Государственное санитарно-эпидемиологическое нормирование Российской Федерации

2.4.5. ГИГИЕНА. ГИГИЕНА ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ. ДЕТСКОЕ ПИТАНИИЕ

Практические аспекты организации рационального питания детей и подростков, организация мониторинга питания

Методические рекомендации
МР 2.4.5.0131—18

Издание официальное

Москва • 2019

gost.e-ecolog.ru

Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека

2.4.5. ГИГИЕНА. ГИГИЕНА ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ. ДЕТСКОЕ ПИТАНИИЕ

Практические аспекты организации рационального питания детей и подростков, организация мониторинга питания

Методические рекомендации
МР 2.4.5.0131—18

ББК 51.28
П69

П69 **Практические** аспекты организации рационального питания детей и подростков, организация мониторинга питания: Методические рекомендации.—М.: Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, 2019.—23 с.

ISBN 978–5–7508–1693–4

1. Разработаны ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора (И. И. Новикова, Ю. В. Ерофеев, В. Н. Михеев, П. А. Вейних, И. П. Флянку, О. В. Толкунова), Управлением Роспотребнадзора в Омской области (А. С. Крига, М. Н. Бойко, Ю. В. Меньшикова), Министерством здравоохранения Омской области (А. Е. Стороженко).

2. Утверждены Руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации А. Ю. Поповой 10 августа 2018 г.

3. Введены впервые.

ББК 51.28

ISBN 978–5–7508–1693–4

© Роспотребнадзор, 2019

Содержание

I. Общие положения и область применения 4
II. Рекомендации по разработке меню и режиму питания 4
III. Рекомендации по расчёту калорийности меню с учетом фактической двигательной активности детей 4
IV. Рекомендации по организации мониторинга за питанием 9
Приложение 1. Примерные наборы продуктов по приемам пищи для организации питания детей 11
Приложение 2. Анкета оценки структуры фактической двигательной активности ребенка 19
Приложение 3. Программа сбора информации об организации питания в общеобразовательных организациях 20
Приложение 4. Показатели контрольно-надзорных мероприятий территориальных органов Роспотребнадзора за организацией питания в общеобразовательных организациях, дошкольных образовательных организациях, организациях отдыха и оздоровления, подлежащие учету и анализу в системе мониторинга питания (по результатам проверок) 22
Список нормативных документов 23

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель Федеральной службы
по надзору в сфере защиты прав
потребителей и благополучия человека,
Главный государственный санитарный
врач Российской Федерации

А. Ю. Попова

10 августа 2018 г.

2.4.5. ГИГИЕНА. ГИГИЕНА ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ. ДЕТСКОЕ ПИТАНИЕ

Практические аспекты организации рационального питания детей и подростков, организация мониторинга питания

Методические рекомендации МР 2.4.5.0131—18

I. Общие положения и область применения

1.1. Настоящие методические рекомендации (далее – МР) направлены на улучшение организации питания детей и подростков в организованных детских коллективах.

1.2. МР могут быть использованы органами и организациями Роспотребнадзора, региональными органами управления образованием, образовательными и оздоровительными организациями для детей и подростков, организациями по уходу и присмотру за детьми, высшими учебными заведениями медицинского и педагогического профиля.

II. Рекомендации по разработке меню и режиму питания

2.1. Меню рекомендуется составлять не менее чем на 2 недели.

Меню должно учитывать физиологическую потребность организма в энергии и пищевых веществах, а также фактические энерготраты ребенка; быть разнообразным, безопасным и сбалансированным; включать продукты для детского питания, обогащенные витаминами, минералами, бифидобактериями; содержать блюда, в технологии при-

готовления которых использовались щадящие способы кулинарной обработки, обеспечивающие сохранение вкусовых качеств, предусматривать возможность организации питания детей с учетом медицинских показаний.

Допускается включение в меню блюд, в технологии приготовления которых предусматривается введение пищевых добавок, разрешенных в установленном порядке [3, 9].

Меню не должно включать пищевые продукты и блюда, которые могут послужить причиной возникновения и распространения инфекционных заболеваний (отравлений).

В меню не должны допускаться повторения одних и тех же блюд или кулинарных изделий в один и тот же день или в смежные дни.

С целью обеспечения полноценности питания на этапе разработки меню рекомендуется составлять прогнозную накопительную ведомость рациона питания на цикл. При этом колебания среднесуточных показателей, поступающих с рационом питания продуктов по каждой группе, не должны быть ниже рекомендуемого уровня более чем на 5 % в пересчете на нетто (приложение 1 к методическим рекомендациям).

Организация питания детей в организованных коллективах регламентируется санитарно-эпидемиологическими требованиями, в которых, в том числе, приведены среднесуточные наборы пищевых продуктов для детей различных возрастных групп. Соблюдение санитарно-эпидемиологических требований обеспечивает санитарно-микробиологическую и санитарно-химическую безопасность питания детей дошкольного возраста в организованных коллективах и пищевую ценность рациона, достаточную для нормального развития организма ребенка дошкольного и школьного возраста.

Рекомендуемые среднесуточные наборы пищевых продуктов для детей различных возрастных групп распределены по приемам пищи в приложении 1 к методическим рекомендациям.

При построении меню необходимо учитывать режим работы организации, требования действующих нормативных документов, определяющих рекомендуемое распределение энергетической ценности (калорийности) суточного рациона по отдельным приемам пищи [13, 15, 16, 17]. На завтрак должно приходиться 20—25 % от суточной калорийности рациона, обед – 30—35 %, полдник – 10—15 %, ужин – 20—25 %, второй ужин – 5 %. В промежутке между завтраком и обе-

дом может быть организован второй завтрак, включающий выдачу напитка или свежих фруктов.

В примерном меню содержание белков должно обеспечивать 12—15 % от калорийности рациона, жиров 30—32 % и углеводов 55—58 %. При составлении меню следует учитывать национальные и территориальные особенности питания населения и состояние здоровья детей.

На все блюда, указанные в меню, необходимо иметь технологические карты.

Технологические карты составляются на основании рецептурных сборников, рекомендованных для детского питания. Технологические карты должны быть точными копиями первоисточника, какие-либо пересчеты норм внесения продуктов с учетом объема выдаваемых порций в технологической карте проводиться не должны. Рекомендуется оформлять приложения к технологической карте с учетом фактического выхода блюда и возрастных групп питающихся.

Наименования блюд и кулинарных изделий, указываемых в меню, должны соответствовать их наименованиям в сборниках рецептур.

2.2. Завтрак может состоять из горячего блюда (каша, запеканка, творожные или яичные блюда и др.), бутерброда и горячего напитка.

Второй завтрак может включать десерт (фрукт, сок).

Обед может включать закуску (салат или порционные овощи, сельдь с луком), первое блюдо (суп), второе (гарнир и блюдо из мяса, рыбы или птицы), напиток (компот или кисель, витаминизированный напиток, сок и др.).

Полдник может включать напиток (молоко, кисломолочные напитки, соки, чай) с булочными или кондитерскими изделиями без крема; допускается выдача творожных или крупяных запеканок и блюд.

Ужин может включать рыбные, мясные, овощные и творожные блюда, салаты и горячие напитки.

На второй ужин рекомендуется выдавать кисломолочные напитки.

2.3. Ежедневное меню рекомендуется вывешивать в столовой и (или) групповой ячейке.

2.4. Наряду с основным питанием в общеобразовательных учреждениях возможна организация дополнительного питания.

С целью выработки у школьников навыков здорового питания в ассортимент дополнительного питания рекомендуется включение первых блюд (1—2 наименования), вторых блюд (1—2 наименования),

салатов (1—2 наименования), напитков (1—2 наименования) и выпечных изделий.

2.5. Установка вейдинговых аппаратов в образовательных организациях может быть использована как вариант организации дополнительного питания. При этом через аппараты для автоматической выдачи пищевых продуктов в потребительской упаковке допускается реализация соков, нектаров, стерилизованного молока и молочных напитков емкостью упаковки не более 350 мл; бутилированной питьевой воды без газа емкостью не более 500 мл при соблюдении условий их хранения и сроков реализации.

2.6. Выдача детям кислородных коктейлей может осуществляться только по назначению врача-педиатра медицинским работником образовательной (оздоровительной) организации и при наличии необходимых условий для приготовления коктейлей. На выдаваемый детям кислородный коктейль должна иметься технологическая карта. В составе кислородных коктейлей в качестве пенообразователя не должны использоваться сырые яйца, а также пенообразователи на спиртовой основе.

III. Рекомендации по расчёту калорийности меню с учетом фактической двигательной активности детей

3.1. Для определения более точных цифр требуемой калорийности рациона при построении меню рекомендуется в организованном коллективе проводить предварительную оценку фактической двигательной активности детей и подростков с учетом режима дня и реализуемых в учреждении образовательных и спортивных программ.

Для оценки двигательной активности необходимо заполнить карты самоотчета на выборочную группу детей и подсчитать суммарное время, затраченное на каждую из категорий двигательной активности (приложение 2 к методическим рекомендациям).

Для определения энерготрат на каждую категорию двигательной активности (в ккал/кг) показатели продолжительности времени, затраченного на каждую из категорий двигательной активности, умножаются на соответствующий ей метаболический коэффициент.

Показатель фактических энерготрат определяется посредством суммации энерготрат по всем категориям двигательной активности.

С целью оценки соответствия калорийности рациона питания фактическим энерготратам ребенка рекомендуется полученный пока-

затель энерготрат (ккал/кг/сутки) умножать на массу тела и определять суммарные энерготраты ребенка (ккал/сутки). Далее возможно руководствоваться полученными данными для построения цикличного меню.

3.2. В качестве примера приводятся данные оценки циклического меню и фактических энерготрат детей в оздоровительной организации для детей и подростков с круглосуточным режимом пребывания (рис. 1). При оценке цикличного меню было установлено, что меню – разнообразное, 5-разовое; объемы порций соответствуют рекомендованным количественным показателям, регламентированным санитарно-эпидемиологическими требованиями [16]. Вместе с тем, калорийность питания – ниже фактических энерготрат детей старших возрастных групп в 9, 10, 12, 15, 18, 19 и 21 дни, что свидетельствует о необходимости увеличения основного рациона питания для данной возрастной группы. В остальные дни энергетическая ценность рациона питания соответствовала фактическим энерготратам детей либо превышала их (рис. 1).

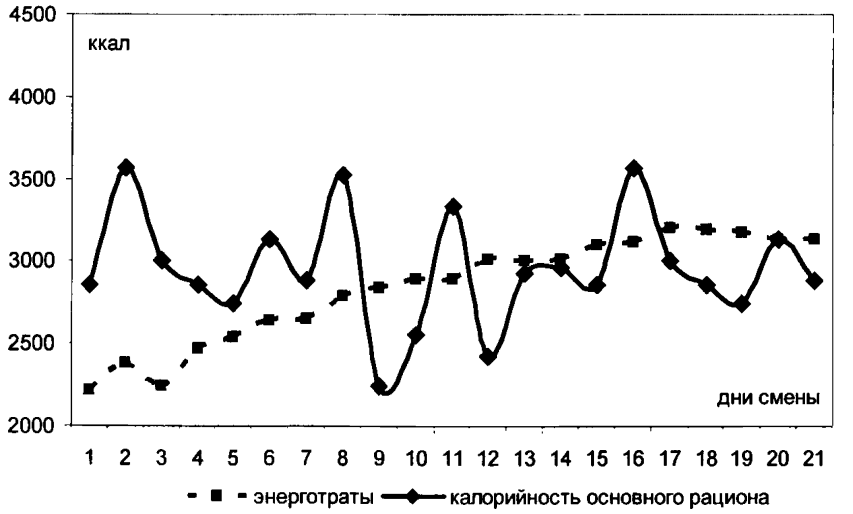

Рис. 1. Сравнительная характеристика соответствия калорийности питания и фактических энерготрат

IV. Рекомендации по организации мониторинга за питанием

4.1. Мониторинг питания в образовательной (оздоровительной) организации должен осуществляться ежедневно с составлением отчета не реже одного раза в учебную четверть для общеобразовательных организаций и не реже одного раза в квартал для организаций дошкольного образования, для оздоровительных организаций – ежедневно, с отчетом по итогам смены.

4.2. Сбор информации об организации питания в дошкольных организациях, общеобразовательных организациях, организациях отдыха и оздоровления детей предусматривает учет первичных данных в соответствии с приложением 3 к методическим рекомендациям.

4.3. В качестве основных расчетных показателей для оценки охвата школьников горячим питанием определяются следующие:

– удельный вес школьников, охваченных горячим питанием, в том числе по ступеням обучения (1—4 классы, 5—9 классы, 10—11 классы);

– удельный вес школьников, охваченных горячими завтраками, в том числе по ступеням обучения (1—4 классы, 5—9 классы, 10—11 классы);

– удельный вес школьников, охваченных обедами, в том числе по ступеням обучения (1—4 классы, 5—9 классы, 10—11 классы);

– удельный вес школьников, охваченных двух-трехразовым питанием (от всех школьников), в том числе по ступеням обучения (1—4 классы, 5—9 классы, 10—11 классы);

– удельный вес школьников, охваченных двух-трехразовым питанием (от школьников, нуждающихся в двух-трехразовом питании), в том числе по ступеням обучения (1—4 классы, 5—9 классы, 10—11 классы);

– удельный вес школьников, получающих дотации на питание;

– стоимость школьного завтрака, обеда, полдника (руб./день);

– размер дотации на питание (руб./день).

Учет и анализ результатов контрольно-надзорных мероприятий для оценки организации питания в общеобразовательных организациях и дошкольных образовательных организациях, организациях отдыха и оздоровления детей проводится территориальными органами Роспотребнадзора в соответствии с приложением 4 к методическим рекомендациям.

За отчетный период (учебная четверть, квартал, смена) определяются:

– показатели выполнения норм питания в процентах и отклонения (занижения) от нормативов в процентах от нормативного уровня в соответствии с приложением 1 к методическим рекомендациям;

– общее количество выявленных нарушений в ходе контрольно-надзорных мероприятий и составленных протоколов за выявленные нарушения.

Детально рекомендуется учитывать количество нарушений, выявленных применительно к сопроводительной документации, условиям хранения и срокам реализации продуктов, наличию в реализации запрещенных продуктов и блюд, подтвердившимся жалобам на организацию питания.

4.4. Результаты мониторинга рекомендуется использовать для реализации мероприятий по улучшению организации питания детей, сохранению и укреплению их здоровья.

Примерные наборы продуктов по приемам пищи для организации питания детей в дошкольных образовательных организациях и организациях по уходу и присмотру за детьми до 7 лет (в брутто г, мл, шт. на 1 ребенка в сутки)

№	Наименование пищевого продукта или группы пищевых продуктов	Завтрак		Второй завтрак		Обед		Полдник		Ужин		Второй ужин		**Итого за сутки**	
		1—3 г.	3—7 л.	1—3 г.	3—7 лет	1—3 г.	3—7 лет	1—3 г.	3—7 лет	1–3 г.	3—7 лет	1—3 г.	3—7 лет	1—3 г.	3—7 лет
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1	Молоко, молочные и кисломолочные продукты	39	68	0	0	13	14	100	100	38	68	200	200	**390**	**450**
2	Творог	10	15	0	0	0	0	10	10	10	15	0	0	**30**	**40**
3	Сметана	1	2	0	0	5	5	2	2	1	2	0	0	**9**	**11**
4	Сыр	2,2	3,3	0	0	1	1,5	0	0	1,1	1,6	0	0	**4,3**	**6,4**
5	Мясо бескостное	15	16,5	0	0	25	27	0	0	15	17	0	0	**55**	**60,5**
6	Птица (куры, цыплята-бройлеры, индейка – потрошеная 1 кат.)	0	0	0	0	11,5	13,5	0	0	11,5	13,5	0	0	**23**	**27**
7	Рыба (филе)	0	0	0	0	16	19	5	5	13	15	0	0	**34**	**39**
8	Колбасные изделия	0	3	0	0	0	4	0	0	0	0	0	0	**0**	**7**
9	Яйцо (шт.)	0,2	0,2	0	0	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,2	0	0	**0,5**	**0,6**
10	1) картофель: с 01.09 по 31.10	23	27	0	0	75	88	13	15	49	57	0	0	**160**	**187**
	2) картофель: с 31.10 по 31.12	27	32	0	0	81	96	14	14	50	58	0	0	**172**	**200**
	3) картофель: с 31.12 по 28.02	28	34	0	0	88	102	15	15	54	64	0	0	**185**	**215**
	4) картофель: с 29.02 по 01.09	30	37	0	0	95	112	17	17	58	68	0	0	**200**	**234**
11	Овощи	50	60	0	0	136	175	20	25	50	65	0	0	**256**	**325**

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
12	Фрукты свежие	13	19	50	50	5	5	10	10	30	30	0	0	**108**	**114**
13	Сухофрукты	0	0	0	0	9	11	0	0	0	0	0	0	**9**	**11**
14	Сок фруктовые и овощные	0	0	50	50	0	0	50	50	0	0	0	0	**100**	**100**
15	Витаминизированные напитки	0	0	0	25	0	25	0	0	0	0	0	0	**0**	**50**
16	Хлеб ржаной	10	15	0	0	20	20	0	0	10	15	0	0	**40**	**50**
17	Хлеб пшеничный	20	30	0	0	25	30	0	0	15	20	0	0	**60**	**80**
18	Крупы, бобовые	10	14	0	0	10	15	0	0	10	14	0	0	**30**	**43**
19	Макаронные изделия	3	4	0	0	3	4	0	0	2	4	0	0	**8**	**12**
20	Мука пшеничная	5	7	0	0	5	6	10	10	5	6	0	0	**25**	**29**
21	Масло сливочное	6	7	0	0	3	4	3	3	6	7	0	0	**18**	**21**
22	Масло растительное	1	1	0	0	3	3	2	2	3	5	0	0	**9**	**11**
23	Кондитерские изделия	3	5	0	0	0	0	4	10	0	5	0	0	**7**	**20**
24	Чай	0,1	0,1	0	0	0	0	0	0	0,4	0,5	0	0	**0,5**	**0,6**
25	Какао-порошок	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	**0,5**	**0,5**
26	Кофейный напиток	1	1,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	**1**	**1,2**
27	Сахар	12	15	0	0	10	13	5	6	10	13	0	0	**37**	**47**
28	Дрожжи хлебопекарные	0	0	0	0	0	0	0,4	0,5	0	0	0	0	**0,4**	**0,5**
29	Крахмал	0	0	0	0	2	3	0	0	0	0	0	0	**2**	**3**
30	Соль пищевая поваренная	1	2	0	0	2	2	0	0	1	2	0	0	**4**	**6**

Примерные наборы продуктов по приемам пищи для организации питания детей в дошкольных образовательных организациях и организациях по уходу и присмотру за детьми до 7 лет (в нетто г, мл на 1 ребенка в сутки)

№	Наименование пищевого продукта или группы пищевых продуктов	Завтрак		Второй завтрак		Обед		Полдник		Ужин		Второй ужин		**Итого за сутки**	
		1—3 г.	3—7 лет	1—3 г.	3—7 лет	1—3 г.	3—7 лет	1—3 г.	3—7 лет	1—3 г.	3—7 лет	1—3 г.	3—7 лет	1—3 г.	3—7 лет
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1	Молоко, молочные и кисломолочные продукты	39	68	0	0	13	14	100	100	38	68	200	200	**390**	**450**
2	Творог	10	15	0	0	0	0	10	10	10	15	0	0	**30**	**40**
3	Сметана	1	2	0	0	5	5	2	2	1	2	0	0	**9**	**11**
4	Сыр	2,1	3,2	0	0	0,9	1,3	0	0	1	1,5	0	0	**4**	**6**
5	Мясо бескостное	14	15	0	0	23	25	0	0	13	15	0	0	**50**	**55**
6	Птица (куры, цыплята-бройлеры, индейка – потрошенная, 1 кат.)	0	0	0	0	10	12	0	0	10	12	0	0	**20**	**24**
7	Рыба (филе)	0	0	0	0	15	18	5	5	12	14	0	0	**32**	**37**
8	Колбасные изделия	0	3	0	0	0	3,9	0	0	0	0	0	0	**0**	**6,9**
9	Яйцо (г)	8	8	0	0	4	4	4	4	4	8	0	0	**20**	**24**
10	Картофель	17	20	0	0	56	66	10	11	37	43	0	0	**120**	**140**
11	Овощи	40	48	0	0	109	140	16	20	40	52	0	0	**205**	**260**
12	Фрукты свежие	11	16	44	44	5	5	9	9	26	26	0	0	**95**	**100**
13	Сухофрукты	0	0	0	0	9	11	0	0	0	0	0	0	**9**	**11**
14	Сок фруктовые и овощные	0	0	50	50	0	0	50	50	0	0	0	0	**100**	**100**
15	Витаминизированные напитки	0	0	0	25	0	25	0	0	0	0	0	0	**0**	**50**
16	Хлеб ржаной	10	15	0	0	20	20	0	0	10	15	0	0	**40**	**50**

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
17	Хлеб пшеничный	20	30	0	0	25	30	0	0	15	20	0	0	**60**	**80**
18	Крупы, бобовые	10	14	0	0	10	15	0	0	10	14	0	0	**30**	**43**
19	Макаронные изделия	3	4	0	0	3	4	0	0	2	4	0	0	**8**	**12**
20	Мука пшеничная	5	7	0	0	5	6	10	10	5	6			**25**	**29**
21	Масло сливочное	6	7	0	0	3	4	3	3	6	7	0	0	**18**	**21**
22	Масло растительное	1	1	0	0	3	3	2	2	3	5	0	0	**9**	**11**
23	Кондитерские изделия	3	5	0	0	0	0	4	10	0	5	0	0	**7**	**20**
24	Чай	0,1	0,1	0	0	0	0	0	0	0,4	0,5	0	0	**0,5**	**0,6**
25	Какао-порошок	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	**0,5**	**0,5**
26	Кофейный напиток	1	1,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	**1**	**1,2**
27	Сахар	12	15	0	0	10	13	5	6	10	13	0	0	**37**	**47**
28	Дрожжи хлебопекарные	0	0	0	0	0	0	0,4	0,5	0	0	0	0	**0,4**	**0,5**
29	Крахмал	0	0	0	0	2	3	0	0	0	0	0	0	**2**	**3**
30	Соль пищевая поваренная	1	2	0	0	2	2	0	0	1	2	0	0	**4**	**6**

Примерные наборы продуктов по приемам пищи для организации питания детей в общеобразовательных организациях и организациях начального профессионального образования (в брутто г, мл, шт. на 1 ребенка/подростка в сутки)

№	Наименование пищевого продукта или группы пищевых продуктов	Завтрак		Второй завтрак		Обед		Полдник		Ужин		Второй ужин		**Итого за сутки**	
		7—10 лет	11—18 лет	7—10 лет	11—18 лет	7—10 лет	11—18 лет	7—10 лет	11—18 лет	7—10 лет	11—18 лет	7—10 лет	11—18 лет	**7—10 лет**	**11—18 лет**
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1	Хлеб ржаной	30	40	0	0	30	50	0	0	20	30	0	0	**80**	**120**
2	Хлеб пшеничный	50	70	0	0	50	60	0	0	50	70	0	0	**150**	**200**
3	Мука пшеничная	3	4	0	0	3	4	6	6	3	6	0	0	**15**	**20**
4	Крупы, бобовые	15	17	0	0	15	16	0	0	15	17	0	0	**45**	**50**
5	Макаронные изделия	5	7	0	0	5	7	0	0	5	6	0	0	**15**	**20**
6	1) картофель: с 01.09 по 31.10	30	30	0	0	135	135	15	15	70	70	0	0	**250**	**250**
	2) картофель: с 31.10 по 31.12	32	32	0	0	145	145	18	18	75	75	0	0	**270**	**270**
	3) картофель: с 31.12 по 28.02	34	34	0	0	156	156	20	20	80	80	0	0	**290**	**290**
	4) картофель: с 29.02 по 01.09	37	37	0	0	160	160	24	24	92	92	0	0	**313**	**313**
7	Овощи	60	68	0	0	145	165	10	12	135	155	0	0	**350**	**400**
8	Фрукты свежие	30	30	100	100	0	0	40	40	30	30	0	0	**200**	**200**
9	Сухофрукты	0	0	0	0	15	20	0	0	0	0	0	0	**15**	**20**
10	Соки плодоовощные, напитки витаминизированные, в т. ч. инстантные	0	0	100	100	0	0	100	100	0	0	0	0	**200**	**200**
11	Мясо жилованное	17	18	0	0	30	34	0	0	30	34	0	0	**77**	**86**

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
12	Птица (цыплята-бройлеры потрошеные – 1 кат.)	0	0	0	0	20	30	0	0	20	30	0	0	**40**	**60**
13	Рыба (филе)	0	0	0	0	25	33	5	7	30	40	0	0	**60**	**80**
14	Колбасные изделия	10	13	0	0	0	0	0	0	5	7	0	0	**15**	**20**
15	Молоко	30	30	0	0	15	15	40	40	15	15	200	200	**300**	**300**
16	Кисломолочные продукты	50	50	0	0	0	0	70	100	0	0	30	30	**150**	**180**
17	Творог	20	25	0	0	0	0	10	10	20	25	0	0	**50**	**60**
18	Сыр	5	6	0	0	2,5	3	0	0	2,5	3	0	0	**10**	**12**
19	Сметана	2	2	0	0	5	5	2	2	1	1	0	0	**10**	**10**
20	Масло сливочное	10	12	0	0	5	6	5	5	10	12	0	0	**30**	**35**
21	Масло растительное	1	1	0	0	7	8	2	3	5	6	0	0	**15**	**18**
22	Яйцо (шт.)	0,5	0,5	0	0	0,1	0,1	0,2	0,2	0,2	0,2	0	0	**1**	**1**
23	Сахар	13	14	0	0	11	12	5	6	11	13	0	0	**40**	**45**
24	Кондитерские изделия	3	4	0	0	0	0	4	7	3	4	0	0	**10**	**15**
25	Чай	0,1	0,1	0	0	0	0	0	0	0,3	0,3	0	0	**0,4**	**0,4**
26	Какао-порошок	1,2	1,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	**1,2**	**1,2**
27	Дрожжи хлебопекарные	0,5	1	0	0	0	0	0,5	1	0	0	0	0	**1**	**2**
28	Соль пищевая поваренная	1	2	0	0	2	3	0	0	2	2	0	0	**5**	**7**

Примерные наборы продуктов по приемам пищи для организации питания детей в общеобразовательных организациях и организациях начального профессионального образования (в нетто г, мл, на 1 ребенка/подростка в сутки)

№	Наименование пищевого продукта или группы пищевых продуктов	Завтрак		Второй завтрак		Обед		Полдник		Ужин		Второй ужин		**Итого за сутки**	
		7—10 лет	11—18 лет	7—10 лет	11—18 лет	7—10 лет	11—18 лет	7—10 лет	11—18 лет	7—10 лет	11—18 лет	7—10 лет	11—18 лет	**7—10 лет**	**11—18 лет**
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1	Хлеб ржаной	30	40	0	0	30	50	0	0	20	30	0	0	**80**	**120**
2	Хлеб пшеничный	50	70	0	0	50	60	0	0	50	70	0	0	**150**	**200**
3	Мука пшеничная	3	4	0	0	3	4	6	6	3	6	0	0	**15**	**20**
4	Крупы, бобовые	15	17	0	0	15	16	0	0	15	17	0	0	**45**	**50**
5	Макаронные изделия	5	7	0	0	5	7	0	0	5	6	0	0	**15**	**20**
6	Картофель	22	22	0	0	100	100	12	12	53	53	0	0	**187**	**187**
7	Овощи	48	54	0	0	116	132	8	10	108	124	0	0	**280**	**320**
8	Фрукты свежие	28	28	90	90	0	0	40	40	27	27	0	0	**185**	**185**
9	Сухофрукты	0	0	0	0	15	20	0	0	0	0	0	0	**15**	**20**
10	Соки плодоовощные, напитки витаминизированные, в т. ч. инстантные	0	0	100	100	0	0	100	100	0	0	0	0	**200**	**200**
11	Мясо жилованное	15	16	0	0	28	31	0	0	27	31	0	0	**70**	**78**
12	Птица (цыплята-бройлеры потрошеные – 1 кат.)	0	0	0	0	17,5	26,5	0	0	17,5	26,5	0	0	**35**	**53**
13	Рыба (филе)	0	0	0	0	24	31	5	7	29	39	0	0	**58**	**77**

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
14	Колбасные изделия	9,7	12,6	0	0	0	0	0	0	5	7	0	0	**14,7**	**19,6**
15	Молоко	30	30	0	0	15	15	40	40	15	15	200	200	**300**	**300**
16	Кисломолочные продукты	50	50	0	0	0	0	70	100	0	0	30	30	**150**	**180**
17	Творог	20	25	0	0	0	0	10	10	20	25	0	0	**50**	**60**
18	Сыр	4,8	5,8	0	0	2,5	3	0	0	2,5	3	0	0	**9,8**	**11,8**
19	Сметана	2	2	0	0	5	5	2	2	1	1	0	0	**10**	**10**
20	Масло сливочное	10	12	0	0	5	6	5	5	10	12	0	0	**30**	**35**
21	Масло растительное	1	1	0	0	7	9	2	2	5	6	0	0	**15**	**18**
22	Яйцо	20	20	0	0	4	4	8	8	8	8	0	0	**40**	**40**
23	Сахар	13	14	0	0	11	12	5	6	11	13	0	0	**40**	**45**
24	Кондитерские изделия	3	4	0	0	0	0	4	7	3	4	0	0	**10**	**15**
25	Чай	0,1	0,1	0	0	0	0	0	0	0,3	0,3	0	0	**0,4**	**0,4**
26	Какао-порошок	1,2	1,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	**1,2**	**1,2**
27	Дрожжи хлебопекарные	0,5	1	0	0	0	0	0,5	1	0	0	0	0	**1**	**2**
28	Соль пищевая поваренная	1	2	0	0	2	3	0	0	2	2	0	0	**5**	**7**

Приложение 2

Анкета оценки структуры фактической двигательной активности ребенка

Анкетирование проводится с целью изучения фактической двигательной активности школьников, направлено на определение среднесуточных энерготрат.

Виды деятельности	Время, часы
Продолжительность сна	
Время, затраченное на выполнение уроков, просмотр телевизора, работу с компьютером, телефоном и пр.	
Время, затраченное на прогулки, выполнение работ легкой степени интенсивности, с преимущественно умственным компонентом и пр.	
Время, затраченное на выполнение работ средней интенсивности, подвижные игры, катание на лыжах, велосипеде, занятия в спортивных секциях и пр.	
Время, затраченное на выполнение работ высокой интенсивности, бег, занятия в футбол, волейбол, хоккей, баскетбол, плавание, танцы и пр.	

Приложение 3

Программа сбора информации об организации питания в общеобразовательных организациях

Программа сбора информации в ходе реализации мониторинговых задач на уровне муниципального образования, субъекта Федерации, Федерального округа должна включать обязательные атрибуты, позволяющие в дальнейшем формализовать информацию и провести ее качественную оценку. Для этого необходимо учитывать следующие данные:

1. Федеральный округ.
2. Субъект Российской Федерации.
3. Муниципальное образование.
4. Округ (район) внутри муниципального образования.
5. Краткое наименование общеобразовательной организации.
6. ИНН общеобразовательной организации.
7. Количество детей по списку обучающихся, в том числе по ступеням обучения (1—4 классы, 5—9 классы, 10—11 классы).
8. Количество детей с отказом от питания, в том числе по ступеням обучения (1—4 классы, 5—9 классы, 10—11 классы).
9. Количество детей на домашнем обучении, в том числе по ступеням обучения (1—4 классы, 5—9 классы, 10—11 классы).
10. Размер социальной поддержки (руб/чел/день), в том числе по ступеням обучения (1—4 классы, 5—9 классы, 10—11 классы).
11. Средняя стоимость завтрака, в том числе по ступеням обучения (1—4 классы, 5—9 классы, 10—11 классы).
12. Средняя стоимость обеда, в том числе по ступеням обучения (1—4 классы, 5—9 классы, 10—11 классы).
13. Средняя стоимость полдника, в том числе по ступеням обучения (1—4 классы, 5—9 классы, 10—11 классы).
14. Среднее фактическое количество обучающихся за отчетный период, посещавших общеобразовательную организацию, в том числе по ступеням обучения (1—4 классы, 5—9 классы, 10—11 классы).
15. Количество детей, получающих социальную поддержку, в том числе по ступеням обучения (1—4 классы, 5—9 классы, 10—11 классы).
16. Среднее фактическое количество обучающихся, получающих в общеобразовательной организации ежедневно горячие завтраки, в том числе по ступеням обучения (1—4 классы, 5—9 классы, 10—11 классы).
17. Среднее фактическое количество обучающихся, получающих в общеобразовательной организации ежедневно обеды, в том числе по ступеням обучения (1—4 классы, 5—9 классы, 10—11 классы).

18. Среднее фактическое количество обучающихся, получающих в общеобразовательной организации ежедневно горячие завтраки и обеды, в том числе по ступеням обучения (1—4 классы, 5—9 классы, 10—11 классы).

19. Среднее фактическое количество обучающихся, получающих в общеобразовательной организации ежедневно горячие завтраки, обеды и полдники, в том числе по ступеням обучения (1—4 классы, 5—9 классы, 10—11 классы).

20. Количество школьников, посещающих группу продленного дня, в том числе по ступеням обучения (1—4 классы, 5—9 классы, 10—11 классы).

21. Количество школьников, обучающихся на подвозе, в том числе по ступеням обучения (1—4 классы, 5—9 классы, 10—11 классы).

22. Количество школьников, обучающихся на подвозе – всего, в том числе по ступеням обучения (1—4 классы, 5—9 классы, 10—11 классы).

23. Количество школьников, обучающихся на подвозе и посещающих группу продленного дня, в том числе по ступеням обучения (1—4 классы, 5—9 классы, 10—11 классы).

24. Фактическое количество обучающихся школьников, обучающихся на подвозе и проживающих в пришкольном интернате, в том числе по ступеням обучения (1—4 классы, 5—9 классы, 10—11 классы).

Приложение 4

Показатели контрольно-надзорных мероприятий территориальных органов Роспотребнадзора за организацией питания в общеобразовательных организациях, дошкольных образовательных организациях, организациях отдыха и оздоровления, подлежащие учету и анализу в системе мониторинга питания (по результатам проверок)

1. Выполнение физиологических норм питания по основным группам продуктов в гр. (среднесуточное за цикл) и в процентах в сравнении с рекомендуемым количеством (приложение 1 к методическим рекомендациям) при контроле:

– за дошкольными организациями – по возрастным группам от 1—3 года и 3—7 лет;

– за организацией питания в общеобразовательных организациях и организациях отдыха и оздоровления детей с дневным пребыванием – по возрастным группам 7—10 лет и 11—18 лет;

– за стационарными организациями отдыха и оздоровления детей и подростков – по возрастным группам 7—10 лет и 11 лет и старше.

2. Наличие замечаний к сопроводительной документации (количество за проверку).

3. Наличие замечаний к условиям хранения и срокам реализации (количество за проверку).

4. Наличие в реализации запрещенных продуктов и блюд.

5. Результаты лабораторного контроля исследованного сырья на соответствие требованиям технических регламентов Таможенного союза и Евразийского экономического союза (по микробиологическим и санитарно-химическим показателям) [3, 6, 7, 10], оценки качества и безопасности готовых блюд (по микробиологическим показателям, калорийности и содержания витамина С).

6. Количество выявленных в ходе проверки нарушений действующих санитарных норм и правил в части организации питания [13, 15, 16, 17].

7. Количество выявленных в ходе проверки нарушений технических регламентов Таможенного союза и Евразийского экономического союза в части требований к пищевой продукции [3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12].

8. Количество составленных протоколов за выявленные в ходе проверки нарушения действующих санитарных норм и правил в части организации питания [13, 15, 16, 17].

9. Количество составленных протоколов за выявленные в ходе проверки нарушения технических регламентов Таможенного союза и Евразийского экономического союза в части требований к пищевой продукции [3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12].

Список нормативных документов

1. Закон Российской Федерации от 07.02.1992 № 2300-1 «О защите прав потребителей».

2. Федеральный закон от 30.03.1999 № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения».

3. Технический регламент Таможенного союза «О безопасности пищевой продукции» (ТР ТС 021/2011).

4. Технический регламент Таможенного союза «Пищевая продукция в части ее маркировки» (ТР ТС 022/2011).

5. Технический регламент Таможенного союза «О безопасности зерна» (ТР ТС 015/2011).

6. Технический регламент Таможенного союза «Технический регламент на соковую продукцию из фруктов и овощей» (ТР ТС 023/2011).

7. Технический регламент Таможенного союза «Технический регламент на масложировую продукцию» (ТР ТС 024/2011).

8. Технический регламент Таможенного союза «О безопасности отдельных видов специализированной пищевой продукции» (ТР ТС 027/2012).

9. Технический регламент Таможенного союза «Требования безопасности пищевых добавок» (ТР ТС 029/2012).

10. Технический регламент Таможенного союза «О безопасности молока и молочной продукции» (ТР ТС 033/2013).

11. Технический регламент Таможенного союза «О безопасности мяса и мясной продукции» (ТР ТС 034/2013).

12. Технический регламент Евразийского экономического союза «О безопасности рыбной продукции» (ТР ЕАЭС 040/2016).

13. СанПиН 2.4.1.3049—13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

14. СанПиН 2.4.2.2821—10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».

15. СанПиН 2.4.5.2409—08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».

16. СанПиН 2.4.4.3155—13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы стационарных организаций отдыха и оздоровления детей».

17. СанПиН 2.4.4.2599—10 «Гигиенические требования к устройству, содержанию и организации режима в оздоровительных учреждениях с дневным пребыванием детей в период каникул».

Практические аспекты организации рационального питания детей и подростков, организация мониторинга питания

Методические рекомендации
МР 2.4.5.0131—18

Компьютерная верстка Е. В. Ломановой

Подписано в печать 28.08.19

Формат 60x84/16 Печ. л. 1,5

Тираж 100 экз.

Федеральная служба по надзору
в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека
127994, Москва, Вадковский пер., д. 18, стр. 5, 7

Оригинал-макет подготовлен к печати и тиражирован
ФБУЗ ФЦГиЭ Роспотребнадзора
117105, Москва, Варшавское ш., 19а

Реализация печатных изданий, тел.: 8 (495) 633-86-59

gost.e-ecolog.ru