УТВЕРЖДАЮ

Руководитель Управления

Роспотребнадзора по городу Москве

Н.Н. Филатов

25 февраля 2008 года

УТВЕРЖДАЮ

Директор НИИ гигиены

детей и подростков НЦЗД РАМН

В.Р. Кучма

25 февраля 2008 года

ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА

РАЦИОНОВ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ (ВОСПИТАННИКОВ)

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

1. Разработаны Управлением Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по городу Москве (Филатов Н.Н., Синякова Н.В., Мосов А.В. - ответственный исполнитель) и Научно-исследовательским институтом гигиены и охраны здоровья детей и подростков Научного центра здоровья детей Российской академии медицинских наук (Кучма В.Р., Горелова Ж.Ю.).

2. Утверждены руководителем Управления Роспотребнадзора по г. Москве, главным государственным санитарным врачом по г. Москве Филатовым Н.Н. и директором Научно-исследовательского института гигиены и охраны здоровья детей и подростков Научного центра здоровья детей Российской академии медицинских наук Кучмой В.Р. 25 февраля 2008 года.

3. Введены в действие с 15 апреля 2008 года.

4. Введены впервые.

**1. Общие положения**

Методические рекомендации предназначены для специалистов Управления Роспотребнадзора по городу Москве и его территориальных отделов, осуществляющих надзор за условиями воспитания и обучения, а также для специалистов ФГУЗ "Центр гигиены и эпидемиологии в городе Москве" и его филиалов, к функциональным обязанностям которых относится обеспечение надзора за условиями воспитания и обучения. Методические рекомендации могут также использоваться специалистами, осуществляющими на объектах дошкольного и школьного питания производственный контроль за соблюдением санитарного законодательства.

Определения понятий, используемых в методических рекомендациях, приводятся в приложении А (только для целей использования настоящих Методических рекомендаций).

Методические рекомендации определяют порядок и методику проведения гигиенической оценки как фактических рационов питания обучающихся (воспитанников), так и проектов технических документов - типовых рационов питания обучающихся (воспитанников), подлежащих согласованию в установленном порядке.

Гигиеническая оценка фактического рациона питания обучающихся и воспитанников (далее - гигиеническая оценка) проводится:

- при осуществлении государственного санитарно-эпидемиологического надзора за организацией питания обучающихся (воспитанников) в образовательных, оздоровительных и других детских (подростковых) учреждениях, в том числе при проведении мероприятий по надзору (контролю) в отношении указанных объектов, а также базовых предприятий питания, формирующих рационы питания обучающихся и воспитанников;

- при санитарно-эпидемиологической экспертизе образовательной деятельности.

Гигиеническая оценка проектов типовых рационов питания проводится при проведении санитарно-эпидемиологической экспертизы проектов соответствующих технических документов и (или) их согласовании в установленном порядке, с выдачей санитарно-эпидемиологического заключения главного государственного санитарного врача (на проектную документацию), до утверждения типового рациона питания руководителем образовательного (оздоровительного) учреждения и (или) руководителем предприятия питания и до начала его использования при организации питания обучающихся, воспитанников.

Согласование проектов типовых рационов питания осуществляется на основании требований санитарных правил в общеобразовательных учреждениях (п. 2.12.2 СанПиН 2.4.2.1178-02 <1> [11]), дошкольных образовательных учреждениях <2> (п. 2.10.17 СанПиН 2.4.1.1249-03 [12]), специализированных учреждениях для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации (п. 4.4 СанПиН 2.4.1201-03 [14]), загородных стационарных учреждениях отдыха и оздоровления детей (п. 8.11 СанПиН 2.4.4.1204-03 [16]), оздоровительных учреждениях с дневным пребыванием детей в период каникул (п. 10.3 СП 2.4.4.969-00 [17]) и др., а также при перевозке железнодорожным транспортом организованных детских коллективов (п. 2.1.7 СП 2.5.1277-03 [21]). С учетом сложившейся практики другие виды образовательных учреждений, как правило, также согласовывают рационы питания (примерные меню) обучающихся или воспитанников с органами, уполномоченными осуществлять государственный санитарно-эпидемиологический надзор (далее - органы Госсанэпиднадзора).

--------------------------------

<1> Здесь и далее в тексте Методических рекомендаций приводятся только сокращенные наименования (обозначения) нормативных и методических документов. Полные наименования документов приводятся в приложении Б (в квадратных скобках приводится порядковый номер документа по перечню).

<2> Далее - ДОУ.

Санитарно-эпидемиологическая экспертиза типовых рационов питания и их проектов в городе Москве проводится в установленном порядке ФГУЗ "Центр гигиены и эпидемиологии в городе Москве", НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков Научного центра здоровья детей РАМН, ГУ НИИ питания РАМН и другими экспертными или научно-исследовательскими организациями в соответствии с их областью компетенции при обращении (по заявке) юридического лица (индивидуального предпринимателя), разработавшего или предполагающего использовать данный типовой рацион при организации питания обучающихся, воспитанников, а также в порядке государственного санитарно-эпидемиологического надзора. Санитарно-эпидемиологическая экспертиза типовых рационов питания и их проектов проводится в порядке государственного санитарно-эпидемиологического надзора при рассмотрении утверждаемых общегородских рационов питания, разработанных вышеперечисленными научно-исследовательскими организациями.

Целью гигиенической оценки типовых рационов питания и их проектов является установление соответствия или несоответствия рациона питания действующим санитарным правилам, нормам (в том числе нормам физиологической потребности в пищевых веществах и энергии), гигиеническим нормативам и иным обоснованным санитарно-эпидемиологическим (гигиеническим, медико-биологическим) требованиям, а также установление соответствия (несоответствия) их действующим Методическим рекомендациям, а также фактически сложившимся условиям организации питания на данном конкретном объекте.

Решение о возможности выдачи на проект типового рациона питания санитарно-эпидемиологического заключения принимается с учетом требований действующих санитарно-эпидемиологических правил, норм и гигиенических нормативов в зависимости от перечисленных в разделе 3 фактических условий организации питания, которые имеются на объекте.

С учетом фактических условий организации питания на конкретном объекте могут согласовываться (соответствующим письмом) отдельные замены одних видов кулинарной продукции другими с эквивалентной пищевой ценностью или незначительно отличающимися по пищевой ценности и используемым видам сырья при условии (в последнем случае) их корректировки соответствующими заменами в смежные дни, проводимыми таким образом, чтобы средненедельный количественный набор используемых пищевых продуктов оставался без изменений.

Гигиеническая оценка типовых рационов питания, уже согласованных в установленном порядке и используемых тем или иным юридическим лицом (индивидуальным предпринимателем) при организации питания обучающихся (воспитанников), осуществляется на этапе проведения мероприятий по надзору (контролю) в целях установления необходимости его пересмотра в случае, если типовой рацион питания не соответствует фактическим условиям организации питания детей и подростков, сложившимся на объекте в момент проведения мероприятий по надзору (контролю), а также в случае, если состояние здоровья и статус питания детей и подростков требует корректировки их рациона питания. В таких случаях должностными лицами органов государственного санитарно-эпидемиологического надзора делаются соответствующие предписания, а в случае несоответствия рациона питания санитарно-эпидемиологическим правилам, гигиеническим нормативам по результатам надзора выдается соответствующее санитарно-эпидемиологическое заключение (о несоответствии) либо отзывается выданный ранее документ о согласовании рациона питания.

Гигиеническая оценка фактического рациона питания обучающихся (воспитанников) осуществляется при каждом проведении мероприятий по надзору (контролю), в том числе общегородских рейдовых мероприятий, а также при проведении комплексной санитарно-эпидемиологической экспертизы образовательной деятельности.

Основанием для гигиенической оценки фактического рациона питания также может являться проведение расследований случаев массовых инфекционных и неинфекционных заболеваний при установлении их причинно-следственной связи с питанием детей и подростков в организованных [коллективах](http://www.alppp.ru/kol-vinogradn/).

При гигиенической оценке рационов питания обучающихся (воспитанников) используются нормативные и методические документы, перечисленные в разделе 2, а также критерии, приведенные в разделе 3 настоящих Методических рекомендаций.

**2. Нормативно-методическое обеспечение гигиенической**

**оценки рационов питания обучающихся (воспитанников)**

При проведении гигиенической оценки следует руководствоваться действующими нормативными документами, предъявляющими обязательные требования к организации и рациону питания детей и подростков, а также рекомендуемыми требованиями, которые содержатся в методических рекомендациях и национальных стандартах <1>. Перечень нормативных, методических, справочных документов и рекомендуемой литературы по данному вопросу приведен в приложении Б.

--------------------------------

<1> Нарушение рекомендуемых требований (рекомендаций) не является основанием для применения административных санкций или отклонения проекта рациона питания от согласования, но позволяет выносить обоснованные рекомендации по совершенствованию рациона питания обучающихся (воспитанников), в том числе письменно. Кроме того, при установлении факта нарушений рекомендуемых требований к формированию рациона питания детей и подростков в образовательных учреждениях целесообразно направлять информацию (со ссылкой на необязательный характер выполнения рекомендуемых требований) об этом в адрес органов исполнительной власти города Москвы, которые осуществляют на конкурсной основе предоставление права городского государственного заказа на товары и услуги для организации питания в образовательных учреждениях за бюджетные средства города Москвы, и другие уполномоченные органы исполнительной власти и местного самоуправления города Москвы.

В соответствии с Федеральным законом "О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения" ([1], ст. 17) при организации питания населения в специально оборудованных местах (включая столовые образовательных учреждений), в том числе при приготовлении пищи и напитков, их хранении и реализации населению, для предотвращения возникновения и распространения инфекционных заболеваний и массовых неинфекционных заболеваний (отравлений) должны выполняться санитарные правила. При организации питания в образовательных учреждениях обязательно соблюдение научно обоснованных физиологических норм питания человека [5]. В соответствии со ст. 28 того же Закона в образовательных учреждениях независимо от организационно-правовых форм должны осуществляться меры по профилактике заболеваний, сохранению и укреплению здоровья обучающихся и воспитанников, в том числе меры по организации их питания, и выполняться требования санитарного законодательства.

Целый ряд требований к пищевым продуктам, используемым в питании детей и подростков, которые нужно учитывать при проведении гигиенической оценки, предъявляется Федеральным законом "О качестве и безопасности пищевых продуктов" [2]. Так, например, в данном Законе содержатся исчерпывающий перечень пищевых продуктов, купля-продажа, реализация, хранение и перевозки которых запрещены законом (ст. 3); требования к товарно-сопроводительной документации и информации о качестве и безопасности пищевых продуктов (ст. 5); требования к обеспечению качества и безопасности пищевых продуктов, материалов и изделий при их изготовлении, реализации, хранении и перевозках (ст. 17, 19, 20); требования к обеспечению качества и безопасности пищевых продуктов при их расфасовке, упаковке и маркировке, в том числе требования к информации, в обязательном порядке размещаемой на этикетках или ярлыках (листках-вкладышах) пищевых продуктов (ст. 18) и др.

В соответствии со ст. 15 этого Закона предназначенные для реализации пищевые продукты должны удовлетворять физиологические потребности человека в необходимых веществах и энергии [5], отвечать обычно предъявляемым к пищевым продуктам требованиям в части органолептических и физико-химических показателей и соответствовать установленным нормативными документами требованиям к допустимому содержанию химических (в том числе радиоактивных), биологических веществ и их соединений, микроорганизмов и других биологических организмов, представляющих опасность для здоровья нынешнего и будущих поколений. Пищевая ценность продуктов для питания обучающихся (воспитанников) должна соответствовать функциональному состоянию организма детей (подростков) с учетом их возраста.

Основой объем обязательных требований к рациону питания обучающихся (воспитанников) в образовательных учреждениях определяется санитарно-эпидемиологическими правилами, нормами и гигиеническими нормативами. Среди них: СанПиН 2.3.2.1940-05 [6], СанПиН 2.3.2.1078-01 [7], СанПиН 2.3.6.1079-01 [8], СП 2.3.6.1066-01 [9], а также санитарные правила, предъявляющие требования к организации и рациону питания обучающихся (воспитанников) в отдельных видах учреждений: СанПиН 2.4.1.1249-03 [12] (пп. 2.10.14-2.10.21), СанПиН 2.4.2.1178-02 [11] (пп. 2.3.25, 2.12.1-2.12.2), СП 2.4.990-00 [13] (пп. 2.11.1-2.11.7), СанПиН 2.4.3.1186-03 [15] (пп. 2.7.2-2.7.3), СанПиН 2.4.4.1204-03 [16] и др. (см. приложение Б).

Неотъемлемой частью гигиенической оценки рационов питания является гигиеническая оценка ассортимента блюд и кулинарных изделий, включенных в рацион питания, рецептур и технологических процессов, используемых при их изготовлении, в том числе гигиеническая оценка технических документов (технические условия, технологические инструкции, рецептуры, технико-технологические карты), по которым выпускается кулинарная продукция.

Ассортимент пищевых продуктов, запрещенных для использования в питании обучающихся (воспитанников) в образовательных и оздоровительных учреждениях, приводится в соответствующих санитарных правилах - СанПиН 2.4.1.1249-03 [12] (пп. 2.10.34-2.10.35), СанПиН 2.4.2.1178-02 [11] (п. 2.12.5), СанПиН 2.4.4.1204-03 [16] (п. 8.8), СП 2.4.4.969-00 [17] (п. 10.11). При оценке ассортимента пищевых продуктов, блюд и кулинарных изделий должны также учитываться требования СанПиН 2.3.6.1079-01 [8] (пп. 7.8, 8.24) и ст. 3 Федерального закона "О качестве и безопасности пищевых продуктов". На момент выхода настоящих Методических рекомендаций подготовлен проект санитарных правил "Гигиенические требования к организации питания обучающихся", которые в случае их утверждения в установленном порядке также будет необходимо использовать при проведении гигиенической оценки рационов питания. В проекте санитарных правил предусмотрен расширенный перечень пищевых продуктов, которые не должны использоваться в питании обучающихся.

Основные обязательные требования к технологии приготовления кулинарной продукции для питания обучающихся (воспитанников) содержатся в СанПиН 2.3.6.1079-01 [8] (пп. 8.5-8.10, 8.13-8.15, 8.17-8.23), СанПиН 2.4.1.1249-03 [12] (пп. 2.10.30-2.10.31), СанПиН 2.4.2.1178-02 [11] (п. 2.12.5), СП 2.4.990-00 [13] (пп. 2.11.15-2.11.16).

Кроме того, обязательными для организации (базового предприятия питания, образовательного учреждения) являются требования технических документов, которые использует <1> данная организация при изготовлении кулинарной продукции (например, Технологической инструкции по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста [75] в случае, если организация указывает ее в качестве используемого технического документа).

Порядок разработки и использования технических документов на кулинарную продукцию определяется Федеральными законами "О качестве и безопасности пищевых продуктов" [2] и "О техническом регулировании" [3].

Техническими документами на кулинарную продукцию могут являться технические условия, технологические инструкции, рецептуры, технико-технологические карты <2> и др. документы. В качестве технического документа на изготовление кулинарной продукции, предназначенной для питания детей в ДОУ системы Департамента образования города Москвы, могут использоваться соответствующие Методические указания, утвержденные Департаментом образования города Москвы [59], а также стандарты организации, утвержденные в установленном порядке.

В соответствии со ст. 16, 17 Федерального закона "О качестве и безопасности пищевых продуктов" [2] и п. 8.2 санитарных правил СанПиН 2.3.6.1079-01 [8] <3> все технические документы на кулинарную продукцию подлежат санитарно-эпидемиологической экспертизе.

--------------------------------

<1> Т.е. добровольно принимает обязательства об использовании данных технических документов и указывает их обозначение в меню, других документах и маркировке кулинарной продукции.

<2> Технико-технологические карты оформляются в соответствии с Рекомендациями Министерства внешних экономических связей и торговли Российской Федерации от 12 июля 1997 г. (Порядок разработки, рассмотрения и утверждения технико-технологических карт на блюда и кулинарные изделия и Порядок разработки, рассмотрения и утверждения стандартов предприятий).

<3> "В случаях разработки новых рецептур, а также внесения изменений в действующие, связанные с изменением технологии производства, использованием нового, нетрадиционного сырья, при пересмотре сроков годности и условий хранения пищевых продуктов, использовании новых материалов и оборудования, которые могут оказывать влияние на показатели безопасности готовой продукции..." (п. 8.2 СанПиН 2.3.6.1079-01).

Рекомендуемые требования по технологии приготовления кулинарной продукции для детей и подростков содержатся в Методических рекомендациях и указаниях [55, 58, 59].

Обязательные требования к пищевым продуктам, используемым в питании детей и подростков, содержатся в санитарных правилах: СанПиН 2.3.2.1078-01 [7] (пп. 3.21-3.22), СанПиН 2.3.2.1940-05 [6] (п. 2.1 - абз. 17, пп. 3.2, 4.3, 4.4, 5.4, 6.5, 7.2, 7.4, 7.5, 7.8, 8.1-8.5, 9.1-9.3, 10.1-10.4), СанПиН 2.4.1.1249-03 [12] (пп. 2.10.33, 2.10.35), СП 2.4.990-00 [13] (п. 2.11.17). Рекомендуемые требования к пищевым продуктам, которые используются в составе рационов питания дошкольников и школьников, также содержатся в Методических рекомендациях и указаниях [50, 51, 52, 55, 56, 57, 58, 59]. Предприятиям, снабжающим пищевыми продуктами образовательные учреждения и предприятия дошкольного и школьного питания, следует рекомендовать включать эти требования в договоры (контракты) на поставку пищевых продуктов (снабжение продовольственными товарами).

При оценке ассортимента используемых продуктов учитывают требования по маркировке продуктов (оформлению ярлыков и этикеточных надписей) и предоставлению обязательной информации для потребителей - см. Федеральный закон "О качестве и безопасности пищевых продуктов" [2] (ст. 3, 17, 18, 20, 21), СанПиН 2.3.2.1078-01 [7] (пп. 2.9, 2.13, 2.17, 2.18, 2.19, 2.24), СанПиН 2.3.6.1079-01 [8] (пп. 7.7, 9.10), СанПиН 2.3.6.1066-01 [9] (п. 7.1), СанПиН 2.4.1.1249-03 [12] (п. 2.10.26), СП 2.4.990-00 [13] (п. 2.11.11) и др.

При гигиенической оценке рационов питания следует учитывать фактически сложившиеся на объекте условия (оборудование, производственные площади, производственная мощность, планировочные решения, обеспечивающие соблюдение поточности и соседства производственных процессов), руководствуясь требованиями СанПиН 2.3.6.1079-01 [8] (пп. 5.1-5.3, 8.1, 8.4), СанПиН 2.4.1.1249-03 [12] (пп. 2.2.24-2.2.29, 2.10.1, 2.10.29), СанПиН 2.4.2.1178-02 [7] (п. 2.3.25), СП 2.4.990-00 [13] (пп. 2.2.2.13-2.2.2.16) и др.

Рацион питания обучающихся и воспитанников образовательных учреждений должен составляться с учетом принципов профилактики острых кишечных инфекций и пищевых отравлений - см. СП 3.1./3.2.1379-03 [35], СП 3.1.1.1117-02 [36], СанПиН 2.3.6.1079-01 [8] (пп. 7.8, 8.24, 9.3-9.5), СанПиН 2.4.1.1249-03 [12] (пп. 2.10.24, 2.10.34), СанПиН 2.4.2.1178-02 [11] (пп. 2.12.4-2.12.5), СП 2.4.990-00 [13] (пп. 2.11.12-2.11.17, 2.11.19, 2.11.20).

Далее приводится обзор отдельных положений перечисленных нормативных документов, которые следует учитывать при проведении гигиенической оценки рационов питания обучающихся (воспитанников).

Гигиенические показатели пищевой ценности продовольственного сырья и пищевых продуктов, используемых в питании детей и подростков, должны соответствовать санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам СанПиН 2.3.2.1078-01 "Гигиенические требования безопасности и пищевой ценности пищевых продуктов" [7] (в том числе требованиям, приведенным в разделах 3.2, 3.6 приложения 3 к СанПиН), а также санитарным правилам СанПиН 2.3.2.1940-05 [6] "Организация детского питания" (пп. 4.4, 5.4, 6.5, 7.2 и др.). В соответствии с перечисленными санитарными правилами продукты для питания дошкольников и школьников должны отвечать физиологическим потребностям детского организма, отличаться использованием для их изготовления сырья более высокого качества, пониженным содержанием соли (не более 0,9-1,2% - для разных видов продуктов) и жира, ограниченным содержанием пищевых добавок, отсутствием жгучих специй и должны отвечать повышенным требованиям к показателям безопасности. Также в соответствии с СанПиН 2.3.2.1940-05 [6] в продуктах для питания детей и подростков не должны использоваться алкоголь, кофе натуральный, кулинарные и кондитерские жиры, пиросульфит натрия, майонез, замороженное мясо со сроком хранения более 6 мес., мясо, подвергнутое повторному замораживанию, и др. сырье с низкой пищевой ценностью. В соответствии с СанПиН 2.3.2.1293-03 [24] в продуктах для питания детей не должны использоваться консерванты.

В СанПиН 2.3.2.1078-01 [7] следует обратить внимание на показатели пищевой ценности отдельных видов продуктов для питания дошкольников и школьников. С использованием данных показателей, в частности, оцениваются информационные данные о содержании белков, жиров, углеводов и микронутриентов (витаминов и минеральных веществ), в обязательном порядке размещаемые изготовителями на упаковке всех пищевых продуктов. Так, например, важно, чтобы содержание белка в хлебе и булочных изделиях не было меньше 8 г/100 г, а жира - напротив не было больше 8 г/100 г. Для макаронных изделий содержание белка должно составлять не менее 10 г/100 г, для колбасных изделий и кулинарных изделий из мяса, рыбы, птицы - не менее 8 г/100 г, для мясных полуфабрикатов и консервов - не менее 10 г/100 г. Содержание жира в разных видах мясных продуктов регламентируется в пределах 16-22 г/100 г. Аналогичным образом СанПиН 2.3.2.1078-01 устанавливают пределы содержания витаминов и железа в хлебобулочных изделиях для дошкольного и школьного питания, из чего следует, что эти изделия должны либо витаминизироваться, либо изготавливаться из сырья с высокой пищевой ценностью (например, цельного зерна).

Исключительно ответственным является вопрос организации питьевого режима обучающихся (воспитанников), в связи с чем особую важность представляет ассортимент напитков, используемых в составе рациона питания. Рекомендуется включать в рационы питания питьевую воду, расфасованную в емкости.

Требования к питьевой воде, используемой при производстве кулинарной продукции, определяются в соответствии с СанПиН 2.1.4.1074-01 [26], а к питьевой воде, используемой для организации питьевого режима обучающихся (воспитанников), - СанПиН 2.1.4.1116-02 [27]. В последнем документе следует обратить внимание на показатели физиологической полноценности минерального состава питьевой воды (п. 4.7), которые (учитывая, что аналогичные показатели для водопроводной и минеральной воды не регламентируются) можно использовать и для оценки макро- и микроэлементного состава водопроводной и минеральной воды, используемой для организации питьевого режима обучающихся (воспитанников).

СП 2.3.6.1066-01 [9] (пп. 2.3.25, 2.12.1-2.12.6) используются применительно к деятельности образовательных учреждений и предприятий школьного питания по осуществлению свободной продажи пищевых продуктов в образовательных учреждениях (для дополнительного питания обучающихся, воспитанников).

Требования к организации питания обучающихся и воспитанников учебно-воспитательных и оздоровительных учреждений каждого вида определяются соответствующими санитарными правилами, предъявляющими гигиенические требования к данному виду учреждений.

При оценке возможности использования пищевых продуктов в питании обучающихся (воспитанников) следует руководствоваться Инструкцией по проведению медико-биологической оценки возможности использования пищевых продуктов в питании детей и подростков в организованных коллективах [61].

Вопросам питания обучающихся (воспитанников) и профилактики среди населения алиментарно-зависимых заболеваний посвящен целый ряд нормативных правовых актов органов исполнительной власти Российской Федерации [42-49].

Особо следует отметить постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 19.01.2005 N 2 [44], которое предусматривает запрет на использование в питании детей и подростков в образовательных учреждениях напитков, содержащих тонизирующие компоненты (кофеин, кофе и др.), к которым относятся, например, "Кока-кола", "Пепси" и др. аналогичные напитки.

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 16.02.2005 N 6 [45] предусматривает оснащение (за счет средств субъектов РФ) пищеблоков образовательных учреждений современным холодильным и технологическим оборудованием, оптимизацию рационов питания обучающихся (воспитанников) в первую очередь за счет использования в питании пищевых продуктов, обогащенных витаминами и др. микронутриентами.

При гигиенической оценке рационов питания обучающихся (воспитанников) следует учитывать, что санитарное законодательство (санитарные правила и др. нормативные документы) определяет (с позиций концепции приемлемого риска) только минимальные, технически достижимые на сегодняшний день в Российской Федерации требования к безопасности и пищевой ценности пищевых продуктов и рационов питания для детей и подростков. Между тем в условиях города Москвы в настоящее время является достижимым существенно более высокий уровень организации питания обучающихся (воспитанников) с использованием пищевых продуктов, отвечающих более высоким требованиям качества, безопасности и пищевой ценности. В связи с этим при гигиенической оценке питания детей и подростков в образовательных учреждениях в особенности за бюджетные средства следует руководствоваться критериями оптимального питания, включенными в перечисленные в приложении Б Методические рекомендации (указания) города Москвы, а также в конкурсную документацию по проведению уполномоченными органами исполнительной власти города Москвы конкурсов на право организации питания обучающихся (воспитанников) за бюджетные средства и государственные контракты с организаторами питания обучающихся (воспитанников).

В случае если установлено, что рацион питания или его проект не соответствует критериям указанных документов, факт несоответствия обязательно отражается в документах, оформляемых по результатам гигиенической оценки, и доводится до сведения администрации базового предприятия питания (образовательного учреждения) и должностных лиц, ответственных за формирование рациона питания, которым даются соответствующие рекомендации. Соответствующая информация направляется в органы исполнительной власти города Москвы по административному округу (префектуры, управления образования и т.п.), а также в адрес городского органа исполнительной власти, осуществляющего конкурсный отбор исполнителей городского заказа на оказание услуг по организации питания в образовательных учреждениях за бюджетные средства.

**3. Основные критерии гигиенической оценки рационов питания**

**обучающихся (воспитанников) и их проектов**

К основным критериям гигиенической оценки рационов питания обучающихся (воспитанников) и их проектов относятся:

1. Соответствие ассортимента пищевых продуктов, используемых при формировании рационов питания, требованиям санитарно-эпидемиологических правил, норм, гигиенических нормативов, а также Методическим рекомендациям.

2. Соответствие совокупной средненедельной пищевой ценности рациона питания требованиям санитарно-эпидемиологических правил, норм, гигиенических нормативов, а также нормам физиологической потребности в пищевых веществах и энергии [5] для соответствующей возрастной группы и Методическим рекомендациям (указаниям) с учетом количества приемов пищи, получаемых в образовательном (оздоровительном или ином) учреждении, и их доли от суточного рациона питания, а также фактической физической нагрузки (например, повышенной физической нагрузки или (и) строевой подготовки в спортивных учреждениях, кадетских корпусах и т.п.).

3. Соответствие доли пищевой ценности каждого приема пищи от совокупной пищевой ценности рациона питания рекомендуемой.

4. Разнообразие рациона питания, достигаемое за счет использования при его формировании разнообразного ассортимента пищевых продуктов и различных способов их кулинарной обработки, а также за счет формирования типового рациона питания достаточной продолжительности (не менее чем 4 недели).

5. Соответствие рациона питания принципам щадящего питания, а также состоянию здоровья обучающихся (воспитанников) - функциональное питание и при необходимости лечебно-профилактическое (диетическое) питание для отдельных категорий обучающихся (воспитанников).

6. Соответствие рациона питания (количества и характера приемов пищи) продолжительности пребывания обучающихся (воспитанников) в образовательном (оздоровительном) или ином детском учреждении, режиму дня и расписанию занятий.

7. Соответствие рациона питания сезонному наличию того или иного ассортимента пищевых продуктов (свежих овощей, фруктов, зелени и т.п.).

8. Соответствие массы порций блюд, кулинарных изделий и готовых продуктов промышленного производства рекомендуемым.

9. Безопасность, в том числе эпидемиологическая, рациона питания и включаемых в него видов пищевых продуктов, кулинарной продукции для здоровья детей и подростков с учетом того, что питание организуется для большого количества обучающихся (воспитанников) одновременно.

10. Гарантированное обеспечение качества и безопасности питания обучающихся (воспитанников) с учетом фактических условий организации питания на конкретном объекте.

11. Наличие в составе рациона питания вариантов на праздничные дни и дни проведения массовых мероприятий, предпраздничные дни (дни сокращенных занятий), рационов "сухого пайка" (ланч-боксов) для обучающихся (воспитанников), отправляющихся на выездные занятия, экскурсии, в походы и т.п., а также ассортимента пищевых продуктов, блюд и кулинарных изделий, реализуемых в свободной продаже ("буфетной продукции").

12. Соответствие рациона питания стереотипам пищевого поведения детей и подростков и сложившимся традициям (в случае, если это не противоречит другим перечисленным критериям).

Пищевая ценность рациона питания должна обеспечивать удовлетворение потребности обучающихся (воспитанников) в пищевых веществах и энергии, в том числе в макронутриентах (белки, жиры, углеводы) и микронутриентах (витамины, микроэлементы и др.) в соответствии с возрастными физиологическими потребностями, с учетом доли приема пищи в суточном рационе питания.

Оценка пищевой ценности проекта типового рациона питания основывается на его анализе по следующим основным показателям (отдельно по каждому приему пищи и по совокупному рациону питания за каждый день и в среднем за неделю):

- содержание белков, жиров, углеводов (г);

- содержание животных белков (г или % от общего количества белков);

- содержание растительных жиров (г или % от общего количества жиров);

- энергетическая ценность (ккал);

- содержание важнейших витаминов - C, B1, B2 (мг);

- содержание важнейших минеральных веществ - железа и кальция (мг).

Рационы трех-, четырех-, пятиразового питания и рационы, предусматривающие большую кратность питания (в том числе рационы питания в детских домах, школах-интернатах, дошкольных образовательных, оздоровительных и других учреждениях), должны, по возможности, быть сбалансированы по всем пищевым веществам, в т.ч. по аминокислотам, жирным кислотам, углеводам, относящимся к различным классам, содержанию витаминов, минеральных веществ (в том числе микроэлементов).

Рекомендуемое распределение пищевой и энергетической ценности по отдельным приемам пищи при одно-, двух-, трех- и четырехразовом питании составляет: завтрак - 25%, обед - 35%, полдник - 15% (для обучающихся во вторую смену - до 20-25%), ужин - 25%. При круглосуточном пребывании обучающихся, при пятиразовом питании: завтрак - 20%, обед - 30-35%, полдник - 15%, ужин - 25%, второй ужин - 5-10%; при шестиразовом питании: завтрак - 20%, второй завтрак - 10%, обед - 30%, полдник - 15%, ужин - 20%, второй ужин - 5%. Колебания пищевой ценности отдельных приемов пищи в течение дня в пределах +/- 5% не считаются отступлением от рекомендуемых требований при условии, что средненедельная пищевая ценность каждого приема пищи соответствует вышеперечисленным процентным долям.

Количество приемов пищи в день определяется в зависимости от продолжительности пребывания обучающихся (воспитанников) в образовательном (оздоровительном или ином) учреждении. При длительности пребывания 3-5 часов организуется одноразовое питание - завтрак или полдник <1> в зависимости от смены обучения (времени суток); 6-7 часов - двухразовое (завтрак и обед или обед и полдник); 7-10 часов - трехразовое; 11-12 часов - четырехразовое; 12 и более, в том числе при круглосуточном пребывании, - пяти- (завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин <2>) или шестиразовое (завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин <3>).

--------------------------------

<1> Для обучающихся старше 14 лет по их желанию вместо завтрака или полдника может организовываться обед.

<2> При наличии в одном организованном коллективе детей с разной продолжительностью пребывания (например, в ДОУ) предусматриваются завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин.

<3> Для детей дошкольного и младшего школьного возраста, а также в учреждениях, "содействующих здоровью", рекомендуется шестиразовое питание.

Завтрак состоит из закуски, горячего блюда, горячего напитка. При обеспечении обучающихся только завтраками предусматривается так называемый уплотненный завтрак, включающий мясные, рыбные, творожные блюда. Обед состоит из холодной закуски или салата, супа, мясного или рыбного блюда с гарниром и напитка. Полдник, как правило, состоит из кисломолочного напитка и хлебобулочного или мучного кондитерского изделия (выпечки), а также третьего блюда - свежих фруктов или ягод. При организации в образовательном учреждении трехразового питания предусматривается уплотненный полдник, содержащий в своем составе более калорийное блюдо - запеканку, пудинг, блюдо из творога, яиц. Ужин обычно состоит из молочных, крупяных, овощных, творожных и яичных блюд. При организации питания в учреждениях с круглосуточным пребыванием детей и подростков (образовательных и оздоровительных) непосредственно перед сном предусматривается дополнительный прием кисломолочных напитков или молока с хлебом, булочкой, яблоком и т.п.

Разнообразие и пищевая ценность рациона питания оценивается путем анализа ассортимента и средненедельного набора продуктов, из которых формируется рацион питания. Рекомендуемый ассортимент пищевых продуктов для формирования рационов питания обучающихся и воспитанников (в возрасте старше 3 лет) приводится в приложении В. Набор продуктов в среднем за неделю должен соответствовать (с точностью +/- 5%) натуральным нормам питания или рекомендуемым количественным наборам продуктов (приложение Г).

Важным критерием гигиенической оценки рациона питания является ежедневное присутствие в рационе питания мяса или рыбы, молока и молочных продуктов, сливочного и растительного масла, хлеба и хлебобулочных изделий, свежих плодов (ягод) и (или) овощей, зелени и приготовленных из них блюд, а при их временном отсутствии - блюд и кулинарных изделий, приготовленных из свежезамороженных овощей и плодов, плодоовощных консервов. Дополнительными критериями является присутствие в рационе питания в течение недели рыбы, яиц, творога (не реже 2-3 раз в неделю), а также крупяных и макаронных изделий, картофеля, сметаны, сыра, плодовых и ягодных соков (по меньшей мере не реже 1 раза в неделю).

При оценке рационов питания, типовых рационов питания и их проектов используются средненедельные показатели (в расчетах используется период осреднения в одну неделю или 5 дней). Критерием того, что рацион питания соответствует количественному набору продуктов (приложение Г), является выполнение продуктового набора в течение недели <1> с точностью +/- 5%. Энергетическая ценность рациона питания за отдельные дни может отклоняться от средней за неделю (пятидневку) также не более чем на 5% (в большую или меньшую сторону), а пищевая ценность (содержание в рационе питания тех или иных пищевых веществ - макро- или микронутриентов) - не более чем на 10-15%.

--------------------------------

<1> При отсутствии технической или организационной возможности допускается проводить анализ в течение двухнедельного (10-дневного) периода.

Технологическая (кулинарная) обработка продуктов должна обеспечивать высокие вкусовые качества кулинарной продукции и сохранность пищевой ценности всех продуктов. В рационе должны отсутствовать продукты и блюда, способные оказывать раздражающее действие на слизистую органов пищеварения (механическое, химическое и термическое щажение), а также продукты, которые могли бы привести к ухудшению здоровья у детей и подростков с хроническими заболеваниями (вне стадии обострения) или компенсированными функциональными нарушениями органов желудочно-кишечного тракта (щадящее питание).

Отдельно проводится гигиеническая оценка рационов питания для детей и подростков из разных возрастных групп (до 1,5 лет, 1,5-3 года, 4-6 лет, 7-11 лет, 12 лет и старше), а также рационов, реализуемых за деньги, и рационов, предназначенных для организации бесплатного питания, в случае, если качественный и количественный состав последних ограничивается размером выделяемых денежных средств (в этом случае для продажи должны формироваться другие по своему содержанию рационы, полноценные по качественному и количественному составу). При анализе рационов бесплатного питания отдельно оцениваются рационы, предназначенные для различных форм организации питания (в соответствии с приведенными выше формами организации питания, выделяемыми при анализе охвата учащихся питанием).

С учетом сезонного наличия тех или иных овощей, фруктов, а также запрета на использование свежих овощей урожая прошлого года без тепловой обработки для приготовления блюд и кулинарных изделий в период после 1 марта рекомендуется предусматривать отдельные варианты типового рациона питания на разные календарные периоды (с 1 сентября по 31 октября, с 1 ноября по 28 (29) февраля, с 1 марта по 31 мая, с 1 июня по 31 августа <1>) или варианты замен для единого рациона питания на указанные периоды. В летне-осенний период в рацион питания включаются свежие овощи и зелень.

Рекомендуемая масса порций блюд, кулинарных изделий и готовых продуктов промышленного производства приводится в таблице 3.1.

Таблица 3.1

**РЕКОМЕНДУЕМАЯ МАССА ПОРЦИЙ БЛЮД, КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ**

**И ГОТОВЫХ ПРОДУКТОВ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА, Г**

|  |  |
| --- | --- |
| Блюда и кулинарные изделия,     пищевые продукты                 | Возраст детей (подростков)               |
| 1-3 года | 3 <2> -6 лет | 7-11 лет | старше   12 лет    |
| Салаты                           | 30-50   | 40-60     | 40-60   | 40-60   |
| Каша, овощное блюдо              | 150    | 150-200    | 150-250  | 150-250  |
| Супы                             | 150-200  | 180-200    | 200-250  | 250    |
| Порционные мясные, рыбные,      яичные блюда, колбасные изделия  | 60-70   | 60-80     | 50-100  | 50-100   |
| Творожные, крупяные запеканки,  пудинги                          | 90-200  | 130-220    | 150-250  | 150-250  |
| Гарниры                          | 85-150  | 100-150    | 100-150  | 150-200  |
| Напитки (объем порции, мл)       | 150    | 180-200    | 200    | 200    |
| Свежие фрукты                    | 50-100  | 100-150    | 120-180  | 120-200  |
| Кондитерские изделия            (мучные <3>, сахаристые)         | 15    | 20      | 20    | 20    |
| Булочные и мучные кулинарные    изделия                          | 40-60   | 50-70     | 50-70   | 50-70   |
| Творожное изделие (промышл.)     | 100    | 100      | 100-150  | 100-150  |
| Кисломолочный напиток (продукт)  | 100-150  | 100-180    | 100-200  | 100-200  |
| Хлеб (масса одного кусочка)      | 20    | 20      | 20-30   | 20-30   |

--------------------------------

<1> При использовании быстрозамороженных овощей возможно выделение только двух календарных периодов - до 28 (29) февраля и после 1 марта.

<2> С возраста 3 года и 1 месяц (по состоянию на 1 сентября).

<3> К мучным кондитерским изделиям относятся печенье, вафли и т.п.

При гигиенической оценке рациона питания или его проекта, в том числе с целью согласования, следует учитывать фактические условия организации питания и материально-технического обеспечения, сложившиеся на конкретном объекте, к которым относятся:

- обеспеченность столовой, предприятия питания и его производственных филиалов технологическим, в том числе тепловым и механическим, и холодильным оборудованием, посудой и инвентарем, техническое состояние оборудования, эффективность работы теплового оборудования и т.п.;

- производственная мощность объекта, площади и набор помещений, наличие или отсутствие на объекте совпадающих, встречных и пересекающихся технологических потоков;

- инфраструктура производственных подразделений предприятия питания и их транспортная доступность;

- фактическая обеспеченность транспортом, в том числе охлаждаемым;

- фактическая обеспеченность транспортной тарой, в том числе изотермической;

- фактические сроки реализации готовой кулинарной продукции;

- квалификация и гигиеническая грамотность специалистов и персонала столовой, предприятия питания и его производственных филиалов;

- обеспеченность столовой, предприятия питания и его производственных филиалов технической (технологической) документацией (прошедшей санитарно-эпидемиологическую экспертизу и утвержденной в установленном порядке);

- фактические возможности по транспортировке и реализации готовой кулинарной продукции (в буфетах-раздаточных);

- фактические возможности по организации питания в субботы, дни, следующие после выходных и перед выходными <1>, а также возможности по хранению и использованию остатков пищевых продуктов;

- другие условия, имеющие гигиеническое значение.

--------------------------------

<1> Оценивается распределение ассортимента пищевых продуктов, блюд и кулинарных изделий в течение недели с учетом фактических возможностей по хранению скоропортящихся продуктов для организации питания в первый день после выходных (праздников), хранению остатков продуктов, используемых для изготовления кулинарной продукцию в пятницу, в течение выходных и праздничных дней, а также работы базового предприятия питания в субботу и других факторов.

Соответствие проекта рациона питания перечисленным критериям является одним из условий его согласования.

Ассортимент пищевых продуктов, рекомендуемых для формирования рационов "сухого пайка" (ланч-боксов) для обучающихся (воспитанников), отправляющихся на выездные занятия, экскурсии, в походы и т.п., приводится в приложении Д. Рекомендуемый ассортимент пищевых продуктов, реализуемых в свободной продаже ("буфетной продукции"), приводится в приложении Е. Рекомендуемый ассортимент блюд и кулинарных изделий, реализуемых в свободной продаже для дополнительного питания обучающихся (воспитанников), приводится в приложении Ж.

Основным критерием гигиенической оценки фактического рациона питания является его соответствие единому общегородскому рациону питания для соответствующей категории обучающихся (воспитанников) либо согласованному в установленном порядке рациону питания, разработанному специально для данного образовательного (оздоровительного) учреждения или базового предприятия питания. В первую очередь оценивается адекватность проведенных замен блюд, кулинарных изделий и пищевых продуктов (эквивалентность по пищевой ценности заменяемых и заменяющих блюд, кулинарных изделий, продуктов).

При оценке фактического рациона питания его фактическая среднедневная пищевая и энергетическая ценность за отдельную календарную неделю (пятидневку) может колебаться в большую или меньшую сторону (по сравнению с пищевой ценностью типового рациона питания и нормами физиологической потребности в пищевых веществах и энергии), но не более чем на 5%.

При формировании рационов питания обучающихся (воспитанников) предусматривается широкое использование пищевых продуктов, обогащенных незаменимыми микронутриентами, и других, с повышенной пищевой и биологической ценностью.

Примерный перечень пищевых продуктов повышенной пищевой и биологической ценности, рекомендуемых для использования в питании детей и подростков в организованных коллективах, в приложении З.

Рационы 1-2-разового питания (школьные завтраки, обеды) должны формироваться преимущественно с использованием пищевых продуктов с повышенной пищевой ценностью, то есть содержание незаменимых микронутриентов в них должно быть повышено относительно среднего содержания в сбалансированном рационе питания.

Особое место в работе органов Роспотребнадзора занимает надзор за внедрением и использованием нетрадиционных и инновационных форм организации питания детей и подростков. К числу последних с учетом практики базовых предприятий города Москвы за последние годы относятся:

- организация лечебно-профилактического (диетического) питания обучающихся (воспитанников);

- организация питания с использованием порционированной кулинарной продукции в индивидуальной упаковке (по типу "бортового питания");

- организация питания с использованием быстрого охлаждения (замораживания) кулинарной продукции (с использованием технологии "Cook&Chill");

- организация питания с предоставлением возможности выбора рациона питания;

- организация питания с предоставлением возможности выбора кулинарной продукции на раздаче (по типу "шведского стола");

- организация питания в образовательных учреждениях с этнокультурным компонентом (по специальным рационам питания - "кошерного", "халял" и т.п.);

- организация питания по специальным рационам питания с учетом пожеланий обучающихся и их родителей (вегетарианские рационы питания и т.п.);

- и др.

При формировании рационов питания детей и подростков с использованием нетрадиционных и инновационных форм организации питания следует учитывать следующее:

- рацион питания по пищевой ценности должен соответствовать нормам физиологической потребности, в том числе по содержанию микронутриентов и биологически полноценного белка, к которому относится белок животного происхождения, а также белок сои;

- используемые технологии не должны приводить к снижению пищевой ценности продуктов и повышению эпидемиологического риска по сравнению с традиционными формами;

- внедрение новых рецептур и технологий приготовления пищи требует разработки и утверждения в установленном порядке соответствующей технической документации; при организации лечебно-профилактического питания могут использоваться рецептуры и технология приготовления блюд, предусмотренные соответствующими сборниками рецептур для лечебно-профилактического питания;

- расширение ассортимента изготавливаемой кулинарной продукции и приготовление одновременно нескольких рационов питания (в том числе диетического, альтернативных рационов питания и т.п.), как правило, требует технического переоснащения производства, так как типовое оснащение пищеблоков большинства образовательных учреждений рассчитано на приготовление только одного рациона питания;

- при организации лечебно-профилактического (диетического) питания необходимо четко определить категории лиц, нуждающихся в нем по медицинским показаниям; наиболее оправдано выделение таких групп обучающихся (воспитанников), нуждающихся в лечебно-профилактическом питании, как лица с болезнями органов пищеварения, с аллергодерматозами, с болезнями опорно-двигательного аппарата, с избыточной массой тела, с сахарным диабетом;

- обязательным условием реализации в образовательном учреждении альтернативных рационов питания является одновременное проведение педагогами и работниками предприятия питания воспитательной и разъяснительной работы, направленной на формирование у детей и подростков рационального пищевого поведения.

Организация питания обучающихся (воспитанников) дошкольного и школьного возраста с предоставлением возможности выбора блюд и кулинарных изделий не рекомендуется по следующим причинам:

- предоставление детям свободы выбора блюд и кулинарных изделий приводит к стереотипному выбору ребенком одних и тех же блюд и к существенному ограничению разнообразия рациона питания;

- при предоставлении возможности выбора альтернативных вариантов блюд и кулинарных изделий, а также размера порции невозможен контроль за питанием ребенка, за его статусом питания и обеспеченностью необходимыми пищевыми веществами (белками, жирами, углеводами, витаминами и минеральными веществами) и энергией;

- такая форма организации питания принижает значение воспитательной функции школьного питания, так как не способствует формированию рационального пищевого поведения у школьников, которые еще не способны сделать рациональный выбор в пользу здорового питания;

- оборудование большинства пищеблоков не позволяет готовить более одного варианта рационов питания (не рассчитано по проекту);

- привлечение детей и подростков к порционированию блюд и кулинарных изделий и самостоятельное порционирование детьми, которое предусматривает "шведский стол", категорически недопустимо, т.к. представляет большую эпидемиологическую опасность.

В качестве альтернативного "шведскому столу" варианта (при наличии резервных производственных мощностей пищеблока и соответствующего оборудования, инвентаря) возможна организация питания обучающихся по двум (или нескольким) альтернативным рационам питания с системой предварительного заказа, когда обучающийся заранее выбирает на всю предстоящую неделю тот или иной вариант сбалансированного рациона питания (из нескольких сбалансированных недельных рационов питания, содержащих все необходимые пищевые продукты и отвечающих всем требованиям к формированию рационов питания обучающихся).

**4. Методика гигиенической оценки типовых рационов питания**

**обучающихся (воспитанников) и их проектов**

При гигиенической оценке типовых рационов питания обучающихся (воспитанников) и их проектов устанавливается их соответствие нормативным и методическим документам, перечисленным в разделе 2, а также критериям, приведенным в разделе 3 настоящих Методических рекомендаций.

При гигиенической оценке проекта типового рациона питания обязательно оцениваются:

- количественный средненедельный (отдельно, за каждую неделю и за весь период действия типового рациона питания) набор продуктов, из которых сформирован рацион питания, распределенных на группы согласно классификации, используемой в приложении Г;

- цикличное меню на весь период действия рациона питания;

- сводная таблица совокупной средненедельной пищевой ценности рациона питания за каждую неделю и за весь период действия типового рациона питания (отдельно по каждому приему пищи и в целом за день);

- таблица повторов блюд и кулинарных изделий, оформленная в виде матрицы, в строках которой указываются наименования блюд и кулинарных изделий, а в графах - дни недели рациона питания <1>;

- техническая (технологическая) документация на все блюда и кулинарные изделия, включенные в рацион питания (по каждому блюду указывается ссылка на соответствующий технический документ, номер рецептуры или технологической карты);

- ассортимент пищевых продуктов, блюд и кулинарных изделий, предназначенных для реализации в свободной продаже ("буфетной продукции");

- приложения к рациону питания, в том числе сезонные варианты рационов питания, варианты рационов питания на праздничные дни и дни проведения массовых мероприятий, рационов "сухого пайка" (ланч-боксов) для обучающихся (воспитанников), отправляющихся на выездные занятия, экскурсии, в походы и т.п.

--------------------------------

<1> В месте пересечения строк и граф указывается обозначение приема пищи, в который включается данное блюдо (например, "з" - завтрак, "з-2" - второй завтрак, "о" - обед и т.д.).

Рекомендуемая форма типового рациона питания обучающихся (воспитанников) приводится в приложении И.

Названия продуктов, блюд или кулинарных изделий в рационе питания должны приводиться таким образом, чтобы это исключало возможность разночтений и использования под одним и тем же наименованием блюд (продуктов) с различной пищевой ценностью. Так, названия блюд и кулинарных изделий должны отражать такие их гигиенически значимые характеристики, как способ кулинарной обработки <1>, форму подачи блюда и т.п. Конкретные товарные знаки (марки, брэнды) пищевых продуктов промышленного производства, как правило, не указываются. Вместо этого указывается их видовое название, отражающее состав продукта, и др. гигиенически значимые характеристики (например, массовая доля жира в молочных продуктах).

При невыполнении указанных условий проект типового рациона питания отклоняется от проведения гигиенической оценки, либо в адрес организации, использующей при организации питания обучающихся (воспитанников) уже утвержденный типовой рацион питания, делается предложение о необходимости его пересмотра.

Расчеты, обосновывающие качественный и количественный состав рациона питания, рекомендуется проводить с использованием специального программного обеспечения - автоматизированных информационных систем (АИС), использование которых для этой цели рекомендовано Управлением Роспотребнадзора по городу Москве. В случае если необходимые расчеты проведены разработчиком рациона питания с использованием другого программного обеспечения или вручную, необходимо выборочно проверить корректность проведенных расчетов, в частности на предмет учета потерь пищевой ценности блюд и кулинарных изделий при технологической обработке, соответствия пищевой ценности отдельных продуктов доступным справочным данным, правильности определения средних значений и удельных показателей и т.п.

При проведении санитарно-эпидемиологической экспертизы (гигиенической оценки) типового рациона питания или его проекта обязательно проводится гигиеническая оценка ассортимента блюд и кулинарных изделий, включенных в рацион питания, рецептур и технологических процессов, используемых при их изготовлении, в том числе гигиеническая оценка технических документов (технические условия, технологические инструкции, рецептуры, технико-технологические карты), по которым выпускается кулинарная продукция.

Рецептуры и технология изготовления кулинарной продукции, включаемой в рацион питания, могут проходить санитарно-эпидемиологическую экспертизу как в составе типового рациона питания (в качестве его неотъемлемой части) <2>, так и отдельно в качестве самостоятельных технических документов (технических условий, технологических инструкций, рецептур, технико-технологических карт).

--------------------------------

<1> В названии блюда обязательно указывается способ приготовления. Так, при включении в рацион питания пирожков обязательно указывается "пирожок, печеный из дрожжевого теста", порционная вареная колбаса включается в рацион как "колбаса вареная отварная порционная" и т.д. Гуляш, бефстроганов и подобные блюда должны приготовляться не из жареного, а из вареного мяса, что находит отражение в названии блюда ("гуляш из вареного мяса" и т.п.).

<2> В этом случае санитарно-эпидемиологическое заключение на техническую документацию должно выдаваться одновременно с заключением на рацион питания, либо выдается одно общее санитарно-эпидемиологическое заключение, в приложении к которому перечисляется вся согласованная документация, в том числе типовой рацион питания и техническая документация на кулинарную продукцию, входящую в него.

В случае если типовой рацион питания разработан на основе утвержденного или согласованного с Управлением Роспотребнадзора по городу Москве единого общегородского рациона питания, при его гигиенической оценке анализируются все проведенные замены и оценивается их адекватность (эквивалентность по пищевой ценности заменяемых и заменяющих блюд, кулинарных изделий, пищевых продуктов); при наличии существенных изменений проводится детальный анализ и оценка рациона питания в соответствии с приведенными в настоящих Методических рекомендациях критериями.

Алгоритм санитарно-эпидемиологической экспертизы (гигиенической оценки) типового рациона питания или его проекта включает следующие процедуры:

1. Оценка общей структуры рациона питания:

- оценить режим питания - кратность питания в течение дня и ее соответствие возрасту обучающихся (воспитанников) и продолжительности их пребывания в организованном коллективе <1>;

- оценить наличие достаточного количества вариантов рационов питания (как правило, достаточным считается примерное меню на период времени не менее чем четыре недели);

- установить, осуществлена ли дифференциация рационов питания (наличие отдельных рационов питания) для разных возрастных групп обучающихся (воспитанников);

- установить, предусматривается ли рационом питания распределение вариантов рационов питания по дням недели (с учетом требования о недопустимости повторов блюд и кулинарных изделий в смежные дни, особенностей рациона питания в течение недели и особых условий завоза и хранения продуктов в первый и последний день недели) <2>;

- отметить наличие рационов питания на субботу, выходные и праздничные дни в случае, если в эти дни требуется организация питания обучающихся (воспитанников) в обслуживаемых учреждениях, вариантов рационов питания на праздничные дни и дни проведения массовых мероприятий;

- установить, предусмотрены ли сезонные варианты меню;

- установить, предусмотрен ли ассортимент пищевых продуктов, блюд и кулинарных изделий, предназначенных для реализации в свободной продаже ("буфетной продукции");

- установить, предусмотрены ли варианты рационов "сухого пайка" (ланч-боксов) для обучающихся (воспитанников), отправляющихся на выездные занятия, экскурсии, в походы и т.п.;

- установить наличие отдельных рационов питания для организации бесплатного питания (завтраков, рационов двухразового питания, рационов экспресс-завтраков) и рационов, реализуемых за собственные средства (в образовательных учреждениях для обучающихся школьного возраста) <3>;

- оценить соответствие рационов питания инфраструктуре производственных подразделений, отметить наличие отдельных рационов питания для обслуживания образовательных учреждений с буфетами-раздаточными и соответствие их фактическим условиям доставки и реализации этих рационов (если существует такая необходимость, обусловленная особыми условиями доставки и реализации кулинарной продукции).

--------------------------------

<1> В частности отмечается, обеспечены ли дети и подростки только завтраками либо двух-, трех- четырех-, пятиразовым питанием и соответствует ли такая кратность санитарным правилам, гигиеническим рекомендациям. Оценивается распределение приемов пищи во времени, продолжительность перемен, отведенных для приема пищи. Особо оценивается режим питания детей в учреждениях с круглосуточным пребыванием, режим питания детей 6-летнего возраста, обучающихся в общеобразовательных учреждениях, а также детей, посещающих группы продленного дня.

<2> То есть рацион питания на каждый день должен быть озаглавлен "1-я неделя - понедельник", "1-я неделя - вторник" и т.д. Не следует использовать только сквозную нумерацию вариантов рациона (например, "1-й вариант", "2-й вариант" и т.д.).

<3> Следует оценить, как организовано питание за счет бюджетных средств и за счет собственных средств (средств родителей). В частности, нужно оценить, созданы ли условия для полноценного горячего питания всех категорий обучающихся (воспитанников). Необходимо отметить, реализуются ли в свободной продаже готовые завтраки, обеды, полдники, либо их реализация осуществляется только по предварительному заказу или по абонементу; предусмотрена ли реализация скомплектованных завтраков, обедов и т.д. (более предпочтительная форма) или только отдельных блюд, из которых обучающийся (воспитанник) сам формировал рацион питания (такая форма менее предпочтительна, особенно для детей младшего и среднего школьного возраста).

2. Оценка ассортимента пищевых продуктов, блюд и кулинарных изделий и количественного набора используемых продуктов:

- оценить, обеспечено ли максимальное разнообразие рациона, которое достигается путем использования достаточного ассортимента продуктов и различных способов кулинарной обработки;

- оценить рецептуры и технологические процессы, используемые при изготовлении блюд и кулинарных изделий; отметить, предусмотрена ли адекватная технологическая (кулинарная) обработка продуктов, обеспечивающая высокие вкусовые качества кулинарной продукции и сохранность пищевой ценности всех продуктов;

- установить соответствие выхода блюд и массы (объема) порций рекомендуемым для обучающихся (воспитанников) каждого возраста;

- оценить соответствие ассортимента блюд и кулинарных изделий и рациона в целом фактическим условиям организации питания обучающихся, воспитанников (см. разд. 3);

- отметить отсутствие в составе рационов питания продуктов, блюд и кулинарных изделий, запрещенных или не рекомендуемых для использования в питании детей и подростков в организованных коллективах в соответствии с действующими санитарными правилами, научно обоснованными методическими рекомендациями, инструкциями и т.п.;

- констатировать отсутствие в рационе питания продуктов и блюд, способных оказывать раздражающее действие на слизистую органов пищеварения, а также продуктов, которые могли бы привести к ухудшению здоровья у детей и подростков с хроническими заболеваниями (вне стадии обострения) или компенсированными функциональными нарушениями органов желудочно-кишечного тракта (щадящее питание);

- отметить отсутствие в рационе питания продуктов, содержащих облигатные аллергены (арахис, бразильский орех) и др. ингредиенты, которые наиболее часто могут вызывать проявления непереносимости у значительной части детей и подростков (напр., мед - в питании дошкольников);

- оценить наличие достаточного набора блюд в каждый прием пищи;

- оценить соответствие набора продуктов, используемых при формировании рациона питания, рекомендуемым наборам продуктов, а в учреждениях с постоянным (круглосуточным) пребыванием детей и подростков - натуральных норм питания <1>;

- отметить достаточное содержание в рационе питания отдельных групп пищевых продуктов, которые обязательно должны входить в рацион питания детей и подростков; в частности, в первую очередь оценивается наличие в рационе достаточного количества молочных продуктов, мяса, рыбы, продуктов, являющихся источниками пищевых волокон (указать, соответствует ли количество используемых в рационе питания продуктов данных групп примерным рекомендуемым наборам продуктов);

- особо оценить содержание в рационе питания кисломолочных продуктов (напитков) и других продуктов, обладающих пробиотическими или пребиотическими свойствами;

- отметить отсутствие (или наличие) в рационе питания мучных и сахаристых кондитерских изделий, которые, как правило, не должны включаться в рационы одно- и двухразового питания (за исключением ограниченного ассортимента изделий, обогащенных незаменимыми микронутриентами, которые ограниченно могут включаться в рационы обедов и полдников <2>), оценить массу кондитерских изделий, включенных в рацион питания (см. табл. 3.1);

- отметить наличие в рационе питания таких блюд с высокой пищевой ценностью, рекомендуемых для широкого использования в питании детей и подростков, как молочно-крупяные, творожные блюда, овощные и комбинированные гарниры, мясоовощные рубленые кулинарные изделия, рубленые мясные изделия с добавлением круп, запеканки и т.п.;

- отметить, предусмотрена ли рационом питания организация горячего питания, которая предполагает обязательное использование в каждый прием пищи горячих блюд и кулинарных изделий, в том числе первых блюд и горячих напитков;

- особо отметить, только ли горячие завтраки, то есть завтраки, содержащие по меньшей мере одно горячее блюдо (не считая горячего напитка - чая, кофейного напитка или какао), используются в рационе; отметить отсутствие в рационе питания завтраков, обедов или ужинов, скомплектованных только с использованием готовых продуктов промышленного производства (по типу "сухого пайка" без использования горячих блюд и кулинарных изделий);

- отметить ежедневное наличие в рационе обедов горячих супов (первых блюд), в том числе на мясных бульонах, мясных или рыбных блюд, напитков;

- оценить использование в рационе питания достаточного ассортимента напитков, включающего витаминизированные напитки и кисели, соки, компоты из свежих и сухих плодов (фруктов), молоко, кисломолочные напитки, какао-напиток с молоком, чай, специальные (детские) фиточаи из различных видов растительного сырья (без выраженной фармакологической активности <3>);

- оценить используемый ассортимент блюд и кулинарных изделий и их повторяемость (с позиций обеспечения разнообразия рациона питания);

- отметить отсутствие повторений (повторов) в рационе питания одних и тех же блюд или кулинарных изделий в один и тот же день <4> и в смежные дни; отсутствие в смежные дни блюд, приготавливаемых из одного и того же сырья (каши и гарниры из одного и того же вида круп, макаронные изделия в разных блюдах и т.п.).

--------------------------------

<1> Выполнение натуральных норм питания воспитанников детских домов и школ-интернатов для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, является одним из основных критериев гигиенической оценки рационов питания этой категории детей и подростков.

<2> См. Методические рекомендации МосМР 2.4.5.004-02 "Кондитерские изделия для детей и подростков". В рационы питания для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, ограниченно ("в рационы выходного и праздничного дня") могут включаться и другие виды изделий.

<3> К рекомендуемым для массового использования (в составе фиточаев) видам растительного сырья относятся шиповник (плоды), каркаде (гибискус), ромашка (цветы), липа (цветы), черника (лист, ягоды), **брусника** (лист, ягоды), иван-чай (лист), душица (трава), крапива (лист), зверобой (трава), топинамбур (цветы), черная смородина (лист, плоды), малина (лист, плоды), земляника (лист, плоды), анис (плоды), рябина (плоды), арония (плоды) и др. плоды культурных и дикорастущих (пищевых) растений, которые используются как по отдельности, так и в различных сочетаниях.

<4> В том числе в разные приемы пищи в смежные дни или в один и тот же день, даже если эти блюда или кулинарные изделия предназначены для различных групп или категорий детей и подростков (например, в составе завтраков и полдников для учащихся первой и второй смены).

3. Оценка пищевой ценности всего рациона питания <1>, отдельных пищевых продуктов <2>, блюд и кулинарных изделий, входящих в рацион:

- для экспресс-оценки рациона питания отметить соответствие рекомендуемому соотношения в рационе питания обучающихся (воспитанников) количества основных пищевых веществ - белков, жиров и углеводов (для детей и подростков дошкольного и школьного возраста - примерно 1:1:4);

- оценить удовлетворение потребности обучающихся (воспитанников) в пищевых веществах и энергии, в том числе в макронутриентах (белки, жиры, углеводы) и микронутриентах (витамины, микроэлементы и др.), и соответствие совокупной средненедельной пищевой ценности рациона питания возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии и продолжительности пребывания обучающегося (воспитанника) в организованном коллективе;

- оценить (на основе расчетных данных, полученных с помощью специального программного обеспечения) сбалансированность всего рациона по всем пищевым веществам, в т.ч. по аминокислотам, жирным кислотам, углеводам, относящимся к различным классам, содержанию витаминов, минеральных веществ (в том числе микроэлементов), и отсутствие в рационе питания отдельных видов пищевых продуктов с несбалансированной пищевой ценностью (высоким содержанием жира, легкоусвояемых углеводов и т.п.);

- оценить удельный вес в рационе питания белков животного происхождения (не менее 60% от общего количества белка), жиров растительного происхождения (не менее 30% от общего количества жиров), легкоусвояемых углеводов (не более 20% от суммы углеводов);

- оценить соответствие доли пищевой ценности каждого приема пищи от совокупной пищевой ценности рациона питания рекомендуемой;

- выборочно проверить корректность и достоверность расчетов, обосновывающих качественный и количественный состав рациона питания;

- оценить <3> пищевую ценность готовых продуктов промышленного производства, включенных в рацион питания (в первую очередь молочных продуктов, мясных и рыбных продуктов, в том числе полуфабрикатов, консервов);

- оценить количество поваренной соли в рационе и отдельных блюдах и кулинарных изделиях (в соответствии с фактически используемыми рецептурами блюд и кулинарных изделий <4>) с учетом того, что избыточное потребление поваренной соли населением определяется ее значительным содержанием в отдельных продуктах промышленного производства <5>.

--------------------------------

<1> Для примерной оценки пищевой ценности отдельных блюд и кулинарных изделий можно руководствоваться справочником "Химический состав блюд и кулинарных изделий" [68] (с учетом объема порции блюда или кулинарного изделия). Однако более достоверной является оценка пищевой ценности кулинарной продукции, проводимая непосредственно по технологическим картам или меню-раскладкам (с учетом норм технологических отходов и потерь и норм выхода полуфабрикатов и готовых изделий). В последнем случае для оценки пищевой ценности продовольственного сырья используются данные справочника "Химический состав пищевых продуктов" [67, 69], а после определения суммарной пищевой ценности блюда или кулинарного изделия вносятся поправки, учитывающие потери пищевой ценности при технологической обработке. С целью определения процента потерь обычно используются сведения о потерях, приведенные в справочнике "Химический состав блюд и кулинарных изделий" [68] (для тех же или аналогичных по технологии приготовления блюд и кулинарных изделий).

<2> Для установления пищевой ценности пищевых продуктов, готовых к употреблению, и полуфабрикатов промышленного производства в первую очередь следует руководствоваться информацией о пищевой ценности, указываемой изготовителем в этикетной надписи или в удостоверении качества и безопасности на продукцию, при необходимости внося корректировки, учитывающие изменение пищевой ценности при технологической обработке, руководствуясь справочником "Химический состав блюд и кулинарных изделий" [68] (для аналогичных по технологии приготовления видов кулинарной продукции).

<3> На основании информации для потребителя, размещенной на этикетке, спецификаций изготовителя, сведений, содержащихся в удостоверениях качества и безопасности, доступных справочных данных.

<4> В технической документации на кулинарную продукцию должно указываться количество поваренной соли в рецептуре блюда или кулинарного изделия (с учетом естественного содержания натрия в исходном сырье) с учетом ориентировочной физиологической потребности детей в натрии (3-5 г/сут. - для детей дошкольного возраста, 5-8 г/сут. для детей школьного возраста), а также норм содержания поваренной соли в пищевых продуктах (не более 0,8% для блюд и кулинарных изделий из мяса, рыбы, птицы - в соответствии с СанПиН 2.3.2.1940-05 [6]) и рекомендуемых уровней содержания поваренной соли в кулинарной продукции для детей и подростков (в соответствии с Методическими рекомендациями города Москвы МосМР 2.4.5.003-04 [58]).

<5> Значительное количество соли содержится как в используемых в дошкольном и школьном питании пищевых продуктах (колбасные изделия, сыры, соленая сельдь, соленые огурцы, консервированные овощи, рыба и др. продукты), так и в продуктах, покупаемых детьми и их родителями самостоятельно вне школы (чипсы и другая снэковая продукция, копчености и др.). Большое количество натрия поступает в организм в составе хлеба и булочных изделий, которые содержат значительное количество поваренной соли и потребляются населением в большом количестве.

4. Оценка используемых форм обогащения рациона питания незаменимыми микронутриентами:

- оценить использование в рационе питания в достаточных количествах (по крайней мере, ежедневно) пищевых продуктов промышленного производства с повышенной пищевой и биологической ценностью, в том числе обогащенных витаминами, минеральными веществами <1>, привести перечень этих продуктов (см. приложение З);

- отметить, только ли витаминизированные хлеб (булочные изделия) и молоко (молочные продукты) используются в составе рациона питания;

- установить, предусматривается ли регулярное использование в составе рациона питания витаминизированных соков и напитков, в том числе инстантных;

- оценить, только ли витаминизированные кондитерские изделия включаются в рацион питания;

- в случае если проводится витаминизация кулинарной продукции (готовых блюд и кулинарных изделий) непосредственно на базовом предприятии питания или в столовой образовательного (оздоровительного и т.п.) учреждения для детей и подростков, оценить ее правильность и адекватность потребностям обучающихся (воспитанников) в витаминах;

- указать, какие продукты, являющиеся естественным источником незаменимых микронутриентов, используются в питании обучающихся (воспитанников); оценить достаточность их использования в рационе питания обучающихся (воспитанников);

- отметить, используется ли при формировании рациона питания только йодированная соль (в герметичной светонепроницаемой упаковке), предусмотрено ли использование в питании обучающихся (воспитанников) других продуктов, обогащенных йодом (указать, каких);

- оценить, какие предусмотрены дополнительные меры по улучшению обеспеченности обучающихся (воспитанников) витаминами и другими микронутриентами при формировании рациона и организации питания (дать подробное описание);

- особо отметить меры по обогащению рациона питания обучающихся (воспитанников) незаменимыми микронутриентами в оздоровительных учреждениях, в которых питание должно носить выраженную лечебно-профилактическую направленность (выполнять оздоровительные функции).

--------------------------------

<1> Особо оценивается формирование школьных завтраков для организации бесплатного питания ввиду того, что качественный и количественный состав таких завтраков, как правило, ограничен размером выделяемых денежных средств. Поэтому основу таких завтраков должны составлять продукты, блюда и кулинарные изделия с высокой пищевой и биологической ценностью, обогащенные микронутриентами и другими незаменимыми пищевыми веществами.

Перечисленные вопросы обязательно отражаются в материалах гигиенической оценки типового рациона питания (проекта) как при проведении санитарно-эпидемиологической экспертизы (в протоколе гигиенической оценки и/или экспертном заключении), так и при проведении мероприятий по надзору (в акте по результатам мероприятий по надзору или приложении к нему).

В протоколе гигиенической оценки проекта типового рациона питания и экспертном заключении отражаются результаты его анализа в соответствии с приведенными критериями оценки, в том числе:

- перечисляются документы, на соответствие которым проводилась гигиеническая оценка (см. разд. 2), а также документы на методы экспертиз, оценок, исследований, испытаний, включая настоящие Методические рекомендации;

- дается общая оценка соответствия рациона питания принципам адекватного, рационального, сбалансированного, щадящего питания, подразумевающего удовлетворение потребности обучающихся (воспитанников) в пищевых веществах и энергии в соответствии с возрастными физиологическими потребностями, горячее питание, сбалансированность рациона по основным пищевым веществам, достаточное разнообразие рациона;

- приводятся сведения о предусмотренной кратности приемов пищи в течение дня, средненедельной пищевой ценности рациона питания и указывается, какой процент от суточной потребности в пищевых веществах и энергии может удовлетворить предлагаемый рацион питания и отдельные приемы пищи, а также фактическое соотношение основных пищевых веществ (белков, жиров, углеводов) и другие основные показатели сбалансированности рациона питания; приводятся сведения о среднем удельном весе каждого приема пищи в совокупной пищевой и энергетической ценности рациона;

- указывается, какие пищевые продукты, обогащенные микронутриентами, включены в рацион питания, дается оценка периодичности их использования в рационе;

- отмечается, какие основные группы продуктов, предусмотренные рекомендуемыми наборами продуктов, в том числе мясные, молочные и кисломолочные продукты, рыба, овощи и др., используются в составе рациона питания и в достаточных ли количествах;

- дается характеристика объемам порций блюд и кулинарных изделий на соответствие рекомендуемым;

- отмечается, соответствуют ли все блюда и кулинарные изделия, включенные в рацион, гигиеническим требованиям по рецептурам и технологии приготовления;

- приводятся характеристики рациона с позиций разнообразия (отмечаются повторы в рационе питания отдельных блюд, в том числе напитков, и кулинарных изделий в течение каждой недели и всего периода, на который рассчитан рацион);

- приводятся другие гигиенически значимые характеристики рациона питания.

В протоколе (экспертном заключении) приводится заключение по результатам гигиенической оценки, указывается, соответствует ли рацион питания (проект рациона питания) санитарным правилам и иным документам, на соответствие которым проводилась гигиеническая оценка. В экспертном заключении приводятся рекомендации эксперта по формированию рациона питания (в том числе рекомендации по составлению на основе типового рациона питания рабочего меню), а в случае установления факта несоответствия - рекомендации по приведению рациона питания в соответствие действующим гигиеническим требованиям <2>. При необходимости в своем заключении врач-эксперт указывает также необходимые условия, которые должны выполняться при использовании типового рациона питания обучающихся (воспитанников).

--------------------------------

<2> При необходимости в тексте экспертного заключения приводятся ссылки на нормативные и методические документы, которыми необходимо руководствоваться при пересмотре рациона питания.

Рекомендуемая форма протокола гигиенической оценки рациона питания приведена в приложении К.

На основании результатов гигиенической оценки проекта типового рациона питания, проведенной в порядке санитарно-эпидемиологической экспертизы проектной документации (экспертного заключения с протоколом гигиенической оценки рациона питания) или в порядке государственного санитарно-эпидемиологического надзора (акта по результатам мероприятий по надзору с протоколом гигиенической оценки рациона питания в приложении) в случае, если они проводились для целей согласования проекта типового рациона питания, выдается соответствующее санитарно-эпидемиологическое заключение главного санитарного врача по городу Москве или административному округу.

Санитарно-эпидемиологическое заключение по результатам санитарно-эпидемиологической экспертизы проекта типового рациона питания оформляется на бланке установленной формы следующим образом:

- в первой графе бланка заключения указывается "Проект типового рациона питания", категория (контингент) и возрастная группа детей и подростков, для которых предназначен рацион питания, период времени, на который он распространяется (сезон, учебный год <3>), вид (или конкретные наименования) образовательных или иных учреждений, для которых он предназначен, и другие необходимые сведения <4>;

- в этой же графе указывается разработчик проекта, его юридический и фактический адрес;

- во второй графе перечисляются нормативные документы, которым соответствует проект рациона питания, а также область применения и необходимые условия, при соблюдении которых обеспечивается соответствие рациона гигиеническим требованиям;

- в третьей графе указываются реквизиты протокола гигиенической оценки (экспертного заключения) или акта по результатам мероприятий по надзору (контролю) и другие материалы гигиенической оценки, на основании которых выдано санитарно-эпидемиологическое заключение;

- санитарно-эпидемиологическое заключение подписывается главным государственным санитарным врачом или его заместителем, регистрируется, заверяется печатью и голографируется в установленном порядке.

--------------------------------

<3> При согласовании проектов типовых рационов питания, самостоятельно разработанных организациями (образовательными учреждениями, базовыми предприятиями питания), предметом гигиенической оценки, как правило, является проект типового рациона питания на конкретный учебный год, что обязательно следует указывать в материалах гигиенической оценки и санитарно-эпидемиологическом заключении. Это позволяет ограничить срок действия выдаваемого санитарно-эпидемиологического заключения и обеспечить систематический пересмотр рациона питания в соответствии с современными гигиеническими требованиями и меняющимися фактическими условиями организации питания.

<4> Возможно перечисление в санитарно-эпидемиологическом заключении или приложении к нему нескольких проектов типовых рационов, на которое оно выдается.

Допускается совмещение согласования проекта типового рациона питания с согласованием проектов технических документов (рецептур, технико-технологических карт, технологических инструкций и т.п.) на все или отдельные блюда, включаемые в рацион, с выдачей одного общего заключения. В этом случае в выдаваемом санитарно-эпидемиологическом заключении делается соответствующая отметка, а перечень согласовываемых технико-технологических карт или технологических инструкций, как правило, приводится в приложении к нему.

В целях мониторинга рационов питания обучающихся, воспитанников образовательных и иных учреждений города Москвы один экземпляр каждого типового рациона питания, согласованного (прошедшего гигиеническую оценку) в территориальных отделах Управления Роспотребнадзора по городу Москве в административных округах и на транспорте (филиалах ФГУЗ "Центр гигиены и эпидемиологии в городе Москве" в административных округах и на транспорте), подлежит направлению в Управление Роспотребнадзора по городу Москве (отдел надзора за условиями воспитания и обучения) вместе с копией санитарно-эпидемиологического заключения. В случае согласования отдельных изменений в ранее согласованном типовом рационе питания направляется копия письма о согласовании этих изменений и при необходимости копия рациона питания с изменениями или только тех его страниц, на которых сделаны изменения (для общегородских типовых рационов питания).

В случае если представленный для согласования проект типового рациона питания соответствует действующим санитарным правилам, но по своему качественному и количественному составу не отвечает действующим методическим документам, в частности Методическим рекомендациям (указаниям) города Москвы, то организации, которая представила его для проведения гигиенической оценки (заявителю), предлагается внести в проект соответствующие изменения в добровольном порядке. В случае отказа заявителя от внесения изменений в проект типового рациона ему выдается в установленном порядке санитарно-эпидемиологическое заключение о соответствии проектной документации санитарным правилам и одновременно готовятся в письменной форме предложения по обеспечению соответствия рациона питания действующим Методическим рекомендациям (указаниям). Кроме того, письмо о несоответствии типового рациона питания действующим Методическим рекомендациям или указаниям (с изложением всех фактов несоответствия) направляется также в соответствующее окружное управление Департамента образования города Москвы для решения вопроса о возможности дальнейшего использования данного типового рациона питания при предоставлении на конкурсной основе предприятию (учреждению) права исполнения городского государственного заказа на услуги по организации питания обучающихся (воспитанников) в образовательных учреждениях за бюджетные средства города Москвы.

При согласовании отдельных замен к ранее согласованному (или общегородскому) рациону питания следует исходить из приблизительной эквивалентности (+/- 5%) пищевой ценности заменяемых и заменяющих продуктов. При неэквивалентности пищевой ценности заменяемых и заменяющих продуктов возможно в смежные дни добавление или исключение продуктов, блюд, которое скорректирует средненедельный набор пищевых продуктов таким образом, чтобы он соответствовал натуральным продуктовым нормам или рекомендуемому количественному набору продуктов. Биологическая ценность заменяющих продуктов должна быть не ниже биологической ценности заменяемых.

Например, каша рисовая может быть заменена кашей гречневой; компот может быть заменен фиточаем и свежими фруктами; мюсли с молоком - кашей на молоке; пельмени -макаронами с котлетами или биточками из мяса; салат из моркови - салатом из разных овощей и т.п.

Не следует заменять, например, салат, заправленный растительным маслом, на натуральные овощи (т.к. в этом случае обучающиеся (воспитанники) не получат растительное масло, являющееся важным источником незаменимых жирных кислот); фрукты - на сок (т.к. последний не содержит пищевых волокон); изделия из рыбы - на изделия из мяса и т.п.

**5. Методические рекомендации для родителей**

**-**Правильное питание дошкольников**.**

 Правильно организованное питание, обеспечивающее организм всеми необходимыми ему пищевыми веществами (белками, жирами, углеводами, витаминами и минеральными солями) и энергией, являются необходимым условием гармоничного роста и развития детей дошкольного возраста. Правильно организованное питание способствует повышению устойчивости организма к действию инфекций и других неблагоприятных внешних факторов.

 Основным принципом питания дошкольников должно служить максимальное разнообразие их пищевых рационов. Только при включении в повседневные рационы всех основных групп продуктов – мяса, рыбы, молока и молочных продуктов, яиц, пищевых жиров, овощей и фруктов, сахара и кондитерских изделий, хлеба, круп и др. можно обеспечить детей всеми необходимыми им пищевыми веществами, исключение тех или иных из названных групп продуктов или, напротив избыточное потребление каких-либо из них неизбежно приводит к нарушениям в состоянии здоровья детей.

 Правильный подбор продуктов – условие необходимое, но ещё недостаточное для рационального питания дошкольников. Необходимо стремиться к тому, чтобы готовые блюда были красивыми, вкусными, ароматными и готовились с учётом индивидуальных вкусов детей, т.е. должен быть строгий режим питания, который должен предусматривать не менее 4 приёмов пищи: завтрак, обед, полдник, ужин, причём три из них должны включать горячее блюдо. Длительность промежутков между приёмами пищи не должно превышать 3,5-4 часа. Чрезмерный частый приём пищи снижает аппетит и тем самым ухудшает усвояемость пищевых веществ. Организация питания в ДОУ предусматривает обеспечение детей большей частью необходимых им энергии и пищевых веществ.

**Организация питания в ДОУ должна сочетаться с правильным питанием ребёнка в семье**. Нужно стремиться к тому, чтобы питание вне ДОУ дополняло рацион, получаемый в организованном коллективе.

 Очень важно чтобы утром, до отправления ребёнка в детский сад, его не кормили, т.к. это нарушает режим питания, приводит к снижению аппетита и ребёнок плохо завтракает в группе.

 Переход ребёнка от домашнего воспитания к воспитанию в детском коллективе почти всегда сопровождается определёнными психологическими трудностями. Именно в это время у детей снижается аппетит, нарушается сон, снижается общая сопротивляемость к заболеваниям. Правильная организация питания в это время имеет большое значение и помогает ребёнку скорее адаптироваться в коллективе.

 Перед поступлением ребёнка в детский сад родителям рекомендуется приблизить режим питания и состав рациона к условиям детского коллектива, приучить его к тем блюдам, которые чаще дают в ДОУ, особенно если дома он их не получал.

Впервые дни пребывания в коллективе нельзя менять привычки в питании. Если ребёнок не умеет или не хочет, есть самостоятельно, то первое время его кормят. Если ребёнок отказывается от пищи ни в коем случае нельзя кормить его насильно.

Нередко дети поступают в дошкольное учреждения в осенний период, когда наиболее высок риск распространения ОРЗ. Для профилактики ОРЗ проводится дополнительная витаминизация рациона питания детей. Используется широкий ассортимент имеющихся витаминизированных пищевых продуктов и напитков.

 **Правильное питание дошкольника**

**Дома на второй ужин и в выходные дни**

Наверное, вы заметили, что у вашего ребёнка произошел, а может быть, вот-вот произойдет скачок роста. Стремительный набор веса и активный рост ребенка в этот период привлекают особое внимание, как родителей, так и диетологов. Как никогда требуется полноценное питание и разнообразие, регулярность в приеме пищи, соблюдение режима дня.

Первый прием пищи шестилетки должны получать уже через 30-40 минут после подъема, да непоседа и сам даст вам знать, что не мешало бы подкрепиться. Завтрак должен составлять примерно 25% суточного рациона, в сумме по объему это около 400г, включая напитки.

**Завтрак** может состоять из омлета с зеленью (аминокислоты + фолиевая кислота), бутерброда с красной рыбой (жирорастворимые витамины), травяного чая или настойки шиповника (витамин С)

**Между завтраком и обедом** (прием пищи, который что англичане называют "**ланч**") ребенок должен получать свежие фрукты или натуральный йогурт.

**Обед** составляет 35% дневного рациона. Салат из свежих овощей с растительным маслом, картофельный суп с фрикадельками, зерновой хлебец (витамины группы В), компот из сухофруктов неплохо утолят голод активного дошколенка на несколько ближайших часов.

Следует обратить внимание на то, чтобы ребенок не переедал, и не компенсировал объем пищи за счет одного блюда. Порция первого блюда должна быть небольшой, суп - обязательно горячим, а порция компота не должна быть больше 150 мл.

**На полдник** предложите на выбор: горсть сухофруктов и орешков, салат из свежих фруктов, стакан кефира, творожную запеканку с чаем.

Желательно **исключить** из обязательного детского питания сладкие вафли, печенье, конфеты - эти продукты не несут никакой пищевой ценности, кроме калорий.

**Ужин** подайте ребенку желательно не позже, чем за 1,5 часа до сна. Картофельное пюре или гречневая каша, несколько ломтиков твердого сыра или яйцо, сваренное вкрутую, соленый огурчик или салат из квашеной капусты с льняным маслом (омега-3 жиры), сладкий чай.

 Не забывайте о **соблюдении питьевого режима**. Ребенок дошкольного возраста должен получать достаточное количество жидкости, желательно утром натощак, между приемами пищи и незадолго до сна, если нет проблем с ночным мочеиспусканием.

В последнее время все чаще обнаруживается лишний вес у детей уже в дошкольном возрасте.

Вопрос питания в этом случае следует решать с компетентным врачом-эндокринологом.

Если ваш дошкольник **страдает сниженным аппетитом**, стоит обследоваться: общий анализ мочи и крови, анализы на наличие паразитов. Повышенная утомляемость, раздражительность, появление нервных тиков, боли в мышцах, анемия иногда прекрасно корректируются диетой и приемом профилактических средств.

 **Рекомендации для родителей по питанию**

 Здоровье детей невозможно обеспечить без рационального питания, которое является необходимым условием их гармоничного роста, физического и нервно-психического развития, устойчивости к действию инфекций и других неблагоприятных факторов внешней среды. Кроме того, правильно организованное питание формирует у детей культурно-гигиенические навыки, полезные привычки, так называемое рациональное пищевое поведение, закладывает основы культуры питания.

 Роль питания в современных условиях значительно повышается в связи с ухудшением состояния здоровья детей в результате целого комплекса причин, одной из которых является нарушение структуры питания и снижение его качества, как в семье, так и в организованных детских коллективах.

 Возникновение болезней эндокринной системы, органов пищеварения, анемий, в значительной мере, обусловлено факторами алиментарной природы. Несбалансированное питание приводит к витаминной недостаточности, дефициту различных микроэлементов и только при правильно составленном рационе ребенок получает необходимое для нормального роста и развития количество незаменимых пищевых веществ.

 Основным принципом питания дошкольников должно служить максимальное разнообразие их пищевых рационов. Только при включении в повседневные рационы всех основных групп продуктов – мяса, рыбы, молока и молочных продуктов, яиц, пищевых жиров, овощей и фруктов, сахара и кондитерских изделий, хлеба, круп и др. можно обеспечить детей всеми необходимыми им пищевыми веществами. И, наоборот, исключение из рациона тех или иных из названных групп продуктов или, напротив, избыточное потребление каких-либо из них неизбежно приводит к нарушениям в состоянии здоровья детей.

 Правильный подбор продуктов – условие необходимое, но еще недостаточное для рационального питания дошкольников. Необходимо стремиться к тому, чтобы готовые блюда были красивыми, вкусными, ароматными и готовились с учетом индивидуальных вкусов детей.

**6. Методика гигиенической оценки фактического рациона**

**питания обучающихся (воспитанников) и программа проведения**

**общегородских мероприятий по надзору (контролю)**

**за рационами питания**

Гигиеническая оценка фактического рациона питания проводится на основе изучения бухгалтерских (товарных) отчетов предприятий питания и детских учреждений; ежедневных меню, вывешиваемых в детских учреждениях на специальных стендах; накопительных ведомостей (ведомостей анализа используемого набора продуктов); записей в журналах приемочного контроля готовой кулинарной продукции (бракеражных журналах) и других документов по результатам производственного контроля за формированием рациона питания обучающихся (воспитанников); а также расходных и товарно-транспортных накладных, технологических карт; калькуляционных карт, которые составляются ежедневно для обеспечения питанием определенного количества обучающихся (воспитанников), и других документов.

При оценке фактического рациона питания рекомендуется проводить опрос обучающихся (воспитанников) для выяснения фактического наличия в рационе тех или иных продуктов, блюд и кулинарных изделий, отношения обучающихся (воспитанников) к их рациону питания, особенностей пищевого поведения и вкусовых предпочтений, реально потребляемого количества блюд и кулинарных изделий. При проведении опроса можно использовать различные анкеты-вопросники.

Гигиеническая оценка фактического рациона питания совмещается с оценкой клинического статуса питания детей (подростков), которая проводится совместно с медицинским работником образовательного (оздоровительного) учреждения, на основании анализа медицинской документации (показателей, характеризующих физическое развитие и заболеваемость) и по возможности выборочного осмотра детей (подростков) на предмет наличия у них клинических и субклинических проявлений (микросимптомов) отдельных алиментарно-зависимых состояний, в том числе проявлений недостаточности микронутриентов.

С целью оценки питания, получаемого обучающимися (воспитанниками) вне образовательного учреждения, также проводится опрос или анкетирование.

Фактический рацион питания оценивается за период не менее чем 4 недели, предшествующие моменту проведения гигиенической оценки (в акте проведения мероприятий по надзору, акте санитарно-эпидемиологической экспертизы или в протоколе гигиенической оценки рациона питания обязательно указывается период, за который проводилась оценка).

При анализе накопительных ведомостей (ведомости анализа используемого набора продуктов) и других документов по результатам производственного контроля за формированием рациона питания обучающихся (воспитанников) следует выборочно проверять их достоверность и правильность ведения (корректность расчетов), а также наличие аналитических данных и выводов по результатам производственного контроля.

Гигиеническая оценка ассортимента пищевых продуктов, фактически используемых в питании детей и подростков в образовательных (оздоровительных) учреждениях, осуществляется путем изучения ассортимента пищевых продуктов, закупаемых и реализуемых базовыми предприятиями и образовательными (оздоровительными) учреждениями, организующими питание детей и подростков самостоятельно.

С целью гигиенической оценки ассортимента пищевых продуктов, используемых в питании детей и подростков в образовательных (оздоровительных) учреждениях, проводится визуальное ознакомление с фактически реализуемым или находящимся на хранении ассортиментом пищевых продуктов, а также изучение (проверка) и анализ следующих документов:

- договоров (контрактов) на поставку пищевых продуктов и спецификаций (приложений) к ним с ассортиментными перечнями закупаемых продуктов;

- товарно-сопроводительных документов (в том числе документов, подтверждающих качество и безопасность пищевых продуктов, товарно-транспортных накладных и других документов);

- документов складского учета пищевых продуктов на предприятиях питания;

- результатов входного производственного контроля (бракеражных журналов продуктов, поступающих на предприятие);

- имеющихся протоколов лабораторных исследований пищевых продуктов;

- ассортиментных перечней реализуемых в свободной продаже продуктов;

- фактических рационов питания детей и подростков в организованных коллективах;

- материалов отчетности, представляемых предприятиями (организациями) школьного питания в Городскую информационную систему "Школьное питание".

Алгоритм гигиенической оценки фактического рациона питания включает следующие процедуры:

1. Оценка проводимой работы по реализации рациона питания и соответствия общей структуры фактического рациона питания согласованному в установленном порядке типовому рациону питания:

- установить факт выполнения или невыполнения типового рациона питания (примерного меню); оценить, соответствует ли фактический рацион питания типовому в целом и как часто осуществляются замены блюд и кулинарных изделий по сравнению с типовым рационом питания, особенно блюдами и кулинарными изделиями с неэквивалентной пищевой ценностью и приготовленными из других видов сырья;

- установить соответствие дней недели и приемов пищи в типовом и фактическом рационах питания (используется ли рацион питания в соответствующий день: в понедельник - рацион, предусмотренный на понедельник, и т.д.);

- оценить соответствие кратности питания, времени каждого приема пищи и продолжительности перемен, отведенных для приема пищи, гигиеническим требованиям и типовому рациону питания;

- оценить соответствие фактического рациона питания типовому по разным возрастным группам и категориям обучающихся (воспитанников);

- оценить, используются ли сезонные варианты меню;

- оценить фактический ассортимент пищевых продуктов, блюд и кулинарных изделий, предназначенных для реализации в свободной продаже ("буфетной продукции");

- оценить, используются ли варианты рационов "сухого пайка" (ланч-боксов) для обучающихся (воспитанников), отправляющихся на выездные занятия, экскурсии, в походы и т.п.;

- оценить, как при организации питания учитываются пожелания обучающихся (воспитанников), их вкусовые предпочтения и особенности пищевого поведения, а также индивидуальные особенности обучающихся (воспитанников), выражающиеся в непереносимости ими отдельных продуктов;

- указать, используется ли при формировании рационов питания специальное программное обеспечение (АИС) и компьютерная техника (ПЭВМ);

- охарактеризовать систему производственного контроля за формированием рационов питания обучающихся (воспитанников), а также за ассортиментом, качеством, безопасностью и пищевой ценностью пищевых продуктов, используемых в питании обучающихся (воспитанников), оценить его эффективность;

- охарактеризовать результаты оценки гигиенических знаний персонала по вопросам формирования рациона питания обучающихся (воспитанников).

2. Оценка фактического ассортимента пищевых продуктов, блюд и кулинарных изделий:

- оценить соответствие ассортимента блюд и кулинарных изделий и рациона в целом фактическим условиям организации питания обучающихся, воспитанников (см. разд. 3), оценить обоснованность выбора всех продуктов, их соответствие формулировкам (названиям блюд, кулинарных изделий, пищевых продуктов), предусмотренным типовым рационом питания; отдельно оценить каждую замену (см. далее);

- оценить, обеспечено ли разнообразие рациона, предусмотренное типовым рационом питания;

- оценить разнообразие ассортимента фактически используемых продуктов, которые в типовом рационе питания определяются общими формулировками, в том числе разнообразие свежих фруктов, соков <1>, кисломолочных напитков, витаминизированных напитков, фиточаев, включаемых в рацион питания;

- оценить <2> пищевую ценность готовых продуктов промышленного производства, фактически включаемых в рацион питания (в первую очередь молочных продуктов, мясных и рыбных продуктов, в том числе полуфабрикатов, консервов), включая оценку содержания белка, жира, поваренной соли;

- оценить рецептуры и технологические процессы, фактически используемые при изготовлении блюд и кулинарных изделий, и их соответствие типовому рациону питания;

- оценить фактическое количество поваренной соли в рационе и отдельных блюдах и кулинарных изделиях (в соответствии с фактически используемыми рецептурами блюд и кулинарных изделий), в том числе с использованием лабораторных методов контроля;

- установить соответствие выхода блюд и массы (объема) порций типовому рациону питания, в том числе массы готовых продуктов промышленного производства, особенно кисломолочных и творожных продуктов, кондитерских изделий;

- оценить ассортимент пищевых продуктов с повышенной пищевой и биологической ценностью, фактически используемых в рационе питания, перечислить все такие продукты, которые используются (см. приложение З);

- примерно оценить долю (в %) пищевых продуктов, обогащенных незаменимыми микронутриентами, в общем количестве пищевых продуктов, используемых при формировании рационов питания детей и подростков и для организации дополнительного питания учащихся;

- проверить фактический рацион питания на предмет недопущения использования вместо обогащенных микронутриентами (витаминизированных) продуктов их необогащенных аналогов <3>, особенно в отношении хлеба, молока, кондитерских изделий, соков;

- оценить ассортимент напитков, используемых в питании детей и подростков, в том числе соответствие утвержденному рациону питания частоты использования витаминизированных напитков, фиточаев и т.п.;

- особо оценить использование в качестве кисломолочных продуктов (напитков) только продуктов, содержащих жизнеспособную микрофлору <4>;

- отметить, используется ли при формировании рациона питания только йодированная соль (в герметичной светонепроницаемой упаковке), предусмотрено ли использование в питании детей и подростков других продуктов, обогащенных йодом (указать, каких);

- оценить кондитерские изделия, включаемые в рационы питания детей и подростков с позиций пищевой и биологической ценности (см. [56]);

- оценить наличие на все пищевые продукты, используемые в питании детей и подростков, необходимых документов, подтверждающих качество и безопасность, а также сведений о регистрации в Электронном реестре пищевых продуктов для питания детей и подростков в организованных коллективах города Москвы;

- примерно оценить соотношение (в %) доли импортных и отечественных пищевых продуктов и продовольственного сырья по количеству наименований каждого вида продуктов и по общему количеству (массе, объему, количеству порций или единиц упаковки) продуктов каждого вида, реализуемому или используемому для формирования рационов питания за тот или иной промежуток времени, например за месяц;

- оценить ассортимент пищевых продуктов, используемых в питании обучающихся (воспитанников), с позиций фактических условий транспортного обеспечения перевозок продуктов с предприятий-изготовителей и с базового предприятия питания в образовательные (оздоровительные) учреждения (в т.ч. отметить наличие и использование охлаждаемого транспорта, соблюдение требований товарного соседства при транспортировке продуктов, сроков транспортировки, наличие графиков и схем транспортных маршрутов); оценить потребность объекта в охлаждаемом транспорте и степень ее удовлетворения;

- указать, с какой периодичностью доставляются продукты на пищеблоки; оценить соответствие сроков и периодичности поставки продуктов условиям их хранения, имеющимся на пищеблоке образовательного (оздоровительного) учреждения или предприятия питания;

- отметить, какие виды пищевых продуктов, полуфабрикатов, готовых блюд и кулинарных изделий вырабатываются непосредственно на предприятии школьного (дошкольного) питания (на базовом предприятии и на производственных филиалах), а какие приобретаются у сторонних организаций для последующей доготовки (переработки) или непосредственного использования в пищу; оценить, соответствует ли ассортимент вырабатываемой продукции оборудованию и оснащению предприятия (фактическому и по проекту);

- оценить, какие виды полуфабрикатов (по степени готовности, пищевой ценности и т.п.) используются в производственных подразделениях обслуживаемых образовательных (оздоровительных) учреждений; установить наличие нормативной и технической документации на вырабатываемые полуфабрикаты, булочные изделия и другую продукцию;

- установить наличие в договорах на поставку пищевых продуктов требований (обязательств) по качеству и безопасности поставляемых пищевых продуктов, условий поставок и транспортного обеспечения, спецификаций (ассортиментных перечней) поставляемых продуктов, условий обеспечения сопроводительной документацией;

- оценить полноту и правильность указания во всех видах документов и соответствие наименований продуктов в товарно-сопроводительной документации, документации складского учета, меню, документах о качестве и безопасности пищевых продуктов и других наименований пищевых продуктов, а также указания предприятия-изготовителя, товарных знаков, характеристик товара, имеющих гигиеническое значение, сроков годности продукта;

- установить наличие на потребительской упаковке обязательной информации для потребителя, в том числе информации о составе и пищевой ценности продукта; отметить указание сведений о пищевой ценности при маркировке кулинарной продукции, полуфабрикатов, кондитерских и булочных изделий, вырабатываемых предприятием питания.

--------------------------------

<1> Обратить внимание на недопустимость использования вместо соков нектаров и других напитков с более низкой пищевой ценностью.

<2> На основании информации для потребителя, размещенной на этикетке, спецификаций изготовителя, сведений, содержащихся в удостоверениях качества и безопасности, доступных справочных данных.

<3> То есть аналогичных, но необогащенных продуктов, например, молока стерилизованного вместо предусмотренного рационом питания молока стерилизованного витаминизированного и т.п.

    <4> В соответствии с удостоверением качества и  безопасности,  а  также

информацией для потребителей, размещенной  на  упаковке:  на  кисломолочных

продуктах, содержащих жизнеспособную микрофлору, обязательно указывается ее

содержание,  которое  согласно СанПиН 2.3.2.1078-01 [7]  должно  составлять

              7                                              6

не   менее  10  КОЕ/г   (для  бифидобактерий - не   менее  10  КОЕ/г;   для

обогащенных  пробиотическим  фактором  продуктов  рекомендуемое  содержание

                                        7

специфической  микрофлоры составляет  10  КОЕ/г и более). При необходимости

проводятся   лабораторные  микробиологические   исследования  кисломолочных

продуктов  на  содержание  специфической  молочнокислой  микрофлоры   и/или

бифидобактерий.

3. Оценка правильности и адекватности (эквивалентности) проводимых замен блюд, кулинарных изделий, пищевых продуктов:

- в случае если при формировании рациона питания проводятся замены, оценить соответствие набора продуктов, используемых при формировании рациона питания, рекомендуемым количественным наборам продуктов, а в учреждениях с постоянным (круглосуточным) пребыванием детей и подростков - натуральным нормам питания <1>;

- оценить, как осуществляются замены блюд, кулинарных изделий и пищевых продуктов, указанных в типовом рационе питания, аналогичными по пищевой ценности; полностью ли эквивалентна пищевая ценность заменяемых и заменяющих блюд, кулинарных изделий, продуктов и готовятся ли они из одного и того же вида сырья (или из видов сырья со схожей пищевой ценностью), в чем выражается несоответствие; отметить факт замен блюд и кулинарных изделий кулинарной продукцией, приготовленной из других видов сырья с отличной пищевой ценностью;

- оценить продолжительность периода времени, в течение которого проводились указанные замены, установить и указать их причину (причину отступлений от типового рациона питания);

- отметить, не допускается ли замена предусмотренных типовым рационом питания горячих завтраков (полдников или других приемов пищи) приемами пищи по типу "сухого пайка", состоящими только из готовых холодных продуктов промышленного производства и напитка;

- отметить, проводятся ли при наличии замен (и по каким показателям проводятся) постоянные (ежедневные, еженедельные) расчеты, учет и анализ пищевой ценности фактического рациона питания и используемого при его формировании набора продуктов, используются ли для этого вычислительная техника и специальные автоматизированные информационные системы, облегчающие рутинные расчеты, отметить, проводится ли оценка соответствия результатов расчетов гигиеническим требованиям и каким образом корректируется рацион в случае несоответствия;

- отметить, проводится ли на основании этих расчетов специалистом предприятия питания или образовательного учреждения постоянная оценка качественного и количественного состава рациона питания (указать, в какой форме регистрируются результаты производственного контроля за формированием рациона питания обучающихся и воспитанников);

- оценить достоверность указываемых в документации сведений о пищевой ценности продуктов (блюд, кулинарных изделий) и правильность проводимых расчетов, правильность ведения накопительных ведомостей (ведомостей анализа набора используемых продуктов).

--------------------------------

<1> Выполнение натуральных норм питания воспитанников детских домов и школ-интернатов для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, является одним из основных критериев гигиенической оценки рационов питания этой категории детей и подростков.

4. Оценка ассортимента пищевых продуктов, используемых для дополнительного питания обучающихся <1>:

- провести детальный анализ ассортимента пищевых продуктов, используемых для дополнительного питания обучающихся (реализуемых в образовательных учреждениях в свободной продаже в качестве буфетной продукции);

- перечислить основные виды буфетной продукции, реализуемые на момент проведения мероприятий по надзору (контролю);

- провести анализ структуры ассортимента реализуемых пищевых продуктов по количеству наименований различных видов (групп) продуктов - оценить количество наименований реализуемых в свободной продаже мучных и сахаристых кондитерских изделий, булочных изделий (в том числе сдобных), горячих и холодных напитков различных видов, сухих завтраков, снэков, молочных продуктов (в том числе кисломолочных), фруктов, соков, плодоовощных консервов, бутербродов, готовых кулинарных изделий и т.п. (указать в % от общего количества наименований реализуемых видов буфетной продукции примерную долю наименований продуктов каждого вида);

- привести сведения об удельном весе (проценте) наименований пищевых продуктов, обогащенных незаменимыми микронутриентами, в общем количестве наименований реализуемых в свободной продаже продуктов;

- дать примерную оценку количествам каждого вида продуктов, реально реализуемых в образовательных учреждениях (по отчетным документам, накладным и на основании опроса персонала буфетов и столовых);

- оценить ассортимент реализуемых кондитерских изделий (см. [52, 56]); в том числе указать, имеются ли факты реализации в образовательных учреждениях карамели, жевательных конфет и других видов изделий, не рекомендуемых для использования в питании детей и подростков; указать, какие кондитерские изделия, обогащенные незаменимыми микронутриентами, реализуются в школьных буфетах;

- охарактеризовать, как осуществляется учет ассортимента пищевых продуктов, ежедневно реализуемого в образовательных учреждениях, оценить формы учета ассортимента и контроля за соблюдением рекомендуемого ассортимента реализуемых пищевых продуктов.

--------------------------------

<1> Только для общеобразовательных учреждений и учреждений начального (среднего) профессионального образования.

5. Оценка статуса питания и пищевого поведения обучающихся (воспитанников):

- оценить (по результатам опроса обучающихся и воспитанников), достоверно ли отражается в документации фактический рацион питания;

- оценить отношение обучающихся (воспитанников) к их рациону питания, особенности пищевого поведения и вкусовых предпочтений, реально потребляемые количества блюд и кулинарных изделий;

- оценить статус питания детей (подростков) по данным анализа медицинской документации (показателей, характеризующих физическое развитие и заболеваемость) и по возможности выборочного осмотра детей (подростков) на предмет наличия у них клинических и субклинических проявлений (микросимптомов) отдельных алиментарно-зависимых состояний, в том числе проявлений недостаточности микронутриентов;

- оценить питание, получаемое обучающимися (воспитанниками) вне образовательного учреждения (посредством проведения беседы с педагогами, опроса детей, подростков или их родителей).

Все перечисленные вопросы отражаются в материалах надзора (акте или приложении к нему) или санитарно-эпидемиологической экспертизы (экспертном заключении), а также донесениях по результатам мероприятий по надзору (контролю), направляемых в Управление Роспотребнадзора по городу Москве. Программа гигиенической оценки рационов питания обучающихся (воспитанников) при проведении общегородских мероприятий по надзору приводится в приложении Л.

В ходе проведения плановых или внеплановых общегородских (рейдовых) мероприятий по надзору проводится как гигиеническая оценка действующих (используемых в настоящее время) типовых рационов питания, так и гигиеническая оценка фактических рационов питания детей и подростков.

Гигиеническая оценка типовых рационов питания, ранее согласованных с органами Роспотребнадзора, может проводиться на основании имеющихся их архивных копий. В случае если объект не имеет санитарно-эпидемиологического заключения на используемый при организации питания детей и подростков типовой рацион питания, следует требовать проведения его согласования в установленном порядке.

Гигиеническая оценка фактических рационов питания проводится во всех образовательных и оздоровительных учреждениях, а также на базовых предприятиях дошкольного и школьного питания, на которых за период проведения общегородских рейдовых мероприятий предусмотрено проведение плановых мероприятий по надзору, а также при проведении внеплановых мероприятий по надзору.

В целях гигиенической оценки фактических рационов питания детей и подростков, формирование которых осуществляется централизованно базовыми предприятиями школьного (дошкольного) питания, могут использоваться результаты плановых мероприятий по надзору, проведенные в одном или нескольких образовательных учреждениях, в которых размещаются производственные филиалы этих предприятий. В случае выявления при проверках таких образовательных учреждений нарушений, связанных с формированием рационов питания обучающихся (воспитанников), это является основанием для проведения внеплановых мероприятий по надзору (контролю) в отношении базового предприятия питания.

В случае если планом не предусмотрено проведение мероприятий по надзору (контролю) ни в отношении базового предприятия питания, ни в отношении каких-либо его производственных филиалов (обслуживаемых им образовательных учреждений), то по возможности следует провести гигиеническую оценку рационов питания, формируемых данным базовым предприятием, запросив у него необходимые сведения, а также по материалам отчетов по результатам производственного контроля. Аналогично проводится гигиеническая оценка рационов питания в образовательных учреждениях, организующих питание самостоятельно, если они не подлежат плановым мероприятиям по надзору. Таким образом, в течение учебного года следует иметь сведения о рационах питания обучающихся (воспитанников) во всех образовательных (оздоровительных и иных) учреждениях.

При подготовке по результатам общегородских мероприятий по надзору донесений (в Управление Роспотребнадзора по городу Москве) и информационно-аналитических материалов (справок) в органы исполнительной власти по административному округу также используются результаты ранее (в текущем учебном году) проведенных мероприятий по надзору.

Меры административного воздействия по результатам проводимых мероприятий по надзору следует применять только в том случае, если фактический рацион питания детей и подростков не соответствует действующим санитарным правилам. В остальных случаях информация по результатам гигиенической оценки рационов питания детей и подростков с конкретными предложениями по их оптимизации оформляется в виде рекомендаций и предложений в адрес руководства объекта и одновременно направляется в органы исполнительной власти по административному округу (префектуры, окружные управления Департамента образования города Москвы и т.п.), а также в адрес городского органа исполнительной власти, осуществляющего конкурсный отбор исполнителей городского заказа на оказание услуг по организации питания в образовательных учреждениях за бюджетные средства.

При проведении государственного санитарно-эпидемиологического надзора за формированием рационов питания обучающихся (воспитанников), а также при проведении производственного контроля за соблюдением санитарного законодательства используются разнообразные лабораторные и инструментальные методы контроля. Рекомендуемая номенклатура лабораторно-инструментальных методов контроля при проведении санитарно-эпидемиологического надзора и производственного контроля за питанием обучающихся (воспитанников) приведена в приложении М.

Приложение А (справочное)

к Методическим рекомендациям

**ОПРЕДЕЛЕНИЯ**

**ПОНЯТИЙ, ПРИМЕНЯЕМЫХ В МЕТОДИЧЕСКИХ РЕКОМЕНДАЦИЯХ**

Рацион питания обучающихся (воспитанников) - количественный средненедельный набор продуктов, распределенных на группы согласно их пищевой ценности, в расчете на одного обучающегося (воспитанника) на один день (или на число приемов пищи, получаемых обучающимися или воспитанниками), а также перечень (цикличное меню) блюд, кулинарных изделий и пищевых продуктов, распределенных по дням и отдельным приемам пищи в течение дня с учетом их пищевой, биологической ценности, сезонности (сезонного наличия тех или иных пищевых продуктов), с указанием количества (массы или объема порции) каждого блюда, изделия, продукта, приходящегося на одного человека.

Типовой рацион питания обучающихся, воспитанников (примерное цикличное меню) - сбалансированный по пищевой ценности с учетом физиологической потребности обучающихся (воспитанников) в пищевых веществах и энергии, дифференцированный по возрастным группам рацион питания, используемый организацией, обеспечивающей питание обучающихся (воспитанников) при формировании фактического рациона питания. Типовой рацион питания является техническим документом, утверждаемым руководителем организации, обеспечивающей питание обучающихся (воспитанников), и подлежащим согласованию органами, уполномоченными осуществлять Госсанэпиднадзор (в установленном для технических документов порядке <1>). Типовой рацион питания может включать в себя рецептуры и технологические инструкции (технико-технологические карты) на все используемые в его составе блюда и кулинарные изделия либо содержать ссылки на соответствующие технические документы. В типовом рационе питания указываются общие наименования пищевых продуктов, которые уточняются при составлении повседневного рациона питания.

--------------------------------

<1> На основании ст. 16 Федерального закона от 2 января 2000 г. N 29-ФЗ "О качестве и безопасности пищевых продуктов" проекты всех технических документов подлежат санитарно-эпидемиологической экспертизе.

Повседневный рацион питания - рацион питания на предстоящий день, несколько дней, неделю (перспективный рацион питания), формируемый на основе типового рациона питания с использованием разнообразного ассортимента пищевых продуктов, названия которых соответствуют указанным в типовом рационе питания, с учетом их фактического наличия на складе или ассортимента, поставляемого снабжающей организацией.

Фактический рацион питания обучающихся (воспитанников) - рацион питания, фактически полученный обучающимися (воспитанниками).

Обучающиеся и воспитанники - лица, временно или постоянно пребывающие в организациях (учреждениях), осуществляющих виды деятельности (работ, услуг), связанные с образованием, оздоровлением, организацией отдыха и досуга детей и подростков.

Дети дошкольного возраста - лица в возрасте от 1,5 до 6 лет.

Дети и подростки школьного возраста - лица в возрасте от 7 до 17 лет.

Подростки - лица в возрасте от 14 до 17 лет.

Организация питания обучающихся (воспитанников) - комплекс мероприятий, направленных на создание условий и обеспечение физиологически полноценным здоровым питанием всех обучающихся (воспитанников) образовательного учреждения.

Обеспечение питанием - комплекс услуг общественного питания, направленных на производство кулинарной продукции, мучных, кондитерских и булочных изделий, их реализацию и организацию потребления.

Статус питания детей и подростков - такое состояние структуры питания детей и подростков, а также функций и адаптационных резервов организма, которое сложилось под влиянием предшествующего фактического питания детей и подростков, условий потребления пищи и генетически детерминированных особенностей обмена пищевых веществ.

Формирование рациона питания обучающихся (воспитанников) - обоснованный выбор пищевых продуктов, в том числе кулинарной продукции, предназначенных для включения в рацион питания обучающихся (воспитанников); обоснованный выбор пищевых продуктов, продовольственного сырья и полуфабрикатов, используемых для приготовления кулинарной продукции; составление рациона питания (меню) с последующим анализом и оценкой качественного и количественного состава рациона питания и постоянной корректировкой пищевой ценности рациона и набора используемых в его составе продуктов.

Организация дополнительного питания обучающихся (воспитанников) - реализация (свободная продажа наряду с организацией питания) пищевых продуктов в столовых, буфетах, барах, с отдельных прилавков, а также на иных торговых точках на территории, в зданиях и сооружениях, используемых под временное или постоянное размещение обучающихся (воспитанников).

Пищевые продукты - продукты в натуральном или переработанном виде, употребляемые в пищу, в том числе кулинарная продукция, а также бутилированная питьевая вода, безалкогольные напитки, жевательная резинка, а также продовольственное сырье, пищевые добавки и биологически активные добавки.

Кулинарная продукция - совокупность блюд (пищевые продукты или их сочетания, доведенные до кулинарной готовности, порционированные и оформленные), кулинарных изделий (пищевой продукт или сочетание продуктов, доведенные до кулинарной готовности) и кулинарных полуфабрикатов (пищевые продукты или сочетание продуктов, прошедшие одну или несколько стадий кулинарной обработки без доведения до готовности).

Продовольственное сырье - сырье растительного, животного, микробиологического, минерального и искусственного происхождения и вода, используемые для изготовления пищевых продуктов.

Пищевая ценность пищевого продукта - совокупность свойств пищевого продукта, при наличии которых удовлетворяются физиологические потребности человека в необходимых веществах и энергии (в том числе содержание белков, жиров, углеводов и микронутриентов).

Биологическая ценность пищевого продукта - совокупность особенностей химического состава пищевого продукта, определяемых содержанием незаменимых аминокислот, полиненасыщенных жирных кислот, микронутриентов и других минорных компонентов пищи, пищевых волокон и т.п.

Функциональное питание - питание, которое за счет дополнительного включения в рацион (в пищевые продукты) функциональных ингредиентов не только удовлетворяет физиологические потребности организма человека в пищевых веществах и энергии, но и выполняет профилактические и лечебные задачи, способствует защите организма человека от неблагоприятных условий окружающей среды.

Функциональные ингредиенты: витамины, минеральные вещества (в том числе микроэлементы), полиненасыщенные жирные кислоты, пищевые волокна (растворимые и нерастворимые), антиоксиданты, а также ингредиенты пробиотического (бифидобактерии, лактобактерии и другие микроорганизмы, составляющие нормальную микрофлору кишечника человека) и пребиотического (стимулирующие рост собственной микрофлоры кишечника) действия и другие. В качестве функциональных ингредиентов чаще всего используются биологически активные добавки.

Незаменимые пищевые вещества (нутриенты) - пищевые вещества, необходимые для нормального осуществления обмена веществ, роста и развития организма, защиты от вредных факторов внешней среды, к которым относятся микронутриенты, отдельные аминокислоты, полиненасыщенные жирные кислоты и некоторые другие вещества. Отнесение того или иного пищевого вещества к незаменимому находится в компетенции федерального органа в области санитарно-эпидемиологической безопасности населения.

Микронутриенты - незаменимые пищевые вещества, которые содержатся в пищевых продуктах в малых количествах, в отличие от так называемых макронутриентов (белков, жиров, углеводов), составляющих основной объем пищи; к микронутриентам обычно относят витамины и минеральные вещества (микроэлементы и макроэлементы).

Витамины - незаменимые микронутриенты, к которым относятся органические соединения - витамины C (аскорбиновая кислота), B1 (тиамин), B2 (рибофлавин), B3 (пантотеновая кислота), B6 (пиридоксин), B12 (кобаламин), PP (никотиновая кислота и никотинамид), Bc (фолиевая кислота), H (биотин); жирорастворимые витамины: A (ретинол), D (кальциферол), E (токоферол), K (фитоменадион). К витаминам также относят так называемые провитамины: каротины и каротиноиды (в том числе бета-каротин), которые являются предшественником витамина A в организме.

Незаменимые (эссенциальные) микроэлементы: йод, цинк, магний, медь, марганец, фтор, хром, молибден, селен, кобальт, никель, ванадий.

Макроэлементы - химические элементы, из которых состоят основные пищевые вещества, и другие, присутствующие в организме в относительно больших количествах, из которых гигиенически значимыми являются кальций, фосфор, железо, натрий, калий.

Незаменимые аминокислоты - аминокислоты, наличие и оптимальное соотношение которых определяют биологическую ценность белка, к которым относят 8 аминокислот: валин, изолейцин, лейцин, лизин, метионин, триптофан, треонин, фенилаланин.

Незаменимые жирные кислоты - полиненасыщенные жирные кислоты (ПНЖК) такие, как линолевая, линоленовая, арахидоновая и др.

Витаминные или витаминно-минеральные смеси (ВМС), или премиксы - готовые гомогенные смеси различных витаминов или витаминов и минеральных веществ, изготовленные на основе вещества-носителя, позволяющие вносить в пищевые продукты с целью их обогащения микронутриентами основные витамины и минеральные вещества. При использовании премиксов обеспечивается более точная дозировка витаминов (минеральных веществ) и более равномерное их распределение по массе продукта, сокращается риск ошибок, связанных с неправильным их внесением, упрощается проведение контроля содержания витаминов (минеральных веществ) в готовой продукции и полуфабрикатах.

Биологически активные добавки к пище (БАД) - композиции натуральных или идентичных натуральным биологически активных веществ, предназначенных для непосредственного приема с пищей или введения в состав пищевых продуктов с целью обогащения рациона отдельными пищевыми или биологически активными веществами и их комплексами. К биологически активным добавкам относят также добавки на основе эубиотиков.

Эубиотики (синоним - пробиотики) - биологически активные добавки к пище, в состав которых входят живые микроорганизмы и (или) их метаболиты, оказывающие нормализующее воздействие на состав и биологическую активность микрофлоры пищеварительного тракта.

Пищевые продукты с повышенной пищевой и биологической ценностью - пищевые продукты, пищевая и (или) биологическая ценность которых повышена по сравнению с естественной пищевой и биологической ценностью аналогичных видов продуктов за счет искусственного добавления тех или иных пищевых веществ, биологически активных добавок или (и) сохранения пищевых веществ и биологически активных компонентов сырья, используемого для производства этих продуктов. С целью повышения пищевой и биологической ценности пищевых продуктов проводится их обогащение микронутриентами и другими функциональными ингредиентами, то есть их искусственное внесение в пищевые продукты в процессе их производства или при приготовлении из них блюд и кулинарных изделий, чаще всего в форме биологически активных добавок, в том числе витаминных или витаминно-минеральных смесей (премиксов). В качестве продуктов повышенной пищевой ценности также можно рассматривать специализированные пищевые продукты, пищевая ценность которых сбалансирована (оптимизирована) за счет корректировки рецептур, специального подбора используемого сырья и (или) выбора наиболее оптимальных технологических процессов.

Пункт общественного питания в детском (подростковом) учреждении - расположенная в здании или на территории (участке) детского (подросткового) учреждения столовая, буфет, буфетная или барная стойка, магазин, фитобар, кафе, Интернет-кафе, помещение с установленными в нем торговыми автоматами или другая точка, в том числе торговое или производственное подразделение базового предприятия питания, где реализуются пищевые продукты и (или) блюда, кулинарные изделия.

Столовая - комплекс помещений, предназначенных для приготовления, реализации и организации потребления кулинарной продукции (продукции общественного питания), включающий пищеблок, а также помещения для приема пищи (обеденные залы).

Пищеблок - комплекс производственных, складских, хозяйственных, подсобных и административно-бытовых помещений столовой.

Столовая, работающая на сырье (сырьевая), - столовая, объемно-планировочные решения, набор помещений и оборудование которой предусматривают работу по полному производственному циклу, в которой имеются условия (отдельные цеха) для переработки всех видов продовольственного сырья, в том числе помещения для обвалки мяса, поступающего в полутушах (четвертинах); заготовочный овощной цех для переработки неочищенных овощей; рыбный (мясо-рыбный) цех, оборудованный для переработки рыбы в тушках; цех мучных кондитерских и булочных изделий и т.п.

Столовая, работающая на сырье и полуфабрикатах, - столовая, в которой имеются условия для переработки отдельных видов сырья (например, неочищенных овощей, мяса жилованного в блоках), но в основном она должна снабжаться полуфабрикатами той или иной степени готовности или готовыми изделиями (рыба - филе, полуфабрикаты из филе и формованные из фарша; мясо - полуфабрикаты мясные натуральные крупнокусковые, мелкокусковые и полуфабрикаты рубленых кулинарных изделий; птица - тушки потрошенные или полуфабрикаты натуральные или рубленые; мучные кулинарные изделия - полуфабрикаты замороженные или готовые изделия; булочные и мучные кондитерские изделия - готовые и т.п.).

Столовая-доготовочная - столовая, объемно-планировочные решения, набор помещений и оборудование которой предназначены только для работы на полуфабрикатах высокой степени готовности и частично снабжения готовыми изделиями (овощи - очищенные или очищенные измельченные, в том числе замороженные; рыба - полуфабрикаты из филе и формованные из фарша; мясо - полуфабрикаты мясные натуральные мелкокусковые и полуфабрикаты рубленых кулинарных изделий; птица - полуфабрикаты натуральные или рубленые; мучные кулинарные изделия, булочные и мучные кондитерские изделия - готовые изделия и т.п.).

Буфет-раздаточная - столовая, набор помещений и оборудование которой предназначены только для порционирования и реализации (раздачи) готовой кулинарной продукции, а также для приготовления горячих напитков и проведения отдельных технологических процессов приготовления готовых блюд (отваривание колбасных изделий, яиц, заправка салатов, нарезка готовых пищевых продуктов и т.п.).

Базовое предприятие питания обучающихся (воспитанников) - предприятие общественного питания (столовая) или оптовой (мелкооптовой) продовольственной торговли, осуществляющее организованные закупки пищевых продуктов, формирование рациона питания обучающихся (воспитанников), снабжение пищевыми продуктами столовых, организующих питание обучающихся (воспитанников) и (или) производство полуфабрикатов для этих столовых (столовых-доготовочных) и (или) изготовление готовой кулинарной продукции для реализации в столовых (буфетах-раздаточных).

Производственное подразделение базового предприятия в детском (подростковом) учреждении - расположенная обособленно от базового предприятия питания - в детском (подростковом) учреждении - столовая (столовая, работающая на сырье, на сырье и полуфабрикатах, столовая-доготовочная или буфет-раздаточная), в которой осуществляются те или иные технологические процессы приготовления пищи и (или) ее раздача (реализация).

Технологические процессы приготовления пищи для детей (подростков) - транспортировка, приемка и хранение продукции, производство, реализация и организация потребления продукции общественного питания, реализация и организация потребления готовой продукции промышленного производства, предназначенной для детей (подростков).

Здоровое питание - рациональное, сбалансированное питание, обеспечивающее поступление пищевых, биологически активных веществ, в соответствии с физиологическими потребностями, поддерживающее функциональное состояние организма на высоком уровне, организованное с учетом принципов щадящего питания.

Горячее питание - организованное питание обучающихся (воспитанников), предусматривающее наличие в каждый прием пищи по меньшей мере одного горячего блюда, не считая горячего напитка.