

В українських навчальних закладах незабаром діятимуть нові сучасні стандарти у харчуванні дітей та підлітків.

Затверджений Міністерством охорони здоров'я [новий санітарний регламент](#) диктує нові вимоги та значні корективи до організації харчування в закладах освіти України. В документі вказано, які продукти можна і потрібно використовувати при приготуванні шкільної їжі, а які категорично заборонені.

Серед іншого, у новому санітарному регламенті змінено підходи до організації харчування. У школах дозволяється організовувати кейтеринг, який повинен відповідати всім принципам та вимогам безпечності харчових продуктів на базі системи НАССР. Також вимоги документа базуються на принципах здорового харчування, рекомендованих Всесвітньою організацією охорони здоров'я.

Зокрема, передбачено низку обмежень за вмістом солі, цукру та жиру з урахуванням сучасних тенденцій щодо здорового харчування та рекомендацій ВООЗ.

У санітарному регламенті визначено перелік харчових продуктів, які забороняється продавати у шкільних буфетах і шкільних автоматах та встановлені групи харчових продуктів, які повинні бути в щоденному шкільному раціоні учнів (злакові, овочі, фрукти та ягоди, молочні продукти).

Крім того, врегульовано питання організації харчування дітей з особливими потребами. Тепер у разі, якщо є довідка від сімейного лікаря чи педіатра про певні дієтичні потреби дитини, власник закладу зобов'язаний організувати окреме харчування з урахуванням рекомендацій лікаря.

Харчування (сніданок, другий сніданок, обід, підвечірок, вечеря) має містити харчові продукти таких груп: зернових продуктів або картоплі, фруктів або овочів, молока або молочних продуктів, м'яса, риби, яєць, горіхів, бобових, насіння, а також жирів.

Повинно бути організовано щонайменше одноразове гаряче харчування. Разовість харчування встановлюється закладом освіти залежно від віку здобувачів освіти, типу закладу освіти та особливостей організації освітнього процесу в закладі освіти.

Калорійність сніданку має становити близько 25-30%, обіду близько 30-35% від добової потреби в енергії, відповідно до норм харчування, середня норма розраховується з урахуванням вимог вікової групи учнів.

Сіль має використовуватися тільки йодована і в процесі приготування їжі.

Не менше ніж один раз на тиждень має готуватися риба.

Дозволено використовувати вершкове масло, що містить не менше ніж 72% молочного жиру, та рафіновану олію, що містить понад 50% мононенасичених жирів і менш ніж 40% поліненасичених жирів.

При одноразовому харчуванні повинна бути щонайменше одна порція молока або молочних продуктів, або молочної страви. В залежності від разовості харчування в закладі освіти повинно бути три різноманітні порції молока або молочних продуктів, або молочних страв на день.

Процес реформування системи харчування в закладах освіти просувається швидко – фахівці почали створювати орієнтовні меню.

До створення прикладу якісного меню залучили фахівців Міністерства охорони здоров'я України, кулінара Євгена Клопотенка, представників громадських організацій, експертів у галузі харчування та дитячих лікарів – ендокринологів і дієтологів.

Група працює над створенням зразків меню з рецептами страв та технологічними картками, які відповідають оновленим вимогам і нормам харчування для дітей усіх вікових

груп.

Смачне. Корисне. Збалансоване. Все це – про нове меню для закладів освіти.