

## СТРОГИЙ КОНТРОЛЬ КАЧЕСТВА ВХОДЯЩЕЙ ПРОДУКЦИИ:

1. ПРОВЕРКА  
СЕРТИФИКАТОВ  
КАЧЕСТВА ВСЕХ  
ПОСТАВЩИКОВ

2. ВНУТРЕННЯЯ ПРОВЕРКА  
КАЖДОЙ ПАРТИИ НА  
ЭКОТЕСТЕРЕ НА  
СОДЕРЖАНИЕ НИТРАТОВ



# Программы питания

1. Лечебные программы
2. Правильное питание
3. Персонализированные программы

№	Программы питания
1	Правильное питание <b>850</b> ккал
2	Правильное питание <b>1300</b> ккал
3	Правильное питание <b>1500</b> ккал
4	Правильное питание <b>1800</b> ккал
5	Правильное питание <b>2000</b> ккал
6	Правильное питание <b>2500</b> ккал
7	Вегетарианское меню/ Пост <b>1300</b> ккал, Пост <b>1800</b> ккал
8	Детокс 1100 ккал
9	FOODMAP 1300/1800 ккал
10	АУТОИМУННЫЙ ПРОТОКОЛ 1400 ккал
11	FMD диета (имитирующая голодание) 1000-700 ккал
12	КЕТО 1400 ккал
13	ПАЛЕО 1400 ккал
14	Подготовка к голоду 1100-850 ккал/Программа выхода из голода на 3, 5,7,10,14 дней
15	Индивидуальное меню
16	Бездрожжевая (противокандидный протокол)

# ПРИКАЗ

от 5 августа 2003 г.

№ 330

## О МЕРАХ ПО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ ЛЕЧЕБНОГО ПИТАНИЯ В ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ УЧРЕЖДЕНИЯХ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

В целях реализации Концепции государственной политики в области здорового питания населения Российской Федерации на период до 2005 года, одобренной Постановлением Правительства Российской Федерации от 10.08.1998 № 917\*, совершенствования организации лечебного питания и повышения эффективности его применения в комплексном лечении больных приказываю:

-----  
\* Собрание законодательства Российской Федерации,  
24.08.1998, № 8, ст. 4083.

1. Утвердить:

1.1. Положение об организации деятельности врача-диетолога (приложение № 1);

1.2. Положение об организации деятельности медицинской сестры диетической (приложение № 2);

1.3. Положение о Совете по лечебному питанию в лечебно-профилактических учреждениях (приложение № 3);

1.4. **Инструкцию по организации лечебного питания в лечебно-профилактических учреждениях** (приложение № 4);

1.5. Инструкцию по организации энтерального питания в лечебно-профилактических учреждениях (приложение № 5).

2. Контроль за выполнением настоящего Приказа возложить на заместителя Министра Р. А. Хальфина.



Министр  
Ю. Л. ШЕВЧЕНКО

**Приказ № 330 Министерства здравоохранения  
РФ от 05.08.2003 г. «О мерах по  
совершенствованию лечебного питания в  
лечебно-профилактических учреждениях  
Российской Федерации»**

«С целью оптимизации лечебного питания, совершенствования организации и улучшения управления его качеством в лечебно-профилактических учреждениях вводится новая номенклатура диет (система стандартных диет), отличающихся по содержанию основных пищевых веществ и энергетической ценности, технологии приготовления пищи и среднесуточному набору продуктов».

«Ранее применявшиеся диеты номерной системы (диеты NN 1-15) объединяются или включаются в систему стандартных диет, которые назначаются при различных заболеваниях в зависимости от стадии, степени тяжести болезни или осложнений со стороны различных органов и систем»

## Характеристика, химический состав и энергетическая ценность стандартных диет, применяемых в ЛПУ (больницах и др.)

Диеты	Общая характеристика	Белки, в т. ч. животные (г)	Жиры общие, в т. ч. растительные (г)	Углеводы общие, в т. ч. моно- и дисахариды (г)	Энергетическая ценность (ккал)
<b>ОВД</b>	Базисная	85-90 40-45	70-80 25-30	300-330 30-40	2170-2400
<b>ЩД</b>	Вариант диеты с механическим и химическим щажением	<u>85-90</u> 40-45	<u>70-80</u> 25-30	<u>300-350</u> 50-60	2170-2480
<b>ВД</b>	Вариант диеты с повышенным количеством белка	<u>110-120</u> 24-50	<u>80-90</u> 30	<u>250-350</u> 30-40	2080-2690
<b>НВД</b>	Вариант диеты с пониженным количеством белка	<u>20-60</u> 15-30	<u>80-90</u> 20-30	<u>350-400</u> 50-100	2120-2650
<b>НКД</b>	Вариант диеты с пониженной калорийностью	<u>70-80</u> 40	<u>60-70</u> 25	<u>130-150</u> 0	1340-1550

# Лечебное питание

1. LCHF (Не строгое кето)
2. ПАЛЕО диета
3. АИП (Аутоимунный протокол)
4. Бездрожжевая диета

# Принципы LCHF

## Нельзя

- Фрукты, сахар, мед
- Молоко, кефир
- Злаки
- Морковь, свекла, картофель, батат
- Масла с омега 6
- Бобовые

## Можно

- Мясо, рыба, птица, морепродукты, бекон
- Яйца
- Сливки — 30-40% жирности.
- Сметана — только самая жирная.
- Самый жирный творог и сыр
- Майонез домашний, жирные соусы
- Овощи, растущие над поверхностью земли
- Орехи
- Маслины, оливки
- Лимон, лайм, авокадо
- Грибы
- Ягоды
- Лапша ширатаки
- Сливочное масло
- Чиа, лен, кунжут



# Принципы ПАЛЕО

## Нельзя

- Злаки и псевдозлаки
- Бобовые
- Молочные продукты

## Можно

- Мясо и птица травяного откорма
- Субпродукты
- Рыба, морепродукты
- Яйца
- Овощи, ферментированные
- Грибы
- Фрукты
- Водоросли

# Принципы АИП

## Нельзя

- Злаки и псевдозлаки
- Бобовые
- Молочные продукты
- *Пасленовые (баклажан, картофель, томат, болгарский перец, чили, паприка, годжи, ашваганда, карри)*
- *Яйца*
- *Орехи*
- *Семена – анис, кориандр, кумин, фенугрек, горчица, кунжут, кардамон, ваниль, бадьян, можжевельник*
- *Стручковая фасоль и свежий зел.горошек на первых порах исключаются – потом первыми вводятся*
- *Грибы*

## Можно

- Перец черный
- Субпродукты
- Косный бульон
- Рыба
- Овощи до 10 стаканов, зелень
- Фрукты и ягоды не более 20 г фруктозы
- Сухофрукты
- Ферментация
- Гималайская соль
- Специи- корица, гвоздика, чеснок, имбирь, хрен, шафран, куркума
- Мука-Кокосовая мука 1/8 чашки в день, арроруттовая, кассава, батата, тапиоки, чуфы, водяного ореха, овощных бананов
- Уксусы-яблочный, винный, бальзамический
- Кэроб

# Принципы бездрожжевой диеты

## Нельзя

- Молочные продукты
- Дрожжи
- Фрукты/ягоды/сухофрукты
- Сахар, все сиропы, трегалоза, эритритол
- Кофе, какао, шоколад
- Глютен и кукурузу
- Пасленовые-болгарский перец, баклажан, ягоды годжи, картофель, томаты
- Все бобовые (кроме чечевицы)
- Белый рис
- Тыква, морковь, свекла, батат
- Грибы
- Орехи (кроме кедрового)
- Яйца

## Можно

- Курица, индейка, перепелка, утка
- Говядина, баранина, кролик, телятина
- Субпродукты- желудки, печень, почки, язык, сердце
- Стевия
- Гречка, бурый и дикий рис, амарант, пшено, киноа, овес
- Рыба
- Морепродукты
- Кокосовое молоко, овсяное молоко
- Разрешенные овощи и зелень
- Лен, семена тыквы, мак
- Клюква, брусника, облепиха, лимон
- Чечевица
- Кедровый орех

Программа	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>КЕТО</b>	1400	20% 70г	70% 108г	10% 35г
<b>ПАЛЕО</b>	1400	24% 84г	56% 87г	20% 70г
<b>АИП</b>	1400	24% 84г	56% 87г	20% 70
<b>Бездрожжевая</b>	1300/1800	20% 65г	54% 78г	26% 85г
<b>Выход из голода</b>	900	17%	26%	57%

# Персонализированное (индивидуальное) питание

1. При обострении заболеваний ЖКТ
2. Поздний послеоперационный период
3. При анорексии
4. Подагра
5. Аллергия IgE опосредованная
6. По результатам анализа крови, генетического анализа и т.п.