80	90	100	100	100	4 мес.
Фруктовое пюре, мл	5-40	50	60	70	80	90	100	100	100	4 мес. 1 нед.
Овощное пюре, мл ИЛИ	5-100	150	150	150	180	200	200	200	200	4 мес. 2 нед.
Молочная каша безглютеновая, мл	5-100	150	150	170	180	200	200	200	200	
Молочная каша безглютеновая, мл ИЛИ		5-100	150	150	180	200	200	200	200	5 мес. 2 нед.
Овощное пюре, мл		5-100	150	170	180	200	200	200	200	
Мясное пюре, г			5-30	30	50	60	60	70	70	6 мес.
Творог, г			5-30	40	40	50	50	50	50	6 мес. 1 нед.
Молочно-крупяная каша, содержащая глиадин и глютен (манная, овсяная), мл			5-100	150	180	200	200	200	200	6 мес. 2 нед.
Сухари, печенье, г				3-5	5	10	10	15	15	7 мес.
Желток, шт				1/8-1/4	1/2	1/2	1/2	1/2	1/2	7 мес. 1 нед.
Хлеб пшеничный, г					5	10	10	10	10	8 мес.
Рыбное пюре, мл					5-30	30	40	50	60	8 мес. 1 нед.
Кисломолочные смеси					50-200	200	200	200	200	8 мес. 2 нед.
Растительное масло, мл	1-3	3	3	5	5	6	6	6	6	4 мес. 2 нед.
Сливочное масло, г	1-4	4	4	4	5	6	6	6	6	4 мес 2 нед.

Союз педиатров России
ФГАУ «Национальный медицинский исследовательский центр здоровья детей» Минздрава России
ФГБУН «ФИЦ питания, биотехнологии и безопасности пищи»
ФГБОУ ДПО «Российская медицинская академия непрерывного профессионального образования» Минздрава России
ФГАОУ ВО «Первый московский государственный медицинский университет им. И.М. Сеченова» Минздрава России
ФГБОУ ВО «Российский национальный исследовательский медицинский университет имени Н.И. Пирогова» Минздрава России
ГБОУ ВПО «Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет»
ФГБОУ ВО «Новосибирский государственный медицинский университет»

НАЦИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ОПТИМИЗАЦИИ ВСКАРМЛИВАНИЯ ДЕТЕЙ ПЕРВОГО ГОДА ЖИЗНИ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(4-е издание, переработанное и дополненное)

Москва 2019 **2019**

Цель программы остается неизменной: оптимизация питания детей первого года жизни как один из ключевых подходов к улучшению состояния здоровья детского населения Российской Федерации

В феврале 2018 г. в ФГАУ «Национальный медицинский исследовательский центр здоровья детей» Минздрава России был проведен Экспертный совет по обсуждению новой редакции «Национальной программы оптимизации вскармливания детей первого года жизни в Российской Федерации». В его работе приняли участие ведущие российские нутрициологи, педиатры, неонатологи, гастроэнтерологи – ведущие специалисты НМИЦ здоровья детей, ФИЦ питания, биотехнологии и безопасности пищи, РМАНПО, РНИМУ им. Н.И. Пирогова, Санкт-Петербургского ГПМУ, Новосибирского ГМУ, Алтайского ГМУ и других медицинских центров, а также производители продуктов детского питания.

КОНСЕНСУС ПО ВОПРОСАМ ВСКАРМЛИВАНИЯ ДЕТЕЙ ПЕРВОГО ГОДА ЖИЗНИ, ВОШЕДШИМ В ОБНОВЛЕННУЮ РЕДАКЦИЮ «НАЦИОНАЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ОПТИМИЗАЦИИ ВСКАРМЛИВАНИЯ ДЕТЕЙ ПЕРВОГО ГОДА ЖИЗНИ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ» (2019)
ПЕДИАТРИЯ/2019/Том 98/№ 1, С. 210-216

Национальная программа оптимизации вскармливания детей первого года жизни в РФ – 2019 год

Теперь первым блюдом рекомендовано овощное пюре или каша.

Сок рекомендован только **с 8 месяцев**.

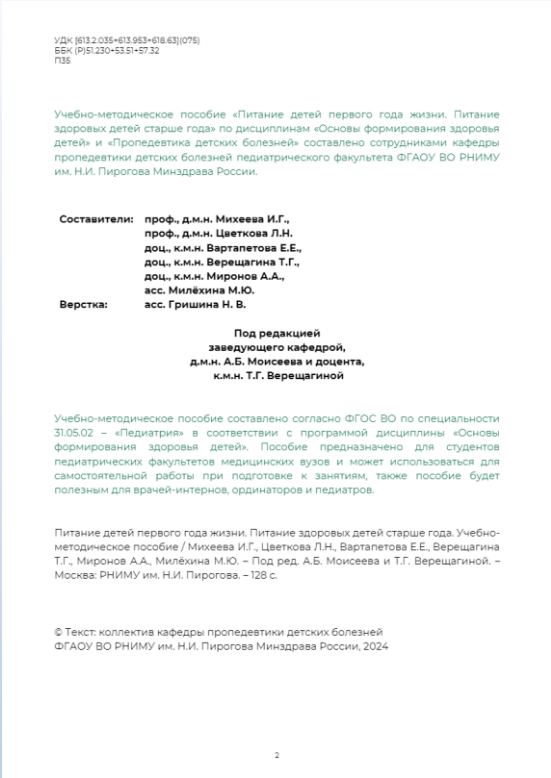
Также с 8 месяцев можно давать кефир и неадаптированные кисломолочные напитки.

Таблица 5.1. Примерная схема введения продуктов детям первого года жизни

Наименование продуктов и блюд (г, мл)	Возраст (мес.)				
	4-5	6	7	8	9-12
Овощное пюре	10-150	150	150	150	150
Каша	10-150	150	150	180	200
Мясное пюре промышленного производства/отварное мясо		5-30/ 3-15	40-50/ 20-30	60-70/ 30-35	80-100/ 40-50
Фруктовое пюре*	5-50	60	70	80	90-100
Желток			1/4	1/2	1/2
Творог**				10-40	50
Рыбное пюре				5-30	30-60
Фруктовый сок				5-60	80-100
Кефир и др. неадаптированные кисломолочные напитки				200	200
Печенье		3-5	5	5	5
Хлеб пшеничный, сухари,				5	10
Растительное масло	1-3	5	5	6	6
Сливочное масло	1-4	4	4	5	5

* - не в качестве первого прикорма

** - по показаниям с 6 мес.



УДК [613.2.035+613.953+618.63](075)
ББК (Р)51.230+53.51+57.32
П35

Учебно-методическое пособие «Питание детей первого года жизни. Питание здоровых детей старше года» по дисциплинам «Основы формирования здоровья детей» и «Пропедевтика детских болезней» составлено сотрудниками кафедры пропедевтики детских болезней педиатрического факультета ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России.

Составители: **проф., д.м.н. Михеева И.Г.,**
проф., д.м.н. Цветкова Л.Н.
доц., к.м.н. Вартапетова Е.Е.,
доц., к.м.н. Верещагина Т.Г.,
доц., к.м.н. Миронов А.А.,
асс. Милёхина М.Ю.
Верстка: **асс. Гришина Н. В.**

Под редакцией
заведующего кафедрой,
д.м.н. А.Б. Моисеева и доцента,
к.м.н. Т.Г. Верещагиной

Учебно-методическое пособие составлено согласно ФГОС ВО по специальности 31.05.02 – «Педиатрия» в соответствии с программой дисциплины «Основы формирования здоровья детей». Пособие предназначено для студентов педиатрических факультетов медицинских вузов и может использоваться для самостоятельной работы при подготовке к занятиям, также пособие будет полезным для врачей-интернов, ординаторов и педиатров.

Питание детей первого года жизни. Питание здоровых детей старше года. Учебно-методическое пособие / Михеева И.Г., Цветкова Л.Н., Вартапетова Е.Е., Верещагина Т.Г., Миронов А.А., Милёхина М.Ю. – Под ред. А.Б. Моисеева и Т.Г. Верещагиной. – Москва: РНИМУ им. Н.И. Пирогова. – 128 с.

© Текст: коллектив кафедры пропедевтики детских болезней ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России, 2024

В 2024 году коллектив кафедры пропедевтики педиатрии ФГАОУ ВО РНИМУ им. Н.И. Пирогова издал учебно-методическое пособие «Питание детей первого года жизни. Питание здоровых детей старше года».

В качестве **первого блюда прикорма** рассматриваются 2 альтернативных блюда: **овощное пюре** или **инстантная безмолочная каша**[18], приготовленная на грудном молоке или заранее разведённой ДМС, которую получает ребёнок.

Предлагаются 2 варианта последовательности введения продуктов прикорма здоровым детям:

1-й вариант: овощное пюре → каша → мясное пюре → фруктовое пюре и т.д.

2-й вариант: каша → овощное пюре → мясное пюре → фруктовое пюре и т.д.

Имеется ещё и 3-й вариант, когда подбирается индивидуальная схема введения продуктов и блюд прикорма с учётом состояния здоровья и особенностей ребёнка.

Сроки введения овощного пюре – с 4 до 6 месяцев, в среднем – с 5 месяцев, *если оно вводится в качестве первого блюда прикорма,* и **с 6 месяцев**, *если вводится после каши.*

Алгоритм введения в рацион питания каш схож с тем, который применялся при введении овощного пюре. Введение каши следует начинать **с монокомпонентного продукта**. По устоявшейся в настоящее время практике и рекомендациям нормативных документов[22] первыми вводят **безглютеновые каши** (гречневую или рисовую[23] или кукурузную), а затем с 8-9 месяцев – **глютенсодержащие каши** (овсяную, мультизлаковую, пшеничную и др.).

Каша в качестве первого блюда прикорма показана детям с отклонениями в состоянии здоровья: с недостаточной прибавкой в массе тела, с неустойчивым стулом, склонностью к диарее, к срыгиваниям, с рахитом, анемией и др. Детям на исключительно ГВ также в качестве первого блюда прикорма рекомендуются несладкие каши промышленного выпуска, обогащённые витаминами, железом, цинком и др. компонентами, и только затем вводятся овощные пюре.

Таким образом, **выбор первого блюда прикорма требует индивидуального подхода** и осуществляется с учётом прибавок массы тела, состояния аппетита, нутритивного статуса, функционального состояния ЖКТ, индивидуальной переносимости и других показателей[19].

В данном учебном пособии есть примерные рационы питания детей первого года жизни.

Коллектив авторов рекомендует докармливать детей грудным молоком или детскими молочными смесями (ДМС).

Объем одного кормления может быть больше 200 мл.

ПРИМЕРНЫЙ РАЦИОН ПИТАНИЯ НА 1 ДЕНЬ ДЛЯ ДЕТЕЙ 1-ГО ГОДА ЖИЗНИ (ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ В КАЧЕСТВЕ 1-ГО БЛЮДА ПРИКОРМА ОВОЩНОГО ПЮРЕ)

Время	Возраст, месяцы				
	с 5 до 6	с 6 до 7	с 7 до 8	с 8 до 9	с 10 до 12
06:00	Грудное молоко или ДМС[77] – 200 мл	Грудное молоко или ДМС – 200 мл	Грудное молоко или ДМС – 200 мл	Грудное молоко или ДМС – 200 мл	Грудное молоко или ДМС – 200 мл
10:00	Овощное пюре[78]: начать с 5 мл и довести[79] до 150 мл + докормить грудным молоком или ДМС до разового объёма 200 мл	Каша[80]: начать с 5 мл и довести до 150 мл + докормить грудным молоком или ДМС до разового объёма 200 мл	Каша – 150 мл + фруктовое пюре[81]: начать с 5 мл и довести до 50 мл + печенье[82]: начать с 3 г и довести до 5 г + докормить грудным молоком или ДМС до 200 мл	Молочная каша – 150-180 мл + фруктовое пюре – 20-50 мл	Молочная каша – 180-200 мл + фруктовое пюре – 20-50 мл
14:00	Грудное молоко или ДМС – 200 мл	Мясное пюре[83]: начать с 5 г и довести до 30 г + овощное пюре – 150 мл + докормить грудным молоком или ДМС до 200 мл	Овощное пюре – 150-160 мл + мясное пюре – 40-50 г + желток – 1/4 шт.	Овощное пюре – 150 мл + мясное пюре – 50-60 г + желток – 1/2 шт. + сухарик – 5 г	Овощное пюре – 140-150 мл + мясное пюре – 70-80 г + желток – 1/2 шт. + сухарик – 5 г или хлеб 5-10 г
18:00	Грудное молоко или ДМС – 200 мл	Грудное молоко или ДМС – 200 мл	Грудное молоко или ДМС – 200 мл	Творог – начать с 5 г и довести до 30 г + фруктовое пюре 30-40 мл + печенье – 5 г + докормить кисломолочной ДМС или грудным молоком до 200 мл	Творог – 50 г + фруктовое пюре – 50 мл + ДМС кисломолочная – 100 мл
22:00	Грудное молоко или ДМС – 200 мл	Грудное молоко или ДМС – 200 мл	Грудное молоко или ДМС – 200 мл	Грудное молоко или ДМС – 200 мл	Грудное молоко или ДМС – 200 мл
	Остаётся грудных кормлений или кормлений посредством ДМС:				
	4	3-3,5	2-2,5	2	2

При использовании ДМС – в течение дня после или между кормлениями предлагать кипячёную воду: до 6 месяцев – 15 мл/кг (80-100 мл), а после 6 месяцев – 15-20 мл/кг (150-200 мл), разделив этот объём на 3-4 порции.

Ежедневно ребёнок должен получать витамин $Д_3$!

С 8 месяцев в течение дня после кормления дополнительно предлагать фруктовые соки: начать с 5 мл и довести до 60 мл, а с 9 месяцев – давать 80-100 мл, разделив этот объём на 2-3 порции.

При этом соки в суточный объём питания не входят!

На кафедрах педиатрического профиля Донецкого государственного медицинского университета также нет единого мнения по поводу вскармливания грудных детей.

На одной кафедре считают правильным прикладывание к груди после каждого кормления во втором полугодии (при наличии блюд прикорма) и включают фруктовое пюре в суточный объем питания.

Примерное меню для детей через три месяца от начала введения прикормов (8 или 9 месяцев) на грудном вскармливании

Время	Меню	Количество (г/чайные ложки)
6.00	Грудь матери Фруктовый сок (между кормлениями)	 30,0
10.00	Каша (гречка/рис/кукуруза/овсяная/мультизлаковая) + 1 ч.л сливочного масла + желток 1/2 желтка Грудь матери Фруктовый сок (между кормлениями)	180,0 (21) 30,0
14.00	Овощное пюре (кабачок/брокколи/цветная капуста/тыква/морковь/свекла), Мясо кролика, индейки/промышленное пюре из кролика, индейки (два раза в неделю рыба/промышленное пюре из рыбы) Сухарик (пшеничный хлеб) Грудь матери	150,0 (21) 30,0 / 60,0 5,0
18.00	Пюре яблоко/груша Печенье Творог Грудь матери	80,0 (10) 5,0 40,0 (6)
22.00	Грудь матери	

На другой кафедре считают, что в суточный объем питания не должны входить фруктовый сок, фруктовое пюре, желток, масло — они даются «дополнительно».

На третьей кафедре считают, что прикладывать к груди после дневных кормлений ребенка старше 7 месяцев нецелесообразно, а фруктовые пюре и соки не входят в суточный рацион питания (который не должен превышать 1000 мл).

Примерный рацион питания ребенка **8-ми** месяцев

6.00. – грудное молоко – 200 мл

сок грушевый – 40 мл

10.00. – творог – 40 мл + каша молочная гречневая – 160 мл

фруктовое пюре – 40 мл

14.00. – поликомпонентное овощное пюре 140 мл + мясное пюре 60 г

+ ½ желтка + белый хлеб – 5 г.

сок грушевый – 40 мл

18.00. – каша молочная овсяная – 190 мл + печенье – 10 г.

фруктовое пюре – 40 мл

22.00. – грудное молоко – 200 мл

На мой скромный взгляд, для адекватной организации учебного процесса нужны четкие требования, основанные на четких рекомендациях.

Ведь, «какие рекомендации, такое и исполнение».

Самыми «узкими» местами

самого вариабельного раздела педиатрии являются:

1. Сроки введения продуктов питания для детей первого года жизни.
2. Рацион питания ребенка на первом году жизни.

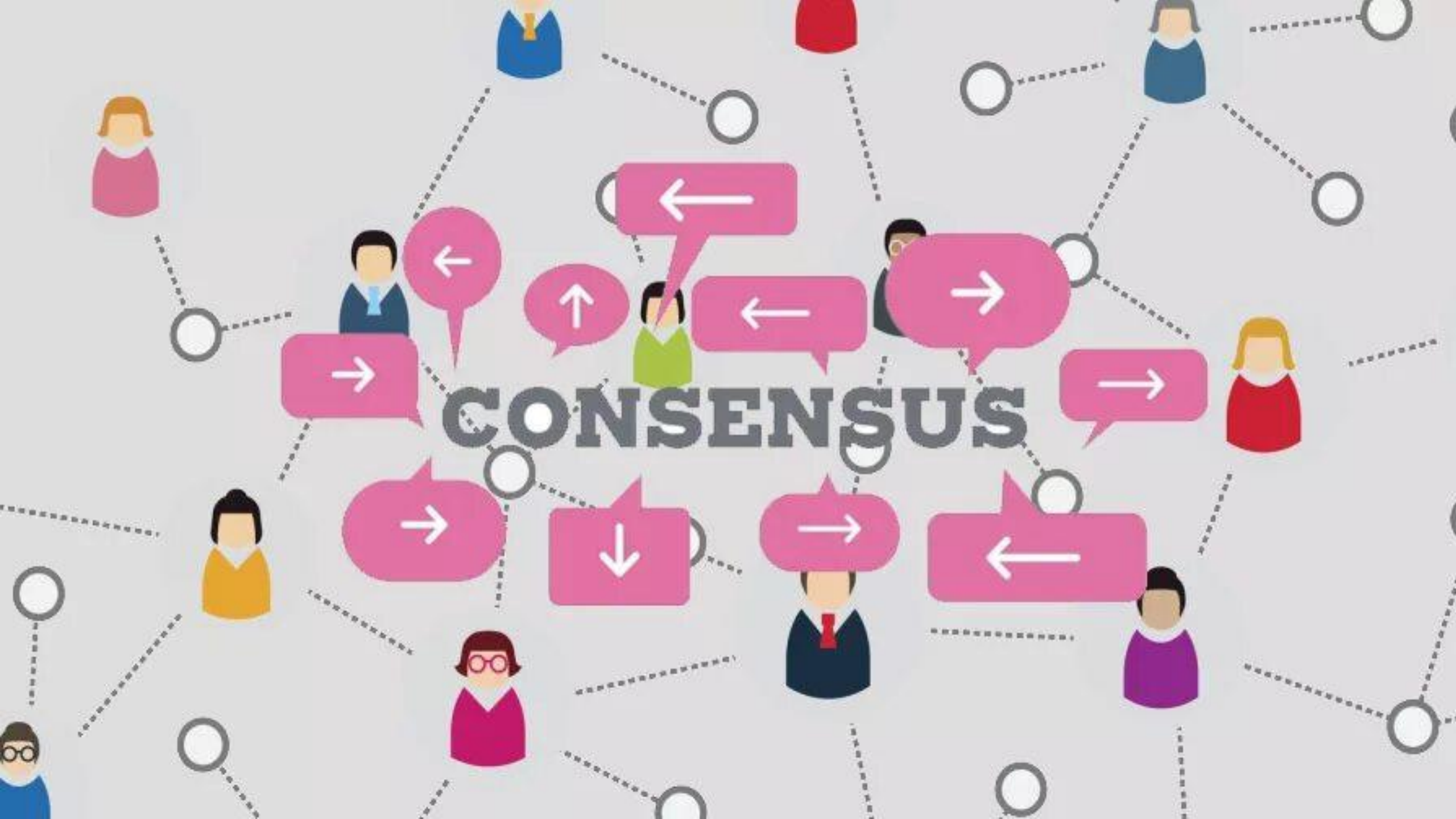
В связи с этим хочу обратиться с просьбой и предложением.

Уважаемые коллеги!

Давайте все-таки найдем его…

Этот самый…

КОНСЕНСУС


CONSENSUS