# На заметку родителям

# Сладкие подарки для детей в Новый год



 В преддверье Нового года желанным для детей являются сладкий подарок.

Сладкий подарок дети получают на елках в образовательных организациях, от родителей, родственников и друзей семьи.

Набор кондитерских изделий в сладких подарках должен быть качественным и безопасными.

Родителям детей и/или их законным представителям важно знать, что кондитерские изделия, к которым относятся сахаристые (шоколад, мармелад, карамель, конфеты, халва, драже) и мучные (печенье, пряники, торты, кексы, вафли, пирожные), относятся к источнику легкоусвояемых углеводов и должны составлять не более 10 - 20% от общего количества суточной нормы углеводов. Пищевые продукты, отнесенные к легкоусвояемым углеводам включаются в рационы питания дня (обед, ужин) в качестве десерта.

Общепринятый термин «пищевая продукция для детского питания» определяет специализированную пищевую продукцию, предназначенную для детского питания детей (для детей раннего возраста от 0 до 3 лет, детей дошкольного возраста от 3 до 6 лет, детей школьного возраста от 6 лет и старше), которая отвечает физиологическим потребностям детского организма и не причиняющая вред здоровью ребенка соответствующего возраста.

 Нормами физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах, определяющихусредненную величину необходимого поступления пищевых и биологически активных веществ, обеспечивающих оптимальнуюреализацию физиологических и биохимических процессов, определены среднесуточные наборы пищевой продукции для детей разных возрастных категорий.

Величина кондитерских изделий в среднесуточном наборе пищевых продуктов (нетто в граммах) для детей определена: в возрасте от 1 до 3 лет - 12 грамм; от 3 до 7 лет – 20 грамм; от 7 до 11 лет 10 – 10 грамм и от 12 лет и старше – 15 грамм. Важно отметить, что в среднесуточный набор пищевых продуктов для детей 3 – 12 лет и старше обязательно входят такие пищевые продукты как фрукты свежие (не менее 100 - 185 грамм), соки фруктовые (не менее 100 – 200 грамм).

При выборе новогоднего сладкого подарка для ребенка и/или при самостоятельном его формировании предпочтение стоит отдавать тем наборам, в состав которых, в большей степени входят такие кондитерские изделия как: мармелад, зефир, пастила, халва, шоколад, печенье, пряники, коврижки и только затем - конфеты. Указанное предпочтение в кондитерских изделиях определяется пищевой ценностью компонентов, которые в соответствии с рецептурой используются при их производстве (изготовлении) и являются их составной частью.

Действующими нормативными правовыми актами установлены следующие требования к пищевым продуктам для детского питания:

- печенье не должно содержать сахара более 25 процентов;

 - пищевая продукция для детского питания не должна содержать: этилового спирта более 0,2 процента, кофе натуральный; ядра абрикосовой косточки; уксус; подсластители, за исключением специализированной пищевой продукции для диетического лечебного и диетического профилактического питания;

- при производстве (изготовлении) пищевой продукции для детского питания всех возрастных групп с целью придания специфического аромата и вкуса допускается использовать только натуральные пищевые ароматизаторы (вкусоароматические вещества) и для детей старше 4 месяцев - также ванилин;

- к кондитерским изделиям, которые следует ограничить в питании детей, относится карамель, в том числе леденцовая, а также мороженное на основе растительных жиров, жевательные резинки, арахис, кукурузные чипсы, снеки. Указанные пищевые продукты не допускаются при организации питания детей в организованных коллективах.

 Если вы решили купить сладкие новогодние подарки детям, Вам следует руководствоваться следующими правилами:

- сладкие новогодние подарки стоит приобретать в предприятиях продовольственной торговли, в местах организованной торговли;

- наличия прочной, не поврежденной (без деформации) упаковки;

 - при изучении состава подарка обратите внимание на наименования входящих в него кондитерских изделий, по каким стандартам они изготовлены. Предпочтение отдайте кондитерским изделиям, изготовленным по ГОСТ. Входящие в подарок кондитерские изделия должны быть хорошо защищены от внешнего воздействия. В состав сладких новогодних подарков не должны входить скоропортящиеся пищевые продукты - кремовые кондитерские изделия, йогурты, творожные сырки, молочные продукты;

 - на этикетке подарка должен быть указан изготовитель (наименование, юридический адрес изготовителя/фасовщика для принятия претензий от потребителей), масса, пищевая ценность, дата фасовки, сроки годности и условия хранения.

Покупатель вправе запросить у продавца документы, подтверждающие качество и безопасность реализуемой продукции: товарно-сопроводительные документы, имеющие ссылку на декларацию о соответствии.

Наличие игрушки в состав сладкого новогоднего подарка допускается при условии ее промышленного производства, в упаковке производителя с соблюдением всех требований, предъявляемой к ее маркировке (стандарт производства, возрастная категория ребенка, для которой она предназначена, срок годности, условия использования ребенком). Допускается наружное прикрепление игрушки к упаковке сладкого новогоднего подарка.

При самостоятельном формировании сладкого новогоднего подарка не следует приобретать кондитерские изделия с уценкой, а именно со **сниженной стоимостью реализации по ряду причин**.  Это может быть заводской брак, видимые дефекты самого товара или упаковки.

В Новый год, дни новогодних каникул порадуйте детей сладкими новогодними подарками с максимально полезными кондитерскими изделиями и, в количествах соответствующим физиологическим потребностям детского организма и не причиняющим вред здоровью ребенка соответствующего возраста.

Отдавайте предпочтение свежим фруктам, фруктовым и овощным сокам, напиткам из сухофруктовой смеси.

# Радости и здоровья в наступающем Новом году

**ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии**

**в Донецкой Народной Республике»**