

PATVIRTINTA

Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuro
direktorius 2019 m. kovo 15 d. įsakymu Nr. J-46

**IKIMOKYKLINIO UGDYMO ĮSTAIGŲ VALGIARAŠČIŲ RENGIMO IR NAUDOJIMO
TVARKOS APRASAS**

**I SKYRIUS
BENDROSIOS NUOSTATOS**

1. Ikimokyklinio ugdymo įstaigų (toliau - Įstaigų) valgiaraščių rengimo, derinimo ir naudojimo tvarkos aprašas (toliau – Aprašas) nustato perspektyvinių valgiaraščių, pritaikyto maitinimo perspektyvinių valgiaraščių, papildomų šventinių dienų valgiaraščių (toliau – Papildomų valgiaraščių) sudarymo bei naudojimo tvarką, kontrolinių virimų-kepimų atlikimo tvarką.

2. Aprašas taikomas Klaipėdos miesto savivaldybės teritorijoje esančiose valstybinėse ikimokyklinio ugdymo įstaigose.

3. Aprašas parengtas vadovaujantis:

3.1. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2016 m. sausio 26 d. įsakymu Nr. V-93 „Dėl Lietuvos higienos normos HN 75:2016 „Ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo programų vykdymo bendrieji sveikatos saugos reikalavimai patvirtinimo“;

3.2. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2011 m. lapkričio 11 d. įsakymu Nr. V-964 „Dėl vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo patvirtinimo“ (suvestinė redakcija 2018 m. rugsėjo 22 d.);

3.3. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2016 m. birželio 23 d. įsakymu Nr. V-836 „Dėl rekomenduojamos paros maistinių medžiagų ir energijos normų patvirtinimo“;

3.4. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2010 m. liepos 19 d. įsakymu Nr. V-640 „Dėl rekomenduojamų maisto produktų atsildymo, pirminio ir šiluminio apdorojimo nuostolių sąrašo patvirtinimo“;

3.5. Valstybinės maisto ir veterinarijos tarnybos direktorius 2015 m. birželio 22 d. įsakymu Nr. B1-610 „Dėl Vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės globos įstaigų ir vaikų poilsio stovyklų valgiaraščių derinimo tvarkos aprašo patvirtinimo“ (suvestinė redakcija 2018 m. spalio 10 d.);

3.6. Klaipėdos miesto savivaldybės tarybos 2016 m. gegužės 26 d. sprendimu Nr. T2-150 „Dėl visuomenės sveikatos priežiūros organizavimo švietimo įstaigose“.

**II SKYRIUS
PERSPEKTYVINIŲ VALGIARAŠČIŲ RENGIMO TVARKA**

4. Už vaikų maitinimo organizavimą Įstaigoje pagal kompetenciją atsako Įstaigos steigėjas, Įstaigos vadovas, Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras (toliau – Biuras).

5. Biuro dietistai (toliau - Dietistai) atsakingi už patiekalų technologinių kortelių (toliau – Kortelių) sudarymą, perspektyvinių valgiaraščių rengimą, jų derinimą Valstybineje maisto ir veterinarijos tarnyboje (toliau – VMVT).

6. Maitinimas organizuojamas pagal perspektyvinius 20 dienų valgiaraščius, patvirtintus Biuro direktoriaus ir suderintus su VMVT.

7. Valgiaraščiai sudaromi 1-3 m. ir 4-7 m. amžiaus grupėms.

8. Valgiaraščiuose nurodomi pusryčiams, pietums, vakarienei patiekiami patiekalai, patiekalų kiekiei (g), maistinė (baltymų, riebalų, anglavandeniu (g)) ir energinė (kcal) vertės, taip pat kiekvienos dienos maistinė (baltymų, riebalų, anglavandeniu (g)) ir energinė (kcal) vertės.

9. Perspektyviniai valgiaraščiai ir Kortelės yra tvirtinamos Biuro direktoriaus ir yra Biuro nuosavybė.

10. Kortelės paruoštos vadovaujantis:

10.1. Narbutienė Ž., Valatkevičienė Ž. „15 dienų perspektyvinis valgiaraštis ikimokyklinio ugdymo įstaigoms“, Vilnius: UAB „Rakorda“, 2014;

10.2. „Pavyzdinių ikimokyklinių vaikų ugdymo įstaigų 20 dienų perspektyvinių valgiaraščių ir patiekalų receptūrų rinkinys“, Kaunas: UAB „VR Trading“, 2012;

10.3. Bogušienė R. „Sveikatai palankus technologinių kortelių ir valgiaraščių rinkinys darželiams, mokykloms, kavinėms, namams vaikų maitinimui nuo 1 iki 18 metų“, 2017.

11. Kortelėse nurodomi naudojami maisto produktai, jų bruto ir neto kiekiei (g), patiekalo gamybos technologinis aprašymas, realizavimo laikas ir patiekimas.

12. Kortelėse produktų pirminio apdorojimo nuostoliai apskaičiuojami vadovaujantis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2010 m. liepos 19 d. įsakymu Nr. V-640 „Dėl rekomenduojamų maisto produktų atšildymo, pirminio ir šiluminio apdorojimo nuostolių sąrašo patvirtinimo“ (<https://www.e-tar.lt/portal/l/legalAct/TAR.5CF7E7D357E3>), išskyrus:

12.1. kortelėse daržovių pirminio apdorojimo nuostoliai, apskaičiuoti pagal visų sezonų pirminio apdorojimo nuostolių vidurkį (1 priedas).

12.2. kortelėse žuvies atšildymo ir pirminio apdorojimo bruto svoris (g) nenurodomas, jį apskaičiuoja Įstaigoje dirbantis visuomenės sveikatos priežūros specialistas (toliau – VSPS) pagal gaunamą produkciją.

13. Kortelėse patiekalų maistinė ir energinė vertės apskaičiuotos pagal Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centro, maisto bazės duomenis (<http://foodbase.azurewebsites.net/>).

14. Pakeitimai Kortelėse atliekami, jeigu raštu gaunama pastabų iš 8 ugdymo įstaigų, dėl patiekalų gamybos technologinių neatitikimų.

III SKYRIUS

PRITAIKYTO MAITINIMO PERSPEKTYVINIŲ VALGIARAŠČIŲ RENGIMO TVARKA

15. Dietistai atsakingi už pritaikyto maitinimo perspektyvinių valgiaraščių rengimą, jų derinimą VMVT.
16. Dietistai rengia pritaikyto maitinimo perspektyvinius valgiaraščius, pagal raštiškus gydytojų nurodymus (Forma Nr. 027-1/a) ir tévams pateikus prašymą (4 priedas).
17. Reikiamus dokumentus Dietistams pristato Įstaigoje dirbantis VSPS.
18. Pritaikyto maitinimo perspektyviniai valgiaraščiai rengiami pagal Įstaigoje naudojamą 20 dienų perspektyvinį valgiaraštį, nenaudojant maisto produktų, kurių vaikas negali vartoti arba patiekalai keičiami kitais.
19. Pritaikyto maitinimo perspektyvinis valgiaraštis derinamas su VMVT, gavus tévų raštišką sutikimą (5 priedas).
20. Pritaikyto maitinimo valgiaraščio rengimo ir derinimo laikotarpiu už ugdytinio maitinimo organizavimą atsakinga Įstaigoje dirbantis VSPS. Maitinimas organizuojamas vadovaujantis įstaigoje naudojamu perspektyviniu valgiaraščiu, nenaudojant produktų kurių vaikas negali vartoti arba patiekalai keičiami kitais.
21. Vaikams, kuriems reikalingas pritaikytas maitinimas, gali būti maitinami tą dieną iš namų atneštu maistu, tévams pateikus prašymą (7 priedas):
 - 21.1. Iš namų atneštas maistas turi atitikti 2011 m. lapkričio 11 d įsakymo Nr. V-964 „Dėl vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo patvirtinimo“ (suvestinė redakcija 2018 m. rugsejo 22 d.) 19 punkto reikalavimus;
 - 21.2. Įstaigos, iš namų atneštą maistą, turi laikyti ir patiekti reikiamos temperatūros.
22. Tévai, savo vaikui, gali atsisakyti pritaikyto maitinimo, užpildę sutikimo formą dėl maitinimo pagal bendrą įstaigos valgiaraštį (6 priedas).
23. Vasaros atostogų laikotarpiu (vaikui lankant kitą ugdymo įstaigą) pritaikytas maitinimas organizuojamas pagal Įstaigoje naudojamą 20 dienų perspektyvinį valgiaraštį, nenaudojant maisto produktų, kurių vaikas negali vartoti arba patiekalai keičiami kitais. Už ugdytinio maitinimo organizavimą atsakinga Įstaigoje dirbantis VSPS.

IV SKYRIUS

PERSPEKTYVINIŲ VALGIARAŠČIŲ NAUDOJIMO TVARKA

24. Įstaiga prieš pradēdama naudotis 20 dienų perspektyviniu valgiaraščiu ir Kortelėmis savo pasirinkimą patvirtina Įstaigos direktoriaus įsakymu.

25. Dienos valgiaraštis-reikalavimas maisto produktams išduoti (toliau – Dienos valgiaraštis) sudaromas naudojant Biuro elektroninę valgiaraščių rengimo programą „Maitinimo programa“.

26. Dienos valgiaraštį pagal perspektyvinį valgiaraštį sudaro įstaigoje dirbantis VSPS pagal tos dienos vaikų ir valgančiųjų darbuotojų skaičių.

27. Galimi valgiaraščio pakeitimai:

27.1. Perspektyviniam valgiaraštyje galima keisti tos pačios savaitės dienos valgiaraštį į kitos dienos valgiaraštį (pvz. trečiadienio dienos valgiaraštį galima keisti į ketvirtadienio dienos valgiaraštį);

27.2. Kiti Dienos valgiaraščio pakeitimai turi atitikti Valstybinės maisto ir veterinarijos tarnybos direktoriaus 2015 m. birželio 22 d. įsakymo Nr. B1-610 „Dėl Vaikų ugdymo įstaigų, vaikų socialinės globos įstaigų ir vaikų poilsio stovyklų valgiaraščių derinimo tvarkos aprašo patvirtinimo“ (suvestinė redakcija 2018 m. spalio 10 d.) 14 punkto reikalavimus;

27.3. Nenumatyti Dienos valgiaraščio pakeitimai galimi įstaigos direktoriui patvirtinus (3 priedas).

28. Sudarant Dienos valgiaraštį rekomenduojama:

28.1. Pietums patiekiamą „Pagardintą stalo vandenį“ pasirinkti iš siūlomo nesaldintų gėrimų asortimento;

28.2. Patiekalų maistinės vertės gerinimui naudoti natūralius priedus (selenas, natūralius uogų milteliai, sezamo, linų sėmenų sėklas). Priedų kiekis 1 vaikui per dieną 0,3-0,5 g;

28.3. Patiekalų maistinės vertės bei estetinio vaizdo gerinimui naudoti džiovintas prieskonines žoleles (baziliką, mairūną, raudonėlį, petražoles ir kt.), šviežias salotas (gražgarstes, sultenes, špinatus ir kt.), šviežias prieskonines žoleles (krapus, svogūnų laiškus, petražoles ir kt.);

28.4. Vaisius pasirinkti atsižvelgiant į sezoninumą, apskaičiuojant vaisių bruto svorį, (g) vadovautis vaisių pirminio apdorojimo nuostolių sąrašu (8 priedas);

28.5. Ruošiant kiaušinius maisto gamybai, vadovautis kiaušinių paruošimo maisto gamyboje taisyklėmis (9 priedas);

28.6. Rinktis maisto produktus iš rekomenduojamų maisto produktų sąrašo (1 lentelė):

1 lentelė. Rekomenduojamų produktų sąrašas

PIENO PRODUKTAI (riebalų kiekis 100 g, %)	
Sviestas	82
Varškė	9
Sūris fermentinis	45-50
Kefyras	2,5
Grietinė	30
Grietinėlė	30-36

PIENO PRODUKTAI (riebalų kiekis 100 g, %)	
Jogurtinė grietinė, liesa grietinė	10-15
Jogurtas	2-5
Varškės sūris	18-24
Pienas	2,5
Lydytas tepamas sūris	45-50
ALIEJAI	
Šaltiems, termiškai neapdorotiems patiekalamams	Nerafinuoti, pirmo spaudimo, aukščiausios rūšies aliejai (alyvuogių, avokado, lazdyno riešutų, sezamo, moliūgų sėklų ir kt.)
Patiekalų kepimui	Kepimui tinkantys aliejai (saulėgrąžų, rapsų ir kt.)
MĒSA	
Atvésinta arba šaldyta kiauliena (kumpinė, nugarinė), jautiena (kumpinė), vištiena, kalakutiena (filė, šlaunelių mēsa)	
ŽUVIS	
Atvésintos arba šaldytos lydekos, menkės, lašišos, kuprės, skumbrės, starkio, paltuso, tilapijos, ešerio ir plekšnės (filė)	
MAKARONAI	
Kietujų kviečių, viso grūdo kietujų kviečių, spelta	
RYŽIAI	
Šlifuoti (plikyti), nešlifuoti (rudieji)	
MILTAI	
Viso grūdo (kvietiniai, ruginiai, avižiniai ir kt.), spelta, grikių, kukurūzų ir kt.	
UOGIENĖS / DŽEMAI	
Uogų ir vaisių kiekis 1000 g produkto ne mažiau nei 450-500 g (45-50%).	

29. Dienos valgiaraštyje išduodant produktus vadovautis:

29.1. Leistinu maisto produktų išdavimo nuokrypiu (2 lentelė);

2 lentelė. Leistinas maisto produktų išdavimo nuokrypis

Produktų grupės	Leistinas nuokrypis, %
Pienas ir pieno produktai	± 10
Mėsa	± 5
Žuvis	± 5
Duona, duonos gaminiai, smulkieji pyrago gaminiai	± 5
Šviežios daržovės, vaisiai	± 10
Konservuotos daržovės, vaisiai	± 10

29.2. Išduodamų maisto produktų kiekį apvalinti pagal matematinę apvalinimo taisyklikę iki dešimtosios skaičiaus dalies.

V SKYRIUS
PAPILDOMŲ-ŠVENTINIŲ DIENŲ VALGIARAŠČIŲ SUDARYMO BEI NAUDOJIMO
TVARKA

30. Esant poreikiui, švenčių proga gali būti rengiamas Papildomas valgiaraštis.
31. Papildomą valgiaraštį sudaro Įstaigoje dirbantis VSPS.
32. Papildomas valgiaraštis sudaromas atskiru Dienos valgiaraščiu ir patvirtinamas Įstaigos vadovo.
33. Papildomame valgiaraštyje išduodami maisto produktai turi atitikti 2011 m. lapkričio 11 d. įsakymo Nr. V-964 „Dėl vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo patvirtinimo“ (suvestinė redakcija 2018 m. rugsėjo 22 d.) 19 punkto reikalavimus.
34. Už Papildomą valgiaraštį Dietistai neatsako.

VI SKYRIUS
KONTROLINIŲ VIRIMŲ-KEPIMŲ ATLIKIMO TVARKA

35. Kontrolinius virimus-kepimus gali inicijuoti Dietistai, Įstaigų VSPS, Įstaigų administracija, Įstaigų virtuvės darbuotojai.
36. Kontroliniai virimai-kepimai pasirinktam patiekalui atliekami 3 kartus.
37. Kontrolinius virimus-kepimus atlieka 2 virėjos ir Įstaigoje dirbantis VSPS.
38. Kontrolinio virimo-kepimo metu pildoma „Kontrolinio virimo-kepimo forma“ (2 priedas).
39. Užpildyta forma apie kontrolinio virimo-kepimo rezultatus Dietistams atsiunčiama elektroniniu paštu: giedre@svcikatosbiuras.lt.

DARŽOVIŲ, PIRMINIO APDOROJIMO NUOSTOLIŲ, SĄRAŠAS

Produkto pavadinimas	Pirminio apdorojimo nuostolių vidurkis, %
Bulvės	35
Morkos	25
Burokėliai	25
Svogūnai	16
Švieži kopūstai	20
Žiediniai kopūstai	48
Pekino kopūstai	25
Rauginti kopūstai	30
Česnakai	22
Pomidorai	2
Porai	30
Salierai	30
Avokadai	20

(Ugdymo įstaigos pavadinimas)

KONTROLINIO VIRIMO-KEPIMO FORMA

Patiekalo receptūros technologinės kortelės Nr. _____

Patiekalo pavadinimas _____

Gaminamų patiekalų skaičius

Eil. Nr.	Maisto produkto pavadinimas	Bruto, g 1 porcijai	Bruto, g (numatytam porcijų skaičiu)	Neto, g 1 porcijai	Neto, g (numatytam porcijų skaičiu)
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
Pusgaminio išeiga					
Gaminio išeiga, g (1 porcijai)					
Terminio apdorojimo nuostoliai, g (1 porcijai)					

Gamybos technologijos išsamus aprašymas

Pastabos

Virėjas _____
(Vardas, pavardė, parašas)Virėjas _____
(Vardas, pavardė, parašas)VSPS _____
(Vardas, pavardė, parašas)

(Ugdymo įstaigos pavadinimas)

TVIRTINU

DĖL DIENOS VALGIARAŠČIO-REIKALAVIMO PRODUKTAMS IŠDUOTI PAKEITIMO

20__m._____ d._____ patiekalas _____ keičiamas

patiekalu,

1. dėl

Istaigos atstovai:

Sandėlininkas _____

VSPS _____

Virėjas _____

Vardas, pavardė

Adresas

Telefonas, el. paštas

Ugdymo įstaigos pavadinimas _____
Direktoriui

**PRAŠYMAS
DĖL PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠČIO**

20 _____ m. _____ d.
Klaipėda

Prašau, kad mano sūnus / dukra _____
(vaiko vardas, pavardė)

gim. _____ būtų maitinamas, pagal individualų pritaikyto maitinimo valgiaraštį.

Parašas _____ Vardas, pavardė _____

Vardas, pavardė

Adresas

Telefonas, el. paštas

Ugdymo įstaigos pavadinimas _____
Direktoriui

**SUTIKIMAS
DĖL PRITAIKYTO MAITINIMO VALGIARAŠČIO**

20 ____ m. _____ d.
Klaipėda

Sutinku, kad mano sūnus / dukra _____
(vaiko vardas, pavardė)

gim. _____ būtų maitinamas, pagal individualų pritaikyto maitinimo valgiaraštį.

Parašas _____
Vardas, pavardė

Vardas, pavardė

Adresas

Telefonas, el. paštas

Ugdymo įstaigos pavadinimas _____
Direktoriui

SUTIKIMAS
DĖL MAITINIMO PAGAL ĮSTAIGOS PERSPEKTYVINĮ VALGIARAŠTĮ

20 ____ m. _____ d.
Klaipėda

Sutinku, kad mano sūnus / dukra _____
(vaiko vardas, pavardė)

gim. _____ būtų maitinamas, pagal įstaigos perspektyvinį valgiaraštį.

Parašas _____
Vardas, pavardė

Vardas, pavardė

Adresas

Telefonas, el. paštas

Ugdymo įstaigos pavadinimas _____
Direktoriui

**PRAŠYMAS
DĖL MAISTO ATNEŠIMO IŠ NAMŲ**

20 _____ m. _____ d.

Klaipėda

Prašau leisti mano sūnui / dukrai _____
(vaiko vardas, pavardė)
lankančiam _____ grupę, maitintis namuose pagamintu ir iš namų atsineštu
maistu.

Tėvų įspareigojimai:

1. Prisiimu visišką atsakomybę už namuose paruoštų patiekalų saugą ir kokybę;
2. Sutinku, kad iš namų atneštas maistas bus laikomas įstaigos virtuvės šaldytuve iki reikiamo maitinimo laiko;
3. Indai, kuriuose bus atnešamas maistas bus skirti ir pritaikyti maistui laikyti bei šildyti mikrobangų krosnelėje;
4. Sutinku, kad iš namų atsineštas maistas bus šildomas mikrobangų krosnelėje.

Parašas

Vardas, pavardė

VAISIŲ, PIRMINIO APDOROJIMO NUOSTOLIU, SĄRAŠAS

Eil. Nr.	Vaisiaus pavadinimas	Bruto koeficientas	Išeigos					
			80	100	120	150	200	250
Bruto svoris, g								
1.	Abrikosai	1,16	93	116	139	174	232	290
2.	Ananasai	1,82	146	182	218	273	364	455
3.	Apelsinai	1,49	119	149	179	224	298	373
4.	Arbūzai	1,92	154	192	230	288	384	480
5.	Bananai	1,67	134	167	200	251	334	418
6.	Greipfrutai	1,5	120	150	180	225	300	375
7.	Kiviai	1,33	106	133	160	200	266	333
8.	Kriausės	1,11	89	111	133	167	222	278
9.	Mandarinai	1,35	108	135	162	203	270	338
10.	Melionai	1,56	125	156	187	234	312	390
11.	Nektarinai	1,16	93	116	139	174	232	290
12.	Obuoliai	1,14	91	114	137	171	228	285
13.	Persikai	1,16	93	116	139	174	232	290
14.	Persimonai	1,11	89	111	133	167	222	278
15.	Slyvos	1,16	93	116	139	174	232	290
16.	Uogos įvairios	1,11	89	111	133	167	222	278
17.	Vynuogės	1,11	89	111	133	167	222	278

KIAUŠINIŲ PARUOŠIMO, MAISTO GAMYBAI, TAISYKLĖS

1. Kiaušiniai, naudojami maisto gamybai, turi būti švarūs ir nepažeistu lukštu.
2. Prieš naudodami pamirkykite kiaušinius šiltame (40-45°C) vandenye 5-10 minučių.
3. Pamirkykite kiaušinius 5-10 minučių 2% geriamosios sodos, šiltame (40-45°C) tirpale.
4. Skalaukite kiaušinius švariui, tekančiu vandeniu.

PASTABOS:

- 2% sodos tirpalo paruošimas: 20 g geriamosios sodos praskieskite 1 litru šilto (40-45°C) vandens;
- jeigu kiaušinių paruošimui nėra atskirų plautuvii, turi būti atskiri žymėti indai;
- keiskite tirpalą ne rečiau kaip 2 kartus per pamaina;
- paruoštus kiaušinius sumuškite ir sudėkite į indus ne daugiau kaip po 5 vienetus, patikrinę kvapą ir išorinį vaizdą, perpilkite į bendrą indą;
- Jeigu naudojate kitas, kiaušinių dezinfekcijai skirtas priemones vadovaukitės gamintojų nurodymais.