

## " بسمه تعالی "

«دستورالعمل کنترل سلامت غذا و تعادل ترکیب غذایی در واحدهای غذاخوری دستگاههای اجرایی مشمول ماده 160 قانون

برنامه چهارم توسعه اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی جمهوری اسلامی ایران در اجرای بند 2 تصویب نامه

شماره 120197/ت/37969/ه مورخ 1386/7/28 هیات وزیران»

این دستورالعمل در راستای اجرای بند 2 تصویب نامه شماره 120197/ت/37969/ه مورخ 1386/7/28 هیات محترم وزیران بمنظور تأمین، حفظ و ارتقاء سلامت کارکنان دستگاههای اجرایی بواسطه تأمین امنیت غذایی در 24 ماده 12، تبصره و 35 بند تهیه گردید و از زمان ابلاغ لازم الاجراست.

**ماده 1** - 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 2** - 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 5** - دستگاه های موضوع این دستورالعمل عبارتند از کلیه وزارتخانه ها، مؤسسات و شرکتهای دولتی موضوع ماده (4) "قانون محاسبات عمومی کشور، مصوب 1366/6/1" و سایر شرکتهایی که بیش از پنجاه درصد (50%) 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 3** - 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 4** - کلیه کارکنان مشمول ماده 3 موظفند کارت معاینه پزشکی مطابق آئین نامه مقررات بهداشتی مربوطه دریافت نمایند.

**ماده 5-** کلیه کارکنان مشمول ماده 3 موظفند بهداشت فردی و عمومی محل کار خود را رعایت نمایند.

**ماده 6-** کلیه کارکنان مشمول ماده 3 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 7-** رعایت مقررات آئین نامه اجرائی قانون اصلاح ماده 13 قانون مواد خوردنی آشامیدنی آرایشی و بهداشتی برای کلیه مراکز فوق الزامی است.

**ماده 8-** در طبخ غذا از روغن مناسب با نشان استاندارد استفاده شود.

**تبصره 1-** در طبخ غذا از روغن با اسید چرب ترانس پائین تر از 10 درصد (ترجیحاً از روغن مایع یا نیمه جامد) استفاده شود.

**تبصره 2-** در صورت تهیه غذا به روش سرخ کردن از روغن مخصوص سرخ کردنی و به مقدار کم استفاده شود.

**تبصره 3-** استفاده مکرر از روغن برای سرخ کردن ممنوع است.

**ماده 9-** 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 10-** پوست و چربی مرغ قبل از طبخ جدا شده و غذاها بصورت کم چرب تهیه شود.

**ماده 11-** در صورت سرو کباب باید شرایط زیر رعایت شود:

1- مقدار چربی آن در حداقل مقدار ممکن باشد.

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

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

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

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

**ماده 12-** استفاده از ماست پاستوریزه کم چرب در کنار غذا بصورت روزانه ضروری است.

**ماده 13-** از نان های واجد بسته بندی سالم، دارای مجوز قانونی و ترجیحاً "نان حجیم و نیمه حجیم" استفاده شود.

**ماده 14-** برای سرو نوشیدنی رعایت موارد زیر الزامی است:

1- استفاده از انواع نوشابه های گازدار ممنوع است.

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

3- استفاده از نوشیدنی های دارای ارزش تغذیه ای مانند ماء الشعیر و دلستر بلامانع است.

**ماده 15-** نمک مصرفی باید شامل شرایط زیر باشد :

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

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

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

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

5- نمک باید دارای بسته بندی سالم بوده و مفاد ماده 11 قانون مواد خوردنی، آشامیدنی، آرایشی و بهداشتی در آن رعایت شده باشد.

6- بر روی بسته های نمک خریداری شده باید عنوان نمک خوراکی و درجه خلوص حداقل 99/2 درصد قید شده باشد .

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

**ماده 16-** حداقل هفته ای یک بار ماهی سالم با طبخ مناسب (بخارپز، داخل فر، کبابی) همراه با سبزی های تازه سرو شود.

**ماده 17-** در برنامه غذایی میوه و سبزی تازه به شرح زیر گنجانده شود:

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

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

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

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

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

6- 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 18-** 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 19-** مواد غذایی به شرح زیر نگهداری شود:

- 1- مواد غذایی خام و پخته نباید در مجاورت هم نگهداری شود.
- 2- مواد غذایی باید در بسته بندی سالم نگهداری شود.
- 3- مواد غذایی فاسدشدنی باید داخل یخچال و یا سردخانه بادمای کمتر از 4 درجه نگهداری شود.
- 4- مواد غذایی منجمد باید داخل فریزر و یا سردخانه با دمای کمتر از 18- نگهداری شود.
- 5- شرایط بهداشت محیط انبار نگهداری مواد غذایی باید مطابق با مقررات آئین نامه اجرائی قانون اصلاح ماده 13 قانون مواد خوردنی آشامیدنی آرایشی و بهداشتی باشد.
- 6- برای نگهداری انواع مواد غذایی از قفسه و ویتترین و پالت با حداقل ارتفاع 14 سانتی متر و ترجیحاً از جنس پلی اتیلن استفاده شود.

7- دما و تهویه انبار باید مناسب باشد.

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

9- 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.

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

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

**ماده 20-** در تهیه مواد خام اولیه (غلات، سبزیجات، حبوبات، گوشت و...) باید موارد زیر رعایت گردد:

- 1- انواع گوشت (دام، طیور و آبزیان) باید مورد تأیید سازمان دامپزشکی کشور باشد.
- 2- ترجیحاً "از مواد اولیه بسته بندی شده که مفاد ماده 11 قانون مواد خوردنی و آشامیدنی را رعایت می نمایند استفاده شود.

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

**ماده 21** - واحدهای تابعه معاونت های بهداشتی حداقل هر 6 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 22** - تجهیزات تهیه، طبخ و توزیع مواد غذایی در مراکز فوق باید سالم بوده و مورد تأیید وزارت بهداشت، درمان

و آموزش پزشکی باشد.

**تبصره 1** - 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 2** - ظروف و تجهیزات مورد استفاده باید از جنس مناسب و مطلوب بوده ، ترجیحاً از استیل

جهت پخت و پز و نگهداری و از ظروف چینی، بلور و استیل برای سرو غذا استفاده شود .

**تبصره 3** - 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 4** - شستشو و گندزدایی مستمر ظروف و تجهیزات با مواد شوینده و گندزدای مجاز الزامی است.

**تبصره 5** - از خشک کردن ظروف با پارچه های آلوده خودداری شده و ظروف ترجیحاً در مجاورت هوای محیط

خشک شوند.

**تبصره 6** - استفاده از پاتیل های ثابت و پاتیل های بدون شیر تخلیه در تهیه مواد غذایی ممنوع است.

**ماده 23** - دستگاههای موضوع این دستورالعمل با توجه به نیاز و تقاضای پرسنل نسبت به توزیع غذای رژیمی

و نیم پرس اقدام نمایند.

**ماده 24** - دستگاههای موضوع این دستورالعمل باید حداقل دو نوع غذا در هر وعده برای سرو داشته باشند.

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

دکتر لنکرانی

وزیر