

VILNIAUS LOPŠELIO-DARŽELIO „PAPARTIS“ VAIKŲ MAITINIMO ORGANIZAVIMO TVARKOS APRAŠAS

I. BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Vilniaus lopšelio-darželio „Papartis“ (toliau – įstaiga) vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašas (toliau – tvarkos aprašas) reglamentuoja ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų maitinimą įstaigoje.

2. Šio tvarkos aprašo tikslas – sudaryti sąlygas sveikatai palankiai vaikų mitybai, užtikrinti maisto saugą ir kokybę, patenkinti vaikų maisto fiziologinius poreikius, ugdyti sveikos mitybos įgūdžius.

3. Tvarkos aprašo reikalavimai privalomi vadovams, juridiniams ir fiziniams asmenims, teikiantiems vaikų maitinimo ar maisto produktų tiekimo paslaugas lopšelyje-darželyje, bei pagal kompetenciją kontrolę vykdančioms institucijoms.

4. Tvarkos apraše vartojamos sąvokos ir jų apibrėžimai:

4.1. **Cukrūs** – monosacharidai ir disacharidai, esantys maisto produkte.

4.2. **Greitai gendantis maisto produktas** – šviežias, atvėsintas arba sušaldytas maisto produktas, kuriam laikyti ir vežti reikalinga tam tikra temperatūra, kurioje jis išlieka saugus vartoti.

4.3. **Iš dalies hidrinti** (iš dalies sukietinti, iš dalies hidrogenizuoti) **augaliniai riebalai** – skysti augaliniai aliejai, hidrinimo proceso metu paversti pusiau kietais.

4.3¹. **Maisto davinys** – lengvai paruošiami arba paruošti vartoti maisto produktai ar patiekalai, kurie išduodami tam tikram laikotarpiui pagal sveikatos apsaugos ministro nustatytas vidutines rekomenduojamas paros normas ir yra supakuoti, kad būtų galima saugiai nešti, vežti ar kitaip transportuoti.

4.4. **Patiekalas** – paprastai vienoje lėkštėje patiekiamas vartoti šaltas ar šiltas maistas.

4.5. **Pridėtiniai cukrūs** – gėrimo ar patiekalo gamybos metu įdėta sacharozė, fruktozė, gliukozė, gliukozės sirupas, fruktozės sirupas, gliukozės-fruktozės sirupas ir kitų formų monosacharidai ir disacharidai, taip pat cukrūs, esantys įdėtame meduje, sirupuose, vaisių sultyse ir vaisių sulčių koncentratuose.

4.6. **Pritaikytas maitinimas** – maitinimas, kuris užtikrina tam tikro sveikatos sutrikimo (alergija tam tikriems maisto produktams, virškinimo sistemos ligos ar remisinės jų būklės ir kt.) nulemtą, asmens individualių maisto medžiagų ir energijos poreikių patenkinimą, parenkant toleruojamus maisto produktus, jų gamybos būdą, konsistenciją ir valgymo režimą, ir yra raštiškai rekomenduojamas gydytojo.

4.7. **Šiltas maistas** – maistas, patiekiamas kaip karštas patiekalas, iki patiekimo vartoti laikomas ne žemesnėje kaip +63 °C temperatūroje.

4.8. **Tausojantis patiekalas** – maistas, pagamintas maistines savybes tausojančiu gamybos būdu: virtas vandenyje ar garuose, troškintas, pagamintas konvekcijos režimu, keptas įvyniojus popieriuje ar folijoje. Tausojantiems patiekalams nepriskiriami tarkuotų bulvių patiekalai.

4.9. **Šaltas užkandis** – maisto produktas ar šaltas patiekalas, neįtrauktas į valgiaraštį.

4.10. **Valgiaraštis** – numatomų patiekti vartoti dienos maisto produktų ir patiekalų sąrašas.

4.11. Kitos sąvokos atitinka 2004 m. balandžio 29 d. Europos Parlamento ir Tarybos reglamente (EB) Nr. 853/2004, nustatančiame konkrečius gyvūninės kilmės maisto produktų higienos reikalavimus (OL 2004 m. *specialusis leidimas*, 3 skyrius, 45 tomas, p. 14) (toliau – Reglamentas (EB) Nr. 853/2004), Lietuvos Respublikos civilinės saugos įstatyme, Lietuvos Respublikos žmonių užkrečiamųjų ligų profilaktikos ir kontrolės įstatyme, Lietuvos Respublikos produktų saugos įstatyme, Lietuvos Respublikos maisto įstatyme, Lietuvos Respublikos švietimo įstatyme, Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2009 m. rugsėjo 1 d. įsakyme Nr. V-714 „Dėl Lietuvos higienos normos HN 124:2014 „Vaikų socialinės globos įstaigos: bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“ patvirtinimo“, Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2010 m. balandžio 22 d. įsakyme Nr. V-313 „Dėl Lietuvos higienos normos HN 75:2016 „Ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo programų vykdymo bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“ patvirtinimo“, Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2010 m. rugsėjo 7 d. įsakyme Nr. V-765 „Dėl Lietuvos higienos normos HN 79:2010 „Vaikų poilsio stovykla. Bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“ patvirtinimo“, Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2014 m. sausio 22 d. įsakyme Nr. V-50 „Dėl Maisto produktų ženklavimo simboliu „Rakto skylutė“ (toliau – „Rakto skylutė“) ir Lietuvos Respublikos žemės ūkio ministro 1999 m. liepos 1 d. įsakyme Nr. 288 „Dėl Kakavos ir šokolado produktų techninio reglamento patvirtinimo“ ir Tvarkos aprašo 4 priede išvardytuose teisės aktuose vartojamas sąvokas.

5. Maitinimas įstaigoje organizuojamas vadovaujantis teisės aktais, reglamentuojančiais mokinių ir vaikų maitinimo organizavimą, maisto gaminimą, patalpų ir įrangos priežiūrą, higienos normas, sveikatos bei saugos reikalavimus.

6. Maisto produktų pirkimas organizuojamas vadovaujantis Viešųjų pirkimų įstatymo nustatyta tvarka.

7. Maisto produktų inventorizacija įstaigoje atliekama pagal inventorizacijos taisykles, patvirtintas Lietuvos Respublikos Vyriausybės nutarimu.

8. Įstaigos gaunamos tėvų (globėjų) įmokos už maitinimo paslaugą apskaitomos kaip įstaigos gaunamos pajamos iš įmokų teisės aktų nustatyta tvarka.

II. VAIKŲ MAITINIMO ORGANIZAVIMO BENDRIEJI REIKALAVIMAI

9. Lopšelio-darželio direktorius (toliau – direktorius) atsako už tai, kad būtų sudarytos sąlygos vaikų maitinimui organizuoti.

10. Direktorius bei jo paskirti atsakingi asmenys atsako už vaikų maitinimo organizavimą ir Tvarkos aprašo nuostatų įgyvendinimą.

11. Maisto produktų tiekimas, maisto tvarkymo vietos įrengimas ir maisto tvarkymas turi atitikti 2002 m. sausio 28 d. Europos Parlamento ir Tarybos reglamento (EB) 178/2002, nustatančio maistui skirtų teisės aktų bendruosius principus ir reikalavimus, įsteigiančio Europos maisto saugos tarnybą ir nustatančio su maisto saugos klausimais susijusias procedūras (OL 2004 m. *specialusis leidimas*, 15 skyrius, 6 tomas, p. 463) (toliau – Reglamentas (EB) Nr. 178/2002), 2004 m. balandžio 29 d. Europos Parlamento ir Tarybos reglamento (EB) Nr. 852/2004 dėl maisto produktų higienos (OL 2004 m. *specialusis leidimas*, 13 skyrius, 34 tomas, p. 319) (toliau – Reglamentas (EB) Nr. 852/2004) ir Reglamentas (EB) Nr. 853/2004 reikalavimus. Organizuojant maitinimą iš namų atsineštu maistu, maisto tvarkymo vietos įrengiamos ir maistas tvarkomas laikantis bendrųjų higienos reikalavimų: tvarkant maistą švarioje vietoje, švariomis rankomis, švariais įrankiais bei įranga, gerai nuplaunant maisto žaliavas, naudojant tik Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2003 m. liepos 23 d. įsakyme Nr. V-455 „Dėl Lietuvos higienos normos HN 24:2017

„Geriamojo vandens saugos ir kokybės reikalavimai“ patvirtinimo“ (toliau – HN 24:2017) nustatytus geriamojo vandens reikalavimus atitinkantį vandenį.

12. Sudarant sutartis dėl maisto produktų tiekimo įstaigoje (toliau – maisto produktų tiekimo sutartis), maisto produktų tiekimo sutartyje turi būti numatyta atsakomybė už maisto produktų, neatitinkančių Tvarkos aprašo reikalavimų, tiekimą, taip pat maisto produktų tiekimo sąlygos karantino, ekstremalios situacijos, ekstremalaus įvykio ar įvykio laikotarpiu ir kai vaikui skirtas mokymas namuose, vadovaujantis Įsakymu Nr. V-1405. Maisto produktų tiekimo sutartys nesudaromos su į „Nepatikimų maisto tvarkymo subjektų sąrašą“, skelbiamą Valstybinės maisto ir veterinarijos tarnybos internetinėje svetainėje, įtrauktais maisto produktų tiekėjais. Sudarant maisto produktų tiekimo sutartis pirmenybė teikiama tiekiamoms žaliavoms ir maisto produktams:

12.1. atitinkantiems 2018 m. gegužės 30 d. Europos Parlamento ir Tarybos reglamento (ES) 2018/848 dėl ekologinės gamybos ir ekologiškų produktų ženklavimo, kuriuo panaikinamas Tarybos reglamentas (EB) Nr. 834/2007, kriterijus;

12.2. atitinkantiems maisto produktų ženklavimo simboliu „Rakto skylutė“ kriterijus;

12.3. tiekiamiems trumposiomis maisto tiekimo grandinėmis iš ūkių (ne daugiau kaip vienas tarpininkas tarp ūkio ir maitinimo organizatoriaus);

12.4. atitinkantiems Lietuvos Respublikos žemės ūkio ministro 2007 m. lapkričio 29 d. įsakyme Nr. 3D-524 „Dėl Nacionalinės žemės ūkio ir maisto produktų kokybės sistemos“ nustatytus reikalavimus.

13. Jei vaisiai, daržovės, uogos, bulvės įsigijami iš fizinių asmenų, jie turi laikytis Lietuvos Respublikos valstybinės maisto ir veterinarijos tarnybos direktoriaus 2003 m. gruodžio 15 d. įsakyme Nr. B1-955 „Dėl Lietuvos Respublikoje išaugintų šviežių vaisių, daržovių, uogų, bulvių atitikties deklaracijos išdavimo reikalavimų patvirtinimo“ nustatytų reikalavimų ir išduoti Lietuvos Respublikoje išaugintų šviežių vaisių, daržovių, uogų, bulvių atitikties deklaraciją (toliau – atitikties deklaracija), vadovaudamiesi Lietuvos Respublikos žemės ūkio ministro 2009 m. liepos 10 d. įsakymu Nr. 3D-488 „Dėl Importuojamų, eksportuojamų ir vidaus rinkai tiekiamų šviežių vaisių ir daržovių atitikties prekybos standartams patikros taisyklių patvirtinimo“. Atitikties deklaracijos 3 punkto, jeigu šiame punkte nurodyti maisto produktai nerūšiuojami pagal kokybės klases, pildyti nereikia. Šio punkto reikalavimai netaikomi, jeigu vaisius, daržoves, uogas ir bulves augina pati mokykla ar socialinės globos namai, tačiau visi vaisiai, uogos, daržovės, bulvės, skirti maistui, turi atitikti kokybės ir saugos reikalavimus, nustatytus Reglamente (EB) Nr. 852/2004 ir Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2008 m. rugsėjo 15 d. įsakyme Nr. V-884 „Dėl Lietuvos higienos normos HN 54:2017 „Maisto produktai. Didžiausios leidžiamos teršalų ir pesticidų likučių koncentracijos“ patvirtinimo“ (toliau – HN 54:2017).

14. Vaikų maitinimas organizuojamas vaikams higieniškai maitinti tinkamose patalpose ar vietose laikantis maisto saugos ir maisto tvarkymo reikalavimų, nustatytų Reglamente (EB) Nr. 852/2004, Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2005 m. rugsėjo 1 d. įsakyme Nr. V-675 „Dėl Lietuvos higienos normos HN 15:2021 „Maisto higiena“ patvirtinimo“ (toliau – HN 15:2021) ir Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2011 m. gegužės 2 d. įsakyme Nr. V-417 „Dėl Lietuvos higienos normos HN 16:2011 „Medžiagų ir gaminių, skirtų liestis su maistu, specialieji sveikatos saugos reikalavimai“ patvirtinimo“ (toliau – HN 16:2011), ir sudarant sąlygas kiekvienam vaikui pavalgyti prie švaraus stalo.

15. Kiekvieną dieną vaikai gauna šilto maisto.

16. Maisto patiekimas atitinka Tvarkos aprašo 6 priedo reikalavimus.

17. Įstaigoje vaikų maitinimui naudojami šie maisto produktai: daržovės, vaisiai, uogos ir jų patiekalai; grūdiniai (viso grūdo gaminiai, kruopų produktai, duonos gaminiai); ankštinės daržovės;

pienas ir pieno produktai (rauginti pieno gaminiai, po rauginimo termiškai neapdoroti); kiaušiniai; liesa mėsa (neužšaldyta); žuvis ir jos produktai (neužšaldyti); aliejai; kur įmanoma, riebi mėsa ir mėsos gaminiai keičiami liesa mėsa, paukštiena, žuvimi ar ankštinėmis daržovėmis; geriamasis vanduo ir natūralus mineralinis bei šaltinio vanduo. Maisto daaviniai sudaryti iš šių maisto produktų: daržovės; vaisiai; grūdiniai (viso grūdo gaminiai, kruopos, kruopų produktai, duonos gaminiai ir kt.); ankštinės daržovės; pienas ir pieno produktai (rauginti pieno gaminiai, po rauginimo termiškai neapdoroti); kiaušiniai; riešutai; liesa mėsa; žuvis ir jos produktai; aliejai; sultys; sriubos; geriamasis vanduo ir natūralus mineralinis bei šaltinio vanduo.

18. Įstaigoje vaikų maitinimui lopšelyje-darželyje draudžiamos šios maisto produktų grupės: bulvių, kukurūzų ar kitokie traškučiai, kiti riebaluose virti, skrudinti ar spraginti gaminiai; saldainiai; šokoladas ir šokolado gaminiai; valgomieji ledai; pieno produktai ir konditerijos gaminiai su glajumi, glaistu, šokoladu ar kremu; pieno produktai su alyvpalmių aliejumi; kramtomoji guma; gazuoti gėrimai; energiniai gėrimai; maisto produktai, papildyti B grupės vitaminais; nealkoholinis alus, sidras ir vynas; gėrimai ir maisto produktai, pagaminti iš (arba kurių sudėtyje yra) kavamedžio pupelių kavos ar jų ekstrakto; cikorijos, gilių ar grūdų gėrimai (kavos pakaitalai); kisieliai; arbata, kurioje yra pluoštinių kanapių dalių (išskyrus sėklas); sultinių, padažų koncentratai; padažai su spirgučiais; šaltai, karštai, mažai rūkyti mėsos gaminiai ir mėsos gaminiai, kurių gamyboje buvo naudojamos rūkymo kvapiosios medžiagos (jie leidžiami sudarant maisto daavinus); rūkyta žuvis; konservuoti mėsos ir žuvies gaminiai (jie leidžiami sudarant maisto daavinus); strimelės, pagautos Baltijos jūroje; nepramoninės gamybos konservuoti gaminiai; mechaniškai atskirta mėsa, žuvis ir maisto produktai, į kurių sudėtį įeina mechaniškai atskirta mėsa ar žuvis; subproduktai ir jų gaminiai (išskyrus liežuvius ir kepenis); džiūvėsėliuose volioti ar džiūvėsėliais pabarstyti kepti mėsos, paukštienos ir žuvies gaminiai; maisto papildai; maisto produktai, pagaminti iš genetiškai modifikuotų organizmų (toliau – GMO), arba maisto produktai, į kurių sudėtį įeina GMO; maisto produktai, į kurių sudėtį įeina iš dalies hidrinti augaliniai riebalai; maisto produktai ir patiekalai, neatitinkantys Tvarkos aprašo 3–5 prieduose nustatytų reikalavimų. Jei gydytojo raštiškuose nurodymuose formoje Nr. E027-1 „Mokinio sveikatos pažymėjimas“, patvirtintoje Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2004 m. gruodžio 24 d. įsakymu Nr. V-951 „Dėl Elektroninės statistinės apskaitos formos Nr. E027-1 „Mokinio sveikatos pažymėjimas“ patvirtinimo (toliau – Forma Nr. E027-1) rekomenduojami vartoti šiame punkte išvardyti maisto produktai, draudimas netaikomas tik vaiko (-ų), kuriam (-iems) pateikti gydytojo raštiški nurodymai (Forma Nr. E027-1), maitinimui.

19. Patiekalų gaminimo ir pateikimo reikalavimai:

19.1. patiekiamas šiltas maistas turi būti gaminamas ir patiekiamas tą pačią kalendorinę dieną;

19.2. patiekiamas maistas turi būti kokybiškas ir įvairus;

19.3. pirmenybė teikiama maistines savybes tausojantiems patiekalų gamybos būdams. Maisto pervirimas, perkepimas, prideginimas draudžiamas;

19.4. gaminant maistą neturi būti naudojami prieskonių mišiniai, kurių sudėtyje yra maisto priedų;

19.5. kiekvieną dieną turi būti patiekta daržovių ir vaisių (rekomenduojama sezoninių, šviežių);

19.6. kiekvieną dieną turi būti patiektas patiekalas iš augalinės kilmės maisto produktų;

19.7. daržovių (išskyrus bulves) ar vaisių garnyras turi sudaryti ne mažiau kaip 1/3 patiekalo svorio;

19.8. jei patiekalui gaminti naudojama malta mėsa ar žuvis ir virtuvėje yra sąlygos ją sumalti, ji turi būti malama patiekalo gaminimo dieną;

19.9. tas pats patiekalas neturi būti tiekiamas dažniau nei kartą per savaitę, išskyrus gėrimus, garnyrus ir šaltus užkandžius (reikalavimas netaikomas pritaikyto maitinimo valgiaraščiams), ir atsižvelgiant į Tvarkos aprašo 7 priedo reikalavimus;

19.10. karštas pietų patiekalas turi būti iš daug baltymų turinčių produktų (mėsa, paukštiena, žuvis, kiaušiniai, ankštinės daržovės, pienas ir pieno produktai) ir angliavandenių turinčių produktų. Su karštu patiekalu turi būti patiekiamas daržovių (išskyrus bulves) ar vaisių garnyras. Reikalavimas netaikomas patiekalams iš augalinės kilmės maisto produktų;

19.11. valgymo metu ant stalų nėra padėta druskos, cukraus, pipirų, garstyčių;

19.12. pienas ir kiti gėrimai vaikams neteikiami šalti, rekomenduojama temperatūra ne žemesnė kaip 15°C;

19.13. atsižvelgiant į sezoniškumą, keičiami patiekalai ar jų žaliavos šviežiais (pvz., raugintų kopūstų sriubą į šviežių kopūstų sriubą, burokėlių sriubą į šaltibarščius ir pan.);

19.14. maistas turi būti patiekiamas estetiškai.

20. Lopšelyje-darželyje turi būti sudarytos higieniškos sąlygos nemokamai atsigerti geriamojo vandens (rekomenduojama kambario temperatūros, pvz., pilstomo iš geriamajam vandeniui skirtų indų), net jei vaikai nemaitinami. Vandeniui atsigerti turi būti naudojami asmeninio naudojimo arba vienkartiniai puodukai, stiklinaitės ar buteliukai.

21. Draudžiama naudoti susidėvėjusius, ištrupėjusius, įskilusius, apdaužytus kraštais indus, aliumininius įrankius ir indus bei vienkartinius įrankius.

22. Lopšelyje-darželyje vaikų priėmimo – nusirengimo patalpoje, matomoje vietoje skelbiama:

22.1. einamosios savaitės valgiaraščiai (nurodant visus patiekalus ir gėrimus);

22.2. maisto pasirinkimo piramidės, maisto produktų ženklavimo simboliu „Rakto skylutė“ plakatai ar kita sveiką mitybą skatinanti informacija (gali būti skelbiami ir grupės patalpoje);

22.3. valstybinės maisto ir veterinarijos tarnybos nemokamos telefono linijos numeris (skambinti maitinimo organizavimo klausimais);

22.4. juridinis ar fizinis asmuo, teikiantis maisto produktų tiekimo paslaugas;

22.5. tvarkos aprašo 16 punkto nuostatos;

23. Lopšelio - darželio interneto svetainėje, turi būti skelbiama vieša prieiga: Tvarkos aprašas, juridinis ar fizinis asmuo, teikiantis maisto produktų tiekimo paslaugas, ir perspektyvinis valgiaraštis.

24. Lopšelyje-darželyje negali būti reklamuojami maisto produktai, išvardyti atitinkamai Tvarkos aprašo 16 punkte.

III. VAIKŲ MAITINIMO ORGANIZAVIMAS

25. Valgiaraščio keturi valgymai sudaro 80-85 proc. visos dienos vaiko maisto raciono energijos normos. Vienos dienos vaiko raciono energinės vertės paskirstymas:

25.1. pusryčiai – 20-25 proc.;

25.2. priešpiečiai – 10 proc.;

25.3. pietūs – 30-35 proc.;

25.4. Vakarienė – 20-25 proc.;

Paros/ugdymo dienos maistinių medžiagų ir energijos normos vaikams:

Amžius (metais)	Vienos dienos vaiko maisto raciono energetinė vertė, maitinant 4 kartus (neorganizuojant pavakarių ir naktipiečių) kcal	Paros energijos poreikis, kcal
1-3 m.	960	1200
4-6 m.	1200	1500

26. Vaikai turi būti maitinami ne rečiau kaip kas 3,5 val. pagal valgiaraščius;

27. 80 proc. vaikams patiekiamų patiekalų yra tausojantys patiekalai;

28. Už maisto kokybę, paruošimą ir pateikimą vaikų maitinimui atsakingos virėjos.

29. Už vaikų maisto porcijavimą atsakinga virėja.

30. Kiekvieną darbo dieną iki 9.15 val. grupių mokytojos el. dienyne „Mūsų darželis“ turi pažymėti atvykusių vaikų skaičių.

31. Įstaiga organizuoja nemokamą priešmokyklinio amžiaus vaikų maitinimą, vadovaujantis Vilniaus miesto savivaldybės tarybos nustatyta mokinių nemokamo maitinimo tvarka;

32. Nemokamas priešmokyklinio amžiaus vaikų maitinimas yra skiriamas Vilniaus miesto savivaldybės administracijos socialinės paramos skyriaus sprendimu.

33. Kiekvieną darbo dieną iki 9.30 val. dietistas surenka duomenis apie vaikų ir valgymų skaičių ir perduoda informaciją virtuvėje dirbantiems darbuotojams.

34. Ugdymo įstaigoje turi būti perspektyvinis ir dienos valgiaraštis-reikalavimas, sudarytas dietisto.

35. Sudaromas 15 dienų valgiaraštis 1-3 metų ir 4-6 metų amžiaus vaikams.

36. Perspektyvinis valgiaraštis keičiamas tuo atveju, kai pasikeičia teisės aktai, kuriais remiantis buvo sudarytas.

37. Vaikams, turintiems sveikatos sutrikimų (alergija tam tikriems maisto produktams, virškinimo sistemos ligos ar remisinės jų būklės ir kt.) turi būti organizuojamas pritaikytas maitinimas, parenkant toleruojamus maisto produktus, jų gamybos būdą ir valgymo režimą, pagal atskirą valgiaraštį.

38. Valgiaraštį sudaro dietistas pagal vaikų tėvų pateiktas raštiškas gydytojo rekomendacijas (forma Nr. 027-1/a). Sudarytas ir suderintas su teisės aktuose nustatytais institucijomis valgiaraštis ugdymo įstaigai pateikiamas ne vėliau kaip per 40 darbo dienų nuo raštiškų gydytojo rekomendacijų (forma Nr. 027-1/a) pateikimo datos. Informaciją apie vaikus, kuriems reikalingas pritaikytas maitinimas, dietistui pateikia grupės mokytojas.

39. Dienos valgiaraštį-reikalavimą (toliau – dienos valgiaraštis) pagal perspektyvinį valgiaraštį ir tos dienos vaikų skaičių sudaro:

39.1. dietistas dienos valgiaraštį pateikia 9.45 val.;

39.2. dienos valgiaraštyje nurodomi pusryčiams, priešpiečiams, pietums ir vakarienei patiekiami patiekalai, patiekalų kiekiai (išeiga) pagal vaikų amžiaus grupes, maisto produktų pavadinimai ir kiekiai gramais, vaikų ir darbuotojų skaičius;

39.3. dienos valgiaraštyje nurodomi jį sudariusio asmens vardas, pavardė;

39.5. dienos valgiaraštį pasirašo lopšelio-darželio virėja, dietistas ir sandėlininkas;

39.6. lopšelio-darželio vadovas tvirtina parengtą dienos valgiaraštį;

39.7. pusryčių valgiaraščio dienos projektas sudaromas pagal praėjusios dienos ugdymo įstaigą lankiusių vaikų skaičių, atžvelgiant į vaikų sergamumą įstaigoje bei tėvų pateiktą informaciją;

39.8. galimi nereikšmingi dienos valgiaraščio keitimai, t. y. pakeisti vieną maisto produktą tos pačios maisto produktų grupės kitu maisto produktu, kai maistinė vertė neblogėja, o energetinė vertė pasikeičia ne daugiau kaip 5 proc., kuriuos atlieka dietistas, suderinęs su įstaigos vadovu. Ugdymo įstaigos vadovas dienos valgiaraščio pakeitimus tvirtina įsakymu;

39.9. atsižvelgiant į sezoniškumą keičiami patiekalai;

40. Vaikams vandeniui atsigerti naudojami asmeninio naudojimo arba vienkartiniai stiklinaitės ar puodukai.

41. Draudžiama naudoti susidėvėjusius, įskilusius, apdaužytais kraštais indus bei aliumininius įrankius ir indus.

42. Įstaiga dalyvauja programoje „Pienas vaikams“, kuri remiama Europos sąjungos ir nacionalinio biudžeto lėšomis, bei Europos vaisių vartojimo skatinimo mokyklose programoje, kurios taikomos laikantis jas administruojančių institucijų nustatytos tvarkos ir reikalavimų. Tėvai yra informuojami grupėje, nurodant papildomai skiriamus produktus tos dienos valgiaraštyje.

IV. VAIKŲ MAITINIMO ORGANIZAVIMO GRAFIKAS

43. Vaikai lopšelyje-darželyje maitinami pagal dienos ritmą grupėse. Maisto dalinimo grafikas sudaromas tokiaame laiko intervale:

pusryčiai – nuo 8.30 val. iki 8.41 val.;

priešpiečiai – nuo 9.30 val. iki 9.41 val.;

pietūs – nuo 11.30 val. iki 12.40 val.;

vakarienė – nuo 15.30 val. iki 16.12 val.

44. Maitinimo grafikas ir savaitės valgiaraštis kabinami koridoriuje prieš virtuvę stende ir vaikų priėmimo – nusirengimo patalpoje. 15-os dienų perspektyvinis valgiaraštis talpinamas įstaigos internetinėje svetainėje.

45. Įstaigoje maistas gaminamas atsižvelgiant į fiziologinius vaikų poreikius, amžiaus ypatumus, sveikos mitybos principus ir rekomendacijas.

46. Įstaigoje maitinimas organizuojamas pagal penkiolikos dienų perspektyvinį valgiaraštį, kurį parengia įstaigos visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, vadovaudamasis patvirtintais norminiais dokumentais teisės aktų nustatyta tvarka.

V. BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS

47. Vilniaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras pagal kompetenciją prižiūri, kad vaikų maitinimas atitiktų teisės aktų reikalavimus. Apie nustatytus trūkumus maitinimo organizavime raštu informuoja ugdymo įstaigos vadovą bei Valstybinę maisto veterinarijos tarnybą;

48. Valgiaraščių ir vaikų maitinimo atitikties patikrinimo žurnalas lopšelyje-darželyje saugomas dvejus metus.

MAISTO PRIEDŲ, KURIŲ NETURI BŪTI VAIKAMS MAITINTI TIEKIAMUOSE MAISTO PRODUKTUOSE, SĄRAŠAS

1. Dažikliai:

- 1.1. E 102 tartrazinas;
- 1.2. E 104 chinolino geltonasis;
- 1.3. E 110 saulėlydžio geltonasis FCF, apelsinų geltonasis S;
- 1.4. E 120 košenilis, karmino rūgštis, karminas;
- 1.5. E 122 azorubinas, karmosinas;
- 1.6. E 123 amarantas;
- 1.7. E 124 ponso 4R, košenilis raudonasis A;
- 1.8. E 127 eritrozinas;
- 1.9. E 129 alura raudonasis AC;
- 1.10. E 131 patentuotas mėlynasis V;
- 1.11. E 132 indigotinas, indigokarminas;
- 1.12. E 133 briliantinis mėlynasis FCF;
- 1.13. E 142 žaliasis S;
- 1.14. E 151 briliantinis juodasis BN;
- 1.15. E 155 rudasis HT;
- 1.16. E 180 litolrubinas BK.

2. Konservantai ir antioksidantai:

- 2.1. E 200 sorbo rūgštis;
- 2.2. E 202 kalio sorbatas;
- 2.3. E 203 kalcio sorbatas;
- 2.4. E 210 benzenkarboksirūgštis;
- 2.5. E 211 natrio benzoatas;
- 2.6. E 212 kalio benzoatas;
- 2.7. E 213 kalcio benzoatas;
- 2.8. E 220–228 sieros dioksidas ir sulfitai.

3. Saldikliai:

- 3.1. E 950 acesulfamas K;
- 3.2. E 951 aspartamas;
- 3.3. E 952 ciklamatai;
- 3.4. E 954 sacharinai;
- 3.5. E 955 sukralozė;
- 3.6. E 957 taumatinas;
- 3.7. E 959 neohesperidinas DC;
- 3.8. E 960 steviolio glikozidai;
- 3.9. E 961 neotamas;
- 3.10. E 962 aspartamo-acesulfamo druska;
- 3.11. E 969 advantamas.

4. Aromato ir skonio stiprikliai:

- 4.1. E 620 glutamo rūgštis;
 - 4.2. E 621 mononatrio glutamatas;
 - 4.3. E 622 monokalio glutamatas;
 - 4.4. E 623 kalcio glutamatas;
 - 4.5. E 624 monoamonio glutamatas;
 - 4.6. E 625 magnio glutamatas;
 - 4.7. E 626 guanilo rūgštis;
 - 4.8. E 627 dinatrio guanilatas;
 - 4.9. E 628 dikalio guanilatas;
 - 4.10. E 629 kalcio guanilatas;
 - 4.11. E 630 inozino rūgštis;
 - 4.12. E 631 dinatrio inozinatas;
 - 4.13. E 632 dikalio inozinatas;
 - 4.14. E 633 kalcio inozinatas;
 - 4.15. E 634 kalcio5'-ribonukleotidai;
 - 4.16. E 635 dinatrio5'-ribonukleotidai.
-

VAIKAMS MAITINTI TIEKIAMŲ MAISTO PRODUKTŲ KOKYBĖS REIKALAVIMAI

1. Švieži vaisiai ir daržovės turi atitikti tiekiamų rinkai šviežių vaisių ir daržovių prekybos standartus, nustatytus 2011 m. birželio 7 d. Komisijos įgyvendinimo reglamente (ES) Nr. 543/2011, kuriuo nustatomos išsamios Tarybos reglamento (EB) Nr. 1234/2007 taikymo vaisių bei daržovių ir perdirbtų vaisių bei daržovių sektoriuose taisyklės (OL 2011 L 157, p. 1).

2. Bulvės turi atitikti maistinių bulvių I ar II klasės kokybės reikalavimus, nustatytus Maistinių bulvių kokybės reikalavimuose, patvirtintuose Lietuvos Respublikos žemės ūkio ministro 2002 m. gegužės 23 d. įsakymu Nr. 193 „Dėl Maistinių bulvių kokybės reikalavimų patvirtinimo“.

3. Mėsos gaminiai turi atitikti Mėsos gaminių techninio reglamento, patvirtinto Lietuvos Respublikos žemės ūkio ministro 2015 m. vasario 9 d. įsakymu Nr. 3D-78 „Dėl Mėsos gaminių techninio reglamento patvirtinimo ir žemės ūkio ministro 2003 m. gruodžio 29 d. įsakymo Nr. 3D-560 pripažinimo netekusiu galios“, nustatytus aukščiausios rūšies mėsos gaminių kokybės reikalavimus.

4. Alyvuogių aliejus turi atitikti 2012 m. sausio 13 d. Komisijos įgyvendinimo reglamente (ES) Nr. 29/2012 dėl prekybos alyvuogių aliejumi standartų (OL 2012 L 12, p.14) nustatytus standartus.

5. Žuvininkystės produktai turi atitikti sveikumo standartus, išdėstytus 2004 m. balandžio 29 d. Europos Parlamento ir Tarybos reglamente (EB) Nr. 853/2004, nustatančiame konkrečius gyvūninės kilmės maisto produktų higienos reikalavimus (OL 2004 m. *specialusis leidimas*, 3 skyrius, 45 tomas, p. 14), su paskutiniais pakeitimais, padarytais 2012 m. sausio 11 d. Komisijos reglamentu (ES) Nr. 16/2012 (OL 2012 L 8, p. 29).

6. Rauginti pieno gaminiai turi atitikti Raugintų pieno gaminių kokybės reikalavimus, patvirtintus Lietuvos Respublikos žemės ūkio ministro 2005 m. liepos 8 d. įsakymu Nr. 3D-335 „Dėl Raugintų pieno gaminių kokybės reikalavimų patvirtinimo bei kai kurių žemės ūkio ministro įsakymų pripažinimo netekusiais galios“.

7. Varškė ir varškės gaminiai turi atitikti Varškės ir varškės gaminių kokybės reikalavimus, patvirtintus Lietuvos Respublikos žemės ūkio ministro 2002 m. gruodžio 11 d. įsakymu Nr. 488 „Dėl Varškės ir varškės gaminių kokybės reikalavimų patvirtinimo“.

8. Sūriai turi atitikti Sūrių kokybės reikalavimų apraše, patvirtintame Lietuvos Respublikos žemės ūkio ministro 2008 m. birželio 13 d. įsakymu Nr. 3D-335 „Dėl Sūrių kokybės reikalavimų aprašo patvirtinimo ir kai kurių žemės ūkio ministro įsakymų, susijusių su privalomaisiais kokybės reikalavimais, pakeitimo“, nustatytus reikalavimus.

9. Lydyti sūriai turi atitikti lydytų sūrių kokybės reikalavimus, išdėstytus Lydytų sūrių techniniame reglamente, patvirtintame Lietuvos Respublikos žemės ūkio ministro 1999 m. gegužės 20 d. įsakymu Nr. 210 „Dėl privalomųjų kokybės reikalavimų patvirtinimo“.

10. Duonos ir pyrago kepiniai turi atitikti Duonos ir pyrago kepių apibūdinimo, gamybos ir prekinio pateikimo techniniame reglamente, patvirtintame Lietuvos Respublikos žemės ūkio ministro 2014 m. spalio 28 d. įsakymu Nr. 3D-794 „Dėl Duonos ir pyrago kepių apibūdinimo, gamybos ir prekinio pateikimo techninio reglamento ir miltinės konditerijos gaminių apibūdinimo, gamybos ir prekinio pateikimo techninio reglamento patvirtinimo“, nustatytus reikalavimus.

11. Miltinės konditerijos gaminiai turi atitikti Miltinės konditerijos gaminių apibūdinimo, gamybos ir prekinio pateikimo techniniame reglamente, patvirtintame Lietuvos Respublikos žemės ūkio ministro 2014 m. spalio 28 d. įsakymu Nr. 3D-794 „Dėl Duonos ir pyrago kepių apibūdinimo, gamybos ir prekinio pateikimo techninio reglamento ir miltinės konditerijos gaminių

apibūdinimo, gamybos ir prekinio pateikimo techninio reglamento patvirtinimo“, nustatytus reikalavimus.

12. Miltai ir kruopos turi atitikti kokybės reikalavimus, nustatytus Maistui skirtų grūdų produktų techniniame reglamente, patvirtintame Lietuvos Respublikos žemės ūkio ministro 2019 m. rugsėjo 11 d. įsakymu Nr. 3D-511 „Dėl Maistui skirtų grūdų techninio reglamento ir Maistui skirtų grūdų produktų techninio reglamento patvirtinimo.

13. Grietinė ir grietinėlė turi atitikti kokybės reikalavimus, nustatytus Lietuvos Respublikos žemės ūkio ministro 2005 m. balandžio 18 d. įsakymu Nr. 3D-225 „Dėl Grietinėlės ir jos gaminių kokybės reikalavimų patvirtinimo“.

**LEIDŽIAMAS CUKRŲ, DRUSKOS IR PRIVALOMAS SKAIDULINIŲ MEDŽIAGŲ
KIEKIS VAIKAMS MAITINTI TIEKIAMUOSE MAISTO PRODUKTUOSE¹ IR
PATIEKALUOSE**

Eil. Nr.	Maisto produktai ar patiekalai	Cukrų kiekis (g) ne didesnis nei/100 g (ml)	Druskos kiekis (g) ne didesnis nei/100 g (ml)	Skaidulinių medžiagų (g) ne mažesnis nei/100 g
1.	Mėsos ir žuvies (išskyrus silkę) patiekalai ir gaminiai	3	1,7	-
2.	Silkė	5	2,5	-
3.	Pieno gaminiai			
3.1.	Jogurtai, varškės gaminiai	10 ²	1	
3.1.1.	Jogurtai ir varškės gaminiai su vaisiais ar uogomis	10 iš jų 0 pridėtinių cukrų	1	-
3.2.	Sūriai	-	1,7	-
3.3.	Kiti pieno gaminiai, išskyrus desertus	5	1	-
4.	Grūdinių augalų produktai			
4.1.	Ruginė duona (ne mažiau kaip 30 proc. sausos produkto masės sudaro rugiai)	5	1,2	6
4.2.	Kita duona, duonos ir pyrago gaminiai	5	1	5
4.3.	Smulkieji pyrago gaminiai ir miltinės konditerijos gaminiai	16	1	-
4.4.	Pusryčių dribsniai ir javainiai	16	1	6
4.5.	Ekstruduoti ar pūsti pyrago gaminiai (javinukai, duoniukai, trapučiai ir pan.)	16	1	-
5.	Trinti, džiovinti vaisiai ar uogos ar jų gaminiai	0 (pridėtinių cukrų)	1	-
6.	Maitinimo paslaugos teikėjo pagaminti patiekalai, išskyrus desertus	5 (pridėtinių cukrų)	1	-
7.	Desertai	16	1	-
8.	Gerti skirti produktai, išskyrus nurodytus 3.1 ir 3.3 papunkčiuose			
8.1.	Sultys (vaisių ir (ar) daržovių)	-	0	-
8.2.	Kiti gėrimai (sulčių gėrimai, nektarai, gaivieji gėrimai ir pan.)	5	0	-
8.3.	Maitinimo paslaugos teikėjo pagaminti gėrimai	5	-	-
9.	Kiti maisto produktai, nenurodyti 1–8 punktuose, išskyrus vaisius	5	1	-

¹ Maisto produktams, atitinkantiems maisto produktų ženklinimo simboliu „Rakto skylutė“ kriterijus, šio priedo reikalavimai netaikomi.

² 2020–2021 mokslo metais 8 g/100g (ml); 2021–2022 mokslo metais 7 g/100g (ml); 2022–2023 mokslo metais 6 g/100g (ml); 2023–2024 ir vėlesniais mokslo metais 5 g/100g (ml).

MAISTO PRODUKTŲ IR PATIEKALŲ VAIKAMS MAITINTI PATIEKIMAS

Maisto produktų grupės	Maisto produktų patiekimas ¹
1. Daržovės	<p>1.1. Pirmenybė teikiama šviežioms, sezoninėms daržovėms.</p> <p>1.2. Tiekiamos kuo įvairesnės daržovės.</p> <p>1.3. Šviežių daržovių salotos tiekiamos su aliejaus ar nesaldinto jogurto padažu.</p> <p>1.4. Termiškai apdorotos daržovės (šviežios arba šaldytos) tiekiamos kaip garnyras, sriuba, apkepas ir t. t.).</p> <p>1.5. Per dieną vieną daržovių porciją galima pakeisti 100–200 ml daržovių sulčių.</p> <p>1.6. Vaikams patiekiamos taip, kad galėtų sukramtyti.</p>
2. Vaisiai, uogos	<p>2.1. Pirmenybė teikiama šviežiams, sezoniniams vaisiams ir uogoms.</p> <p>2.2. Per savaitę vieną vaisių porciją galima pakeisti 100–200 ml vaisių sulčių.</p> <p>2.3. Vaikams patiekiami taip, kad galėtų sukramtyti.</p> <p>2.4. Ikimokyklinio amžiaus vaikams vaisiai ar uogos netiekiami su kauliukais, kuriuos vaikai galėtų nuryti.</p>
3. Bulvės	<p>3.1. Jei bulvių patiekalai tiekiami su padažais, jie turi būti neriebesni nei 30 proc.</p>
4. Grūdiniai produktai	<p>4.1. Pirmenybė teikiama viso grūdo arba iš dalies viso grūdo produktams.</p> <p>4.2. Tiekiamos kuo įvairesnės kruopos ar kruopų dribsniai (avižų, grikių, ryžių, kvietinės, miežinės, perlinės, kukurūzų, sorų ir kt.).</p> <p>4.3. Pirmenybė teikiama ruginei duonai (ne mažiau kaip 30 proc. sausos produkto masės sudaro rugiai).</p> <p>4.4. Apkepų, blynų, bandelių tešlai aukščiausios rūšies miltus rekomenduojama maišyti su viso grūdo miltais, sėlenomis.</p> <p>4.5. Makaronai: pirmenybė teikiama pagamintiems iš kietųjų kviečių miltų arba viso grūdo miltų.</p>
5. Mėsa ir mėsos gaminiai	<p>5.1. Pirmenybė teikiama šviežiai, atvėsintai mėsei: paukštienai, triušienai, veršienai, jautienai, kiaulienai, avienai.</p> <p>5.2. Tiekiamas liesa mėsa.</p> <p>5.3. Paukštiena patiekalų gamybai naudojama be odos.</p> <p>5.4. Šaltai, karštai, mažai rūkyti mėsos gaminiai ir mėsos gaminiai, kurių gamyboje buvo naudojamos rūkymo kvapiosios medžiagos, tiekiami ne jaunesniems kaip 3 metų amžiaus vaikams.</p> <p>5.5. Mėsa patiekiamas taip, kad galėtų sukramtyti.</p>
6. Žuvis	<p>6.1. Pakaitomis tiekiamas riebi ir liesa jūrinė arba gėlo vandens žuvis.</p> <p>6.2. Jei yra rizika, kad žuvyje liks smulkių ašakų, ji patiekiamas malta.</p>
7. Kiaušiniai	<p>7.1. Kiaušiniai patiekiami virti arba patiekaluose.</p>
8. Pienas ir pieno produktai	<p>8.1. Ikimokyklinio amžiaus vaikams rekomenduojama (jei gydytojas nerekomendavo kitaip) patiekti ne mažiau kaip 200 ml pasterizuoto pieno arba atitinkamą pagal kalcio kiekį pieno produktų kiekį per dieną.</p>

	<p>8.2. Vartoti tiekiamas ne didesnio nei 2,5 proc. riebumo pasterizuotas pienas.</p> <p>8.3. Rauginti pieno produktai tiekiami po rauginimo termiškai neapdoroti.</p> <p>8.4. Varškė tiekama šviežia arba patiekaluose.</p>
9. Ankštiniai ir ankštinės daržovės	9.1. Ikimokyklinio amžiaus vaikams pirmenybė teikiama tiekiant trintus ankštinius ar ankštines daržoves.
10. Aliejus ir riebalai	<p>10.1. Šaltųjų patiekalų gaminimui ir pagamintų patiekalų paskaninimui naudojamas šalto spaudimo nerafinuotas aliejus (rapsų, alyvuogių, linų sėmenų ir kt.).</p> <p>10.2. Kepimui naudojamas kepti tinkantis aliejus.</p> <p>10.3. Gyvūniniai riebalai, kur įmanoma, keičiami aliejais.</p>
11. Riešutai, sėklos, džiovinti vaisiai ir džiovintos uogos	<p>11.1. Tiekiami pagardinti patiekalus.</p> <p>11.2. Ikimokyklinio amžiaus vaikams tiekiami smulkinti.</p> <p>11.3. Džiovinti vaisiai tiekiami plauti karštu vandeniu.</p>
12. Prieskoniai	<p>12.1. Pirmenybė teikiama žaliems lapiniams prieskoniams (petražolės, krapai, raudonėlis, bazilikas ir kt.).</p> <p>12.2. Džiovintos žolelės tiekiamos be pridėtinės valgomosios druskos ir maisto priedų.</p>
13. Gėrimai	<p>13.1. Pirmenybė teikiama geriamajam vandeniui.</p> <p>13.2. Su patiekalais gėrimai, kuriuose yra pridėtinių cukrų, netiekiami.</p>
14. Desertai	<p>14.1. Viso grūdo ar iš dalies viso grūdo pyragai, bandelės.</p> <p>14.2. Daržovių, vaisių, pieno produktų pagrindu pagaminti pudingai, kokteiliai, pyragai ir pan.</p>
15. Sriubos	15.1. Jei tiekiamos su kitais patiekalais, patiekiamos nedideliais kiekiais (100–150 ml).
16. Arbata	16.1. Arbatžolių ir (ar) žolelių arbata ruošama 1g/1l koncentracijos.
17. Kiti	17.1. Medus, grybai tiekiami ne jaunesniems kaip 3 metų amžiaus vaikams.

¹ Maisto produktai ir patiekalai turi atitikti Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo 3–5 prieduose nustatytus kokybės reikalavimus.

Vilniaus lopšelio-darželio „Papartis“ vaikų
maitinimo organizavimo tvarkos aprašo
5 priedas

**VAIKAMS MAITINTI TIEKIAMŲ MAISTO PRODUKTŲ IR PATIEKALŲ
DAŽNUMAS¹**

Maisto produktai ir patiekalai ²	Visos paros maitinimas	Trys maitinimai per dieną	Vienas arba du maitinimai per dieną
1. Patiekalai iš raudonos mėsos	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.
2. Patiekalai iš baltos mėsos	Ne daugiau kaip 3 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 3 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.
3. Termiškai apdoroti mėsos gaminiai	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 1 kartas/sav.	Ne daugiau kaip 1 kartas/sav.
4. Termiškai neapdoroti mėsos gaminiai	Ne daugiau kaip 1 kartas/2 sav.	Ne daugiau kaip 1 kartas/2 sav.	Ne daugiau kaip 1 kartas/2 sav.
5. Žuvis ir žuvies patiekalai	Ne mažiau kaip 1 kartas/sav.	Ne mažiau kaip 1 kartas/sav.	Ne mažiau kaip 1 kartas/sav.
6. Subproduktai ir jų patiekalai (kepenys, liežuvis)	Ne daugiau kaip 1 kartas/2 sav.	Ne daugiau kaip 1 kartas/2 sav.	Ne daugiau kaip 1 kartas/2 sav.
7. Pieno produktai ar jų patiekalai	Ne mažiau kaip 1 kartas/d.	Ne mažiau kaip 1 kartas/d.	Ne mažiau kaip 2 kartus/sav.
8. Ankštiniai, ankštinės daržovės ir jų patiekalai	Ne mažiau kaip 2 kartus/sav.	Ne mažiau kaip 2 kartus/sav.	Ne mažiau kaip 1 kartas/sav.
9. Kruopos, javų dribsniai (išskyrus šlifuotus ryžius) ir jų patiekalai	Ne mažiau kaip 7 kartus/sav.	Ne mažiau kaip 5 kartus/sav.	Ne mažiau kaip 3 kartus/sav.
10. Šlifuoti ryžiai (išskyrus plikytus ryžius) ir jų patiekalai	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 1 kartas/sav.
11. Pusryčių dribsniai	Ne daugiau kaip 3 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 1 kartas/sav.
12. Makaronai ir jų patiekalai	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.
13. Virtos ar keptos bulvės (su daug baltymų turinčiais produktais)	Ne daugiau kaip 3 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 3 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.
14. Virtų bulvių patiekalai	Ne daugiau kaip 1 kartas/sav.	Ne daugiau kaip 1 kartas/sav.	Ne daugiau kaip 1 kartas/2 sav.

15. Tarkuotų bulvių patiekalai	Ne daugiau kaip 1 kartas/2 sav.	Ne daugiau kaip 1 kartas/2 sav.	Ne daugiau kaip 1 kartas/2 sav.
16. Daržovės	Ne mažiau kaip 3 rūšys/d.	Ne mažiau kaip 3 rūšys/d.	Ne mažiau kaip 2 rūšys/d.
17. Vaisiai	Ne mažiau kaip 1 rūšis/d.	Ne mažiau kaip 1 rūšis/d.	Ne mažiau kaip 1 rūšis/d.
18. Vaisių sultys arba daržovių-vaisių sultys	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 1 kartas/sav.
19. Daržovių sultys	Ne daugiau kaip 3 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.
20. Gėrimai su pridėtinu cukrumi	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 1 kartas/sav.
21. Desertai (ne mažiau kaip 50 proc. vaisių)	Ne daugiau kaip 4 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 3 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 3 kartus/sav.
22. Desertai viso grūdo ar (ir) pieno produktų pagrindu)	Ne daugiau kaip 3 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.	Ne daugiau kaip 2 kartus/sav.

¹ Sudarant specializuoto sporto ugdymo mokyklų ir vaikų iki 1 metų amžiaus valgiaraščius maisto produktų ir patiekalų patiekimo dažnumo reikalavimai netaikomi. Sudarant pritaikyto maitinimo valgiaraščius maisto produktų ir patiekalų patiekimo dažnumo reikalavimai taikomi, jei neprieštarauja gydytojo raštiškiems nurodymams, pateiktiems Formoje Nr. E027-1. Gyvūninių maisto produktų ir patiekalų patiekimo dažnumo reikalavimai netaikomi sudarant vegetarinio maitinimo valgiaraščius.

² Patiekalai, kurių sudėtyje yra kelių grupių maisto produktų, priklauso tai grupei, kurios maisto produktų dalis pagamintame patiekale yra didžiausia (pvz.: plovos su vištiena (ryžiai 100 g, vištiena 70 g, morkos 20 g ir kiti maisto produktai, kurių kiekis mažesnis nei 20 g) priklauso „Šlifuočių ryžių ir jų patiekalų“ grupei.