

## **Методический материал по гигиеническому обучению для заведующих производством и работников пищеблоков учреждений для детей и подростков, в том числе летних оздоровительных учреждений**

### **Санитарное законодательство и государственный санитарный надзор.**

Санитарно-эпидемиологическое законодательство — это система нормативно-правовых актов, принятых законодательной властью Республики Беларусь относительно соблюдения санитарно-эпидемиологических условий жизнедеятельности граждан Республики Беларусь. Санитарное законодательство базируется на основных положениях конституции РБ, в которых фиксируется право человека на охрану здоровья.

Основным документом, регламентирующим санитарное законодательство, является закон «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения». Этот закон был принят 07 января 2012 года.

В целом, санитарное законодательство охватывает такие сферы жизнедеятельности человека, как: здравоохранение, образование, общепит и организация питания, строительство, охрана окружающей среды; санитарно-эпидемиологический надзор и другие.

Санитарные нормы и правила «Требования для учреждений дошкольного образования», утвержденные постановлением МЗ РБ от 25.01.2013 №8 устанавливают санитарно-эпидемиологические требования к устройству и содержанию территории и здания, режиму деятельности (прием детей, распорядок дня, питание) учреждений дошкольного образования.

Санитарные нормы и правила обязательны для соблюдения государственными органами, иными организациями, физическими лицами, в том числе индивидуальными предпринимателями, деятельность которых связана с проектированием, строительством, реконструкцией, деятельностью учреждений дошкольного образования.

За нарушение настоящих Санитарных норм и правил виновные лица несут ответственность в соответствии с законодательными актами Республики Беларусь.

### **Санитарные нормы и правила устройства и содержания предприятий общественного питания.**

Состав и площади производственных помещений пищеблока оздоровительной организации, оборудование помещений должны предусматривать преимущественно работу на сырье и отвечать санитарным нормам и правилам, устанавливающим требования к торговым объектам общественного питания, строительным нормам проектирования.

Пищеблок должен иметь отдельный выход на коммунально-хозяйственную (хозяйственную) зону.

В помещениях пищеблока необходимо устанавливать торгово-

технологическое оборудование на электрообогреве.

В пищеблоках оздоровительных организаций должны быть созданы условия для соблюдения личной гигиены работниками:

должны предусматриваться душевая, санитарный узел;

в каждом производственном цехе обязательно наличие умывальников с подводкой холодной и горячей воды.

Обеденные залы в оздоровительных организациях предусматриваются из расчета организации питания детей в одну посадку (допускается в две посадки). Обеденный зал целесообразно разделять на отдельные отсеки вместимостью до 120 мест.

При обеденных залах должны быть обеспечены условия для мытья рук детьми. Умывальники (из расчета 1 кран на 20 посадочных мест) с подводкой горячей и холодной воды устанавливаются в расширенных проходах или коридорах, ведущих в обеденный зал, либо в отведенных местах обеденного зала, либо при входах в обеденные залы. В летний период допускается использование умывальников, установленных возле обеденного зала под навесом.

Если помещения обеденного зала располагаются в отдельно стоящем здании, то при них необходимо предусматривать вестибюль с гардеробом и санитарными узлами.

Устройство зоны пищеблока в профильных палаточных лагерях определяется формой организации питания (привозное, на костре, с использованием полевой кухни):

при использовании полевой кухни в зону пищеблока должны входить кухня, столовая (место приема пищи), моечная, кладовая (палатки для хранения пищевых продуктов), при этом:

расстояние между кухней и столовой предусматривается не более 20 м;

помещения кухни, столовой, моечной должны быть сооружены из водонепроницаемого материала и предусматриваться высотой не менее 1,8 м;

кухню оборудуют плитой, производственными столами, кухонной посудой, стеллажами для хранения кухонной посуды и инвентаря;

для защиты от насекомых окна и двери помещений кухни должны быть засетчены;

перед кухней должны оборудоваться умывальники (не менее двух) для работников пищеблока;

при приготовлении пищи в условиях полевой кухни или на костре предусматриваются разделочные столы для обработки сырой и готовой продукции, разделочные доски и ножи для сырой ("СП") и готовой продукции ("ГП"), овощей сырых ("ОС"), хлеба ("ХЛЕБ") с соответствующей маркировкой;

столовая (место приема пищи) в профильных палаточных лагерях:

оборудуется в защищенном от ветра и дождя месте;

площадь должна составлять не менее 1,2 кв.м на одного человека;

оборудуется столами, стульями или скамейками;

предусматривает выделение отдельных мест для раздачи пищи и сбора грязной посуды, оборудованных столами, места (рядом со столовой) для мытья и хранения столовой и кухонной посуды, промаркированной емкости с крышкой для сбора пищевых отходов;

покрытие столов должно предусматривать возможность влажной обработки и дезинфекции (допускается клеенчатое);

в неподвижном профильном палаточном лагере оптимально использовать под столовую (место приема пищи) специально оборудованную военную палатку;

кладовые (кладовые палатки) в профильных палаточных лагерях должны размещаться в непосредственной близости от кухни (мест для костра) и предусматриваться отдельными для хранения сухих продуктов и сырых овощей. Допускается хранение продуктов в емкостях, исключающих возможность проникновения грызунов и влаги;

Подводка холодной и горячей проточной воды обязательна во все производственные помещения пищеблока,

К отделке помещений оздоровительных организаций предъявляются следующие требования:

стены, полы и потолки пищеблока должны иметь гладкую поверхность и позволять проводить уборку и дезинфекцию влажным способом;

стены (на высоту не менее 1,6 м от пола) и полы в санитарных узлах (туалетных и умывальных), производственных помещениях пищеблока должны быть облицованы керамической глазурованной плиткой (другими материалами с аналогичными характеристиками);

над всеми умывальными раковинами оборудуется фартук из керамической глазурованной плитки на высоту не менее 1,6 м от пола;

потолки в помещениях окрашиваются водостойкими красками.

### **Санитарно-гигиенические требования к содержанию территории и помещений, пищеблока, кухонному инвентарю, посуде.**

Помещения оздоровительных организаций должны содержаться в чистоте - подлежать ежедневной влажной уборке с применением моющих средств, а санитарных узлов - с применением моющих средств и средств дезинфекции.

Уборка помещений должна проводиться по мере необходимости, но не реже:

обеденного зала и производственных помещений пищеблока - после каждого приема пищи;

умывальных и санитарных узлов с мытьем санитарно-технического оборудования - по мере их загрязнения, но не реже двух раз в день;

Уборочный инвентарь должен использоваться по назначению для каждого производственного цеха в пищеблоке, соответственно маркироваться и храниться в чистом виде в специальных шкафах или помещениях. При этом используемая для уборки хозяйственная ветошь

(салфетки) и емкости должны быть отдельными для уборки пола и выше пола.

Весь уборочный инвентарь после использования промывается горячей водой с моющими средствами.

Санитарные узлы убирают специально выделенным инвентарем (ветошь или хозяйственные салфетки, ведра, щетки) с яркой маркировкой, который хранят отдельно от остального уборочного инвентаря - в санузлах или специально выделенных помещениях.

В местах общего пользования (обеденный зал, санитарные узлы, умывальные, душевые) и в помещениях пищеблока в конце рабочего дня уборку проводят с использованием средств дезинфекции. Дезинфекции в конце рабочего дня подлежат также наружные поверхности производственных столов, торгово-технологического и холодильного оборудования в пищеблоке, резиновые коврики в душевых, ерши для унитазов.

Электросветильники должны очищаться по мере загрязнения.

Жалюзийные решетки вытяжных вентиляционных систем должны быть открыты, систематически очищаться от пыли.

Перед началом, по окончании смены и по эпидемическим показаниям должна проводиться генеральная уборка всех помещений - мытье полов, стен, осветительной арматуры, дверей с применением моющих средств и средств дезинфекции.

Генеральная уборка помещений пищеблока должна проводиться не реже одного раза в неделю.

К мытью посуды в пищеблоках оздоровительных организаций предъявляются следующие требования:

мытьё посуды (столовой - тарелки, чашки, столовых приборов, кухонной посуды и кухонного инвентаря) проводится после каждого приема пищи механическими моечными машинами или ручным способом с использованием моющих средств в соответствии с инструкциями по их использованию;

для мытья кухонной посуды и кухонного инвентаря предусматривается установка двух производственных ванн.

Для мытья столовой посуды и столовых приборов предусматривается, в том числе при наличии посудомоечной машины, установка пяти моечных производственных ванн (двух - для чашек, трех - для столовой посуды и столовых приборов).

Моечные ванны должны быть промаркированы, пролитрованы с наружной стороны, укомплектованы пробками пластмассовыми или металлическими, иметь воздушные разрывы не менее 20 мм от верхней приемной воронки в местах присоединения к канализации. Ванны для ополаскивания посуды оборудуются специальными решетками и гибкими шлангами с душевыми насадками;

тарелки после механической очистки от остатков пищи:

промываются в первой моечной производственной ванне горячей водой (не ниже 40 °С) с добавлением моющих средств;

моются во второй моечной производственной ванне горячей водой (не ниже 40 °С) с добавлением моющих средств в два раза меньше, чем в первую моечную ванну;

ополаскиваются в третьей моечной производственной ванне горячей проточной водой с температурой не ниже 65 °С;

чашки после механической очистки от остатков пищи промываются в первой ванне горячей водой (не ниже 40 °С) с добавлением моющих средств, затем ополаскиваются во второй ванне горячей проточной водой с температурой не ниже 65 °С;

столовые приборы моют после мытья столовой посуды с использованием первой и третьей моечных ванн. После механической очистки от остатков пищи столовые приборы промывают в первой ванне горячей водой (не ниже 40 °С) с добавлением моющих средств, затем ополаскивают в третьей ванне горячей проточной водой с температурой не ниже 65 °С;

пищеварочные котлы и мелкий деревянный инвентарь (разделочные доски, лопатки и другое) очищают от остатков пищи и моют в горячей воде (45 - 50 °С) с добавлением моющих средств с помощью щеток с ручкой, затем ополаскивают горячей водой с температурой не ниже 65 °С;

после мытья:

пищеварочные котлы и деревянный кухонный инвентарь просушивают на специальных металлических стеллажах, кассетницах, столовую посуду - на специальных полках или решетках с поддонами;

чистые разделочные доски, ножи хранят непосредственно на рабочих местах, поставленными на ребро в металлических кассетницах, либо в подвешенном состоянии;

столовые приборы, металлический кухонный инвентарь и детали торгово-технологического оборудования просушивают в сушильных шкафах или прокаливают в жарочных шкафах в течение 2 - 3 минут;

сухие столовые приборы хранят в вертикальном положении (ручками вверх) в металлических кассетах, которые должны ежедневно промываться. Хранение столовых приборов навалом на стеллажах или подносах запрещается;

подносы после каждого использования должны протираться чистыми салфетками, а в конце дня промываться горячей водой с добавлением моющих средств;

салфетки или щетки для мытья посуды, салфетки для протирания столов после использования промываются под проточной водой с добавлением моющего средства, высушиваются и хранятся в закрытых промаркированных емкостях. В конце дня салфетки или щетки кипятят в течение 15 минут. Допускается использование одноразовой ветоши.

Обеденные и производственные столы моются после каждого приема и

приготовления пищи теплой водой с использованием моющих средств специально выделенными хозяйственными салфетками.

К мытью посуды в профильных палаточных лагерях предъявляются следующие требования:

для мытья посуды используют не менее 3 промаркированных емкостей; режим мытья посуды включает следующий порядок:

мытьё чашек и столовых приборов в теплой воде (в первой емкости) с добавлением моющих средств с последующим ополаскиванием в теплой воде (во второй емкости);

мытьё тарелок с использованием моющих средств в теплой воде (в первой емкости), ополаскивание (во второй емкости), повторное ополаскивание горячей водой (в третьей емкости), просушивание на решетках;

по мере необходимости (после мытья 30 единиц столовой посуды или столовых приборов) проводится смена воды в емкостях;

кухонная посуда и кухонный инвентарь моются в последнюю очередь с использованием моющих средств теплой водой с последующим ополаскиванием;

для мытья посуды используются губки, салфетки, щетки, которые после каждого использования промываются в теплой воде с моющим средством, ополаскиваются в теплой воде и просушиваются. Допускается использование одноразовой ветоши.

В профильных палаточных лагерях с использованием полевой кухни, при приготовлении пищи на костре или привозном горячем питании целесообразно использование либо индивидуальной, либо одноразовой посуды, либо использование индивидуальных термоконтэйнеров. При этом повторное использование одноразовой посуды запрещается.

Работники пищеблока обязаны соблюдать следующие правила личной гигиены:

оставлять верхнюю одежду, обувь, головной убор, личные вещи в гардеробной;

перед началом работы тщательно мыть руки с мылом, подбирать волосы под колпак или косынку или надевать специальную сеточку для волос;

работать в чистой санитарной одежде, менять ее по мере загрязнения. Для работников производственных цехов смена санитарной одежды производится не реже 1 раза в день. Запрещается надевать на санитарную одежду какую-либо верхнюю одежду;

при посещении туалета снимать санитарную одежду в специально отведенном месте, после посещения туалета тщательно мыть руки с применением моющих средств и антисептиков;

при появлении признаков простудного заболевания или кишечной дисфункции, а также нагноений, порезов, ожогов сообщать администрации и обращаться в организацию здравоохранения для лечения;

сообщать обо всех случаях заболеваний кишечными инфекциями в семье

работника;

при изготовлении блюд, кулинарных изделий и кондитерских изделий снимать ювелирные украшения, часы и другие бьющиеся предметы, коротко стричь ногти и не покрывать их лаком, не застегивать санитарную одежду булавками;

не курить и не принимать пищу на рабочем месте (прием пищи разрешается в специально отведенном помещении или в обеденном зале в отдельное от детей время, курение - за пределами территории оздоровительной организации);

при нарезке готовых пищевых продуктов, выдаче и порционировании блюд использовать одноразовые перчатки, смена которых должна производиться после каждого применения.

Все работники пищеблоков оздоровительных организаций, а также работники профильных палаточных лагерей, занятые приготовлением пищи, должны ежедневно перед началом работы регистрировать данные о состоянии своего здоровья и об отсутствии острых кишечных инфекций у членов их семей в журнале "Здоровье" по форме согласно [приложению 7](#) к настоящим Санитарным нормам и правилам.

Контроль за ведением журнала "Здоровье" и периодический осмотр на отсутствие гнойничковых заболеваний у работников пищеблока осуществляет медицинский работник оздоровительной организации (медицинская сестра-диетолог, врач-диетолог) или лицо, его заменяющее, а в профильных палаточных лагерях - медицинский работник лагеря или лицо, ответственное за питание.

Работники с гнойничковыми заболеваниями кожи, нагноившимися порезами, ожогами, ссадинами, с катарами верхних дыхательных путей или при подозрении на заболевание к работам по приготовлению пищи и другим работам в пищеблоке не допускаются.

### **Требования к условиям для организации питания, транспортировке, приему и хранению пищевых продуктов.**

Питание детей в оздоровительных организациях может быть организовано в разных формах:

питание организуется преимущественно на базе пищеблоков по месту размещения оздоровительной организации;

в оздоровительных (спортивно-оздоровительных) лагерях с дневным пребыванием детей питание может осуществляться в близрасположенных субъектах хозяйствования, оказывающих услуги общественного питания, при их соответствии настоящим Санитарным нормам и правилам и санитарным нормам и правилам, устанавливающим требования к торговым объектам общественного питания. При этом должен быть выделен отдельный обеденный зал (участок) для детей или прием пищи организовывается в свободное от обслуживания посетителей время в соответствии с графиком.

Пища для детей должна готовиться отдельно от пищи для посетителей;  
в отдельных случаях (ЛТО, непередвижной профильный палаточный лагерь и другие малочисленные оздоровительные лагеря) может быть организовано привозное горячее питание с использованием для его доставки термоконтейнеров. При этом необходимо соблюдение правил транспортировки готовой пищи, сроков ее хранения, обеспечение условий для подогрева пищи, а также обеспечение условий для приема пищи и мытья посуды согласно требованиям Санитарных норм и правил;

в профильных палаточных лагерях может использоваться полевая кухня или пища может готовиться на костре при условии выполнения требований настоящих Санитарных норм и правил.

Размещение помещений и торгово-технологического оборудования в пищеблоке оздоровительной организации должно обеспечивать исключение встречных потоков сырого и готового продовольственного сырья и пищевых продуктов (далее - пищевые продукты), грязной и чистой посуды.

Для обработки и хранения пищевых продуктов в пищеблоке устанавливаются:

торгово-технологическое оборудование на электропитании. Для измельчения сырых и прошедших тепловую обработку пищевых продуктов должно использоваться раздельное торгово-технологическое оборудование;

холодильное оборудование для хранения пищевых продуктов;

производственные столы (цельнометаллические, с покрытием из нержавеющей стали или дюралюминия и другие). Для обработки сырого мяса, птицы и рыбы допускается использование производственных столов, покрытых оцинкованным железом и с закругленными углами, для разделки теста - деревянных;

производственные ванны, предусматривающие при их установке подводку холодной и горячей воды через смесители, воздушные разрывы в местах присоединения к канализации не менее 20 мм от верхней приемной воронки;

стеллажи, подтоварники для хранения пищевых продуктов, посуды, инвентаря, конструкция, используемые материалы и размещение которых должны позволять проводить влажную уборку и дезинфекцию.

Производственные столы и производственные ванны должны быть промаркированы согласно назначению.

Торгово-технологическое и холодильное оборудование должно быть исправно, его исправность в оздоровительных организациях с круглосуточным пребыванием детей сезонного функционирования перед открытием подтверждается соответствующим документом, выданным специализирующейся по ремонту оборудования организацией.

Для разделки пищевых продуктов в пищеблоках используются разделочные ножи и доски. Разделочные доски используются из твердых пород дерева гладко выструганные, без щелей и зазоров, разделочные ножи - из нержавеющей стали.



Разделочные ножи и доски, а также кухонная посуда должна использоваться по назначению в соответствии с маркировкой: "СМ" - сырое мясо, "ВМ" - вареное мясо, "СР" - сырая рыба, "ВР" - вареная рыба, "ВО" - вареные овощи, "СО" - сырые овощи, "КО" - квашенные овощи, "Х" - хлеб, "МГ" - мясная гастрономия, "Сельдь", "Зелень", "Салат".

В пищеблоке должны быть отдельные весы для взвешивания готовых блюд, сырых и готовых пищевых продуктов.

Кухонная посуда для приготовления пищи используется в соответствии с маркировкой: "Супы", "Вторые блюда", "Напитки", "Салат".

Способ нанесения маркировки должен обеспечивать прочность надписи, возможность гигиенической очистки и мытья.

Разделочные ножи и доски, кухонная посуда закрепляются за каждым производственным помещением пищеблока. Разделочные ножи и доски хранят в специальных металлических кассетах на рабочих местах поваров.

При организации питания в оздоровительных организациях используется:

- столовая (фаянсовая, фарфоровая, стеклянная и другая) посуда;
- столовые приборы (из нержавеющей стали);
- кухонный инвентарь (деревянный, из нержавеющей стали и другой);
- кухонная посуда (из нержавеющей стали, алюминиевая, эмалированная, чугунная и другая).

Алюминиевая кухонная посуда может использоваться только для приготовления и временного (не более 1 часа) хранения пищи.

Также может использоваться пластмассовая посуда для временного хранения сырых пищевых продуктов, хранения сухих пищевых продуктов, в качестве столовой посуды одноразового использования.

В оздоровительных организациях использование посуды с трещинами, сколами, отбитыми краями, деформированной, с поврежденной эмалью, а также столовой посуды и столовых приборов из алюминия запрещается.

Запрещается использование ломаного кухонного инвентаря, а также деревянного с трещинами и заусеницами.

Не допускается использование деформированных подносов.

Столовая посуда и столовые приборы должны подаваться для раздачи пищи в сухом виде.

Количество столовой посуды и столовых приборов в использовании должно быть не менее чем число посадочных мест в обеденном зале. Должен предусматриваться достаточный запас столовой посуды и столовых приборов, разделочных ножей и досок, кухонного инвентаря для обеспечения их своевременной замены.

При организации питания в две посадки количество столовой посуды и столовых приборов должно более чем в 2 раза превышать количество посадочных мест в обеденном зале.

В оздоровительной организации должен быть запас одноразовой столовой посуды и столовых приборов на период карантинных и других

чрезвычайных ситуаций (из расчета не менее чем на два дня по количеству питающихся), для походов, для организации питьевого режима.

Обеденные залы оборудуются столами на 4 - 6 - 10 мест и стульями или табуретами. При расстановке столов следует соблюдать расстояния:

между столами и участком раздачи пищи или окном (дверью) для приема грязной посуды - 150 - 200 см;

между рядами столов - 100 - 150 см;

между столами и стеной - 40 - 60 см.

Возле посудомоечной устанавливаются столы для сбора грязной посуды, подносов.

Стол должны иметь гигиеническое покрытие, устойчивое к действию моющих средств и средств дезинфекции.

К транспортировке пищевых продуктов в оздоровительные организации предъявляются следующие требования:

транспортировку пищевых продуктов необходимо проводить специальными транспортными средствами в условиях, обеспечивающих сохранность пищевых продуктов и предотвращающих их загрязнение, при строгом соблюдении товарного соседства сырых и готовых пищевых продуктов;

транспортные средства, предназначенные для перевозки пищевых продуктов, должны подвергаться мойке и дезинфекции по мере необходимости, но не реже 1 раза в месяц;

транспортировка овощей должна проводиться отдельно от других пищевых продуктов;

транспортировка особо скоропортящихся и скоропортящихся пищевых продуктов проводится:

изотермическим или охлаждаемым транспортом с соблюдением температурных режимов транспортировки;

в таре производителя либо закрытой маркированной таре поставщика;

тара должна использоваться строго по назначению, после использования промываться горячей водой с использованием моющих средств, высушиваться и храниться в местах, недоступных загрязнению;

при погрузке и выгрузке пищевых продуктов следует использовать санитарную одежду (халат, колпак, рукавицы);

при транспортировке пищевых продуктов запрещается перетаривание молока и кисломолочных продуктов в промежуточные емкости.

Поступающие в пищеблок пищевые продукты должны сопровождаться документами, удостоверяющими их качество и безопасность.

Документы, удостоверяющие качество и безопасность пищевых продуктов, должны сохраняться в пищеблоке до окончания реализации пищевых продуктов.

Не допускаются к приему в пищеблок и использованию в питании детей оздоровительной организации:

пищевые продукты без документов, удостоверяющих их качество и

безопасность;

мясо и субпродукты без клейма и ветеринарного свидетельства;

непотрошенная птица;

мясо и яйца водоплавающей птицы (утиные, гусиные);

субпродукты, кроме говяжьего и свиного языка, сердца, печени;

паштеты мясные;

сырокопченые мясные гастрономические изделия и колбасы;

куриные яйца из инкубатора (миражные), яйца с загрязненной скорлупой, с насечкой "тек", "бой", а также яйца из организаций сельскохозяйственного назначения, неблагополучных по сальмонеллезам;

закусочные консервы рыбные, изготовленные из рыбы, предварительно обработанной подсушкой, жарением или копчением (консервы рыбные в томатном соусе, в маринаде или в желе, консервы-паштеты, рыбо-растительные консервы, шпроты и другие);

закусочные консервы овощные (из обжаренных корнеплодов, в том числе фаршированных);

консервы с нарушением герметичности, бомбажем, деформированные;

острые соусы, кетчупы, маринованные овощи с использованием столового уксуса;

свиное сало, кулинарные жиры (маргарин) и другие гидрогенизированные жиры;

кофе натуральный;

тонизирующие, в том числе энергетические напитки;

газированные напитки;

жевательная резинка;

чипсы, острые сухарики;

грибы;

крупа, мука, сухофрукты и другие пищевые продукты, поврежденные амбарными вредителями;

овощи, фрукты и ягоды с признаками гниения;

пищевые продукты с истекшими сроками годности и (или) признаками недоброкачества, особо скоропортящиеся и скоропортящиеся пищевые продукты на истечении срока годности.

Пищевые продукты хранятся согласно принятой классификации по видам продукции: сухие (мука, сахар, крупа, макаронные изделия); хлеб; мясные и рыбные; молочно-жировые, гастрономические; овощи, фрукты и ягоды.

Сроки годности, условия хранения пищевых продуктов должны соблюдаться в соответствии:

с установленными сроками годности и условиями хранения согласно государственным стандартам, техническим условиям или технологической документации (рецептура, техническое описание) на конкретное наименование пищевого продукта;

с санитарными нормами и правилами, устанавливающими требования

для проведения лабораторных исследований и государственной санитарно-гигиенической экспертизы сроков годности, хранения продовольственного сырья и пищевых продуктов, отличающихся от установленных в действующих технических нормативных правовых актах в области технического нормирования и стандартизации.

Не допускается совместное хранение:

сырых пищевых продуктов или полуфабрикатов с готовыми пищевыми продуктами и кулинарными изделиями. При наличии одной холодильной камеры, а также в холодильнике суточного запаса пищевых продуктов допускается совместное хранение сырых и готовых продуктов, скоропортящихся пищевых продуктов с соответствующим разграничением;

пищевых продуктов с непищевыми товарами, моющими средствами и средствами дезинфекции, тарой;

испорченных пищевых продуктов с доброкачественными пищевыми продуктами.

Складские помещения должны быть оборудованы термометрами для контроля температурного режима.

Особо скоропортящиеся и скоропортящиеся продукты должны храниться в условиях холода (холодильные камеры, холодильники) при температуре от +2 °С до +6 °С.

Холодильные камеры оборудуются стеллажами, легко поддающимися мойке, оснащаются устройствами для сбора конденсата и приборами контроля за температурным режимом, маркируются соответственно назначению.

Сырые мясные и рыбные пищевые продукты (охлажденные или замороженные), в том числе полуфабрикаты, субпродукты, хранят в таре поставщика на стеллажах или подтоварниках.

Мясные гастрономические продукты (колбасы, сосиски, сардельки и другое) хранятся в таре производителя или в транспортной маркированной таре либо подвешенными на крючья.

Яйца хранят в промышленной таре на подтоварниках в сухих прохладных помещениях при температуре не выше +20 °С или в холодильном оборудовании для сырой продукции. Не допускается хранение яиц рядом с готовой продукцией.

Масло сливочное хранится на полках в промышленной упаковке или брусками, завернутыми в пергамент.

Сыры крупнобрусковые хранятся на чистых деревянных стеллажах без тары, мелкобрусковые - на полках в таре или на чистых деревянных настилах. При укладывании брусков сыра один на другой между ними должны быть прокладки из картона или фанеры.

Молочная продукция (сметана, творог, молоко, кефир и другое) хранится в потребительской или транспортной таре предприятия-изготовителя.

Сильно пахнущие продукты (сельдь, специи) хранятся отдельно от

остальных продуктов.

Сыпучие продукты хранят в сухом помещении в чистых ларях или емкостях с плотно закрывающимися крышками или в мешках, картонных коробках на подтоварниках либо стеллажах на расстоянии не менее 15 см от пола и 30 см от стены.

Для контроля температурно-влажностного режима складские помещения оборудуются термометрами и психрометрами.

Хлеб должен храниться отдельно ржаной и пшеничный на специальных полках или в шкафах. Дверцы в шкафах должны иметь отверстия для вентиляции, расстояние нижней полки от пола должно быть не менее 35 см.

При ежедневной уборке мест хранения хлеба крошки необходимо сметать специальными щетками и тщательно протирать полки 1%-м раствором столового уксуса.

При хранении овощей, фруктов и ягод должны соблюдаться следующие требования:

свежие овощи, фрукты и ягоды, квашеные овощи хранятся в сухом, темном вентилируемом помещении или овощехранилище или в холодильной камере (холодильнике) при температуре от +1 °С до +10 °С;

в овощехранилище картофель и овощи закладываются слоем не более 1,5 м, свежая капуста хранится на стеллажах, квашеные овощи - в бочках;

допускается хранение картофеля и других корнеплодов, свежей капусты в овощном цехе в течение 3 - 5 дней;

в целях профилактики распространения острых кишечных инфекций, в том числе иерсиниозной инфекции, загрязненные землей овощи (корнеплоды и огурцы свежие) хранятся отдельно от остальной группы овощей, фруктов, ягод и других пищевых продуктов.

Перед загрузкой овощей в овощехранилище проводится его очистка, дезинфекция, ремонт и мероприятия по предупреждению проникновения грызунов.

Кладовщик (или лицо, его заменяющее) должен вести журнал по контролю за качеством скоропортящихся пищевых продуктов, поступающих на пищеблок, по форме согласно [приложению 12](#) к настоящим Санитарным нормам и правилам.

В профильных палаточных лагерях при приготовлении пищи в условиях полевой кухни или на костре должны соблюдаться следующие требования:

используемые скоропортящиеся продукты могут закупаться только в день их приготовления, должны храниться в сумках-холодильниках при строгом соблюдении товарного соседства;

запрещается использование особо скоропортящихся и скоропортящихся пищевых продуктов при отсутствии условий для их хранения;

запрещается хранение пищевых продуктов на земле, совместное хранение сырых и готовых пищевых продуктов, хранение пищевых продуктов с хозяйственными и непищевыми товарами.

## **Требования к организации питания детей**

Питание детей в оздоровительных организациях должно быть организовано на основе примерных двухнедельных рационов.

Примерные двухнедельные рационы для оздоровительных организаций, за исключением профильных палаточных лагерей, разрабатываются медицинским работником оздоровительной организации (медицинская сестра-диетолог, врач-диетолог) совместно с заведующим производством оздоровительной организации или технологом территориального органа управления образованием (или субъекта хозяйствования, оказывающего услуги общественного питания) и утверждаются руководителем оздоровительной организации.

Примерные двухнедельные рационы для детей в профильных палаточных лагерях разрабатываются учредителем лагеря или субъектом хозяйствования, оказывающим услуги общественного питания, и утверждаются руководителем лагеря.

По обращению в органы и учреждения, осуществляющие госсаннадзор, может проводиться государственная санитарно-гигиеническая экспертиза примерных двухнедельных рационов в порядке, определенном законодательством Республики Беларусь в области совершаемых Министерством здравоохранения Республики Беларусь в отношении юридических лиц и индивидуальных предпринимателей административных процедур.

Примерные двухнедельные рационы разрабатываются с учетом возраста детей (для 6 - 10 лет, 11 - 13 лет, 14 - 18 лет, а в спортивно-оздоровительных лагерях - для 6 - 7 лет, 8 - 10 лет, 11 - 13 лет, 14 - 18 лет) на основе норм физиологических потребностей детей в пищевых веществах и энергии согласно санитарным нормам и правилам, устанавливающим требования к питанию населения: нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Республики Беларусь.

Примерные двухнедельные рационы должны также разрабатываться с учетом:

норм питания для оздоровительных организаций, разработанных и утвержденных в установленном законодательством порядке с учетом вида и профиля оздоровительной организации, режима пребывания детей (круглосуточное, дневное) (далее - Нормы питания);

сезонности (летне-осенние и зимне-весенние рационы);

рекомендуемого объема (массы) отдельных блюд на один прием согласно [приложению 13](#) к настоящим Санитарным нормам и правилам.

Объем первых блюд может быть уменьшен на 50 - 100 мл при условии выполнения установленных норм питания.

Примерные двухнедельные рационы разрабатываются на основании утвержденных в установленном порядке сборников технологических карт блюд и изделий для питания учащихся учреждений общего среднего и профессионально-технического образования, технологических карт блюд

диетического питания и других технологических правовых актов.

Для организации питания детей в оздоровительных организациях могут использоваться различные формы обслуживания, в том числе предварительный заказ блюд по меню завтрашнего дня, обслуживание по типу шведского стола и иные.

Во время походов используется сухой паек.

Примерный перечень продуктов питания, рекомендуемых при организации питания детей в походах и путешествиях, - согласно Санитарным нормам и правилам.

Мясные и рыбные консервы должны использоваться только для приготовления горячей пищи.

Основные приемы пищи (завтрак, обед, ужин) в оздоровительных организациях должны предусматриваться через каждые 3,5 - 4 часа.

В оздоровительных организациях с круглосуточным пребыванием детей (5-разовое питание) на завтрак должно приходиться 20 - 25% от общей калорийности суточного рациона, на обед - 30 - 35%, на полдник - 10 - 15%, ужин - 20 - 25%, второй ужин - 5 - 8%. В качестве второго ужина должны использоваться кисломолочные напитки, печенье или булочка.

В оздоровительных организациях с дневным пребыванием детей (3-разовое питание):

на завтрак должно приходиться 20 - 25% от общей калорийности суточного рациона, на обед - 30 - 35%, на полдник - 10 - 15% (в сумме - не менее 65% калорийности суточного рациона).

Питание детей в оздоровительных организациях должно быть щадящим по химическому составу и способам приготовления блюд:

не используются острые приправы (хрен, перец, горчица, уксус), а также продукты, их содержащие;

не используются соки и напитки, приготовленные из сухих концентратов;

колбасы вареные, сосиски используются высшего и первого сортов и включаются в меню не более двух раз в неделю;

используется нежирное мясо (говядина первой категории (полуфабрикаты) или телятина; свинина мясная; цыплята-бройлеры, куры или индейка потрошенные первого сорта, субпродукты первой категории - язык, печень, сердце);

используются диетические яйца;

сладости используются преимущественно на основе пектина (зефир, пастила, мармелад);

фруктовые и овощные соки и нектары используются с содержанием соковых веществ не менее 50%;

для приготовления блюд используется йодированная соль;

для приготовления пищи используется преимущественно варение, тушение, запекание, приготовление блюд на пару.

Питание детей в оздоровительных организациях должно быть

разнообразным. Не включаются в рационы одноименные блюда и гарниры в течение одного дня, а также в течение двух дней подряд.

Такие пищевые продукты, как молоко и кисломолочные напитки, масло растительное и коровье, сахар, мясо (птица), хлеб, крупа, овощи, свежие фрукты или соки (нектары), должны входить в рацион ежедневно (с допустимым отклонением +/-10% от Норм питания), другие пищевые продукты (рыба, яйца, сыр, творог, сметана) - 2 - 3 раза в неделю. При этом Нормы питания по итогам оздоровительной смены должны быть выполнены с допустимым отклонением +/-10% при условии соблюдения норм физиологических потребностей детей в пищевых веществах и энергии.

В пищеблоке должна быть картотека (или сборник) технологических карт блюд. В технологической карте указываются: раскладка продуктов, используемых для приготовления блюда, их вес в "нетто", масса полуфабриката, выход готового блюда, пищевая и энергетическая ценность, технология приготовления, правила оформления и подачи, органолептические показатели, срок годности и условия хранения блюда.

В случае непоставки тех или иных пищевых продуктов допускается производить их замену с учетом норм взаимозаменяемости пищевых продуктов при приготовлении блюд, изложенных в сборниках технологических карт блюд, согласно [пункту 159](#) настоящих Санитарных норм и правил.

В оздоровительных организациях должно быть организовано лечебное (диетическое) питание для нуждающихся в нем детей.

Питание детей, состоящих на лечебном (диетическом) питании, строится в соответствии с нормами физиологических потребностей детей в пищевых веществах и энергии и в соответствии с рекомендациями врача по замене тех или других пищевых продуктов с учетом профиля заболевания.

Для детей, находящихся на лечебном (диетическом) питании, составляется отдельный дневной рацион (допускается его оформление в меню-требовании для детей с обычным режимом питания).

Для приготовления диетических блюд должны быть пароварочные кастрюли или специальное торгово-технологическое оборудование.

В оздоровительных организациях ежедневно проводится С-витаминизация рационов (супов или напитков) аскорбиновой кислотой согласно установленным Нормам питания. При приготовлении пищи на костре (профильные палаточные лагеря) С-витаминизацию рационов (супов или напитков) целесообразно проводить путем выдачи детям витамина в таблетированной форме.

С-витаминизация рационов должна проводиться медицинским работником оздоровительной организации (медицинская сестра-диетолог, врач-диетолог) или ответственным за питание лицом в порядке, определенном нормативными правовыми актами Министерства здравоохранения Республики Беларусь. В журнале по контролю за качеством готовой продукции (бракеражном) должно указываться витаминизированное



блюдо, время витаминизации и количество использованного витамина С.

Витаминизацию компотов рекомендуется проводить после их охлаждения до температуры 12 - 15 °С перед их раздачей. При витаминизации киселей аскорбиновую кислоту вводят в крахмальную муку. Подогрев витаминизированных блюд не допускается.

В период получения детьми поливитаминных или витаминно-минеральных комплексов С-витаминизация рациона не проводится, если содержание витамина С в данных комплексах обеспечивает не менее 80% суточной потребности в нем ребенка.

Для организации питьевого режима в оздоровительной организации следует использовать негазированную питьевую воду промышленного производства, расфасованную в емкости, или кипяченую питьевую воду. При организации питьевого режима должна использоваться одноразовая посуда.

Кипяченая вода должна храниться (в холлах спальных корпусов, обеденном зале) в закрытых эмалированных емкостях с водоразборным краном в течение не более 4 часов.

Медицинскими работниками по окончании смены должен проводиться анализ расхода продуктов (в "нетто") по бухгалтерской накопительной ведомости. Целесообразно для своевременной коррекции питания такой анализ проводить 1 раз в 7 дней.

Контроль выполнения Норм питания в профильном палаточном лагере должен осуществляться медицинским работником или ответственным за питание работником лагеря ежедневно.

При кулинарной обработке пищевых продуктов необходимо выполнять следующие требования:

пища должна готовиться на каждый прием пищи и реализовываться в течение не более двух часов (в профильных палаточных лагерях - не более одного часа) с момента приготовления. Готовая горячая пища в пищеблоках должна храниться на электроплите или электромармите;

обработка сырых и готовых пищевых продуктов должна проводиться на разных производственных столах при использовании соответствующих маркировке разделочных досок и ножей;

птицу, мясо размораживают в мясо-рыбном цехе на воздухе при комнатной температуре. Рыбу размораживают в мясо-рыбном цехе на воздухе при комнатной температуре или в холодной воде (кроме рыбного филе) температурой не выше 12 °С из расчета 2 л на 1 кг рыбы с добавлением соли (7 - 10 г на 1 л);

замораживание охлажденных или повторное замораживание размороженных мяса, птицы, рыбы запрещается;

индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой или протирают ветошью;

овощи, предназначенные для салатов, варят в неочищенном виде. Овощи, подлежащие отвариванию в очищенном виде, чистят непосредственно перед варкой и варят в подсоленной воде;

неочищенные отварные овощи могут храниться не более 6 часов в условиях холода (при температуре от +2 °С до +6 °С), очищенные отварные овощи - не более 2 часов. Очищенные сырые овощи могут храниться в воде не более чем 1,5 часа;

овощи, фрукты и ягоды, используемые для приготовления блюд в сыром виде, после очистки и мытья должны бланшироваться, зелень - промываться в охлажденной кипяченой воде. Кочаны капусты перед бланшировкой нарезают на 2 - 4 части. Салаты перед заправкой должны храниться при температуре от +2 °С до +6 °С. Заправка салатов должна производиться непосредственно перед их выдачей;

полуфабрикаты из рубленого мяса, птицы, рыбы должны быть обжарены в течение 3 - 5 минут с двух сторон в нагретом до кипения жире, а затем доведены до готовности в жарочном шкафу при температуре +250 - +280 °С в течение 5 - 7 минут. Жарка полуфабрикатов может производиться в жарочном шкафу без предварительного обжаривания на электроплите при температуре +250 - +270 °С в течение 20 - 25 минут. При варке биточков на пару продолжительность тепловой обработки должна быть не менее 20 минут;

режим термической обработки блюд с использованием пароконвекторного торгово-технологического оборудования должен соответствовать технической документации;

при изготовлении супов из вареного мяса или отпуске его с супом измельченное и порционное мясо должно подвергаться вторичной термической обработке (кипячение в бульоне, соусе или запекание в жарочном шкафу в течение 10 минут при температуре +220 - +250 °С);

мясной фарш, используемый для начинки пирожков, блинчиков и других мучных изделий, должен изготавливаться из предварительно отваренного или тушеного мяса с последующим обжариванием на противне в течение 5 - 7 минут;

яйца должны обрабатываться в мясо-рыбном цехе путем тщательного промывания в двух специально выделенных ваннах (емкостях) - сначала в 1%-м, а затем в 0,5%-м растворе питьевой или кальцинированной соды при температуре около 30 °С, с последующим ополаскиванием проточной водой. Заносить и хранить в производственных помещениях для готовой продукции необработанные яйца в кассетах запрещается;

яйца необходимо варить в течение 10 минут после закипания воды. Смесь для омлета выливают на противень слоем 2,5 - 3 см и готовят в течение 8 - 10 минут при температуре в жарочном шкафу +180 - +200 °С;

творожные запеканки готовят слоем 3 - 4 см в жарочном шкафу при температуре +180 - +200 °С в течение 20 - 30 минут;

сосиски, вареные колбасы после порционирования очищают от полимерной оболочки и отваривают в течение 5 минут с момента закипания воды;

кисели, компоты охлаждают в емкостях, в которых они были

приготовлены, в закрытом виде в холодном цехе;

гарниры (отварные макаронные изделия, рис) должны промываться только горячей кипяченой водой;

запрещается переливание перед раздачей из потребительской тары в емкости молока, кисломолочных напитков, соков (нектаров).

При организации питания детей в оздоровительных организациях запрещается:

использование остатков пищи от предыдущего приема, а также пищи, приготовленной накануне;

изготовление сырковой массы, творога, простокваши-самокваса и других кисломолочных продуктов; блинчиков с сырым мясом, макарон с мясным фаршем ("по-флотски") и рубленным яйцом; студней, зельцев, мясных и рыбных заливных блюд; кондитерских изделий с кремом; кваса; изделий во фритюре; окрошки; паштетов, форшмака из сельди; яичницы-глазуньи; супов и гарниров из/на основе сухих пищевых концентратов быстрого приготовления; холодных напитков и морсов (без термической обработки) из плодово-ягодного сырья;

приготовление блюд на костном бульоне (кроме птицы);

использование сырого молока, творога из непастеризованного молока;

использование в крупной (более 1 кг) потребительской таре в натуральном виде без термической обработки пастеризованного молока, творога и сметаны.

В зависимости от имеющихся условий для приготовления пищи, эпидемической ситуации в оздоровительной организации или на территории по предписанию главного государственного санитарного врача административно-территориальной единицы перечень пищевых продуктов и готовых блюд, запрещенных в питании детей, может быть расширен.

Выдача готовой пищи в оздоровительных организациях осуществляется только после снятия пробы членами бракеражной комиссии с обязательной записью в журнале по контролю за качеством готовой пищи (бракеражном журнале) по форме согласно Санитарным нормам и правилам.

Бракеражная комиссия в оздоровительной организации, за исключением профильного палаточного лагеря, включает: заведующего столовой или шеф-повара, руководителя оздоровительной организации или его заместителя, ответственного за питание, медицинского работника (медицинская сестра-диетолог, врач-диетолог).

В профильных палаточных лагерях бракераж готовой пищи осуществляется медицинским работником лагеря или лицом, ответственным за питание.

При выявлении нарушений блюдо к выдаче не допускается до устранения выявленных кулинарных недостатков, о чем в бракеражном журнале производится соответствующая запись.

Оценка качества блюд проводится по органолептическим показателям проб, снятым непосредственно из пищеварочных котлов.

Ежедневно в оздоровительных организациях, за исключением профильных палаточных лагерей, должен осуществляться отбор суточных проб каждого приготовленного блюда.

Отбор суточных проб приготовленных блюд проводится медицинским работником оздоровительной организации (медицинская сестра-диетолог, врач-диетолог) или иным ответственным лицом (заведующий производством, шеф-повар) в стерильные емкости с крышками.

Каждое приготовленное блюдо отбирается в отдельную емкость объемом 200 - 250 мл. Супы, напитки (сладкие блюда), гарниры (каши, творожное, яичное блюда) отбирают в объеме не менее 100 мл, мясные, рыбные блюда, холодные закуски (салаты) отбирают в объеме не менее 70 - 100 г. Суточные пробы приготовленных блюд могут отбираться в уменьшенном объеме, но не менее 50 г, если это соответствует выходу приготовленного блюда.

Суточные пробы приготовленных блюд хранят в холодильнике для готовой продукции в течение 24 часов при температуре +2 - +6 °С.

По истечении срока хранения суточные пробы приготовленных блюд утилизируют, емкости тщательно моют с применением разрешенных моющих средств и стерилизуют путем кипячения в течение 15 минут в 2%-м растворе пищевой соды либо 30 минут без добавления пищевой соды.

Допускается не отбирать суточную пробу приготовленных блюд от партии менее 30 порций.

В обеденном зале следует создать обстановку, способствующую эмоционально-положительному состоянию детей. Покрывать стол следует чистой скатертью или использовать салфетки под каждый прибор. Для хлеба следует использовать хлебницу или пирожковую тарелку, для холодных закусок (салатов) - салатники (одно-, многопорционные) или закусочные тарелки. Обязательным является наличие индивидуальных салфеток.

При раздаче пищи горячие блюда должны иметь температуру 50 °С (оптимальная), холодные напитки должны быть комнатной температуры, но не ниже 16 °С, холодные закуски (салаты) - 14 - 16 °С.

Для раздачи супов рекомендуется использование супниц (на каждый стол), горячих напитков - чайников. Смену блюд необходимо производить по очередности их приема.

### **Инфекционные болезни и их профилактика в дошкольном учреждении.**

Процесс распространения возбудителей инфекционных болезней состоит из трех взаимодействующих звеньев:

- Источника инфекции, выделяющего микроб-возбудитель или вирус;
- Механизма передачи возбудителей;
- Восприимчивого населения.

*Источником инфекции:* при большинстве болезней является больной человек или больное животное, из организма которых возбудитель выводится тем или иным физиологическим (выдох, мочеиспускание, дефекация) или

патологическим(кашель, рвота) путем. Путь выделения возбудителя из больного организма тесно связан с местом его преимущественного нахождения в организме, его локализацией. Так, при кишечных инфекционных заболеваниях возбудители выделяются при дефекации, при поражении дыхательных путей - при дыхании и чихании, при локализации возбудителей в крови он может попадать в другой организм при укусе кровососущими насекомыми или членистоногими. Интенсивность выделения возбудителей в разные периоды болезни различна. При некоторых болезнях они начинают выделяться уже в конце инкубационного периода (корь у человека, бешенство у животных). Но наибольшее эпидемическое значение при всех острых инфекционных заболеваниях имеет разгар болезни, когда выделение микробов, как правило, происходит особенно интенсивно.

Иногда и после выздоровления человек может долгое время оставаться источником инфекции. Таких людей называют бактерионосителями. Кроме того, наблюдаются так называемые здоровые бактерионосители - лица, которые либо не болели, либо перенесли заболевание в легчайшей форме, в связи с чем оно и осталось нераспознанным, но стали бактерионосителями. Бактерионосители представляют большую опасность, так же как и больные стертыми, атипичными, легкими формами заболевания, которые не обращаются к врачу, перенося заболевание на ногах и рассеивая вокруг себя возбудителей болезни. Особенно часто это наблюдается у больных гриппом и дизентерией.

Инфекционные болезни, при которых основным источником и резервуаром в природе являются некоторые виды животных, от которых происходит заражение человека, называются зоонозами. Человек может заразиться от больного животного не только при прямом соприкосновении с ним (укус бешеным животным, обработка туши и т.д.), но и при употреблении в пищу мяса, молока, полученных от больных животных. Заражение сибирской язвой может произойти также при соприкосновении с животным сырьем: кожей, шерстью и т.д.

*Передача возбудителей инфекций:* в передачи заразного начала (возбудителя) участвуют различные факторы внешней среды: вода, воздух, пищевые продукты, почва и т.д., которые называются факторами, или путями передачи инфекции.

*Контактный путь передачи инфекции* (через наружные покровы) возможен в тех случаях, когда возбудители болезни передаются при соприкосновении больного или его выделений со здоровым человеком. Различают прямой контакт, т.е. такой, при котором возбудитель передается при непосредственном соприкосновении источника инфекции со здоровым организмом (укус, при половом контакте), и непрямого контакта, при котором инфекция передается через предметы домашнего и производственного обихода (например, заражение сибирской язвой через меховые изделия, загрязненные бактериями сибирской язвой). Путем непрямого контакта могут передаваться только инфекционные болезни, возбудители которых устойчивы к воздействиям внешней среды,

например сибирская язва, споры возбудителей которой сохраняются в почве иногда в течение десятилетий.

*Пищевой путь передачи инфекционных болезней:* является одним из самых распространенных. Этим путем передаются как возбудители бактериальных инфекционных болезней (брюшной тиф, паратифы, холера, дизентерия, бруцеллез и т.д.), так и некоторых вирусных заболеваний (вирусный гепатит, полиомиелит). При этом возбудители болезней могут попасть на пищевые продукты различными путями: инфицирование может произойти как от больного человека или бактерионосителя, так и от окружающих его лиц, не соблюдающих правила личной гигиены. Кишечные инфекционные болезни называют болезнями грязных рук. Заражение может произойти через инфицированные продукты, полученные от животных (молоко и мясо бруцеллезных животных, мясо животных или утиные яйца, содержащие сальмонеллезные бактерии). Возбудители болезней могут попасть на туши животных при разделке их на загрязненных бактериями столах, при неправильном хранении и транспортировке. При этом надо помнить, что пищевые продукты могут не только сохранять микробы, но и служить питательной средой для размножения и накопления микроорганизмов (молоко, мясные и рыбные продукты, консервы, различные крема). Определенную роль в распространении кишечных инфекционных болезней, имеющих фекально-оральный механизм заражения, принадлежит мухам. Микробы на поверхности тела и в кишечнике мухи остаются жизнеспособными в течение 2-3 дней. Уничтожение мух является не только общегигиеническим мероприятием, но и преследует цель профилактики кишечных инфекционных болезней.

*Водный путь передачи инфекции:* через загрязненную фекалиями воду могут передаваться холера, брюшной тиф и паратифы, дизентерия, туляремия, бруцеллез, лептоспирозы и т.д. Передача возбудителей при этом происходит как при питье зараженной воды, так и при обмывании продуктов, а также при купании в ней.

*Воздушным путем* передаются инфекционные болезни, возбудители которых локализуются преимущественно в дыхательных путях: корь, коклюш, менингококковая инфекция, грипп, натуральная оспа, легочная форма чумы, дифтерия, скарлатина. Большинство из них переносится с капельками слизи – воздушно-капельный путь передачи. Передающиеся таким путем возбудители обычно малоустойчивы во внешней среде и быстро в ней гибнут. Некоторые возбудители могут также передаваться с частицами пыли – воздушно-пылевой путь передачи. Этот путь передачи возможен только при инфекционных болезнях, возбудители которых устойчивы к высушиванию (сибирская язва, туляремия, туберкулез, Ку-лихорадка и т.д.)

*Трансмиссивный путь заражения:* заболевания передаются через кровососущих членистоногих (вши, клещи, блохи и т.д.) Блохи передают чуму, вши – сыпной тиф, клещи –энцефалит и т.д.

Санитарные правила устанавливают основные требования к комплексу организационных, санитарно-противоэпидемических (профилактических)

мероприятий, проведение которых обеспечивает предупреждение возникновения и распространения инфекционных и паразитарных болезней (далее - инфекционных болезней).

Санитарно-противоэпидемические (профилактические) мероприятия проводятся в обязательном порядке гражданами, индивидуальными предпринимателями и юридическими лицами в соответствии с осуществляемой ими деятельностью.

В дошкольных образовательных учреждениях, школах, оздоровительных организациях, высших и средних учебных заведениях, других образовательных и воспитательных организациях, осуществляющих воспитание и обучение населения, должны обеспечиваться условия, предупреждающие возникновение и распространение инфекционных болезней, в соответствии с санитарными правилами.

Профилактические медицинские осмотры:

В целях предупреждения возникновения и распространения инфекционных болезней работники отдельных профессий, производств и организаций при выполнении своей трудовой деятельности обязаны проходить предварительные при поступлении на работу и периодические профилактические медицинские осмотры. Периодическим и при поступлении на работу предварительным профилактическим медицинским осмотрам подлежат граждане, деятельность которых связана с повышенным риском заражения инфекционными болезнями, а также лица, представляющие опасность для населения в случае возникновения у них инфекционной болезни.

Индивидуальные предприниматели и юридические лица обязаны обеспечивать условия, необходимые для своевременного прохождения медицинских осмотров работниками.

Работники, отказывающиеся от прохождения медицинских осмотров, не допускаются к работе.

Меры в отношении больных инфекционными болезнями

Больные инфекционными болезнями, лица с подозрением на инфекционные болезни и лица, общавшиеся с больными инфекционными болезнями, а также лица, являющиеся носителями возбудителей инфекционных болезней, подлежат лабораторному обследованию и медицинскому наблюдению или лечению, и в случае, если они представляют опасность для окружающих, обязательной госпитализации или изоляции в порядке, установленном законодательством РБ.

Лица, являющиеся носителями возбудителей инфекционных болезней, если они могут явиться источниками распространения инфекционных болезней, в связи с особенностями производства, в котором они заняты, или выполняемой ими работой, при их согласии временно переводятся на другую работу, не связанную с риском распространения инфекционных болезней.

Больные инфекционными болезнями подлежат обязательному лечению, которое осуществляется в амбулаторных или стационарных условиях.

Иммунопрофилактика инфекционных болезней

Профилактические прививки проводятся гражданам для предупреждения возникновения и распространения инфекционных болезней в соответствии с законодательством РБ.

### **Понятие о дезинфекции, дезинсекции и дератизации**

Дезинфекция, или обеззараживание, — это комплекс специальных мероприятий, направленных на уничтожение возбудителей заразных заболеваний в окружающей человека среде. Частными видами **дезинфекции** являются **дезинсекция** - уничтожение насекомых и клещей, членистоногих (комары, клещи, вши) — переносчиков инфекционных заболеваний и **дератизация** — уничтожение грызунов, опасных в эпидемиологическом отношении.

Различают следующие виды **дезинфекции**:

- а) профилактическую, которая проводится независимо от наличия заразных заболеваний. В учебных и детских дошкольных учреждениях проводится влажная уборка 0,5%-ным раствором осветленной хлорной извести;
- б) текущую, действие которой распространяется на весь период нахождения инфекционного больного в помещении (дома, больнице). Уборка, замачивание посуды, белья, испражнений производятся раствором хлорной извести более высокой концентрации (1, 3, 10%);
- в) заключительную, осуществляемую после госпитализации, выздоровления или смерти больного.

Способы дезинфекции.

1. Механический: стирка, уборка, мытье, вывоз мусора - все это уменьшает до 50 % микробную обсемененность.
2. Физический: а) кипячение посуды, белья, воды, игрушек, плевательниц; б) действие водяного пара в автоклавах, дезинфекционных камерах, прожаривание, пастеризация; в) действие ультрафиолетовых лучей (бактерицидные и кварцевые лампы, солнечный свет).
3. Химический: применение растворов хлорсодержащих препаратов.

### **Организация рационального питания детей.**

Питание воспитанников в учреждениях дошкольного образования должно быть организовано на основе примерных двухнедельных рационов, разработанных с учетом требований настоящих Санитарных норм и правил.

Примерные двухнедельные рационы должны разрабатываться на основании норм потребления пищевых веществ и энергии для детей согласно санитарным нормам и правилам, устанавливающим требования к питанию населения: нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Республики Беларусь.

Примерные двухнедельные рационы должны также разрабатываться с учетом:



норм питания для соответствующих видов учреждений дошкольного образования и в зависимости от длительности пребывания воспитанников, размещения учреждений дошкольного образования на чистых или на загрязненных радионуклидами территориях, утвержденных в установленном законодательством Республики Беларусь порядке (далее – Нормы питания);

сезонности (лето-осень, зима-весна);

рекомендуемого объема (массы) блюд согласно приложению 9 к настоящим Санитарным нормам и правилам;

утвержденных в установленном порядке сборников рецептур блюд для воспитанников раннего и дошкольного возраста, сборников рецептур блюд диетического питания и других технологических нормативных правовых актов.

При разработке примерных двухнедельных и дневных или суточных рационов кроме требований, указанных в пункте 145 настоящих Санитарных норм и правил, должны быть учтены следующие требования и принципы детской диететики:

основные приемы пищи (завтрак, обед, ужин) в течение дня должны предусматриваться через каждые 3,5 - 4 часа;

распределение калорийности суточного рациона по отдельным приемам пищи должно составлять:

при 3-разовом питании (9 - 10,5-часовой режим пребывания) на завтрак – 20 % - 25% от общей калорийности суточного рациона, обед – 30 % - 35 %, полдник – 25 %, домашний ужин – 20 %- 25 %;

при 4-разовом питании (12-часовой режим пребывания) на завтрак – 20 % - 25% от общей калорийности суточного рациона, обед – 30 % - 35 %, полдник – 10 % - 15 %, ужин – 20 % - 25 %, домашний ужин – 15 %;

при 24-часовом режиме пребывания за 1 час до сна детям необходимо дать стакан молока или кисломолочного продукта и булочку или печенье (10% от общей калорийности суточного рациона);

питание воспитанников должно быть щадящим по химическому составу:

не используются острые приправы (хрен, перец, горчица, уксус и пищевые продукты с их использованием), соки и напитки в виде сухих концентратов;

в рационы не включаются одноименные блюда и гарниры в течение одного дня, а также в течение двух дней подряд;

колбасы и сосиски вареные используются высшего и первого сортов и не чаще 1 - 2 раза в неделю;

используется нежирное мясо: говядина первой категории (мякоть лопатки или тазобедренной части) или телятина, свинина мясная, цыплята-бройлеры, куры или индейка потрошенные первого сорта (мякоть);

для приготовления блюд используется йодированная соль;

такие пищевые продукты, как молоко и кисломолочные напитки, масло растительное и коровье, сахар, мясо (птица), хлеб, крупа, овощи, свежие фрукты или соки (нектары) должны входить в рацион ежедневно (с отклонением +/-10% от установленных норм питания), другие пищевые продукты (рыба, яйца, сыр, творог, сметана) - 2 - 3 раза в неделю. При этом установленные нормы питания

по итогам месяца должны быть выполнены, отклонения допускаются на +/-10 % при условии соблюдения норм потребления пищевых веществ и энергии для детей;

питание должно быть щадящим по способам приготовления и предусматривать преимущественно варение, тушение, приготовление на пару.

Дневной (суточный) рацион воспитанников составляется на основе имеющейся на пищеблоке картотеки рецептов блюд с технологией приготовления.

В случае непоставки тех или иных пищевых продуктов производится замена блюд с учетом норм взаимозаменяемости пищевых продуктов.

Коррективы в дневной (суточный) рацион воспитанников вносятся также в случае неисправности технологического оборудования на период его ремонта или замены.

В рецептуре блюда, включенного в дневной (суточный) рацион, должны указываться:

раскладка и вес в «нетто» пищевых продуктов, используемых для приготовления блюда;

выход готового блюда с расчетом пищевой и энергетической ценности; технология приготовления.

Для воспитанников, находящихся на лечебном (диетическом) питании, медицинский работник вносит коррекцию в дневной (суточный) рацион в соответствии с рекомендациями врача-педиатра участкового (врача общей практики).

Для воспитанников, получающих данное питание, допускается отклонение от установленных Норм питания по отдельным пищевым продуктам с учетом необходимости их замены.

Родители должны быть информированы о дневном рационе воспитанников, рекомендуемом наборе продуктов на домашний ужин и в выходные дни.

### **Пищевое отравление у ребенка**

Пищевое отравление у ребенка - это токсикоинфекция, вызванная чаще всего пищей с микробным содержанием. Интоксикация у детей протекает намного интенсивнее, тяжелее, чем у взрослых пациентов, поскольку многие пищеварительные функции малыша только начинают формироваться.

Яды (токсины) быстрее преодолевают все препятствия, всасываются в желудочно-кишечный тракт практически мгновенно, вызывая тяжелое состояние. Токсины, провоцирующие пищевое отравление у ребенка, делятся по происхождению на биологические или небиологические и могут быть причиной следующих типов интоксикаций:

Пищевая интоксикация, микробная токсикоинфекция.

Отравление ядовитыми выделениями животных, пресмыкающихся, растений.

Интоксикация химическими компонентами различных веществ.

Строго говоря, пищевое отравление у ребенка – отравление ядовитыми грибами, растениями и ягодами, все остальные пищевые проблемы относятся к

другому виду, называемому пищевой токсикоинфекцией, то есть отравлению недоброкачественными продуктами питания.

Причины пищевой токсикоинфекции у детей напрямую связаны с испорченными рыбными, мясными, молочными блюдами, в которых могут находиться разнообразные кишечные палочки и бактерии – стафилококки, сальмонеллы. Также часто интоксикацию могут вызвать грязные фрукты или овощи.

Симптомы пищевого отравления у детей характерны внезапностью, бывает, что фоне полного здоровья, малыш вдруг резко бледнеет, становится вялым, капризным. Это связано со стремительным распространением возбудителя токсикоинфекции в кишечном тракте. Боль, резь, колики в животе, чаще всего диарея с примесью слизи, возможно крови, рвота и повышенная температура тела указывает на острый воспалительный характер интоксикации. Если своевременно не остановить распространение токсинов по пищеварительной системе организма, у малыша развивается тяжелое состояние. Симптомы пищевого отравления у детей, которые требуют немедленной скорой медицинской помощи:

Жидкий стул, диарея, которая длится более 2-х часов. Если в кале заметны примеси крови, помощь нужно вызвать немедленно.

Сильная рвота – чаще чем, один раз в час.

Учащенный пульс.

Бледность, синюшность лица и губ.

Выпитая жидкость вызывает рвоту.

Общее плохое самочувствие.

Симптомы пищевого отравления у детей, которые также требуют обращения к врачу, но, возможен просто вызов доктора на дом:

Малыш жалуется на боли в животе. Если малыш маленький, он корчится, поднимает ножки к животу, пытается найти более комфортную позу, чтобы облегчить колики.

Пожелтение белков глаз.

Температура тела выше 37,5 градусов в течение 3-4-х часов.

Темная моча.

Тошнота, потеря аппетита.

Рвота после приема еды.

Периодический понос (в течение суток более 2-3-х раз).

Сухость во рту, выделение вязкой слюны.

Профилактика пищевых отравлений у детей

Профилактика заключается в соблюдении элементарных правил гигиены, как личной, так и общей, бытовой. Основная причина пищевых токсикоинфекций, как у детей, так и взрослых – это грязь (немытые руки, фрукты, овощи и так далее). Кроме того, несвежая или некачественная пища, особенно в летний период может быть провоцирующим фактором в смысле пищевой токсикоинфекции. Правила, которые предполагает профилактика пищевых отравлений у детей, следующие:

Частое мытье рук, после каждого посещения туалета, общественных мест, улицы. Необходимо вспомнить об общеизвестном выражении «чистота – залог здоровья». Если малыш будет приучен с малых лет к привычке мыть руки, риск пищевых токсикоинфекций снижается вдвое.

Все продукты, которые готовятся для детей, должны проходить термообработку. Свежий творог и молоко, купленные на рынке, фрукты, овощи должны быть обезврежены. Что-то возможно запечь, отварить, что-то – просто обдать кипятком.

Скоропортящиеся продукты должны храниться в соответствующем режиме, если он нарушается, пищу следует безжалостно выкидывать, здоровье новорожденного несравнимо с потерей продуктов питания.

Мама, которая заметила у себя симптомы пищевой инфекции, должна срочно лечиться, а приготовление пищи доверить другим, здоровым членам семьи. Любой контакт зараженного взрослого с малышом несет угрозу инфицирования.

Недопустимо хранение пищи в открытом виде, особенно летом. Продукты питания, стоящие на столе, должны быть закрыты от насекомых и контакта с воздухом.

Таким образом, главные правила профилактики – частое мытье рук, соблюдение правил общей гигиены и рацион, состоящий только из свежих, обработанных и безопасных продуктов. Профилактика пищевых отравлений у детей – это единственный надежный способ избежать серьезных последствий интоксикации, соблюдение простых правил не требуют много времени и усилий, кроме того, они универсальны и помогут минимизировать риск отравлений и у взрослых.

### **Здоровый образ жизни.**

Это поведение, стиль жизни, способствующий сохранению, укреплению и восстановлению здоровья людей. К гигиенически рациональным формам поведения относится поведение, способствующее повышению защитных свойств организма, а также поведение, направленное на борьбу с вредными привычками, влияющими на здоровье.

Поведение, способствующее повышению защитных свойств организма, включает в себя:

- оптимальный режим различных видов деятельности и отдыха,
- рациональное питание,
- оптимальную двигательную активность, физическую культуру, закаливание,
- соблюдение правил личной гигиены,
- медицинскую активность,
- динамическое слежение за собственным здоровьем,
- позитивное экологическое поведение.

Применительно к детям необходимо постоянно иметь в виду, что не всегда сам ребенок может обеспечить соответствующий способ жизнедеятельности. Много зависит от родителей и педагогов. В этом смысле ребенок пассивен, но

от того как организована его жизнедеятельность во многом будет зависеть и его будущее поведение.

Здоровый образ жизни несовместим с вредными привычками и эта несовместимость принципиальная. Употребление алкоголя, других опьяняющих и наркотических веществ, курение табака препятствуют утверждению любых сторон здорового образа жизни.

Вредные привычки входят в число важнейших факторов риска многих заболеваний, существенным образом сказываются на состоянии здоровья детей и подростков и населения в целом.

В настоящее время накоплен обширный научный материал, доказывающий

непосредственное воздействие целого ряда факторов окружающей среды (климат, погода, экологическая обстановка) на здоровье человека.

Способность приспосабливаться к отрицательным воздействиям различна у людей с разным уровнем здоровья, физической подготовленностью. Адаптационные особенности человека зависят от типа его нервной системы. Слабый тип (меланхолический) приспосабливается труднее и часто подвержен серьезным срывам. Сильный, подвижный тип (сангвинистический) психологически легче приспосабливается к новым условиям. В то же время, как показатели специальные исследования у людей с более высоким уровнем физической подготовленности устойчивость организма значительно выше, чем у лиц с низкой общей физической подготовленностью.

Режим труда и отдыха. Человек, соблюдая устоявшийся и наиболее целесообразный режим жизнедеятельности, лучше приспосабливается к течению важнейших физиологических процессов. Следовательно, необходимо вести четко организованный образ жизни, соблюдать постоянный режим в учебном труде, отдыхе, питании, сне.

Пища служит источником энергии для работы всех систем организма, обновления тканей. К режиму питания следует подходить строго индивидуально. При занятиях физическими упражнениями, спортом принимать пищу следует за 2-2,5 часа до и спустя 30-40 минут после их завершения.

Один из обязательных факторов здорового образа жизни систематическое, соответствующее полу, возрасту, состоянию здоровья использование физических нагрузок. У большинства числа людей, занятых в сфере интеллектуального труда, двигательная активность ограничена

### **Профилактика ВИЧ/СПИД**

Как передается ВИЧ?

- половым – при любом незащищенном (без презерватива) половом контакте;
- «кровь в кровь» – при использовании нестерильных игл, шприцев, пользовании чужими бритвенными принадлежностями, зубными щетками, маникюрными и педикюрными наборами.

- от матери ребенку – во время беременности, в родах и при грудном вскармливании.

ВИЧ не передается:

- при рукопожатии или объятиях;
- при пользовании столовыми приборами, постельными принадлежностями;
- через предметы сантехоборудования, при пользовании бассейном, душем;
- воздушно-капельным путем;
- при совместных занятиях спортом;
- в общественном транспорте;
- через животных или при укусах насекомых.

Основным фактором заражения вирусом является передача половым путем,

которая составляет около 80% случаев заражения, а в отдельных регионах – до 90%. При делении ВИЧ-положительных на возрастные категории наибольшее количество зараженных (65%) составляют молодые люди.

В то же время, обращает на себя внимание и рост заболеваемости среди представителей старшего поколения.

Факт инфицирования после контакта с вирусом можно установить через 25 дней – 3 месяца (в некоторых случаях до 6 месяцев). Период между попаданием вируса в организм и образованием антител к нему называется «периодом окна», и в течение этого периода тестирование может показать отрицательный результат. Поэтому для получения достоверного результата необходимо сделать повторный анализ через 3-6 месяцев. В «период окна» в крови, сперме живущего с ВИЧ, вирус находится в концентрации, достаточной для инфицирования других людей.

Кто может заразиться

ВИЧ-инфекцией?

**КТО УГОДНО:** взрослые и дети, мужчины и женщины, гомо- и гетеросексуалы, независимо от места проживания и религиозных убеждений. Любой, даже ты,

**ЕСЛИ ТЫ НЕОСТОРОЖЕН!**

Носитель вируса иммунодефицита может передавать ВИЧ другим людям уже с первых дней заражения

**ПОМНИТЕ:**

Алкоголь и наркотики неизбежно влияют на принимаемые решения: ведь под их влиянием человек плохо контролирует свои действия, легче идет на риск, пренебрегает необходимыми мерами предосторожности.

Как избежать заражения?

верность в половых отношениях;

правильное использование презерватива;

отказ от введения наркотиков или использования индивидуальных игл и шприцев;

индивидуальное использование инструментов для бритья, маникюра, гигиенических процедур.

Зачем нужно проходить тестирование на ВИЧ?

Многие люди, живущие с ВИЧ, не знают об этом. У них нет никаких симптомов, вирус никак не проявляет себя. Тестирование дает два больших преимущества – вы сможете точно узнать свой статус и принять необходимые меры:

- *если ваш ВИЧ-статус окажется отрицательным*, то вы сможете позаботиться о том, чтобы в дальнейшем защитить от инфекции себя и своих близких;

- *если ваш ВИЧ-статус окажется положительным*, то вы сможете получить доступ к соответствующему уходу, поддержке и лечению, а также изучить способы поддержания собственного здоровья.