Государственное санитарно-эпидемиологическое нормирование Российской Федерации

2.4.5. ГИГИЕНА. ГИГИЕНА ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ. ДЕТСКОЕ ПИТАНИИЕ

Организация питания детей при проведении массовых мероприятий

Методические рекомендации
МР 2.4.5.0128—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

Организация питания детей при проведении массовых мероприятий

Методические рекомендации
МР 2.4.5.0128—18

ББК 51.28
О-64

О-64 **Организация** питания детей при проведении массовых мероприятий: Методические рекомендации.—М.: Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, 2019.—8 с.

ISBN 978–5–7508–1687–3

1. Разработаны Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (И. В. Брагина, Г. В. Яновская), ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора (И. И. Новикова), ФГБУН «ФИЦ питания, биотехнологии и безопасности питания» (Д. Б. Никитюк, Е. А. Пырьева, М. В. Гмошинская).

2. Утверждены Руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации А. Ю. Поповой 15 мая 2018 г.

3. Введены впервые.

ББК 51.28

Компьютерная верстка Е. В. Ломановой

Подписано в печать 28.08.19

Формат 60x84/16 Печ. л. 0,5

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

© Роспотребнадзор, 2019

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

А. Ю. Попова

15 мая 2018 г.

2.4.5. ГИГИЕНА. ГИГИЕНА ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ. ДЕТСКОЕ ПИТАНИЕ

Организация питания детей при проведении массовых мероприятий

Методические рекомендации МР 2.4.5.0128—18

I. Общие положения и область применения

1.1. Оптимальное (здоровое) питание детей является необходимым условием обеспечения их здоровья, устойчивости к воздействию инфекций и других неблагоприятных факторов и способности к обучению во все возрастные периоды их жизни.

Серьезной проблемой является нарушение режима питания и его несбалансированность, особенно при проведении массовых мероприятий.

У детей школьного возраста отмечается высокая частота болезней обмена веществ (в первую очередь, ожирения), анемий, заболеваний желудочно-кишечного тракта, распространенность которых значительно увеличилась за последние 5 лет. По всем половозрастным группам детей распространенность избыточной массы тела и ожирения в среднем составляют 19,9 % и 5,6 % соответственно.

1.2. В настоящих методических рекомендациях представлены основные принципы и рекомендации при организации питания детских коллективов во время проведения массовых мероприятий, в том числе репетиций с участием детей (далее – методические рекомендации).

1.3. Методические рекомендации могут быть использованы органами и организациями, осуществляющими федеральный государственный санитарно-эпидемиологический надзор, а также организаторами культурно-массовых и спортивных мероприятий с участием детских коллективов.

II. Принципы и рекомендации при организации питания детей при проведении культурно-массовых мероприятий и их репетиций

2.1. К общим принципам здорового питания детей относятся:

а) адекватная энергетическая ценность рационов, соответствующая энергозатратам детей;

б) сбалансированность рациона по всем заменимым и незаменимым пищевым факторам, включая белки и аминокислоты, пищевые жиры и жирные кислоты, витамины, минеральные соли и микроэлементы;

в) максимальное разнообразие рациона, являющееся основным условием обеспечения его сбалансированности;

г) оптимальный режим питания;

д) технологическая и кулинарная обработка продуктов и блюд, обеспечивающая их высокие вкусовые достоинства и сохранность исходной пищевой ценности;

е) учет индивидуальных особенностей детей (в т. ч. непереносимость ими отдельных продуктов и блюд);

ж) обеспечение санитарно-эпидемиологической безопасности питания, включая соблюдение всех санитарных требований: к состоянию пищеблока, поставляемым продуктам питания, их транспортировке, хранению, приготовлению и раздаче блюд.

2.2. Детям не рекомендуются продукты, содержащие облигатные аллергены, эфирные масла, значительное количество соли и жира в продуктах и блюдах, в частности, копченые колбасы, закусочные консервы, жирные сорта говядины, баранины и свинины, некоторые специи (черный перец, хрен, горчица).

2.3. Среднесуточный рацион питания должен удовлетворять физиологическим потребностям в энергии и пищевых веществах для детей всех возрастных групп[1].

2.4. При организации питания детей следует учитывать основные медико-биологические требования:

а) рацион должен состоять из горячего завтрака и обеда и обеспечивать 20—25 и 30—35 % суточной потребности в энергии соответственно, а по содержанию белков, жиров, углеводов, витаминов, мине-

[1] Методические рекомендации МР 2.3.1.2432—08 «Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации», утверждены руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации 18.12.2008.

ральных солей и микроэлементов завтрак и обед в сумме должны обеспечивать 55—60 % рекомендуемых суточных физиологических норм потребности;

б) рационы должны быть дифференцированы по своей энергетической ценности, содержанию белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных солей и микроэлементов в зависимости от возраста детей (для 7—10 лет и 11—18 лет);

в) необходимо соблюдение режима питания.

2.5. В примерном меню должно учитываться рациональное распределение энергетической ценности по отдельным приемам пищи.

Рекомендуемое потребление белков, жиров, углеводов, витаминов и минеральных веществ (завтрак, обед) в организованных коллективах детьми 7—18 лет должно составлять 55—60 % от суточной потребности (таблица).

При увеличении умственных и физических нагрузок допускается увеличение калорийности рационов питания детей в соответствии с нагрузками.

Таблица

Распределение в процентном отношении потребления энергии по приемам пищи детьми 7—18 лет, обучающихся в организованных коллективах

Прием пищи	Доля суточной потребности в энергии*, %
Завтрак	20—25
Обед	30—35
Полдник	10
Ужин	25—30
* рекомендуемое потребление белков, жиров, углеводов, витаминов и минеральных веществ детьми (завтрак, обед) должно составлять 55—60 % от суточной потребности	

2.6. Обязательные требования к организации питания детей в организованных коллективах установлены санитарно-эпидемиологическими правилами[2], соблюдение требований которых обеспечивает санитарно-

[2] Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049—13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15.05.2013 № 26 (зарегистрировано Минюстом России 29.05.2013, регистрационный номер 28564), с изменениями, внесенными постановлениями Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 20.07.2015 № 28 (зарегистрировано Минюстом России 03.08.2015, регистрационный номер 38312); от 27.08.2015 № 41 (зарегистрировано Минюстом России 04.09.2015, регистрационный номер 38824) и санитарно-эпидемиологические правила и

микробиологическую и санитарно-химическую безопасность питания детей в организованных коллективах и пищевую ценность рациона, достаточную для нормального развития организма ребенка.

2.7. Продукты, используемые в питании детей в детских организованных коллективах, должны быть качественными, безопасными и соответствовать требованиям законодательства Российской Федерации (технических регламентов). Питание должно быть щадящим как по способу приготовления (ограничение жареных блюд), так и по своему химическому составу (ограничение пищевых добавок, поваренной соли, специй и др.).

2.8. При репетициях культурно-массовых мероприятий и проведении данных мероприятий более 4 часов с участием детских коллективов с учетом времени в пути к/от места проведения мероприятия и отсутствии стационарных пунктов питания необходимо организовывать мобильное питание детей (ланч-бокс) в соответствии с возрастом детей.

Мобильное питание детей (ланч-бокс) не может заменять горячее питание.

2.9. Рекомендуемый ассортимент основных пищевых продуктов для использования в питании детских коллективов при проведении массовых мероприятий и их репетиций с участием детских коллективов (ланч-бокс) приведен в приложении к настоящим методическим рекомендациям.

нормативы СанПиН 2.4.5.2409—08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 23.07.2008 № 45 (зарегистрировано Минюстом России 07.08.2008, регистрационный номер 12085).

Приложение

Рекомендуемый ассортимент основных пищевых продуктов для использования в питании детских коллективов при проведении массовых мероприятий и репетиций с участием детских коллективов (ланч-бокс)[3, 4, 5]

1. Фрукты свежие (яблоки, груши, мандарины, апельсины, бананы и др.), предварительно вымытые – поштучно в упаковке из полимерных материалов, разрешенных для контакта с пищевыми продуктами.

2. Вода питьевая, расфасованная в емкости (бутилированная), негазированная – в потребительской упаковке промышленного изготовления, объемом до 500 мл.

3. Соковая продукция из фруктов и овощей – в потребительской упаковке промышленного изготовления, объемом до 500 мл с возможностью хранения при комнатной температуре.

4. Молоко стерилизованное и (или) стерилизованные молочные напитки (2,5 % и 3,5 % жирности) в ассортименте – в потребительской упаковке промышленного изготовления, объемом до 500 мл с возможностью хранения при комнатной температуре.

5. Хлебобулочные и кондитерские изделия без крема (возможны овощные и фруктовые начинки):

– изделия хлебобулочные сдобные мелкоштучные в ассортименте из пшеничной муки высшего сорта в упаковке промышленной индивидуальной, расфасованные до 150 г;

– изделия хлебобулочные слоеные в ассортименте в упаковке промышленной индивидуальной, расфасованные до 150 г;

– сухари, сушки, пряники в вакуумной упаковке промышленного производства, расфасованные по 150—300 г;

– печенье, вафли в ассортименте в вакуумной упаковке промышленного производства для одноразового использования с возможностью длительного хранения при комнатной температуре, расфасованные по 25—50—100 г;

– кексы в упаковке промышленной индивидуальной, расфасованные по 50—75 г;

---

[3] Не допускается стеклянная тара (упаковка) продуктов.

[4] При проведении массовых мероприятий каждый ребенок обеспечивается дополнительно бутилированной питьевой водой (негазированной) промышленного производства из расчета не менее 1,5 л на одного человека при наличии документов, подтверждающих её безопасность и качество.

[5] В ланч-бокс также должны быть помещены влажные салфетки в индивидуальной упаковке.

– коржи молочные в упаковке промышленной индивидуальной, расфасованные по 50—100 г и другие изделия.

6. Орехи (кроме арахиса и абрикосовых косточек), сухофрукты в ассортименте – в потребительской упаковке весом до 50 г.

7. Кондитерские изделия сахарные (ирис тираженный, зефир, кондитерские батончики, конфеты, кроме карамели), в т. ч. обогащенные микронутриентами (витаминизированные), шоколад в ассортименте – в потребительской упаковке весом до 100 г в индивидуальной упаковке.

8. Сырок плавленый в промышленной упаковке весом 25—50 г.

9. Фруктовые, овощные, мясные пюре промышленного производства для одноразового использования с возможностью длительного хранения при комнатной температуре, расфасованные по 100—150—200 г.

gost.e-ecolog.ru