

**ТОЛСТОНОСОВ Дмитрій Юрійович**  
доцент кафедри бойового та  
логістичного забезпечення

**ЯРЕМЧУК Василь Іванович,**  
курсант 3-го відділення 120 навчальної  
групи ФЗДБ  
Київського інституту Національної  
гвардії України

## **ПРОБЛЕМАТИКА ПРОДОВОЛЬЧОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ВІЙСЬКОВИХ ФОРМУВАННЯ СЕКТОРУ БЕЗПЕКИ І ОБОРОНИ УКРАЇНИ**

Питання забезпечення харчуванням особового складу Національної гвардії України і інших військових формувань останнім часом постійно знаходяться в центрі уваги тому, що існуюча система харчування військовослужбовців потребує оновлення.

Одним із важливих напрямків забезпечення високого рівня боєздатності армії є збалансоване харчування особового складу. Необхідно зауважити, про відсутність норми харчування для військовослужбовців ЗСУ та інших військових формувань, які надають перевагу вегетаріанським продуктам харчування. Виникає необхідність розроблення і обґрунтування технологій продуктів і страв для комплектування раціонів і сухих пайків рослинними складовими. Специфічність харчової поведінки вегетаріанців і веганів спонукає розширити асортиментного набору продуктів, які входять до складу сухих пайків, корегування раціонів харчування для збалансованості, забезпечення адаптації організму військових до значних фізичних навантажень[4].

За результатами опитувань, у частинах та підрозділах Національної гвардії України може проходити службу до 5 % військовослужбовців з індивідуальною харчовою поведінкою. Тому розроблення і впровадження сухих пайків і раціонів харчування з комплектуючими рослинного походження наразі є актуальним. Для вирішення цієї проблеми необхідно враховувати:

- принципи раціонального харчування;
- фізіологічні потреби організму;
- формулу збалансованого харчування та хімічний склад продуктів;
- раціональний розподіл продуктів за стравами та прийомами їжі;
- використання дієтичних добавок як джерела вітамінно-мінеральних комплексів;
- введення продуктів, що містять функціональні інгредієнти спрямованої дії для забезпечення енергетичної повноцінності фактичного харчування та усунення дефіциту життєво важливих нутрієнтів у раціоні;
- різноманітність харчування [5].

Проблемі харчування військових присвячено багато робіт як у засобах масової інформації, так і у наукових роботах В.Ю. Михайльця, М.П. Гуліч, Ю.М. Депутата, І.П. Козяріна, Р.С. Рахманова, В.І. Ципріяна та ін. [1-3].

Аналіз вмісту вегетаріанських та веганських пайків у арміях країн НАТО дає можливість констатувати, що їх калорійність відповідає потребам організму в різних умовах обстановки. За даними спеціальної комісії Research Task Group-154 Північноатлантичного альянсу, енергетичні витрати в ході звичайних операцій становлять не менше 3600 ккал на добу і 4900 ккал на добу – у бойових операціях.

А питання біологічної та харчової цінності потребує ретельного дослідження, впровадження результатів наукових досягнень в області харчових технологій, гігієни харчування, медицини [6, 7, 8, 9]. Велику зацікавленість науковців щодо формування вегетаріанських і веганських сухих пайків викликають продукти рослинного походження, що містять функціональні інгредієнти на основі природних білків, вуглеводів, антиоксидантів.

З метою удосконалення складу норм харчування пропоную провести аналіз набору сухих продуктів країн-членів НАТО, щоб в подальшому внести пропозиції по покращенню асортименту харчових продуктів у складі харчових раціонів для військовослужбовців Збройних Сил України.

Формування наборів індивідуальних раціонів харчування для військових в передових країнах світу має свої особливості, які базуються на національних кулінарних традиціях та смакових вподобаннях. Так, у військових підрозділах США використовують сухий пайок MRE – Meals, Ready-to-Eat (їжа, готова до вживання), який розрахований на один прийом їжі. Існує 24 різновиди MRE, в т. ч. вегетаріанський. Складається з основної страви та продуктів, що не потребують термічної обробки і максимально підготовлені до вживання.

Особливістю американських сухих пайків, як і більшості армій НАТО, є присутність в них різноманітних енергетичних батончиків, горіховофруктових сумішей та десертів (бісквіти, мюслі тощо). При цьому у основних стравах перевага надається натуральній їжі.

Сухі пайки канадської армії Individual Meal Pack (IMP) розраховані на 3 прийоми їжі. Канадські IMP мають 21 різновид меню, з яких – 7 для сніданків, а 14 – денні та вечірні раціони. В набір страв входять супи, другі страви, консервовані фрукти, десерти (пудинг, горіхова паста, вівсянка, цукерки, шоколад тощо), напої (протеїнові коктейлі, енергетики, чай, кава, фруктові коктейлі), хліб. В армії Великої Британії армійські сухі пайки розраховані для добового споживання. Пропонується 2 основні страви (на сніданок і обід) та закуска на вечерю. Пайок містить багато солодоців (цукерки, суміші із сухофруктів і горіхів, батончики, мюслі, фрукти, печиво, пудинг, шоколад, джем), напої, жуйки.

Сухі пайки в армії Німеччини розраховані на 2 прийоми їжі. Особливістю є присутність в пайку традиційних німецьких ковбасок із свинини. Крім того, є 2 основні страви та закуска (бутерброди, пиріг тощо),

десерт (фруктовий салат, шоколад, печиво, бісквіти, джем або желе), сирні спреди, порошкові соки, розчинна кава, чай.

Французькі військові забезпечуються сухим пайком RCIR (Reheatable Combat Individual Ration). Енергетична цінність пайка становить 3200 ккал. У кожному пайку є по дві основні страви, закуска, бісквіт, різноманітні десерти (шоколадний пудинг, солоні і солодкі галети, фруктові желе, ананаси, енергетичний батончик, какао з цукром, чай, кава тощо).

З 2017 р. до ССО ЗС Франції надійшов новий сухий пайок, який відрізняється підвищеною енергетичною цінністю (3 900 кілокалорій) і менш суворими вимогами до умов зберігання.

Що ж стосується ЗС України, то на сьогоднішній день на постачанні є два види індивідуальних наборів харчування – старий (норма № 10 – повсякденний набір сухих продуктів) зразка 2001 р. та новий (норма № 15 – добовий польовий набір продуктів) зразка 2017 р. Розраховані на три прийоми їжі.

Норма № 10 має бідний асортимент страв, який складається, в основному, з м'ясних та м'ясо-рослинних консервів, готових для безперервного споживання терміном до трьох діб. Енергетична цінність складає 3800 кілокалорій (ккал) на добу.

Норма № 15 складається з готових до вжитку страв (першої та других в асортименті) в реторт-упаковках, галет, сухарів, джему, меду, спецій. Існує в двох варіантах: звичайний – з калорійністю не менше 3 500 ккал та посилений – 4 100 ккал, який призначений для осіб, які мають підвищене фізичне навантаження. При цьому безполумєним нагрівачем для кожного прийому їжі комплектується лише посилений варіант.

На відміну від наборів харчування зарубіжних армій, вітчизняні сухі пайки складаються в основному з перших та/або других страв. Звертає на себе увагу низька забезпеченість напоями, десертами солодощами, енергетичними батончиками, сухими горіхово-фруктовими сумішами тощо. При цьому енергетична складова вітчизняних наборів практично не поступається зарубіжним [10].

Отже, врахування досвіду провідних армій світу може суттєво поліпшити організацію продовольчого забезпечення щодо забезпечення певних потреб військовослужбовців. Також слід розуміти, що введення рослинних сухпайків – це не зміна самого харчування у НГУ та ЗСУ, а лише його доповнення та розширення. Подальші наукові дослідження доцільно зосередити на розробленні раціону сухого пайка, який би враховував потреби військовослужбовців підрозділів спеціального призначення.

### Список використаної літератури:

1. Гуліч М.П. Здоров'я людини: наукові основи харчування. Здоров'я України. 2003. № 1. С. 38-39.

2. Стародубцев С. О. Математичні моделі оптимізації раціонів харчування військовослужбовців. Системи озброєння і військова техніка. 2008. № 2. С. 111-114.
3. Карпенко П.О., Пересічна С.М., Грищенко І.М., Мельничук Н. О. Основи раціонального і лікувального харчування: навч. посіб. К.: Київ. НТЕУ, 2011. 504 с.
4. Товма Л.Ф., Морозов І. М., Суконько С.В. Обґрунтування складу сухих пайків і раціонів харчування для військовослужбовців з особливими потребами. DOI: <https://doi.org/10.33405/2409-7470/2023/1/41/280867>
5. Депутат Ю.М. Гігієнічне обґрунтування корекції загальновійськового добового раціону харчування військовослужбовців строкової служби Збройних Сил України: автореф. дис. канд. мед. наук: 14.02.01. Київ, 2010. 19 с.
6. Товма Л.Ф. Удосконалення якості лікувального харчування військовослужбовців у стаціонарних і польових умовах. ScienceRise. 2017. № 2/1 (31). С. 6–15.
7. Основи військової гігієни. Санітарний нагляд і медичний контроль за харчуванням військ. Медицина. Особиста гігієна. URL: <http://www.sitesforyou.tk/chastin.html>
8. Intelmeal. Харчова цінність, хімічний склад і калорійність. URL: <http://www.intelmeal.com>
9. Досвід застосування індивідуальних раціонів харчування військовослужбовців: реалії та перспективи: URL: <https://camjournal.com/index.php/journal/article/download/42/38>