

## **Как выбрать продукцию здорового питания на предприятиях общественного питания**

Правильное питание – это способ питания, при котором итогом этого процесса является укрепление и улучшение здоровья, физических и духовных сил человека, предупреждение и лечение различных заболеваний, замедление процессов старения, т.е. правильное питание – это здоровое питание. Потребности человека в различных пищевых веществах связаны с его энергетическими потребностями, возрастом, полом, ростом и весом. На потребность в пищевых веществах влияют также такие факторы образа жизни, как уровень физической активности, стресс, курение, потребление алкоголя. Ни один пищевой продукт в отдельности не содержит всех пищевых веществ в оптимальных количествах и правильных соотношениях. Вот почему здоровое питание возможно только при потреблении разнообразных пищевых продуктов.

Здоровое питание помогает предотвратить неинфекционные заболевания, включая ожирение, диабет, болезни сердца, нарушение мозгового кровообращения и рак. Четыре из десяти основных причин смертности населения связаны с неправильным питанием, это: избыточный вес и ожирение, высокое кровяное давление, высокий уровень глюкозы в крови и высокий уровень холестерина.

При разбалансированном питании, дефиците основных компонентов пищи (белков, незаменимых аминокислот, микроэлементов, витаминов) возрастает опасность вредного воздействия контаминированных продуктов питания на органы и системы организма, показатели здоровья в целом.

Для правильного выбора продукции здорового питания на предприятиях общественного питания регламентировано наличие информации для потребителей, содержащей:

- фирменное наименование (наименование) предлагаемой продукции с указанием способов приготовления и входящих в ее состав основных рецептурных компонентов;
- сведения о массе (объеме) порции продукции общественного питания (блюда, изделия);
- сведения о пищевой ценности продукции общественного питания (химическом составе и калорийности);
- дата и час изготовления, срок годности, условия хранения (для продукции, которая не изготавливается по индивидуальному заказу).

Информация о реализуемой продукции общественного питания должна доводиться до потребителей путем размещения в меню, на ценниках, этикетках, информационных листках, на доске потребителя или другими способами.

В соответствии с пунктами 9.8-9.10 ГОСТ 30390-2013 «Услуги общественного питания. Продукция общественного питания, реализуемая

населению. Общие технические условия» продукция общественного питания, изготовление которой осуществляется предприятиями общественного питания в процессе оказания услуг общественного питания для потребления на месте производства, маркировке не подлежит.

При реализации продукции общественного питания в магазинах (отделах) кулинарии и через столы заказов весовым способом в потребительской таре продукцию не маркируют, но информацию о продукции размещают на единице упаковки или в информационном листе в торговом зале предприятия в непосредственной близости от реализуемой продукции общественного питания.

Продукция предприятий общественного питания, находящаяся в обращении на территории Таможенного союза в течение установленного срока годности, при использовании по назначению должна быть безопасной. Сроки годности и условия хранения пищевой продукции устанавливаются изготовителем.

Изготовители пищевой продукции, обязаны осуществлять процессы ее производства (изготовления), хранения, перевозки (транспортирования) и реализации таким образом, чтобы такая продукция соответствовала обязательным требованиям, установленным к ней ТР ТС 021/2011 «О безопасности пищевых продуктов» и (или) техническими регламентами Таможенного союза на отдельные виды пищевой продукции/ТР ТС 034 /2013 «О безопасности мяса и мясной продукции», ТР ТС 023/2011 «Технический регламент на соковую продукцию из фруктов и овощей», ТР ТС 033/2013 «О безопасности молока и молочной продукции», ТР ТС 005/2011 «О безопасности упаковки», ТС 029/2012«Требования безопасности пищевых добавок, ароматизаторов и технологических вспомогательных средств», ТР ЕАЭС 040/2016 «О безопасности рыбы и рыбной продукции», ТР ЕАЭС 044/2017 «О безопасности упакованной питьевой воды, включая природную минеральную воду», ТР ТС 015/2011 «О безопасности зерна», ТР ТС 024/2011 «Технический регламент на масложировую продукцию».

Качество пищевых продуктов - это совокупность характеристик пищевых продуктов, способных удовлетворять потребности человека в пище при обычных условиях их использования. Требования к качеству кулинарной регламентированы ГОСТ 30390-2013«Услуги общественного питания. Продукция общественного питания, реализуемая населению. Общие технические условия», техническими документами, к которым относятся технические условия, технологические инструкции, стандарты организаций, технико-технологические карты и (или) иные документы.

Действие ГОСТов, в соответствии со ст.46 Федерального закона «О техническом регулировании», подлежат обязательному исполнению только в части, соответствующей целям защиты жизни или здоровья граждан, имущества физических или юридических лиц, государственного или муниципального имущества, охраны окружающей среды, жизни или здоровья животных и растений, предупреждения действий, вводящих в заблуждение приобретателей, в т.ч. потребителей. Не включенные в

технические регламенты требования к продукции или к продукции и связанным с требованиями к продукции процессам производства, хранения, перевозки, реализации и утилизации, правилам и формам оценки соответствия, правила идентификации, требования к терминологии, упаковке, маркировке или этикеткам и правилам их нанесения, в соответствии со ст. 7 Федерального закона «О техническом регулировании», не могут носить обязательный характер.

Требования к оказанию услуг общественного питания регламентированы и СП 2.3.6.1079-01 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям общественного питания, изготовлению и оборотоспособности в них пищевых продуктов и продовольственного сырья», СанПиН 1.1.1058-01 «Организация и проведение производственного контроля за соблюдением санитарных правил и выполнением санитарно-противоэпидемических мероприятий», а также Федеральными законами от 2 января 2000г. N29-ФЗ «О качестве и безопасности пищевых продуктов», от 30 марта 1999г. N 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», Законом РФ от 7 февраля 1992 г. N 2300-I «О защите прав потребителей», а также Правилами оказания услуг общественного питания, утв. постановлением Правительства РФ от 15 августа 1997г. N 1036.

В соответствии со статьей 8 Федерального закона от 26 декабря 2008 г. N 294-ФЗ «О защите прав юридических лиц и индивидуальных предпринимателей при осуществлении государственного контроля (надзора) и муниципального контроля» юридические лица, индивидуальные предприниматели, осуществляющие деятельность по оказанию услуг питания обязаны:

- уведомить о начале осуществления отдельных видов предпринимательской деятельности уполномоченный Правительством Российской Федерации в соответствующей сфере федеральный орган исполнительной власти;

- сообщить в письменной форме дополнительно в уполномоченный федеральный орган исполнительной власти сведения о существенных изменениях при осуществлении деятельности.

В случае непредставления уведомлений о начале осуществления отдельных видов предпринимательской деятельности или представления таких уведомлений с содержанием в них недостоверных сведений несут ответственность в соответствии с законодательством Российской Федерации.

Не соблюдение обязательных санитарно-эпидемиологических требований на предприятиях общественного питания и детских учреждениях может привести к случаям групповых (массовых) заболеваний.