



ФБУЗ «ЦЕНТР ГИГИЕНИЧЕСКОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ»  
РОСПОТРЕБНАДЗОРА

# ПОСОБИЕ

по санитарной безопасности  
для организаций воспитания и обучения,  
отдыха и оздоровления детей и молодежи



Москва  
2021

## Уважаемый читатель!

Вашему вниманию предлагается пособие по санитарной безопасности для организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи, в котором приведены основные контрольные точки при эксплуатации помещений, зданий, сооружений.

В данном сборнике представлены гигиенические практики по предотвращению причинения вреда жизни и здоровью детей и молодежи путем повышения уровня знаний работников организаций воспитания и обучения детей и молодежи в области санитарно-эпидемиологических требований.

Пособие предназначено для сотрудников организаций воспитания и обучения детей и молодежи.

Положения пособия изложены в простой и доступной форме.

Пособие подготовлено на основании:

- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»;

- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

Пособие носит справочный характер, не является нормативным документом, не заменяет собою санитарные правила и не вводит новые санитарно-эпидемиологические требования.

# ВВЕДЕНИЕ

Детство – прекрасная пора для ярких впечатлений, новых открытий, обретения верных друзей и зарождения будущих устремлений. Однако, если ребенок оказывается в условиях постоянного вредного воздействия факторов окружающей среды (в том числе – образовательной среды), то это может существенным образом сказаться на его здоровье. Необходимо постоянно следить за тем, чтобы окружающая среда, создаваемая в процессе воспитания и обучения, не оказывала вредного воздействия на здоровье детей.

## ЧТО ЭТО ЗА ПОСОБИЕ?

Перед вами пособие по санитарной безопасности, в котором приведены важнейшие гигиенические принципы, позволяющие предотвратить развитие инфекционных, массовых неинфекционных заболеваний (отравлений) и обеспечить безопасные условия образовательной деятельности, оказания услуг по воспитанию и обучению, спортивной подготовке, уходу и присмотру за детьми, условия проведения временного досуга, отдыха и оздоровления, предоставления мест временного проживания, а также условия проведения массовых мероприятий с участием детей и молодежи .

Пособие состоит из шести разделов:

1. **ГИГИЕНА РАБОТНИКОВ**
2. **ОБУСТРОЙСТВО ПРОСТРАНСТВА**
3. **ВОСПИТАНИЕ И ОБУЧЕНИЕ**
4. **ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ**
5. **ОТДЫХ И ПУТЕШЕСТВИЯ**
6. **УБОРКА И КОНТРОЛЬ**

Настоящее пособие носит справочный характер и не является нормативным документом, не заменяет собою санитарные правила и не вводит новые санитарно-эпидемиологические требования.

## ДЛЯ КОГО ЭТО ПОСОБИЕ?

Пособие будет интересно всем работникам образовательных организаций, организаций по присмотру и уходу за детьми, организаций отдыха и оздоровления детей.

2021

ФБУЗ «Центр гигиенического образования населения» Роспотребнадзора

121099, г. Москва, 1-й Смоленский переулок, дом 9, стр.1

+7 (499) 241-86-28

cgon@cgon.ru



# РАЗДЕЛ 1. ГИГИЕНА РАБОТНИКОВ

## ЕСЛИ ВЫ РАБОТАЕТЕ С ДЕТЬМИ

(работа в организациях, деятельность которых связана с воспитанием и обучением детей, а также работа на пищеблоке), то у вас должна быть **личная медицинская книжка**, в которой должны быть все необходимые сведения. Для этого необходимо:

Что делать?		Почему это важно?
Пройти медицинский осмотр перед приемом на работу		Это необходимо для определения соответствия здоровья работника характеру будущей работы, а также для раннего выявления и профилактики заболеваний
Проходить периодические медицинские осмотры не реже 1 раза в год		Это необходимо для охраны здоровья работника и окружающих его людей, для предупреждения распространения инфекционных и паразитарных заболеваний
Регулярно проходить гигиеническую подготовку («санитарный минимум») и аттестацию: - 1 раз в 2 года или - 1 раз в год (если работа связана с приготовлением и раздачей пищи)		Для работы в организациях для детей и молодежи, необходимо знать и соблюдать санитарные нормы и правила
Необходимо сделать прививки против эпидемически значимых инфекций		Работа в организациях для детей и молодежи связана с контактированием с большим количеством людей. Защищаясь от инфекций, Вы исключаете возможность заразить своих подопечных

## ПРИВИВКИ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ И ВОСПИТАТЕЛЕЙ:

- вакцинация против гепатита В (работники до 55 лет)
- вакцинация против дифтерии и столбняка (ревакцинация каждые 10 лет)
- вакцинация против краснухи (женщины от 18 до 25 лет)

- вакцинация против кори (работники до 55 лет)
- вакцинация против гриппа (ежегодно)

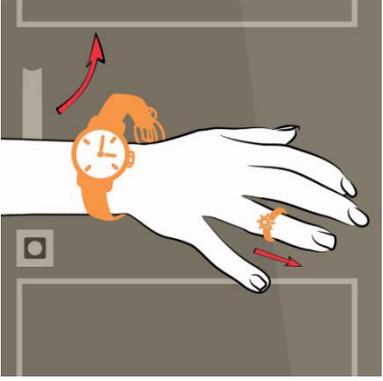
### ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ПРИВИВКИ:

- против новой коронавирусной инфекции
- других инфекций, актуальных на вашей территории (например, против гепатита А, шигеллёза, клещевого энцефалита)

## ЛИЧНУЮ МЕДИЦИНСКУЮ КНИЖКУ МОЖНО ПРОВЕРИТЬ

через Единый реестр выданных ЛМК	или использовать мобильное приложение «ЛМКонтроль»	
	 	 

## ЕСЛИ ВЫ ЗАНЯТЫ В ПРИГОТОВЛЕНИИ И РАЗДАЧЕ ПИЩИ:

Что делать?		Почему это важно?
<p>Надеть чистую одежду, головной убор и обувь, предназначенную для работы с пищевыми продуктами (такая специальная рабочая одежда храниться отдельно от личной одежды и обуви, ее стирка организуется отдельно)</p>		<p>Уличная одежда и личные вещи могут быть загрязнены. Поэтому при контакте с продуктами питания необходимо пользоваться специальной чистой одеждой и обувью, <b>предназначенной только для этой цели</b> и хранящейся отдельно от личных вещей</p>
<p>Снять ювелирные украшения, часы и другие бьющиеся предметы, не застегивать спецодежду булавками, убрать посторонние предметы из карманов</p>		<p>Попадание посторонних предметов и частиц (волос, щетинок, кусочков лака, булавок) в пищу недопустимо! Это может быть фактором передачи инфекции, химического загрязнения и механической опасности.</p>

## Что делать?

## Почему это важно?

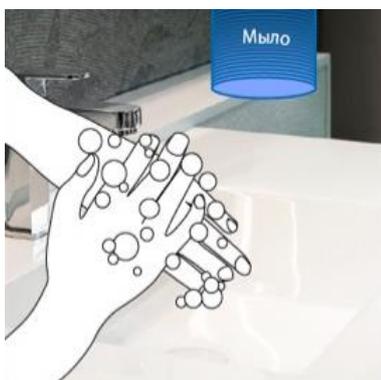
Подобрать волосы под колпак (косынку) или надеть специальную сеточку для волос



Попадание посторонних предметов и частиц (волос, щетинок, кусочков лака, булавок) в пищу недопустимо! Это может быть фактором передачи инфекции, химического загрязнения и механической опасности.

Перед началом работы тщательно вымыть руки с мылом.

(как это лучше всего сделать см. далее)



На коже рук могут находиться болезнетворные микроорганизмы и яйца паразитов, которые при попадании в пищу вызывают тяжелые заболевания, пищевые отравления

Дополнительно можно воспользоваться кожным антисептиком для рук



Использование антисептика не заменяет мытье рук с мылом!

Антисептик сам по себе не удаляет загрязнение!

При сервировке блюд (т.е. при непосредственном контакте рук с готовой пищей) пользуйтесь одноразовыми перчатками.

Меняйте перчатки на **новые** при нарушении их целостности и после гигиенических перерывов в работе.



Это предотвратит загрязнение готовых блюд.

Помните, использование перчаток не заменяет мытья рук!

## МОЙТЕ РУКИ:

- Перед тем, как начать готовить, порционировать блюда.
- После посещения туалета.
- После контакта с такими предметами, как телефоны, выключатели, дверные ручки, кассовые аппараты и деньги.
- После уборки, сбора отходов и выноса мусора.
- После чихания и кашля.

## ЛУЧШЕ ВСЕГО МЫТЬ РУКИ ТАК:

### Шаг 1.

Закатайте рукава, возьмите мыло.

(лучше использовать жидкое мыло в дозаторе)



### Шаг 2.

Смочите руки в теплой воде.



### Шаг 3.

Хорошенько мойте руки в течение 25 секунд.



### Шаг 4.

Не забудьте промыть между пальцев, тыльную сторону ладоней, запястья и под ногтями.



### Шаг 5.

Ополосните руки теплой проточной водой.



### Шаг 6.

Хорошо просушите руки одноразовым полотенцем<sup>1</sup>



## НАУЧИТЕ ДЕТЕЙ ЭТИМ ПРИЕМАМ МЫТЬЯ РУК!

<sup>1</sup> Пользуясь тем же самым полотенцем, закройте им кран, полотенце утилизируйте. Если используете простое полотенце, следите за его чистотой; влажное грязное полотенце - хорошая среда для размножения болезнетворных микробов.

## ЕСЛИ КОНТАКТИРУЕТЕ С ПИЩЕВЫМИ ПРОДУКТАМИ ЗАПОМНИТЕ:

Что делать?		Почему это важно?
<p>При посещении туалета снимайте свою рабочую одежду в специально отведенном месте или надевайте сверху халат.</p> <p><b>После посещения туалета тщательно вымойте руки с мылом!</b></p>		<p>Туалетные комнаты - зона повышенного биологического загрязнения!</p>
<p>При появлении первых признаков простуды (боль в горле, насморк, температура), боли в животе, поноса, нагноений на коже, порезов, ожогов - сразу <b>сообщайте об этом руководству</b> и обращайтесь в медицинское учреждение</p>		<p>Продолжая контактировать с пищевыми продуктами, Вы будете источником болезнетворных микроорганизмов и других биологических агентов, что создает угрозу для здоровья гостей и качества выпускаемой пищевой продукции</p>
<p>Сообщайте руководству обо всех случаях заболеваний кишечными инфекциями в семье</p>		<p>Часто работник может быть носителем болезнетворных агентов даже при отсутствии явных симптомов болезни</p>



## РАЗДЕЛ 2. ОБУСТРОЙСТВО ПРОСТРАНСТВА

### РАЗРЕШИТЕЛЬНЫЕ ДОКУМЕНТЫ

Образовательная деятельность		Требует получения <b>санитарно-эпидемиологического заключения</b>
Организация отдыха и оздоровления детей		
Медицинская деятельность <sup>2</sup>		

### ОБУСТРОЙСТВО ТЕРРИТОРИИ

На что обратить внимание?	Как должно быть устроено?	
Освещение		Наружные электрические источники освещения
Ограждение		По всему периметру организации устанавливается забор
Озеленение		Не менее 50% площади территории, свободной от застройки и физкультурно-спортивных площадок, в

<sup>2</sup> Медицинская помощь в хозяйствующих субъектах осуществляется в соответствии с законодательством в сфере охраны здоровья при наличии санитарно-эпидемиологического заключения или сторонней медицинской организацией.

На что обратить внимание?	Как должно быть устроено?	
Безопасность		<p>том числе и по периметру этой территории<sup>3</sup></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- не должно быть плодоносящих ядовитых деревьев и кустарников;</li> <li>- не должно быть грызунов и насекомых (клещей)</li> </ul>
Спортивные площадки		<p>Должны быть спланированы с учетом необходимости отвода дождевой воды и иметь полимерное или натуральное покрытие (полимерные покрытия должны иметь документы об оценке соответствия)<sup>4</sup></p>
Дорожки, подъезды, подходы к зданиям		<p>Не должны иметь дефектов</p>
Площадка для сбора мусора		<p>Площадка с водонепроницаемым твердым покрытием и общей площадью превышающая размеры контейнеров для мусора с запасом на 1 м во все стороны</p>

<sup>3</sup> в условиях стесненной городской застройки допускается снижение озеленения не более чем на 25% площади.

<sup>4</sup> Допускается использование спортивных сооружений и площадок, расположенных за пределами собственной территории.

На что обратить внимание?	Как должно быть устроено?	
Контейнеры для мусора		С закрывающимися крышками <sup>5</sup>

## МИНИМАЛЬНЫЙ НАБОР ПОМЕЩЕНИЙ

зависит от типа организации и времени пребывания в ней детей и молодежи<sup>6</sup>:

<p><b>С круглосуточным пребыванием детей:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ жилые помещения</li> <li>▪ помещения для организации питания</li> <li>▪ помещения для оказания медицинской помощи</li> <li>▪ помещения для реализации образовательных программ (учебные классы и (или) игровые комнаты)</li> <li>▪ душевые, умывальные, туалеты для проживающих</li> <li>▪ помещения для стирки, сушки и глажки белья</li> <li>▪ комнаты для хранения постельного белья</li> <li>▪ комнаты и туалеты для персонала</li> </ul>	<p><b>С дневным пребыванием детей:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ помещения, обеспечивающие реализацию основного вида деятельности</li> <li>▪ помещения для организации питания (в случае пребывания детей более 4 часов)</li> <li>▪ санитарные узлы</li> <li>▪ помещения для оказания медицинской помощи (в случаях, установленных законодательством<sup>7</sup>)</li> </ul>
<p>Для групп дошкольных организаций (также присмотр и уход за детьми), размещенных в помещениях жилищного фонда, а также семейных дошкольных групп:</p>	<p>Для воспитательных групп в организациях для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, размещенных по квартирному типу<sup>8</sup>:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ жилые комнаты (спальни, отдельные для мальчиков и девочек)</li> </ul>

<sup>5</sup> Допускается использование иных специальных закрытых конструкций для сбора отходов, в том числе с размещением их на смежных с собственной территорией контейнерных площадках жилых домов.

<sup>6</sup> Нормативы площадей помещений в организациях детей и молодежи см. таб.6.1. СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".

<sup>7</sup> Часть 3 статьи 41 Федерального закона от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".

<sup>8</sup> В организациях для детей сирот с круглосуточным пребыванием требует организацию приемно-карантинного отделения и помещения для проведения реабилитационных мероприятий. Приемно-карантинное отделение оборудуется отдельным входом и состоит из приемно-смотровой, из не менее 2 палат изолятора (из расчета 6,0 м<sup>2</sup> на 1 койку), буфета, кабинета врача, помещения для оказания медицинской помощи с отдельным выходом в коридор, санитарно-бытовых помещений (санитарный узел, душевая (ванная) комната).

<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ место (помещение) для раздельного хранения верхней одежды и полками для обуви</li> <li>▪ игровая комната</li> <li>▪ помещение (место в игровой комнате) для сна</li> <li>▪ кухня и помещение (место в игровой комнате или на кухне) для приема пищи детьми (при нахождении детей более 4 часов)</li> <li>▪ место для организации питьевого режима</li> <li>▪ место для хранения белья (при организации сна детей)</li> <li>▪ место для хранения уборочного инвентаря</li> <li>▪ туалет и умывальная комната</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ помещение для отдыха и игр (гостиная)</li> <li>▪ помещение для занятий (подготовки уроков)</li> <li>▪ помещение для приема и (или) приготовления пищи</li> <li>▪ санитарно-бытовые помещения (санитарные узлы, душевая или ванная комната со стиральными машинами)</li> <li>▪ комната воспитателя</li> <li>▪ раздевальная (прихожая)</li> </ul>
<p><b>Раздевальная (прихожая) должны быть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ в организациях для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей</li> <li>▪ дошкольных группах, размещенных в жилых помещениях жилищного фонда</li> <li>▪ учреждениях для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации</li> </ul>	<p><b>Комната воспитателя должна быть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ в организациях для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей</li> <li>▪ дошкольных группах, размещенных в жилых помещениях жилищного фонда</li> <li>▪ учреждениях для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации</li> <li>▪ организациях отдыха детей и их оздоровления с круглосуточным пребыванием</li> </ul>
<p>Количество комнат гигиены девочек (девушек) должно быть не менее 1 комнаты на 70 человек.</p>	<p>Количество помещений для стирки, сушки вещей, глажения и чистки одежды должно быть не менее 1 помещения на жилую секцию и (или) этаж.</p>
<p>Изолятор (помещение для временной изоляции заболевших) должен быть в организациях с круглосуточным пребыванием.</p>	
<p><b>В подвальных помещениях<sup>9</sup></b></p>	
<p><b>НЕ размещают</b></p>	<p><b>Можно разместить</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ помещения для детей и молодежи</li> <li>▪ помещения для оказания медицинской помощи</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ гардеробы</li> <li>▪ туалеты для персонала</li> <li>▪ тир</li> <li>▪ книгохранилища</li> <li>▪ умывальные и душевые</li> <li>▪ помещения для стирки и сушки белья</li> <li>▪ гладильные</li> <li>▪ подсобные помещения</li> </ul>

<sup>9</sup> Подвальные помещения должны быть сухими, не содержащими следы загрязнений, плесени и грибка, не допускается наличие в них мусора.

В помещениях цокольного этажа	
НЕ размещают	Можно разместить
<ul style="list-style-type: none"> <li>помещения для детей и молодежи</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>обеденный зал</li> <li>тренажерный зал</li> <li>гардеробы</li> <li>туалеты для персонала</li> <li>тир</li> <li>книгохранилища</li> <li>умывальные и душевые</li> <li>помещения для стирки и сушки белья</li> <li>гладильные</li> <li>подсобные помещения</li> </ul>

Допускается предусматривать трансформируемые пространства<sup>10</sup>:



<sup>10</sup> При условии их оборудования согласно санитарным правилам СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".

## ПОМНИТЕ:

	<p>Организации, реализующие школьную программу, размещаются <b>на собственной территории в отдельно стоящих зданиях</b> (не допускается размещаться в помещениях жилищного фонда, а также в функционирующих зданиях общественного и административного назначения).</p>
	<p>Встроенные в жилые здания (встроенно-пристроенные к жилым зданиям) и (или) к зданиям общественного и административного назначения организации должны <b>иметь самостоятельные вход и выход</b>, а также прилегающую к ним территорию.</p>
	<p>Для обеспечения передвижения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по собственной территории и объектам хозяйствующим субъектом должны проводиться <b>мероприятия по созданию доступной среды</b> для инвалидов.</p>

## МИНИМАЛЬНЫЙ НАБОР ПОМЕЩЕНИЙ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ И РАЗДАЧИ ПИЩИ:

работающих на сырье	работающих на полуфабрикатах	буфетов-раздаточных
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ загрузочный цех,</li> <li>▪ горячий цех,</li> <li>▪ холодный цех,</li> <li>▪ мясо-рыбный цех,</li> <li>▪ цех первичной обработки овощей,</li> <li>▪ цех вторичной обработки овощей,</li> <li>▪ моечная для кухонной посуды,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ загрузочный цех,</li> <li>▪ доготовочный цех,</li> <li>▪ горячий цех,</li> <li>▪ холодный цех,</li> <li>▪ моечная для кухонной посуды,</li> <li>▪ моечная для столовой посуды,</li> <li>▪ кладовые и складские помещения с</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ помещение для приема и раздачи готовых блюд,</li> <li>▪ помещение для мытья кухонной и столовой посуды,</li> <li>▪ помещение (место) для хранения контейнеров (термосов, тары).</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ моечная для столовой посуды,</li> <li>▪ кладовые и складские помещения с холодильным оборудованием.</li> </ul>	холодильным оборудованием.	
---	----------------------------	--

## СПАЛЬНЫЕ КОМНАТЫ:

при организации отдыха и сна для детей, следует помнить:

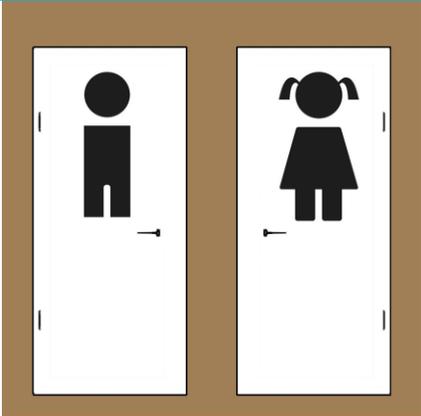
- Спальные комнаты для проживания обеспечиваются кроватями, тумбочками и стульями (табуреты) по количеству проживающих, столом, шкафом (шкафами) для раздельного хранения одежды и обуви.
- Количество столов и шкафов должно предусматривать возможность использования их всеми проживающими и возможность раздельного хранения вещей.
- Кровати должны иметь твердое ложе.
- Допускается оборудование спален раскладными кроватями с жестким ложем или трансформируемыми кроватями, не превышающими трех уровней и имеющими самостоятельный заход на них.
- Использование диванов и кресел для сна не допускается<sup>11</sup>.
- Каждое спальное место обеспечивается комплектом постельных принадлежностей (матрацем с наматрасником, подушкой, одеялом), постельным бельем (наволочкой, простыней, пододеяльником) и полотенцами (для лица и для ног, а также банным).
- Допускается использование одноразовых полотенец для лица, рук и ног.
- Количество комплектов постельного белья, наматрасников и полотенец (для лица и для ног, а также банного) должно быть не менее 2 комплектов на одного человека.

Размер спальной мебели (кроватей) нормируется в зависимости от возраста		
	Возраст	Норматив
	до 3-х лет	Длина 1200 мм Ширина 600 мм
	от 3-х до 7 лет	длина 1400 мм ширина 600 мм
	от 7 до 10 лет	Длина 1600 мм Ширина 700 мм
	от 10 лет и старше	Длина 1900 мм Ширина 800 мм
Требования к расстановке кроватей		
Минимальные разрывы, расстояния, не менее		
от наружных стен	60 см	
от отопительных приборов	20 см	
ширина прохода между	50 см	

<sup>11</sup> Кроме общежитий организаций среднего профессионального, высшего образования.

кроватями	
между изголовьями двух кроватей	30 см

## ТУАЛЕТНЫЕ КОМНАТЫ

На что обратить внимание?	Как должно быть устроено?	
Доступ в туалетные комнаты		На каждом этаже объекта размещаются туалеты для детей разного пола
Площади и оборудование туалетных комнат	<p>Площади:</p> <p>для детей до 3 лет - не менее 12 м<sup>2</sup></p> <p>от 3 до 7 лет - не менее 16,0 м<sup>2</sup></p> <p>для детей старше 7 лет - не менее 0,1 м<sup>2</sup> на одного ребенка.</p>	<p>Туалетные комнаты оборудуются умывальниками и туалетными <u>кабинами с дверями</u>.</p> <p>Туалетные кабины оснащаются мусорными ведрами, держателями для туалетной бумаги, сиденьями на унитазах.</p> <p>Умывальные раковины обеспечиваются мылом, электро- или бумажными полотенцами, ведрами для сбора мусора.</p>

## МЕБЕЛЬ

Ученическая мебель должна соответствовать ростовым показателям ребенка

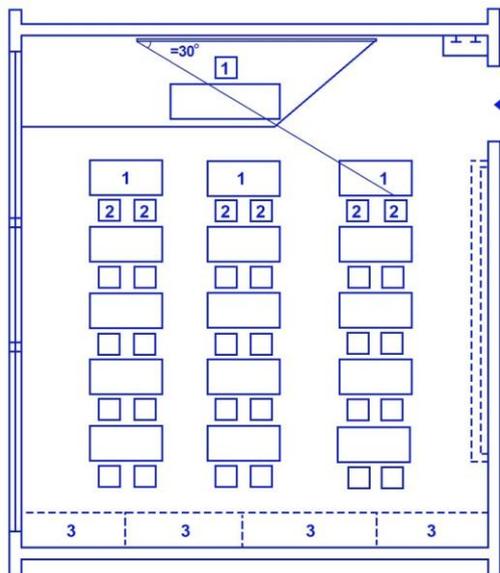
Группа	Рост, см	Цвет маркировки	Высотам стола, мм	Высота стула, мм
00	До 85	<b>Черный</b>	340	180
0	85-100	<b>Белый</b>	400	220
1	101-115	<b>Оранжевый</b>	460	260
2	116-130	<b>Фиолетовый</b>	520	300
3	131-145	<b>Желтый</b>	580	340
4	146-160	<b>Красный</b>	640	380
5	161-175	<b>Зеленый</b>	700	420
6	Выше 175	<b>Голубой</b>	760	460

## ПОМНИТЕ:



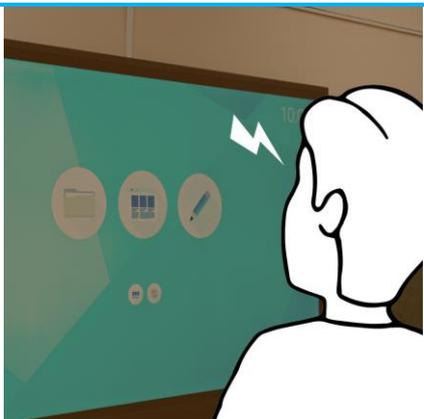
- ☑ Ученическая мебель **маркируется** в соответствии с ростовой группой, маркировка наносится на боковую наружную поверхность стола и стула.
- ☑ Меньшие по размеру парты ставят ближе к доске, большие по размеру - дальше от доски. Конторки размещают на последних рядах.
- ☑ Детей рассаживают с учетом роста, наличия заболеваний органов дыхания, слуха, зрения и особенностей физического развития.
- ☑ Можно использовать трансформируемую (многофункциональную) мебель.
- ☑ Покрытие столов и стульев должно не иметь дефектов и повреждений, быть устойчивым к воздействию влаги, моющих и дезинфицирующих средств.

Требования к расстановке мебели		
Минимальные разрывы, расстояния, не менее		
между столами и стенами		50 см
между рядами столов		50 см
от учебной доски до первого ряда столов		240 см
Наибольшая удаленность от учебной доски до последнего ряда столов		не более 860 см
Угол видимости учебной доски	до 7 лет; 1 - 4 классы	45°
	5 - 11 классы, ПОО	35°
Высота нижнего края учебной доски над полом		70 - 90 м



## ДОСКА

Что необходимо сделать?	Как это обеспечить?
Обеспечить доступ детей ко всей поверхности учебной доски	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Подход к доске должен быть свободным.</li> <li>▪ На интерактивной доске не должно быть зон, недоступных для работы.</li> </ul>
Минимизировать нагрузку на зрительный анализатор детей	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Интерактивная доска должна быть расположена по центру фронтальной стены классного помещения.</li> <li>▪ Диагональ интерактивной доски должна составлять не менее 165,1 см.</li> </ul>



- Размещение проектора интерактивной доски должно исключать для пользователей возможность возникновения слепящего эффекта.
- Активная поверхность интерактивной доски должна быть матовой.
- Меловые доски должны иметь темное антибликовое покрытие и должны быть оборудованными дополнительными источниками искусственного освещения.
- При использовании маркерной доски цвет маркера должен быть контрастного цвета по отношению к цвету доски.
- Не следует использовать в образовательных целях мобильные телефоны.

## ВАЖНО!

- ☑ Детям моложе 5 лет нельзя использовать электронные средства обучения (ЭСО).
- ☑ К ЭСО относят интерактивные доски, сенсорные экраны, информационные панели, компьютеры, ноутбуки, планшеты, моноблоки.
- ☑ Окна в помещениях, где используются ЭСО, должны быть оборудованы светорегулируемыми устройствами (плотные шторы, жалюзи).
- ☑ ЭСО используются в соответствии с инструкцией по эксплуатации и (или) техническим паспортом.
- ☑ ЭСО должны иметь документы об оценке (подтверждении) соответствия<sup>12</sup>.
- ☑ Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО (интерактивная доска и персональный компьютер, интерактивная доска и планшет) не допускается.
- ☑ Использование мониторов на основе электронно-лучевых трубок в образовательных организациях не допускается.
- ☑ При установке в помещениях телевизионной аппаратуры расстояние от ближайшего места просмотра до экрана должно быть не менее 2 метров.
- ☑ Организация рабочих мест пользователей персональных ЭСО должна обеспечивать зрительную дистанцию до экрана не менее 50 см.
- ☑ Использование планшетов предполагает их размещения на столе под углом наклона 30°.
- ☑ Шрифтовое оформление электронных учебных изданий должно соответствовать гигиеническим нормативам<sup>13</sup>.

<sup>12</sup> Использование ЭСО должно осуществляться при условии их соответствия Единым санитарно-эпидемиологическим и гигиеническим требованиям к продукции (товарам), подлежащей санитарно-эпидемиологическому надзору (контролю)

<sup>13</sup> См. таблицу 7.12 СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".

<b>Минимальная диагональ ЭСО должна составлять:</b>	<b>дюйм/см, не менее</b>
Интерактивная доска (интерактивная панель)	65/165,1
Монитор персонального компьютера, ноутбука	15,6/39,6
Ноутбук	14,0/35,6
Планшет	10,5/26,6



## РАЗДЕЛ 3. ВОСПИТАНИЕ И ОБУЧЕНИЕ

### НАБОР В ГРУППЫ (КЛАССЫ)

Количество детей в группах или классах (в том числе в группах, размещенных в жилых и нежилых помещениях жилищного фонда и нежилых зданий), определяется исходя из расчета площади игровой комнаты (без учета мебели и ее расстановки)

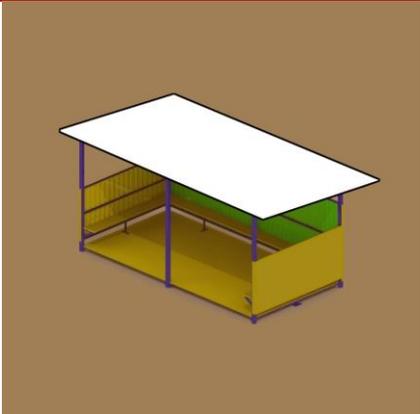
Для групп раннего возраста (до 3 лет)	не менее 2,5 м <sup>2</sup> на 1 ребенка
Для групп дошкольного возраста (от 3 до 7 лет)	не менее 2 м <sup>2</sup> на одного ребенка
Площадь спальни для детей до 3 лет	не менее 1,8 м <sup>2</sup> на ребенка
Площадь спальни для детей от 3 до 7 лет	не менее 2,0 м <sup>2</sup> на ребенка
Физкультурный зал	не менее 75 м <sup>2</sup>
Для групп школьного образования	не менее 2,5 м <sup>2</sup> на одного обучающегося при фронтальных формах занятий
	не менее 3,5 м <sup>2</sup> на одного обучающегося при организации групповых форм работы и индивидуальных занятий.

### ПОМНИТЕ:

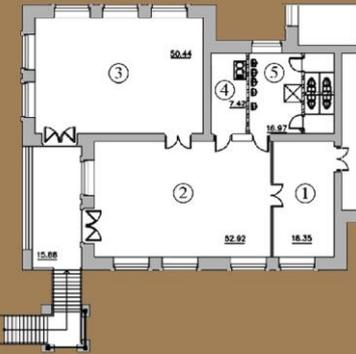
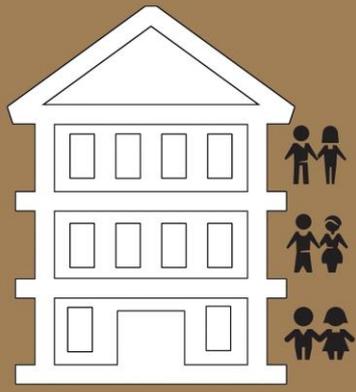
- После перенесенного заболевания дети допускаются к посещению в организованный коллектив **только при наличии медицинского заключения** (медицинской справки).
- **Образование детей с ограниченными возможностями** здоровья может быть организовано как совместно с другими детьми, так и в отдельных группах или в отдельных организациях, осуществляющих образовательную деятельность<sup>14</sup>.

### ДЕТСКИЙ САД

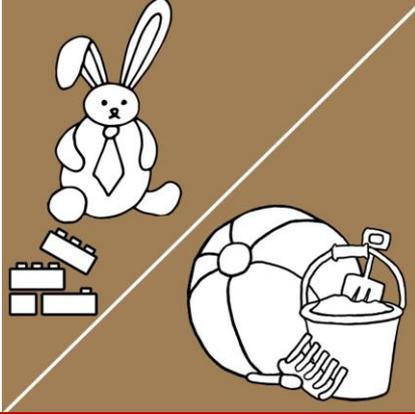
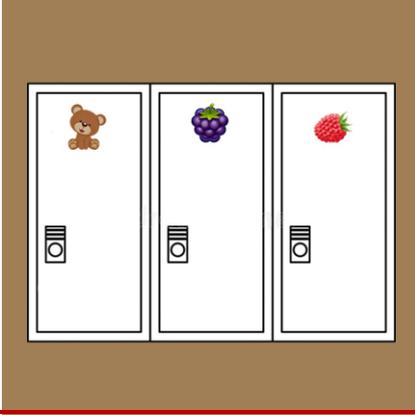
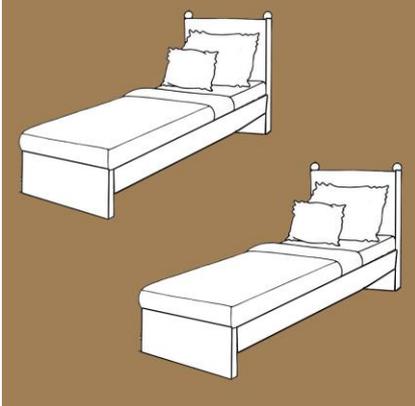
(реализация программ дошкольного образования, присмотр и уход за детьми)

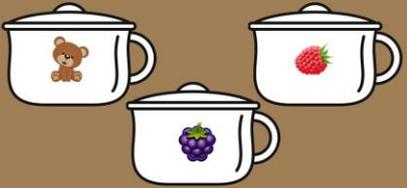
На что обратить внимание?	Как должно быть устроено?
Территория	 <p>Собственная территория для прогулок детей – игровые площадки отдельно для каждой группы с теньвым навесом не менее 20 м<sup>2</sup> и твердым деревянным покрытием.</p>

<sup>14</sup> Нормы по наполняемости таких компенсирующих групп см. пп. 3.1.1, 3.4.14 СП 2.4.3648-20.

На что обратить внимание?	Как должно быть устроено?	
Групповые ячейки		<p>Планировка<sup>15</sup> должна обеспечить возможность формирования изолированных помещений для каждой детской группы.</p>
Этаж		<p>Групповые ячейки размещаются не выше 3 этажа,  Групповые ячейки для детей с ограниченными возможностями здоровья, - не выше 2 этажа,  Для детей до 3-х лет и детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата и зрения - на 1 этаже.</p>
Дезинфекция воздуха		<p>Помещения постоянного пребывания детей для дезинфекции воздушной среды оборудуются приборами по обеззараживанию воздуха.</p>
Полы в игровых		<p>Должны быть утепленными или отапливаемыми.</p>

<sup>15</sup> за исключением помещений, размещенных в жилых помещениях.

На что обратить внимание?	Как должно быть устроено?	
Залы для занятий музыкой и физической культурной		При численности воспитанников дошкольной организации более 120 человек предусматривается отдельные залы.
Игрушки		Игрушки, используемые на прогулке, хранятся отдельно от игрушек, используемых в группе, в специально отведенных местах.
Шкафчики для одежды		Имеют индивидуальные промаркированные ячейки на каждого ребенка.
Кровати		Расставлены в свободном доступе детей, у каждого ребенка есть своя кровать.

На что обратить внимание?	Как должно быть устроено?	
Туалеты		Обеспечены индивидуальными сиденьями для каждого ребенка или промаркированными горшками.
Прием детей		Опрос родителей о состоянии здоровья детей и бесконтактная термометрия. Заболевшие дети (с подозрением на наличие инфекционного заболевания) не допускаются.
Одежда воспитателей и помощников		Специальная санитарная одежда (не менее 2 комплектов на 1 работника), у помощника дополнительно должны быть фартук и головной убор для раздачи пищи, отдельный халат для уборки.

**Групповые ячейки для детей младенческого и раннего возраста должны иметь:**

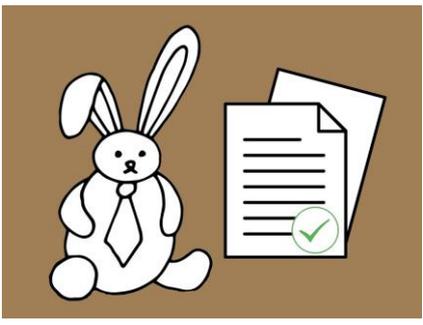
- Самостоятельный вход на игровую площадку.
- Место для раздевания родителей и кормления грудных детей (где должны быть пеленальные столы, стулья, раковина для мытья рук, шкаф для одежды матерей, место для грудного кормления).

Для групп дошкольников, размещенных **в помещениях жилищного фонда** (и семейные группы) допускается:

- Совмещение в одном помещении туалета и умывальной комнаты.
- Совмещение в одном туалетном помещении туалета для детей и персонала группы.
- Использование одноразовых полотенец и личного постельного белья.
- Организация питания детей в одном помещении (кухне), предназначенном как для приготовления пищи, так и для приема пищи (площадь не менее 0,7 м<sup>2</sup> на одно посадочное место).
- Для организации прогулок (без реализации образовательной программы) допускается использование детских игровых площадок.

## Детские центры и игровые комнаты

(в нежилых помещениях)

На что обратить внимание?	Как должно быть устроено?	
Питьевой режим для детей		Использует питьевая вода, расфасованная в емкости или бутилированная питьевая вода. Кипяченая вода хранится только 3 часа.
Игрушки		Вновь приобретаемое оборудование, игры и игрушки для детей должны иметь документы об оценке (подтверждении) соответствия. Мытье игрушек и оборудования проводится в конце рабочего дня.
Входной фильтр		Заболевшие дети, а также дети с подозрением на наличие инфекционного заболевания к посещению хозяйствующего субъекта не допускаются.

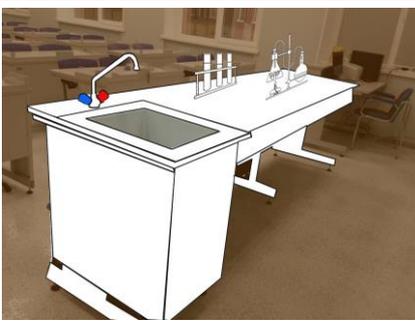
### ПОМНИТЕ:

- Допускается размещение без оборудования самостоятельных входа (выхода), тамбура (или воздушно-тепловой завесы) и собственной территории.
- Помещения оборудуются вешалками для верхней одежды, полками для обуви.
- В игровых комнатах предусматривается естественное и (или) искусственное освещение.
- Допускается использование для прогулок внутридомовых и придомовых территорий, скверов и парков.
- Допускается совмещение в одном туалетном помещении туалета для детей и персонала<sup>16</sup>.
- При нахождении детей до 7 лет в детском центре или иной детской организации более 4 часов необходимо обеспечить им условия для приема пищи и организации сна.

<sup>16</sup> В случае с детскими игровыми комнатами допускается использование туалетов, расположенных в торгово-развлекательных и культурно-досуговых центрах, павильонах, аэропортах, железнодорожных вокзалах и иных объектах нежилых назначения по месту размещения.

## ШКОЛА

(реализация образовательных программ начального общего, основного общего и среднего общего образования)

<b>На что обратить внимание?</b>	<b>Как должно быть устроено?</b>	
Организация занятий по физической культуре	 An illustration of a person in a white athletic outfit performing a physical activity in a gymnasium. The person is in a dynamic pose, possibly a dance or a sport move. The background shows a typical gymnasium with a basketball hoop and a wooden floor.	В физкультурно-спортивной зоне или на спортивных сооружениях (в том числе за пределами образовательной организации)
Организация питания	 An illustration of a person sitting at a table in a dining area, eating from a bowl. The table is white, and there are other tables and chairs visible in the background, suggesting a cafeteria or dining hall.	Количество мест в обеденном зале должно обеспечивать организацию питания всех обучающихся в течение не более трех перемен <sup>17</sup> . Рядом устанавливаются умывальники из расчета 1 кран на 20 посадочных мест.
Кабинет химии и физики	 An illustration of a laboratory bench with a sink and various glassware. The bench is white and has a sink with a faucet. There are several glass beakers and test tubes on the bench. The background shows a typical laboratory setting with shelves and equipment.	Оборудуют демонстрационными столами на подиуме, которые должны иметь покрытие, устойчивое к действию агрессивных химических веществ и защитные бортики по наружному краю стола.
Обеспечение горячей и холодной водой	 An illustration of a water dispenser with two taps. One tap is blue and the other is red. There are two glasses, one blue and one red, placed under the taps. The dispenser is white and has a simple, functional design.	обеспечиваются пищеблок, столовая, душевые, умывальные, помещения медицинского назначения, кабинеты технологии, учебные кабинеты начальной школы, кабинеты ИЗО, физики, химии и биологии, лаборантские, туалеты.

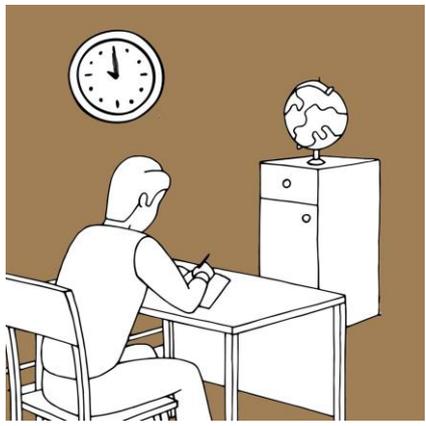
<sup>17</sup> Во вновь строящихся и реконструируемых - не более чем в две переменны.

## ПОМНИТЕ:

- Учебные кабинеты и рекреационные помещения для обучающихся 1 - 4 классов размещаются на 1 - 3 этажах отдельного здания или отдельного блока.
- Кабинеты технологии для мальчиков размещаются на 1 этаже.
- В гардеробах оборудуют места для каждого класса, исходя из площади не менее 0,15 м<sup>2</sup> на ребенка.
- Для обучающихся 1 - 4 классов гардероб может размещаться в рекреациях (при условии оборудования их индивидуальными шкафчиками), а также в учебных кабинетах (при условии соблюдения нормы площади учебного кабинета).
- Обучающиеся 1 - 4 классов размещаются в закрепленных за каждым классом учебных кабинетах, за исключением обучения, требующего специального оборудования.
- Для обучающихся 5 - 11 классов образовательный процесс может быть организован по кабинетной системе.
- Лаборантскую и учебный кабинет химии оборудуют вытяжными шкафами.
- Площадь туалетов при спортивном зале должна составлять не менее 8,0 м<sup>2</sup>, душевых - 12,0 м<sup>2</sup>.
- Для обучающихся 5 - 11 классов необходимо оборудовать комнату (кабину) личной гигиены девочек площадью не менее 3,0 м<sup>2</sup>, оснащенную унитазом, умывальной раковиной, душевым поддоном с гибким шлангом, биде или иным оборудованием, обеспечивающим личную гигиену.
- В учебных кабинетах обеспечивается боковое левостороннее естественное освещение<sup>18</sup>.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Грамотное составление учебного плана с учетом гигиенических принципов необходимо в целях защиты здоровья детей.

	<b>Время занятий</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ начинаются не ранее 8:00</li><li>▪ нулевых уроков не допускается</li><li>▪ обучение в три смены не допускается</li><li>▪ занятия второй смены заканчиваются не позднее 19:00<sup>19</sup></li></ul>
	<b>Объем обязательной части образовательной программы<sup>20</sup></b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ в начальной школе – 80%</li><li>▪ в средней школе – 70%</li><li>▪ в старшей школе – 60%</li></ul>
	<b>Уроки</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ не дольше 45 минут<sup>21</sup></li></ul>

<sup>18</sup> за исключением кладовых, хранилищ, душевых, туалетов, кинозалов и т.п.

<sup>19</sup> Занятия по дополнительному образованию начинаются не ранее 8:00 и заканчиваются не позднее 20:00, для обучающихся 16 - 18 лет допускается окончание занятий в 21:00.

<sup>20</sup> Суммарный объем обязательной части образовательной программы и части, формируемой участниками образовательных отношений, реализуется в рамках максимального общего объема недельной образовательной нагрузки.

<sup>21</sup> См. ниже о «щадящем режиме» у 1 классов.

	<b>Экзамены</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ не допускается проведение более одного экзамена в день</li> <li>▪ между экзаменами перерыв не менее 2 дней<sup>22</sup></li> <li>▪ обеспечивается питьевой режим</li> <li>▪ время ожидания перед экзаменом не больше 30 минут</li> <li>▪ при продолжительности экзамена от 4 часов и более обучающиеся обеспечиваются горячим питанием</li> </ul>
	<b>Перемены</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ обычная - не менее 10 минут</li> <li>▪ большая (после 2 или 3 урока) не менее 20 минут</li> <li>▪ целесообразно сделать две перемены по 20 минут</li> <li>▪ между урочной и внеурочной деятельностью – не менее 30 минут</li> </ul>
	<b>Каникулы</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ не менее 7 календарных дней</li> </ul>

### ВАЖНО!

- Внеурочные занятия должны быть организованы в формах, отличных от урочных, предусматривающих проведение общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и иные формы.
- Между началом факультативных (дополнительных) занятий и последним уроком необходимо организовывать перерыв продолжительностью **не менее 20 минут**.
- Все работы в учебных кабинетах технологии, обучающиеся выполняют в специальной одежде и (или) с использованием **средств индивидуальной защиты**. Условия трудового обучения должны соответствовать возрасту обучающегося, учебным, воспитательным и коррекционным задачам.
- Организация профильного обучения в 10 - 11 классах не должна приводить к увеличению образовательной нагрузки.
- В классном журнале **оформляется лист здоровья**, в который для каждого обучающегося вносят сведения о его антропометрических данных, группе здоровья, медицинской группе для занятий физической культурой, номере необходимой учебной мебели, а также медицинские рекомендации.

№ п/п	ФИО	Группа здоровья	Физическое развитие (рост/вес)	Медицинская группа ФК	Номер мебели	Рекомендации врача

<sup>22</sup> При проведении государственной итоговой аттестации по образовательным программам среднего общего образования в форме единого государственного экзамена (далее - ЕГЭ) по предметам по выбору участников ЕГЭ допускается их проведение через день.

## РАСПИСАНИЕ УРОКОВ

Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов<sup>23</sup>:

### НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА

(начальное общее образование)

Учебные предметы	Трудность (баллы)
Математика	8
Русский язык/Родной язык	7
Информатика и ИКТ	6
Иностранный язык	7
Окружающий мир	6
Литературное чтение	5
ИЗО	3
Музыка	3
Технология	2
Физическая культура	1

### СРЕДНЯЯ ШКОЛА

(основное общее образование)

Учебные предметы		Трудность в баллах (по классам)				
		5	6	7	8	9
Физика		-	-	8	9	13
Химия		-	-	-	10	12
История		5	8	6	8	10
Иностранный язык		9	11	10	8	9
Математика	Математика	10	13	-	-	-
	Геометрия	-	-	12	10	8
	Алгебра	-	-	10	9	7
Природоведение		7	8	-	-	-
Биология		10	8	7	7	7

<sup>23</sup> Оценка трудности предметов, отсутствующих в представленных таблицах, производится аналогично предметам данной предметной области.

Литература	4	6	4	4	7	
Информатика и ИКТ	4	10	4	7	7	
Русский язык/Родной язык	8	12	11	7	6	
География	-	7	6	6	5	
Искусство	Изобразительное искусство	3	3	1	-	-
	Мировая художественная культура	-	-	8	5	5
	Музыка	2	1	1	1	-
Обществознание (включая экономику и право)	6	9	9	5	5	
Технология	4	3	2	1	4	
Черчение	-	-	-	5	4	
Основы безопасности жизнедеятельности	1	2	3	3	3	
Физическая культура	3	4	2	2	2	

## СТАРШАЯ ШКОЛА

(среднее общее образование)

Учебные предметы	Трудность (баллы)
Физика	12
Математика (геометрия), Химия	11
Математика (алгебра)	10
Русский язык/Родной язык	9
Литература, Иностранный язык	8
Биология	7
Информатика и ИКТ	6
История, Обществознание (включая экономику и право), Искусство (МХК)	5
География	3
Основы безопасности жизнедеятельности	2
Физическая культура	1

## РАСПИСАНИЕ СОСТАВЛЕНО ПРАВИЛЬНО, ЕСЛИ:

- наибольшее количество баллов за день по сумме всех предметов приходится для 8–11х классов – на вторник, среду и четверг; для 1–7х классов – на вторник и четверг (среда – облегченный день);
- в течение учебного дня чередуются уроки “трудные” и “облегченные”;
- уроки одного предмета чередуются с уроками другого предмета, а не сдвоены (исключение – модульная технология обучения);
- основные предметы для младших школьников проводятся на 2–3х уроках, а для среднего и старшего возраста – на 2–4х уроках.

## РАСПИСАНИЕ СОСТАВЛЕНО НЕПРАВИЛЬНО, ЕСЛИ:

- наибольшее количество баллов за день приходится на крайние дни недели или когда оно одинаково во все дни недели;
- “трудные” уроки сдвоены;
- “трудные” уроки стоят в расписании подряд;
- “трудные” уроки в расписании на первом или последнем уроке;
- количество домашних подготовок равно количеству уроков.

## ВАЖНО!

- для обучающихся 1-х классов - не больше 4 уроков в день и один раз в неделю - 5 уроков, за счет урока физической культуры,
- для обучающихся 2 - 4 классов - не более 5 уроков в день и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры,
- для обучающихся 5 - 6 классов - не более 6 уроков, для обучающихся 7 - 11 классов - не более 7 уроков в день.
- В середине урока организуется перерыв для проведения комплекса упражнений для профилактики зрительного утомления, повышения активности центральной нервной системы, снятия напряжения с мышц шеи и плечевого пояса, с мышц туловища, для укрепления мышц и связок нижних конечностей.

## ОБУЧЕНИЕ В 1 КЛАССЕ

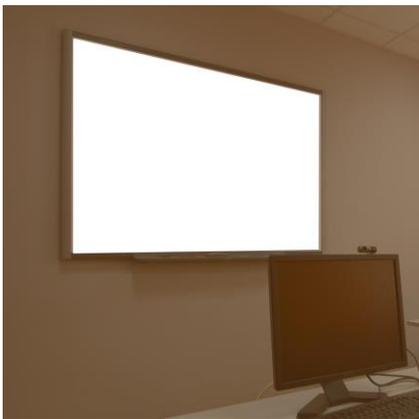
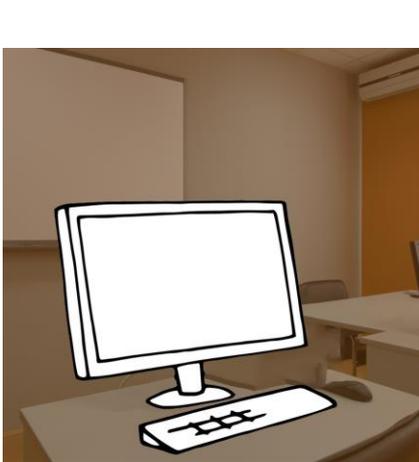
осуществляется в «щадящем режиме»:



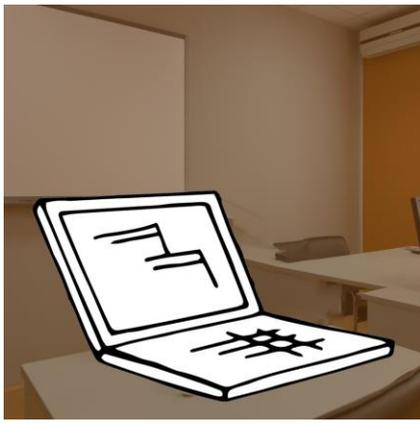
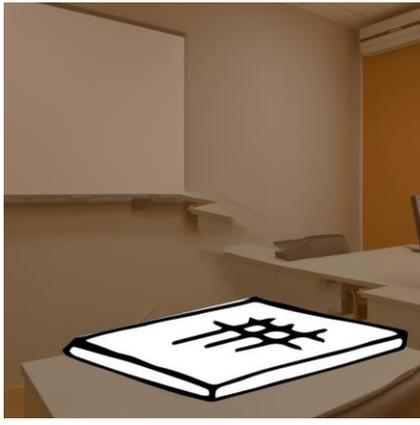
- Учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену.
- Обучение в первом полугодии: в сентябре, октябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре - декабре - по 4 урока в день по 35 минут каждый; в январе - мае - по 4 урока в день по 40 минут каждый.
- В середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут.
- Предоставляются дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти при четвертном режиме обучения.
- Возможна организация дополнительных каникул независимо от четвертей (триместров).

## ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ С ЭЛЕКТРОННЫМИ СРЕДСТВАМИ ОБРАЗОВАНИЯ (ЭСО)

Непрерывная и суммарная продолжительность использования различных типов ЭСО на занятиях должна соответствовать гигиеническим нормативам:

Электронные средства обучения (ЭСО)	Классы	на уроке, мин, не более	суммарно в день в школе, мин, не более	суммарно в день дома (включая досуговую деятельность), мин, не более
	5 - 7 лет	7	20	-
	1 - 3 классы	20	80	-
	4 классы	30	90	-
	5 - 9 классы	30	100	-
	10 - 11 классы, 1 - 2 курс ПОО <sup>24</sup>	30	120	-
	5 - 7 лет	5	10	-
	1 - 3 классы	10	30	-
	4 классы	15	45	-
	5 - 6 классы	20	80	-
	7 - 11 классы, 1 - 2 курс ПОО	25	100	-
	6 - 7 лет	15	20	-
	1 - 2 классы	20	40	80
	3 - 4 классы	25	50	90
	5 - 9 классы	30	60	120
	10 - 11 классы, 1 - 2 курс ПОО	35	70	170

<sup>24</sup> Профессиональное образование, студенты моложе 18 лет

	6 - 7 лет	15	20	-
	1 - 2 классы	20	40	80
	3 - 4 классы	25	50	90
	5 - 9 классы	30	60	120
	10 - 11 классы, 1 - 2 курс ПОО	35	70	170
	6 - 7 лет	10	10	-
	1 - 2 классы	10	30	80
	3 - 4 классы	15	45	90
	5 - 9 классы	20	60	120
	10 - 11 классы, 1 - 2 курс ПОО	20	80	150

## ВАЖНО!

- **Время непрерывного использования наушников** для всех возрастных групп должно составлять **не более 1 часа**.
- Уровень громкости не должен превышать 60% от максимальной.
- Внутриканальные наушники должны быть предназначены только для индивидуального использования.
- Интерактивную доску (панель) и другие ЭСО **следует выключать** или переводить в режим ожидания, когда их использование приостановлено или завершено.
- При реализации образовательных программ с использованием дистанционных образовательных технологий, расписание занятий составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и трудности учебных предметов.
- Обучение с использованием ЭСО должно заканчиваться не позднее 18:00.
- Продолжительность урока не должна превышать 40 минут.
- Клавиатуры, компьютерную мышь необходимо **ежедневно дезинфицировать** их в соответствии с рекомендациями производителя либо с использованием растворов или салфеток на спиртовой основе, содержащих не менее 70% спирта.
- Необходимо предусмотреть естественное освещение и искусственное общее и местное на рабочем месте за компьютером<sup>25</sup>.

<sup>25</sup> Источник местного освещения на рабочем месте должен располагаться сбоку от экрана. Освещение не должно создавать бликов на поверхности экрана.

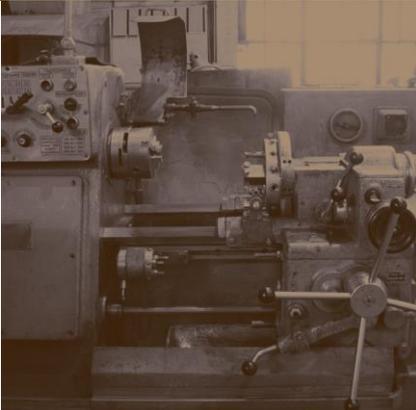
## ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

Важные аспекты работы профессиональных образовательных организаций и высших учебных заведений для молодежи

### ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ:

- Учебные помещения обустраиваются аналогично школьным (см. разделы Мебель, Доска, ЭСО).
- Объем учебных занятий и практики не должен превышать 36 академических часов в неделю.
- Расписание занятий составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности и в соответствии со шкалой трудности учебных предметов. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется на всю учебную неделю.
- В годовом календарном учебном плане должно быть предусмотрено чередование периодов учебного времени, сессий и каникул.

### МАСТЕРСКИЕ И ЛАБОРАТОРИИ:

На что обратить внимание?	Как должно быть устроено?	
Мастерские		располагаются в отдельном помещении на нижних этажах с проведением звукоизолирующих и виброизолирующих мероприятий.
Станки		Устанавливаются на фундаменте (кроме настольно-сверлильных и настольно-точильных) и оборудоваться предохранительными сетками, стеклами и местным освещением.
<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Учебно-производственные мастерские оборудуют складскими помещениями для хранения инструментов, инвентаря, заготовок, сырья и готовой продукции; шкафами для хранения спецодежды и умывальниками.</li><li>▪ В отдельно стоящем здании мастерских предусматривают гардеробную для верхней одежды и обуви, душевые, умывальные, туалеты, устройства для питьевого водоснабжения, при необходимости - помещение для выдачи спецодежды и индивидуальных средств защиты.</li></ul>		

На что обратить внимание?	Как должно быть устроено?	
Вентиляция		<p>При выделении вредных веществ, пыли, повышенного тепла, учебные места оборудуют системой общей и местной механической вентиляции.</p>

### **ОХРАНА ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ:**

- Должно быть организовано двухразовое горячее питание для обучающихся, а для проживающих в общежитии - пятиразовое горячее питание (допускается организация горячего питания посредством привлечения организации общественного питания).
- Обучающихся не допускается использовать на подсобных работах, не входящих в программу профессиональной подготовки, на работах с вредными и тяжелыми условиями труда в соответствии с перечнем, установленным законодательством для лиц, не достигших 18 лет<sup>26</sup>.
- Условия прохождения практики на рабочих местах для лиц, не достигших 18 лет, должны соответствовать требованиям безопасности условий труда работников, не достигших 18 лет.

<sup>26</sup> Перечень тяжелых работ и работ с вредными или опасными условиями труда, при выполнении которых запрещается применение труда лиц моложе восемнадцати лет, утвержден постановлением Правительства Российской Федерации от 25.02.2000 N 163



## РАЗДЕЛ 4. ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ

### ПИТАНИЕ В ОРГАНИЗОВАННОМ КОЛЛЕКТИВЕ:

	<p><input checked="" type="checkbox"/> осуществляться посредством реализации <b>основного меню</b><sup>27</sup> (включающего горячее питание), <b>дополнительного</b> питания, а также <b>индивидуальных</b> меню для детей, нуждающихся в лечебном и диетическом питании.</p>
	<p><input checked="" type="checkbox"/> в организованных детских коллективах исключение горячего питания из меню, а также замена его буфетной продукцией, не допускаются.</p>
	<p><input checked="" type="checkbox"/> Питание детей и молодежи может осуществляться с привлечением сторонних организаций, юридических лиц или индивидуальных предпринимателей. (для предотвращения размножения патогенных микроорганизмов готовые блюда должны быть реализованы не позднее 2 часов с момента изготовления).</p>

<sup>27</sup> Меню допускается корректировать с учетом климатогеографических, национальных, конфессиональных и территориальных особенностей питания населения, при условии соблюдения требований к содержанию и соотношению в рационе питания детей основных пищевых веществ.

## ВАЖНО!

Питание детей необходимо организовывать с учетом принципов здорового питания!

**Здоровое питание** – ежедневный рацион, полностью обеспечивающий физиологические потребности индивида в энергии, пищевых и биологически активных веществах, состоящий из пищевой продукции, отвечающей принципам безопасности и характеризующейся оптимальными показателями качества, создающий условия для нормального роста, физического и интеллектуального развития и жизнедеятельности, способствующий укреплению здоровья и профилактике заболеваний.

Организациям общественного питания рекомендуется в своей деятельности руководствоваться **принципами здорового питания**:

- ☑ соответствие энергетической ценности рационов питания энергетическим затратам;
- ☑ сбалансированность рациона по всем незаменимым и заменимым пищевым факторам, включая белки и аминокислоты, жиры и жирные кислоты, углеводы, витамины, минеральные вещества;
- ☑ максимальное разнообразие рациона питания;
- ☑ оптимальный режим питания;
- ☑ технологическая и кулинарная обработка продуктов и блюд, обеспечивающая их высокие вкусовые качества и сохранность исходной пищевой ценности продуктов;
- ☑ учет состояния здоровья потребителей продуктов и блюд;
- ☑ обеспечение безопасности питания, включая безопасность продуктов и блюд при их приготовлении, раздаче, хранении и транспортировании;
- ☑ защита от использования в питании фальсифицированной, опасной для здоровья продукции.

## РАССКАЖИТЕ ОБ ЭТОМ ДЕТЯМ И ИХ РОДИТЕЛЯМ!

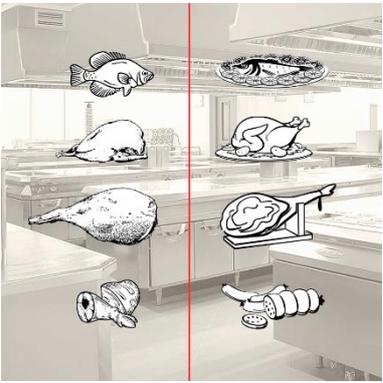
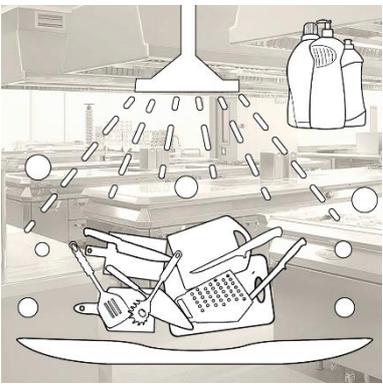


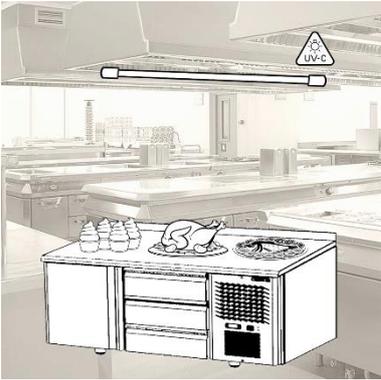
**ЗДОРОВОЕ  
ПИТАНИЕ**  
Проверено  
Роспотребнадзором



**ЗДОРОВОЕ-ПИТАНИЕ.РФ**

## СЛЕДИТЕ ЗА ТЕМ, КАК ИСПОЛЬЗУЮТ ОБОРУДОВАНИЕ И ИНВЕНТАРЬ НА КУХНЕ

Что делать?		Почему это важно?
<p>Исключайте соприкосновения <b>сырья и готовой</b> продукции.</p>		<p>Основной механизм передачи инфекционных агентов и других загрязняющих веществ на кухне - контактный.</p> <p>Сырые и готовые продукты не должны контактировать между собой, ни напрямую, ни через инструментарий, ни через поверхности.</p>
<p>Обозначьте ножи, доски или разделочные столы для различных типов пищевой продукции удобной маркировкой и храните его раздельно.</p> <p>например – цветом или буквами ("СМ" - сырое мясо, "ВМ" - вареное мясо и т.д.)</p>		<p>Для того, чтобы каждый работник, допущенный к приготовлению пищи, мог точно определить какие инструменты и какие столы для чего предназначены.</p>
<p>Ножи, доски и другой разделочный инвентарь регулярно подвергайте санитарной обработке: механически очищайте, мойте горячей водой с моющими средствами.</p>		<p>Небрежно хранящийся инвентарь может стать источником постоянного загрязнения блюд.</p>
<p>Не используйте посуду и инвентарь с трещинами, сколами, отбитыми краями, с поврежденной эмалью.</p>		<p>Осколки, обломки могут попадать в готовые блюда.</p> <p>Изношенный инвентарь плохо очищается от грязи.</p>

Что делать?		Почему это важно?
<p>Там, где идет приготовление холодных блюд, мягкого мороженого, кондитерских изделий, порционирование готовых блюд и их упаковка необходимо использовать бактерицидные установки для обеззараживания воздуха (рециркуляторы) и столы с охлаждаемой поверхностью<sup>28</sup>.</p>		<p>Это позволяет исключить развитие болезнетворных микробов и сохранить качество продуктов.</p>

### РЕКОМЕНДУЕМАЯ МАРКИРОВКА ДЛЯ ДОСОК И НОЖЕЙ:

"СМ" - сырое мясо	"ВМ" - вареное мясо	"МГ" - мясная гастрономия
"СР" - сырая рыба	"ВР" - вареная рыба	"РГ" - рыбная гастрономия
"СП" - сырая птица	"ВП" – вареная птица	"КО" - квашеные овощи
"СО" - сырые овощи	"ВО" - вареные овощи	"Х" - хлеб
"Зел" - зелень	"С" - сельдь	"Сыр Масло" - молочная гастрономия

### ВАЖНО!

- ☑ При изготовлении блюд, кулинарных и кондитерских изделий необходимо **соблюдать последовательность и поточность технологических процессов.**
- ☑ Изготовление продукции должно производиться в соответствии с разработанными процедурами и нормативными и/или техническими документами на продукцию (технологическая карта, технико-технологическая карта, технологическая инструкция, утвержденная руководителем организации).
- ☑ Наименование блюд и кулинарных изделий, указываемых в меню, должны соответствовать их наименованиям, указанным в технологических картах.
- ☑ Посуда для приготовления блюд должна быть выполнена из нержавеющей стали.
- ☑ Инвентарь, используемый для раздачи и порционирования блюд, должен иметь мерную метку объема в литрах и (или) миллилитрах.
- ☑ Технологическое и холодильное оборудование должно быть исправным и способным поддерживать температурный режим (как правило +2...+6°C, но это также зависит от условий хранения, указанных на этикетке).

<sup>28</sup> Порционирование охлажденных и готовых к употреблению блюд, в том числе холодных закусок и салатов, и кулинарных изделий рекомендуется проводить на столах с охлаждаемой рабочей поверхностью. При отсутствии таких столов процесс порционирования следует осуществлять не дольше 30 минут!

## ТРЕБОВАНИЯ К МЕНЮ ДЕТЕЙ

для детских организованных коллективов:

- Меню **должно утверждаться** руководителем организации<sup>29</sup>.
- Меню **должно предусматривать** распределение блюд по отдельным приемам пищи (завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин)<sup>30</sup>.

### КОЛИЧЕСТВО ПРИЕМОВ ПИЩИ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ РЕЖИМА ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ ОРГАНИЗАЦИИ И РЕЖИМА ОБУЧЕНИЯ

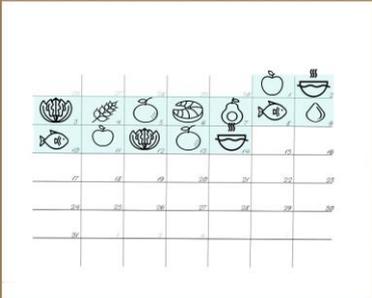
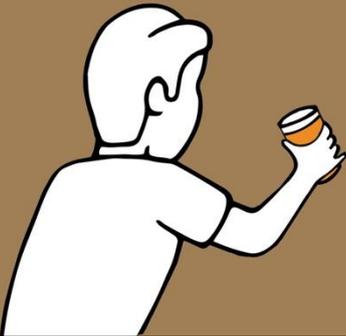
Вид организации	Время нахождения ребенка в организации	Количество обязательных приемов пищи
Дошкольные организации, организации по уходу и присмотру	до 5 часов	2 приема пищи (приемы пищи определяются фактическим временем нахождения в организации)
	8 - 10 часов	завтрак, второй завтрак, обед и полдник
	11 - 12 часов	завтрак, второй завтрак, обед, полдник и ужин
	круглосуточно	завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин
Общеобразовательные организации, организации начального и среднего профессионального образования	до 6 часов	один прием пищи - завтрак или обед
	более 6 часов	не менее двух приемов пищи (приемы пищи определяются временем нахождения в организации) либо завтрак и обед (для детей, обучающихся в первую смену), либо обед и полдник (для детей, обучающихся во вторую смену)
	круглосуточно	завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин
Группы продленного дня в общеобразовательной организации	до 14,00	дополнительно к завтраку обед
	до 17.00 - 18.00	дополнительно обед и полдник
Общеобразовательные организации (обучающиеся на подвозе)	более 6 часов с учетом времени нахождения в пути следования автобуса	дополнительно к завтраку обед
Организация с дневным пребыванием в период каникул	8.30 - 14.30	завтрак и обед
	8.30 - 18.00	завтрак, обед и полдник
Стационарные загородные организации отдыха и оздоровления детей, организации	круглосуточно	завтрак (возможен второй завтрак), обед, полдник, ужин, второй ужин

<sup>29</sup> Еще лучше будет согласовать меню с органами, осуществляющими государственный санитарно-эпидемиологический надзор.

<sup>30</sup> Рекомендуемый образец меню см. в **приложении**.

санаторного типа, детские санатории		
Лагерь палаточного типа	круглосуточно	завтрак, обед, полдник, ужин

## ВАЖНО!

	<p>Меню должно разрабатываться на период не менее <b>2 недель</b> (с учетом режима организации) для каждой возрастной группы детей. В палаточных лагерях для детей допускается разработка меню на период до 7 дней.</p>
	<p>Для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами (особенности региона) в меню должна использоваться специализированная пищевая продукция промышленного выпуска, обогащенные витаминами и микроэлементами, а также витаминизированные напитки промышленного выпуска. Витаминные напитки должны готовиться в соответствии с прилагаемыми инструкциями непосредственно перед раздачей<sup>31</sup>.</p>
	<p>при приготовлении блюд и кулинарных изделий должна использоваться только <b>йодированная пищевая соль!</b></p>

## ВАЖНО!

При **организованных перевозках** групп детей автомобильным, водным и другими видами транспорта и при проведении массовых мероприятий с участием детей

- менее 4 часов допускается использовать набор пищевой продукции ("сухой паек", см. приложение);
- свыше 4 часов (за исключением ночного времени с 23.00 до 7.00) - должно быть организовано горячее питание.

<sup>31</sup> Замена витаминизации блюд выдачей детям поливитаминных препаратов не допускается!

## ОБРАЗЕЦ ВЕДОМОСТИ КОНТРОЛЯ ЗА РАЦИОНОМ ПИТАНИЯ:

Дата: с \_\_\_\_\_ по \_\_\_\_\_  
 Режим питания: двухразовое (пример)  
 Возрастная категория: 12 лет и старше (пример)

п/п	Наименование группы пищевой продукции	Норма продукции в граммах г (нетто) согласно Приложению №12 СанПиН 2.3/2.4.3590-20	Количество пищевой продукции в нетто по дням в граммах на одного человека					В среднем за неделю (10 дней)	Отклонение от нормы в % (+/-)
			1	2	3	...	7		

Рекомендации по корректировке меню: \_\_\_\_\_

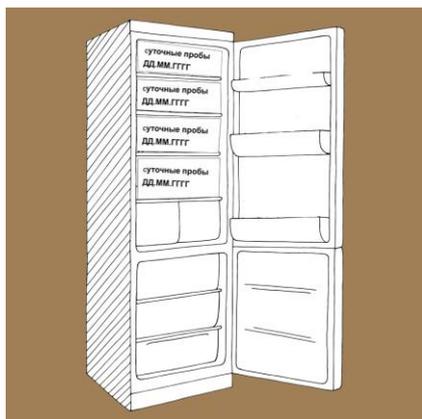
Подпись медицинского работника и дата: \_\_\_\_\_

Подпись руководителя образовательной (оздоровительной) организации, организации по уходу и присмотру и дата ознакомления: \_\_\_\_\_

Подпись ответственного лица за организацию питания и дата ознакомления, а также проведенной корректировки в соответствии с рекомендациями медицинского работника: \_\_\_\_\_

## СУТОЧНЫЕ ПРОБЫ

**Отбор суточной пробы** от каждой партии приготовленной пищевой продукции – **обязателен!**



- Отбор суточной пробы должен осуществляться назначенным ответственным работником пищеблока в специально выделенные обеззараженные и промаркированные емкости (плотно закрывающиеся) - отдельно каждое блюдо и (или) кулинарное изделие.
- Холодные закуски, первые блюда, гарниры и напитки (третьи блюда) должны отбираться в количестве не менее 100 г.
- Порционные блюда, биточки, котлеты, сырники, оладьи, колбаса, бутерброды должны оставаться поштучно, целиком (в объеме одной порции).
- Суточные пробы должны храниться не менее 48 часов в специально отведенном в холодильнике месте/холодильнике при температуре от +2 °С до +6 °С.

## ИНФОРМИРОВАНИЕ РОДИТЕЛЕЙ

Организации, осуществляющие питание детей, должны размещать в доступных для родителей и детей местах (в обеденном зале, холле, групповой ячейке) следующую информацию:

- ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции;
- меню дополнительного питания (для обучающихся общеобразовательных организаций и организации профессионального образования) с указанием наименования блюда, массы порции, калорийности порции;
- рекомендации по организации здорового питания детей.

## ЛЕЧЕБНОЕ И ДИЕТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ

При организации общественного питания детей, нуждающихся в лечебном и диетическом питании в организованных коллективах, должны соблюдаться следующие требования:

- Для детей должно быть организовано лечебное и диетическое питание в соответствии с представленными родителями (законными представителями ребенка) **назначениями лечащего врача**.
- Выдача детям рационов лечебного питания должна осуществляться в соответствии с утвержденными индивидуальными меню, под контролем ответственных лиц, назначенных в организации.
- **Допускается употребление готовых домашних блюд**, предоставленных родителями детей, в обеденном зале или специально отведенных оборудованных помещениях (местах).

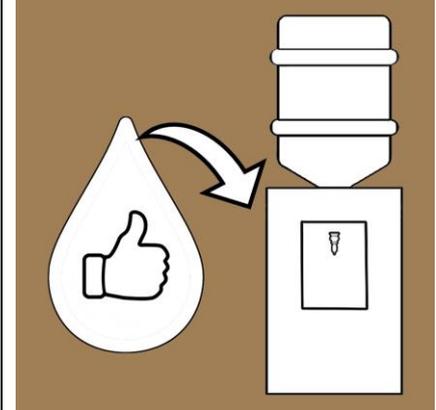
## ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ:

При организации дополнительного питания детей в детских организациях должны соблюдаться следующие требования:

- Ассортимент дополнительного питания и буфетной продукции должен приниматься с учетом ограничений, касающихся продуктов, которые не допустимы для организации питания детей (см. **приложение**).
- Соки, напитки, питьевая вода должны реализовываться в потребительской упаковке промышленного изготовления; разливать соки, напитки, питьевую воду в буфете нельзя.
- Можно использовать аппараты для автоматической выдачи пищевой продукции. Через автоматы реализуется продукция промышленного изготовления в потребительской упаковке (соки, нектары, стерилизованное молоко, молочная продукция, питьевая негазированная вода, орехи (кроме арахиса), сухофрукты, а также в потребительской упаковке не более 100 грамм: мучные кондитерские изделия, в том числе обогащенные микронутриентами (витаминизированные) со сниженным содержанием глютена, лактозы, сахара) **при соблюдении требований к условиям хранения и срокам годности**, а также при наличии документов, подтверждающих ее качество и безопасность.
- Допускается устанавливать аппараты для автоматической выдачи пищевой продукции в обеденном зале при условии соблюдения нормы площади посадочного места.
- Аппараты для автоматической выдачи пищевой продукции **должны обрабатываться** в соответствии с инструкцией изготовителя с применением моющих и дезинфицирующих средств не реже 2 раз в месяц, а также по мере загрязнения.

## ПИТЬЕВОЙ РЕЖИМ

Питьевой режим в детских организациях обслуживания, а также при проведении массовых мероприятий с участием детей должен соблюдаться с соблюдением следующих требований:

	<p>Используется <b>только питьевая вода</b>, отвечающая обязательным требованиям.</p> <p>Упакованная (бутилированная) питьевая вода допускается к выдаче детям при наличии документов, подтверждающих ее происхождение, безопасность и качество, соответствие упакованной питьевой воды обязательным требованиям.</p> <p>Организуется посредством установки стационарных питьевых фонтанчиков<sup>32</sup>, устройств для выдачи воды, выдачи упакованной питьевой воды или с использованием кипяченой питьевой воды.</p>
	<ul style="list-style-type: none"><li>☑ Кулеры должны размещаться в местах, не подвергающихся попаданию прямых солнечных лучей.</li><li>☑ Кулеры должны подвергаться мойке с периодичностью, предусмотренной инструкцией по эксплуатации, но не реже одного раза в 7 дней.</li><li>☑ Мойка кулера с применением дезинфекционного средства должна проводиться не реже одного раза в 3 месяца.</li><li>☑ Должно быть обеспечено наличие <b>посуды</b> из расчета количества детей, изготовленной из материалов, предназначенных для контакта с пищевой продукцией, а также отдельных промаркированных <b>подносов</b> для чистой и использованной посуды</li></ul>

## ВАЖНО!

При использовании кипяченой питьевой воды:

	<ul style="list-style-type: none"><li>☑ кипятить воду нужно не менее 5 минут;</li><li>☑ до раздачи детям кипяченая вода должна быть охлаждена до комнатной температуры непосредственно в емкости, где она кипятилась;</li><li>☑ смену воды в емкости для ее раздачи необходимо проводить не реже, чем через 3 часа;</li><li>☑ Перед сменой кипяченой воды емкость должна полностью освободиться от остатков воды, промываться в соответствии с инструкцией по правилам мытья кухонной посуды, ополаскиваться.</li><li>☑ Время смены кипяченой воды должно отмечаться в графике, ведение которого осуществляется организацией в произвольной форме.</li></ul>
---	--

<sup>32</sup> Чаша фонтанчика должна ежедневно обрабатываться с применением моющих и дезинфицирующих средств.

## ПИТАНИЕ В МАЛЫХ ГРУППАХ

(группы семейного типа и группы по присмотру и уходу за детьми при организациях дошкольного образования, а также детей-сирот, проживание которых организовано по принципам **семейного воспитания**)

- Допускается осуществлять питание детей в одном помещении (кухне), предназначенном как для приготовления пищи, так и для ее приема.
- Должна быть выделена специальная зона. Площадь такой зоны и количество посадочных мест должны обеспечивать возможность одновременного приема пищи всеми детьми.
- Холодильное оборудование должно обеспечивать условия для отдельного хранения пищевого продовольственного сырья и готовой к употреблению пищевой продукции.
- Допускается использовать продукты, **приобретенные в магазинах, на рынках**, при условии обязательного наличия сведений об оценке (подтверждении) соответствия, маркировки и документов, подтверждающих факт и место ее приобретения, которые должны сохраняться в течение 7 дней после полного расходования пищевой продукции.
- Допускается доставка готовых блюд и кулинарных изделий, полуфабрикатов из предприятий общественного питания при наличии документов, подтверждающих факт приобретения, дату, время, наименование предприятия и место изготовления, дату и время доставки, наименование и количество готовых блюд и кулинарных изделий по каждому наименованию.
- Допускается стирка рабочей одежды сотрудников в стиральных машинах, размещенных в группах.



## РАЗДЕЛ 5. ОТДЫХ И ПУТЕШЕСТВИЯ

### ПОЗАБОТЬТЕСЬ О ДОСТАТОЧНОМ КОЛИЧЕСТВЕ ПОМЕЩЕНИЙ ЛАГЕРЯ ДЛЯ БЕЗОПАСНОГО И КОМФОРТНОГО ПРЕБЫВАНИЯ ДЕТЕЙ

<b>Минимальный набор помещений</b>	
<p>В организации отдыха детей и их оздоровления <b>с круглосуточным пребыванием</b>):</p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ комнаты спальные</li><li>▪ комнаты воспитателя</li><li>▪ помещения для дневного пребывания детей</li><li>▪ умывальные с мойками для ног</li><li>▪ душевые с раздевальными отделами для мальчиков и девочек</li><li>▪ помещение (место) для просушивания и хранения<sup>33</sup> одежды и обуви</li><li>▪ помещение для стирки белья</li><li>▪ помещение гладильной</li><li>▪ помещение для обработки и хранения уборочного инвентаря, для приготовления дезинфицирующих растворов - одно на отряд (или жилой корпус)</li></ul>	<p>В организациях отдыха детей и их оздоровления <b>с дневным пребыванием</b>:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ игровые комнаты</li><li>▪ помещения для занятий кружков</li><li>▪ спальные помещения (при организации сна)<sup>34</sup></li><li>▪ помещения для оказания медицинской помощи</li><li>▪ спортивный зал</li><li>▪ столовая</li><li>▪ помещение для просушивания одежды и обуви</li><li>▪ раздевалка для верхней одежды</li><li>▪ кладовая спортивного инвентаря, игр и кружкового инвентаря</li><li>▪ туалеты</li><li>▪ помещение для хранения, обработки уборочного инвентаря и приготовления дезинфекционных растворов</li></ul>
<p><b>Минимальный набор помещений для оказания медицинской помощи:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ кабинет врача</li><li>▪ процедурный кабинет</li><li>▪ изолятор</li><li>▪ пост медицинской сестры</li><li>▪ туалет с умывальником</li><li>▪ помещение для приготовления дезинфекционных растворов и хранения уборочного инвентаря,</li></ul>	<p><b>Зоны при организации палаточного лагеря:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• жилая зона</li><li>• приготовления и приема пищи,</li><li>• хранения продуктов питания</li><li>• санитарно-бытовая<sup>35</sup></li><li>• административно-хозяйственная</li><li>• физкультурно-оздоровительная</li><li>• медицинский пункт<sup>36</sup></li></ul>

<sup>33</sup> Для хранения и размещения личных сумок (чемоданов, рюкзаков) детей выделяется специальное помещение, оборудованное стеллажами (или выделяют специальное оборудованное место).

<sup>34</sup> В лагере с дневным пребыванием возможно использование личных спальных принадлежностей и полотенец, а также возможность их стирки дома.

<sup>35</sup> На территории санитарно-бытовой зоны палаточного лагеря размещаются умывальники, душевые, место для мытья ног, место для стирки белья, сушилки одежды, туалеты, место сбора мусора. Количество умывальников определяется из расчета 1 умывальник на 10 человек.

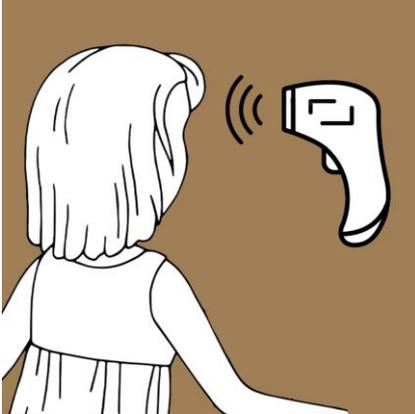
<sup>36</sup> Для палаточных лагерей с численностью более 100 детей организуют медицинский пункт, который размещают в помещении или отдельной палатке площадью не менее 4 м<sup>2</sup>. Для изоляции заболевших используются отдельные помещения или палатки не более чем на 3 места, совместное проживание в которых детей и персонала не допускается.

## ОРГАНИЗАЦИЯ ОТДЫХА В ЗАГОРОДНОМ ЛАГЕРЕ

На что обратить внимание?	Как должно быть устроено?	
<p>Информирование территориальных органов, уполномоченных на осуществление федерального государственного санитарно-эпидемиологического надзора об открытии сезона</p>	 <p>не позднее чем за 2 месяца до открытия каждого сезона в письменной форме проинформировать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ о планируемых сроках заездов детей</li> <li>▪ режиме работы лагеря</li> <li>▪ количестве детей</li> </ul>	
<p>Проведение генеральной уборки между сменами (заездами)<sup>37</sup></p>	 <p>Обязательно с применением моющих и дезинфицирующих средств, проводится противоклещевая (акарицидная) обработка территории и мероприятия по борьбе с грызунами<sup>38</sup>.</p>	
<p>Дезинфекция воздуха</p>	 <p>Помещения постоянного пребывания детей для дезинфекции воздушной среды оборудуются приборами по обеззараживанию воздуха.</p>	

<sup>37</sup> Перерыв между сменами в летнее время для проведения генеральной уборки с применением дезинфицирующих средств и санитарной обработки должен составлять не менее одних суток.

<sup>38</sup> После проведения обработок должен быть осуществлен контроль качества проведенных обработок против клещей и грызунов.

На что обратить внимание?	Как должно быть устроено?	
Профилактика инфекционных болезней		Во время заезда проводится бесконтактная термометрия каждого ребенка и сопровождающих его взрослых. Затем термометрию проводят ежедневно <sup>39</sup> .
Профилактика педикулеза (вшивости) и присасывания клещей.		Перед началом смены и не реже одного раза в 7 дней проводятся осмотры детей на предмет наличия вшей <sup>40</sup> . Летом, перед сном и по возвращении после выхода за пределы собственной территории дети осматриваются на предмет присасывания клеща.
Если организуется палаточный лагерь		Проводятся уборка территории от мусора, сухостоя и валежника, очистка от колючих кустарников и ядовитых растений, а также аккарицидная обработка, мероприятия по борьбе с грызунами и по периметру устанавливаются знаки.

<sup>39</sup> При выявлении лиц с признаками инфекционных заболеваний и повышенной температурой во время нахождения их в лагере, таковых необходимо изолировать в специальном помещении до приезда законных представителей (родителей или опекунов), до перевода в медицинскую организацию или до приезда скорой помощи.

<sup>40</sup> Дети с педикулезом к посещению лагеря не допускаются.

На что обратить внимание?	Как должно быть устроено?	
Размещение палаток		Палатки устанавливаются на настил, по периметру оборудуется отвод для дождевых вод, сверху тент или другие устройства для защиты от воды, и сетки от насекомых на двери и окна.

## ВАЖНО!

- ➔ Продолжительность оздоровительной смены составляет не менее 21 календарного дня<sup>41</sup>.
- ➔ Заезд детей должен осуществляться в период не более двух календарных дней.
- ➔ Прием детей осуществляется при наличии справки о состоянии здоровья ребенка<sup>42</sup>.
- ➔ Дети-инвалиды и дети с ограниченными возможностями здоровья принимаются в организации, в которых созданы соответствующие условия для их пребывания.
- ➔ Не допускается пребывание на собственной территории Организации посетителей, в том числе родителей (законных представителей) детей, вне специально установленных мест.
- ➔ Смены платочного лагеря проводятся при ночной температуре воздуха окружающей среды не ниже +15°C.
- ➔ Количество детей, проживающих в палатке, должно соответствовать вместимости, указанной в техническом паспорте палатки.
- ➔ В качестве источников питьевой воды используются существующие источники централизованного, нецентрализованного водоснабжения, привозная питьевая вода.
- ➔ Дезинфекция емкостей для доставки и хранения питьевой воды проводится разрешенными к применению препаратами, в соответствии с инструкцией производителя.
- ➔ Запас постельного белья и вкладышей в спальные мешки формируется с учетом обеспечения смены комплекта не менее 1 раза в 7 календарных дней.
- ➔ Организованная помывка детей должна проводиться не реже 1 раза в 7 календарных дней.

<sup>41</sup> Возможна организация смен менее 20 календарных дней для организации отдыха и досуга детей. Продолжительность смен в осенние, зимние и весенние каникулы должна быть не менее 7 календарных дней.

<sup>42</sup> Форма N 079/у "Медицинская справка о состоянии здоровья ребенка, отъезжающего в организацию отдыха детей и их оздоровления" утверждена приказом Минздрава России от 15.12.2014 N 834н "Об утверждении унифицированных форм медицинской документации, используемых в медицинских организациях, оказывающих медицинскую помощь в амбулаторных условиях, и порядков по их заполнению".

## ЗАЩИТА ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ ОТ ЗАГРЯЗНЕНИЯ

На что обратить внимание?	Как должно быть устроено?	
Уличные туалеты		<p>Обеспечивается искусственное освещение внутри и по дороге к туалету, наличие туалетной бумаги, условия для мытья рук мылом. Туалеты размещаются не ближе 25 м от жилой зоны, столовой<sup>43</sup>.</p>
Пищевые отходы		<p>Вывозятся организованно или в хозяйственной зоне оборудуется компостная яма, закрываемая крышкой. Содержимое компостной ямы ежедневно присыпается слоем земли. При заполнении ямы она засыпается землей.</p>
Сточные воды		<p>Отводятся в канализацию или в специальную яму, закрытую крышкой. Наполнение ямы не должно превышать ее объема. Мыльные воды должны проходить очистку через фильтр для улавливания мыльных вод.</p>

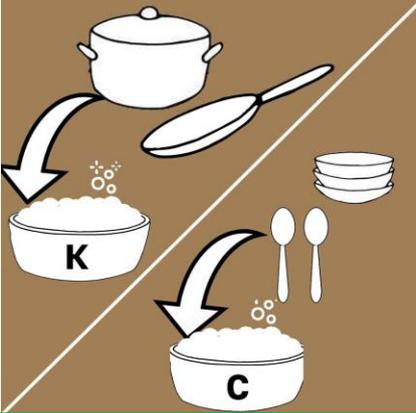
### ЕСЛИ ОРГАНИЗОВАНА ПОЛЕВАЯ ПРАКТИКА, ПОМНИТЕ:

- ➔ Весной, летом и осенью работы на открытой местности проводятся в часы наименьшей активности солнца (дети должны работать в головных уборах)
- ➔ При температурах воздуха от 25 °С до 28 °С продолжительность работы должна составлять не более 2,5 часов для лиц в возрасте от 14 до 16 лет. Для лиц от 16 до 18 лет - не более 3,5 часов.
- ➔ Работать детям после 20:00 запрещается.

<sup>43</sup> И не менее 50 метров от места купания.

## ПИТАНИЕ ВНЕ СТАЦИОНАРНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ:

(в детских лагерях палаточного типа, при проведении детских туристических походов и иных массовых мероприятий в природных условиях)

На что обратить внимание?	Как должно быть устроено?	
Зона пищеблока		Выделяют зоны для хранения пищевой продукции, приготовления и приема пищи, сбора и хранения отходов, соблюдения правил личной гигиены. Места для приготовления и приема пищи должны быть оборудованы под навесом или в каркасной палатке для защиты от осадков и пыли.
Разделение потоков сырой и готовой продукции		В месте приготовления пищи должны быть установлены разделочные столы <sup>44</sup> (не менее 2-х) и разделочный инвентарь для раздельной обработки сырой и готовой пищевой продукции <sup>45</sup> .
Посуда		Мытье столовой посуды должно проводиться отдельно от кухонной посуды. Для мытья кухонной, столовой посуды и разделочного инвентаря должны быть выделены отдельные промаркированные емкости.

<sup>44</sup> Столы должны иметь покрытие, устойчивое к воздействию моющих и дезинфицирующих средств.

<sup>45</sup> Разделочный инвентарь для готовой и сырой продукции должен обрабатываться и храниться раздельно.

На что обратить внимание?	Как должно быть устроено?	
Суточная проба		<p>В детских лагерях палаточного типа суточные пробы от всех приготовленных блюд и кулинарных изделий должны оставляться на хранение на 48 часов в холодильнике/в специально отведенном в холодильнике месте при температуре от +2 °С до +6 °С.</p>

## ПОМНИТЕ:

- ➔ Количество комплектов столовой и чайной посуды, столовых приборов должно обеспечивать одновременное питание всех участников массовых мероприятий (при раздельном приготовлении пищи по группам - одновременное питание всех членов группы).
- ➔ Дети могут быть допущены к дежурству по кухне, в том числе к отдельным видам работ по подготовке пищевой продукции (чистке и резке сырых овощей, нарезке хлеба), к сервировке и уборке столов, мытью посуды под присмотром взрослых.
- ➔ Во время дежурства на кухне дети и взрослые должны работать в фартуках и головных уборах (косынках, шапочках).
- ➔ Набор продуктов для кострового питания см. в **приложении**.

## ВРЕМЕННОЕ РАЗМЕЩЕНИЕ ДЕТЕЙ

(в общежитиях, гостиницах, базах отдыха, группами от 8 и более человек)

- ➔ должны быть обеспечены условия для проживания с соблюдением норм площади, соблюдения правил личной гигиены, питания, организован питьевой режим.
- ➔ не допускается проживание организованных групп детей в помещениях без естественного освещения, без централизованного водоснабжения и канализации, а также в помещениях, расположенных в подвальных и цокольных этажах.

## МАССОВЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

(с участием детей и молодежи)

Организаторы не позднее чем за 1 месяц до начала мероприятия информируют территориальные органы, уполномоченные на осуществление федерального государственного санитарно-эпидемиологического надзора:

- ➔ о планируемых **сроках** проведения мероприятия,
- ➔ о **количестве** участников,
- ➔ об **условиях доставки** участников до планируемого места,
- ➔ об **условиях проживания**, организации питьевого режима<sup>46</sup>, организации питания,

<sup>46</sup> При проведении массовых мероприятий длительностью более 2 часов каждый ребенок должен быть обеспечен дополнительно бутилированной питьевой (негазированной) водой промышленного производства, дневной запас которой во время мероприятия должен составлять не менее 1,5 литра на одного ребенка.

- ➔ о сроках проведения **дератизационных, дезинсекционных** мероприятий и о **противоклещевых** обработках (в случае если мероприятие проводится в теплое время года на природе).

## ПЕРЕВОЗКА ДЕТЕЙ

При перевозке детей на поезде необходимо предусмотреть:

- ➔ 1 сопровождающий на группу до 12 детей<sup>47</sup>
- ➔ Питание детей с интервалами не более 4 часов<sup>48</sup>
- ➔ Доступ к питьевой воде в поезде и на вокзалах
- ➔ Наличие у каждого ребенка медицинской справки об отсутствии контакта с инфекционными больными, оформленная в период формирования группы не более чем за 3 рабочих дня до начала поездки.
- ➔ Информирование территориальных органов, уполномоченных на осуществление федерального государственного санитарно-эпидемиологического надзора, по месту отправления об организации такой поездки.

**Информирование предполагает сообщение следующих сведений:**

	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ наименование или фамилия, имя, отчество (при наличии) организатора отдыха групп детей;</li><li>▪ адрес местонахождения организатора;</li><li>▪ дата выезда, станция отправления и назначения, номер поезда и вагона, его вид;</li><li>▪ количество детей и сопровождающих;</li><li>▪ наличие медицинского сопровождения;</li><li>▪ наименование и адрес конечного пункта назначения;</li><li>▪ планируемый тип питания в пути следования.</li></ul>
--	---

<sup>47</sup> При нахождении в пути следования более 12 часов группы детей в количестве свыше 30 человек организатор поездки обязан обеспечить сопровождение группы детей медицинским работником.

<sup>48</sup> При нахождении в пути свыше 1 дня организуется горячее питание.



## РАЗДЕЛ 6. УБОРКА И КОНТРОЛЬ

### НЕОБХОДИМО СОДЕРЖАТЬ В НАДЛЕЖАЩЕЙ ЧИСТОТЕ

территорию и все помещения организации для детей и молодежи!

На что обратить внимание?	Как это должно быть:	
Уборка территории		Проводится ежедневно или по мере загрязнения. Для очистки собственной территории от снега использование химических реагентов не допускается.
Мусор и отходы		Очистка мусоросборников проводится при заполнении 2/3 их объема. Не допускается сжигание мусора на собственной территории.
Мусорные ведра в помещениях		Переполнение емкостей для мусора не допускается.

На что обратить внимание?	Как это должно быть:	
Песочницы и игровые площадки		<p>Весной проводится полная смена песка<sup>49</sup>. Песочницы в отсутствие детей во избежание загрязнения закрываются крышками, пленками или иными приспособлениями.</p>
Маркировка уборочного инвентаря		<p>Маркируется в зависимости от назначения помещений и видов работ.  <u>Инвентарь для уборки туалетов должен иметь <b>иную маркировку</b> и храниться отдельно от другого инвентаря.</u></p>
Приготовление дезинфицирующих растворов		<p>Выделяется помещение либо оборудуется место, исключающее доступ к нему детей.</p> <p>Дезинфицирующие растворы приготавливаются и используются строго в соответствии с инструкцией.</p>
Ежедневная дезинфекция помещений		<p>Ежедневная уборка туалетов, умывальных, душевых, помещений для оказания медицинской помощи, обеденных залов, буфетов, производственных цехов пищеблока проводится с использованием дезинфицирующих средств.</p>

<sup>49</sup> При обнаружении возбудителей паразитарных и инфекционных болезней проводится внеочередная замена песка.

На что обратить внимание?	Как это должно быть:	
Смена постельного белья		по мере загрязнения, но не реже 1-го раза в 7 дней <sup>50</sup> .
Помощь детей		Не допускается привлекать детей к уборке туалетов, душевых, умывальных, мытью окон и светильников, уборке снега с крыш, выполнению ремонтно-строительных и отделочных работ, подъему и переносу тяжестей.

## КАК ПРАВИЛЬНО ПРОВОДИТЬ ВЛАЖНУЮ УБОРКУ?

- ✦ Проводится **ежедневно** во всех помещениях (поверхности, дверные ручки, корпусная мебель, подоконники). Дверные ручки, поручни, выключатели ежедневно протираются с использованием дезинфицирующих средств.
- ✦ **Влажная уборка в спальнях** проводится после ночного и дневного сна, в спортивных залах и групповых помещениях не реже 2 раз в день.
- ✦ **Спортивный инвентарь** и маты в спортивном зале ежедневно протираются с использованием мыльно-содового раствора.
- ✦ **Ковровые покрытия** ежедневно очищаются с использованием пылесоса, не реже 1 раза в месяц подвергаются влажной обработке.
- ✦ После каждого занятия спортивный, гимнастический, хореографический, музыкальный залы **проветриваются** в течение 10 минут.
- ✦ **Столы** в групповых помещениях промываются горячей водой с моющим средством до и после каждого приема пищи.
- ✦ **Стулья, пеленальные столы, манежи и другое оборудование**, а также подкладочные клеенки, клеенчатые нагрудники после использования моются горячей водой с мылом или иным моющим средством; нагрудники из ткани - стираются.
- ✦ **Игрушки** моются в специально выделенных, промаркированных емкостях<sup>51</sup> в конце дня, а в группах для детей младенческого и раннего возраста - 2 раза в день.

<sup>50</sup> Для сбора и хранения грязного белья выделяется специальное помещение или место для временного хранения. Чистое белье хранится в отдельном помещении, в гладильной или в специальном месте в закрытых стеллажах или шкафах. Выдача чистого белья организуется так, чтобы было исключено его пересечение с грязным бельем.

<sup>51</sup> Приобретенные игрушки (за исключением мягконабивных) перед использованием детьми моются проточной водой с мылом или иным моющим средством, безвредным для здоровья детей. Пенолатексные, ворсовые игрушки и мягконабивные игрушки обрабатываются согласно инструкции производителя.

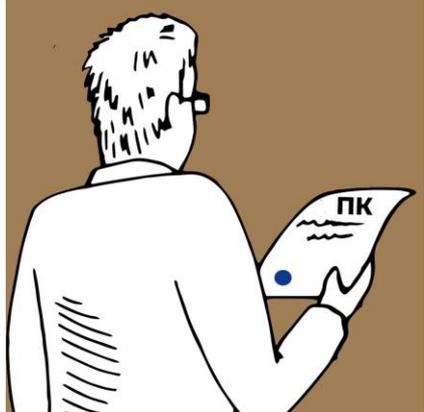
**Кукольная одежда** стирается по мере загрязнения с использованием детского мыла и проглаживается.

- ✦ Туалеты, столовые, вестибюли, рекреации подлежат влажной уборке после каждой перемены.
- ✦ Уборка учебных и вспомогательных помещений проводится после окончания занятий, в отсутствие обучающихся, при открытых окнах или фрамугах<sup>52</sup>.
- ✦ По окончании уборки весь инвентарь промывается с использованием моющих средств, ополаскивается проточной водой и просушивается.
- ✦ Инвентарь для туалетов после использования обрабатывается дезинфекционными средствами в соответствии с инструкцией по их применению.
- ✦ Санитарно-техническое оборудование ежедневно должно обеззараживаться<sup>53</sup>.
- ✦ Дезинфекционные средства хранят в упаковке производителя.
- ✦ Во всех помещениях не реже 1 раза в месяц (в смену) проводится генеральная уборка с применением моющих и дезинфицирующих средств.
- ✦ Постельные принадлежности (матрацы, подушки, спальные мешки) проветриваются непосредственно в спальнях во время каждой генеральной уборки, а также на специально отведенных для этого площадках хозяйственной зоны.
- ✦ Постельные принадлежности подвергаются химической чистке или дезинфекционной обработке 1 раз в год.
- ✦ В помещениях не должно быть насекомых, грызунов и следов их жизнедеятельности<sup>54</sup>.

Для поддержания высоко уровня безопасности в организации необходимо постоянно вести

## **ПРОИЗВОДСТВЕННЫЙ КОНТРОЛЬ!**

### **«ПК»**



Программу ПК разрабатывает и утверждает руководитель учреждения<sup>55</sup>.

**Объектами контроля** в организациях для детей и молодежи являются практически все предметы и процессы, в отношении которых существуют обязательные требования: персонал образовательных учреждений, участок (территория) организации, здания, учебные, административные, санитарно-бытовые, спальные, помещения пищеблока, бассейна и другие помещения.

## **ЧТО ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ ПК?**

Игрушки, которые не подлежат влажной обработке (мытью, стирке), допускается использовать только в качестве демонстрационного материала.

<sup>52</sup> При организации обучения в несколько смен уборка проводится по окончании каждой смены.

<sup>53</sup> Горшки моются после каждого использования при помощи щеток и моющих средств. Ванны, раковины, унитазы чистят дважды в день или по мере загрязнения щетками с использованием моющих и дезинфицирующих средств.

<sup>54</sup> При появлении синантропных насекомых и грызунов проводится дезинсекция и дератизация.

Дезинсекция и дератизация проводится в отсутствие детей и молодежи.

<sup>55</sup> Изменения и дополнения в программу вносятся при изменении (расширении) видов деятельности, влияющих на санитарно-эпидемиологическую обстановку или создающие угрозу санитарно-эпидемиологического благополучия.

1. Контроль состояния здоровья работников и их способности работать с организованным детским коллективом, в контакте с пищевыми продуктами (медицинские осмотры, гигиеническое обучение, вакцинация).
2. Визуальный контроль специальными должностными лицами выполнения всех санитарно-противоэпидемических мероприятий и постоянная работа над снижением потенциального риска для здоровья детей и работников.
3. Контроль состояния ведения документации, подтверждающей происхождением, безопасностью игрушек, мебели, оборудования и пищевых продуктов.
4. Лабораторный контроль параметров микроклимата и освещенности в помещениях постоянного пребывания детей, контроль качества питьевой воды.
5. Лабораторный контроль качества сырья, полуфабрикатов, готовой продукции и технологий их производства, хранения, транспортировки, реализации готовых блюд при организации питания.

## Программа ПК

как правило содержит следующие позиции:

- ✦ перечень санитарных правил (технических регламентов), методов и методик контроля в соответствии с осуществляемой деятельностью;
- ✦ перечень должностных лиц, участвующих в осуществлении производственного контроля;
- ✦ перечень работников, подлежащих медицинским осмотрам, профессиональной гигиенической подготовке и аттестации;
- ✦ перечень (номенклатура) осуществляемых работ, услуг, других видов деятельности, предоставляющих потенциальную опасность для человека;
- ✦ перечень мероприятий по обоснованию безопасности для человека и окружающей среды, продукции, работ, услуг (санитарно-эпидемиологическая экспертиза образовательной деятельности, разработка и утверждение рационов питания и т.п.);
- ✦ перечень форм учета и отчетности и сами формы (журналы, графики, контрольные листы и пр.);
- ✦ лабораторно-инструментальный контроль по видам и объемам исследований;
- ✦ перечень возможных аварийных ситуаций, перечень органов и структур, которые в каждом случае необходимо оповестить.

## ВАЖНО:

- Запрещено проведение любых видов ремонтных работ в присутствии детей.
- При нахождении детей на объектах более 4 часов обеспечивается возможность организации для них горячего питания.
- Значения факторов среды, характеризующих условия воспитания, обучения и оздоровления детей и молодежи, должны соответствовать гигиеническим нормативам<sup>56</sup>.

<sup>56</sup> СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания"

## ПОМНИТЕ!

<p>В случаях возникновения:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ групповых инфекционных и неинфекционных заболеваний,</li><li>▪ аварийных ситуаций в работе систем электроснабжения, теплоснабжения, водоснабжения, водоотведения, технологического и холодильного оборудования</li></ul>	<p>✦ <b>обеспечьте</b> проведение санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий!</p>
<p><b>которые создают угрозу</b> возникновения и распространения инфекционных заболеваний и отравлений</p>	
	<p>✦ в течение 2 часов с момента их выявления <b>проинформируйте</b> территориальные органы исполнительной власти, осуществляющие федеральный государственный санитарно-эпидемиологический надзор!</p>

## ПРИЛОЖЕНИЕ

### ОПТИМАЛЬНЫЕ ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Показатель	Организация, возраст		Норматив
Продолжительность ночного сна, не менее	1 - 3 года		12,0 ч
	4 - 7 лет		11,0 ч
	8 - 10 лет		10,0 ч
	11 - 14 лет		9,0 ч
	15 лет и старше		8,5 ч
Продолжительность дневного сна, не менее	1 - 3 года		3,0 ч
	4 - 7 лет		2,5 ч
	старше 7 лет		1,5 ч
Продолжительность прогулок, не менее	для детей до 7 лет		3, ч/день
	для детей старше 7 лет		2,0 ч/день
Суммарный объем двигательной активности, не менее	все возраста		1,0 ч/день
Утренний подъем, не ранее	все возраста		7 ч 00 мин
Утренняя зарядка, продолжительность, не менее	до 7 лет		10 мин
	старше 7 лет		15 мин
Продолжительность труда, не более	производственная практика в общеобразовательной организации, лагеря труда и отдыха	12 - 13 лет	2,0 ч в день
		14 - 15 лет	2,5 ч день
		16 - 18 лет	3,5 ч день
	Профессиональные образовательные организации (ПОО)	14 - 15 лет	4 ч в день (24 ч в неделю)
		16 - 18 лет	6 ч в день (36 в неделю)

## РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЭНЕРГИИ ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ВРЕМЕНИ ПРЕБЫВАНИЯ В ОРГАНИЗАЦИИ

- При отсутствии второго завтрака калорийность основного завтрака должна быть увеличена на 5%.
- При 12-часовом пребывании детей возможна организация отдельного полдника, или "уплотненного" полдника с включением блюд ужина и с распределением калорийности суточного рациона 30%.
- Допускается в течение дня отступление от норм калорийности по отдельным приемам пищи в пределах +/- 5% при условии, что средний % пищевой ценности за неделю будет соответствовать нормам (см. [таблицу](#)).
- На период летнего отдыха и оздоровления (до 90 дней), в выходные, праздничные и каникулярные дни, при повышенной физической нагрузке (спортивные соревнования, слеты, сборы и тому подобное) нормы питания, включая калорийность суточного рациона, должны быть увеличены не менее чем на 10,0% в день на каждого человека.

Тип организации	Прием пищи	Доля суточной потребности в пищевых веществах и энергии
Дошкольные организации, организации по уходу и присмотру, организации отдыха (труда и отдыха) с дневным пребыванием детей	завтрак	20%
	второй завтрак	5%
	обед	35%
	полдник	15%
	ужин	25%
Общеобразовательные организации и организации профессионального образования с односменным режимом работы (первая смена)	завтрак	20 - 25%
	обед	30 - 35%
	полдник	10% - 15%
Общеобразовательные организации и организации профессионального образования с двухсменным режимом работы (вторая смена)	обед	30 - 35%
	полдник	10 - 15%
Организации с круглосуточным пребыванием детей	завтрак	20%
	второй завтрак	5%
	обед	35%
	полдник	15%
	ужин	20%
	второй ужин	5%

**ПОТРЕБНОСТЬ В ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВАХ, ЭНЕРГИИ, ВИТАМИНАХ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВАХ (суточная)**

Показатели	Потребность в пищевых веществах			
	1 - 3 лет	3-7 лет	7-11 лет	12 лет и старше
<b>Пищевые вещества и энергия</b>				
белки (г/сут)	42	54	77	90
жиры (г/сут)	47	60	79	92
углеводы (г/сут)	203	261	335	383
энергетическая ценность (ккал/сут)	1400	1800	2350	2720
<b>Витамины</b>				
витамин С (мг/сут)	45	50	60	70
витамин В1 (мг/сут)	0,8	0,9	1,2	1,4
витамин В2 (мг/сут)	0,9	1,0	1,4	1,6
витамин А (рет. экв/сут)	450	500	700	900
витамин D (мкг/сут)	10	10	10	10
<b>Минеральные вещества</b>				
кальций (мг/сут)	800	900	1100	1200
фосфор (мг/сут)	700	800	1100	1200
магний (мг/сут)	80	200	250	300
железо (мг/сут)	10	10	12	18
калий (мг/сут)	400	600	1100	1200
йод (мг/сут)	0,07	0,1	0,1	0,1
селен (мг/сут)	0,0015	0,02	0,03	0,05
фтор (мг/сут)	1,4	2,0	3,0	4,0

**СУТОЧНАЯ ПОТРЕБНОСТЬ В ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВАХ И ЭНЕРГИИ ДЛЯ КАДЕТОВ**

Возраст	Энергетическая ценность (ккал/сут)	Белки (г/сут)	Жиры (г/сут)	Углеводы (г/сут)
5 - 8 класс	до 3500	119 - 149	134 - 143	550 - 580
9 - 11 класс	до 4000	142 - 177	157 - 168	646 - 681

## МАССА ПОРЦИЙ БЛЮД ДЛЯ ДЕТЕЙ

Блюдо	Масса порций, г					
	Обучающиеся				Кадеты	
	от 1 года до 3 лет	3 - 7 лет	7 - 11 лет	12 лет и старше	5 - 8 класс	9 - 11 класс
Каша, или овощное, или яичное, или творожное, или мясное блюдо <sup>57</sup>	130 - 150	150 - 200	150 - 200	200 - 250	200 - 250	250 - 280
Закуска (холодное блюдо) (салат, овощи и т.п.)	30 - 40	50 - 60	60 - 100	100 - 150	100 - 150	100 - 150
Первое блюдо	150 - 180	180 - 200	200 - 250	250 - 300	200 - 250	250 - 300
Второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы)	50 - 60	70 - 80	90 - 120	100 - 120	100 - 120	120 - 150
Гарнир	110 - 120	130 - 150	150 - 200	180 - 230	180 - 230	200 - 250
Третье блюдо (напиток)	150 - 180	180 - 200	180 - 200	180 - 200	180 - 200	180 - 200
Фрукты	95	100	100	100	250 - 300	300 - 350

### ПЕРЕЧЕНЬ ПИЩЕВОЙ ПРОДУКЦИИ, КОТОРАЯ НЕ ДОПУСКАЕТСЯ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ:

1.	Пищевая продукция без маркировки и (или) с истекшими сроками годности и (или) признаками недоброкачества.
2.	Пищевая продукция, не соответствующая требованиям технических регламентов Таможенного союза.
3.	Мясо сельскохозяйственных животных и птицы, рыба, не прошедшие ветеринарно-санитарную экспертизу.
4.	Субпродукты, кроме говяжьих печени, языка, сердца.
5.	Непотрошенная птица.
6.	Мясо диких животных.
7.	Яйца и мясо водоплавающих птиц.
8.	Яйца с загрязненной и (или) поврежденной скорлупой, а также яйца из хозяйств, неблагополучных по сальмонеллезам.
9.	Консервы с нарушением герметичности банок, бомбажные, "хлопуши", банки с ржавчиной, деформированные.
10.	Крупа, мука, сухофрукты, загрязненные различными примесями или зараженные амбарными вредителями.
11.	Пищевая продукция домашнего (не промышленного) изготовления.
12.	Кремовые кондитерские изделия (пирожные и торты).
13.	Зельцы, изделия из мясной обрезки, диафрагмы; рулеты из мякоти голов,

<sup>57</sup> Допускается комбинация разных блюд завтрака, при этом выход каждого блюда может быть уменьшен при условии соблюдения общей массы блюд завтрака.

	кровяные и ливерные колбасы, заливные блюда (мясные и рыбные), студни, форшмак из сельди.
14.	Макароны по-флотски (с фаршем), макароны с рубленным яйцом.
15.	Творог из непастеризованного молока, фляжный творог, фляжную сметану без термической обработки.
16.	Простокваша - "самоквас".
17.	Грибы и продукты (кулинарные изделия), из них приготовленные.
18.	Квас.
19.	Соки концентрированные диффузионные.
20.	Молоко и молочная продукция из хозяйств, неблагополучных по заболеваемости продуктивных сельскохозяйственных животных, а также не прошедшая первичную обработку и пастеризацию.
21.	Сырокопченые мясные гастрономические изделия и колбасы.
22.	Блюда, изготовленные из мяса, птицы, рыбы (кроме соленой), не прошедших тепловую обработку.
23.	Масло растительное пальмовое, рапсовое, кокосовое, хлопковое.
24.	Жареные во фритюре пищевая продукция и продукция общественного питания.
25.	Уксус, горчица, хрен, перец острый (красный, черный).
26.	Острые соусы, кетчупы, майонез.
27.	Овощи и фрукты консервированные, содержащие уксус.
28.	Кофе натуральный; тонизирующие напитки (в том числе энергетические).
29.	Кулинарные, гидрогенизированные масла и жиры, маргарин (кроме выпечки).
30.	Ядро абрикосовой косточки, арахис.
31.	Газированные напитки; газированная вода питьевая.
32.	Молочная продукция и мороженое на основе растительных жиров.
33.	Жевательная резинка.
34.	Кумыс, кисломолочная продукция с содержанием этанола (более 0,5%).
35.	Карамель, в том числе леденцовая.
36.	Холодные напитки и морсы (без термической обработки) из плодово-ягодного сырья.
37.	Окрошки и холодные супы.
38.	Яичница-глазунья.
39.	Паштеты, блинчики с мясом и с творогом.
40.	Блюда из (или на основе) сухих пищевых концентратов, в том числе быстрого приготовления.
41.	Картофельные и кукурузные чипсы, снеки.
42.	Изделия из рубленого мяса и рыбы, салаты, блины и оладьи, приготовленные в условиях палаточного лагеря.
43.	Сырки творожные; изделия творожные более 9% жирности.
44.	Молоко и молочные напитки стерилизованные менее 2,5% и более 3,5% жирности; кисломолочные напитки менее 2,5% и более 3,5% жирности.
45.	Готовые кулинарные блюда, не входящие в меню текущего дня, реализуемые через буфеты.

## РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ОБРАЗЕЦ МЕНЮ

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет/ 3 - 6 лет/ 7 - 11 лет/ 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1							
День 1							
завтрак							
итого за завтрак							
обед							
итого за обед							
полдник							
итого за полдник							
ужин							
итого за ужин							
Итого за день:							
День 2							
...							
Итого за день:							
...							
Среднее значение за период:							

## ЗАМЕНА БЛЮД

Разрешается производить замену отдельных видов пищевой продукции в соответствии с санитарными правилами и нормами:

Таблица замены пищевой продукции в граммах (нетто) с учетом их пищевой ценности

Вид пищевой продукции	Масса, г	Вид пищевой продукции-заменитель	Масса, г
Говядина	100	Мясо кролика	96
		Печень говяжья	116
		Мясо птицы	97
		Рыба (треска)	125
		Творог с массовой долей жира 9%	120
		Баранина II кат.	97
		Конина I кат.	104
		Мясо лосося (мясо с ферм)	95
		Оленина (мясо с ферм)	104
		Консервы мясные	120
Молоко питьевое с массовой долей жира 3,2%	100	Молоко питьевое с массовой долей жира 2,5%	100
		Молоко сгущенное (цельное и с	40

		сахаром)	
		Сгущено-вареное молоко	40
		Творог с массовой долей жира 9%	17
		Мясо (говядина I кат.)	14
		Мясо (говядина II кат.)	17
		Рыба (треска)	17,5
		Сыр	12,5
		Яйцо куриное	22
Творог с массовой долей жира 9%	100	Мясо говядина	83
		Рыба (треска)	105
Яйцо куриное (1 шт.)	41	Творог с массовой долей жира 9%	31
		Мясо (говядина)	26
		Рыба (треска)	30
		Молоко цельное	186
		Сыр	20
Рыба (треска)	100	Мясо (говядина)	87
		Творог с массовой долей жира 9%	105
Картофель	100	Капуста белокочанная	111
		Капуста цветная	80
		Морковь	154
		Свекла	118
		Бобы (фасоль), в том числе консервированные	33
		Горошек зеленый	40
		Горошек зеленый консервированный	64
		Кабачки	300
Фрукты свежие	100	Фрукты консервированные	200
		Соки фруктовые	133
		Соки фруктово-ягодные	133
		Сухофрукты:	
		Яблоки	12
		Чернослив	17
		Курага	8
		Изюм	22

## НАБОРЫ ПРОДУКТОВ ПРИ ПИТАНИИ ВНЕ СТАЦИОНАРНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Вид питания	Продукты	Масса
Сухой паек	Фрукты (предварительно вымытые, поштучно в упаковке из полимерных материалов)	не менее 60 г (поштучно)
	Вода питьевая расфасованная в емкости (бутилированная), негазированная, в потребительской упаковке промышленного изготовления	не более 500 мл

	Соковая продукция из фруктов и овощей в потребительской упаковке промышленного изготовления	не более 200 мл
	Молоко стерилизованное и (или) стерилизованные молочные напитки (2,5% и 3,5% жирности) в ассортименте, в потребительской упаковке промышленного изготовления	не более 200 мл
	Хлебобулочные изделия в ассортименте, в потребительской упаковке	не более 100 г
	Орехи (кроме арахиса и абрикосовых косточек), сухофрукты в ассортименте, в потребительской упаковке	не более 100 г
	Мучные кондитерские изделия промышленного (печенье, вафли, мини-кексы, пряники) производства, изделия обогащенные микронутриентами (витаминизированные) в ассортименте	не более 150 г
	Кондитерские изделия сахарные (зефир, фруктово-злаковые батончики), изделия обогащенные микронутриентами (витаминизированные), шоколад в ассортименте, в потребительской упаковке	не более 100 г
<b>Костровое питание</b>	Хлеб черный и белый; Крупы, макаронные изделия; Консервы мясные, овощные, фруктовые; Консервы рыбные в масле и (или) натуральные; Овощи свежие или сублимированные; Картофель; Фрукты свежие; Молоко сухое, сгущенное, концентрированное; Молоко стерилизованное и стерилизованные молочные напитки; Масло сливочное, топленое; Масло растительное; Сыры твердых сортов; Какао, чай; Специи; Соковая продукция из фруктов и овощей; Мучные кондитерские изделия промышленного производства (печенье, вафли, мини-кексы, пряники); Кондитерские изделия сахарные (зефир, кондитерские батончики, конфеты, кроме карамели), шоколад в ассортименте - в потребительской упаковке весом до 100 г.	Суммарно не менее возрастной физиологической потребности в пищевых веществах и энергии

**ЕСЛИ БЫЛИ ВЫЯВЛЕНЫ ГРУБЫЕ НАРУШЕНИЯ САНИТАРНЫХ НОРМ,  
ОБНАРУЖЕНА УГРОЗА ЗДОРОВЬЮ ДЕТЕЙ И РАБОТНИКОВ,  
ПРИ НЕВОЗМОЖНОСТИ УСТРАНИТЬ ЭТОТ РИСК,  
СЛЕДУЕТ НЕМЕДЛЕННО ПРЕКРАТИТЬ РАБОТУ,  
ПРЕКРАТИТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗАГРЯЗНЕННЫХ ПРОДУКТОВ,  
И ПРЕДПРИНЯТЬ МЕРЫ ПО УСТРАНЕНИЮ ОПАСНОГО ФАКТОРА!**

## **БЕРЕГИТЕ ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ!**

Органы, уполномоченные осуществлять государственный санитарно-эпидемиологический надзор, по Вашим обращениям готовы предоставить информацию о санитарно-эпидемиологических правилах, гигиенических нормативах, методах и методиках контроля, которые должны контролироваться в Вашей организации!



[www.rospotrebnadzor.ru](http://www.rospotrebnadzor.ru)

