

# ПОСОБИЕ

## ПО ПИЩЕВОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

в общественном питании



**ББК 51.23**  
**П61**

**П61**      **Пособие** по пищевой безопасности в общественном питании. М.: Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, 2021.—79 с.

ISBN 978–5–7508–1810–5

Разработано Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и ФБУЗ «Центр гигиенического образования населения».

Подписано в печать 25.01.2021

Формат 60х84/16

Печ. л. 5,0

Тираж 1000 экз.

Заказ 8

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  
Федеральным центром гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора  
117105, Москва, Варшавское ш., 19А  
Реализация печатных изданий, тел./факс: 8 (495) 633-86-59

© Роспотребнадзор, 2021

## **Уважаемый читатель!**

Вашему вниманию предлагается пособие по пищевой безопасности, в котором приведены важнейшие санитарные контрольные точки на предприятии общественного питания.

Пособие предназначено для сотрудников организаций общественного питания и является сборником гигиенических практик по предотвращению причинения вреда жизни и здоровью населения при оказании услуг общественного питания.

Обеспечение мер санитарно-противоэпидемического (профилактического) характера в целях снижения рисков возникновения инфекционных и неинфекционных заболеваний при оказании услуг общественного питания имеет особое значение.

Основная доля очагов групповой заболеваемости острыми кишечными инфекциями связаны с нарушением порядка технологического процесса приготовления пищи и несоблюдение обязательных требований в области обеспечения безопасности пищевой продукции.

Одной из основных причин возникновения нарушений санитарно-эпидемиологических требований на объектах общественного питания является недостаточная профессиональная подготовка работников, низкий уровень гигиенических знаний в области обеспечения пищевой безопасности.

Целью пособия является снижение рисков причинения вреда жизни и здоровью населения при оказании услуг общественного питания путем повышения уровня знаний работников сферы общественного питания об обязательных требованиях и рекомендуемых приемах в области обеспечения безопасности при приготовлении пищи, в том числе относящихся к:

- устройству и содержанию предприятий общественного питания;
- санитарной культуре поведения при исполнении своих функциональных обязанностей;
- организации работы в соответствии с современными требованиями и применения методологии системы менеджмента безопасности пищевой продукции, основанные на принципах ХАССП (в английской транскрипции HACCP – Hazard Analysis and Critical Control Points);
- формированию мотивации к соблюдению требований по обеспечению безопасности пищевой продукции и добросовестного отношения к своим должностным обязанностям.

Пособие поможет правильно организовать работу на предприятиях общественного питания в соответствии с актуальными требованиями в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения, технического регулирования и в области защиты прав потребителей, и рекомендуемыми практиками по снижению рисков здоровью гостей.

Положения пособия изложены в простой и доступной форме.

Пособие носит справочный характер, не является нормативным документом, не заменяет собою санитарные правила и не вводит новые санитарно-эпидемиологические требования.

# ВВЕДЕНИЕ

Иногда питание – это не только жизненная потребность, удовольствие, творчество или бизнес. Питание – это еще и определенные риски для здоровья человека. Болезнетворные микроорганизмы настолько легко распространяются через продукты питания, что каждому работнику ресторана, кафе или закусочной необходимо знать «критические точки» своего производства и уметь их контролировать, чтобы не навредить своим гостям.

## ЧТО ЭТО ЗА ПОСОБИЕ?

Перед вами пособие по пищевой безопасности, в котором приведены важнейшие санитарные контрольные точки на предприятии общественного питания. Пособие состоит из шести разделов:

**1. ПЕРСОНАЛ**

**2. УБОРКА**

**3. ХРАНЕНИЕ**

**4. КУХНЯ**

**5. УГОЩЕНИЕ**

**6. УПРАВЛЕНИЕ**

В каждом разделе описаны методы и способы обеспечения безопасности пищевых продуктов для предотвращения возникновения рисков здоровью человека. Работникам, связанным с обеспечением питания организованных групп населения (питание в медицинских организациях, детских образовательных организациях, организациях социального обслуживания, бортовое питание) мы предлагаем ознакомиться с разделом **ДОПОЛНЕНИЕ**. Настоящее пособие носит справочный характер.

## ДЛЯ КОГО ЭТО ПОСОБИЕ?

Пособие будет интересно всем работникам, занятым в организации общественного питания. Мы постарались сделать его максимально понятным и простым, указав на самые важные «критические точки», связанные с пищевой безопасностью и организацией питания населения, приведя необходимые гигиенические практики по снижению рисков для ваших гостей.



## ПЕРСОНАЛ

Работник, контактирующий с пищевыми продуктами, может быть источником инфекции или передавать инфекционные агенты, что представляет опасность, как для качества готовой продукции, так и для здоровья гостей. Здоровье и личная гигиена работников – одна из «контрольных точек» общественного питания!



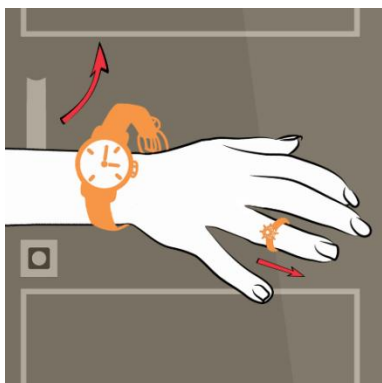
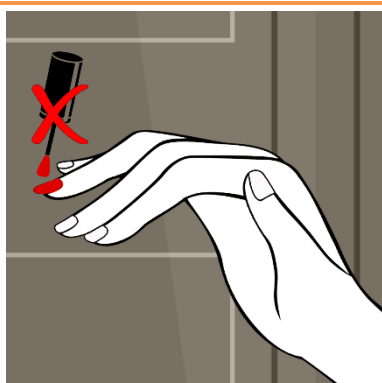
## ЕСЛИ ВЫ РАБОТАЕТЕ С ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫМ СЫРЬЕМ И ПИЩЕВЫМИ ПРОДУКТАМИ

(приготовление, раздача готовых блюд, погрузка, транспортировка, прием продуктов питания), **вам необходимо:**

| ЧТО ДЕЛАТЬ?                                                                                                                                                                                              | ПОЧЕМУ ЭТО ВАЖНО?                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Пройти медицинский осмотр перед приемом на работу.</p>                                                                                                                                                |  <p>Это необходимо для определения соответствия вашего здоровья характеру работы, а также для раннего выявления и профилактики заболеваний.</p>                                                     |
| <p>Проходить периодические медицинские осмотры.</p>                                                                                                                                                      |  <p>Это необходимо для охраны вашего здоровья и здоровья населения, предупреждения возникновения и распространения инфекционных и паразитарных заболеваний, связанных с общественным питанием.</p> |
| <p>Пройти гигиеническую подготовку («санитарный минимум») и аттестацию.</p>                                                                                                                              | <p>Для работы на предприятии общественного питания вам необходимо знать и соблюдать санитарные нормы и правила.</p>                                                                                                                                                                  |
| <p>Иметь личную медицинскую книжку.</p>                                                                                                                                                                  |  <p>Это позволит вам подтвердить прохождение медицинских осмотров, своевременное прохождение гигиенической подготовки и следить за своим здоровьем.</p>                                          |
| <p>Необходимо сделать прививки против эпидемически значимых для общественного питания инфекций в вашем регионе.<br/>(например: против гепатита А, дизентерии, гриппа, коронавирусной инфекции и др.)</p> | <p>Работа в общественном питании связана с контактированием с большим количеством людей, как напрямую, так и через продукты. Защищаясь от инфекций, Вы исключаете возможность заразить своих гостей.</p>                                                                             |
| <p><b>ВАЖНО!</b><br/>Работники, не прошедшие медицинский осмотр, гигиеническое обучение с аттестацией – не допускаются к работе с пищевыми продуктами.</p>                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |



## КАЖДЫЙ ДЕНЬ, ПРИХОДЯ НА РАБОТУ, ВАМ НЕОБХОДИМО:

| ЧТО ДЕЛАТЬ?                                                                                                                                                                                                           |                                                                                      | ПОЧЕМУ ЭТО ВАЖНО?                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Оставить повседневную одежду, обувь, головной убор и личные вещи, в том числе украшения, в специально отведенном для этого месте.</p>                                                                              |    | <p>Уличная одежда и личные вещи могут быть загрязнены. Поэтому при контакте с продуктами питания необходимо пользоваться специальной чистой одеждой и обувью, <b>предназначенной только для этой.</b></p> |
| <p>Надеть чистую одежду, головной убор и обувь, предназначенную для работы с пищевыми продуктами (такая специальная рабочая одежда храниться отдельно от личной одежды и обуви, ее стирка организуется отдельно).</p> |   |                                                                                                                                                                                                           |
| <p>Снять ювелирные украшения, часы и другие бьющиеся предметы, не застегивать спецодежду булавками, убрать посторонние предметы из карманов.</p>                                                                      |  | <p>Попадание посторонних предметов и частиц (волос, щетинок, кусочков лака, булавок) в пищу недопустимо!</p>                                                                                              |
| <p>Если Вы повар – лучше коротко подстригайте ногти и не покрывайте их лаком.</p>                                                                                                                                     |  | <p>Это может быть фактором передачи инфекции, химического загрязнения и механической опасности.</p>                                                                                                       |



## ЧТО ДЕЛАТЬ?

## ПОЧЕМУ ЭТО ВАЖНО?

Подобрать волосы под колпак (косынку) или надеть специальную сеточку для волос.



Перед началом работы тщательно вымыть руки с мылом.

(как это лучше всего сделать см. далее)



На коже рук могут находиться болезнетворные микроорганизмы и яйца паразитов, которые при попадании в пищу вызывают тяжелые заболевания, пищевые отравления.

Дополнительно можно воспользоваться кожным антисептиком для рук.



Помните, использование антисептика не заменяет мытье рук с мылом!

Антисептик сам по себе не удаляет загрязнение!

При сервировке и порционировании блюд (т. е. при непосредственном контакте рук с готовой пищей) пользуйтесь одноразовыми перчатками.

Меняйте перчатки на **новые** при нарушении их целостности и после гигиенических перерывов в работе.



Это предотвратит загрязнение готовых блюд.

Помните, использование перчаток не заменяет мытья рук!





## МОЙТЕ РУКИ:

- Перед тем, как начать готовить, сервировать, порционировать блюда.
- После посещения туалета.
- После контакта с такими предметами, как телефоны, выключатели, дверные ручки, кассовые аппараты и деньги.
- После уборки, сбора отходов и выноса мусора.
- После чихания и кашля.

### ЛУЧШЕ ВСЕГО МЫТЬ РУКИ ТАК:

**Шаг 1.**  
Закатайте рукава,  
возьмите мыло.  
(лучше  
использовать  
жидкое мыло в  
дозаторе)



**Шаг 2.**  
Смочите руки  
в теплой воде.



**Шаг 3.**  
Хорошенько  
мойте  
руки в течение  
25 секунд.



**Шаг 4.**  
Не забудьте  
промыть между  
пальцев,  
тыльную сторону  
ладоней,  
запястья и под  
ногтями.



**Шаг 5.**  
Ополосните руки  
теплой проточной  
водой.



**Шаг 6.**  
Хорошо  
просушите руки  
одноразовым  
полотенцем\*.



\* Пользуясь тем же самым полотенцем, закройте им кран, полотенце утилизируйте. Если используете простое полотенце, следите за его чистотой; влажное грязное полотенце – хорошая среда для размножения болезнетворных микробов.



## ЗАПОМНИТЕ:

### ЧТО ДЕЛАТЬ?

При посещении туалета снимайте свою рабочую одежду в специально отведенном месте или надевайте сверху халат.

**После посещения туалета тщательно вымойте руки с мылом!**



При появлении первых признаков простуды (боль в горле, насморк, температура), боли в животе, поноса, нагноений на коже, порезов, ожогов – сразу **сообщайте об этом руководству** и обращайтесь в медицинское учреждение.

Сообщайте руководству обо всех случаях заболеваний кишечными инфекциями в семье.



Не рекомендуется принимать пищу на рабочем месте (на кухне, в цехе, на складе).



### ПОЧЕМУ ЭТО ВАЖНО?

Туалетные комнаты – зона повышенного биологического загрязнения!

Продолжая контактировать с пищевыми продуктами, Вы будете источником болезнетворных микроорганизмов и других биологических агентов, что создает угрозу для здоровья гостей и качества выпускаемой пищевой продукции.

Часто работник может быть носителем болезнетворных агентов даже при отсутствии явных симптомов болезни.

Это может привести к загрязнению пищевой продукции.

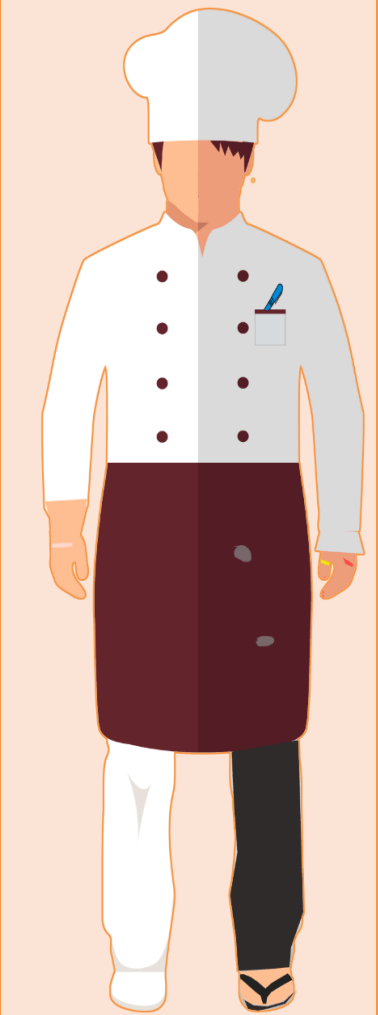
В производственных помещениях запрещается **проживание** людей, **хранение личных вещей** и комнатных растений.

### ВАЖНО!

Слесари, электромонтеры, ремонтники, находящиеся на кухне или в складских помещениях, должны быть одеты в **чистую специальную одежду**, переносить инструменты в специальных закрытых ящиках. При проведении ремонтных работ в производственных помещениях изготовление в них пищевой продукции не допускается!



## ПРОВЕРЬ, ПРАВИЛЬНО ЛИ ОДЕТ ПОВАР?

| МОЖНО ГОТОВИТЬ ЕСЛИ:                                                                                                                                                                             |                                                                                    | РАБОТАТЬ НЕ СЛЕДУЕТ:                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>✓ волосы убраны</li><li>✓ только рабочая одежда</li><li>✓ чистая форма</li><li>✓ украшения сняты</li><li>✓ рабочие штаны</li><li>✓ рабочая обувь</li></ul> |  | <ul style="list-style-type: none"><li>✗ волосы не убраны</li><li>✗ посторонние предметы в кармане</li><li>✗ пятна и грязь</li><li>✗ кольца, часы, браслеты</li><li>✗ уличные брюки</li><li>✗ повседневная обувь</li></ul> |

**Опрятный вид и чистая специальная одежда – залог успеха и безопасности в общественном питании!**



# УБОРКА

Кухня и производственные цеха создают благоприятную среду для развития болезнетворных микроорганизмов.  
Для безопасности гостей необходимо тщательно следить за чистотой на кухне, на складе, в уборных и в обеденном зале.



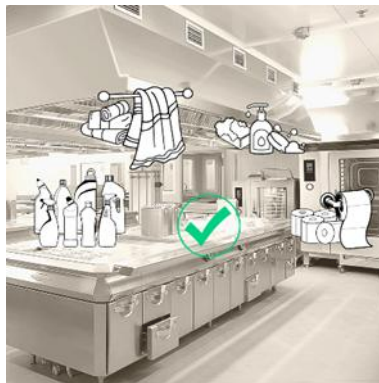
## ДЛЯ СОДЕРЖАНИЯ ПРЕДПРИЯТИЯ В ЧИСТОТЕ НЕОБХОДИМО:

| ЧТО ДЕЛАТЬ?                                                                                                                                                                                                                                                       | ПОЧЕМУ ЭТО ВАЖНО?                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Создать условия для соблюдения правил личной гигиены (постоянное наличие мыла, полотенец, туалетной бумаги, моющих и дезинфицирующих средств).</p>                                                                                                             |  <p>Кухня и производственные цеха – благоприятная среда для развития болезнетворных микроорганизмов. Не позволяйте микробам и грязи «хозяйничать» на вашем предприятии.</p> |
| <p>Каждый день проводить влажную уборку с применением моющих и дезинфицирующих средств во всех производственных помещениях.</p>                                                                                                                                   |  <p>Несоблюдение этих правил создают условия для перекрёстного микробного загрязнения кухонных предметов, инвентаря и пищевой продукции.</p>                               |
| <p>Для уборки туалетов рекомендуется выделять специальный персонал, не занятый в производстве блюд.</p> <p>Уборочный инвентарь для туалетов с яркой маркировкой (например, <b>красного</b> цвета) хранится отдельно от инвентаря для уборки других помещений!</p> |  <p>Несоблюдение этих правил создают условия для перекрёстного микробного загрязнения кухонных предметов, инвентаря и пищевой продукции.</p>                              |



## ЧТО ДЕЛАТЬ?

В конце смены весь уборочный инвентарь рекомендуется промыть с использованием моющих и дезинфицирующих средств, просушить и хранить в отведенном для него месте.



## ПОЧЕМУ ЭТО ВАЖНО?

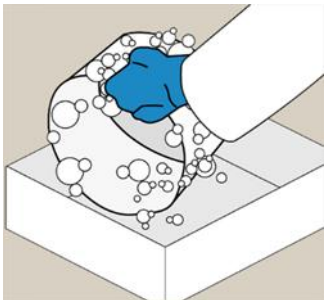
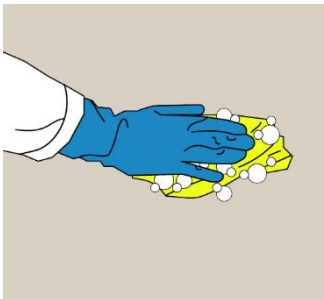
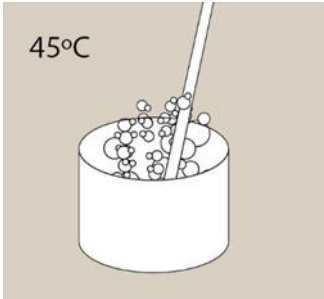
Небрежное хранение уборочного инвентаря создает оптимальные условия для размножения болезнетворных микроорганизмов – применение такого «загрязненного» инвентаря только способствует загрязнению поверхностей.

## ПОМНИТЕ!

- После каждого посетителя обязательно проводят уборку обеденного стола.
- Нагревательные приборы следует регулярно очищать от пыли и загрязнений.
- Люстры, плафоны и окна необходимо очищать по мере загрязнения, но не реже 2 раз в год.
- В предприятиях общественного питания запрещается проживание людей, нахождение синантропных («не одомашненных») животных.
- В производственных помещениях не допускается хранение личных вещей и комнатных растений.



## ХОРОШО ПОМЫТАЯ ПОСУДА – ПОКАЗАТЕЛЬ КАЧЕСТВА УСЛУГИ

| ЧТО ДЕЛАТЬ?                                                                                                                                                                      |                                                                                                          | КАКИМ ОБРАЗОМ?                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Хорошо мыть столовую и кухонную посуду, столовые приборы и подносы для посетителей.                                                                                              |                         | В посудомоечной машине или ручным способом.                                                                                                                                             |
| В конце рабочего дня обязательно провести дезинфекцию <b>всей столовой и кухонной</b> посуды и приборов.                                                                         |                        | В посудомоечных машинах с использованием максимальных температурных режимов, которые обеспечат дезинфекцию.<br><br>Или при помощи дезинфицирующих средств в соответствии с инструкцией. |
| Вымытую посуду хранить таким образом, чтобы она не подвергалась загрязнению.                                                                                                     | <p>ЧИСТАЯ ПОСУДА</p>  | Например, в шкафах или на решетках на высоте 50 см от пола.<br>Столовые приборы – ручками вверх.                                                                                        |
| Следить за уборочным инвентарем. Щетки с наличием плесени и видимых загрязнений, а также губчатый материал, качественная обработка которого невозможна, использовать не следует. | <p>45°C</p>           | Щетки очищают, замачивают в воде при температуре не ниже 45°C с добавлением моющих средств, дезинфицируют (или кипятят), промывают проточной водой.                                     |





## ВАЖНО!

- ➔ Разделочный инвентарь для готовой и сырой продукции обрабатывается и хранится отдельно в производственных цехах!
- ➔ Мытье столовой посуды проводится отдельно от кухонной посуды (котлов, кастрюль, сковородок, кухонной утвари), подносов для посетителей!
- ➔ Повторное использование одноразовой посуды запрещается!
- ➔ Столовые приборы (ложки, вилки, ножи), столовая посуда (тарелки), чайная посуда (чашки, стаканы, бокалы), подносы перед раздачей должны быть вымыты и высушены!

### КАК ПОМЫТЬ СТОЛОВУЮ ПОСУДУ РУКАМИ? \*

(которая подавалась гостям)

(рекомендуется использовать три секции моющих ванн)

- Удалите остатки пищи.
- Вымойте посуду в горячей воде с моющим средством в первой секции ванны.
- Вымойте посуду во второй секции ванны в горячей воде с добавлением моющих средств в количестве\*\*, в два раза меньшем, чем в первой секции ванны.
- Ополосните посуду в металлической сетке с ручками в третьей секции ванны проточной горячей водой с помощью гибкого шланга с душевой насадкой.
- Просушите посуду на решетчатых полках, стеллажах (таким образом, чтобы внутри не скапливалась вода).

### КАК ПОМЫТЬ КУХОННУЮ ПОСУДУ РУКАМИ? \*

(которая использовалась только на кухне)

(рекомендуется использовать две секции моющих ванн)

- Удалите остатки пищи.
- Вымойте посуду щетками в горячей воде с добавлением моющих средств в первой секции ванн.
- Ополосните посуду проточной горячей водой во второй секции.
- Просушите посуду на решетчатых полках, стеллажах.

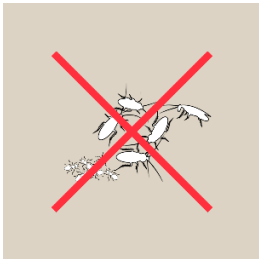
\* или просто используйте разрешенную для этих целей **посудомоечную машину**.

\*\* количество моющих (дезинфицирующих) средств используйте в соответствии с их инструкциями.





## **ЭТИХ «ПОСЕТИТЕЛЕЙ» НА ВАШЕМ ПРЕДПРИЯТИИ БЫТЬ НЕ ДОЛЖНО!**

|                                                                                                                                              |                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
|                                                             | <b>Крысы и мыши</b>                     |
|                                                             | <b>Тараканы и муравьи</b>               |
|                                                            | <b>Мухи и другие летающие насекомые</b> |
|                                                           | <b>Синантропные птицы</b>               |
|                                                           | <b>Жуки и долгоносики</b>               |
| <b>НАЛИЧИЕ ЛЮБОГО ИЗ ЭТИХ ЖИВОТНЫХ (ИЛИ СЛЕДОВ ИХ<br/>ПРЕБЫВАНИЯ) НА ПРЕДПРИЯТИИ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ<br/>ТРЕБУЕТ ВЫЗОВА СПЕЦИАЛИСТА! *</b> |                                         |

\* Запрещается проведение дератизации и дезинсекции распыляемыми и рассыпаемыми токсичными химическими веществами в присутствии посетителей и персонала (за исключением персонала организации, задействованного в проведении таких работ).



## ОБРАЩЕНИЕ С ОТХОДАМИ

| ЧТО ДЕЛАТЬ?                                                                                                                            | КАКИМ ОБРАЗОМ?                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Следите за качеством и сроком годности сырья, полуфабрикатов, кулинарных изделий, продуктов и блюд.</p>                             |  <p>Пищевые продукты ненадлежащего качества с истекшими сроками годности в питании не используются и утилизируются.</p>                   |
| <p>Правильно храните пищевые отходы.</p> <p>Предусмотрите отдельные контейнеры с закрывающимися крышками для разных типов отходов.</p> |  <p>Пищевые отходы и твердые бытовые отходы хранятся и утилизируются отдельно.</p> <p>Очищенные контейнеры подвергаются дезинфекции.</p> |

### ВАЖНО!

- ➔ Для сбора и утилизации пищевых отходов возможна установка кухонных измельчителей пищевых отходов, для твердых коммунальных отходов – оборудования для прессовки.



# ХРАНЕНИЕ

К сожалению, продукты питания имеют одно нехорошее свойство – со временем они портятся и становятся небезопасными для здоровья. Для того чтобы питание было безопасным, необходимо правильно перевозить, принимать и хранить сырье и пищевые продукты.



## ВНИМАТЕЛЬНО СЛЕДИТЕ ЗА ТЕМ, КАК ПЕРЕВОЗЯТ ПИЩЕВЫЕ ПРОДУКТЫ

### ЧТО ДЕЛАТЬ?

Если Вы сопровождаете сырые и пищевые продукты, участвуете в погрузке и выгрузке – вам необходимо использовать чистую рабочую одежду.

При непосредственном контакте с пищевой продукцией – необходимо проходить регулярные медицинские обследования

(см. раздел **«Персонал»**)

Позаботьтесь о постоянном поддержании условий хранения продуктов в пути (в соответствии с условиями хранения, указанными производителем на маркировке).

Особенно это важно для скоропортящихся продуктов (кондитерские изделия, колбасные изделия, молоко и молочная продукция и др.).

Перевозите продукцию упакованной, в отдельных контейнерах или таре таким образом, чтобы исключить любое ее загрязнение.

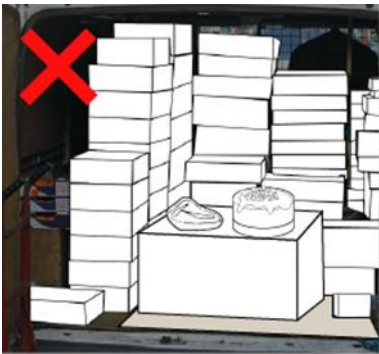


### ПОЧЕМУ ЭТО ВАЖНО?

Это позволит защитить пищевые продукты от загрязнения на всех этапах транспортировки.

**При нарушениях** условий и режима перевозки (транспортировки) пищевая продукция и сырье не принимаются, так как могут представлять опасность для конечного потребителя!



| ЧТО ДЕЛАТЬ?                                                                                                                                   | ПОЧЕМУ ЭТО ВАЖНО?                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Следите за тем, чтобы сырье и готовая продукция не соприкасались друг с другом*.</p>                                                       |  <p>Это исключит загрязнение готовой к употреблению пищи, которая пойдет на стол гостю.</p> |
| <p>Следите, чтобы вся перевозимая продукция сопровождалась <b>документами, подтверждающими ее происхождение, качество и безопасность.</b></p> |  <p>Вы несете ответственность за принимаемую и перевозимую пищевую продукцию.</p>          |

## ПОМНИ!

\* Совместная перевозка сырья, полуфабрикатов и готовой продукции допускается при условии упаковки способом, исключающим их соприкосновение, перекрестное загрязнение и/или изменение органолептических свойств, а также при условии соблюдения температурно-влажностных условий хранения и транспортировки.

## ИНФОРМАЦИЯ О СРОКАХ ГОДНОСТИ ПРЕДУСМАТРИВАЕТ УКАЗАНИЕ НА ЭТИКЕТКЕ:

- часа, числа, месяца – при сроке годности до 72 часов;
- числа, месяца и года – при сроке годности от 72 часов до трех месяцев;
- месяца, года или числа, месяца, года – при сроке годности три месяца и более;
- а также **правил и условий их хранения.**

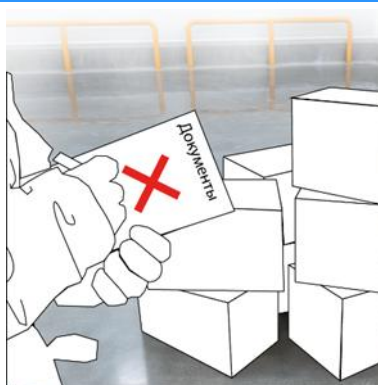


## ВНИМАТЕЛЬНО СЛЕДИТЕ ЗА ТЕМ, КАК ПИЩЕВАЯ ПРОДУКЦИЯ ПОСТУПАЕТ НА ВАШЕ ПРЕДПРИЯТИЕ

### ЧТО ДЕЛАТЬ?

### ПОЧЕМУ ЭТО ВАЖНО?

Отказывайтесь в приемке в вашу организацию продуктов без документов, подтверждающих их качество и безопасность.



Такая продукция может содержать недопустимые уровни химических и биологических опасностей, создавая угрозу для здоровья работников и потребителей.

Следите за сроками годности и условиями хранения принимаемой продукции, в том числе за процессами транспортировки.



Такая продукция могла испортиться в процессе транспортировки, что создает угрозу для здоровья потребителей.

Планируйте количество поставок скоропортящихся пищевых продуктов.

(кондитерские изделия, колбасные изделия, молоко и молочная продукция и др.).



Количество поставляемых скоропортящихся продуктов должно соответствовать объему имеющегося **исправно работающего** холодильного оборудования.

Следите за процессом выгрузки пищевых продуктов. Не допускайте складирования пищевых продуктов в неполюженном месте.



Пищевая продукция до поступления на кухню все время должна находиться в условиях хранения, определенных ее производителем.





## ВНИМАТЕЛЬНО СЛЕДИТЕ ЗА ТЕМ, КАК ХРАНИТЬСЯ ПИЩЕВАЯ ПРОДУКЦИЯ НА ПРЕДПРИЯТИИ

| ЧТО ДЕЛАТЬ?                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                      | ПОЧЕМУ ЭТО ВАЖНО?                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Лучше хранить все пищевые продукты по видам, например:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Сухое</li><li>• Мясное</li><li>• Рыбное</li><li>• Молочно-жировое</li><li>• Гастрономия</li><li>• Хлеб</li><li>• Овощи</li><li>• Фрукты</li></ul>                                             |    | <p>Соблюдение товарного соседства позволяет сохранить качество пищевых продуктов.</p>                                                                                               |
| <p>Храните пищевые продукты по степени готовности (готовые к употреблению продукты <b>раздельно</b> от полуфабрикатов и сырья).</p>                                                                                                                                                                 |   | <p>Не создается возможности перекрестного загрязнения с сырой на готовую продукцию.</p>                                                                                             |
| <p>Храните пищевые продукты согласно срокам годности и условиям хранения, указанным в нормативной и технической документации.</p> <p>Контроль за температурой и влажностью хранения производится ежедневно с регистрацией в журнале учета температурного режима (см. раздел <b>Управление</b>).</p> |  | <p>Соблюдение правил хранения позволяет сохранить качество и безопасность пищевых продуктов.</p> <p>Ртутные термометры для контроля температурного режима <u>не используют!</u></p> |
| <p>Храните пищевые продукты таким образом, чтобы была возможность проводить уборку помещений для хранения (в том числе под стеллажами и полками).</p>                                                                                                                                               |  | <p>Для содержания всех помещений (в том числе помещений для хранения) в чистоте.</p>                                                                                                |



## ЧТО ДЕЛАТЬ?

Храните маркировочный ярлык каждого тарного места с указанием срока годности до полного использования продукта.



## ПОЧЕМУ ЭТО ВАЖНО?

Это позволит отслеживать сроки годности, исключая попадания на кухню недоброкачественной продукции.

## ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ:

- ☑ Хлеб лучше всего хранить в отдельной кладовой.
- ☑ Для предотвращения развития картофельной болезни хлеба не реже 1 раза в неделю протирайте полки для хранения хлеба разрешенным для данных целей средством, например 1% раствором уксусной кислоты.
- ☑ Овощи лучше хранить в сухом, темном, прохладном помещении.
- ☑ Соления храните в таре поставщика при температуре не выше 10°C.
- ☑ Плоды и зелень лучше хранить при температуре не выше 12°C.

## СЛЕДИТЕ ЗА ТЕМ, КАК ХРАНИТСЯ ГОТОВАЯ ПИЩА

Готовую продукцию хранят в соответствии с указаниями ее технологической карты. Существуют оптимальные гигиенические условия хранения некоторых видов готовых блюд и кулинарных изделий.

### ПРИМЕР:

### ЛУЧШИЕ УСЛОВИЯ ХРАНЕНИЯ:

Отварное мясо, птица и субпродукты для первых и вторых блюд.



Хранят в бульоне, в котором они варились, при температуре +75°C до отпуска не более 1 часа.

Салаты, винегреты и нарезанные компоненты.



Хранят в **незаправленном** виде при температуре +2...+6°C не более 6 часов.





|                                                      |                                                                                     |                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Сырой мясной фарш.                                   |    | Хранят при температуре +2...+6°C не более 12 часов.                                                                                        |
| Фарш для начинки пирожков и блинчиков.               |    | Используют в течение 2 ч после жарки.                                                                                                      |
| Скоропортящиеся пищевые продукты.                    |    | После вскрытия упаковки следует реализовать не дольше 12 часов при соблюдении условий хранения.                                            |
| Яичный порошок.                                      |   | После набухания в течение 30-40 минут сразу подвергают кулинарной обработке.                                                               |
| Кремы заварной, из сбитых сливок, творожный.         |  | Используют сразу после приготовления.                                                                                                      |
| Остальные виды кремов.                               |  | Хранят на производстве до их использования при температуре +2...+6°C не более 1,5 часа.                                                    |
| Только приготовленные кондитерские изделия с кремом. |  | Хранят при температуре не выше +16...+18°C не более 2 часов.<br>Далее – в холодильнике при температуре +2...+6°C в течение срока годности. |



Изделия без отделки кремом, вафельные изделия с жировыми, фруктовыми, отделочными полуфабрикатами, пралине.



Хранят при температуре не выше +16...+18°C и относительной влажности воздуха 70-75% в течение срока годности.

## ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ!

- ☑ Не следует хранить необработанные (немытые и не продезинфицированные) яйца в производственных цехах.
- ☑ Перевозка кремов непромышленным способом для использования их в других организациях представляет серьезную угрозу для здоровья потребителя. Лучше готовить крем на месте.
- ☑ Хранение готовых блюд для использования на следующий день или замораживание нереализованных готовых блюд для последующей реализации в другие дни запрещена!

Продукты, требующие для обеспечения безопасности **специальных температурных режимов и правил хранения**, без обеспечения которых они могут привести к вреду для здоровья человека, следует считать скоропортящимися и особо скоропортящимися продуктами, которые подлежат хранению в условиях холода и предназначены для **краткосрочной реализации!**



## КУХНЯ

Умелый повар способен даже из самых простых продуктов  
создать кулинарный шедевр.  
Главное, чтобы «вкладывая душу» в процесс приготовления,  
он не «вложил» дополнительные риски для здоровья гостей!

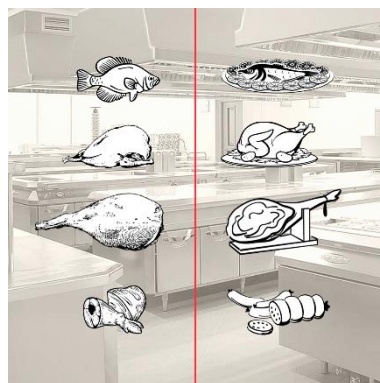


## СЛЕДИТЕ ЗА ТЕМ, КАК ИСПОЛЬЗУЮТ ОБОРУДОВАНИЕ И ИНВЕНТАРЬ НА КУХНЕ

### ЧТО ДЕЛАТЬ?

### ПОЧЕМУ ЭТО ВАЖНО?

Исключайте соприкосновения **сырья и готовой** продукции.



Основной механизм передачи инфекционных агентов и других загрязняющих веществ на кухне – контактный.

Сырые и готовые продукты не должны контактировать между собой, ни напрямую, ни через инструментарий, ни через поверхности.

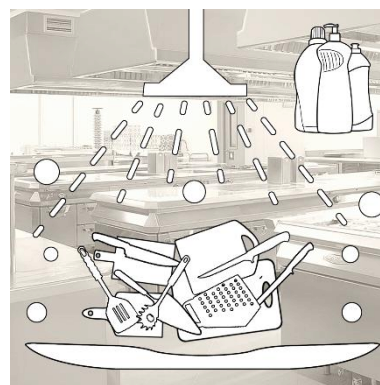
Обозначьте ножи, доски или разделочные столы для различных типов пищевой продукции удобной маркировкой и храните его раздельно.

например – цветом или буквами («СМ» – сырое мясо, «ВМ» – вареное мясо и т.д.)



Для того, чтобы каждый работник, допущенный к приготовлению пищи, мог точно определить какие инструменты и какие столы для чего предназначены.

Ножи, доски и другой разделочный инвентарь регулярно подвергайте санитарной обработке: механически очищайте, мойте горячей водой с моющими средствами.



Небрежно хранящийся инвентарь может стать источником постоянного загрязнения блюд.

Не используйте посуду и инвентарь с трещинами, сколами, отбитыми краями, с поврежденной эмалью.



Осколки, обломки могут попадать в готовые блюда.

Изношенный инвентарь плохо очищается от грязи.



## ЧТО ДЕЛАТЬ?

Там, где идет приготовление холодных блюд, мягкого мороженого, кондитерских изделий, порционирование готовых блюд и их упаковка необходимо использовать бактерицидные установки для обеззараживания воздуха (рециркуляторы) и столы с охлаждаемой поверхностью\*.



## ПОЧЕМУ ЭТО ВАЖНО?

Это позволяет исключить развитие болезнетворных микробов и сохранить качество продуктов.

\* Порционирование охлажденных и готовых к употреблению блюд, в том числе холодных закусок и салатов, и кулинарных изделий рекомендуется проводить в помещении с температурой воздуха не выше +15°C или на столах с охлаждаемой рабочей поверхностью. При отсутствии такого помещения или столов с охлаждаемой поверхностью процесс порционирования следует осуществлять **не дольше 30 минут!**

## КЛАССИЧЕСКАЯ МАРКИРОВКА ДЛЯ ДОСОК И НОЖЕЙ:

|                    |                      |                                    |
|--------------------|----------------------|------------------------------------|
| «СМ» – сырое мясо  | «ВМ» – вареное мясо  | «МГ» – мясная гастрономия          |
| «СР» – сырая рыба  | «ВР» – вареная рыба  | «РГ» – рыбная гастрономия          |
| «СП» – сырая птица | «ВП» – вареная птица | «КО» – квашеные овощи              |
| «СО» – сырые овощи | «ВО» – вареные овощи | «Х» – хлеб                         |
| «Зел» – зелень     | «С» – сельдь         | «Сыр Масло» – молочная гастрономия |

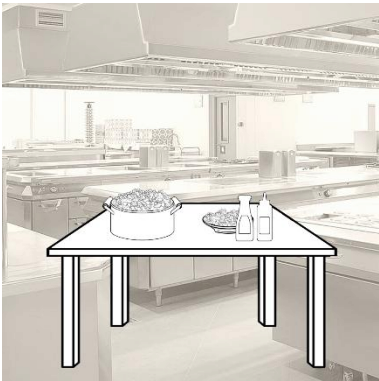


## ПРИМЕНЯЙТЕ БЕЗОПАСНЫЕ ПРИЕМЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ПИЩЕВЫХ ПРОДУКТОВ

### ВАЖНО!

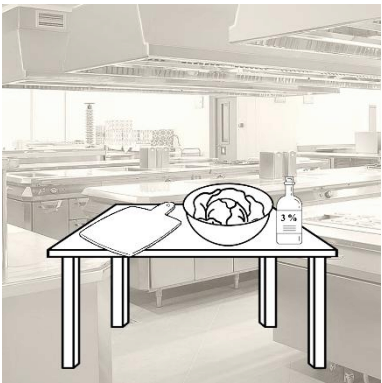
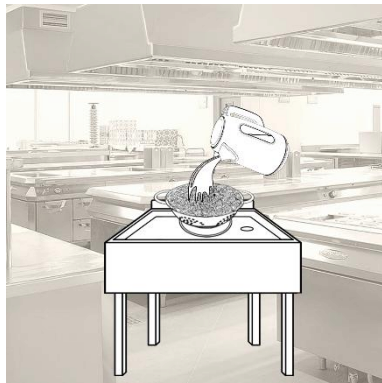
- ☑ При изготовлении блюд, кулинарных и кондитерских изделий необходимо **соблюдать последовательность и поточность технологических процессов.**
- ☑ Изготовление продукции должно производиться в соответствии с разработанными процедурами и нормативными и/или техническими документами на продукцию (технологическая карта, технико-технологическая карта, технологическая инструкция, утвержденная руководителем организации).
- ☑ Наименование блюд и кулинарных изделий, указываемых в меню, должны соответствовать их наименованиям, указанным в технологических картах.
- ☑ Готовые блюда, напитки, кулинарные и кондитерские изделия, изготавливаемые в предприятиях питания, должны соответствовать по показателям безопасности техническим регламентам, требования которых на них распространяются.

Существуют оптимальные гигиенические способы приготовления некоторых видов продуктов и блюд.

| ПРИМЕР:                                    |                                                                                     | ЛУЧШИЙ СПОСОБ:                  |
|--------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|
| Заправка салатов и винегретов.             |  | Непосредственно перед отпуском. |
| Салаты из свежих овощей, фруктов и зелени. |  | Готовят по мере спроса.         |





| ПРИМЕР:                                    | ЛУЧШИЙ СПОСОБ:                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Сырые овощи и зелень для холодных закусок. |  <p>Предварительно обрабатываются предназначенными для этой цели растворами (например, 10% раствором поваренной соли 10 минут) и ополаскивают проточной водой.</p> |
| Промывание гарниров (макароны, рис и др.). |  <p>Осуществляют горячей кипяченой водой.</p>                                                                                                                     |

## ПОМНИТЕ!

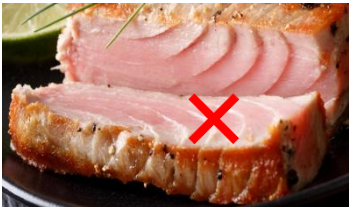
- ☑ Размораживать мясо в воде или у горячей плиты – **небезопасно!** Лучше всего использовать дефростер (0...+6°C), СВЧ или стол для сырого мяса.
- ☑ В воде можно размораживать субпродукты (мозги, почки, рубцы).
- ☑ Рыбу лучше размораживать на воздухе или в холодной воде (2 литра воды на 1 кг рыбы) с температурой не выше +12°C. Для сокращения потерь минеральных веществ рекомендуется добавлять соль в воду из расчета 7–10 г на 1 л.
- ☑ Рыбное филе, рыбу осетровых пород лучше размораживать на воздухе.
- ☑ Размороженные продукты **повторно не замораживаются.**

**ЭТИ ПРИЕМЫ ПОМОГУТ ПРЕДОТВРАТИТЬ ПИЩЕВОЕ ОТРАВЛЕНИЕ!**





## ПРОВЕРЯЙТЕ ГОТОВНОСТЬ БЛЮД ПЕРЕД ПОДАЧЕЙ

|                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Готовность мяса и птицы определяется выделением бесцветного сока в месте прокола и серым цветом на разрезе продукта, а также температурой в толще*.</p> | <p><b>ПРИМЕР:</b></p> <p>Рубленое мясо и птица<br/>Котлетная масса</p>   | <p><b>РЕКОМЕНДУЕМАЯ ТЕМПЕРАТУРА:</b></p> <p>не ниже 85°C**<br/>не ниже 90°C</p> <p>на гриле – не ниже 85°C</p> |
| <p>Готовность изделий из рыбного фарша и рыбы определяется образованием поджаристой корочки и легким отделением мяса от кости.</p>                         |                                                                      | <p>не ниже 70°C**</p>                                                                                          |

\* выдерживаемая в течение 5 минут.

\*\* Для контроля температуры внутри готового продукта и определения степени готовности используются контактные и бесконтактные термодатчики. Убедитесь, что они исправны.



## КАЖДЫЙ ДЕНЬ

| ЧТО ДЕЛАТЬ?                                                                                                                                                                                                                                             | ПОЧЕМУ ЭТО ВАЖНО?                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Оценивайте качество полуфабрикатов и готовых блюд (цвет, вкус, степень готовности и др.).</p>                                                                                                                                                        |  <p>Это позволит предотвратить риск подать на стол гостю опасную или некачественную пищу.</p> |
| <p>При массовом приготовлении готовой пищи следует фиксировать результаты оценки в специальном журнале. (см. раздел <b>Управление</b>)</p> <p>Фиксируйте время изготовления и раздачи.</p> <p>Фиксируйте Ф.И.О. изготовителя и Ф.И.О. проверяющего.</p> |  <p>Это позволит отследить все этапы приготовления и предотвратить риски.</p>                |

**ЕСЛИ НА ПРЕДПРИЯТИИ ИСПОЛЬЗУЕТСЯ ФРИТЮР – до начала жарки проверяйте качество фритюрного жира по вкусу, запаху, цвету и ведите записи в специальном журнале.**

### КОГДА ПЛАНИРУЕТЕ МЕНЮ – НЕ РИСКУЙТЕ ЗДОРОВЬЕМ ГОСТЕЙ!

Существует ряд блюд, которые с гигиенических позиций небезопасно готовить в условиях предприятий общественного питания (особенно при массовом угощении):

- ☒ Блюда из мясной обреза, свиных баков, диафрагмы, крови
- ☒ Рулеты из мякоти голов
- ☒ Макароны по-флотски
- ☒ Творог из непастеризованного молока собственного изготовления
- ☒ Блинчики с творогом из непастеризованного молока
- ☒ Простокваша-самоквас собственного изготовления
- ☒ Кисломолочные напитки собственного изготовления
- ☒ Консервы в герметичной таре собственного изготовления
- ☒ Сушеная и вяленая рыба, сушеные грибы собственного изготовления



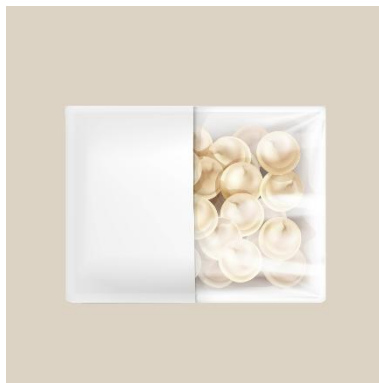
## ЕСЛИ ПЛАНИРУЕТЕ ГОТОВИТЬ В МЕСТАХ ОТДЫХА И НА УЛИЦЕ (например, шашлыки), ПОМНИТЕ:

Вам необходим отдельный павильон с водопроводом и канализацией, а также холодильное оборудование для хранения полуфабрикатов; условия для соблюдения правил личной гигиены, поддержания чистоты. При отсутствии централизованных систем водоснабжения и канализации, допускается использование нецентрализованных систем питьевого водоснабжения и водоотведения, в том числе автономного.

(не ближе 50 метров от жилых зданий, медицинских организаций, спортивно-оздоровительных и образовательных учреждений).



В качестве заготовки используйте готовые пищевые продукты промышленного производства или полуфабрикаты высокой степени готовности в потребительской упаковке, обеспечивающей их термическую обработку.



Заготавливайте полуфабрикаты в стационарной организации общественного питания.

Используйте для розжига древесину или готовый древесный уголь, а также металлические шампуры;





## ЕСЛИ ПЛАНИРУЕТЕ ГОТОВИТЬ В МЕСТАХ ОТДЫХА И НА УЛИЦЕ (например, шашлыки), ПОМНИТЕ:

Не стоит готовить «впрок», производите продукцию по мере её спроса.



Используйте одноразовую посуду и столовые приборы.

(повторное использование одноразовой посуды запрещается!)





## УГОЩЕНИЕ

Самым важным моментом в работе повара является подача готовых блюд гостям. Но и здесь могут быть скрытые опасности для здоровья!



## КОГДА ВЫ ПРИНИМАЕТЕ ГОСТЯ, ПОМНИТЕ:

| О ЧЕМ?                                                                                                                                     | КАК ЭТО СДЕЛАТЬ?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>У вас должен быть полный перечень предоставляемых вами услуг.</p>                                                                       |  <p>Иметь в наличии ассортиментный перечень производимой продукции и услуг.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <p>Вы должны в любой момент предоставить гостю книгу отзывов и предложений.</p>                                                            |  <p>Книга может находиться в «уголке потребителя» или в любом доступном месте.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <p>Меню должно содержать полную информацию.</p>                                                                                            |  <p>Укажите:<br/>название блюда,<br/>цену в рублях,<br/>способ приготовления и список основных ингредиентов,<br/>сведения о весе (объеме) порций,<br/>сведения о калорийности,<br/>содержании белков, жиров, углеводов, витаминов, макро- и микроэлементов, пищевых добавок, биологически активных добавок, аллергенов и информацию о наличии ГМО*.</p> |
| <p>Существуют продукты, чаще всего вызывающие аллергические реакции. Не забывайте предупреждать гостей о содержании аллергенов в пище.</p> |  <p>Чаще всего пищевыми аллергенами являются:<br/>арахис, горчица, кунжут, орехи, злаки (глютен), аспартам, диоксид серы, люпин, моллюски и морепродукты, молоко (лактоза), сельдерей, соя, яйца.</p>                                                                                                                                                   |

\* у вас может быть упрощенное демонстрационное меню, но должно быть и официальное меню, заверенное руководителем, которое необходимо предоставить гостю по первому требованию.



## ВАЖНО:

- ☑ Поместить на видное место режим работы вашего заведения, его полное наименование и юридический адрес, а также меню.
- ☑ Предусмотреть возможность гостю проверить вес и объем порции.
- ☑ Организовать для посетителей отдельные туалеты с раковинами для мытья рук. (совмещение туалетов для посетителей и работников стационарного предприятия общественного питания допускается с входом, изолированным от производственных и складских помещений, если количество пасочных мест не более 25).
- ☑ В туалетах должны быть созданы условия для обеспечения личной гигиены персонала и посетителей.
- ☑ Поместить предупреждающие знаки о запрете курения.



- ☑ Цветное изображение знака о запрете курения наносится на поверхность материала-носителя, в том числе металла, пластика, силикатного или органического стекла, самоклеящейся полимерной пленки, самоклеящейся и печатной бумаги, картона.
- ☑ Допускается сопровождать знак о запрете курения надписями «Не курить», «Курить запрещено» и информацией о размере штрафов за курение.
- ☑ Знак о запрете курения размещается у каждого входа на территорию предприятия, а также в местах общего пользования, в том числе туалетах.

## Рекомендации по организации здорового питания населения:

**Здоровое питание** – ежедневный рацион, полностью обеспечивающий физиологические потребности индивида в энергии, пищевых и биологически активных веществах, состоящий из пищевой продукции, отвечающей принципам





безопасности и характеризующейся оптимальными показателями качества, создающий условия для нормального роста, физического и интеллектуального развития и жизнедеятельности, способствующий укреплению здоровья и профилактике заболеваний.

Организациям общественного питания населения рекомендуется в своей деятельности руководствоваться **принципами здорового питания**:

- ➔ соответствие энергетической ценности рационов питания энергетическим затратам;
- ➔ сбалансированность рациона по всем незаменимым и заменимым пищевым факторам, включая белки и аминокислоты, жиры и жирные кислоты, углеводы, витамины, минеральные вещества;
- ➔ максимальное разнообразие рациона питания;
- ➔ оптимальный режим питания;
- ➔ технологическая и кулинарная обработка продуктов и блюд, обеспечивающая их высокие вкусовые качества и сохранность исходной пищевой ценности продуктов;
- ➔ учет состояния здоровья потребителей;
- ➔ обеспечение безопасности питания, включая безопасность продуктов питания при их приготовлении, раздаче, хранении и транспортировании;
- ➔ защита от использования в питании фальсифицированной, опасной для здоровья населения продукции.

#### **Советы по здоровому питанию:**

(соблюдение этих правил обеспечит поддержание здоровья и будет способствовать профилактике алиментарно-зависимых заболеваний)

1. Потребляйте разнообразную пищу, в основе которой лежат продукты, как животного, так и растительного происхождения.
2. Потребляйте несколько раз в день хлеб и хлебобулочные изделия, зерновые продукты, рис, картофель, макаронные изделия, бобовые.
3. Несколько раз в день ешьте разнообразные овощи и фрукты, предпочтительно в свежем виде (не менее 400 г в день).
4. Контролируйте потребление жиров (не более 30% суточной энергии) и заменяйте большую часть насыщенных жиров ненасыщенными растительными маслами или мягкими спредами.
5. Заменяйте жирные мясо и мясные продукты (колбасы) фасолью, бобами, чечевицей, рыбой, птицей или нежирным мясом.
6. Ежедневно потребляйте молоко, сыр, кисломолочные продукты (творог, кефир, простоквашу, ацидофилин, йогурт) с низким содержанием жира, сахара и соли.
7. Выбирайте такие продукты, в которых мало сахара, ограничивая частоту употребления рафинированного сахара, сладких напитков и сладостей.
8. Выбирайте пищу с низким содержанием соли. Суммарное потребление соли должно быть не более одной чайной ложки (5–6 г) в день, включая соль, находящуюся в хлебе и обработанных или консервированных продуктах.



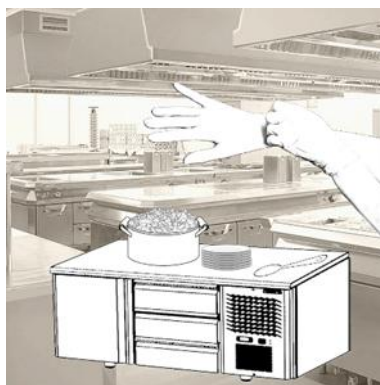
9. Поддерживайте массу тела в рекомендуемых пределах (индекс массы тела от 20 до 25) путем получения умеренных, предпочтительно ежедневных физических нагрузок и правильного питания.

10. Соблюдайте правильный режим питания. Готовьте пищу безопасным и гигиеничным способом. Уменьшить количество добавляемых жиров помогает приготовление пищи на пару, выпечка, варка или обработка в микроволновой печи.

## СЛЕДИТЕ ЗА ТЕМ, КАК ПРОИСХОДИТ УГОЩЕНИЕ:

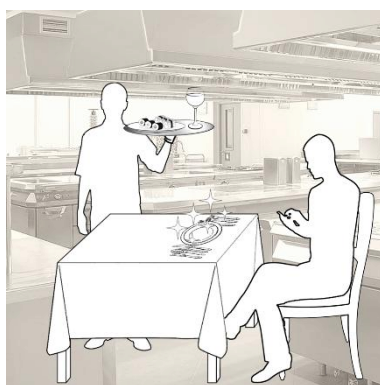
### НА ЧТО ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ? > КАК ЭТО ДОЛЖНО БЫТЬ?

Работники.



Порционируют блюда в одноразовых перчатках или при помощи отдельного инвентаря. К этой работе не допускаются лица, в должностные обязанности которого не входят указанные виды деятельности.

Подают готовые блюда.



В чистой, сухой столовой посуде или в индивидуальной потребительской упаковке.

на упаковке ищите вот такой знак:



(разрешено для контакта с пищевыми продуктами)

Супы, соусы, напитки, вторые блюда и гарниры,



Подаются при температуре согласно технологическим документам на каждый вид блюд (изделий).



## НА ЧТО ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ? > КАК ЭТО ДОЛЖНО БЫТЬ?

Готовые первые и вторые блюда на мармите или горячей плите.



Реализуют не дольше 3 часов с момента изготовления.

Холодные блюда, кондитерские изделия и напитки.



Реализуют через охлаждаемую витрину в порционированном виде в течение установленного срока годности и согласно условиям хранения (см. технологические карты)

### ВАЖНО:

- ☑ Не допускается заправка соусами салатной продукции, первых, вторых блюд, **предназначенных для реализации вне организации общественного питания**. Соусы к блюдам доставляются в индивидуальной потребительской упаковке!
- ☑ Пищевая продукция общественного питания в виде полуфабрикатов, охлажденных, замороженных и горячих блюд, кулинарных изделий, **реализуемая вне предприятия питания по заказам потребителей**, а также в организациях торговли и отделах кулинарии упаковывается в потребительскую одноразовую упаковку, в соответствии с маркировкой по их применению для контакта с пищевыми продуктами.
- ☑ Допускается на месте обслуживания изготавливать блюдо или кулинарное изделие из полуфабрикатов высокой степени готовности при наличии необходимого оборудования, позволяющего **осуществлять их доготовку**. При этом должны соблюдаться условия и сроки хранения используемых полуфабрикатов высокой степени готовности.
- ☑ Продукцию общественного питания в виде полуфабрикатов, охлажденных, замороженных и горячих блюд по заказам потребителей и в организации торговли и отделах кулинарии **упаковывают в потребительскую одноразовую упаковку**, изготовленную из материалов, разрешенных для контакта с пищевыми продуктами.
- ☑ **Продукция общественного питания, срок годности которой истек, подлежит утилизации!**

### КОГДА ВЫ ГОТОВИТЕ УГОЩЕНИЕ БОЛЬШОЙ ГРУППЕ ГОСТЕЙ:

- ☑ Возьмите отдельные «контрольные» (суточные) пробы (порцию целиком, но не меньше 100 грамм) готовых блюд.



- ✓ Отберите их стерильными (или тщательно прокипяченными) ложками в чистые стерильные емкости с чистыми плотно закрывающимися крышками.
- ✓ Сохраните эти пробы в течение 48 часов после мероприятия в холодильнике на отдельной полке (при температуре +2...+6°C).

В случае отравления гости могут подумать, что именно ваше угощение стало причиной их недомогания. При помощи лабораторного исследования «контрольной» пробы Вы сможете убедиться, что ваше угощение было безопасным.

## ЕСЛИ ВЫ ПЛАНИРУЕТЕ УГОЩАТЬ ГОСТЕЙ ЗА ПРЕДЕЛАМИ ПРЕДПРИЯТИЯ («КЕЙТЕРИНГ»)

| ЧТО ДЕЛАТЬ?                                                                                                                                                                                 | КАКИМ ОБРАЗОМ?                                                                                                                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Предприятия, оказывающие услуги общественного питания в виде кейтеринга, должны разработать, документально оформить и соблюдать <b>внутренний порядок по организации кейтеринга</b>.</p> |  <p>Это обеспечит прослеживаемость оказания услуг и разграничение ответственности за качество и безопасность продукции на этапах изготовления, транспортировки, хранения и реализации.</p> |
| <p>Транспортируйте готовую продукцию.</p>                                                                                                                                                   |  <p>В термосах и в специальной чистой посуде с плотно закрывающимися крышками.</p>                                                                                                        |



## ЧТО ДЕЛАТЬ?

## КАКИМ ОБРАЗОМ?

Каждую емкость промаркируйте.



На ярлыке указывается: название предприятия; дата и час изготовления блюда, время окончания раздачи; наименование блюд; фамилия, имя и отчество ответственного лица. Ярлыки сохраняются до конца обслуживания мероприятия.

Старайтесь подать угощение свежим. Измерение температуры блюд следует осуществлять бесконтактными термометрами, разрешенными для этих целей.



Комплектуйте контейнеры и тележки не ранее чем за 3 часа до начала мероприятия.

Не заправляйте заранее соусами салаты, первые и вторые блюда.



Предоставьте соусы в индивидуальной потребительской упаковке.

Сопроводите свою продукцию необходимым пакетом документов.



Товарно-транспортная накладная, декларации или сертификаты о соответствии.



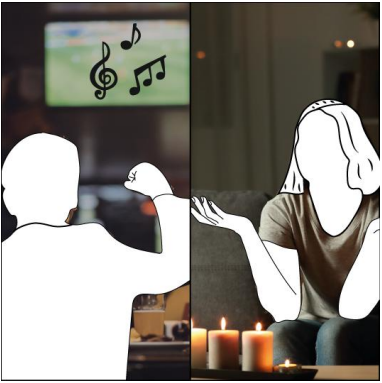
## УПРАВЛЕНИЕ

Все процессы на предприятии общественного питания необходимо жестко контролировать. Постоянный самоконтроль и внутренний аудит обеспечит безопасность и высокое качество услуги!





## ПОЗАБОТЬТЕСЬ О ГРАМОТНОМ РАЗМЕЩЕНИИ СВОЕГО ПРЕДПРИЯТИЯ

| НА ЧТО ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ?                                                                                                                                                                                                                                              | КАК ОБЕСПЕЧИТЬ?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Каким образом расположено ваше предприятие? Не создает ли оно дискомфортных условий для постоянно проживающих людей поблизости?</p>                                                                                                                                 |  <p>Не должны нарушаться нормы шума, вибрации, электромагнитных полей и вредных веществ в воздухе в жилых помещениях по соседству с предприятием из-за его работы.</p>                                                                                                  |
| <p>Предприятия общественного питания должны быть оборудованы исправными системами холодного и горячего водоснабжения, водоотведения, теплоснабжения, вентиляции и освещения, которые должны быть выполнены так, чтоб исключить риск загрязнения пищевой продукции.</p> |  <p>Водоснабжение осуществляется путем присоединения к централизованной системе водопровода, при его отсутствии оборудуется внутренний водопровод. Сети бытовой и производственной канализации не объединяются с хозяйственно-фекальной канализацией жилых зданий.</p> |

### ВАЖНО:

- ❑ Допускается использование автономных систем и оборудования для обеспечения горячего водоснабжения и теплоснабжения.
- ❑ При размещении предприятий общественного питания в жилых зданиях должны соблюдаться санитарно-эпидемиологические требования к условиям проживания в жилых зданиях и помещениях.
- ❑ Система приточно-вытяжной вентиляции производственных помещений должна быть оборудована отдельно от систем вентиляции помещений, не связанных с организацией питания, включая санитарно-бытовые помещения.
- ❑ Планировочные и конструкторские решения помещений должны предусматривать последовательность (поточность) технологических процессов, исключающих встречные потоки сырья, сырых полуфабрикатов и готовой продукции, использованной и чистой посуды, а также встречного движения посетителей и персонала.
- ❑ Складские помещения для хранения продуктов должны быть оборудованы приборами для измерения относительной влажности и температуры воздуха, холодильное оборудование – контрольными термометрами.





- ☑ Внутренняя отделка производственных и других помещений должна быть выполнена с учетом функционального предназначения из материалов, устойчивых к проведению уборки и обработки дезинфицирующими средствами.
- ☑ Конструкция светильников в складских и производственных помещениях должна предупреждать попадание в пищевые продукты осколков стекла.

### Рекомендуемый перечень оборудования и производственных помещений организаций общественного питания:

(набор помещений и их оборудование определяется технологическими и объемно-планировочными решениями)

| Наименование производственного помещения      | Перечень оборудования                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Склад                                         | Стеллажи, подтоварники, среднетемпературные и низкотемпературные холодильные шкафы (при необходимости)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Овощной цех (зона первичной обработки овощей) | Производственные столы (стол), картофелеочистительная машина, моечная ванна, раковина для мытья рук                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Овощной цех (зона вторичной обработки овощей) | Производственные столы (не менее двух), моечные ванны (не менее двух), овощерезательная машина, холодильник, контрольные весы, раковина для мытья рук                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Холодный цех (или холодная зона)              | Производственные столы (не менее двух), контрольные весы, среднетемпературные холодильные шкафы (в количестве, обеспечивающем возможность соблюдения «товарного соседства» и хранения необходимого объема пищевых продуктов), универсальный механический привод или (и) овощерезательная машина, моечная ванна для повторной обработки овощей, не подлежащих термической обработке, зелени и фруктов, раковина для мытья рук, часы настенные  |
| Мясорыбный цех                                | Производственные столы (для разделки мяса, рыбы и птицы) – не менее двух, контрольные весы, среднетемпературные холодильные шкафы (в количестве, обеспечивающем возможность соблюдения «товарного соседства» и хранения необходимого объема пищевых продуктов), электромясорубка, колода для разруба мяса (при необходимости) – при работе с тушами и (или) полутушами, моечные ванны (не менее двух), раковина для мытья рук, часы настенные |
| Помещение для обработки яиц                   | Производственный стол, три емкости для замачивания и ополаскивания яйца, перфорированная емкость для погружения яйца, бактерицидная установка для обеззараживания воздуха моечная раковина или ванна, емкость для обработанного яйца, раковина для мытья рук, часы настенные                                                                                                                                                                  |
| Мучной цех                                    | Производственные столы (не менее двух), кондитерский стол (со специальной деревянной поверхностью), тестомесильная машина, подвод воды к чаше тестомесильной машины. Контрольные весы, пекарский шкаф, стеллажи, моечная ванна, раковина для мытья рук.                                                                                                                                                                                       |



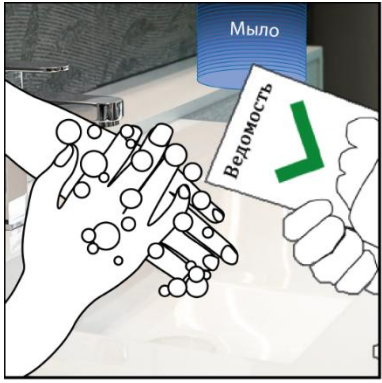
| Наименование<br>производственного<br>помещения             | Перечень оборудования                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Цех по производству<br>мягкого<br>мороженого               | Производственные столы, фризеры, среднетемпературные и низкотемпературные холодильные шкафы (в количестве, обеспечивающем возможность соблюдения «товарного соседства» и хранения необходимого объема полуфабрикатов), набор гастроемкостей, мерная посуда, контрольные весы, моечная ванна, раковина для мытья рук                                                                                                                                                                              |
| Цех по производству<br>кремовых<br>кондитерских<br>изделий | Производственные столы (не менее двух), кондитерский стол (со специальной деревянной поверхностью), тестомесильная машина, подвод воды к чаше тестомесильной машины, отсадочные машины, контрольные весы, пекарский шкаф, стеллажи, среднетемпературные и низкотемпературные холодильные шкафы (в количестве, обеспечивающем возможность соблюдения «товарного соседства» и хранения необходимого объема полуфабрикатов), машина кремозбивальная (миксер), моечная ванна, раковина для мытья рук |
| Доготовочный цех                                           | Производственные столы (не менее трех), контрольные весы, среднетемпературные и низкотемпературные холодильные шкафы (в количестве, обеспечивающем возможность соблюдения «товарного соседства» и хранения необходимого объема полуфабрикатов), овощерезка, моечные ванны (не менее трех), раковина для мытья рук                                                                                                                                                                                |
| Помещение для<br>нарезки хлеба                             | Производственный стол, хлебобрезательная машина, шкаф для хранения хлеба, раковина для мытья рук                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Горячий цех<br>(горячая зона)                              | Производственные столы (не менее двух: для сырой и готовой продукции), электрическая плита, электрическая сковорода, духовой (жарочный) шкаф, электропривод для готовой продукции, электрочайник, контрольные весы, раковина для мытья рук, часы настенные                                                                                                                                                                                                                                       |
| Раздаточная зона                                           | Мармиты для первых, вторых и третьих блюд, холодильный прилавок (витрина, секция), нейтральный прилавок                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Моечная для мытья<br>столовой посуды                       | Производственный стол, посудомоечная машина, трехсекционная ванна для мытья столовой посуды, двухсекционная ванна – для чайной посуды и столовых приборов, стеллаж (шкаф), раковина для мытья рук                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Моечная кухонной<br>посуды                                 | Производственный стол, две моечные ванны, стеллаж, раковина для мытья рук                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Моечная тары                                               | Двухсекционная моечная ванна                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Производственное<br>помещение буфета-<br>раздаточной       | Производственные столы (не менее двух), электроплита, холодильные шкафы (не менее двух); раздаточная, оборудованная мармитами, раковина для мытья, возможна установка посудомоечной машины                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Посудомоечная<br>буфета-раздаточной                        | Посудомоечная машина или трехсекционная ванна для мытья столовой посуды, двухсекционная ванна – для стеклянной посуды и столовых приборов, инвентаря, стеллаж (шкаф), раковина для мытья рук                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |



| Наименование<br>производственного<br>помещения | Перечень оборудования                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Комната приема<br>пищи                         | Производственный стол, электроплита, СВЧ-печь,<br>холодильник, шкаф, моечная ванна, раковина для мытья рук                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Буфет                                          | Стол, холодильное оборудование, полки, витрины, витрины с<br>охлаждаемым прилавком, шкафы, кофемашина, раковина<br>для мытья рук                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Вагон-ресторан                                 | Плита с духовым шкафом с ограждением по периметру,<br>тепловой шкаф для подогрева готовых блюд, печь СВЧ или<br>конвекционная печь (укомплектованная термопарами),<br>среднетемпературные и низкотемпературные холодильные<br>шкафы (в количестве, обеспечивающем возможность<br>соблюдения «товарного соседства» и хранения необходимого<br>объема полуфабрикатов), производственные столы для<br>сырых и готовых продуктов, стол для сервирования, мойка<br>2-гнездная для мытья кухонной посуды, мойка для продуктов,<br>шкаф для оттаивания замороженных продуктов (при<br>отсутствии конвекционных печей), шкаф для приправ, шкаф<br>сушильный и шкаф для хранения посуды и кухонного<br>инвентаря, мусоросборник для пищевых отходов с крышкой и<br>полиэтиленовыми вкладышами |



## ПРО-АКТИВНОМУ САМОКОНТРОЛЮ – ДА

| НА ЧТО ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ?                                                                                                  | КАК ОБЕСПЕЧИТЬ?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Все ли работники выполняют требования санитарных правил?</p>                                                            |  <p>Отслеживать выполнение должностных обязанностей, следить за внешним видом работников.</p> <p>Лучше размещать наглядные инструкции на рабочих местах, напоминающие о правилах личной гигиены и техники безопасности.</p>                     |
| <p>Все ли работники соответствуют занимаемой должности?</p>                                                                |  <p>Следить за регулярными прохождением медицинских осмотров, гигиенического обучения и аттестацией работников, рекомендовать делать необходимые прививки.</p>                                                                                 |
| <p>Могут ли повара и другие, контактирующие с продуктами питания работники приступать к выполнению своих обязанностей?</p> |  <p>Перед началом смены проводить осмотр и опрос работника на предмет плохого самочувствия, инфекционных заболеваний в семье, порезов, ожогов, ссадин. Следить за соблюдением личной гигиены персоналом.</p>                                  |
| <p>Ведутся ли все необходимые журналы на предприятии?</p>                                                                  |  <p>Проверять ежедневное заполнение бракеражного журнала (если требуется), журнала осмотров персонала, журнала контроля качества фритюрных жиров и других журналов, которые ведутся на предприятии.<br/>(см. далее <b>ФОРМЫ ЖУРНАЛОВ</b>)</p> |



| НА ЧТО ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ?                                                                                                    | КАК ОБЕСПЕЧИТЬ?                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>В какой одежде работает персонал? Насколько она подходит? Чистая ли эта одежда?</p>                                       | <div data-bbox="596 266 976 647" data-label="Image"> </div> <p>Организовать регулярную стирку рабочей одежды.</p> <p>Проверять внешний вид работников перед началом смены.</p>                    |
| <p>Исправно ли все необходимое оборудование и инвентарь?</p>                                                                 | <div data-bbox="596 669 976 1050" data-label="Image"> </div> <p>Проверять исправность работы печей и термодатчиков, нанесение маркировки на разделочный инвентарь, целостность посуды.</p>        |
| <p>Исправно ли работает холодильное оборудование?<br/>Сохраняются ли надлежащие условия хранения в складских помещениях?</p> | <div data-bbox="596 1072 976 1453" data-label="Image"> </div> <p>Организовать регулярную фиксацию температур холодильных и морозильных камер, температуры и влажности в складских помещениях.</p> |
| <p>Соответствуют ли микроклимат, качество используемой воды и сырья гигиеническим нормативам?</p>                            | <div data-bbox="596 1476 976 1856" data-label="Image"> </div> <p>Регулярно проводить производственный и лабораторный контроль.</p>                                                                |





## НА ЧТО ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ?

## КАК ОБЕСПЕЧИТЬ?

Созданы ли условия для соблюдения личной гигиены и регулярной уборки?



Обеспечить постоянное наличие мыла, полотенец, туалетной бумаги, моющих и дезинфицирующих средств.

Какие моющие и дезинфицирующие средства используются?



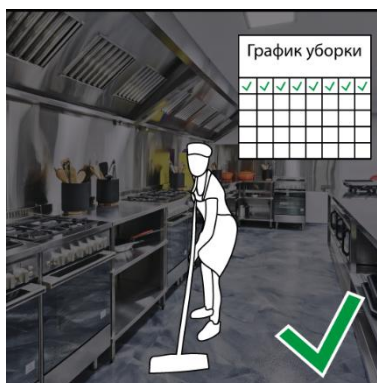
Только разрешенные для этих целей моющие и дезинфицирующие средства. Они используются в соответствии с инструкциями по их применению и хранятся в специально отведенных местах.

Отсутствуют ли следы пребывания на предприятии вредителей (грызунов, птиц, насекомых)?



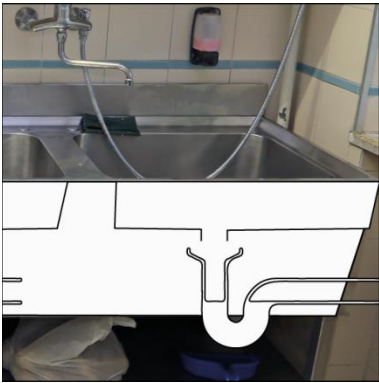
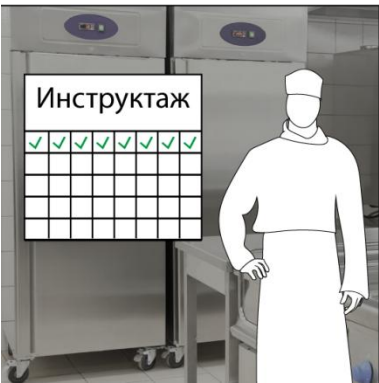
При необходимости проводятся мероприятия по дератизации и дезинсекции, дополнительная дезинфекция.

Поддерживается ли чистота в помещениях предприятия общественного питания?



Ежедневная уборка и ежемесячная генеральная уборка с применением не только моющих, но и дезинфицирующих средств.



| НА ЧТО ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ?                                                                  | КАК ОБЕСПЕЧИТЬ?                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Выявляются ли на предприятии условия, создающие риск для производства пищевой продукции?   |  <p>Например, конструкции смесителей кранов исключают повторное загрязнение рук после мытья; наличие таких конструкций в месте присоединения мойки к канализационной сети, которые предотвратят загрязнения мойки и т.д.</p> |
| Регулярно ли проводится инструктаж по технике безопасности и соблюдению санитарных правил? |  <p>Сформировать график регулярных внутренних аудитов, тренингов по соблюдению санитарных норм и правил работниками.</p>                                                                                                    |
| Имеется ли на предприятии аптечка для оказания первой помощи?                              |  <p>Обеспечить наличие аптечки в соответствии с действующими нормативными документами.</p>                                                                                                                                 |

## ВАЖНО:

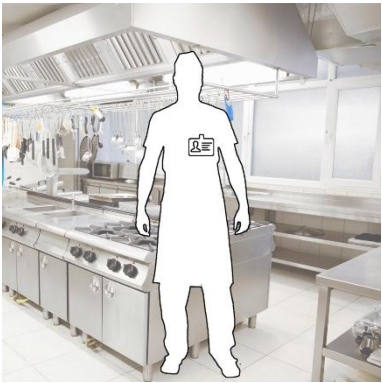
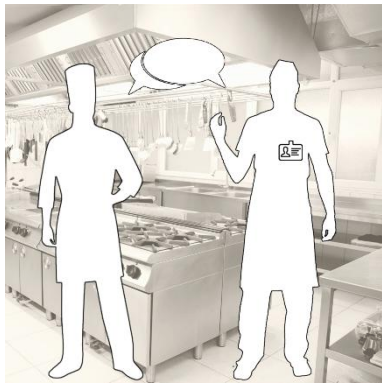
- ☑ Порядок и периодичность производственного контроля, лабораторных испытаний, исследований, устанавливается организацией общественного питания.
- ☑ Во всех организациях, независимо от форм собственности, организуется производственный контроль, включающего в себя процедуры, основанные на принципах ХАССП (в английской транскрипции HACCP – Hazard Analysis and Critical Control Points), а именно **определение контролируемых этапов** технологических операций и пищевой продукции на этапах ее производства (изготовления) в программах производственного контроля.





## ОСМОТР И ОПРОС РАБОТНИКОВ

Каждый день, перед началом рабочего дня, обязательно проводится осмотр и опрос работников, работающих с пищевыми продуктами.

| ЧТО НЕОБХОДИМО?                                                                                                    | КАК ЭТО СДЕЛАТЬ?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Выбрать ответственного лицо (лиц), которое будет проводить ежедневный осмотр, и определить круг осматриваемых лиц. |  <p>Назначают лиц, которые будут ежедневно осматривать всех работников, контактирующих с пищей (поваров, кондитеров, официантов, кладовщиков и т.д.).</p>                                                                                             |
| Провести осмотр.                                                                                                   |  <p>Осматривают руки, открытые участки тела, горло на наличие <b>гнойничковых заболеваний</b> (желтоватые прыщики, фурункулы, нагноившиеся ссадины), <b>ангины</b> (красное болезненное горло), <b>катаральных явлений</b> (выделения из носа).</p> |
| Провести опрос.                                                                                                    |  <p>Уточняют у работника, нет ли у него симптомов простуды (боль в горле, насморк, температура), болей в животе, поноса, нагноений на коже, порезов, ожогов, а также нет ли кишечного заболевания у членов семьи?</p>                               |



## ЧТО НЕОБХОДИМО?

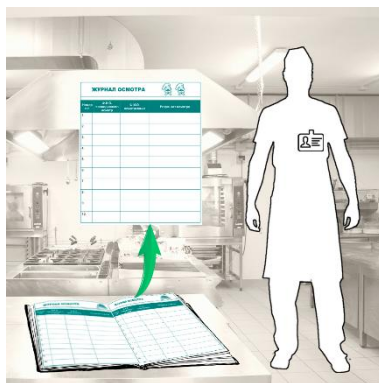
## КАК ЭТО СДЕЛАТЬ?

Допуск к работе или отстранение.



Работники, имеющие порезы, ссадины, ожоги, гнойничковые заболевания кожи рук, открытых частей тела (поверхностные гнойнички, фурункулы, нагноения, вызванные порезами, занозами, ожогами и повреждения кожи), а также ангины и катаральными явлениями временно **не допускаются** к работе.

Запись в журнал осмотра.



Делается запись с указанием Ф.И.О., проводившего осмотр, Ф.И.О. осмотренных и результатов осмотра.\* (см. далее **ФОРМЫ ЖУРНАЛОВ**)

\* необходимо следить, чтобы записи гигиенического журнала соответствовали фактическому количеству работников в смене.



Для поддержания высоко уровня безопасности на предприятии общественного питания необходимо постоянно вести **ПРОИЗВОДСТВЕННЫЙ КОНТРОЛЬ!**

### ЧТО НАХОДИТСЯ ПОД КОНТРОЛЕМ?

- ☒ помещения
- ☒ оборудование
- ☒ транспортирование
- ☒ хранение
- ☒ приготовление
- ☒ раздача
- ☒ рабочие места
- ☒ сырье
- ☒ полуфабрикаты
- ☒ готовая продукция
- ☒ отходы

### ЧТО ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ ПРОИЗВОДСТВЕННЫЙ КОНТРОЛЬ?

1. Контроль состояния здоровья работников и их способности работать в контакте с пищевыми продуктами (медицинские осмотры, гигиеническое обучение с аттестацией).
2. Визуальный контроль специальными должностными лицами (например, управляющими, менеджерами по пищевой безопасности) выполнения всех санитарно-противоэпидемических мероприятий и постоянная работа над снижением потенциального риска для здоровья работника и потребителя.
3. Контроль состояния ведения документации, подтверждающей происхождением, безопасностью и качеством сырья и пищевых продуктов.
4. Лабораторный контроль качества сырья, полуфабрикатов, готовой продукции и технологий их производства, хранения, транспортировки, реализации и утилизации с привлечением аккредитованной на данные виды работ лаборатории.
5. Обоснование безопасности для человека и окружающей среды новых видов продукции и технологии ее производства.



## РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ОБРАЗЦЫ ЖУРНАЛОВ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ

(журналы заполняются ежедневно, ведутся на бумажном и/или электронном носителе и хранятся в течение 3 месяцев после заполнения)

**Гигиенический журнал (сотрудники)**

| N<br>п/п | Дата | Ф.И.О.<br>работника<br>(последнее<br>при наличии) | Должность | Подпись<br>сотрудника об<br>отсутствии<br>признаков<br>инфекционных<br>заболеваний у<br>сотрудника и<br>членов семьи | Подпись сотрудника об<br>отсутствии заболеваний<br>верхних дыхательных<br>путей и гнойничковых<br>заболеваний кожи рук и<br>открытых поверхностей<br>тела | Результат осмотра<br>медицинским<br>работником<br>(ответственным<br>лицом)<br><br>(допущен/отстранен) | Подпись<br>медицинского<br>работника<br>(ответственного<br>лица) |
|----------|------|---------------------------------------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|
| 1.       |      |                                                   |           |                                                                                                                      |                                                                                                                                                           |                                                                                                       |                                                                  |
| 2.       |      |                                                   |           |                                                                                                                      |                                                                                                                                                           |                                                                                                       |                                                                  |
| 3.       |      |                                                   |           |                                                                                                                      |                                                                                                                                                           |                                                                                                       |                                                                  |
| ...      |      |                                                   |           |                                                                                                                      |                                                                                                                                                           |                                                                                                       |                                                                  |

### Журнал учета температурного режима холодильного оборудования

| Наименование производственного помещения | Наименование холодильного оборудования |  | Температура в градусах Цельсия            |   |   |   |       |
|------------------------------------------|----------------------------------------|--|-------------------------------------------|---|---|---|-------|
|                                          |                                        |  | Месяц ____ / дни: (заполняется ежедневно) |   |   |   |       |
|                                          |                                        |  | 1                                         | 2 | 3 | 4 | ..... |
|                                          |                                        |  |                                           |   |   |   | 30    |
|                                          |                                        |  |                                           |   |   |   |       |

### Журнал учета температуры и влажности в складских помещениях

| Наименование складского помещения | Месяц ____ / дни:<br>(температура в градусах Цельсия<br>и влажность в процентах) |   |   |   |       |    |  |
|-----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|-------|----|--|
|                                   |                                                                                  |   |   |   |       |    |  |
|                                   | 1                                                                                | 2 | 3 | 4 | ..... | 30 |  |
|                                   |                                                                                  |   |   |   |       |    |  |





**Журнал бракеража скоропортящейся пищевой продукции**

|                                           |              |         |                |              |           |                                                     |                                                                                                                                                                                                                |                                                   |                                              |                                   |                             |            |
|-------------------------------------------|--------------|---------|----------------|--------------|-----------|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------|------------|
| Дата и час, поступления пищевой продукции | Наименование | Фасовка | дата выработки | изготовитель | поставщик | количество поступившего продукта (в кг, литрах, шт) | номер документа, подтверждающего безопасность принятого пищевого продукта (декларация о соответствии, свидетельство о государственной регистрации, документы по результатам ветеринарно-санитарной экспертизы) | Результаты органолептической оценки, поступившего | Условия хранения, конечный срок реализации и | Дата и час фактической реализации | Подпись ответственного лица | Примечание |
|                                           |              |         |                |              |           |                                                     |                                                                                                                                                                                                                | продовольственного сырья и пищевых продуктов      |                                              |                                   |                             |            |



# ДОПОЛНЕНИЕ

## ОСОБЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОТДЕЛЬНЫХ КАТЕГОРИЙ НАСЕЛЕНИЯ

ПИТАНИЕ В МЕДИЦИНСКИХ ОРГАНИЗАЦИЯХ

\*

ОРГАНИЗАЦИЯХ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ

\*

БОРТОВОЕ ПИТАНИЕ

\*

ПИТАНИЕ ДЕТСКИХ ОРГАНИЗОВАННЫХ КОЛЛЕКТИВОВ

\*





## **Организация питания пациентов в медицинских организациях и организациях социального обслуживания (стационарные условия)**

### **Пищеблок медицинской организации:**

- Размещается в отдельно стоящем здании, которое может соединяться транспортными тоннелями с палатными отделениями (кроме инфекционных отделений).
- Допускается размещение в лечебных корпусах при условии соблюдения поточности (в т.ч. лифтовое оборудование и оснащение автономной приточно-вытяжной вентиляцией).

### **Учет принципов лечебного питания:**

- Рацион питания должен быть разнообразным.
- Рацион питания должен соответствовать лечебным показаниям по химическому составу, пищевой ценности, набору продуктов, режиму питания.
- В дни замены пищевой продукции и блюд должен осуществляться подсчет химического состава и пищевой ценности диет.

### **Бракераж:**

- Выдача готовых блюд должна осуществляться только после снятия пробы ответственным лицом или комиссией (при наличии) из числа работников организации.
- При нарушении технологии приготовления пищи, а также в случае неготовности, блюдо к выдаче не допускается до устранения выявленных недостатков. Результат бракеража регистрируется в журнале бракеража готовой продукции (см. раздел **УПРАВЛЕНИЕ**).
- Каждый день должны отбираться суточные пробы от каждой партии приготовленной пищи (см. раздел **КУХНЯ**). При заключении договора со сторонней организацией на приготовление готовой пищевой продукции отбор и хранение суточной пробы должно проводиться ответственным работником этой сторонней организации под руководством с вашей стороны.

### **Раздача пищи:**

- Производят назначенные ответственные лица (не допускается к раздаче пищевой продукции иной персонал).
- В местах приема передач и в отделениях медицинской организации должны быть вывешены списки разрешенной для передачи пищевой продукции.
- Дежурная медицинская сестра отделения должна ежедневно проверять соблюдение правил и сроков годности (хранения) продуктов, хранящихся в холодильниках отделения.
- О правилах хранения личных продуктов пациент должен быть проинформирован при его поступлении.
- В дневных стационарах медицинских организаций с кратковременным пребыванием пациентов (не более 4 часов) без организации горячего питания должны быть предусмотрены комнаты подогрева пищи (с умывальником, холодильником и оборудованием для разогрева пищи). Допускается использование одноразовой посуды.
- Для перевозки готовой пищевой продукции в буфетные отделения должны использоваться термосы или плотно закрывающаяся посуда.



- При индивидуально-порционной системе питания («таблет-питание»), при которой комплектуется индивидуальный поднос для каждого пациента (сотрудника), доставка питания в отделения должна осуществляться в специальных термоконтейнерах-тележках. Использованная посуда помещается в отдельные отсеки этих же тележек.
- Нельзя оставлять в буфете остатки пищи после ее раздачи больным.

#### **Организация социального обслуживания:**

- В организациях стационарного социального обслуживания должно быть организовано питание проживающих лиц пожилого возраста, лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов не менее 3 раз в день, в том числе диетическое (лечебное) питание по медицинским показаниям.
- В случае использования готовых блюд из предприятий общественного питания в организации стационарного социального обслуживания выделяется помещение для приема готовой пищевой продукции и отбора суточных проб.



## **Организация питания авиапассажиров и членов экипажей воздушных судов гражданской авиации**

### **Оборудование:**

- Следует использовать съемное буфетно-кухонное оборудование, которое можно будет очищать, мыть и дезинфицировать.
- Не допускается к реализации пищевая продукция домашнего (непромышленного) изготовления.
- Все оборудование должно плотно закрываться для предупреждения загрязнения пищи.
- Меню бортового питания следует составлять с учетом сроков годности пищевой продукции и условий ее хранения, установленных производителем пищевой продукции.
- Посуда и приборы на борту должны использоваться однократно.

### **Прием пищи на борт:**

- Прием бортового питания на борт должен производиться уполномоченным представителем авиаперевозчика, имеющим личную медицинскую книжку с результатами медицинского осмотра, гигиенического обучения и аттестации (см. раздел **ПЕРСОНАЛ**).
- Все дверцы буфетно-кухонного оборудования с питанием должны пломбироваться, на них должен крепиться маркировочный ярлык, на котором должны быть указаны: наименование блюда, изготовитель, его адрес, дата изготовления и окончательный срок годности бортового питания, условия хранения. Ярлыки сохраняются до конца рейса.
- Контейнеры с нарушенной пломбировкой или истекшим сроком годности пищевой продукции на борт воздушного судна не допускаются.
- Контейнеры (касалетки) с быстрозамороженной пищей хранятся в холодильнике при температуре +2...+6°C или в изотермическом контейнере с сухим льдом или термоохладителями с соблюдением установленных условий хранения.

### **Раздача пищи:**

- Готовая пища (в том числе после тепловой обработки) перед началом порционирования должна предварительно охлаждаться до температуры не меньше +1°C и не более +5 °C. Время охлаждения не должно превышать 4 часов.
- Быстрозамороженные готовые блюда должны храниться с соблюдением сроков годности и условиями хранения, указанными на маркировке.
- В процессе перевозки в контейнерах и тележках с бортовым питанием необходимо обеспечить соблюдение температурных режимов.
- Бортпроводники перед раздачей питания обязаны соблюдать правила личной гигиены, надевать фартук и перчатки или иную форму одежды, предусмотренную для раздачи бортового питания.

### **Уборка:**

- Использованные подносы должны помещаться в буфетно-кухонное оборудование, которое использовалось для раздачи.
- После сбора использованной посуды столы буфетного отсека должны дезинфицироваться, протираться одноразовыми салфетками и высушиваться.
- Уборочный инвентарь должен упаковываться в специальную укладку и храниться в буфетном отсеке.



## Особенности организации общественного питания детей (организация питания в организованных детских коллективах)

### Питание детей первого года жизни:

- назначаться индивидуально в соответствии с возрастными физиологическими потребностями, учитывая своевременное введение прикорма (см. далее **таблицу 4**)

### Питание в организованном коллективе:

- осуществляться посредством реализации **основного** меню (включающего горячее питание), **дополнительного** питания, а также **индивидуальных** меню для детей, нуждающихся в лечебном и диетическом питании.
- в организованных детских коллективах исключение горячего питания из меню, а также замена его буфетной продукцией, не допускаются.
- для предотвращения размножения патогенных микроорганизмов готовые блюда должны быть реализованы не позднее 2 часов с момента изготовления.

### ВАЖНО!

Питание детей необходимо организовывать с учетом изложенных далее требований!

#### Перечень пищевой продукции, которая не допускается при организации питания детей:

|     |                                                                                                                                                                                 |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.  | Пищевая продукция без маркировки и (или) с истекшими сроками годности и (или) признаками недоброкачества.                                                                       |
| 2.  | Пищевая продукция, не соответствующая требованиям технических регламентов Таможенного союза.                                                                                    |
| 3.  | Мясо сельскохозяйственных животных и птицы, рыба, не прошедшие ветеринарно-санитарную экспертизу.                                                                               |
| 4.  | Субпродукты, кроме говяжьих печени, языка, сердца.                                                                                                                              |
| 5.  | Непотрошенная птица.                                                                                                                                                            |
| 6.  | Мясо диких животных.                                                                                                                                                            |
| 7.  | Яйца и мясо водоплавающих птиц.                                                                                                                                                 |
| 8.  | Яйца с загрязненной и (или) поврежденной скорлупой, а также яйца из хозяйств, неблагополучных по сальмонеллезам.                                                                |
| 9.  | Консервы с нарушением герметичности банок, бомбажные, «хлопуши», банки со ржавчиной, деформированные.                                                                           |
| 10. | Крупа, мука, сухофрукты, загрязненные различными примесями или зараженные амбарными вредителями.                                                                                |
| 11. | Пищевая продукция домашнего (не промышленного) изготовления.                                                                                                                    |
| 12. | Кремовые кондитерские изделия (пирожные и торты).                                                                                                                               |
| 13. | Зельцы, изделия из мясной обрезки, диафрагмы; рулеты из мякоти голов, кровяные и ливерные колбасы, заливные блюда (мясные и рыбные), студни, форшмак из сельди.                 |
| 14. | Макароны по-флотски (с фаршем), макароны с рубленным яйцом.                                                                                                                     |
| 15. | Творог из непастеризованного молока, фляжный творог, фляжную сметану без термической обработки.                                                                                 |
| 16. | Простокваша – «самокваш».                                                                                                                                                       |
| 17. | Грибы и продукты (кулинарные изделия), из них приготовленные.                                                                                                                   |
| 18. | Квас.                                                                                                                                                                           |
| 19. | Соки концентрированные диффузионные.                                                                                                                                            |
| 20. | Молоко и молочная продукция из хозяйств, неблагополучных по заболеваемости продуктивных сельскохозяйственных животных, а также не прошедшая первичную обработку и пастеризацию. |
| 21. | Сырокопченые мясные гастрономические изделия и колбасы.                                                                                                                         |
| 22. | Блюда, изготовленные из мяса, птицы, рыбы (кроме соленой), не прошедших тепловую обработку.                                                                                     |
| 23. | Масло растительное пальмовое, рапсовое, кокосовое, хлопковое.                                                                                                                   |
| 24. | Жаренные во фритюре пищевая продукция и продукция общественного питания.                                                                                                        |
| 25. | Уксус, горчица, хрен, перец острый (красный, черный).                                                                                                                           |
| 26. | Острые соусы, кетчупы, майонез.                                                                                                                                                 |
| 27. | Овощи и фрукты консервированные, содержащие уксус.                                                                                                                              |
| 28. | Кофе натуральный; тонизирующие напитки (в том числе энергетические).                                                                                                            |
| 29. | Кулинарные, гидрогенизированные масла и жиры, маргарин (кроме выпечки).                                                                                                         |
| 30. | Ядро абрикосовой косточки, арахис.                                                                                                                                              |
| 31. | Газированные напитки; газированная вода питьевая.                                                                                                                               |
| 32. | Молочная продукция и мороженое на основе растительных жиров.                                                                                                                    |



|     |                                                                                                                                     |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 33. | Жевательная резинка.                                                                                                                |
| 34. | Кумыс, кисломолочная продукция с содержанием этанола (более 0,5%).                                                                  |
| 35. | Карамель, в том числе леденцовая.                                                                                                   |
| 36. | Холодные напитки и морсы (без термической обработки) из плодово-ягодного сырья.                                                     |
| 37. | Окрошки и холодные супы.                                                                                                            |
| 38. | Яичница-глазунья.                                                                                                                   |
| 39. | Паштеты, блинчики с мясом и с творогом.                                                                                             |
| 40. | Блюда из (или на основе) сухих пищевых концентратов, в том числе быстрого приготовления.                                            |
| 41. | Картофельные и кукурузные чипсы, снеки.                                                                                             |
| 42. | Изделия из рубленого мяса и рыбы, салаты, блины и оладьи, приготовленные в условиях палаточного лагеря.                             |
| 43. | Сырки творожные; изделия творожные более 9% жирности.                                                                               |
| 44. | Молоко и молочные напитки стерилизованные менее 2,5% и более 3,5% жирности; кисломолочные напитки менее 2,5% и более 3,5% жирности. |
| 45. | Готовые кулинарные блюда, не входящие в меню текущего дня, реализуемые через буфеты.                                                |

## СРЕДНЕСУТОЧНЫЕ НАБОРЫ ПИЩЕВОЙ ПРОДУКЦИИ (МИНИМАЛЬНЫЕ)

ТАБЛИЦА 1

Среднесуточные наборы пищевой продукции для детей до 7 лет  
(в нетто г, мл на 1 ребенка в сутки)

| N  | Наименование пищевой продукции или группы пищевой продукции                                                                                                                                                                                           | Итого за сутки |         |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------|
|    |                                                                                                                                                                                                                                                       | 1–3 года       | 3–7 лет |
| 1  | Молоко, молочная и кисломолочная продукция                                                                                                                                                                                                            | 390            | 450     |
| 2  | Творог (5–9% м.д.ж.)                                                                                                                                                                                                                                  | 30             | 40      |
| 3  | Сметана                                                                                                                                                                                                                                               | 9              | 11      |
| 4  | Сыр                                                                                                                                                                                                                                                   | 4              | 6       |
| 5  | Мясо 1-й категории                                                                                                                                                                                                                                    | 50             | 55      |
| 6  | Птица (куры, цыплята-бройлеры, индейка – потрошенная, 1 кат.)                                                                                                                                                                                         | 20             | 24      |
| 7  | Субпродукты (печень, язык, сердце)                                                                                                                                                                                                                    | 20             | 25      |
| 8  | Рыба (филе), в т.ч. филе слабо- или малосоленое                                                                                                                                                                                                       | 32             | 37      |
| 9  | Яйцо, шт.                                                                                                                                                                                                                                             | 1              | 1       |
| 10 | Картофель                                                                                                                                                                                                                                             | 120            | 140     |
| 11 | Овощи (свежие, замороженные, консервированные), включая соленые и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень, г                                                                                                   | 180            | 220     |
| 12 | Фрукты свежие                                                                                                                                                                                                                                         | 95             | 100     |
| 13 | Сухофрукты                                                                                                                                                                                                                                            | 9              | 11      |
| 14 | Соки фруктовые и овощные                                                                                                                                                                                                                              | 100            | 100     |
| 15 | Витаминизированные напитки                                                                                                                                                                                                                            | 0              | 50      |
| 16 | Хлеб ржаной                                                                                                                                                                                                                                           | 40             | 50      |
| 17 | Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                                                        | 60             | 80      |
| 18 | Крупы, бобовые                                                                                                                                                                                                                                        | 30             | 43      |
| 19 | Макаронные изделия                                                                                                                                                                                                                                    | 8              | 12      |
| 20 | Мука пшеничная                                                                                                                                                                                                                                        | 25             | 29      |
| 21 | Масло сливочное                                                                                                                                                                                                                                       | 18             | 21      |
| 22 | Масло растительное                                                                                                                                                                                                                                    | 9              | 11      |
| 23 | Кондитерские изделия                                                                                                                                                                                                                                  | 12             | 20      |
| 24 | Чай                                                                                                                                                                                                                                                   | 0,5            | 0,6     |
| 25 | Какао-порошок                                                                                                                                                                                                                                         | 0,5            | 0,6     |
| 26 | Кофейный напиток                                                                                                                                                                                                                                      | 1              | 1,2     |
| 27 | Сахар (в том числе для приготовления блюд и напитков, в случае использования пищевой продукции промышленного выпуска, содержащих сахар, выдача сахара должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в используемой готовой пищевой продукции) | 25             | 30      |
| 28 | Дрожжи хлебопекарные                                                                                                                                                                                                                                  | 0,4            | 0,5     |
| 29 | Крахмал                                                                                                                                                                                                                                               | 2              | 3       |
| 30 | Соль пищевая поваренная йодированная                                                                                                                                                                                                                  | 3              | 5       |



## ТАБЛИЦА 2

### Среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания детей от 7 до 18 лет

(в нетто г, мл, на 1 ребенка в сутки)

| N  | Наименование пищевой продукции или группы пищевой продукции                                                                                                                                                                                           | Итого за сутки |                 |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------|
|    |                                                                                                                                                                                                                                                       | 7–11 лет       | 12 лет и старше |
| 1  | Хлеб ржаной                                                                                                                                                                                                                                           | 80             | 120             |
| 2  | Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                                                        | 150            | 200             |
| 3  | Мука пшеничная                                                                                                                                                                                                                                        | 15             | 20              |
| 4  | Крупы, бобовые                                                                                                                                                                                                                                        | 45             | 50              |
| 5  | Макаронные изделия                                                                                                                                                                                                                                    | 15             | 20              |
| 6  | Картофель                                                                                                                                                                                                                                             | 187            | 187             |
| 7  | Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленые и квашенные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень, г                                                                                                     | 280            | 320             |
| 8  | Фрукты свежие                                                                                                                                                                                                                                         | 185            | 185             |
| 9  | Сухофрукты                                                                                                                                                                                                                                            | 15             | 20              |
| 10 | Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные                                                                                                                                                                                    | 200            | 200             |
| 11 | Мясо 1-й категории                                                                                                                                                                                                                                    | 70             | 78              |
| 12 | Субпродукты (печень, язык, сердце)                                                                                                                                                                                                                    | 30             | 40              |
| 13 | Птица (цыплята-бройлеры потрошенные – 1 кат)                                                                                                                                                                                                          | 35             | 53              |
| 14 | Рыба (филе), в т.ч. филе слабо- или малосоленое                                                                                                                                                                                                       | 58             | 77              |
| 15 | Молоко                                                                                                                                                                                                                                                | 300            | 350             |
| 16 | Кисломолочная пищевая продукция                                                                                                                                                                                                                       | 150            | 180             |
| 17 | Творог (5% – 9% м.д.ж.)                                                                                                                                                                                                                               | 50             | 60              |
| 18 | Сыр                                                                                                                                                                                                                                                   | 10             | 15              |
| 19 | Сметана                                                                                                                                                                                                                                               | 10             | 10              |
| 20 | Масло сливочное                                                                                                                                                                                                                                       | 30             | 35              |
| 21 | Масло растительное                                                                                                                                                                                                                                    | 15             | 18              |
| 22 | Яйцо, шт.                                                                                                                                                                                                                                             | 1              | 1               |
| 23 | Сахар (в том числе для приготовления блюд и напитков, в случае использования пищевой продукции промышленного выпуска, содержащих сахар, выдача сахара должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в используемой готовой пищевой продукции) | 30             | 35              |
| 24 | Кондитерские изделия                                                                                                                                                                                                                                  | 10             | 15              |
| 25 | Чай                                                                                                                                                                                                                                                   | 1              | 2               |
| 26 | Какао-порошок                                                                                                                                                                                                                                         | 1              | 1,2             |
| 27 | Кофейный напиток                                                                                                                                                                                                                                      | 2              | 2               |
| 28 | Дрожжи хлебопекарные                                                                                                                                                                                                                                  | 0,2            | 0,3             |
| 29 | Крахмал                                                                                                                                                                                                                                               | 3              | 4               |
| 30 | Соль пищевая поваренная йодированная                                                                                                                                                                                                                  | 3              | 5               |
| 31 | Специи                                                                                                                                                                                                                                                | 2              | 2               |

**ТАБЛИЦА 3**

**Среднесуточные наборы для организации питания детей, находящихся в организациях для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей от 1 года (в нетто, г, мл, на 1 ребенка в сутки)\***

| Наименование вида пищевой продукции                                                                                                                                                                                                                       | Возраст       |                     |                |          |                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|---------------------|----------------|----------|-----------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                           | 12–18 месяцев | 18 месяцев – 3 года | 3 года – 7 лет | 7–11 лет | 12 лет и старше |
| Хлеб ржаной (г)                                                                                                                                                                                                                                           | 20            | 30                  | 50             | 100      | 150             |
| Хлеб пшеничный (г)                                                                                                                                                                                                                                        | 60            | 70                  | 90             | 200      | 250             |
| Мука пшеничная (г)                                                                                                                                                                                                                                        | 16            | 16                  | 25             | 40       | 42              |
| Крахмал                                                                                                                                                                                                                                                   | –             | 2                   | 2              | 3        | 3               |
| Крупы, бобовые, макаронные изделия (г)                                                                                                                                                                                                                    | 40            | 45                  | 45             | 60       | 75              |
| Картофель (г)                                                                                                                                                                                                                                             | 150           | 180                 | 240            | 300      | 400             |
| Овощи (свежие, мороженые), включая соленые и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в том числе томат-пюре, зелень (г)                                                                                                                      | 150           | 200                 | 300            | 400      | 475             |
| Фрукты свежие, ягоды (г)                                                                                                                                                                                                                                  | –             | 250                 | 260            | 300      | 300             |
| Фруктовое пюре (г)                                                                                                                                                                                                                                        | 250           | –                   | –              | –        | –               |
| Соки фруктовые (мл)                                                                                                                                                                                                                                       | 150           | 150                 | 200            | 200      | 200             |
| Фрукты сухие (г)                                                                                                                                                                                                                                          | 10            | 15                  | 15             | 15       | 20              |
| Сахар (в том числе для приготовления блюд и напитков, в случае использования пищевой продукции промышленного выпуска, содержащих сахар, выдача сахара должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в используемой готовой пищевой продукции) (г) | 30            | 35                  | 55             | 65       | 70              |
| Кондитерские изделия (г)                                                                                                                                                                                                                                  | 15            | 20                  | 25             | 30       | 30              |
| Кофе (кофейный напиток) (г)                                                                                                                                                                                                                               | –             | –                   | 2              | 2        | 2               |
| Какао (г)                                                                                                                                                                                                                                                 | –             | –                   | 0,5            | 2        | 2               |
| Чай (г)                                                                                                                                                                                                                                                   | 0,2           | 0,2                 | 0,5            | 1        | 1               |
| Мясо 1-й категории (в т.ч. субпродукты – печень, язык, сердце) (г)                                                                                                                                                                                        | 80            | 100                 | 100            | 110      | 110             |
| Птица 1-й категории (куры потрошенные, цыплята-бройлеры, индейка – потрошенная) 1 кат. (г)                                                                                                                                                                | 20            | 20                  | 30             | 40       | 50              |
| Рыба-филе, в т.ч. филе слабо- или малосоленное (г)                                                                                                                                                                                                        | 25            | 27                  | 42             | 80       | 110             |
| Колбасные изделия (г)                                                                                                                                                                                                                                     | –             | –                   | 10             | 25       | 25              |
| Молоко, кисломолочные продукты (мл)                                                                                                                                                                                                                       | 600           | 600                 | 550            | 500      | 500             |
| Творог (5% – 9% м.д.ж.) (г)                                                                                                                                                                                                                               | 25            | 50                  | 50             | 60       | 70              |
| Сметана (г)                                                                                                                                                                                                                                               | 5             | 8                   | 10             | 10       | 11              |
| Сыр (г)                                                                                                                                                                                                                                                   | 5             | 10                  | 10             | 12       | 12              |
| Масло сливочное (г)                                                                                                                                                                                                                                       | 25            | 30                  | 35             | 45       | 51              |
| Масло растительное (мл)                                                                                                                                                                                                                                   | 5             | 7                   | 10             | 15       | 19              |
| Консервы овощные натуральные (горошек зеленый, кукуруза, фасоль)                                                                                                                                                                                          | –             | –                   | 20             | 30       | 40              |
| Яйцо (штук)                                                                                                                                                                                                                                               | 0,5           | 1                   | 1              | 1        | 1               |
| Дрожжи хлебопекарные (г)                                                                                                                                                                                                                                  | 0,3           | 0,3                 | 0,4            | 0,6      | 0,6             |
| Соль (г)                                                                                                                                                                                                                                                  | 1,5           | 3                   | 5              | 6        | 8               |
| Специи (г)                                                                                                                                                                                                                                                | –             | 1                   | 1              | 2        | 2               |

\* для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, лиц, потерявших в период обучения обоих родителей или единственного родителя, больных хронической дизентерией, туберкулезом, ослабленных детей, а также для больных детей, находящихся в изоляторе, устанавливается +15% надбавка к нормам обеспечения.



**ТАБЛИЦА 4**

**Примерная схема питания детей первого года жизни**  
(в нетто г, мл, на 1 ребенка в сутки)

| Наименование видов пищевой продукции и блюд                                       | Возраст (месяцы жизни) |         |         |         |         |         |         |         |
|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
|                                                                                   | 2                      | 3       | 4       | 5       | 6       | 7       | 8       | 9–12    |
| Женское молоко, адаптированная молочная смесь или последующие молочные смеси (мл) | 800–900                | 800–900 | 800–900 | 700     | 600     | 500     | 200–400 | 200–400 |
| фруктовые соки (мл)                                                               | –                      | –       | 5–30    | 40–50   | 50–60   | 70      | 80      | 90–100  |
| фруктовое пюре (мл)                                                               | –                      | –       | 5–30    | 40–50   | 50–60   | 70      | 80      | 90–100  |
| творог (г)                                                                        | –                      | –       | –       | –       | 10–40   | 40      | 40      | 50      |
| желток (шт.)                                                                      | –                      | –       | –       | –       | –       | 0,25    | 0,50    | 0,50    |
| овощное пюре (г)                                                                  | –                      | –       | 10–100  | 100–150 | 150     | 170     | 180     | 200     |
| каша (г)                                                                          | –                      | –       | 10–100  | 100–150 | 150     | 150     | 180     | 200     |
| мясное пюре (г)                                                                   | –                      | –       | –       | –       | 5–30    | 30      | 50      | 60–70   |
| рыбное пюре (г)                                                                   | –                      | –       | –       | –       | –       | –       | 5–30    | 30–60   |
| кефир и неадаптированные кисломолочные продукты (мл)                              | –                      | –       | –       | –       | –       | –       | 200     | 200     |
| цельное молоко (мл)                                                               | –                      | –       | 100 <*> | 200 <*> | 200 <*> | 200 <*> | 200 <*> | 200 <*> |
| хлеб (пшеничный, в/с) (г)                                                         | –                      | –       | –       | –       | –       | –       | 5       | 10      |
| сухари, печенье (г)                                                               | –                      | –       | –       | –       | –       | 3–5     | 5       | 10–15   |
| растительное масло (мл)                                                           | –                      | –       | –       | 1–3     | 3       | 5       | 5       | 6       |
| сливочное масло (г)                                                               | –                      | –       | –       | 1–4     | 4       | 4       | 5       | 6       |

<\*> Для приготовления каш.  
<\*> В зависимости от количества потребляемой молочной смеси или женского молока.

**ТАБЛИЦА 5**

**Среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания кадетов**  
(в нетто г, мл, на 1 чел. в сутки)

| Наименование видов пищевой продукции питания                                                                                                                                                                                                              | Возраст   |            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                           | 5–8 класс | 9–11 класс |
| Хлеб ржаной (из смеси ржаной и обдирной муки) (г)                                                                                                                                                                                                         | 120       | 150        |
| Хлеб пшеничный (г)                                                                                                                                                                                                                                        | 200       | 250        |
| Мука пшеничная (г)                                                                                                                                                                                                                                        | 35        | 45         |
| Крупы, бобовые (г)                                                                                                                                                                                                                                        | 50        | 70         |
| Макаронные изделия (г)                                                                                                                                                                                                                                    | 20        | 30         |
| Картофель (г)                                                                                                                                                                                                                                             | 300       | 350        |
| Овощи (свежие, мороженые), включая соленные и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень (г)                                                                                                                          | 400       | 450        |
| Консервы овощные натуральные (горошек зеленый, кукуруза, фасоль)                                                                                                                                                                                          | 30        | 40         |
| Фрукты свежие, ягоды (г)                                                                                                                                                                                                                                  | 400       | 400        |
| Сухофрукты, орехи (г)                                                                                                                                                                                                                                     | 90        | 90         |
| Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные (мл)                                                                                                                                                                                   | 200       | 200        |
| Мясо 1 категории (в т.ч. субпродукты – печень, язык, сердце) (г)                                                                                                                                                                                          | 100       | 120        |
| Птица (куры потрошенные 1 категории, цыплята-бройлеры, индейка потрошенная – 1 кат.) (г)                                                                                                                                                                  | 55        | 60         |
| Рыба (филе) (г)                                                                                                                                                                                                                                           | 80        | 100        |
| Рыба соленая (сельдь, лосось, горбуша)                                                                                                                                                                                                                    | 10        | 15         |
| Молоко (мл)                                                                                                                                                                                                                                               | 300       | 300        |
| Кисломолочные продукты (мл)                                                                                                                                                                                                                               | 200       | 200        |
| Творог (5% – 9% м.д.ж.) (г)                                                                                                                                                                                                                               | 60        | 75         |
| Сыр (г)                                                                                                                                                                                                                                                   | 15        | 20         |
| Сметана (мл)                                                                                                                                                                                                                                              | 15        | 20         |
| Масло сливочное (г)                                                                                                                                                                                                                                       | 50        | 55         |
| Масло растительное (мл)                                                                                                                                                                                                                                   | 20        | 25         |
| Яйцо (шт.)                                                                                                                                                                                                                                                | 1         | 1          |
| Сахар (в том числе для приготовления блюд и напитков, в случае использования пищевой продукции промышленного выпуска, содержащих сахар, выдача сахара должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в используемой готовой пищевой продукции) (г) | 35        | 40         |



|                                          |     |     |
|------------------------------------------|-----|-----|
| Кондитерские изделия (г)                 | 20  | 25  |
| Чай (г)                                  | 1   | 1   |
| Какао-порошок, кофейный напиток (г)      | 6   | 8   |
| Дрожжи хлебопекарные (г)                 | 2   | 2   |
| Крахмал (г)                              | 1,2 | 1,2 |
| Соль пищевая поваренная йодированная (г) | 4   | 5   |

## РЕЖИМ И КОНТРОЛЬ РАЦИОНА ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ

**Требования к рациону и меню** для детских организованных коллективов:

- Меню должно утверждаться руководителем организации.
- Меню должно предусматривать распределение блюд по отдельным приемам пищи (завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин).
- При отсутствии второго завтрака калорийность основного завтрака должна быть увеличена на 5%.
- При 12-часовом пребывании детей возможна организация отдельного полдника, или «уплотненного» полдника с включением блюд ужина и с распределением калорийности суточного рациона 30%.
- Допускается в течение дня отступление от норм калорийности по отдельным приемам пищи в пределах  $\pm 5\%$  при условии, что средний % пищевой ценности за неделю будет соответствовать нормам (см. [таблицу](#) ниже).
- На период летнего отдыха и оздоровления (до 90 дней), в выходные, праздничные и каникулярные дни, при повышенной физической нагрузке (спортивные соревнования, слеты, сборы и тому подобное) нормы питания, включая калорийность суточного рациона, должны быть увеличены не менее чем на 10,0% в день на каждого человека.

### Распределение энергии по приемам пищи в зависимости от времени пребывания в организации

| Тип организации                                                                                                           | Прием пищи     | Доля суточной потребности в пищевых веществах и энергии |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------------------------------------------------------|
| Дошкольные организации, организации по уходу и присмотру, организации отдыха (труда и отдыха) с дневным пребыванием детей | завтрак        | 20%                                                     |
|                                                                                                                           | второй завтрак | 5%                                                      |
|                                                                                                                           | обед           | 35%                                                     |
|                                                                                                                           | полдник        | 15%                                                     |
|                                                                                                                           | ужин           | 25%                                                     |
| Общеобразовательные организации и организации профессионального образования с односменным режимом работы (первая смена)   | завтрак        | 20–25%                                                  |
|                                                                                                                           | обед           | 30–35%                                                  |
|                                                                                                                           | полдник        | 10–15%                                                  |
| Общеобразовательные организации и организации профессионального образования с двухсменным режимом работы (вторая смена)   | обед           | 30–35%                                                  |
|                                                                                                                           | полдник        | 10–15%                                                  |
| Организации с круглосуточным пребыванием детей                                                                            | завтрак        | 20%                                                     |
|                                                                                                                           | второй завтрак | 5%                                                      |
|                                                                                                                           | обед           | 35%                                                     |
|                                                                                                                           | полдник        | 15%                                                     |
|                                                                                                                           | ужин           | 20%                                                     |
|                                                                                                                           | второй ужин    | 5%                                                      |



## Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах (суточная)

| Показатели                          | Потребность в пищевых веществах |         |          |                 |
|-------------------------------------|---------------------------------|---------|----------|-----------------|
|                                     | 1–3 лет                         | 3–7 лет | 7–11 лет | 12 лет и старше |
| <b>Пищевые вещества и энергия</b>   |                                 |         |          |                 |
| белки (г/сут.)                      | 42                              | 54      | 77       | 90              |
| жиры (г/сут.)                       | 47                              | 60      | 79       | 92              |
| углеводы (г/сут.)                   | 203                             | 261     | 335      | 383             |
| энергетическая ценность (ккал/сут.) | 1400                            | 1800    | 2350     | 2720            |
| <b>Витамины</b>                     |                                 |         |          |                 |
| витамин С (мг/сут.)                 | 45                              | 50      | 60       | 70              |
| витамин В1 (мг/сут.)                | 0,8                             | 0,9     | 1,2      | 1,4             |
| витамин В2 (мг/сут.)                | 0,9                             | 1,0     | 1,4      | 1,6             |
| витамин А (рет. экв./сут.)          | 450                             | 500     | 700      | 900             |
| витамин D (мкг/сут.)                | 10                              | 10      | 10       | 10              |
| <b>Минеральные вещества</b>         |                                 |         |          |                 |
| кальций (мг/сут.)                   | 800                             | 900     | 1100     | 1200            |
| фосфор (мг/сут.)                    | 700                             | 800     | 1100     | 1200            |
| магний (мг/сут.)                    | 80                              | 200     | 250      | 300             |
| железо (мг/сут.)                    | 10                              | 10      | 12       | 18              |
| калий (мг/сут.)                     | 400                             | 600     | 1100     | 1200            |
| йод (мг/сут.)                       | 0,07                            | 0,1     | 0,1      | 0,1             |
| селен (мг/сут.)                     | 0,0015                          | 0,02    | 0,03     | 0,05            |
| фтор (мг/сут.)                      | 1,4                             | 2,0     | 3,0      | 4,0             |

## Суточная потребность в пищевых веществах и энергии для обучающихся в образовательных организациях кадетского типа и организаций кадетской направленности

| Возраст    | Энергетическая<br>ценность (ккал/сут.) | Белки (г/сут.) | Жиры (г/сут.) | Углеводы (г/сут.) |
|------------|----------------------------------------|----------------|---------------|-------------------|
| 5–8 класс  | до 3500                                | 119–149        | 134–143       | 550–580           |
| 9–11 класс | до 4000                                | 142–177        | 157–168       | 646–681           |

## Режим питания в зависимости от длительности пребывания детей в дошкольной организации

| Время<br>приема пищи | Приемы пищи в зависимости от длительности пребывания детей<br>в дошкольной организации |                |                |
|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|----------------|----------------|
|                      | 8–10 часов                                                                             | 11–12 часов    | 24 часа        |
| 8.30 – 9.00          | завтрак                                                                                | завтрак        | завтрак        |
| 10.30 – 11.00        | второй завтрак                                                                         | второй завтрак | второй завтрак |
| 12.00 – 13.00        | обед                                                                                   | обед           | обед           |
| 15.30                | полдник                                                                                | полдник        | полдник        |
| 18.30                | –                                                                                      | ужин           | ужин           |
| 21.00                | –                                                                                      | –              | второй ужин    |



## Количество приемов пищи в зависимости от режима функционирования организации и режима обучения

| Вид организации                                                                                                  | Продолжительность, либо время нахождения ребенка в организации       | Количество обязательных приемов пищи                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Дошкольные организации, организации по уходу и присмотру                                                         | до 5 часов                                                           | 2 приема пищи (приемы пищи определяются фактическим временем нахождения в организации)                                                                                                                            |
|                                                                                                                  | 8–10 часов                                                           | завтрак, второй завтрак, обед и полдник                                                                                                                                                                           |
|                                                                                                                  | 11–12 часов                                                          | завтрак, второй завтрак, обед, полдник и ужин                                                                                                                                                                     |
|                                                                                                                  | круглосуточно                                                        | завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин                                                                                                                                                         |
| Общеобразовательные организации, организации начального и среднего профессионального образования                 | до 6 часов                                                           | один прием пищи – завтрак или обед                                                                                                                                                                                |
|                                                                                                                  | более 6 часов                                                        | не менее двух приемов пищи (приемы пищи определяются временем нахождения в организации) либо завтрак и обед (для детей, обучающихся в первую смену), либо обед и полдник (для детей, обучающихся во вторую смену) |
|                                                                                                                  | круглосуточно                                                        | завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин                                                                                                                                                                         |
| Группы продленного дня в общеобразовательной организации                                                         | до 14.00                                                             | дополнительно к завтраку обед                                                                                                                                                                                     |
|                                                                                                                  | до 17.00 – 18.00                                                     | дополнительно обед и полдник                                                                                                                                                                                      |
| Общеобразовательные организации (обучающиеся на подвозе)                                                         | более 6 часов с учетом времени нахождения в пути следования автобуса | дополнительно к завтраку обед                                                                                                                                                                                     |
| Организация с дневным пребыванием в период каникул                                                               | 8.30 – 14.30                                                         | завтрак и обед                                                                                                                                                                                                    |
|                                                                                                                  | 8.30 – 18.00                                                         | завтрак, обед и полдник                                                                                                                                                                                           |
| Стационарные загородные организации отдыха и оздоровления детей, организации санаторного типа, детские санатории | круглосуточно                                                        | завтрак (возможен второй завтрак), обед, полдник, ужин, второй ужин                                                                                                                                               |
| Лагеря палаточного типа                                                                                          | круглосуточно                                                        | завтрак, обед, полдник, ужин                                                                                                                                                                                      |

## Образец ведомости контроля за рационом питания

Дата: с \_\_\_\_\_ по \_\_\_\_\_

Режим питания: двухразовое (пример)

Возрастная категория: 12 лет и старше (пример)

| п/п | Наименование группы пищевой продукции | Норма продукции в граммах (нетто) согласно Приложению №12 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 | Количество пищевой продукции в нетто по дням в граммах на одного человека |   |   |     |   | В среднем за неделю (10 дней) | Отклонение от нормы в % (+/-) |
|-----|---------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|---|---|-----|---|-------------------------------|-------------------------------|
|     |                                       |                                                                                  | 1                                                                         | 2 | 3 | ... | 7 |                               |                               |
|     |                                       |                                                                                  |                                                                           |   |   |     |   |                               |                               |
|     |                                       |                                                                                  |                                                                           |   |   |     |   |                               |                               |

Рекомендации по корректировке меню: \_\_\_\_\_

Подпись медицинского работника и дата: \_\_\_\_\_

Подпись руководителя образовательной (оздоровительной) организации, организации по уходу и присмотру и дата ознакомления: \_\_\_\_\_

Подпись ответственного лица за организацию питания и дата ознакомления, а также проведенной корректировки в соответствии с рекомендациями медицинского работника: \_\_\_\_\_



### Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах)

| Блюдо                                                                                                                                                                                                           | Масса порций       |         |          |                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|---------|----------|-----------------|
|                                                                                                                                                                                                                 | от 1 года до 3 лет | 3–7 лет | 7–11 лет | 12 лет и старше |
| Каша, или овощное, или яичное, или творожное, или мясное блюдо (допускается комбинация разных блюд завтрака, при этом выход каждого блюда может быть уменьшен при условии соблюдения общей массы блюд завтрака) | 130–150            | 150–200 | 150–200  | 200–250         |
| Закуска (холодное блюдо) (салат, овощи и т.п.)                                                                                                                                                                  | 30–40              | 50–60   | 60–100   | 100–150         |
| Первое блюдо                                                                                                                                                                                                    | 150–180            | 180–200 | 200–250  | 250–300         |
| Второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы)                                                                                                                                                              | 50–60              | 70–80   | 90–120   | 100–120         |
| Гарнир                                                                                                                                                                                                          | 110–120            | 130–150 | 150–200  | 180–230         |
| Третье блюдо (компот, кисель, чай, напиток кофейный, какао-напиток, напиток из шиповника, сок)                                                                                                                  | 150–180            | 180–200 | 180–200  | 180–200         |
| Фрукты                                                                                                                                                                                                          | 95                 | 100     | 100      | 100             |

### Масса порций для кадетов, обучающихся в образовательных организациях кадетского типа и кадетской направленности в зависимости от возраста (в граммах)

| Блюдо                                                                                                                                                                                                                  | Масса порций |            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------|
|                                                                                                                                                                                                                        | 5–8 класс    | 9–11 класс |
| Каша, или овощное, или яичное, или творожное, или мясное блюдо и т.п. (допускается комбинация разных блюд завтрака, при этом выход каждого блюда может быть уменьшен при условии соблюдения общей массы блюд завтрака) | 200–250      | 250–280    |
| Закуска (холодное блюдо) (салат, овощи и тому подобное)                                                                                                                                                                | 100–150      | 100–150    |
| Первое блюдо                                                                                                                                                                                                           | 200–250      | 250–300    |
| Второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы)                                                                                                                                                                     | 100–120      | 120–150    |
| Гарнир                                                                                                                                                                                                                 | 180–230      | 200–250    |
| Третье блюдо (компот, кисель, чай) или напиток (кофейный, какао-напиток, напиток из шиповника), или сок                                                                                                                | 180–200      | 180–200    |
| Фрукты                                                                                                                                                                                                                 | 250–300      | 300–350    |

### Суммарные объемы блюд по приемам пищи (в граммах – не менее)

| Показатели     | от 1 до 3 лет | от 3 до 7 лет | от 7 до 12 лет | 12 лет и старше |
|----------------|---------------|---------------|----------------|-----------------|
| Завтрак        | 350           | 400           | 500            | 550             |
| Второй завтрак | 100           | 100           | 200            | 200             |
| Обед           | 450           | 600           | 700            | 800             |
| Полдник        | 200           | 250           | 300            | 350             |
| Ужин           | 400           | 450           | 500            | 600             |
| Второй ужин    | 100           | 150           | 200            | 200             |

### ВАЖНО!

- В случае привлечения предприятия общественного питания (или индивидуального предпринимателя) к организации питания детей в организованных детских коллективах, меню должно утверждаться руководителем предприятия общественного питания, согласовываться руководителем организации, в которой организуется питание детей.
- Меню должно разрабатываться на период не менее **2 недель** (с учетом режима организации) для каждой возрастной группы детей. В палаточных лагерях для детей допускается разработка меню на период до 7 дней.
- Питание детей должно осуществляться в соответствии с утвержденным меню.
- Меню допускается корректировать с учетом климатогеографических, национальных, конфессиональных и территориальных особенностей питания



населения, при условии соблюдения требований к содержанию и соотношению в рационе питания детей основных пищевых веществ.

- Для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами (особенности региона) в меню должна использоваться специализированная пищевая продукция промышленного выпуска, обогащенные витаминами и микроэлементами, а также витаминизированные напитки промышленного выпуска.
- Витаминные напитки должны готовиться в соответствии с прилагаемыми инструкциями непосредственно перед раздачей.
- Замена витаминизации блюд выдачей детям поливитаминных препаратов не допускается!
- В целях профилактики йододефицита при приготовлении блюд и кулинарных изделий должна использоваться **соль поваренная пищевая йодированная**.

### Рекомендуемый образец меню

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет/ 3–6 лет/ 7–11 лет/ 12 лет и старше

| Прием пищи                  | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | N рецептуры |
|-----------------------------|--------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                             |                    |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Неделя 1                    |                    |           |                  |      |          |                         |             |
| День 1                      |                    |           |                  |      |          |                         |             |
| завтрак                     |                    |           |                  |      |          |                         |             |
| итого за завтрак            |                    |           |                  |      |          |                         |             |
| обед                        |                    |           |                  |      |          |                         |             |
| итого за обед               |                    |           |                  |      |          |                         |             |
| полдник                     |                    |           |                  |      |          |                         |             |
| итого за полдник            |                    |           |                  |      |          |                         |             |
| ужин                        |                    |           |                  |      |          |                         |             |
| итого за ужин               |                    |           |                  |      |          |                         |             |
| Итого за день:              |                    |           |                  |      |          |                         |             |
| День 2                      |                    |           |                  |      |          |                         |             |
| завтрак                     |                    |           |                  |      |          |                         |             |
| итого за завтрак            |                    |           |                  |      |          |                         |             |
| обед                        |                    |           |                  |      |          |                         |             |
| итого за обед               |                    |           |                  |      |          |                         |             |
| полдник                     |                    |           |                  |      |          |                         |             |
| итого за полдник            |                    |           |                  |      |          |                         |             |
| ужин                        |                    |           |                  |      |          |                         |             |
| итого за ужин               |                    |           |                  |      |          |                         |             |
| Итого за день:              |                    |           |                  |      |          |                         |             |
| ...                         |                    |           |                  |      |          |                         |             |
| Среднее значение за период: |                    |           |                  |      |          |                         |             |



## ЗАМЕНА БЛЮД

Разрешается производить замену отдельных видов пищевой продукции в соответствии с санитарными правилами и нормами:

Таблица замены пищевой продукции в граммах (нетто) с учетом их пищевой ценности

| Вид пищевой продукции                      | Масса, г | Вид пищевой продукции-заменитель            | Масса, г |
|--------------------------------------------|----------|---------------------------------------------|----------|
| Говядина                                   | 100      | Мясо кролика                                | 96       |
|                                            |          | Печень говяжья                              | 116      |
|                                            |          | Мясо птицы                                  | 97       |
|                                            |          | Рыба (треска)                               | 125      |
|                                            |          | Творог с массовой долей жира 9%             | 120      |
|                                            |          | Баранина II кат.                            | 97       |
|                                            |          | Конина I кат.                               | 104      |
|                                            |          | Мясо лосося (мясо с ферм)                   | 95       |
|                                            |          | Оленина (мясо с ферм)                       | 104      |
|                                            |          | Консервы мясные                             | 120      |
|                                            |          |                                             |          |
| Молоко питьевое с массовой долей жира 3,2% | 100      | Молоко питьевое с массовой долей жира 2,5%  | 100      |
|                                            |          | Молоко сгущенное (цельное и с сахаром)      | 40       |
|                                            |          | Сгущено-вареное молоко                      | 40       |
|                                            |          | Творог с массовой долей жира 9%             | 17       |
|                                            |          | Мясо (говядина I кат.)                      | 14       |
|                                            |          | Мясо (говядина II кат.)                     | 17       |
|                                            |          | Рыба (треска)                               | 17,5     |
|                                            |          | Сыр                                         | 12,5     |
|                                            |          | Яйцо куриное                                | 22       |
| Творог с массовой долей жира 9%            | 100      | Мясо говядина                               | 83       |
|                                            |          | Рыба (треска)                               | 105      |
| Яйцо куриное (1 шт.)                       | 41       | Творог с массовой долей жира 9%             | 31       |
|                                            |          | Мясо (говядина)                             | 26       |
|                                            |          | Рыба (треска)                               | 30       |
|                                            |          | Молоко цельное                              | 186      |
|                                            |          | Сыр                                         | 20       |
|                                            |          |                                             |          |
| Рыба (треска)                              | 100      | Мясо (говядина)                             | 87       |
|                                            |          | Творог с массовой долей жира 9%             | 105      |
| Картофель                                  | 100      | Капуста белокочанная                        | 111      |
|                                            |          | Капуста цветная                             | 80       |
|                                            |          | Морковь                                     | 154      |
|                                            |          | Свекла                                      | 118      |
|                                            |          | Бобы (фасоль), в том числе консервированные | 33       |
|                                            |          | Горошек зеленый                             | 40       |
|                                            |          | Горошек зеленый консервированный            | 64       |
|                                            |          | Кабачки                                     | 300      |
| Фрукты свежие                              | 100      | Фрукты консервированные                     | 200      |
|                                            |          | Соки фруктовые                              | 133      |
|                                            |          | Соки фруктово-ягодные                       | 133      |
|                                            |          | Сухофрукты:                                 |          |
|                                            |          | Яблоки                                      | 12       |
|                                            |          | Чернослив                                   | 17       |
|                                            |          | Курага                                      | 8        |
|                                            |          | Изюм                                        | 22       |

## ВАЖНО!

При **организованных перевозках** групп детей автомобильным, водным и другими видами транспорта и при проведении массовых мероприятий с участием детей

- менее 4 часов допускается использовать набор пищевой продукции («сухой паек»);
- свыше 4 часов (за исключением ночного времени с 23.00 до 7.00) – должно быть организовано горячее питание.





### **Информирование родителей**

Организации, осуществляющие питание детей, должны размещать в доступных для родителей и детей местах (в обеденном зале, холле, групповой ячейке) следующую информацию:

- ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции;
- меню дополнительного питания (для обучающихся общеобразовательных организаций и организации профессионального образования) с указанием наименования блюда, массы порции, калорийности порции;
- рекомендации по организации здорового питания детей.

### **Суточные пробы**

**Отбор суточной пробы** от каждой партии приготовленной пищевой продукции – обязателен!

- Отбор суточной пробы должен осуществляться назначенным ответственным работником пищеблока в специально выделенные обеззараженные и промаркированные емкости (плотно закрывающиеся) – отдельно каждое блюдо и (или) кулинарное изделие.
- Холодные закуски, первые блюда, гарниры и напитки (третьи блюда) должны отбираться в количестве не менее 100 г.
- Порционные блюда, биточки, котлеты, сырники, оладьи, колбаса, бутерброды должны оставаться поштучно, целиком (в объеме одной порции).
- Суточные пробы должны храниться не менее 48 часов в специально отведенном в холодильнике месте/холодильнике при температуре от +2 °С до +6 °С.

### **Лечебное и диетическое питание детей**

При организации общественного питания детей, нуждающихся в лечебном и диетическом питании в организованных коллективах, должны соблюдаться следующие требования:

- Для детей должно быть организовано лечебное и диетическое питание в соответствии с представленными родителями (законными представителями ребенка) назначениями лечащего врача.
- Индивидуальное меню должно быть разработано специалистом-диетологом с учетом заболевания ребенка (по назначениям лечащего врача).
- Выдача детям рационов питания должна осуществляться в соответствии с утвержденными индивидуальными меню, под контролем ответственных лиц, назначенных в организации.
- Допускается употребление детьми готовых домашних блюд, предоставленных родителями детей, в обеденном зале или специально отведенных помещениях (местах), оборудованных столами и стульями, холодильником (в зависимости от количества питающихся в данной форме детей) для временного хранения готовых блюд и пищевой продукции, микроволновыми печами для разогрева блюд, условиями для мытья рук.



### Дополнительное питание детей:

При организации дополнительного питания детей в детских организациях должны соблюдаться следующие требования:

- Ассортимент дополнительного питания и буфетной продукции должен приниматься с учетом ограничений, касающихся продуктов, которые не допустимы для организации питания детей.
- Соки, напитки, питьевая вода должны реализовываться в потребительской упаковке промышленного изготовления; разливать соки, напитки, питьевую воду в буфете нельзя.
- Можно использовать аппараты для автоматической выдачи пищевой продукции. Через автоматы реализуется продукция промышленного изготовления в потребительской упаковке (соки, нектары, стерилизованное молоко, молочная продукция, питьевая негазированная вода, орехи (кроме арахиса), сухофрукты, а также в потребительской упаковке не более 100 грамм: мучные кондитерские изделия, в том числе обогащенные микронутриентами (витаминизированные) со сниженным содержанием глютена, лактозы, сахара) при соблюдении требований к условиям хранения и срокам годности пищевой продукции, а также при наличии документов, подтверждающих ее качество и безопасность.
- Допускается устанавливать аппараты для автоматической выдачи пищевой продукции в обеденном зале при условии соблюдения нормы площади посадочного места.
- Аппараты для автоматической выдачи пищевой продукции должны обрабатываться в соответствии с инструкцией изготовителя с применением моющих и дезинфицирующих средств не реже 2 раз в месяц, а также по мере загрязнения.

### Питьевой режим

Питьевой режим в детских, медицинских организациях и организациях социального обслуживания, а также при проведении массовых мероприятий с участием детей должен соблюдаться с соблюдением следующих требований:

- Используется только питьевая вода, отвечающая обязательным требованиям.
- Организуется посредством установки стационарных питьевых фонтанчиков, устройств для выдачи воды, выдачи упакованной питьевой воды или с использованием кипяченой питьевой воды.
- При проведении массовых мероприятий длительностью более 2 часов каждый ребенок должен быть обеспечен **дополнительно бутилированной питьевой (негазированной) водой** промышленного производства, дневной запас которой во время мероприятия должен составлять не менее 1,5 литра на одного ребенка.
- Чаша фонтанчика должна ежедневно обрабатываться с применением моющих и дезинфицирующих средств.
- При использовании установок с дозированным розливом воды (кулеров), должно быть обеспечено наличие **посуды** из расчета количества обслуживаемых (списочного состава), изготовленной из материалов, предназначенных для контакта с пищевой продукцией, а также отдельных промаркированных **подносов** для чистой и использованной посуды; **контейнеров** – для сбора использованной посуды одноразового применения.
- Упакованная (бутилированная) питьевая вода допускается к выдаче детям при наличии документов, подтверждающих ее происхождение, безопасность и



качество, соответствие упакованной питьевой воды обязательным требованиям.

- Кулеры должны размещаться в местах, не подвергающихся попаданию прямых солнечных лучей.
- Кулеры должны подвергаться мойке с периодичностью, предусмотренной инструкцией по эксплуатации, но не реже одного раза в 7 дней.
- Мойка кулера с применением дезинфекционного средства должна проводиться не реже одного раза в 3 месяца.

### **ВАЖНО!**

При использовании кипяченой питьевой воды:

- кипятить воду нужно не менее 5 минут;
- до раздачи детям кипяченая вода должна быть охлаждена до комнатной температуры непосредственно в емкости, где она кипятилась;
- смену воды в емкости для ее раздачи необходимо проводить не реже, чем через 3 часа;
- Перед сменой кипяченой воды емкость должна полностью освобождаться от остатков воды, промываться в соответствии с инструкцией по правилам мытья кухонной посуды, ополаскиваться.
- Время смены кипяченой воды должно отмечаться в графике, ведение которого осуществляется организацией в произвольной форме.

### **Питание в малых группах**

(группы семейного типа и группы по присмотру и уходу за детьми при организациях дошкольного образования, а также детей-сирот, проживание которых организовано по принципам семейного воспитания в воспитательных группах)

- Допускается осуществлять питание детей в одном помещении (кухне), предназначенном как для приготовления пищи, так и для ее приема.
- Должна быть выделена специальная зона. Площадь такой зоны и количество посадочных мест должны обеспечивать возможность одновременного приема пищи всеми детьми.
- Помещение для приготовления пищи оборудуется необходимым технологическим, холодильным, моечным оборудованием, инвентарем и посудой.
- Холодильное оборудование должно обеспечивать условия для отдельного хранения пищевого продовольственного сырья и готовой к употреблению пищевой продукции.
- Для контроля соблюдения температурного режима хранения пищевой продукции необходимо использовать термометр, расположенный (встроенный) внутри холодильного оборудования.
- Результаты контроля должны ежедневно заноситься в журнал (см. раздел **УПРАВЛЕНИЕ**).
- Допускается использовать продукты, приобретенные в магазинах, на рынках, при условии обязательного наличия сведений об оценке (подтверждении) соответствия, маркировки и документов, подтверждающих факт и место ее приобретения, которые должны сохраняться в течение 7 дней после полного расходования пищевой продукции.
- Допускается доставка готовых блюд и кулинарных изделий, полуфабрикатов из предприятий общественного питания при наличии документов, подтверждающих факт приобретения, дату, время, наименование предприятия



и место изготовления, дату и время доставки, наименование и количество готовых блюд и кулинарных изделий по каждому наименованию.

- Дети допускаются к приготовлению пищи и накрытию столов под присмотром взрослых.
- Допускается стирка рабочей одежды сотрудников в стиральных машинах, размещенных в группах.

### **Питание вне стационарной организации:**

(в детских лагерях палаточного типа, при проведении детских туристических походов и иных массовых мероприятий в природных условиях)

- Должны быть выделены зоны для хранения пищевой продукции, приготовления и приема пищи, сбора и хранения отходов, соблюдения правил личной гигиены.
- Должна выделяться кухонная зона, которая включает место для хранения, приготовления пищи, костровое место или полевую кухню, место для приема пищи, место для мытья рук.
- Места для приготовления и приема пищи должны быть оборудованы под навесом или в каркасной палатке для защиты от атмосферных осадков и пыли.
- В месте приготовления пищи должны быть установлены разделочные столы (не менее 2-х) для раздельной обработки сырой и готовой пищевой продукции. Столы должны иметь покрытие, устойчивое к воздействию моющих и дезинфицирующих средств.
- Для продовольственного (пищевого) сырья и готовой к употреблению пищевой продукции должны использоваться отдельные разделочный инвентарь (маркированный) и кухонная посуда (маркированная). Разделочный инвентарь для готовой и сырой продукции должен обрабатываться и храниться отдельно.
- Мытье столовой посуды должно проводиться отдельно от кухонной посуды.
- Столовая и кухонная посуда и инвентарь одноразового использования должны применяться в соответствии с маркировкой по их применению.
- Для мытья кухонной, столовой посуды и разделочного инвентаря должны быть выделены отдельные промаркированные емкости.
- Сточные воды должны отводиться от кухни и моечных в специальную яму.
- В детских лагерях палаточного типа суточные пробы от всех приготовленных блюд и кулинарных изделий должны оставляться на хранение на 48 часов в холодильнике/в специально отведенном в холодильнике месте при температуре от +2 °С до +6 °С.
- Пищу необходимо готовить на каждый прием и реализовать не позднее 2 часов с момента ее приготовления. Подогрев готовых блюд не допускается.
- Количество комплектов столовой и чайной посуды, столовых приборов должно обеспечивать одновременное питание всех участников массовых мероприятий (при раздельном приготовлении пищи по группам – одновременное питание всех членов группы).
- Дети могут быть допущены к дежурству по кухне, в том числе к отдельным видам работ по подготовке пищевой продукции (чистке и резке сырых овощей, нарезке хлеба), к сервировке и уборке столов, мытью посуды под присмотром взрослых.
- Во время дежурства на кухне дети и взрослые должны работать в фартуках и головных уборах (косынках, шапочках).

ЕСЛИ БЫЛИ ВЫЯВЛЕНЫ ГРУБЫЕ НАРУШЕНИЯ САНИТАРНЫХ НОРМ,  
ОБНАРУЖЕНА УГРОЗА ЗДОРОВЬЮ РАБОТНИКОВ ИЛИ ГОСТЕЙ,  
ПРИ НЕВОЗМОЖНОСТИ УСТРАНИТЬ ЭТОТ РИСК,  
СЛЕДУЕТ НЕМЕДЛЕННО ПРЕКРАТИТЬ РАБОТУ НА ОТДЕЛЬНЫХ  
УЧАСТКАХ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОГО ПРОЦЕССА,  
ПРЕКРАТИТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ  
ЗАГРЯЗНЕННЫХ ПРОДУКТОВ И РАЗДАЧУ БЛЮД,  
И ПРЕДПРИНЯТЬ МЕРЫ ПО УСТРАНЕНИЮ ОПАСНОГО ФАКТОРА!

**УГОЩАЙТЕ ВАШИХ ГОСТЕЙ  
ВКУСНО И БЕЗОПАСНО!**

**Органы, уполномоченные осуществлять государственный санитарно-эпидемиологический надзор, по вашим обращениям готовы предоставить информацию о санитарно-эпидемиологических правилах, гигиенических нормативах, методах и методиках контроля, которые должны контролироваться в вашей организации!**



[www.rospotrebnadzor.ru](http://www.rospotrebnadzor.ru)



*Для заметок*

---