



Állami Népegészségügyi és Tisztiorvosi Szolgálat

37/2014. (IV. 30.) EMMI rendelet a közétkeztetésre vonatkozó táplálkozás - egészségügyi előírásokról

Miskolc 2015. március 24.

Dr. Szabó Enikő

helyettes országos tisztifőorvos

Országos Tisztifőorvosi Hivatal



1. Általános rendelkezések

1. § (1)² E rendelet hatálya kiterjed:

a) **valamennyi közétkeztetési** szolgáltatást nyújtó szervre, szervezetre, gazdasági társaságra, természetes személyre (a továbbiakban együtt: Közétkeztető);

b) a szociális alapszolgáltatásokat és szakosított ellátásokat, illetve a gyermekjóléti alapellátást és a gyermekvédelmi szakellátást biztosító szolgáltatókra, intézményekre abban az esetben, ha saját, működő főzőkonyhával rendelkeznek;

c) a nemzeti köznevelésről szóló törvény szerinti nevelési-oktatási, valamint a fekvőbeteg-ellátást nyújtó intézményekre [a b) és c) pont szerinti szolgáltatók, intézmények a továbbiakban együtt: Intézmény].

(2) Azon Intézmény, amely saját, működő főzőkonyhával rendelkezik és a közétkeztetési szolgáltatást ennek keretében biztosítja, az (1) bekezdés a) pontja szerinti Közétkeztetőnek is minősül.

(3)-(4)³

(5) E rendelet előírásai a betegélelmezésben nyújtott közétkeztetési szolgáltatás esetén az egészségügyi szolgáltatások nyújtásához szükséges szakmai minimumfeltételekről szóló 60/2003. (X. 20.) ESzCsM rendeletben (a továbbiakban: Szmfr.) foglalt előírások sérelme nélkül alkalmazandóak.

(6) Az e rendeletben foglaltaktól ünnepekhez kötődő tradicionális ételek készítésekor, illetve vallási okból el lehet térni.



2. Fogalom-meghatározások

2. § (1) E rendelet alkalmazásában:

1. *adag*: a 4. mellékletben foglalt táblázat A oszlopában felsorolt ételsorelemekből korcsoportonként a végső fogyasztónak, egy főre, egy étkezés során biztosított mennyiség;
 2. *diétás étrend*: olyan ételekből összeállított étrend, amely különleges összetételére vagy az előállítása során alkalmazott egyedi eljárásra tekintettel olyan fogyasztók speciális táplálkozási igényeit elégíti ki, akik számára sajátos egészségi állapotuk bizonyos anyagok ellenőrzött mértékben történő fogyasztását teszi indokolttá;
 3. *édesítőszer*: az élelmiszer-adalékanyagokról szóló 2008. december 16-i 1333/2008/EK európai parlamenti és tanácsi rendelet II. melléklet B. rész 2. Édesítőszer pontjában felsorolt élelmiszer-adalékanyagok;
 4. *édesség*: valamennyi édesipari termék és cukrászati termék;
 5. *élelmiszer*: az élelmiszerjog általános elveiről és követelményeiről, az Európai Élelmiszerbiztonsági Hatóság létrehozásáról és az élelmiszerbiztonságra vonatkozó eljárások megállapításáról szóló, 2002. január 28-i 178/2002/EK európai parlamenti és tanácsi rendelet 2. cikke szerinti fogalom;
 6. *étel*: a közétkeztetés keretében konyha- és cukrásztechnológiai műveletek vagy azok részműveletei útján közvetlen fogyasztásra készített élelmiszer, amely melegen vagy lehűtés után fogyasztható, továbbá a közétkeztetés keretében közvetlen fogyasztásra előkészített és adagolt, valamint a nyersen fogyasztandó élelmiszer;
 7. *ételsor*: egy étkezésen belül, különböző élelmiszer-nyersanyagokból előállított, közvetlen fogyasztásra alkalmas ételek;
 8. *étrend*: korcsoportonkénti élettani szükségletnek megfelelő energiatartalmú, összetételű és jellegű ételekből, italokból összeállított ételsor;
 9. *fekvőbeteg-gyógyintézeti étkeztetés*: az Szmfr. 4. § (1) bekezdés e)-f) és h) pontja szerinti étkeztetés;
 10. *főzőkonyha*: a vendéglátó-ipari termékek előállításának és forgalomba hozatalának élelmiszerbiztonsági feltételeiről szóló miniszteri rendeletben meghatározott fogalom, ideértve a miniszteri rendelet szerinti befejező konyhát is;
 11. *gabona alapú élelmiszer*: a gabonák, pszeudogabonák és a fő alkotórészként ezeket tartalmazó élelmiszerek;
 12. *hidegétkezés*: hideg élelmiszerekből vagy ételekből álló, legfeljebb meleg itallal kiegészített étkezés;
 13. *hozzáadott cukor*: az élelmiszer jellegéből adódóan abban természetes formában előforduló cukrokon kívül az ételhez vagy élelmiszerhez hozzáadott cukrok, illetve méz;
 14. **4. közétkeztetés: olyan rendszeres étkezést biztosító, szervezett közösségi ellátás, melyet nevelési-oktatási intézményekben, állami és önkormányzati finanszírozású nyári táborokban, fekvőbeteg-szakellátást nyújtó intézményekben, szociális ellátás, gyermekjóléti alapellátás és gyermekvédelmi szakellátás keretében ellátott, különböző korú és egészségi állapotú személyek részére, többnyire előre megrendelés alapján a nap egy meghatározott időszakában, meghatározott időtartamban nyújtanak;**
 15. *nyersanyag*: az étel összetevője, olyan élelmiszer, amelynek az étel jellegéhez nem illő részeit konyhatechnológiai előkészítő műveletek alkalmazásával eltávolították, és fogyasztásra vagy ételkészítésre előkészítették;
 16. *pszeudo gabona (álgabona)*: a nem a pázsitfűfélék (perjefélék) családjába tartozó azon növények, amelyek felhasználási területei megegyeznek a gabonákéval;
 17. *receptúra*: egy adott étel vagy ital elkészítéséhez szükséges technológiai leírás, a meghatározott adagszámban felhasznált nyersanyagok tételes mennyiségi felsorolásával;
 18. *színhús*: az állat fajtától függetlenül, fogyasztásra feltétel nélkül alkalmasnak minősített állatból vagy állati részekből származó olyan hús, amely nem tartalmaz különösen szabad szemmel látható zsírt, bőrt, hártyát, ínt, porcot vagy csontot;
 19. *tálalókonyha*: a vendéglátó-ipari termékek előállításának és forgalomba hozatalának élelmiszerbiztonsági feltételeiről szóló miniszteri rendeletben meghatározott fogalom;
 20. ⁵ *teljes kiőrlésű gabona alapú élelmiszer*: olyan gabona alapú élelmiszer, amely a gabonaszem összes alkotórészét - beleértve a csírárt és a korpát is - tartalmazó gabonamag és pszeudo gabonamag, valamint az ezek felhasználásával készült, ezen alkotórészeket legalább 50%-ban tartalmazó, a vonatkozó jogszabályi előírásoknak és a Magyar Élelmiszerkönyv kötelező előírásairól szóló 152/2009. (XI. 12.) FVM rendelet (a továbbiakban: Magyar Élelmiszerkönyv) előírásainak megfelelő élelmiszer;
 21. *tíz ételmezési nap*: tíz egymást követő, étkezést biztosító nap.
- (2) E rendelet alkalmazásában
- a) főétkezésnek minősül a reggeli, az ebéd és a vacsora;
 - b) kísétkezésnek minősül a tízórai és az uzsonna.
- (3) Ha az adott étel a 4. mellékletben foglalt táblázat A oszlopában felsorolt ételsorelemek közé nem beilleszthető, akkor az 1. mellékletben foglalt nyersanyag-kiszabati előírás szerinti alapanyagokat az ott megadott mennyiségben kell tartalmaznia.
- (4) Ha a fekvőbeteg-gyógyintézeti étkeztetésre vonatkozóan e rendelet külön előírást nem tartalmaz, a fekvőbeteg-gyógyintézeti étkeztetés során az egész napos ellátásra vonatkozó előírásokat kell alkalmazni.



3. Nyersanyag-kiszabati ív

3. § (1) A Közétkeztető nyersanyag-kiszabati ívet **köteles vezetni** az 1. mellékletben foglaltak szerint, amelyen feltünteti egy napra vonatkozóan az étkezést igénybe vevők **életkora és száma alapján meghatározott adagszámban** elkészítendő ételek és italok előállításához szükséges nyersanyagok tételes, mennyiségi felsorolását.

(2) A nyersanyag-kiszabati ívet legalább **90 napig meg kell őrizni.**



4. Az étrendtervezés szabályai

4. § (1) Az étrend összeállításánál biztosítani kell, hogy

a) a 2. mellékletben foglalt **változatossági mutató** az egymást követő kétszer tíz ételmezési nap melegétkezéseinek vonatkozásában ne legyen kisebb 60-nál, és
b) az egymást követő kétszer tíz ételmezési nap főétkezéseiben **egy ételsor csak egy alkalommal** forduljon elő.

(2) **Állati eredetű fehérjeforrást** minden főétkezésnek, bölcsődei étkeztetés esetén az egyik kísétkezésnek is tartalmaznia kell.

(3) A receptúrák kidolgozását és az étrend összeállítását, valamint az ételek elkészítését a **nyersanyag-kiszabati** előírásban foglaltak szerint kell végezni.

(4) A pontos tápanyagszámítás elvégezhetősége érdekében a nyersanyag-kiszabati íven fel kell tüntetni az ételekhez felhasznált, a nyersanyag alapjául szolgáló élelmiszereket a csomagolásukon, a címkén vagy a terméket kísérő dokumentumon megadott jelölési adatuk szerinti **megnevezésükkel, valamint pontos mennyiségükkel.**

(5) A tápanyagszámítás során alkalmazott **program vagy adatbázis megnevezését** a Közétkeztető a nyersanyag-kiszabati íven köteles feltüntetni.



5. Az ellátás során biztosítandó étkezésekkel kapcsolatos követelmények

5. § (1) A Közétkeztető által nyújtott étkezések **korcsoportonkénti energiatartalma** egy főre a 3. mellékletben feltüntetett energiaszükségleti értékek figyelembevételével a (2) és (3) bekezdésben foglaltak szerint naponta biztosítandó.

(2) A Közétkeztető köteles

a) **egész napos** ellátás esetén a korcsoportonkénti előírt energiaszükséglet 100%-át napi három fő- és két kísétkezéssel,

b) **bölcsődei** étkeztetés esetén az előírt napi energiaszükséglet 75%-át napi két fő- és két kísétkezéssel,

c)⁶ **napi háromszori** étkezés szolgáltatása esetén az előírt napi energiaszükséglet 65%-át egy fő- és két kísétkezéssel,

d) **napi egyszeri** étkezés szolgáltatása esetén az előírt napi energiaszükséglet 35%-át egy ebéddel biztosítani.

(3) **Fekvőbeteg-gyógyintézeti** étkeztetés esetén a korcsoportonkénti előírt napi energiaszükséglet 100%-a biztosítandó az Szmfr. 4. § (1) bekezdés *f*) pontjában foglaltak alkalmazásával.

(4) A 3. mellékletben előírt energiaszükségleti értékek betartása érdekében a Közétkeztető

a) az általa nyújtott közétkeztetési szolgáltatást igénybe vevő valamennyi korcsoportra vonatkozóan rendelkezik tíz- vagy százszemélyes **receptúrával és korcsoportonkénti bontásban külön nyersanyag-kiszabati ívet készít**, amin feltünteti az étkezők korcsoportját és létszámát;

b) az ételek **korcsoportok szerinti adagolását** a 4. mellékletben foglalt adagolási útmutató alapján végzi.



6. Tájékoztatási kötelezettség

6. § (1) A Közétkeztető minden, általa biztosított étkezéshez **étlapot készít** és azt az Intézmény az étkezők - bölcsődében, valamint nevelési-oktatási intézményekben a szülők - által is jól látható helyen kifüggeszti.

(2) A Közétkeztető az étlapon feltünteti minden étkezés

a) ^Z

b) **számított sótartalmát**, valamint az élelmiszerek jelöléséről szóló miniszteri rendeletben meghatározott **allergén összetevőket**.

(3) Ha az étlapban változás következik be, arról a Közétkeztető a **változást követően** azonnal, de legkésőbb a kiszállítás előtt 12 órával tájékoztatja az Intézményt. Az Intézmény gondoskodik arról, hogy a módosított étlap (1) bekezdés szerinti kifüggesztése a módosítás napján, az adott étkezést megelőzően megtörténjen.

(4) A Közétkeztető a **diétás étrendet** a nem diétás étrendtől elkülönítetten tünteti fel az étlapon.

(5) A Közétkeztető a 4. melléklet szerint **adagolási útmutatót** készít, amelyet az Intézmény rendelkezésére bocsát. A Közétkeztető az adagolási útmutatót az **ételkészítés helyén**, az Intézmény a **tálalás helyén** a tálaló személyzet által jól látható helyen kifüggeszti.

(6) A 4. melléklet szerinti adagolási útmutatóban foglalt adagot **minden fő számára biztosítani szükséges** azokban a tálalási formákban is, ahol nem közvetlenül egy személynek kiszolgált adagban kapja meg az étkeztetett személy az ételt.



7. Naponta biztosítandó élelmiszerek, élelmiszercsoportok

7. §⁸ (1) A Közétkeztető az általa ellátott valamennyi korcsoport számára **naponta biztosítja a (2)-(6) bekezdésben foglalt élelmiszereket**, az ott meghatározottak szerint. E rendelkezést a 15. § szerinti **diétás étkeztetésre is alkalmazni kell**, ha az adott élelmiszer a diétában alkalmazható.

(2) **Egész napos** étkeztetés esetén egy főre biztosítandó legalább

a) négy adag zöldség - ide nem értve a burgonyát - vagy gyümölcs, ezekből legalább egy adag nyers formában,

b) három adag gabona alapú élelmiszer, melyből legalább egy adagnak teljes kiőrlésűnek kell lennie.

(3) **Bölcsődei** étkeztetés esetén egy főre biztosítandó legalább

a) három adag zöldség - ide nem értve a burgonyát - vagy gyümölcs, ezekből legalább egy adag nyers formában,

b) két adag gabona alapú élelmiszer, melyből legalább kétnaponta egy adagnak teljes kiőrlésűnek kell lennie.

(4) **Napi háromszori** étkezés szolgáltatása esetén egy főre biztosítandó legalább

a) két adag zöldség - ide nem értve a burgonyát - vagy gyümölcs, ezekből legalább egy adag nyers formában,

b) két adag gabona alapú élelmiszer, melyből legalább egy adagnak teljes kiőrlésűnek kell lennie.

(5) **Napi egyszeri** étkezés szolgáltatása esetén egy főre biztosítandó legalább egy adag zöldség - ide nem értve a burgonyát - vagy gyümölcs, a tíz ételmezési nap átlagában legalább három alkalommal nyers formában.

(6) A 11. § (3) bekezdésében foglaltakat az egész napos étkeztetés, a bölcsődei étkeztetés és a napi háromszori étkezés szolgáltatása esetén tej, illetve tejtermék naponta történő adásával kell biztosítani.



8. Felhasználási előírások, korlátozások és tilalmak egyes élelmiszerek és ételek vonatkozásában

8. § (1) A 7. § (2)-(5) bekezdése tekintetében

a)⁹ az 1-3 éves korcsoport részére 2,8% vagy 3,6% zsírtartalmú **tej**,

b)¹⁰

biztosítandó.

(2) Az italként kínált tej **hozzáadott cukrot** nem tartalmazhat.

(3) **Tejföl és tejszín** kizárólag ételkészítéshez használható fel.

(4) A fogyasztásra kész élelmiszerként beszerzett ízesített tejkészítményhez **cukor** nem adható.

(5) A befejező konyha az étel fogyasztásra kész állapotának elérése érdekében csak olyan **konyhatechnológiai** műveleteket végezhet, amelyeket a főzőkonyha kifejezetten a tevékenységi körébe utal.

9. §¹¹ (1) **Zsiradék** legfeljebb a nyersanyag-kiszabati előírásban feltüntetett mennyiségben használható fel, **kivéve a sütemények** készítésénél történő felhasználást.

(2) Bölcsődei étkeztetés esetén **bő zsiradékban sült étel** nem adható.

(3) **Húskészítmény** felhasználásakor a Magyar Élelmiszerkönyv 1-3/13-1. számú előírását be kell tartani.

10. § (1) A szükséges folyadék biztosítására étkezések **között ivóvíz, illetve ásványvíz** adható.

(2) A **tea** legfeljebb a nyersanyag-kiszabati előírás szerint megengedett mértékben tartalmazhat hozzáadott cukrot.

11. §¹² (1) Tíz ételmezési nap átlagában a napi **összes energiamennyiség** legfeljebb 30%-a, bölcsődei étkeztetés esetén 35%-a származhat **zsiradékból**.

(2) Tíz ételmezési nap átlagában a **hozzáadott cukortartalom** a napi összes energiamennyiség legfeljebb 8%-át teheti ki.

(3) Tíz ételmezési nap alatt összesen

a) egész napos étkeztetés esetén egy főre 5 liter **tej** vagy ennek megfelelő mennyiségű kalciumtartalmú **tejtermék**,

b) bölcsődei étkeztetés esetén egy főre 4 liter tej vagy ennek megfelelő mennyiségű kalciumtartalmú tejtermék,

c) napi háromszori étkezés szolgáltatása esetén egy főre 3 liter tej vagy ennek megfelelő mennyiségű kalciumtartalmú tejtermék

biztosítandó, a 7. § (6) bekezdésében foglaltak szerint.



12. § (1) A közétkeztetés keretében szolgáltatott ételek **sótartalmára** az 5. melléklet szerinti, korcsoportonként meghatározott értékeket kell alkalmazni.

(2) Ételkészítéshez az MSZ-01-10007 számú szabvány szerinti, kizárólag **jódozott konyhasó** használható.

(3) A **tálalókonyhán** az ételhez só, illetve cukor nem adható.

(4)¹³ A **só vagy cukor kihelyezési**, illetve átadási helyén jól olvashatóan fel kell tüntetni az „A túlzott só- és cukorfogyasztás szív- és érrendszeri betegségekhez, elhízáshoz és cukorbetegséghez vezethet!” szövegű figyelmeztető feliratot. A felirat az étkeztetettek életkori sajátosságainak megfelelően képi megjelenítéssel helyettesíthető.

13. § Az egész napos étkeztetés, a bölcsődei étkeztetés, a napi háromszori és a napi egyszeri étkezés szolgáltatása esetén a felhasznált élelmiszerek, élelmiszercsoportok a 6. mellékletben foglalt táblázat szerinti gyakorisággal, tíz ételmezési napra számítva alkalmazandóak.



14. § (1)¹⁴ Közétkeztetésben a következő élelmiszereket nem lehet felhasználni:

- a) sótartalmú ételport, sótartalmú leveskockát, sótartalmú ételízesítő krémeket, pasztákat **állományjavításon vagy ételízesítésen kívüli célra,**
- b) 30%-nál magasabb zsírtartalmú **húst,**
- c) 23%-nál magasabb zsírtartalmú **húskészítményt** bölcsődei étkeztetés esetén,
- d) 18 év alatti korcsoport számára **koffeintartalmú italt,** a 10. § (2) bekezdése szerinti tea, illetve a kakaó **kivételével,**
- e) a népegészségügyi termékadóról szóló törvény szerinti **energialtalt,**
- f) **alkoholt** tartalmazó élelmiszert,
- g) **szénsavas vagy cukrozott** üdítőt, szörpöt,
- h) a Magyar Élelmiszerkönyv 1-3-2001/112 számú előírása szerinti **gyümölcslén** kívül más gyümölcs italt,
- i) a népegészségügyi termékadóról szóló törvény szerinti **gyümölcsízt,**
- j) az 1-3 éves és a 4-6 éves korcsoportok számára **sertés- és baromfiszírt,** valamint
- k) **kókusz- és pálmazsírt** sütéshez, főzéshez.

(2) Közétkeztetésben az 1-6 éves korcsoport számára még összetett élelmiszerral bevitt formában sem lehet az ételkészítés során felhasználni az élelmiszer-adalékanyagokról szóló, 2008. december 16-i 1333/2008/EK európai parlamenti és tanácsi rendelet V. mellékletében felsorolt **adalékanyagokat.**

(3) **Édesség önállóan ebédként nem adható.** Egyéb étkezésként kizárólag a legalább 1/3 rész gyümölcsöt vagy 1/3 rész tejet vagy tejterméket tartalmazó édesség adható.

(4) **Édesítőszer** a három év alatti korcsoportnak - a diétás étkezést igénylő szénhidrátanyagcsere-zavarban szenvedők kivételével - nem adható.



9. Diétás étkeztetés

15. § (1)¹⁵ A fekvőbeteg-ellátást nyújtó intézményben, személyes gondoskodást nyújtó gyermekjóléti alapellátást, gyermekvédelmi szakellátást, illetve szociális szakosított ellátást nyújtó intézményben, valamint a nevelési-oktatási intézményben minden, szakorvos által igazolt diétás étkezést igénylő személy számára az állapotának **megfelelő diétás étrendet kell biztosítani** a (2)-(5) bekezdésben, valamint a 16. § (5) és (6) bekezdésében foglaltak betartásával.

(2) A diétás étrendet az Intézmény úgy is biztosíthatja, hogy ha az Intézmény főzőkonyháján vagy az Intézményt ellátó Közétkeztetőnél nem biztosítottak a diétás ételek előállításához szükséges személyi, tárgyi, műszaki feltételek, az Intézmény azt más - ilyen feltételekkel rendelkező - Közétkeztetőtől **rendeli meg**.

(3) Az (1) bekezdés szerinti diétás étrend összeállítása során csak olyan élelmiszer használható fel, amely az **adott diétás célra** alkalmas.

(4) A diétás étrendet alkotó ételeket a megadott diétára való alkalmasságot befolyásoló anyag kizárásával kell elkészíteni, **tárolni, szállítani, átadni** a végső fogyasztónak, kizárva az ételek ilyen anyaggal való szennyeződésének lehetőségét.

(5) A **gluténérzékenyek** részére szánt diétás ételek készítéséhez búza, rozs, árpa, zab vagy ezek keresztezett változatait tartalmazó élelmiszerek közül csak a gluténérzékenyeknek szánt élelmiszerek összetételéről és címkézéséről szóló uniós rendelet szerinti „gluténmentes” jelöléssel ellátott élelmiszerek használhatók fel.



10. Személyi feltételek

16. § (1) Az ételek elkészítését, az étlap és a nyersanyag-kiszabati ív elkészítését, folyamatos vezetését az ételmezésvezető felügyeli.

(2) Az étrend összeállítását az ételmezésvezető végzi.

(3)¹⁶ A fekvőbeteg-gyógyintézeti étkeztetés kivételével az ételmezésvezetőnek a következő feltételek valamelyikét kell teljesítenie:

a) ételmezésvezető szakképesítés,

b) vendéglátóipari vagy élelmiszeripari felsőfokú végzettség és a közétkeztetési szolgáltatás nyújtásában - ideértve a tápanyagszámítást, étrend- és étlaptervezést - való dokumentált jártasság,

c) dietetikus szakképesítés, vagy

d) vendéglátóipari szakközépiskolai érettségi, vagy érettségi és szakács szakképesítés, továbbá a közétkeztetési szolgáltatás nyújtásában - ideértve a tápanyagszámítást, étrend- és étlaptervezést - való dokumentált jártasság.

(4) A fekvőbeteg-gyógyintézeti étkeztetés esetén az ételmezésvezetőnek dietetikus szakképesítéssel kell rendelkeznie.

(5) Diétás étrendet és diétás étlapot kizárólag dietetikus szakképesítéssel rendelkező szakember tervezhet, diétás étlapot pedig ilyen szakember felügyeletével lehet összeállítani.

(6) A Közétkeztető gondoskodik arról, hogy a diétás étel készítését

a) diétás szakács szakmai képesítéssel rendelkező személy végezze, vagy

b) dietetikus szakképesítéssel rendelkező szakember felügyelje.

(7)¹⁷ A (3) bekezdés szerinti szakképesítéssel rendelkező személyeknek az Országos Ételmezés- és Táplálkozástudományi Intézet táplálkozás-egészségügyi tárgyú képzésén ötévente részt kell venniük.



12. *Átmeneti rendelkezések*

18. §¹⁸ (1) E rendelet előírásait **2015. szeptember 1-jétől kell alkalmazni.**

(2) Az 5. mellékletben az 1-3 éves és a 4-6 éves korcsoportok számára megadott értékeket **2015. szeptember 1-jétől** kell teljesíteni.

(3) Az 5. mellékletben a 7-10 éves és azt meghaladó korú korcsoportok esetében az egész napos étkeztetés és a fekvőbeteg-gyógyintézeti étkeztetés esetében a maximálisan megengedett értékeket azzal kell alkalmazni, hogy a 2015. szeptember 1-je és **2021. szeptember 1-je** közötti időszakban a napi bevitt só mennyiségét fokozatosan, évente csökkenteni kell az **5 g/nap bevitel eléréséig.**

(4) Az 5. mellékletben a 7-10 éves és azt meghaladó korú korcsoportok esetében a napi háromszori étkezés szolgáltatása esetében a maximálisan megengedett értékeket azzal kell alkalmazni, hogy a 2015. szeptember 1-je és **2021. szeptember 1-je** közötti időszakban a napi bevitt só mennyiségét fokozatosan, évente csökkenteni kell a **3,5 g/nap bevitel eléréséig.**

(5) Az 5. mellékletben a 7-10 éves és azt meghaladó korú korcsoportokra vonatkozó rendelkezéseket azzal kell alkalmazni, hogy a napi egyszeri étkezés szolgáltatása esetében a 2015. szeptember 1-je és **2021. szeptember 1-je** közötti időszakban a napi bevitt só mennyiségét fokozatosan, évente csökkenteni kell a **2 g/nap bevitel eléréséig.**

(6) A 16. § (3) bekezdése szerinti személynek a 16. § (7) bekezdése szerinti képzésen első alkalommal e rendelet hatálybalépését követő három éven belül kell részt vennie.



GYAKRAN ISMÉTLŐDŐ KÉRDÉSEK



Iskolatej és iskolagyümölcs program mellett a közétkeztetőnek kell biztosítani a napi tej és gyümölcs mennyiséget?

Igen, az iskolatej és az iskolagyümölcs programoktól függetlenül a közétkeztető köteles a szóban forgó élelmiszereket a Rendeletben előírt mennyiségben biztosítani.

Az iskolagyümölcs és iskolatej program az EU, a magyar állam, a nevelési-oktatási intézmény és a termelő közötti jogviszony, melynek a közétkeztető nem részese. A Rendeletben előírtakat a közétkeztetőnek kell teljesíteni.



Szolgáltathat-e a közétkeztető saját maga által készített tejalapú italokat (pl.: kakaó, vaníliás tej, stb.)?

Igen. Ugyanakkor a közétkeztető által készített tejalapú italok olyan mértékben tartalmazhatnak hozzáadott cukrot, hogy az ételmezési nap során biztosított össz-cukortartalom 10 ételmezési nap átlagában ne haladja meg a napi összes energiamennyiség 8 százalékát.



Az egyes korcsoportok és étkeztetés típusok szerint (a Rendelet 11. § (3) a-c) pontok szerint) konkrétan hány mg kalciumot kell biztosítani?

Egész napos étkeztetés esetén egy főre 5 liter tej, vagy ennek megfelelő mennyiségű kalciumtartalmú tejtermék biztosítandó.

Bölcsődei étkeztetés esetén egy főre biztosítandó 4 liter tej, vagy ennek megfelelő mennyiségű kalciumtartalmú tejtermék biztosítandó.

Napi háromszori étkezés szolgáltatása esetén egy főre biztosítandó 3 liter tej, vagy ennek megfelelő mennyiségű kalciumtartalmú tejtermék biztosítandó.

100 ml tej kalciumtartalma 120 mg, tehát a fél liter tejnek megfelelő kalcium (5x120mg) 600 mg. (4 dl tejnek 480 mg a kalciumtartalma, stb.).

A savanyított tejtermékek (joghurt, kefir, tejföl) kalcium-tartalma megegyezik a tejével, azaz pl. 100 ml joghurt kalciumtartalma 120 mg.

A sajt kalciumtartalma 100 grammra vonatkoztatva átlagosan 800 mg.

100 gramm túró kalciumtartalma igen széles határok között változhat, 80 mg-ot tekinthetünk átlagosnak.

Ezen adatok, valamint a változatosság igényének, az egyes tejtermékekre vonatkozó gyakorisági korlátozások és a korcsoportos adagnagyság figyelembevételével biztosítható a rendeleti előírás.



Minden egyes összetevő Na tartalmával számolni kell a só meghatározásánál?

Tekintettel arra, hogy a Rendelet célja a lakossági sófogyasztás csökkentése, melynek jelentős része a feldolgozott élelmiszerek NaCl tartalmából valamint az ételkészítés során hozzáadott étkezési sóból származik – mint az az OÉTI vonatkozó felmérései igazolták – így ezek elsődleges csökkentése a fő feladat.

Laboratóriumi vizsgálat során Na mérés esetén az étel összes Na tartalma meghatározásra kerül (pl. az élelmiszer összetevők természetes Na tartalma, Na glutamát, stb.), ezáltal az étel sótartalmánál ezekkel is számolni kell.



Só tartalmú ételport, só tartalmú leveskockát, só tartalmú ételízesítő krémeket elsősorban ételízesítésre használják, és mivel ilyen célú felhasználásra a jogszabály lehetőséget ad, várható-e ezek használatának mellőzése?

A jogszabály lehetőséget ad a fenti kényelmi termékek ételízesítőként történő alkalmazására, azonban kizárólag állományjavításra és ételízesítésre lehet őket használni.



Milyen követelményrendszert kell figyelembe venni kollégiumi étkeztetés során, amikor az egésznapos étkeztetés helyett napi háromszori étkezést biztosítanak?

A közétkeztetésre vonatkozó táplálkozás-egészségügyi előírásokról szóló Rendelet hatálya (1. § (1) bekezdés b) pont) a nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXC. törvény szerinti nevelési-oktatási intézményre is kiterjed. Ebbe a körbe a kollégium is beletartozik.

A kollégiumi ellátásban részt vevő gyermekek részére (a Rendelet 5. § (2) bekezdés a) pontja szerint) a Közétkeztető köteles egész napos ellátás esetén a korcsoportonkénti előírt energiaszükséglet 100%-át napi három fő- és két kísétkezéssel biztosítani.



Mi a kötelezettsége a közétkeztetést biztosítónak, ha a fekvőbeteg ellátást nyújtó intézmény csak napi háromszori étkezést rendel meg?

A Rendelet hatálya a fekvőbeteg ellátást nyújtó intézményre is kiterjed (1. § (1) bekezdés b) pont) és a fekvőbeteg ellátást nyújtó intézménynek az egészségügyi szolgáltatások nyújtásához szükséges szakmai minimumfeltételekről szóló 60/2003. (X. 20.) ESZCSM rendelet (Szmfr.) alapján napi háromszori főétkezést és naponta egy alkalommal kísétkezést kell biztosítani.

Ez alapján a korcsoportonként előírt napi energiaszükséglet 100%-át napi háromszori főétkezés és egy kísétkezés adásával kell biztosítani.

A közétkeztetőnek – amennyiben nem az Szmfr. szerinti étkezésszám kerül megrendelésre – célszerű a megrendelő figyelmét felhívnia a meghatározott három fő- és egy kísétkezés előírására, melyet minden fekvőbeteg-gyógyintézményben biztosítani kell.



A fekvőbeteg gyógyintézet esetén kötelező-e az ételmezésvezetőnek dietetikus végzettséggel rendelkeznie?

A Rendelet 16. § (4) bekezdésének előírása, mely szerint a fekvőbeteg-gyógyintézeti étkeztetés esetén az ételmezésvezetőnek dietetikus szakképesítéssel kell rendelkeznie, összhangban áll az Szmfr. 3. számú mellékletének azon előírásával, amely a fekvőbeteg intézményeket ellátó ételmezési vállalkozásokat 1 fő főállású dietetikus alkalmazására kötelezi.

A fekvőbeteg-gyógyintézetekben a páciensek több mint fele valamilyen diétás ellátásra szorul. A diéta legtöbb esetben a terápia része. Ezért a kórházakban a közétkeztetésen belül kiemelt jelentősége van a diétás étkeztetésnek, így olyan szakemberre van szükség, aki végzettségénél fogva nemcsak az ételmezés gazdasági, hanem terápiás részét is ismeri.

Ilyen ismeretekkel kizárólag a dietetikus szakképzettségű személyek rendelkeznek. A megfelelő betegellátás érdekében ezért a fekvőbeteg-gyógyintézeti ételmezésben az ételmezésvezetőnek dietetikusnak kell lennie.



Lehet-e nem államilag elfogadott végzettséggel rendelkező személyt diétás szakácsként alkalmazni?

Amennyiben a képzés nem államilag elfogadott, úgy nem tesz eleget a Rendelet elvárásainak.

Amennyiben nem áll alkalmazásban diétás szakács képzettséggel rendelkező személy, abban az esetben a Rendelet 16. § (6) bekezdése szerint dietetikus végzettségű személynek kell felügyelni a diétás étel készítését.

A Diétás szakács szakképesítés ismét államilag elismert szakképesítés lett és 2014.09.05. naptól 494. sorszám alatt már az OKJ-ben [150/2012. (VII. 6.) Korm. rendelet Az Országos Képzési Jegyzékről és az Országos Képzési Jegyzék módosításának eljárásrendjéről] is megtalálható.



Idősek otthonában próbálunk a reformtáplálkozásnak megfelelő új ízeket, ételeket kínálni, de ezektől legtöbbször idegenkednek, megkóstolni is nehezen akarják. Ami viszont sikert arat (pl. gyros csirkemell zöldsalátával, csalafinta csirkefalatok), azt rendszeresen szerepeltetjük az étlapon.

Mindenképpen támogatandó és a továbbiakban is fontos eleme a közétkeztetési rendelet megvalósításának az új és egészséges ételek, ízek megismertetése minden korosztállyal. **A Rendeletben foglaltak nem az idősek otthonaiban lakók táplálkozási szokásainak a megváltoztatását tűzte ki céljául, hanem elsősorban a gyermekek étkeztetését, ahol már fiatal korban el lehet kezdeni a megfelelő minőségű és mennyiségű ételek bevezetését a közétkeztetésbe. Javasoljuk továbbra is a már megkedvelt reform fogások szerepeltetését az étlapon, további újdonságok fokozatos bevezetésével.** A hagyományos magyaros ételek felszolgálására ezen túl is lehetőség van, hiszen ezekben sem kell, hogy a só és a zsiradék domináljon, például a zöld- és szárazfűszerek alkalmazásával, valamint zöldségek ízesítőanyagként történő használatával kiváltható a túlzott mértékű sózás.

A szakorvos által igazolt diétás étkezést igénylő személy számára az állapotához alkalmazkodó étrend biztosítása minden esetben prioritást kell, hogy kapjon, a Rendelet 15. §-ának megfelelően



Az idősek otthonában a húsok és húskészítmények tekintetében nem szívesen választják a száraz (csirkemell, pulykamell) húsokat, mivel életkorukból adódóan sokan nem tudják elrágni azokat.

Ebben az esetben javasolható ezen húsfélék nem szelethúsként történő felszolgálása, hanem azok raguként, felfújtként, vagdalként való elkészítése, vagy valamilyen zöldséges, gyümölcsös mártással történő kiegészítése.



Adható a közétkeztetésben limonádé?

Igen, de csak olyan mértékben tartalmazhat hozzáadott cukrot, hogy az ne haladja meg a napi összes energiamennyiség 8%-át 10 ételmezési nap átlagában. Célszerű azonban a cukor és az édesítőszer mellőzése annak érdekében, hogy az ellátottak, kiváltképp a gyerekek, a természetes ízeket élvezhessék.

Továbbá édesítőszer a Rendelet 14. § (4) bekezdése szerint három év alatti korcsoportnak – a diétás étkezést igénylő szénhidrátanyagcsere-zavarban szenvedők kivételével – nem adható. Valamint a 1333/2008/EK európai parlamenti és tanácsi rendelet az élelmiszer-adalékokról II. mellékletének E része 14. pontja szerint poliolok nem használhatóak fel italok készítéséhez.



A jogszabály nem tartalmaz előírást a teakészítés módjára, ebben az esetben milyen erősségű teát lehet koffeintartalmú itálnak minősíteni?

Javasoljuk a korábban az Országos Tisztifőorvosi Hivatal által kiadott „A rendszeres étkezést biztosító, szervezett ételmezési ellátásra vonatkozó táplálkozás-egészségügyi ajánlás közétkeztetők számára” megnevezésű dokumentumban meghatározott mennyiség – **2 g mennyiségű teafű, vagy egy tea filter 1.5 liter vízhez – figyelembe vételét.**



Tápértékjelöléssel el nem látott élelmiszerek esetében hogyan lehet megállapítani azok tápanyag összetételét?

A Rendelet előírásait a közétkeztető köteles betartani. Ennek érdekében azon élelmiszerek esetében, melyek tápanyag-összetétele jelölésük, vagy az élelmiszerre vonatkozó minőségi előírás (pl.: MÉ előírás), vagy a tápanyagtáblázat – Új tápanyagtáblázat. Szerk. Rodler I., Medicina Könyvkiadó Zrt. Budapest, 2006. – alapján nem állapítható meg, az élelmiszer összetevőinek mennyiségére vagy tápanyag-összetételére vonatkozóan gyártói nyilatkozatot kell beszereznie.

Hova sorolandók azon bolti élelmiszerek, melyekről gyártmánylap hiányában nem tud biztonsággal nyilatkozni a felhasználó (pl. zabpehely-keksz, készen vásárolt kenyér)?

Javasoljuk, hogy a közétkeztető olyan élelmiszert használjon fel, aminek be tudja szerezni a beszállítói nyilatkozatát.



Jódozott só használata indokolt-e magas jodid tartalmú ivóvíz esetén?

Korcsoport	Jódbevitel $\mu\text{g}/\text{nap}$	Jódbevitel $\mu\text{g}/\text{testtömegkg}/\text{nap}$	Jódbevitel felső limit $\mu\text{g}/\text{testtömegkg}/\text{nap}^*$
Csecsemők (1-12 hónap)	90 $\mu\text{g}/\text{nap}$	15 $\mu\text{g}/\text{kg}/\text{nap}$	150 $\mu\text{g}/\text{kg}/\text{nap}$ (0-6 hónap) 140 $\mu\text{g}/\text{kg}/\text{nap}$ (7-12 hónap)
1-6 éves korig	90 $\mu\text{g}/\text{nap}$	6,0 $\mu\text{g}/\text{kg}/\text{nap}$	50 $\mu\text{g}/\text{kg}/\text{nap}$
6-12 év között	120 $\mu\text{g}/\text{nap}$	4,0 $\mu\text{g}/\text{kg}/\text{nap}$	50 $\mu\text{g}/\text{kg}/\text{nap}$
Felnőttek számára (12 év felett)	150 $\mu\text{g}/\text{nap}$	2,0 $\mu\text{g}/\text{kg}/\text{nap}$	30 $\mu\text{g}/\text{kg}/\text{nap}$
Terhesség és szoptatás idején	200 $\mu\text{g}/\text{nap}$	3,5 $\mu\text{g}/\text{kg}/\text{nap}$	40 $\mu\text{g}/\text{kg}/\text{nap}$

A magas jódtartalmú ivóvíz fogyasztása és emellett jódozott konyhasó használata egészségi kockázatot jelent mind a gyermek, mind a felnőtt lakosság számára. A pajzsmirigy elváltozások (golyva) számának növekedését, a pajzsmirigy daganatos megbetegedések gyakoribb előfordulását korábbi vizsgálatok igazolták azon településeken, ahol az ivóvíz jodid tartalma magas.

Az egészségi kockázat növekedésének megelőzéséhez a Rendelet módosítása indokolt.



Természetesen azonban, a közétkeztetésben résztvevőknek nincs szüksége a jódozott sóból származó további jódra, így az OTH álláspontja szerint a WHO ajánlásnál magasabb jód koncentrációjú ivóvízzel rendelkező települések a Rendelet módosításával pl. az OTH által kiadott felmentési engedélyek birtokában, mentesíthetők lehetnének a Rendelet ezen része alól.



**Köszönöm megtisztelő
figyelmüket!**

szabo.eniko@oth.antsz.hu

www.antsz.hu