



**Проект на Наредба за изменение и допълнение на Наредба № 6 от 2011 г. за здравословно хранене на децата на възраст от 3 до 7 години в детски заведения**

[линк към консултацията](#)

### Информация

**Откриване / Приключване:** 11.06.2019 г. - 10.07.2019 г. Неактивна

**Номер на консултация:** #4368-K

**Област на политика:** Архив - Здравеопазване

**Тип консултация:** Акт на министър

**Вносител:** Министерство на здравеопазването

**Тип вносител:** Национално

---

Целта на проекта на наредба за изменение и допълнение на Наредба № 6 от 2011 г. за здравословно хранене на децата на възраст от 3 до 7 години в детски заведения е осигуряване на здравословно, адекватно и пълноценно хранене на децата в детски заведения чрез въвеждане на изискванията и референтните стойности за прием на хранителни вещества и енергия за децата от 3- до 7-годишна възраст, посочени в Наредба № 1 от 2018 г. за физиологичните норми на хранене на населението.

Постигането на поставената цел за осигуряване на адекватно здравословно и балансирано хранене, съответстващо на физиологичните потребности на децата от възрастовата група от 3 до 7 години, налага отразяване в наредбата на най-новите научни изследвания за ролята на хранителните вещества и новите препоръчителни стойности на хранителни вещества и енергия.

Адрес за изпращане на становища и предложения: [nmikushinska@mh.government.bg](mailto:nmikushinska@mh.government.bg)

### Отговорна институция

#### Отговорна институция

**Министерство на здравеопазването**

Адрес: София, София, пл. Света Неделя № 5

## Начини на предоставяне на предложения и становища

- Портала за обществени консултации (изисква се регистрация чрез имейл);
- Електронна поща на посочените адреси;
- Системата за сигурно електронно връчване <https://edelivery.egov.bg/> (изисква се квалифициран електронен подпис или ПИК на НОИ);
- Официалния адрес за кореспонденция.

## Документи

### Пакет основни документи:

[Мотиви - вер. 1.0 | 10.06.2019](#)

[Проект на Наредба за изменение и допълнение на Наредба № 6 от 2011 г. за здравословно хранене на децата на възраст от 3 до 7 години в детски заведения - вер. 1.0 | 10.06.2019](#)

[Справка за отразяване на предложенията и становищата - вер. 1.0 | 12.09.2019](#)

---

### Консултационен документ:

---

### Справка становища:

---

## Коментари

[Коментари \(pdf\)](#)

[Коментари \(csv\)](#)

**Автор:** Сдружение на Нутриционистите в България (10.07.2019 18:30)

Предложение на Сдружение на нутриционистите в България 4

#### 4. Допълнителни предложения:

- Относно млечните продукти – **да бъдат по БДС стандарт**, предвид, че дори в млечни продукти „от мляко“ може да се съдържат адитиви, вредни за детското здраве. Да се допуснат и други варианти на мляко – козе, овче и друго, като по-чисти и по-близки като състав до майчиното мляко.

- Предвид препоръчаните от СЗО алтернативи на месото, като източник на протеини, както и политиката на СЗО за намаляване на месото в детското хранене, предлагаме да се предвидят **2 постни дни в седмицата**. Опцията за месно хранене остава избор на родителите – на вечерното хранене, докато при ежедневно предлагане на месо, изборът на родителите, които желаят да осигурят растителна алтернатива на децата си е ограничен.
- Да се уточни, че става дума за **студено-пресовано олио (нерафинирано)**. При рафинирането на олиото се премахват ценните вещества и се развиват токсини, които са канцерогенни. За готвене да се използват мазнини, които понасят термична преработка или да се добавя олиото след процеса на готвене, когато ястието е изстинало до подходяща за консумация температура.
- Да се уточни, кога се консумират плодове и смути. Например, когато се предлага плод за десерт, се създават условия за ферментация. На обяд предлагаме да се консумира здравословно двустепенно меню (свежа салата и основно ястие), а плодовете да присъстват в закуската и подкрепителните закуски.
- С оглед на зачестилите случаи на деца с хранителни алергии и непоносимост към определени хранителни групи към чл. 8 от наредбата да се добави:
- **(1) Приемът на разнообразна храна се осигурява чрез ежедневно включване в менюто на най-малко по един представител от следните групи храни, освен при наличието на писмено изявена воля на родител за изключване на определени части или цели групи храни.**
- 
- Т. 5 от чл. 8 да бъде:
- **Богати на белтък храни от растителен и/или животински произход.**
- 
- и след т.5 в чл. 8 да се добави:
- **(2) Осигурява се адекватна замяна на хранителни съставки като млечни продукти, глутен и други алергени /мед, ядки, семена/, когато това е свързано със специфични здравословни нужди на детето. Такова заместване изисква удостоверение от медицинско лице и/или писмено заявление от родителя/родителите.**
- Според цитирания по-горе документ на СЗО нормата плодове и зеленчуци за деца на 3-6 г. е 5 порции на ден, като размерът на една порция е 40-80 гр. за свежите зеленчуци, 50-100 гр. за свежите плодове и 15-20 гр. за сушените плодове. Препоръката е за **минимум 400гр. плодове и зеленчуци на ден** за едно дете, с цел превенция на хроничните заболявания.

Оставаме на разположение и изразяваме желание да бъдем включени в бъдещи дискусии с цел изработване на здравословно меню, което да внесе значима и ползотворна промяна в детското хранене за възраст 3-6 години.

С уважение,

**Яна Данаилова**

Председател на „Сдружение на нутриционистите в България“

**Автор:** Сдружение на Нутриционистите в България (10.07.2019 18:30)

Предложение на Сдружение на нутриционистите в България 3

1. По отношение на §15 за промяна на чл. 18:

*„(1) Приемът на добавени захари трябва да се ограничава до 10% от енергийната стойност на храната, оптималният прием е до 5% от енергийната стойност на храната за деня.“*

Във връзка с опасността от развитие на кариес, СЗО препоръчва до 10% от енергийния прием да идва от захари, но отбелязва **да се вземат предвид скритите захари в храните: хляб, тестени изделия, зърнени храни, паста**. Посочено е изрично, тази препоръка лесно се нарушава, ако в менюто се включат и продукти с добавена захар. Затова, препоръчваме да се изключи възможността за добавени захари. Достатъчно е количеството, което постъпва чрез плодовете и някои зеленчуци, зърнени и бобови храни, тестени изделия, както е посочено по-долу. СЗО подкрепя „no sugar“ (без захар) политиката във връзка с денталното здраве на децата. Такава политика може да донесе само ползи, тъй като от менюто няма да липсва нищо ценно като нутриенти за децата, а по-скоро ще привикнат към не толкова вкусове.

2. Според §16 в чл. 19 се включва текст:

*„(1) Приемът на готварска сол с всички храни и напитки трябва да се ограничава, като адекватният прием е 3 грама/ден, горната граница за нерисков хранителен прием е 4,5 грама/ден.“*

В Наредба 1 от 2018 г. е изрично е посочено, че „(3) горната граница за нерисков хранителен прием на натрий е **2 г/ден**, което отговаря на 5 г натриев хлорид (готварска сол), като 1 г натриев хлорид съдържа 0,4 г натрий. СЗО препоръчва да се има предвид и добавената сол в хляба, млечните продукти и другите храни, където се използва сол с цел консервиране или преработка.

Отбелязваме, че никъде не е посочен вида сол, при положение, че в съвременната кухня се ползват широко натурални видове сол (хималайска, морска и др.), които също съдържат йод и са източник на ценни минерали. Препоръчваме да бъдат посочени и препоръчани в Наредбата.

3. В § 21 относно Приложение № 3 към чл. 6, ал. 4, Препоръчителни среднодневни продуктови набори при целодневно хранене се посочва:

*„в т. ч. хляб бял, „Добруджа“, пълнозърнест, типов, ръжено-пшеничен, ръжен хляб“.*

Считаме, че е достатъчно да се уточни хлябът да е пълнозърнест **и квасен (приготвен с квас)**. Типът на зърнената култура остава без значение в този вариант.

„в т. ч. брашно (за тестени закуски, ястия, десерти и др.)“ – да се уточни, че става дума за пълнозърнести изделия.

Използването на пълнозърнести изделия (хляб, паста, закуски и др.) се препоръчва и от СЗО в цитирания по-горе документ. Подчертава се значението на фибрите от пълнозърнестите храни, за правилното храносмилане и превенция на лениви черва и констипация при деца и възрастни.

„1.2. Ориз“ – да се уточни, че става дума за кафяв/пълнозърнест ориз. Белият ориз е източник на скрити захари, лишен от фибри и ценни хранителни вещества и възможна причина за констипация.

„4.4. Бобови храни (боб зрял, леща, нахут) – 10 гр. на ден“ – препоръчаният дневен прием от СЗО е **35-50 гр. на ден** или **200 мл. в сготвен вид**.

**Автор:** Сдружение на Нутриционистите в България (10.07.2019 18:29)

Предложение на Сдружение на нутриционистите в България 2

1. Отбелязваме и една разминаване в същата връзка: в таблицата Приложение № 3 към чл. 6, ал. 4 - Препоръчителни среднодневни продуктови набори при целодневно хранене (нето тегло, грама/ден) се посочва 400 гр. мляко, което не съответства с количеството цитирано в §8. Това количество е **два пъти по-голямо от препоръчаното количество от СЗО, а именно общо 200 гр. мляко (100 гр. прясно и 100 гр. кисело)**.

2. В §8 на Наредбата се казва:

„(2) Прясното мляко, киселото мляко и млечните продукти трябва да отговарят на следните изисквания:

1. *краве прясно и кисело мляко със съдържание на мазнини от 3% до 3,6%, като два дни седмично се включва кисело мляко с 2% мазнини и/или прясно мляко с 1,5% мазнини;*“

Ако се спази препоръката на СЗО и се намали количеството на млякото за деня, отпада необходимостта за намалената масленост, тъй като общото количество мазнини за деня също ще намалее наполовина.

3. По отношение на § 12. Относно член 15 се казва:

„Чл. 15. Бобови храни (боб, леща, нахут) се включват в менюто не по-малко от един път при петдневно четирикратно хранене (без вечеря) и не по-малко от два пъти при целодневно седмично хранене.“

През 2003 г. СЗО препоръчва да се намали употребата на месо и месни изделия, а за да се избегне дефицитът на протеини и анемия, да се включват бобови и зърнени храни. Тъй като усвояването на желязото от растителните източници е по-трудно в сравнение с месото, в цитирания по-горе документ на СЗО се препоръчва варивата да се предлагат **ферментирани (накиснати за няколко часа) или покълнали**. В тази връзка:

- **Препоръчителното количество месо за деца от 3-6 г. е 40-50 гр. на ден, като се намалява, в дните, когато е добавена друга храна, източник на протеин.**
- **Препоръчителното количество грах, боб и леща за деца от 3-6 г. е 200 мл. на ден**
- **Препоръчителното количество ядки и семена за деца от 3-6 г. е 75 гр. (100 мл.) на ден.**

4. По отношение на §13 за изменение на чл. 16:

Предвид, че според НАРЕДБА № 1, от 22 януари 2018 г., за физиологичните норми за хранене на населението, **адекватният прием на вода за дете на възраст 3-7 години е 1300 - 1600 мл.**, водата си остава единственото и най-добро средство за хидратация. Прясно изцедените сокове и нектарите са скъпи и с високо съдържание на плодова захар, без съдържание на фибрите на целите плодове, жизненоважни за адекватната перисталтична функция на храносмилателния тракт. Смути е чудесна пълноценна храна (но не и напитка), богата на нутриенти и лесно смилаема, подходяща за сутрешна и/или следобедна закуска.

В този смисъл, единственото предложение за хидратация/течности за детския организъм предлагаме да остане изворната вода. Останалите опции са или излишни, или представляват храна, подходяща за закуска/подкрепителна закуска. Бюджетът предвиден за плодови нектари може да се използва за пресни сезонни плодове, които представляват по-пълноценна и здравословна опция за хидратация и храна за детския организъм.

**Автор:** Сдружение на Нутриционистите в България (10.07.2019 18:28)

Предложение на Сдружение на нутриционистите в България

Уважаеми министър Ананиев,

Във връзка с Наредбата за изменение и допълнение на Наредба № 6 от 2011 г. за здравословно хранене на децата на възраст от 3 до 7 години в детски заведения (накратко „Наредбата“ и мотивите към нея (накратко „Мотивите“), по-долу изразяване нашето **становище**:

Бихме искали да изразим своята радост и адмирации към подетата от Вас и повереното Ви Министерство на здравеопазването инициатива за промени в наредбата за здравословно хранене на децата на възраст от 3 до 7 години в детските учебни заведения. По отношение на здравословното хранене в „Национална здравна стратегия 2020“ е залегнала необходимостта от промоция на здравословно и балансирано хранене през всички етапи на живота, както и нуждата от интердисциплинарен подход, интегриращ медицинските с други методи (социални, педагогически, комуникационни, организационни) за укрепване и подобряване на здравето на хората, преди да е настъпил болестният процес. Вярваме, че изграждането на висока хранителна култура от най-ранна детска възраст е един от най-ефективните методи и средства за надеждна здравна превенция на обществото и значимостта на детското хранене следва да бъде водещ обществен приоритет с оглед възпитанието и отглеждането на здрави и успешни млади българи.

Също така, считаме, че увеличаването на процента на заболяемост на децата от тъй наречените „болести на съвременното общество“ като хранителни алергии и непоносимости налага специфичен подход в изхранването и възпитанието на децата, като цяло, но най-вече на тези със специфични здравословни нужди.

Считаме, че е време за по-съществена промяна, за иновация в храненето на децата, което да започне от мястото, където те се учат на здравословен начин на живот и където прекарват най-много време в светлата, съзнателна част от деня, а именно от детската градина. По наше мнение, това е мястото, където да им бъдат дадени знания и да се изградят навици за здравословно хранене. Затова бихме желали да внесем и следните допълнителни предложения и уточнения към официалните предложения за промени в Наредбата:

1. По отношение на §8, относно чл. 11 от Наредба 6/2011г. текстът гласи:

*„1. ежедневно включване в менюто на най-малко 350 грама кисело или прясно мляко и на най-малко 35 грама сирене и/или кашкавал при целодневно хранене;*

*2. включване на прясно и кисело мляко самостоятелно и като компонент на приготвени храни и напитки.“*

Предложените 350 гр. мляко (прясно или кисело) практически е трудно да се предоставят на детето в рамките четирикратното меню за деня. Изписано по този начин „кисело или прясно“, се създава възможност за предлагане на предимно на прясно мляко, с оглед приема на друга основна храна.

Според указанията на „Food and nutrition policy for schools - A tool for the development of school nutrition programmes in the European Region“ от 2006г. на Световната Здравна Организация (СЗО):

- **препоръчителната доза прясно мляко за деца 3-6 г. е 100 мл. (1/2 чаена чаша) на ден, разпределена на 2-4 приема**
- **препоръчителната доза кисело мляко за деца 3-6 г. е 100 мл. (1/2 чаена чаша) на ден, разпределена на 2-4 приема**

Посочено е изрично, че необходимият калций може да постъпи и от: зеленолистни зеленчуци, пълнозърнести храни (които също съдържат известно количество калций). Калций може да бъде набавен и от някои бобови култури (грах), семена (сусам) и ядки (бадеми).

В същия документ се препоръчва и прием на **20 гр. сирене на ден за деца на 3-6 г.**, а не 35 гр. (както е предвидено в Наредбата).

**Автор:** Елена Терзиева (10.07.2019 00:26)

#### Козметични промени

Радвам се, че има желание за промяна в посока по-здравословно хранене в деските градини. За съжаление, предложените промени са само козметични и не са съобразени с указанията на СЗО за здравословното хранене за деца от 3-6г. Има нужда от реална промяна, защото детската градина е мястото, където децата се учат какво представлява здравословното хранене, привикват се към определени вкусове, изграждат понятията си за здравословна храна. Желая да видя един проект за наредба, в която има истинска промяна и следване на указанията на СЗО: политика "no sugar", по-малко тестени изделия, пълнозърнест хляб, по-малко месо за сметка на растителни и други животински източници на протеини и желязо, накисване на зърнените храни, повече вода, по-малко сокове/нектари, повече плодове и зеленчуци, по-малко тестени изделия. Силно впечатление прави количеството мляко, което е предложено в наредбата: 350-400 мл. на ден, в сравнение с препоръката на СЗО за 200 мл. кисело и прясно мляко. Надявам се на допълнителни корекции и на една съвременна европейска наредба!

**Автор:** Вангелия Мангезова (09.07.2019 09:24)

#### Вредни хранителни навици и лоши продукти

Подкрепям спометато по-долу, че на децата се предлага предимно тестени изделия, ориз и картофи, основно масови продукти без хранителна стойност, най-евтините на пазара. Дават се натурални сокове, плодови млека, корнфлекс, колбаси и филии с лютеница, насърчават се вредни навици като пиене на течности по време на хранене и яденен на пресен плод за десерт, след хранене. Наредбата определено има нужда от осъвременяване и в тази посока. Освен това трябва да се осигурят адекватни мерки за проследяване на качеството и прилагането на съвременни практики при планиране на седмичното меню и приготвяне на храната. Когато се избира храна за деца, водещото трябва да е качеството, а не цената. Има достатъчно други пера за икономия в държавния бюджет!

**Автор:** Пенка Пенева (05.07.2019 15:10)

Заедно за по-добра култура на хранене

В модерния свят, в който живеем имаме крещяща нужда да възпитаем у нас и децата си добра култура на хранене. Дома и детската градина са двете места, които дават основите на тази култура. Надявам се все повече хора да разберат нуждата от добра храна и заедно да се борим промените да се случват!

**Автор:** Петя Илиева (04.07.2019 19:04)

Менюто на децата съдържа само въглехидрати под формата на теста

Основното меню в детските градини за сутришна и следобедна закуска са някакви тестени храни. Липсват алтернативи за деца с алергии както и за деца, които не консумират месо или друг тип храни. На децата се предлага хляб с всяко ядене и те винаги предпочитат хляба вместо ястието, защото просто обичат повече хляб. В същото време хлябът е бял или пълнозърнест, но със съмнително качество. Никъде не е показано какви са хранителните стойности на едно детско меню, а от това, което виждаме основно консумират въглехидрати.

**Автор:** Петко Секулов (04.07.2019 10:40)

Проблема е в парите които се отпускат за храна

Според мен проблема с храненето на децата не е в наредбата. Каквито и наредби да се напишат, когато финансирането е малко резултата ще е същия.

Не може Държавата(Общините) да отпускат по три лева за храноден(4 хранения) на дете и да искаме децата ни да се хранят с нещо по различно от тестени храни. Когато се обявяват Обществени поръчки, градините са принудени да зложат единствен критерий "**НАЙ -НИСКА ЦЕНА**" ,сами си отговорете какви продукти получават срещу "**най-ниската цена**". Първо това трябва да се промени, а после да се мисли за наредби.

За един емигрант се отпускат по 1500 лв на месец за храна ,а за нашите деца по 60 лв на месец.

Другия проблем е че в градините масово работят пенионирани или пред пенсия готвачи. Те са научени да готвят както преди 30год.

За съжаление за заплати от по 450лв. няма как да дойдат Мастър шефове.

**Автор:** Кристин Фотева (20.06.2019 13:12)

За храненето

Лошо е, когато се пишат Наредби само на хартия, а не се изпълняват.Трябва да се обърне внимание на общините, които сключват договори с фирмите доставчици. В момента всички меса и риби са в замразено състояние, въпреки "наредбите", а качеството на месата е доста съмнително. Колкото и да е отговорен човек, няма как да се бори с вятърни мелници.

**Автор:** Загрижен Родител (12.06.2019 12:07)

Масово предлагане предимно на тестени/нишестени изделия

В момента в повечето ОДЗ менюто **и за трите хранения на децата е предимно от тестени изделия**, което е необосновано и недопустимо. Отделно, използват се рецептурници от края на 20-ти век, които не осигуряват разнообразно хранене. Масово на обяд се сервират картофи, макарони, хляб в едно хранене! Сервират се и кренвирши, които макар и по БДС са далеч от представата ми за здравословно хранене.

## История

**Начало на обществената консултация - 11.06.2019**

**Приключване на консултацията - 10.07.2019**

**Справка за получените предложения - 12.09.2019**

[Справка за отразяване на предложенията и становищата](#)