

## " بسمه تعالی "

«دستورالعمل کنترل سلامت غذا و تعادل ترکیب غذایی در واحدهای غذاخوری دستگاههای اجرایی مشمول ماده ۱۶۰

قانون برنامه چهارم توسعه اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی جمهوری اسلامی ایران در اجرای بند ۲ تصویب نامه

شماره ۱۲۰۱۹۷/ت/۳۷۹۶۹/ه مورخ ۱۳۸۶/۷/۲۸ هیات وزیران »

این دستورالعمل در راستای اجرای بند ۲ تصویب نامه شماره ۱۲۰۱۹۷/ت/۳۷۹۶۹/ه مورخ ۱۳۸۶/۷/۲۸

هیات محترم وزیران بمنظور تأمین ، حفظ و ارتقاء سلامت کارکنان دستگاههای اجرایی بواسطه تأمین امنیت غذایی در ۲۴ ماده، ۱۲ تبصره و ۳۵ بند تهیه گردید و از زمان ابلاغ لازم الاجراست .

ماده ۱ - معاونت های بهداشتی دانشگاه های علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کشور و مراکز تابعه مسئول اجرای مقررات و ضوابط این دستورالعمل می باشند.

ماده ۲ - معاونت های بهداشتی دانشگاه های علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کشور و واحدهای تابعه موظفند حداقل یک بازدید در هر فصل سال از مرکز طبخ، تهیه ، توزیع و انبار مواد غذایی دستگاه های موضوع این دستورالعمل داشته و ضمن آموزش مفاد این دستورالعمل، در صورت مشاهده موارد تخلف برابر مقررات قانون مواد خوردنی، آشامیدنی، آرایشی و بهداشتی و قانون تعزیرات حکومتی امور بهداشتی درمانی اقدام نمایند.

تبصره - دستگاه های موضوع این دستورالعمل عبارتند از کلیه وزارتخانه ها، مؤسسات و شرکتهای دولتی موضوع ماده (۴) "قانون محاسبات عمومی کشور، مصوب ۱۳۶۶/۶/۱" و سایر شرکتهایی که بیش از پنجاه درصد (۵۰٪) سرمایه و سهام آنها منفرداً یا مشترکاً به وزارتخانه ها، مؤسسات دولتی و شرکتهای دولتی، به استثنای بانکها و مؤسسات اعتباری و شرکتهای بیمه قانونی تعلق داشته باشند و همچنین شرکتهای و مؤسسات دولتی که شمول قوانین و مقررات عمومی به آنها مستلزم ذکر یا تصریح نام است، از جمله: شرکت ملی نفت ایران و شرکتهای تابعه وابسته به وزارت نفت و شرکتهای تابعه آنها، سازمان گسترش و نوسازی صنایع ایران و شرکتهای تابعه، سازمان توسعه و نوسازی معادن و صنایع معدنی ایران و شرکتهای تابعه در موارد مربوط، مشمول مقررات این قانون می باشند.

ماده ۳ - کلیه کارکنان مرتبط با امر طبخ ، تهیه و توزیع غذا در مراکز موضوع این دستورالعمل موظفند گواهینامه دوره ویژه بهداشت عمومی را دریافت نمایند.

ماده ۴ - کلیه کارکنان مشمول ماده ۳ موظفند کارت معاینه پزشکی مطابق آئین نامه مقررات بهداشتی مربوطه دریافت نمایند.

pdfMachine

A pdf writer that produces quality PDF files with ease!

Produce quality PDF files in seconds and preserve the integrity of your original documents. Compatible across nearly all Windows platforms, if you can print from a windows application you can use pdfMachine.

Get yours now!

ماده ۵ - کلیه کارکنان مشمول ماده ۳ موظفند بهداشت فردی و عمومی محل کار خود را رعایت نمایند.

ماده ۶ - کلیه کارکنان مشمول ماده ۳ موظفند از لباس کار ، روپوش ، کلاه تمیز و به رنگ روشن استفاده نموده و در تهیه و سرو غذا از دستکش مناسب یکبار مصرف استفاده نمایند.

ماده ۷ - رعایت مقررات آئین نامه اجرائی قانون اصلاح ماده ۱۳ قانون مواد خوردنی آشامیدنی آرایشی و بهداشتی برای کلیه مراکز فوق الزامی است.

ماده ۸ - در طبخ غذا از روغن مناسب با نشان استاندارد استفاده شود.

**تبصره ۱ -** در طبخ غذا از روغن با اسید چرب ترانس پائین تر از ۱۰ درصد ( ترجیحاً از روغن مایع یا نیمه جامد) استفاده شود.

**تبصره ۲ -** در صورت تهیه غذا به روش سرخ کردن از روغن مخصوص سرخ کردنی و به مقدار کم استفاده شود.

**تبصره ۳ -** استفاده مکرر از روغن برای سرخ کردن ممنوع است .

ماده ۹ - برای جلوگیری از به هدر رفتن ویتامین ها؛ در تهیه انواع خورش ها مانند قورمه سبزی ، خورش کدو و بادمجان مواد اولیه مورد استفاده مثل سبزی ، کدو و بادمجان با روغن کم و به مدت کوتاه تفت داده شوند.

ماده ۱۰ - پوست و چربی مرغ قبل از طبخ جدا شده و غذاها بصورت کم چرب تهیه شود.

ماده ۱۱ - در صورت سرو کباب باید شرایط زیر رعایت شود:

۱ - مقدار چربی آن در حداقل مقدار ممکن باشد.

۲ - تمام قسمت های کباب بطور یکنواخت پخته و مغز پخت شود.

۳ - برای پخت کباب از "حرارت غیر مستقیم" استفاده شود و کباب سوخته نباشد.

۴- در تهیه کباب از گوشت سالم و کم چربی گوسفند، گوساله یا گاو استفاده شود واز مخلوط کردن دمیبه و چربیهای زائد و افزودنی های غیر مجاز خودداری گردد .

۵ - در کنار غذا، کره حیوانی و یا گیاهی قرار داده نشود. در صورت درخواست مشتری منعی ندارد .

ماده ۱۲ - استفاده از ماست پاستوریزه کم چرب در کنار غذا بصورت روزانه ضروری است.

ماده ۱۳ - از نان های واجد بسته بندی سالم، دارای مجوز قانونی و ترجیحاً " نان حجیم و نیمه حجیم استفاده شود .

ماده ۱۴ - برای سرو نوشیدنی رعایت موارد زیر الزامی است:

pdfMachine

A pdf writer that produces quality PDF files with ease!

Produce quality PDF files in seconds and preserve the integrity of your original documents. Compatible across nearly all Windows platforms, if you can print from a windows application you can use pdfMachine.

Get yours now!

۱ - استفاده از انواع نوشابه های گازدار ممنوع است.

۲ - از نوشیدنی های سالم مانند آب، دوغ پاستوریزه کم نمک بدون گاز استفاده شود.

۳ - استفاده از نوشیدنی های دارای ارزش تغذیه ای مانند ماء الشعیر ودلستر بلامانع است.

ماده ۱۵ - نمک مصرفی باید شامل شرایط زیر باشد :

۱ - استفاده از سنگ نمک و نمک های تصفیه نشده ممنوع است.

۲ - نمک مصرفی باید تصفیه شده و حاوی ید باشد.

۳ - برای خیساندن برنج می توان از نمک تصفیه شده فاقد ید استفاده نمود .

۴- نمک باید در ظروف در بسته با پوشش رنگی غیر قابل نفوذ در برابر نور نگهداری شود .

۵- نمک باید دارای بسته بندی سالم بوده و مفاد ماده ۱۱ قانون مواد خوردنی ،آشامیدنی ،آرایشی و بهداشتی در آن رعایت شده باشد.

۶- بر روی بسته های نمک خریداری شده باید عنوان نمک خوراکی و درجه خلوص حداقل ۹۹/۲ درصد قید شده باشد .

۷- در طبخ غذا از حداقل مقدار نمک استفاده شود.

ماده ۱۶ - حداقل هفته ای یک بار ماهی سالم با طبخ مناسب (بخارپز، داخل فر، کبابی) همراه با سبزی های تازه سرو شود.

ماده ۱۷ - در برنامه غذایی میوه و سبزی تازه به شرح زیر گنجانده شود:

۱ - سبزی و صیفی تازه مانند کاهو، کلم، گل کلم، گوجه فرنگی و فلفل سبز دلمه ای به صورت سالاد یا کنار غذا سرو شود.

۲ - سبزی و صیفی پخته مانند هویج، چغندر، کدو، لوبیا سبز، قارچ، نخود فرنگی و ذرت در کنار غذا سرو شود.

۳ - شستشو و گندزدایی سبزی های خام جهت سرو کنار غذا و تهیه سالاد (با رعایت مراحل سالم سازی سبزیجات) الزامی است.

۴ - روزانه یک نوع میوه متناسب با فصل سرو شود.

۵ - حداقل هفته ای یکبار پلو به صورت مخلوط با سبزی و صیفی مانند سبزی پلو و باقلا پلو سرو شود .

۶ - برای تهیه سالاد به جای سس مایونز از آبلیمو، سرکه، آبغوره، آب نارنج، انواع ادویه و پودر سبزیجات خشک شده و روغن زیتون با بسته بندی دارای مجوز بهداشتی استفاده شود.

ماده ۱۸ - در صورت توزیع میان وعده از انواع میان وعده های سالم از قبیل میوه تازه، نان و پنیر، شیر و خرما و یا خشکبار بهداشتی استفاده شود.

ماده ۱۹ - مواد غذایی به شرح زیر نگهداری شود:

۱ - مواد غذایی خام و پخته نباید در مجاورت هم نگهداری شود.

۲ - مواد غذایی باید در بسته بندی سالم نگهداری شود.

۳ - مواد غذایی فاسدشدنی باید داخل یخچال و یا سردخانه بادمای کمتر از ۴ درجه نگهداری شود.

۴ - مواد غذایی منجمد باید داخل فریزر و یا سردخانه بادمای کمتر از ۱۸ - نگهداری شود.

۵ - شرایط بهداشت محیط انبار نگهداری مواد غذایی باید مطابق با مقررات آئین نامه اجرائی قانون اصلاح ماده ۱۳ قانون مواد خوردنی آشامیدنی آرایشی و بهداشتی باشد.

۶ - برای نگهداری انواع مواد غذایی از قفسه و ویترین و پالت با حداقل ارتفاع ۱۴ سانتی متر و ترجیحاً از جنس پلی اتیلن استفاده شود.

۷ - دما و تهویه انبار باید مناسب باشد.

۸ - نصب دماسنج در انبار و سردخانه مواد غذایی الزامی است.

۹ - مواد غذایی پخته شده نباید بیش از دو ساعت در دمای محیط قرار گیرد. در ضمن نگهداری مواد غذایی پخته توصیه نمی شود و تا حد امکان غذا باید به اندازه مصرف روزانه تهیه شود.

۱۰ - نگهداری مواد غذایی فرآوری شده در داخل ظروف غیر مجاز از جمله با جنس پلاستیکی و فلزی زنگ زن (حلب روغن) ممنوع است.

۱۱ - کلیه مواد غذایی باید با بسته بندی مناسب در ظروف درپوش دار نگهداری شود.

ماده ۲۰ - در تهیه مواد خام اولیه (غلات، سبزیجات، حبوبات، گوشت و...) باید موارد زیر رعایت گردد:

۱ - انواع گوشت (دام، طیور و آبزیان) باید مورد تأیید سازمان دامپزشکی کشور باشد.

۲ - ترجیحاً "از مواد اولیه بسته بندی شده که مفاد ماده ۱۱ قانون مواد خوردنی و آشامیدنی را رعایت می نمایند استفاده شود.

۳- کلیه مواد غذایی باید سالم، تازه و مرغوب بوده و از مراکز مورد تأیید وزارت بهداشت تهیه گردند.

ماده ۲۱ - واحدهای تابعه معاونت های بهداشتی حداقل هر ۶ ماه یکبار از غذاهای تهیه شده مراکز موضوع این دستورالعمل نمونه برداری نمایند. نمونه برداری از مواد غذایی مشکوک به فساد در هر بازرسی الزامی است.

**تبصره:** هزینه نمونه برداری و انجام آزمایشات را باید دستگاههای اجرایی موضوع این دستورالعمل پرداخت نمایند.

ماده ۲۲ - تجهیزات تهیه، طبخ و توزیع مواد غذایی در مراکز فوق باید سالم بوده و مورد تأیید وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی باشد.

**تبصره ۱ -** در صورت استفاده از ظروف یکبار مصرف برای سرو غذای گرم، از ظروف با پایه گیاهی(نشاسته ذرت یا کاغذ) استفاده شود و استفاده از ظروف یکبار مصرف با پایه پلی استایرنی بدلیل مشکل انتقال مونومر ممنوع شود.

**تبصره ۲ -** ظروف و تجهیزات مورد استفاده باید از جنس مناسب و مطلوب بوده، ترجیحاً از استینلس استیل جهت پخت و پز و نگهداری و از ظروف چینی، بلور و استیل برای سرو غذا استفاده شود.

**تبصره ۳ -** از ظروف مسی و یا هر نوع ظروفی که مورد تأیید وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی نیست و باعث ایجاد خطر در سلامتی مصرف کنندگان می شود استفاده نگردد.

**تبصره ۴ -** شستشو و گندزدایی مستمر ظروف و تجهیزات با مواد شوینده و گندزدای مجاز الزامی است.

**تبصره ۵ -** از خشک کردن ظروف با پارچه های آلوده خودداری شده و ظروف ترجیحاً در مجاورت هوای محیط خشک شوند.

**تبصره ۶ -** استفاده از پاتیل های ثابت و پاتیل های بدون شیر تخلیه در تهیه مواد غذایی ممنوع است.

ماده ۲۳- دستگاههای موضوع این دستورالعمل با توجه به نیاز و تقاضای پرسنل نسبت به توزیع غذای رژیمی و نیم پرس اقدام نمایند.

ماده ۲۴- دستگاههای موضوع این دستورالعمل باید حداقل دو نوع غذا در هر وعده برای سرو داشته باشند.

**تبصره:** حداقل یک نوع از غذای سرو شده غیر سرخ کردنی باشد.

دکتر لنکرانی

وزیر

pdfMachine

A pdf writer that produces quality PDF files with ease!

Produce quality PDF files in seconds and preserve the integrity of your original documents. Compatible across nearly all Windows platforms, if you can print from a windows application you can use pdfMachine.

Get yours now!