

Date: 17th February-2026

**SHAHAR O'RTA MAKTAB O'QUVCHILARINING OVQATLANISH TARTIBI
VA XUSUSIYATLARINI GIGIENIK BAHOLASH**

Abdurashidova Dilduza Raxmatullayevna

Andijon davlat tibbiyot instituti

Ijtimoiy gigiyena va sog'liqni saqlash kafedrası 1-kurs magistri

Andijon, Uzbekiston

Izox. Maqolada O'zbekiston ta'lim tashkilotlarida maktab o'quvchilarining ovqatlanishini tashkil etishga gigiyenik baho berilgan. So'nggi o'n yillikda issiq ovqat bilan qamrab olish ko'rsatkichi 91,4 foizga o'sgani, bir qator hududlarda 1-4-sinf o'quvchilari o'rtasida 100,0 foizga yetgani aniqlandi. Sog'liqni saqlash holatini hisobga olgan holda ovqatlanishda individual yondashuvni talab qiladigan maktab o'quvchilarini issiq ovqat bilan qamrab olish umuman O'zbekiston bo'yicha 92,7% ni tashkil etdi. Maktab nonushtasi va tushligining ozuqaviy va biologik qiymatini baholash shuni ko'rsatdiki, taomnoma o'sayotgan organizmning C va B vitaminlariga bo'lgan ehtiyojini qoplaydi.

Tayanch iboralar: ovqatlanishni tashkil etish, ta'lim tashkilotlari, maktab o'quvchilari, issiq ovqat va ratsionning biologik qiymati.

**РЕЖИМ И ОСОБЕННОСТИ ПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ ГОРОДСКОЙ
СРЕДНЕЙ ШКОЛЫ ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА**

Абдурашидова Дилфуза Рахматуллаевна

Андижанский государственный медицинский институт

магистр 1 курса кафедры социальной гигиены и здравоохранения

Андижан, Узбекистан

Резюме. В статье дана гигиеническая оценка организации питания школьников в образовательных организациях Узбекистана. Установлено, что за последнее десятилетие охват горячим питанием увеличился на 91,4%, а в ряде регионов среди учащихся 1-4 классов достиг 100,0%. Охват горячим питанием школьников, требующих индивидуального подхода к питанию с учетом состояния здоровья, в целом по Узбекистану составил 92,7%. Оценка пищевой и биологической ценности школьного завтрака и обеда показала, что меню покрывает потребность растущего организма в витаминах С и В.

Ключевые слова: организация питания, образовательные учреждения, школьники, горячее питание и биологическая ценность рациона.

Kirish. Aholining hayot sifati va darajasini oshirish, sog'lom umr ko'rish davomiyligini uzaytirish davlatimizning eng muhim vazifasidir. "Fuqarolarni sog'lom turmush tarziga, shu jumladan sog'lom ovqatlanishga va zararli odatlardan voz kechishga



Date: 17th February-2026



undash tizimini shakllantirish" Respublika loyihasini (keyingi o'rinlarda "Demografiya" milliy loyihasining "Jamoat salomatligini mustahkamlash" Respublika loyihasi deb ataladi) amalga oshirishdan kutilayotgan natijalardan biri sog'lom ovqatlanish vektorini ham uyushgan jamoalarda, aslida taomlar tanlovi oldindan belgilab qo'yilgan bo'lsa, ham uy ovqatlanishida, ovqatlanishning to'g'ri va sog'lom tuzilishini mustaqil ravishda belgilab, taomlar va mahsulotlarni oqilona tanlash imkonini beruvchi O'zbeklar tafakkurida amalga oshirishdir [2-4].

Shubhasiz, ovqatlanish tarkibi bolalarning oziq-ovqat moddalari, vitaminlar va mineral moddalarga bo'lgan fiziologik ehtiyojlarini qondirishi, shuningdek, sog'lom ovqatlanish ko'nikmalarini, sog'lom ovqatlanish odatlarini, sog'lom ovqatlanish xulq-atvorini shakllantirishi kerak. Ayniqsa, bu jihatlar maktab bolalari uchun dolzarbdir. Umumiy ta'lim olish davrida maktab o'quvchisining organizmi ham aqliy, ham jismoniy zo'riqlashlarni boshdan kechiradi, bu energiyaning ko'p sarflanishi, vitaminlar va mikroelementlarga bo'lgan ehtiyojning yuqoriligi bilan bog'liq [1,3,8].

O'quvchilarning maktabda bo'lish davrida oqilona ovqatlanishini tashkil etish ularning salomatligi va ta'lim samaradorligini saqlashning asosiy omillaridan biridir, chunki bolalar ta'lim muassasasida har kuni 8 soatgacha vaqt o'tkazadilar [1,4,9].

Shuni ta'kidlash kerakki, butun dunyoda maktab ovqatlanishiga bolalarning oziq-ovqat xavfsizligi va ijtimoiy-iqtisodiy farovonligini ta'minlaydigan, bolalikning ilk davridan boshlab sog'lom ovqatlanish odatlarini shakllantirishga ta'sir ko'rsatadigan omillardan biri sifatida katta ahamiyat beriladi [2,4,7]. Mamlakatlarning har biri maktabda ovqatlanish tizimini tashkil etish bo'yicha o'z milliy tajribasiga ega bo'lib, bu davlat ijtimoiy ta'minotiga ega mamlakatlarda eng ko'p rivojlangan [5-9].

O'zbekiston maktab ovqatlanish tizimini rivojlantirishning boy tarixiga ega bo'lib, u har doim o'sib kelayotgan avlod salomatligini saqlashda muhim vazifalardan biri sifatida qaralgan va davlat milliy xavfsizligining asosi hisoblanadi [2,7].

Shunday qilib, Sovet Ittifoqi davrida maktab nonushtasi va tushligi majburiy, ayrim ijtimoiy guruhlar uchun esa bepul edi. Taomnoma kerakli kaloriya va oqsil, yog' va uglevodlar nisbatini hisobga olgan holda tuzildi. Taomnomani tuzishda "Mazali va sog'lom ovqatlanish haqida kitob" asosiy mo'ljal bo'lgan.

Aynan u maktab o'quvchilariga qovurilgan, achchiq va ziravorli taomlarni taqiqlab, o'rniga sutli bo'tqalar, sho'rvalar va kisellarni taklif qildi. Sog'lom ovqatlanish tamoyillarining uzluksizligi bugungi kunda maktab o'quvchilarining ovqatlanishini tashkil etish bo'yicha amaldagi me'yoriy hujjatlar bilan to'liq belgilangan [2-6]. Maktab o'quvchilarining ovqatlanishi dolzarb muammolardan biri ekanligini hisobga olgan holda, hozirgi vaqtda umumiy o'rta ta'lim muassasalarida ovqatlanishni tashkil etishni takomillashtirish ijro etuvchi hokimiyat organlari, O'zbekiston subyektlarining ijro etuvchi hokimiyat organlari va boshqa manfaatdor tuzilmalar faoliyatining eng muhim yo'nalishlaridan biridir, chunki bu millat salomatligini saqlash va mamlakatdagi demografik vaziyatni yaxshilash vazifalari bilan bevosita bog'liq. Bu esa mazkur tadqiqotning dolzarbligini belgilab berdi.

Date: 17th February-2026

Tadqiqotning maqsadi shahar ta'lim tashkilotlarida maktab o'quvchilarining ovqatlanishini tashkil etishni gigiyenik baholashdan iborat.

Materiallar va usullar. Tadqiqot materiallari "O'zbekiston Respublikasining sanitariya qoidalari, normalari va gigiyena normativlari, 22.07.2021 yildagi 0017-21-son" xizmati tomonidan 22.07.2021 o'quv yilida umumiy o'rta ta'lim tashkilotlari va umumiy o'rta ta'lim tashkilotlariga umumiy ovqatlanish va oziq-ovqat mahsulotlarini yetkazib berish xizmatlarini ko'rsatuvchi tashkilotlar bo'yicha o'tkazilgan monitoring ma'lumotlari va nazorat tadbirlari natijalari hisoblanadi. Tadqiqotda ilmiy tahlil, sanitar-tavsifiy, statistik usullardan foydalanilgan.

Ma'lumotlarning statistik tahlili Statistica 10.0 va Microsoft Excel paketlaridan foydalangan holda standart usullardan foydalangan holda amalga oshirildi. Ko'rsatkichlarni baholash tavsifiy statistika usullarini qo'llash orqali amalga oshirildi.

Natijalar. Deyarli har bir maktab ta'lim faoliyati bilan bir qatorda bolalar salomatligini muhofaza qilish va aholi darajasida salomatlik buzilishining oldini olish funksiyalarini bajaradigan amaldagi sanitariya me'yorlari va qoidalariga amal qilgan holda bolalar ovqatlanishini tashkil etish bo'yicha xizmatlar ko'rsatadi.

O'zbekistonda 2015/25 yillar davomida 22 mingdan ortiq umumta'lim tashkilotlari barqaror faoliyat ko'rsatdi. 2014-2025 yillarda umumta'lim tashkilotlari soni 7,8 foizga oshgan. So'nggi 10 yil ichida maktab o'quvchilari soni har yili o'sib bordi, o'rtacha o'sish sur'ati yiliga 3,3% ni tashkil etdi. 2024-2025 o'quv yilida maktab o'quvchilarini issiq ovqat bilan qamrab olish ko'rsatkichi so'nggi 10 yildagi rekord darajaga yetib, 88,2 foizni tashkil etdi.

1-4-sinf o'quvchilarini ovqatlanish bilan qamrab olish 2024/25 o'quv yili yakunlari bo'yicha 94,7% ni tashkil etdi, O'zbekiston subyektlari bo'yicha ushbu ko'rsatkichning tebranish diapazoni 98,4 dan 100% gacha; 5-11-sinflar - 85,5%. Ushbu yosh guruhidagi barcha bolalar istisnosiz O'zbekistonning 5 ta subyektida maktabda issiq ovqat bilan ta'minlangan. Ushbu natijalarga ko'p jihatdan 2011-2016 yillarda maktab ovqatlanish tizimini modernizatsiya qilish orqali erishildi. [1].

Modernizatsiya zarurati ko'p yillik kuzatuvlar va maktab yoshidagi bolalar va o'smirlar ovqatlanishining miqdoriy va sifat ko'rsatkichlarini baholash bilan bog'liq edi. Bu muvozanatsiz ovqatlanish va uning uglevod modeli bilan tavsiflangan butun mamlakat uchun umumiy muammolarni aniqlash imkonini berdi. Bolalarning sog'lom ovqatlanishini tashkil etish, sog'lom ovqatlanish ko'nikmalari va ehtiyojlarini shakllantirish O'zbekiston va boshqa mamlakatlar uchun dolzarb vazifa hisoblanadi [5].

Individual yondashuvni talab qiladigan kasalliklarga chalingan bolalarning ovqatlanishini tashkil etish masalalarini hal qilishda ma'lum qiyinchiliklar yuzaga keladi. Bular qandli diabet, seliakiya, fenilketonuriya, mukovissidoz va oziq-ovqat allergiyasi bilan og'rigan bolalardir. O'zb.SSV tomonidan SSV 2.4.0162-196 tayyorlangan va amalga kiritilgan bo'lib, unda quyidagilar taqdim etilgan: qandli diabet, seliakiya, fenilketonuriya, mukovissidoz va oziq-ovqat allergiyasi bilan og'rigan bolalarning individual ovqatlanishini tashkil etish algoritmlari; ushbu turdagi patologiyalar bilan og'rigan bolalarning



Date: 17th February-2026



ovqatlanishida ruxsat etilmaydigan oziq-ovqat mahsulotlari ro'yxati; yashirin glyutenli mahsulotlar ro'yxati; ushbu kasalliklar guruhi bilan og'rigan bolalarning ovqatlanishini tashkil etish uchun oziq-ovqat to'plamlari, ovqatlanish tartibi bo'yicha guruhlangan; kasallik bilan og'rigan bolalar uchun menyu tuzish uchun taomlar retseptlari; asosiy oziq-ovqat guruhlari bo'yicha non birliklari keltirilgan.

102 ta hududiy va munitsipal ta'lim boshqaruv organlari, 49 ta ovqatlanish tashkilotchilari (operatorlari), 927 ta umumta'lim tashkilotlari, 430 ta maktabgacha ta'lim tashkilotlari, 60 ta bolalar dam olish va sog'lomlashtirish tashkilotlari hamda 23 ta bolalar 24 soat bo'ladigan tashkilotlar dasturiy vositaga ulangan. Monitoring ma'lumotlariga ko'ra, O'zbekiston bo'ylab 1-4-sinf o'quvchilari orasida individual yondashuvni talab qiladigan kasalliklarga chalingan bolalarning ulushi barcha maktab o'quvchilarining 0,5 foizini tashkil etadi. Individual yondashuvni talab qiladigan kasalliklarga chalingan 1-4-sinf o'quvchilarini issiq ovqat bilan qamrab olish darajasi 2024/25 o'quv yili yakuni bo'yicha 92,7% ni tashkil etdi.

Maktabda ovqatlanmaydigan bolalarning 69 foizi uchun uyidan olib kelingan ovqatni qabul qilish uchun sharoitlar tashkil etilgan. Mintaqaviy xususiyatlarni hisobga olgan holda maktab o'quvchilarining ovqatlanishini tashkil etishda asosiy ahamiyat maktab o'quvchilarining ovqatlanishini tashkil etishning infratuzilmaviy rivojlanishi va resurs ta'minoti vektorlarini belgilaydigan mintaqaviy ovqatlanish logistikasiga tegishli. O'zbekiston bo'yicha umumiy o'rta ta'lim tashkilotlarining mavjud oziq-ovqat bloklari tarkibida 75,9% xom ashyo bilan ishlash uchun jihozlangan, maktablarning 17,5% oziq-ovqat bloklari (4 093) faqat yarim tayyor mahsulotlarda ishlashi mumkin, maktablarning 6,6% bufet-tarqatish rejimida ishlaydi. Shu bilan birga, 712 ta oziq-ovqat bloki zarur sharoitlarga ega bo'lmagan holda xomashyo asosida ishlaydi, bu esa asossiz epidemiologik va texnologik xavflarni keltirib chiqaradi.

196 ta maktabda o'quvchilarning ovqatlanishi boshqa tashkilotlarning oshxonalari negizida tashkil etilgan. Zamonaviy variantda ovqatlanishni tashkil etishning mintaqaviy yo'naltirilgan logistikasi ovqatlanishni tashkil etishning uchta variantini nazarda tutadi: 1) maktab ovqatlanish kombinatlarini jalb qilgan holda ovqatlanish; 2) ovqatlanish operatorlari va oziq-ovqat mahsulotlarini yetkazib beruvchilar orqali ovqatlanishni tashkil etish; 3) uchinchi tomon tashkilotlarini jalb qilmasdan ovqatlanishni tashkil etish. Oziq-ovqat kombinatlarini jalb qilgan holda umumiy o'rta ta'lim tashkilotlarining 15,4 foizida ovqatlanish tashkil etildi. Maktablarning 46,4 foizi ovqatlanishni tashkil etish bo'yicha ovqatlanish operatorlari va oziq-ovqat mahsulotlari yetkazib beruvchilarni jalb qilgan holda ishlamoqda. Umumiy o'rta ta'lim tashkilotlarining 38,2 foizida ovqatlanish uchinchi tashkilotlarni jalb qilmagan holda umumiy o'rta ta'lim tashkilotlari tomonidan ta'minlanadi. Ovqatlanishni tashkil etishning turli shakllari (maktab ovqatlanish kombinatlari, ta'minotchilar va/yoki ovqatlanish operatorlari, ovqatlanishni tashkil etishning mustaqil shakli) da maktab o'quvchilarining ovqatlanishini tavsiflovchi ko'rsatkichlarning qiyosiy tavsifi natijalari shuni ko'rsatadiki, xom ashyo siklida ishlay olmaydigan, ammo xom ashyoda ishlashni davom ettiradigan ovqatlanish bloklarining eng

Date: 17th February-2026

katta ulushi ta'minotchilar xizmatidan foydalangan holda ovqatlanishni tashkil etishda qayd etilgan, bu esa asossiz qo'shimcha epidemiologik xavflarni keltirib chiqaradi.

Bolalar ovqatlanishida xorijiy mahsulotlardan foydalanadigan maktablarning eng katta ulushi maktab ovqatlanish kombinatlari formatida ovqatlanishni tashkil etishda qayd etilgan, bunda mahsulotlarning quyidagi guruhlari - mevalar, sabzavotlar va go'sht ustunlik qilgan.

Porsiyalashning buzilishi autorsing shaklidagi xizmatlarga murojaat qilmasdan ovqatlanishni tashkil etishda ishlaydigan maktablarda statistik jihatdan sezilarli darajada ko'proq qayd etilgan; ovqatlanishni tashkil etishning ushbu shaklida ham nonushta, ham tushlikda iste'mol qilinmagan ovqatning solishtirma og'irligi ko'rsatkichlari sezilarli darajada yuqori bo'lgan - o'rtacha va maksimal ko'rsatkichlar.

2024/25 o'quv yilida maktab nonushta va tushlik taomlarining (jami 19 111 ta taomnoma tahlil qilingan) ozuqaviy va biologik qiymatini baholash davomida nonushta va tushlik taomlarining umumiy vaznining o'rtacha ko'rsatkichlari gigiyenik talablarga javob berishi aniqlandi. Porsiya hajmini kamaytirish holatlari o'rganilgan porsiyalar sonining 1,5% dan oshmadi. Kunlik ehtiyoj me'yori to'liq hajmda vitamin V1, yod va selen bo'yicha taomnoma bilan qoplandi. Maktab nonushta va tushlik ovqatlarida D vitamini yetishmovchiligi, tushlik ovqatlarida esa fosfor yetishmovchiligi kuzatildi.

O'zbekistonning 41 ta subyektida amalda sotiladigan nonushta taomnomasida porsiyalar umumiy massasini kamaytirish holatlari, 18 ta subyektda tushlik taomlari qayd etilgan. 2024/25 o'quv yilida ushbu qoidabuzarliklarning uchrash chastotasi 2 baravardan ko'proq kamaydi.

Nazorat-nazorat tadbirlari davomida aniqlangan qoidabuzarliklar orasida maktablar oziq-ovqat bloklari ishining rejim masalalariga rioya qilishning buzilishi eng keng tarqalgan bo'lib, 38,7% ni tashkil etdi. 2024/25 o'quv yilida oziq-ovqat mahsulotlarini yetkazib beruvchilarga nisbatan tekshiruvlar davomida aniqlangan namunaviy qoidabuzarliklar qatoriga quyidagilar kiritildi: kuzatuv hujjatlariga e'tirozlar; mahsulotlarning shartnoma hujjatlarida ko'rsatilgan sifat ko'rsatkichlariga nomuvofiqligi; mahsulotlarni tamg'alashga e'tirozlar; oziq-ovqat mahsulotlarini saqlash, tashish shartlari va muddatlarining buzilishi; gigiyenik o'qitilmagan va tibbiy ko'rikdan o'tmagan shaxslarni ishga qo'yish. Shu bilan birga, O'zbekistonning aksariyat subyektlari bo'yicha monitoring davrida ushbu ko'rsatkichlarning ijobiy dinamikasi qayd etildi.

Umumta'lim tashkilotlarida O'zbekiston maktab o'quvchilarining ovqatlanishini tashkil etishni gigiyenik baholash maktab ovqatlanish tizimi samaradorligining miqdoriy va sifat ko'rsatkichlarining ijobiy dinamikasini aniqladi. O'z.SSV tomonidan oziq-ovqat mahsulotlari yetkazib beruvchilar va umumta'lim tashkilotlariga nisbatan amalga oshirilgan nazorat-kuzatuv tadbirlari samarali bo'lib, bolalarning hayoti va sog'lig'iga tahdid xavfini oldini olishga, sog'lom maktab ovqatlanish bazasini shakllantirishga yordam berdi. Maktab o'quvchilarining ovqatlanishi monitoringi ota-onalar nazorati tadbirlarining ahamiyati va samaradorligini ko'rsatdi.



Date: 17th February-2026

ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Onishenko G.G. Obespecheniye sanitarno-epidemiologicheskogo blagopoluchiya detskogo naseleniya Rossii // Gigiyena i sanitariya. 2008. 2-son. S. 72-78.
2. Boyko M.N., Novikova I.I., Kriga A.S., Lyapin V.A. Gigiyenicheskaya otsenka sistemi shkolnogo pitaniya v Omskovoy oblasti // Zdorove naseleniya i sreda obitaniya. 2013. No 8 (245). S. 40-42.
3. Gorelova J.Yu., Bakanov M.I., Mazanova N.N. va boshqalar. Vozmojnosti alimentarnoy korreksii nutritivnogo statusa u shkolnikov // Prilojenije k elektronnomu periodicheskomu izdaniyu "Zdorove semi - 21 vek." 2015. No S. S. 98-101.
4. Senatorova O.V., Smetanina S.A., Xramova Ye.B., Sergeychik O.I., Dvorskaya A.A., Senatorov M.Yu. Xarakteristika nutritivnogo statusa i ratsiona pitaniya molodix lyudey // Meditsinskaya nauka i obrazovaniye Urala. 2019. 20-jild. No 2 (98). S. 176-179.
5. Tørslev MK, Nørredam M, Vitus K. Exploring foodscapes at a Danish Public School: How emotional spaces influence students' eating practices. Food Cult Soc. 2017;20(4):587-607. doi: 10.1080/15528014.2017.1357946
6. Vieux F, Dubois C, Duchêne C, Darmon N. Nutritional quality of school meals in France: impact of guidelines and the role of protein dishes. Nutrients. 2018;10(2):205. doi: 10.3390/nu10020205
7. Persson Osowski C, Göransson H, Fjellström C. Teachers' interaction with children in the school meal situation: the example of pedagogic meals in Sweden. J Nutr Educ Behav. 2013;45(5):420-427. doi: 10.1016/j.jneb.2013.02.008
8. Thompson HR, Gosliner W, Ritchie L, et al. The impact of a multipronged intervention to increase school lunch participation among secondary school students in an urban public school district. Child Obes. 2020;16(S1):S14-S22. doi: 10.1089/chi.2019.0233
9. Hyska J, Burazeri G, Menza V, Dupouy E. Assessing nutritional status and nutrition-related knowledge, attitudes and practices of Albanian schoolchildren to support school food and nutrition policies and programmes. Food Policy. 2020;96(9094):101888. doi: 10.1016/j.foodpol.2020.101888

