



# **Kaip paruošti saugų ir kokybišką maistą vaikų darželiuose ir mokyklose?**

Vaikų ugdymo įstaigose Valstybinės maisto ir veterinarijos tarnybos inspektoriai kasmet nustato ne mažai pažeidimų: maistas gaminamas netinkamose patalpose, naudojami vaikų maitinimui draudžiami maisto priedai arba gaminiai, neaiškios kilmės ir kokybės produktai. Kad darželiuose ir mokyklose ant stalų garuotų kokybiški, maistingi ir švieži patiekalai, Valstybinė maisto ir veterinarijos tarnyba parengė rekomendacijas ugdymo įstaigų ir valgyklų vadovams.



# Į ką atkreipti dėmesį renkantis tiekėjus ir produktus?

- **Ar turi Maisto tvarkymo subjekto patvirtinimo pažymėjimą?** Maisto produktus ar žaliavas reikėtų pirkti tik iš tų įmonių, kurios turi Maisto tvarkymo subjekto patvirtinimo pažymėjimą, kurį įvertinę sąlygas išduoda Valstybinės maisto ir veterinarijos tarnybos inspektoriai. Gyvūninio maisto tvarkymo subjektai privalo turėti veterinarinio patvirtinimo numerį, kuris skelbiamas <http://vetlt1.vet.lt/vepras/>
- **Ar įmonė neįtraukta į nepatikimų verslininkų sąrašą?** Rinkitės gamintojus ir tiekėjus, kurių nėra Nepatikimų maisto tvarkymo subjektų sąrašė. Šis sąrašas sudaromas remiantis valstybinės maisto ir veterinarinės kontrolės duomenimis. Jis atnaujinamas du kartus per metus ir skelbiamas VMVT internetiniame puslapyje <http://vmvt.lt/lt/as/verslininkas/patikimi.ir.nepatikimi.subjektai/>.
- **Produktai turi atitikti jiems keliamus kokybės reikalavimus.** Pavyzdžiui, sūriai turi atitikti Sūrių kokybės reikalavimų apraše išdėstytus nurodymus, bulvės – Maistinių bulvių kokybės reikalavimus, mėsos gaminiai – Lietuvos standarto LST 1919:2003 „Mėsos gaminiai“ nustatytus aukščiausios rūšies mėsos gaminių kokybės reikalavimus ir t.t.

## Tiekėjų kontrolė

Norint užtikrinti maisto produktų kokybę, labai svarbi tiekėjų kontrolė. Tad viešųjų pirkimų sąlygose rekomenduojama numatyti tiekiamų maisto produktų laboratorinius tyrimus, taip pat suderinti šių tyrimų apmokėjimą. Maisto produktų laboratorinė kontrolė padeda užtikrinti jų atitiktį teisės aktų reikalavimams ir skatina tiekėjų sąžiningumą.



# Kaip organizuoti darbą valgykloje?



**Supažindinti su teisės aktų reikalavimus ir jų pakeitimais.** Labai svarbu, kad visi su maistu dirbantys darbuotojai būtų supažindinti su Lietuvos ir Europos Sąjungos teisės aktų reikalavimais, kurie reglamentuoja maisto tvarkymą ir maisto saugą. Taip pat jie turi būti nuolat informuojami apie teisės aktų pakeitimus ir papildymus. Jus rasite VMVT internetiniame puslapyje <http://vmvt.lt/uploads/file/Teises%20aktai/Teises%20aktu%20rinkiniai%20verslui/Viesasis%20maitinimas%202014-01.pdf>

**Savikontrolės užtikrinimas.** Siekiant užtikrinti, kad gaminamas maistas būtų saugus, svarbu vykdyti žaliavų, gamybos procesų, higienos reikalavimų ir paruoštų patiekalų savikontrolę. Tai reiškia, kad turi būti užtikrinama kontrolė produktų priėmimo metu: įvertinta kokiomis higienos sąlygomis jie buvo transportuojami, ar išlaikyti greitai gendančių maisto produktų temperatūriniai režimai, ar nepažeistos pakuotės, paženklinta pagal teisės aktų reikalavimus. Taip pat labai svarbu maisto produktus laikyti tinkamomis sąlygomis, išlaikyti temperatūrinius režimus. Maisto laikymo vietose turi būti efektyvus valymas, plovimas ir dezinfekavimas.

**Kaip išvengti kryžminės taršos?** Būtina griežtai laikytis technologinio proceso srauto reikalavimų, visuose gamybos etapuose atskirti žaliavas nuo pagamintų maisto produktų. Ypatingą dėmesį reikėtų atkreipti į žaliavų defrostavimo, jau pagamintų gaminių atvėsimo temperatūrą ir laiką. Kuo trumpesnis laikas, o temperatūra žemesnė, tuo mažesnė tikimybė atsirasti mikrobinei taršai.

**Griežta temperatūros kontrolė.** Peržiūrėkite gaminamų maisto produktų technologinį procesą, jo srauto diagramą. Svarbiuose valdymo taškuose reikia įvesti griežtesnę temperatūros parametų laikymosi kontrolę: griežtai kontroliuoti reikalaujamą kaitinimo ar šaldymo temperatūrą, laiko intervalą, privalomų įrašų savikontrolės žurnaluose registravimą. Termiškai apdorojamų maisto produktų vidaus temperatūra turi būti ne žemesnė kaip 75°C, o vištienos patiekalams rekomenduojama ne žemesnė kaip 78°C.

**Labai svarbi produktų atsekamumo sistema.** Kiekviename maisto tvarkymo etape (produktų priėmimo, laikymo, gamybos) labai svarbu iš kokių produktų buvo gaminamas patiekalas, ar produktai buvo laikomi tinkamose sąlygose, nepažeisti jų tinkamumo vartoti terminai ir pan.

**Aukšti higienos reikalavimai.** Svarbu užtikrinti, kad po kiekvienos gamybos procedūros būtų valoma, plaunama, dezinfekuojama gamybinė įranga, paviršiai. Turi būti parengtos dezinfekavimo, plovimo schemos ir jų privaloma besąlygiškai laikytis. Darbuotojams taip pat būtina kelti aukštus higienos reikalavimus. Maistą tvarkantys darbuotojai rankas turėtų plauti kiek įmanoma dažniau. Jeigu reikia, dezinfekuoti. Administracija turėtų stebėti maistą tvarkančių asmenų sveikatos pokyčius, ypač atkreipti dėmesį, ar nesiskundžia viduriavimu, neserga ūimomis žarnyno infekcijomis.



# Reikalavimai valgiaraščiams

Valgiaraščius rekomenduojama sudaryti ne rečiau kaip du kartus per metus, atsižvelgiant į sezoniškumą.

Valgiaraščiai sudaromi pagal juridinių ar fizinių asmenų parengtus ir su Sveikatos apsaugos ministerija suderintus patiekalų receptūrų rinkinius (rinkinyje turi būti pateiktas Sveikatos apsaugos ministerijos suderinimo raštas). Valgiaraštis gali būti sudarytas ir savarankiškai maitinimo paslaugos teikėjo, tačiau būtina suderinti su teritorine visuomenės sveikatos priežiūros įstaiga.

Valgiaraščiai sudaromi ne mažiau kaip 15 dienų, atsižvelgiant į rekomenduojamas paros energijos ir maistinių medžiagų normas konkrečiam amžiaus tarpsniui, taip pat į sveikos mitybos principus ir taisykles.

Vaikams gali būti pateikti laisvai pasirenkami šalti ir (ar) šilti užkandžiai.

Vaikų mitybos racione negali būti pagal teisės aktų nuostatas neleistinių maisto produktų ir maisto priedų.

Vaikams, kuriems reikalingas tausojantis (dietinis) maitinimas, turi būti sudarytas jiems pritaikytas valgiaraštis.

Maistas turi būti gaminamas ir patiekiamas tą pačią dieną.

# Kokie produktai būtini ir draudžiami vaikų mitybos racione?

Vaikai turėtų gauti pakankamai daržovių, bulvių, vaisių, uogų (ypač vietinių), sulčių (ypač šviežių), grūdinių (duonos gaminių, kruopų produktų) ir ankštinių produktų, pieno ir jo produktų (raugintų pieno produktų, po rauginimo termiškai neapdorotų), nemaltos liesos mėsos, liesos mėsos produktų (ypač šviežių, atšaldytų), žuvies ir jos produktų, geriamojo vandens ir natūralaus mineralinio bei šaltinio vandens.

Reikėtų stengtis, kad produktai į valgyklas atkeliautų iš ekologinės gamybos ūkių ar išskirtinės kokybės produktų gamintojų.

Svarbu dalyvauti valstybinėse „Pienas vaikams“ ir vaisių vartojimo skatinimo programose.

Vaikams patiekalų negalima gaminti iš subproduktų (inkstų, kepenų, smegenų, plaučių), grybų, sultinių koncentratų. Draudžiama vaikams siūlyti saldinių, konditerijos gaminių su kremu ir (ar) šokoladu, nealkoholinių gėrimų su maisto priedais (dažikliais, konservantais, saldikliais), gazuotų gėrimų, bulvių traškučių ir kitų riebaluose virtų gaminių, žuvies konservų, nepramoninės gamybos konservuotų gaminių, žlėgtainių, šaltienos, nešiluminių pagamintų gėrimų, kitų teisės aktais neleistinų vartoti maisto produktų ir patiekalų.

Gaminant patiekalus reikėtų stengtis nenaudoti maisto produktų, kuriuose natūraliai esantys komponentai arba įprastai naudojamos sudedamosios dalis yra pakeistos kitais komponentais ar kitomis sudedamosiomis dalimis. Pavyzdžiui, 45 proc. sūrio produktų, kuriuose pusė pieno riebalų pakeisti augaliniais riebalais, taip pat tepijų riebalų mišinių ir pan.

Draudžiama gaminti patiekalus iš produktų, kurių sudėtyje yra genetiškai modifikuotų organizmų (GMO) arba jų sudėtį jeina GMO.



# Ką svarbu žinoti ugdymo įstaigos administracijai?



## **Kokiose patalpose ir iš kokių indų valgys vaikai?**

Pasirūpinkite, kad valgyklos patalpos būtų suremontuotos, išvalytos ir išdezinfekuotos, pakaktų gamybinio inventoriaus, kuris turi būti nesusidėvėjęs, saugus. Taip pat atkreipkite dėmesį, ar pasirūpinta tinkamu kiekiu salės indų, jis gerai išplautas ir išdezinfekuotas, skirta vieta tinkamai jį džiovinti ir laikyti. Draudžiama naudoti susidėvėjusius, įskilusius, apdaužytais kraštais indus ir aliumininius įrankius bei indus. Būtina sudaryti sąlygas vaikams prieš valgį nusiplauti rankas, visuomet turi pakakti plovimo ir sausinimo priemonių.

**Druskos ant stalų neturi būti.** Vaikams valgant ant stalų neturi būti padėta druskos, pipirų, garstyčių. Reikėtų sudaryti galimybę atsigerti nesaldintos arbatos ir geriamojo vandens (geriausiai kambario temperatūros).

**Ugdymo įstaigose matomoje vietoje turi būti skelbiama:** tos dienos valgiaraščiai, maisto pasirinkimo piramidės plakatas, Valstybinės maisto ir veterinarijos tarnybos telefono numeris 8 800 40 403.

**Turi būti paskirtas atsakingas asmuo.** Jis visus mokslo metus prižiūri, kad vaikų maitinimas būtų organizuojamas pagal teisės aktų reikalavimus. Nustatęs neatitikimus, privalo nedelsiant informuoti valgyklos bei mokyklos vadovus. Taip pat stebėti, kad nustatyti pažeidimai būtų kiek įmanoma greičiau pašalinti.



## **VALSTYBINĖ MAISTO IR VETERINARIJOS TARNYBA**

Siesikų g. 19,  
LT-07170 Vilnius  
Lietuva  
Tel. +370 5 240 4361  
Faks. +370 5 240 4362  
Nemokamas telefono numeris  
8 800 40 403  
[www.vmt.lt](http://www.vmt.lt)