



# Abu Dhabi Guideline

# دليل أبوظبي الإرشادي



**ADG 5/2018**  
**Second Edition**

**د أ ر 5 / 2018**  
**الإصدار الثاني**

---

**Food Guidelines in the Eductaional  
Institutions in the Emirate of Abu  
Dhabi**

**دليل الغذاء المتداول في المؤسسات التعليمية  
في إمارة أبوظبي**







الصفحة	جدول المحتويات
2	نبذة عن مجلس أبوظبي للجودة والمطابقة
4	شكر وتقدير
5	1. تمهيد
7	2. المجال
7	3. المصطلحات والتعاريف
9	4. واجبات إدارة المؤسسات التعليمية ومهامها
10	5. الشروط والممارسات الصحية
17	6. معايير التغذية
24	7. مطابقة المنتجات مع المعايير الواردة في الدليل.
25	المراجع

## نبذة عن مجلس أبوظبي للجودة والمطابقة

تأسس مجلس أبوظبي للجودة والمطابقة بموجب القانون رقم 3 لعام 2009، الصادر من صاحب السمو الشيخ خليفة بن زايد آل نهيان، رئيس دولة الإمارات العربية المتحدة. يتحمل مجلس أبوظبي للجودة والمطابقة مسؤولية تطوير جودة البنية التحتية للإمارة من خلال تمكين قطاع الصناعة والجهات التنظيمية من التحقق من إجراء عمليات الاختبار للمنتجات والنُظْم والمهن واعتمادها وفقاً لمواصفات الدولة وللمواصفات الدولية على حدٍ سواء. يتم تخصيص علامة أبوظبي للثقة للمنتجات التي يعتمدها مجلس أبوظبي للجودة والمطابقة، والتي تُفيد بأن منتجاً أو نظاماً معيناً يطابق كافة معايير السلامة والأداء التي تحددها الجهات التنظيمية في أبوظبي.

### الجهات المشاركة في مجموعة العمل:

 <p>دائرة التعليم والمعرفة DEPARTMENT OF EDUCATION AND KNOWLEDGE</p>	<p>دائرة التعليم والمعرفة</p>
	<p>جهاز أبوظبي للرقابة الغذائية</p>
<p>دائرة الصحة DEPARTMENT OF HEALTH</p> 	<p>دائرة الصحة</p>
 <p>مؤسسة زايد العليا لِلرعاية الإنسانية وذوي الاحتياجات الخاصة</p>	<p>مؤسسة زايد العليا للرعاية الإنسانية</p>



 <p>معهد أبوظبي للتعليم والتدريب المهني Abu Dhabi Vocational Education &amp; Training Institute</p>	<p>معهد أبوظبي للتعليم والتدريب المهني</p>
 <p>معهد التكنولوجيا التطبيقية INSTITUTE OF APPLIED TECHNOLOGY Emiratization of Technological Careers</p>	<p>معهد التكنولوجيا التطبيقية</p>



## شكر وتقدير

يود مجلس أبوظبي للجودة والمطابقة أن يعرب عن خالص شكره لمجموعة العمل الواردة أدناه والمبينة عضويتها كما يلي

الاسم	الجهة
1	ميرا البلوشي / رئيسة مجموعة العمل دائرة التعليم والمعرفة
2	سلطان الخزرجي دائرة التعليم والمعرفة
3	فاطمة الحمادي دائرة التعليم والمعرفة
4	ليلى الساعدي جهاز أبوظبي للرقابة الغذائية
5	مريم الجابري جهاز أبوظبي للرقابة الغذائية
6	أمينة الحمادي جهاز أبوظبي للرقابة الغذائية
7	عبدالله الموسوي جهاز أبوظبي للرقابة الغذائية
8	مريم المنصوري دائرة الصحة
9	عفرا المنصوري مؤسسة زايد العليا للرعاية الإنسانية
10	د. ربيع كاملة شركة أغذية
11	موزة السويدي شركة صحة
12	فاطمة الكندي شركة صحة
13	نور الشاطري شركة صحة
14	سرى صبري معهد التكنولوجيا التطبيقية
15	محمود العلوي معهد أبوظبي للتعليم والتدريب المهني
16	ساميه عبد اللطيف مجلس أبوظبي للجودة والمطابقة/المختبرات المركزية
17	خديجة سعيد سالم الشكيلي مجلس أبوظبي للجودة والمطابقة/المختبرات المركزية

## 1. تمهيد

### 1.1 مقدمة

- في إطار السعي نحو تحقيق الرؤية الإستراتيجية الخاصة بالإمارة، وتحقيق بعض أهداف أجندة السياسة العامة والرؤية الإقتصادية (2030) لحكومة أبوظبي، التي تتمثل بضرورة التعاون بين الهيئات الحكومية بهدف الوفاء بتوقعات المجتمع، ومنها توفير غذاء آمن لهم في الإمارة لضمان نمط حياة صحي، وذلك عبر تزويد المستهلكين بمعلومات كافية عن المواد الغذائية المعدة للاستهلاك الآدمي لتمكينهم من اختيار الأفضل، لذا وانطلاقاً من أهمية الالتزام بتقديم أفضل الخدمات والممارسات الرامية إلى تحقيق الرؤية الطموحة لمستقبل أبوظبي يقوم الشركاء الاستراتيجيون: دائرة التعليم والمعرفة، وجهاز أبوظبي للرقابة الغذائية، ودائرة الصحة، ومجلس أبوظبي للجودة والمطابقة، ودائرة التنمية الاقتصادية، ومؤسسة زايد العليا للرعاية الإنسانية، ومعهد أبوظبي للتعليم والتدريب المهني، ومعهد التكنولوجيا التطبيقية، بالعمل سوياً نحو تعزيز صحة أبنائنا طلاب المؤسسات التعليمية في أكثر مراحل العمر أهمية. من خلال العمل على تحديث دليل الغذاء المتداول في المدارس التابعة لإمارة أبوظبي.
- تأسست مجموعة العمل الخاصة بدليل المقاصف المدرسية في مجلس أبوظبي للجودة والمطابقة في شهر يونيو 2014 م وذلك بطلب من دائرة التعليم والمعرفة لتحديث دليل معايير المقاصف المدرسية في الإمارة، حيث تم تشكيل مجموعة عمل ممثلة من الجهات ذات العلاقة في الإمارة وذلك برئاسة دائرة التعليم والمعرفة، وذلك من أجل إجراء عملية التحديث المستمر للدليل، وكما دعت الحاجة لذلك.

### 1.2 الغرض من الدليل

يأتي الغرض من إعداد هذا الدليل في تحقيق الأهداف التالية:

- (أ) توفير غذاء سليم وآمن تتوافر فيه الشروط والإجراءات الواجب اتخاذها خلال إنتاج وتجهيز وتخزين أو توزيع الغذاء للتأكد من سلامته وصلاحيته للاستهلاك.
- (ب) توفير مواد غذائية صحية داخل المؤسسات التعليمية.
- (ج) توجيه الإدارات المسؤولة في جميع المؤسسات التعليمية نحو ضرورة إتباع السبل العلمية والصحية في التعامل مع الأغذية التي يتم بيعها أو تداولها داخل المؤسسة التعليمية.
- (د) توصيل المعلومة الصحيحة المفيدة حول الغذاء الآمن والصحي في البيئة المدرسية والتأهيلية، حيث تعتبر هذه الوثيقة أحد الأدوات المهمة لتدريب مشرفي وأخصائي التغذية والمرضين ومشرفي مقاصف المؤسسات التعليمية / المنشآت الغذائية على كيفية التعامل مع الغذاء.
- (هـ) ضمان مطابقة الأغذية التي يتم توريدها إلى المؤسسات التعليمية للمعايير التي تم التوافق عليها في الدليل.





### 1.3 اختصاصات الجهات وأدوارها

<p>تعزيز الصحة العامة من خلال الوقاية ومكافحة الأمراض، وتمكين أطفال المؤسسات التعليمية والمراهقين من تبني سلوك صحي ونمط حياة متوازن من خلال خلق بيئات صحية داعمة داخل المؤسسات التعليمية.</p>	<p>دائرة الصحة</p>
<p>التنسيق بين الجهات المعنية في الامارة لضمان توفيرغذاء صحي ومناسب للطلبة في مدارس أبوظبي والاشراف الإداري على عقود التغذية في المدارس الحكومية.</p>	<p>دائرة التعليم والمعرفة</p>
<p>تمكين الجهات من مطابقة المنتجات التي يتم توريدها إلى المؤسسات التعليمية للمعايير الواردة في الدليل.</p>	<p>مجلس أبوظبي للجودة والمطابقة</p>
<p>الجهاز هو الجهة المختصة بالرقابة على المواد الغذائية في كافة مراحل تداولها وذلك بالتنسيق مع الجهات ذات العلاقة في الدولة والإمارة، وعلى نحو يحقق حماية صحة المستهلك من أية مخاطرصحية ناجمة عن تناوله مواد غذائيةغير مطابقة للمواصفات.وذلك بحسب ما ورد في قانون رقم (2) سنة 2008 في شأن الغذاء في إمارة أبو ظبي.</p>	<p>جهاز أبوظبي للرقابة الغذائية</p>
<p>مؤسسة زايد العليا للرعاية الإنسانية مؤسسة تختص بتقديم وتوفير خدمات متخصصة في التعليم والعلاج والتأهيل والرعاية الاجتماعية والنفسية للأشخاص ذوي الإعاقة، وسوف تقوم المؤسسة بالتنسيق مع الجهات الصحية في الامارة لضمان توفير غذاء صحي ومناسب لحالة الطلبة الصحية حسب نوع اعاقاة الطلبة في المراكز التابعة للموسسة مثل صعوبة البلع ومشاكل في الاسنان وبعض الحالات تصاحبها زيادة في الوزن والسمنة.</p>	<p>مؤسسة زايد العليا للرعاية الإنسانية</p>
<p>تلتزم إدارة المعاهد بتطبيق التوعية الصحية حسب معايير سلامة وصحة الغذاء العالمية. كما تقوم الادارة بالإشراف علي جميع المقاصف في المدارس والتأكد من سلامة ونوعية الأغذية المقدمة للطلبة. بالإضافة إلى التأكد من تطبيق أنظمة ضمان الجودة الداخلية التي تحدد نوعية الغذاء المقدم للطلبة و الأغذية التي يسمح ان يحضرها الطالب من البيت بما يتناسب مع دليل الغذاء المتداول في المدارس في إمارة أبوظبي.</p>	<p>معهد أبوظبي للتعليم والتدريب المهني، ومعهد التكنولوجيا التطبيقية</p>

## 2. المجال

يتم تطبيق هذا الدليل على مدارس الإمارة الحكومية والخاصة، والمدارس التابعة للمعاهد، والمراكز الخاصة بأصحاب الهمم التابعة لمؤسسة زايد العليا للرعاية الإنسانية، وكذلك المنشآت الغذائية التي تقوم بالتوريد لمدارس الإمارة، أو الجهات العاملة في مقاصف المؤسسات التعليمية.

يتضمن هذا الدليل مايلي:

- القواعد والإشترطات الصحية الواجب توافرها في مقاصف المؤسسات التعليمية / المنشآت الغذائية، إضافة إلى الإرشادات حول الممارسات الصحية الواجب اتباعها في مراحل بيع الأغذية وطهيها ومناولتها وتداولها، والتخلص منها.
- المعايير الخاصة بأنواع الأغذية المسموح بتداولها داخل المؤسسة التعليمية، وطرق التغذية السليمة لتساعد المتخصصين في مجال الصحة والتغذية، والعاملين في إدارات المؤسسات التعليمية في تقديم العون والإرشاد للطلبة من أجل توفير أنماط غذائية صحية.
- آلية المطابقة المفترضة من قبل الجهات المعنية، لضمان مطابقة الغذاء المورد إلى المؤسسات التعليمية مع المعايير الواردة في الدليل.

## 3. المصطلحات والتعاريف

لغايات استخدام هذا الدليل تستخدم المصطلحات والتعاريف التالية مالم تدل القرينة على غير ذلك:

الدولة	دولة الإمارات العربية المتحدة.
الإمارة	إمارة أبوظبي.
الجهاز	جهاز أبوظبي للرقابة الغذائية.
الدائرة	دائرة الصحة - أبوظبي.
المؤسسة	مؤسسة زايد العليا للرعاية الإنسانية.
المعاهد	معهد أبوظبي للتعليم والتدريب المهني ومعهد التكنولوجيا التطبيقية.
المقصف	المكان المجهز لتوزيع وبيع الأغذية المسموح بها داخل المؤسسة التعليمية وأماكن تحضيرها.
المراكز الخاصة بأصحاب الهمم	هي مؤسسات اجتماعية تعنى برعاية وتأهيل الأطفال والأشخاص ذوي الإعاقة وتأهيلهم، بهدف تمكينهم من الاندماج في المجتمع وتحقيق أقصى قدر ممكن من الاستقلالية الاجتماعية والاقتصادية في حياتهم، من خلال توليها مهام معينة بهذا الخصوص.
المؤسسات التعليمية	تضم مدارس الإمارة الحكومية والخاصة، والمدارس التابعة للمعاهد، والمراكز الخاصة بأصحاب الهمم التابعة لمؤسسة زايد العليا للرعاية الإنسانية.
المنشأة الغذائية	أية مؤسسة أو مصنع أو مرفق ثابت أو متحرك يتم تداول المادة الغذائية فيه في أي من مراحل السلسلة الغذائية.
الغذاء	أي مادة أو جزء من مادة مخصصة للاستهلاك الأدمي بطريق الأكل أو الشرب، سواء كانت خاما أو مصنعة أو شبه مصنعة بما في ذلك المشروبات ومياه الشرب وأي مادة تدخل في تصنيع وتحضير ومعالجة المادة الغذائية، ويستثنى من ذلك الأدوية البيطرية والتبغ ومواد التجميل الطبية.



برامج التدريب والتصريح الخاصة بسلامة الغذاء و الصادرة رسمياً عن الجهاز .	برامج التدريب الخاصة بسلامة الغذاء
الماء الصافي والصحي عند مرحلة استخدامه لغايات الشرب والمطابق للمتطلبات الفنية والأنظمة الصادرة عن هيئة الإمارات للمواصفات والمقاييس ومكتب التنظيم والرقابة بالإمارة.	الماء الصالح للشرب
انتقال المواد الضارة أو الأحياء الدقيقة المُمرضَة إلى الغذاء عن طريق اليدين، والأسطح الملامسة للغذاء، والمعدات والأدوات التي تكون متسخة وتلامس الغذاء الخام ثم تلامس الغذاء الجاهز للتقديم، كما يشمل ملامسة الغذاء الخام أو السائل الناجم عنه للغذاء الجاهز للتقديم.	التلوث التبادلي
الحشرات، والطيور، والقوارض والحيوانات الأخرى القادرة على التسبب بتلوث الغذاء سواء بطريقة مباشرة أو غير مباشرة.	الآفات
هو رد فعل مناعي متأخر يحدث عندما تدخل مواد غذائية ذات جزيئات كبيرة إلى الدم (غير مهضومة بالكامل) لأسباب عديدة، والتي تؤدي إلى تشكل أضداد لها في الدم. وتظهر أعراض عدم التحمل الغذائي بالدرجة الأولى باضطرابات في جهاز الهضم . من الأمثلة لعدم التحمل الغذائي: عدم تحمل اللاكتوز وعدم تحمل الجلوتين.	عدم التحمل الغذائي
الغذاء الذي لم تجر عليه أي عملية من عمليات التصنيع أو الطبخ.	الغذاء الخام
هو عبارة عن المنتجات غير المتخمرة ولكنها قابلة للتخمر التي يتم الحصول عليها بإضافة الماء، مع أو بدون إضافة السكريات وكما ورد في المواصفة القياسية الإماراتية الخاصة بعصائر وكتاتر الفاكهة UAE.S GSO 1820 .	كتاتر الفاكهة
هو الشخص المرخص له أو المفوض قانونياً من المرخص له والمسؤول عن الالتزام بتنفيذ أحكام القانون والأنظمة والقرارات الصادرة بموجبه في المنشأة الغذائية التي تقع تحت مسؤوليته.	مسؤول المنشأة الغذائية
هو الشخص المرشح من قبل إدارة المؤسسة التعليمية للإشراف على شؤون المقصف.	مشرف المقصف
كل شخص لديه رخصة سارية المفعول لممارسة أي نشاط يتعلق بتداول المادة الغذائية.	المرخص له
اي شخص يتداول المادة الغذائية بشكل مباشر أو غير مباشر .	متداول الغذاء
يتم الحصول عليه بواسطة عمليات الاستخلاص الميكانيكية المباشرة، وذلك حسب الموصفة القياسية الإماراتية UAE.S GSO 1820.	عصير الفاكهة الطبيعي

#### 4. واجبات إدارة المؤسسات التعليمية ومهامها

يجب تطبيق ماورد في سياسة مقاصف المؤسسات التعليمية، والغذاء الصحي الصادرة عن الجهات الحكومية المعنية بهذا الخصوص.

##### 4.1 التزامات مسؤول المنشأة/المورد

يتوجب على مسؤول المنشأة الغذائية/المورد الالتزام بالآتي:

- (أ) الالتزام بتطبيق متطلبات وأحكام وشروط ترخيص المنشآت الغذائية والسياسات المعتمدة من قبل الجهاز بهذا الخصوص.
- (ب) الالتزام بتطبيق جميع المعايير الواردة في هذا الدليل، وبشكل مستمر بما في ذلك الأغذية المقدمة في المقصف أوالمطبخ أو آلات البيع في جميع المؤسسات التعليمية التي يخدمها.
- (ج) الحصول على التراخيص والتصاريح المطلوبه من الجهات المعنية لمنشأته التي يقدم من خلالها خدمات تداول الغذاء في المؤسسات التعليمية.
- (د) الالتزام بتنفيذ شروط التعاقد مع الجهات الحكومية، والمؤسسات التعليمية المعنية، فيما يتعلق بعمليات التوريد لها.
- (هـ) الالتزام بالتنسيق مع إدارة المؤسسة التعليمية للتعرف على الفروق والاحتياجات الفردية الغذائية للطلبة وتلبيتها.
- (و) الالتزام بتحقيق اشتراطات اللياقة الصحية لمتدولي الغذاء والصادرة عن الجهات المعنية بهذا الخصوص.
- (ي) يجب توفير جميع الوثائق والسجلات في الموقع / المقصف/المنشأة الغذائية على سبيل المثال لا الحصر تصريح توريد للمؤسسة التعليمية، عقد مكافحة الحشرات،..إلخ).
- (م) أي التزامات أخرى تحدد من قبل الجهات المعنية أو بموجب قرار أو لائحة.

##### 4.2 الالتزام مع المواصفات القياسية الإماراتية المعتمدة

بالإضافة إلى ماورد في المواصفة القياسية الإماراتية الخاصة بالاشتراطات الصحية الواجب توافرها في المقاصف المدرسية وتداول الأغذية بها رقم 1971، يجب الالتزام بمايلي:

##### 4.2.1 اشتراطات البطاقة الغذائية للمنتجات المعبأة

- مع الأخذ بعين الاعتبار المعايير الواردة في هذا الدليل، يجب في حال المنتجات الغذائية المعبأة الالتزام بمايلي:
- (أ) وضع بطاقة بيان للمنتجات تحدد البيانات الإيضاحية وكماهو ورد في المواصفة القياسية الإماراتية رقم 9 UAE.S، والخاصة ببطاقات الغذائية المعبأة.
  - (ب) الالتزام باشتراطات بطاقة البيان وحسب ماهو وارد في المواصفات القياسية الإماراتية ذات العلاقة بالمنتجات.

##### 4.2.2 المطابقة مع متطلبات المواصفات القياسية الإماراتية ذات العلاقة بالمنتجات.

يجب ان تكون المنتجات مستوفية للمتطلبات الواردة في المواصفات القياسية الإماراتية ذات العلاقة بالمنتجات.

## 5. الشروط والممارسات الصحية

### 5.1 الشروط الصحية الواجب توافرها في مقصف المؤسسة التعليمية/المنشأة الغذائية.

#### 5.1.1 الموقع والتصميم والبنية

- (أ) يجب أن يكون موقع المنشأة الغذائية/مقصف المؤسسة التعليمية مناسباً ، وأن يتم المحافظة على المنشأة نظيفةً وفي حالة جيدة.
- (ب) يجب أن لا يقع في أي مكان قد يشكل تهديداً واضحاً على سلامة الغذاء وصلاحيته، بعد الأخذ في الاعتبار التدابير والإجراءات الوقائية.
- (ج) يجب أن يحقق حجم مقصف المؤسسة التعليمية/ المنشأة الغذائية وتخطيطها وتصميمها وبنائها الآتي:
- السماح بالقيام بالعمليات المناسبة للصيانة والتنظيف و/أو التطهير .
  - تقليل التلوث الناتج عن الهواء، وتوفير مساحة كافية للعمل وحرية الحركة ومنع التكدس، على أن يؤخذ في الاعتبار أهمية أن يكون المسار التدفقي للعمل ملائماً بحيث يسمح بأداء العمليات بشكل صحي.
  - الحماية من تراكم الأوساخ، التكتف، ملامسة المواد السامة، تكسر وتناثر الجزيئات في الغذاء وتشكل العفن غير المرغوب فيه على الأسطح والتي قد تتسبب بخطر التلوث المباشر للغذاء.
  - أن تكون البنية الداخلية للمنشأة الغذائية مكونة من مواد صلبة وقوية يسهل صيانتها وتنظيفها وتطهيرها عند الضرورة.
  - السماح بتطبيق الممارسات الصحية الجيدة بما في ذلك الحماية من التلوث التبادلي ودخول الحشرات أو تفشيها.
  - الفصل بين العمليات التي قد تتسبب في التلوث التبادلي عن طريق وضع الفواصل، الأبعاد المناسبة للمسافة، الموقع أو غيرها من الوسائل الفعالة.
  - توفير ظروف تحكم ملائمة لدرجة الحرارة والرطوبة ذات قدرة كافية عند الضرورة.
  - في حال وجودها، يجب أن تكون مواقع وطرق تشييد وبناء الأدراج، والمصاعد والهيكل المساعدة (مثل المنصات والسلالم والمزالق)، بشكل يحول دون تلوث الغذاء، وأن تزود المزالق والأفنية بفتحات للتنظيف.
  - يجب صيانة المباني لمنع دخول الآفات وإزالة المواقع المعرضة لتكاثر الآفات. ويجب الإغلاق المحكم للثقوب، ومصارف المياه وأية مداخل أخرى قد تشكل مصدراً محتملاً لوجود تلك الآفات.
- (د) يجب أن يراعى في وسائل التهوية الشروط الآتية:
- أن يتم توفير وسائل تهوية مناسبة وكافية سواء طبيعية أو ميكانيكية مع تجنب أي تدفق ميكانيكي للهواء من منطقة ملوثة إلى منطقة نظيفة.
  - أن تكون فتحات التهوية مزودة بمرشحات أو سياج حماية مصنوع من مواد غير قابلة للتآكل، مع الأخذ في الاعتبار سهولة الوصول إلى الفلاتر والأجزاء التي تتطلب التنظيف.
  - أن تكون التهوية كافية للحد من تلوث الغذاء الناتج عن الهواء والتحكم بدرجة الحرارة المحيطة والروائح والرطوبة.
- (هـ) يجب أن يراعى في وسائل ومعدات الإضاءة الشروط الآتية:
- توفير إضاءة كافية سواء طبيعية أو اصطناعية للتمكن من العمل بشكل صحي، على أن تكون شدة الإضاءة ملائمة لطبيعة العمل.
  - أن تكون معدات الإضاءة والأسلاك الكهربائية محمية بشكل يسمح بسهولة التنظيف والوقاية من التلوث التبادلي.

### 5.1.2 المعدات و الأدوات

(أ) يجب أن يراعى في كافة المعدات والأدوات، باستثناء تلك المصممة للاستخدام لمرة واحدة، وفي مواد التغليف الملامسة بشكل مباشر للغذاء، يراعى الشروط الآتية:

- أن تكون مصنعة من مواد لا تتسبب بنقل المواد السامة، أو الروائح، أو الطعم إلى الغذاء. كما يجب أن تكون غير ماصة ومقاومة لعوامل التآكل، وتحمل عمليات التنظيف والتطهير المتكرر.
- أن تكون قابلة للتنظيف بالشكل الفعّال، وعند الضرورة أن تكون قابلة للتطهير بعد التنظيف، باستثناء مواد التعبئة والتغليف غير المرتجعة، على أن يتم إجراء عمليات التنظيف والتطهير بتكرارية تكفل تجنب مخاطر التلوث.
- أن تكون في حالة جيدة وسهلة الإصلاح والصيانة للحد من مخاطر التلوث.
- أن يتم تركيبها بشكل يسمح بتنظيف المعدات والمناطق المحيطة بها بشكل كاف.
- أن تكون متينة وقابلة للتشريك أو التفكيك بشكل يسمح بالقيام بأعمال الصيانة، والتنظيف، والتطهير، ورصد الأفات كما يجب عند الضرورة أن يكون غسل وتنظيف المعدات كبيرة الحجم في مرافق منفصلة.
- أن تكون المعدات والأدوات المستخدمة لغايات طبخ الغذاء، أو معاملته حرارياً، أو تبريده، أو تخزينه، أو تجميده مصممة بشكل يسمح بالوصول إلى درجات الحرارة المطلوبة بالسرعة اللازمة ويسمح بالحفاظ عليها بفعالية.
- (ب) يجب في حال استخدام الإضافات الكيميائية التي تمنع تآكل المعدات والحاويات، أن يكون استخدامها وفقاً للغاية المقصودة منها وبحسب تعليمات الشركة المصنعة، وبشكل لا يسمح بحدوث أي تلوث في الغذاء أو يجعله غير صالح للاستهلاك الآدمي.

(ج) يجب أن تراعى الشروط التالية في مواد التنظيف والمطهرات وأية مواد أو أدوات من شأنها أن تلامس الغذاء أو تتسبب في نقل مكوناتها إليه:

- أن تكون مصنفة كمادة مسموح بها لغايات الاستخدام الغذائي.
- أن تكون مُعرّفة ومخزنة في مناطق مفصولة عن مناطق تداول الغذاء أو الأسطح الملامسة للغذاء أو مواد تغليف الغذاء وذلك بشكل يمنع حدوث أي تلوث للغذاء.

### 5.1.3 مناطق تداول الغذاء

- يجب أن يكون الغذاء مَحْمِياً خلال كافة مراحل السلسلة الغذائية ضد أي تلوث من شأنه أن يجعله غير صالح للاستهلاك الآدمي.
- يجب أن تكون أسطح الأرضيات مصنوعة من مواد منيعة، ومضادة للماء، وغير ماصة، وغير قابلة للانزلاق، وقابلة للغسل وغير سامة، وبما يسمح بإجراء أعمال التنظيف والصرف السطحي بشكل ملائم، كما يجب أن يكون مستوى انحدار (ميلان) الأرضيات كافياً لتصريف السوائل إلى مخارج (مصارف) محكمة حيثما كان ذلك ملائماً.
- يجب أن تكون أسطح الجدران والفواصل الجدارية مصنوعة من مواد منيعة، ومقاومة للماء، وغير ماصة، ومحكمة الإغلاق، وغير سامة، وقابلة للغسل وذات ألوان فاتحة، كما يجب أن تكون الجدران ملساء ومصقولة كلما أمكن، وذات أسطح تصل إلى ارتفاع مناسب وتكون سهلة التنظيف والتطهير.
- يجب أن تكون الأسقف (أو الجزء الداخلي من السطح في حال عدم وجود سقف) والتجهيزات العلوية سهلة التنظيف ومصنوعة من مواد ذات ألوان فاتحة، ومبنيّة ومصقولة بشكل يمنع تراكم الأوساخ ويحد من عمليات التكثف أو نمو الأعفان غير المرغوب بها أو تساقط الجسيمات.



- يجب أن تكون النوافذ وأبواب فتحات أخرى مبنية بشكل يمنع تراكم الأوساخ مع تثبيتها أو إبقائها مغلقة في المواقع التي قد يؤدي فتحها إلى إحداث تلوث.
- يجب تزويد النوافذ التي تفتح على البيئة الخارجية بمرشحات سهلة الفك، وقابلة للتنظيف وممانعة لدخول الحشرات حيثما كان ذلك مناسباً.
- يجب أن تكون عتبات النوافذ الداخلية . في حال وجودها . بشكل مائل لمنع استخدامها كأرفف.
- يجب أن تكون الزوايا سواء بين الجدران نفسها أو بين الجدران والأرضيات أو بين الجدران والسقوف محكمة الإغلاق ومغطاة لتسهيل عمليات التنظيف.
- يجب أن تكون أسطح الأبواب مصنوعة من مواد مصقولة، وغير ماصة وسهلة التنظيف، والتطهير عند الضرورة، وذاتية الإغلاق.
- يجب أن تكون أسطح العمل الملامسة للغذاء بما في ذلك أسطح المعدات مصنوعة من مواد قابلة للغسل، مقاومة للصدأ وغير سامة، ويجب الحفاظ عليها بحالة سليمة ومتينة، كما يجب أن تسمح بإجراء أعمال التنظيف والتطهير بسهولة.
- يمنع استخدام الأسطح الخشبية وألواح التقطيع المصنوعة من الخشب.
- يجب أن يتم تثبيت جميع الهياكل والتجهيزات العامة بطريقة تمنع تلوث الغذاء سواء بشكل مباشر أو غير مباشر (عن طريق التكتف والتقطيع)، كما يجب أن لا تشكل عائقاً أمام عمليات التنظيف.
- يجب اتخاذ التدابير والإجراءات الفعالة لمنع التلوث التبادلي عبر ضمان الفصل بين الغذاء الخام والغذاء في مرحلة التصنيع، والغذاء الجاهز للتقديم، بما في ذلك الأواني والمعدات وألواح التقطيع.
- يجب توفير مرافق لغسل الأيدي بحيث تكون مفصولة عن المرافق المخصصة لغسل المواد الغذائية، وأن تكون مزودة بماء جار صالح للشرب بدرجة حرارة ملائمة ، ويفضل أن تكون من النوع الذي لا يتم تشغيله باليد.
- يجب توفير مرافق ملائمة عند الضرورة لتنظيف وتطهير وتخزين أدوات ومعدات العمل وبحيث تكون هذه المرافق سهلة التنظيف، ومصنوعة من مواد مقاومة للصدأ، وحيثما كان ملائماً تكون مزودة بشكل كافٍ بالماء البارد والساخن.
- يجب فصل مناطق غسل الغذاء عن المناطق المخصصة لغسل الأواني أو المعدات، والمحافظة على نظافة كافة المناطق، وحيثما كان مناسباً تطهيرها بعد التنظيف.
- يجب تزويد كل من مناطق غسل الغذاء و مناطق غسيل الأيدي ومناطق غسل الأواني أو المعدات بالمياه الساخنة والباردة الصالحة للشرب.
- يجب اتخاذ كافة التدابير والإجراءات اللازمة لحماية الغذاء من احتمالية تلوثه أثناء العرض، وتوفير أدوات خدمة منفصلة لكل نوع من الغذاء أو أي من الوسائل التي من شأنها أن تقلل من احتمالية تلوث الغذاء.

#### 5.1.4 الصحة و النظافة الشخصية لمتداولي الغذاء

- لا يسمح لمتداولي الغذاء الذين يعانون من مرض أو يحملون مرضاً قد ينتقل عبر الغذاء، بتداول الغذاء أو التواجد في مناطق تداوله متى كان من المحتمل أن يتسببوا بالتلوث سواء بشكل مباشر أو غير مباشر.
- يجب أن تتم تغطية جروح المصابين والذين يسمح لهم بالعمل في مناطق تداول الغذاء بأغطية ملائمة ومقاومة للمياه.
- على متداولي الغذاء الحفاظ على مستوى عالٍ من النظافة الشخصية وارتداء الملابس النظيفة والملائمة، والواقية عند تداول الغذاء بما في ذلك أغطية الرأس، القفازات وأغطية اللحي.



- يجب على متداولي الغذاء غسل وتطهير اليدين باستمرار في المناطق المخصصة لذلك قبل بدء العمل بأنشطة تداول الغذاء، ومباشرة بعد أي استخدام للمرافق الصحية، وبعد تداول أي غذاء شاملاً الخام أو أية مادة ملوثة.
- يجب على متداولي الغذاء الامتناع عن أية تصرفات من شأنها أن تساهم في تلوث الغذاء كارتداء الحلي، أو التدخين، أو البصق، أو المضع، أو الأكل، أو العطس، السعال على الغذاء المكشوف أو أي سلوك مماثل.

#### 5.1.5 المنتجات الأولية

يجب أن تتوفر في المنشأة الغذائية المرافق الملائمة والاجراءات اللازمة لضمان فعالية عمليات التنظيف وضمان المحافظة على المستوى الملائم من النظافة الشخصية.

- يجب على مسؤول المنشأة الغذائية الآتي: التأكد من أن كافة المنتجات الأولية وكافة عمليات التصنيع اللاحقة للمنتجات الأولية محمية من التلوث.
- تجنب استخدام المناطق التي تشكل البيئة فيها خطراً على سلامة الغذاء.
- تطبيق الممارسات والتدابير اللازمة لضمان إنتاج الغذاء تحت ظروف صحية ملائمة.

يجب المحافظة على نظافة كافة المرافق، المعدات، الحاويات، و وسائل النقل المستخدمة بعملية الإنتاج الأولي وما يرتبط بها من عمليات بما فيها تلك المستخدمة لتداول وتخزين الغذاء وأن يتم تطهيرها بطريقة مناسبة بعد التنظيف عند الضرورة.

#### 5.1.6 التحكم بدرجات الحرارة

- يجب المحافظة على الغذاء الذي من شأنه تشجيع تكاثر الأحياء الدقيقة أو تكوين السموم، ضمن سلسلة تبريد متصلة وعلى درجات حرارة ملائمة للحد من أية مخاطر صحية.
- يجب المحافظة على الغذاء ضمن درجات الحرارة الآتية:
  - الغذاء المبرد - على درجة حرارة أقل من (5) درجات مئوية.
  - الغذاء المجمد - على درجة حرارة (-18) درجة مئوية أو أقل.
  - بقية الأغذية - بما فيها الغذاء طويل الأمد - على درجات حرارة مناسبة تمنع التسبب بأية مخاطر على صحة الإنسان، وبحسب درجة الحرارة الملائمة لكل مادة غذائية.
- يجب أن تكون درجة حرارة الطبخ والمدد الزمنية المرتبطة بها كافية لضمان وصول الحرارة إلى وسط الغذاء والقضاء على أية أحياء دقيقة مُمرضة، حيث يجب أن تصل درجة الحرارة في حدها الأدنى في وسط الغذاء إلى (70) درجة مئوية لمدة دقيقتين أو ما يعادلها.
- يجب توفير الظروف الملائمة لضبط درجات الحرارة خلال عمليات تداول وتخزين الغذاء على أن تكون ذات قدرة كافية على حفظ الغذاء في درجات الحرارة المناسبة وأن تكون مصممة بشكل يسمح عند الضرورة بمراقبة وتسجيل قراءات درجات الحرارة مع ضمان حماية الغذاء من التعرض المباشر لأشعة الشمس.
- يجب أن تتم عمليات إذابة الغذاء بشكل يقلل من مخاطر نمو الأحياء الدقيقة المُمرضة أو تكوين السموم في الغذاء وذلك بتعريضه لدرجات حرارة لا تتسبب في إحداث مخاطر صحية.
- يجب أن يتم حفظ أو تقديم الغذاء المطبوخ والقابل للتلف إما مبرداً على درجة حرارة أقل من (5) درجات مئوية، أو ساخناً على درجة حرارة (63) درجة مئوية أو أعلى ولمدة لا تزيد عن ساعتين.
- يجب مراقبة درجات الحرارة والتدقيق عليها خلال مراحل السلسلة الغذائية وذلك لضمان سلامة الغذاء وضمان حفظه في درجات





### الحرارة الصحيحة.

- في حال تعرض الغذاء القابل للتلف والجاهز للتقديم إلى درجات حرارة بين (5) و (63) درجة مئوية يجب إتخاذ الإجراءات الآتية:
- تبريد الغذاء أو إعادة تسخينه بهدف الاستهلاك المباشر في حال كانت المدة الزمنية تقل عن ساعتين.
- التخلص من الغذاء وإتلافه مباشرة في حال كانت المدة الزمنية ساعتين أو أكثر.
- في حال عدم الحفاظ على درجات حرارة الغذاء المُبرَّد، يجب اتخاذ الإجراءات الآتية:
- إعادة درجة الحرارة بالسرعة الممكنة إلى أقل من (5) درجات مئوية في حال كانت درجة حرارة الغذاء أعلى من (5) درجات مئوية وأقل من (8) درجات مئوية.
- التخلص من الغذاء وإتلافه مباشرة في حال كانت درجة حرارة الغذاء أعلى من (8) درجات مئوية ما لم يتم تزويد الجهاز بالدليل المبرر والمبني على أسس علمية حول سلامة وصلاحية الغذاء.
- في حال عدم الحفاظ على درجات حرارة الغذاء المجمد، يجب اتخاذ الإجراءات الآتية:
- إعادة درجة الحرارة بالسرعة الممكنة إلى (-18) درجة مئوية أو أقل في حال كانت درجة حرارة الغذاء ما بين (-15) و (-18) درجة مئوية.
- إجراء عمليات الكشف الظاهري والفحص المخبري في حال كانت درجة حرارة الغذاء أعلى من (-15) وأقل من (-10) درجات مئوية.
- استهلاك الغذاء مباشرة في حال كانت درجة حرارة الغذاء (-10) درجات مئوية.
- التخلص من الغذاء وإتلافه في حال كانت درجة حرارة الغذاء أعلى من (-10) درجات مئوية أو تبين وجود مؤشرات على إذابة الغذاء ما لم يتم تزويد الجهاز بالدليل المبرر والمبني على أسس علمية حول سلامة وصلاحية الغذاء.
- يجب تزويد كافة أجهزة التبريد بمعدات قياس درجات الحرارة بدقة (+/- 1) درجة مئوية.
- يجب على مسؤول المنشأة الغذائية/ إدارة مقصف المؤسسة التعليمية الاحتفاظ بسجلات قراءات درجات حرارة الغذاء وعلى وثائق معايرة وصيانة أجهزة قياس الحرارة لمدة ثلاث سنوات.

### 5.1.7 عرض وتعبئة الأغذية

- يجب فصل الغذاء الخام والمعروض في المبردات والمجمدات بشكل ملائم عن الغذاء الجاهز للتقديم وذلك لمنع التلوث.
- يجب أن تكون المياه و/أو الثلج الذي من شأنه ملامسة الغذاء بشكل مباشر من مصدر مياه صالحة للشرب، وأن يكون من مصدر ماء نظيف في حال التبريد الكامل للمنتجات السمكية على أن يتم تداولها وتخزينها تحت ظروف تحميها من التلوث.
- يجب المحافظة في جميع الأوقات على درجات حرارة المبردات والثلاجات واتخاذ الاحتياطات الفعالة في حال حدوث انقطاع في التيار الكهربائي.
- يجب عند عرض الغذاء غير المغلف والغذاء الجاهز للتقديم الالتزام بالآتي:
- أن يتم العرض خلف حواجز حماية وضمن درجات حرارة مناسبة وذلك لمنع احتمالية تلوث الغذاء.
- توفير أدوات الخدمة الخاصة بكل غذاء بشكل منفصل أو أي من الوسائل التي من شأنها أن تقلل من احتمالية تلوث الغذاء.
- يجب أن تكون كافة المعدات والأدوات المستخدمة على أسطح عرض الغذاء مصنفة كمواد مسموح بها لغايات الاستخدام الغذائي،



- وخاملة كيميائياً، ويسهل تنظيفها وتعقيمها قبل استخدامها.
- يجب إزالة الغذاء من العرض وذلك عند تجاوزه التوبيخ المعلن لفترة "تاريخ إنتهاء الصلاحية" أو "يفضل استخدامه قبل" أو "يستخدم مع نهاية"، وأن يتم التخلص منه حيثما كان ذلك مناسباً.
- يجب على مسؤول المنشأة الغذائية/المؤسسة التعليمية عند ازالة الأغذية من عبواتها الأصلية لغاية العرض، ضمان توضيح فترة الصلاحية الخاصة بالغذاء، وغيرها من المعلومات الخاصة بسلامة الغذاء عند نقطة البيع.
- يجب مراقبة درجات الحرارة في خزائن العرض وأركان تقديم الخدمة مع الاحتفاظ بالسجلات وفقاً للأحكام الخاصة بالتحكم بدرجات الحرارة الواردة في النظام رقم (6) لسنة 2010.
- في حال استخدام الثلج لغايات التبريد، يجب استخدام كميات كافية منه للحفاظ على درجة الحرارة الملائمة.
- يجب أن لا تكون المواد المستخدمة في التغليف والتعبئة ذات مصدر للخطر أو التلوث.
- يجب أن يتم تخزين مواد التغليف بشكل لا يعرضها لمخاطر التلوث.
- يجب أن يكون التصميم والمواد المستخدمة في التعبئة والتغليف كفيلة بتوفير الحماية الملائمة للغذاء للحد من التلوث ومنع الضرر، وتسمح بوضع المعلومات اللازمة على البطاقة الغذائية.
- يجب أن تتم عمليات التغليف والتعبئة تحت ظروف تسمح بالسيطرة على درجات الحرارة لتجنب تلوث الغذاء، كما يجب ضمان سلامة العبوة ونظافتها وخصوصاً في حال استخدام العبوات المعدنية والزجاجية.
- يجب أن تكون مواد التغليف والتعبئة التي تمت الموافقة على إعادة استخدامها للغذاء، سهلة التنظيف وعند الضرورة التطهير.

#### 5.1.8 نقل وتخزين الأغذية

- يجب أن يتم نقل المواد الغذائية على درجات حرارة ملائمة وبطريقة تمنع تلوثها وتحافظ على سلامتها.
- يجب المحافظة على نظافة وسائل نقل الغذاء بما في ذلك الحاويات التي يعاد استخدامها، والتأكد من صيانتها لحماية الغذاء من التلوث، كما يجب أن يكون الجزء الداخلي من هذه الوسائل معزولاً ببطانة ذات سطح مصقول، أملس، قابل للتنظيف ومضاد للماء.
- يجب فصل الغذاء عن المواد غير الغذائية أثناء عملية النقل.
- يجب فصل الغذاء الجاهز للتقديم عن الغذاء الخام لمنع التلوث التبادلي وذلك في حال نقلهما في وسيلة النقل ذاتها.
- يجب وضع الغذاء بطريقة تسمح بترك مساحة كافية بعيداً عن الجدران و فوق الأرضيات وذلك لتفادي أي انتشار للآفات، وبما يسمح بالتنظيف بسهولة وبالتهوية بطريقة مناسبة.
- يجب أن تكون وسائل نقل الغذاء المبرد والغذاء المجمد ملائمة للغاية، على أن تكون درجة حرارة الهواء الراجع مطابقة للأحكام الخاصة بالتحكم بدرجات الحرارة الواردة في النظام رقم (6) لسنة 2010.
- يجب الغسل والتنظيف والكشف على المواد الخام إلى الحد اللازم لإزالة الأتربة أو غيرها من الملوثات، كما يجب أن تكون المياه المستخدمة في عمليات الغسل أو نقل الغذاء مياه صالحة للشرب.
- يجب أن تكون ظروف تخزين المواد الخام وجميع مكونات الغذاء في المنشأة الغذائية ملائمة وكفيلة للحماية من التلوث ومنع التحلل الضار على أن يكون التخزين مرتفعاً عن الأرض وبعيداً عن الجدران.
- يجب توفير خزائن تبريد و/أو تجميد بحجم كاف لتخزين المواد الخام والغذاء ضمن درجات الحرارة المنصوص عليها في النظام رقم (6) لسنة 2010.



- يجب عدم تخزين المواد الخام، أو مكونات الغذاء، أو المنتجات الوسيطة أو النهائية والتي من المحتمل أن تساهم في تكاثر الكائنات الحية الدقيقة المُمرضة أو المُكوّنة للسموم ضمن درجات حرارة من شأنها أن تؤدي إلى حدوث مخاطر صحية.
- يجب أن تكون المواد ذات مصادر الخطر المحتمل و/أو المواد التي لا تؤكل مُعرّفة بِمُلصق، ومُخزّنة في حاويات منفصلة، ومُحكمة الإغلاق.

#### 5.1.9 مخلفات الغذاء

- يجب فصل وإزالة مخلفات الغذاء والمنتجات الثانوية غير الصالحة للأكل وغيرها من النفايات من أماكن تواجد الغذاء في أسرع وقت ممكن لتجنب تراكمها ولتجنب إحداث أية مخاطر ناجمة عن التلوث التبادلي.
- يجب تخزين مخلفات الغذاء والمنتجات الثانوية غير الصالحة للأكل وغيرها من النفايات في حاويات قابلة للإغلاق، مع التخلص منها بشكل ملائم، على أن تكون هذه الحاويات مصنوعة من مواد مناسبة، ومضادة للتسرب، وعازلة للماء وقابلة للتنظيف أو الإتلاف بسهولة.
- يجب تبويب وتعريف العبوات المستخدمة لغايات حفظ المواد الخطرة، وإقفالها عند الحاجة لمنع تلوث الغذاء سواء بشكل مقصود أو عرضي.
- يجب وضع وتنفيذ إجراءات عمل ملائمة للتخزين والتخلص من مخلفات الغذاء والمنتجات الثانوية غير الصالحة للأكل وغيرها من النفايات.
- يجب تصميم وإدارة مخازن النفايات بشكل يضمن المحافظة على المنشأة نظيفة وخالية من الحيوانات والحشرات.
- يجب أن تكون مناطق النفايات مزودة بوسائل غسيل ذات كفاءة مناسبة، وأن تكون المواقع مبردة حيثما كان ذلك ضروريا.
- يجب التخلص من النفايات والمخلفات بطريقة صحية وصادقة للبيئة حسب ماتحدده الجهة المختصة (مركز أبوظبي لإدارة النفايات - تدوير) بهذا الخصوص.

## 6. معايير التغذية

### 6.1 التغذية في المؤسسات التعليمية

إن تقديم الوجبات والأغذية الصحية في المؤسسات التعليمية يساهم في الحفاظ على صحة وعافية الطلاب، مما يمكنهم من النمو بصورة سليمة والتعلم والاستيعاب على نحو جيد، ولذلك تحرص دائرة الصحة على أن تترافق التدخلات التحسينية على الأغذية التي تقدمها مقاصف المؤسسات التعليمية مع تربية تغذوية تشجع الطلاب على تغيير عاداتهم الغذائية وترسيخ ثقافة الاستمتاع بالأغذية الصحية، والذي سيؤدي بدوره إلى تحسين تغذية الطلاب مع مساعدتهم في تطوير عادات الأكل السليمة. (كما يتم مراعاة الحساسية من بعض الأغذية التي قد يعاني منها بعض الطلاب مثل أنيميا الفول، حساسية القمح، الحساسية من فول الصويا، عدم تحمل اللاكتوز، يؤخذ بعين الاعتبار الذين يعانون من أمراض مزمنة، مثل سكر الأطفال (النوع الأول)، وأمراض الكبد ومتلازمة -الأبيض).

### 6.2 الصحن الغذائي والمجموعات الغذائية

يهدف هذا الجزء إلى توفير التوجيه المناسب عن كيفية تناول الغذاء الصحي.

#### 6.2.1 صحن صحي

تم تصميم الصحن الصحي ليكون بمثابة أداة مرئية تعبر عن المجموعات الغذائية الرئيسية لمساعدة الموردين والطلاب والمعلمين على اختيار خيارات غذائية صحية، ويتصف الصحن الصحي بالخصائص التالية:

##### أ. نوعية الغذاء:

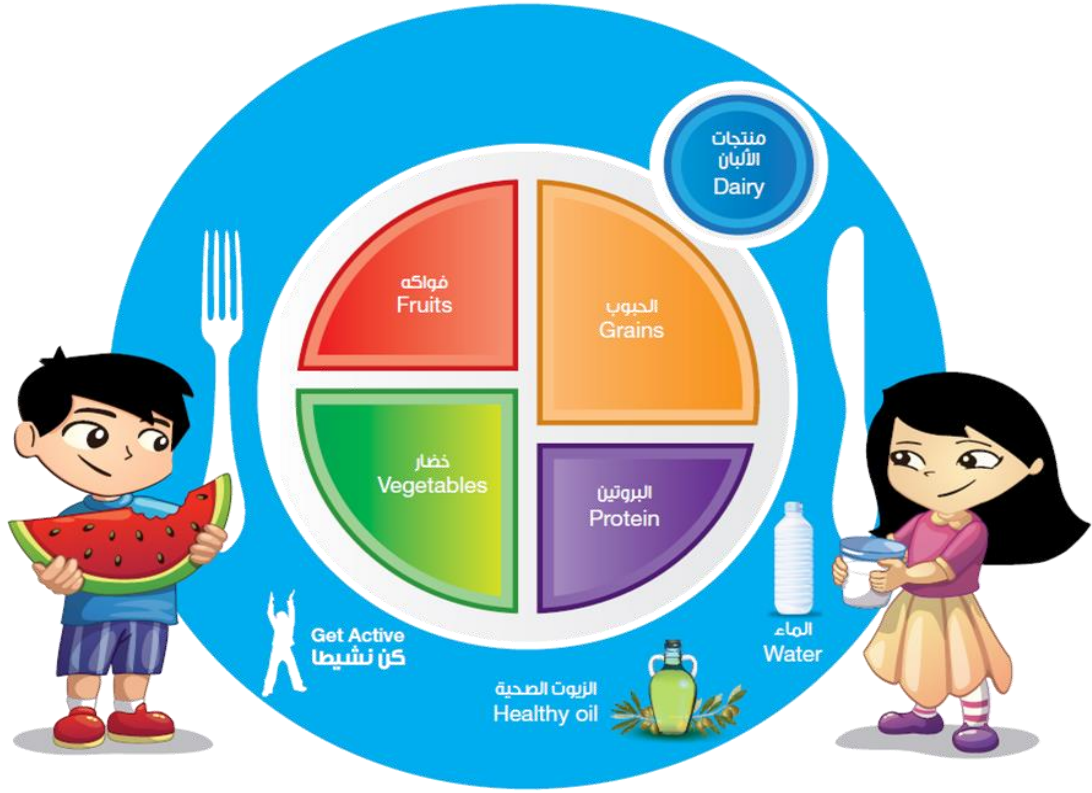
يحث الصحن الغذائي على التنوع في تناول الغذاء بحيث يشمل جميع المجموعات الغذائية الضروري تناولها بشكل يومي ويرمز للمجموعات الغذائية بالألوان المختلفة الموجودة في الصحن.

##### ب. كمية الغذاء:

يمثل هذا الجانب اختلاف كمية الأغذية من المجموعات الغذائية الموصى بتناولها في الصحن.



6.2.2 المجموعات الغذائية





### مجموعة الحبوب

- يرمز لها باللون البرتقالي
- أن يكون ربع الصحن يحتوي على الحبوب الكاملة.

تشمل هذه المجموعة الخبز والحبوب والأرز والمعكرونة مع التوصية بتناول نصف الكمية من الحبوب الكاملة غير منزوعة القشر، حيث أن القشر يحتوي على العديد من الفيتامينات والمعادن والألياف. (وتعتبر الحبوب من المجموعات الأساسية التي يعتمد الجسم عليها للحفاظ على أعمال الجسم المتعددة التي تمدنا بالطاقة والحيوية).

### مجموعة الخضروات

- يرمز لها باللون الأخضر
- ينصح بتناول جميع أنواع الخضروات لا سيما ذات الألوان البارزة مثل الأخضر الغامق، البرتقالي، الأصفر، والأحمر.
- أن يحتوي نصف الصحن على الخضار والفاكهة

### مجموعة الفاكهة

- يرمز لها باللون الأحمر
- ينصح بتناول الفاكهة المتنوعة
- أن يحتوي نصف الصحن على الخضار و الفواكه

### مجموعة الحليب ومشتقاته

- يرمز لها باللون الأزرق
- يحتاج الأطفال إلى ثلاث حصص على الأقل من المنتجات الغنية بالكالسيوم لضمان نموهم بشكل قوي وصحي
- ينصح بتناول الحليب يومياً أو مشتقات الحليب الخالية أو قليلة الدسم . وبالنسبة للأفراد الذين يعانون من عدم تحمل اللاكتوز، ينصح بتوفير مصدر آخر خالي من اللاكتوز مثل حليب الأرز وحليب الصويا غير المحلى.

### مجموعة اللحوم وبدائلها

- يرمز لها باللون الأرجواني
- أن يحتوي ربع الصحن على البروتين
- تشمل الدجاج والأسماك والبيض والبقوليات مثل الفول والعدس والحمص، واللحوم الحمراء والتي ينصح بتناول المنزوعة الدهون منها.

## 6.3 إحتياجات الغذائية

6.3.1 تُعرّف الإحتياجات الغذائية بأنها الكمية الأدنى من العناصر الغذائية والطاقة التي يحتاج إليها جسم الإنسان للنمو والحياة بصحة جيدة.

- إن توفير الإحتياجات الغذائية عند طلبة المؤسسات التعليمية ضروري لعدة أسباب منها:
  - أ. تعتبر التغذية السليمة في المؤسسات التعليمية جزءاً أساسياً لنمو الطلبة والحفاظ على صحتهم.
  - ب. لها دورٌ هامٌ في الوقاية من الأمراض الناجمة عن نقص عنصر أو أكثر من العناصر الغذائية الضرورية في الغذاء المتناول.
  - ت. تؤثر التغذية على الاستيعاب والتحصيل العلمي لدى الطلبة
  - ث- تلعب التغذية السليمة واختيار الأغذية التي تعمل على المحافظة على صحة الأسنان دوراً مهماً في الوقاية من تسوس الأسنان.
  - ج يلعب الغذاء دوراً هاماً لتمكين جسم الإنسان من أداء وظائفه.



6.3.2 نظراً لعدم احتواء أية مادة غذائية واحدة على كل العناصر التي يحتاجها الجسم، لابد للمورد من تنويع الوجبة الغذائية لكي نضمن توفر هذه العناصر عن طريق الغذاء المتوازن الذي يحتوي على كميات كافية من جميع العناصر الغذائية (من المجموعات الغذائية المختلفة). أما في حالة السندوتشات والوجبات الغذائية والسلطات التي يتم تجهيزها في مقصف المؤسسة التعليمية/ المنشأة الغذائية أو توريدها إليه، فيجب توفير جميع البيانات الضرورية للتأكد من استيفاء هذه الأغذية للمتطلبات وللشروط الصحية المذكورة في هذا الدليل.

6.3.3 احتياجات الطلبة للعناصر الغذائية الأساسية حسب الفئة العمرية: تختلف الاحتياجات الغذائية باختلاف أطوار نمو الجسم، كما أنها تختلف من شخص إلى آخر حسب جنسه ونشاطه والتغيرات الفيزيولوجية التي تحدث له.

احتياجات الطالب للعناصر الغذائية الأساسية لوجبة الإفطار والغذاء المدرسي وفقاً للمرحلة العمرية الدراسية						
الغذاء			الإفطار			المكونات الغذائية
المدارس الثانوية	المدارس الإعدادية	المدارس الابتدائية	المدارس الثانوية	المدارس الإعدادية	المدارس الابتدائية	
850 - 750	700 - 600	600-550	600-450	550- 400	500- 350	السرعات الحرارية
35-25	35-25	35-25	35-25	35-25	35-25	الدهون (% من مجموع السرعات الحرارية)
<10	<10	<10	<10	<10	<10	الدهون المشبعة (% من مجموع السرعات الحرارية)
32.5	32.2	15.2	21.8	21.6	10.2	بروتين (غ)
481	440	332	323	296	223	كالسيوم (مغ)
5.9	5.2	3.4	4	3.5	2.3	الحديد (مغ)
39	30	24	26	20	16	فيتامين ج (مغ)
277	241	192	186	162	129	فيتامين أ (وحدة دولية)

#### 6.4 المعايير القياسية الغذائية:

- 6.4.1 تشجيع توفير وتنوع الفواكه، على الأقل ثلاثة أصناف، (إما كاملة أو مقطعة) في وجبتي الإفطار والغداء.
- 6.4.2 توفير على الأقل نوع واحد من سلطة الخضار.
- 6.4.3 أن تكون الخضروات متوفرة يوميا على الغداء مع التنوع بالإضافة إلى توفير على الأقل نوع واحد من الخضار المسلوقة أو المخبوزة أو المشوية.
- 6.4.4 عند تحضير الغذاء يجب استعمال الدجاج منزوع الجلد واللحم خالي من الشحم في حال استخدامهم بوجبات الغذاء.
- 6.4.5 أن تكون السندويشات من الإنتاج اليومي صباحا قبيل التقديم ولا يسمح تقديم السندويشات المعدة قبل ذلك.
- 6.4.6 أن يستخدم دقيق القمح في الخبز الأسمر و لا تقل درجة استخلاصه عن 96%.
- 6.4.7 يلتزم المورد في إعداد وتحضير الوجبات وتقديمها بكافة الاشتراطات الصحية.
- 6.4.8 يجب أن تكون جميع المواد الغذائية الموردة وجميع الأصناف المكونة للوجبات الغذائية الموردة وجميع الأصناف الغذائية المكونة للوجبات المحضرة خالية من مواد مخالفة للشريعة الاسلامية، ومحقة للمتطلبات الواردة في المواصفة القياسية الإماراتية رقم 1-2055 UAE.S GSO، الأغذية الحلال - الجزء الأول : الاشتراطات العامة للأغذية الحلال.
- 6.4.9 أن يكون الغذاء ذا طعم مستساغ ومقبول للطلبة ويقدم بطريقة جذابة.
- 6.4.10 أن يحتوي المنتج المورد على بطاقة البيانات التغذوية.
- 6.4.11 توفر العصير الطبيعي فقط، والذي يتم الحصول عليه بواسطة عمليات الاستخلاص الميكانيكية المباشرة من دون إضافة سكر أو أي مواد مضافة، وألا تزيد الكمية المقدمة عن 200 مل.
- 6.4.12 عند تحضير الأغذية التي تحتوي على مكونات من الدهون يجب استبدالها ببدائل قليلة الدسم (كالحليب قليل الدسم، روب قليل الدسم، جبن قليل الدسم، مايونيز قليل الدسم).





## 6.5 قائمة المواد الغذائية الغير المسموح بتقديمها في مقاصف المؤسسات التعليمية.

### أغذية يمنع بيعها وتوريدها إلى مقاصف المؤسسات التعليمية:

- |  |  |
|--|--|
| المنتجات المسماة منتجات الطاقة بما فيها مشروبات الطاقة       | المكسرات   |
| الشاي المثلج   | الأجبان كاملة الدسم فقط  |
| المشروبات التي تحتوي على كافيين                              | المواد الغذائية التي أضيفت اليها مركب جلوتامات أحادي الصوديوم                                  |
| المشروبات والأغذية التي تحتوي على المحلى الصناعي/بدائل السكر | الكعك والدونات والكرواسون  |
| مشروبات الألبان كاملة الدسم فقط                              | جميع أنواع الأغذية المقلية   |
| المياه المنكهة   | المواد الغذائية التي تحتوي على الدهون المهدرجة   |
| المشروبات الرياضية   | المواد الحارة مثل الشطة السائلة والمجففة   |
| الماء المحلى   | المواد الغذائية التي تحتوي على أية مواد حافظة أو ألوان أو نكهات مصنعة من مواد كيميائية.        |
| شراب الفاكهة بأنواعها  | المواد الغذائية التي تحتوي على مشتقات لحم الخنزير أو مضاف له الكحول (الإيثانول) أو أحد منتجاته |
| الحليب الروب (الزبادي) بالنكهات الصناعية                     | اللحوم المصنعة (كالنقانق، السجق، المرتديلا، سوسيج وغيرها)                                      |
| جميع أنواع العلك (اللبان) والمصاص                            | المواد الغذائية التي تحتوي أو تحضر من حليب جوز الهند والزبدة                                   |
| البفك  | والسمن والشحم وكريم جوز الهند  |
| الحلوى المكونة من السكر والملونات                            | المشروبات الغازية بأنواعها   |
| الشوكولاتة الخالصة   | عصائر ونكتار الفاكهة   |
| الاييس كريم  |  |
| الجيلي   |  |

## 6.6 معايير الأغذية للوجبات الخفيفة المعبأة

يسمح بتوريد الأغذية المعبأة إلى المؤسسات التعليمية اذا توفرت بها المعايير التالية:

- 6.6.1 أن تكون السرعات الحرارية للمنتج تساوي أو أقل من 200 سعة حرارية.
- 6.6.2 أن يكون معدل الصوديوم للمنتج يساوي أو أقل من 320 مغ أي 0.32 غرام لكل 100 غرام من المنتج.
- 6.6.3 أن يكون معدل السكر للمنتج يساوي أو أقل من 2 غرام لكل 100 غرام من المنتج.
- 6.6.4 أن تكون الدهون الكلية أقل من أو تساوي 3 غرام لكل 100 غرام من المنتج.
- 6.6.5 أن تكون الدهون المشبعة أقل من أو تساوي 1 غرام لكل 100 غرام من المنتج.

## 6.7 الأغذية التي تسبب الحساسية وعدم التحمل الغذائي

- 6.7.1 التحسس الغذائي عبارة عن استجابات غير طبيعية من النظام المناعي لجسم الإنسان لأنواع معينة من المواد الغذائية أو أحد مكوناتها حيث يتأثر بعض الأشخاص عند تناولهم بعض الأغذية وتسبب لهم الحساسية وعدم التحمل. كما يمكن أن تكون بعض الأغذية قاتلة بالنسبة للأشخاص الذين يعانون من الحساسية لها.
- 6.7.2 تتراوح نسبة الأشخاص الذين يعانون من الحساسية الغذائية ما بين 2% إلى 2,5%، لذا التوعية في هذا الجانب ضرورية لمنع الضرر. كما ينصح الشخص الذي يعاني من الحساسية الغذائية باستشارة أخصائي التغذية الذي سيقدم له الإرشادات بهذا الخصوص.



6.7.3 على إدارة مقصف المؤسسة التعليمية توفير الدعم المناسب لهذه الفئات بتثقيفهم صحياً و بصورة مستمرة، كما يجب أن تشمل العلامات الغذائية المطبوعة على المادة الغذائية على تحذيرات في حالة احتواءها على هذه المواد. يتوجب على إدارة المؤسسة التعليمية عمل قائمة بأسماء الطلبة الذين لديهم حساسية من بعض الأغذية، وأن يحتفظ مقصف المؤسسة التعليمية بنسخة من هذه القائمة.

6.7.4 أهم الأعراض المرضية الناجمة عن الأغذية التي تسبب الحساسية وعدم التحمل:

- طفح جلدي
- تورم في الجلد
- احتقان في الأنف
- الغثيان
- الإسهال
- الصدمة الناتجة من فرط الحساسية (Anaphylactic Shock).

6.7.5 من أكثر المواد الغذائية التي تسبب الحساسية هي:

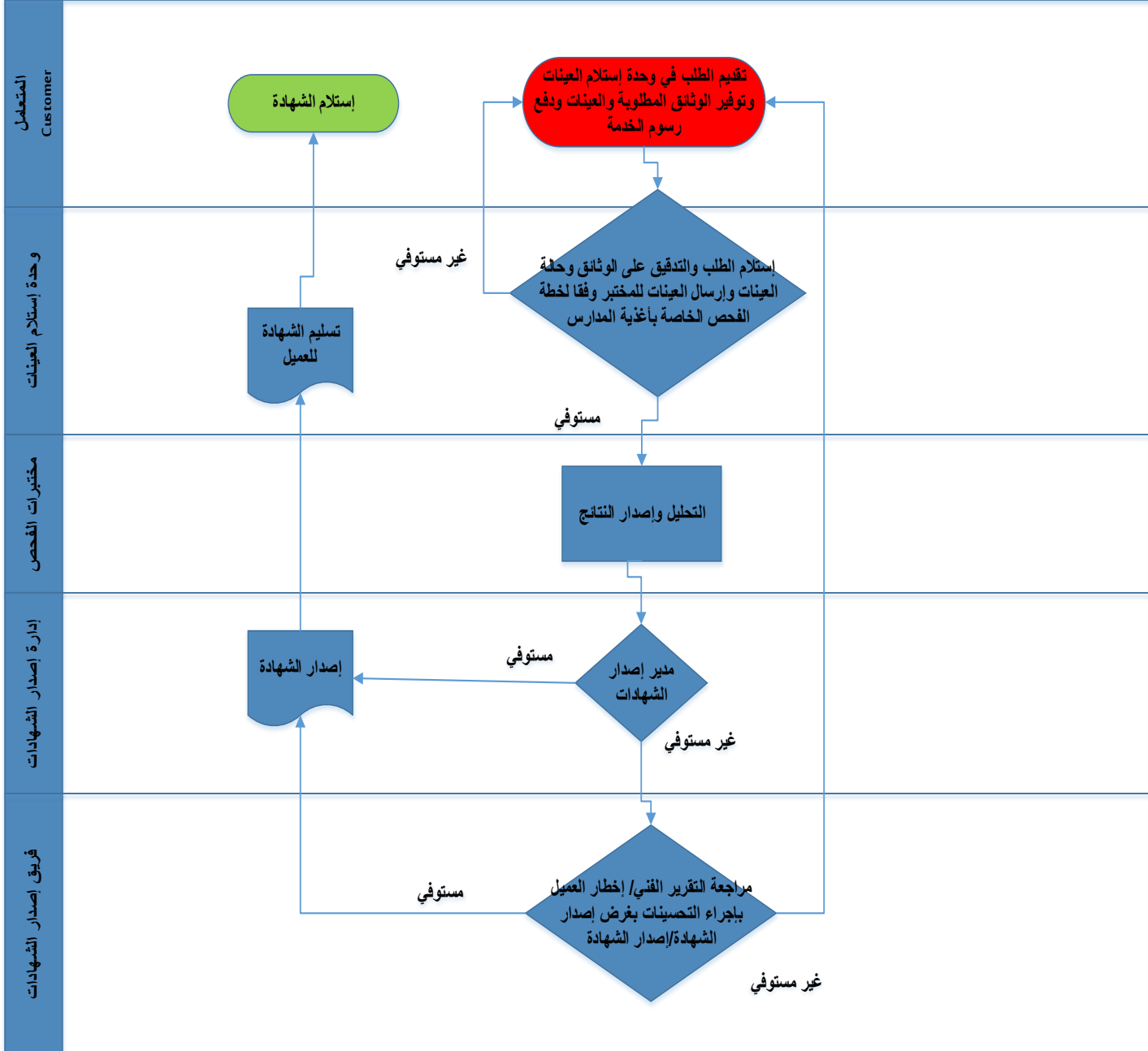
- المكسرات
- الفول السوداني
- البندق البرازيلي، البندق
- اللوز والجوز
- جوز الهند
- الأسماك ومنتجاتها
- القشريات ومنتجاتها
- المحار
- سرطان البحر
- جراد البحر
- الروبيان
- البيض ومنتجاته
- فول الصويا ومنتجاته
- الحنطة والقمح
- مواد كيميائية
- الحليب قد يسبب عدم التحمل الغذائي
- أملاح الكبريتيت

## 7. مطابقة المنتجات المعبأ مع المعايير الواردة في الدليل.

سيقوم مجلس ابوظبي للجودة والمطابقة بضمان مطابقة الأغذية المعبأ التي يتم توريدها للمؤسسات التعليمية عن طريق إصدار شهادة مطابقة منتج لمتطلبات الأغذية المتداولة في المؤسسات التعليمية وفقاً للمخطط التالي:

مخطط سير عملية إصدار شهادة بمرجعية متطلبات أغذية المدارس

Phase





## المراجع

- Abu Dhabi food control Authority .Food Low .low no (02) for the year 2008 with respect to food within the Emirate of Abu Dhabi.
- Abu Dhabi food control Authority .Regulations No.6 – Food hygiene throughout the Food Chain.2010.
- Center for Disease Control and Prevention. 2009. *Nutrition Standards for food in schools*. Georgia: CDC
- Department of Education and Early Childhood Development. 2012. *Healthy Canteen Kit School Canteen and other School Policy*. State of Victoria: NEALS
- Department of Health and Ageing. 2010. *National Healthy School Canteens Guidelines for healthy foods and drinks supplied in school cant*.
- San Francisco Unified School District. (2014). **SFUSD Wellness Policy**. CA: San Francisco Unified School District
- Shiu, L. 2012. Nurturing healthy dietary habits among children and youth in Singapore. *Journal of Asia Pac J Clin Nutr*. Ed 21(1). Pb 144 – 150
- U.S. Department of Agriculture & Food and Nutrition Service. (2008). *Menu Planner for Healthy School Meals*. Washington DC: USDA
- UAE.S/GSO 1971; Hygeinc Conditions for School Canteens and Handled Food.
- United States Department of Agriculture. 2013. Smart Snacks in School USDA’s “All Foods Sold in Schools” Standards. MO: USDA
- USDA. (2017). Choose my plate. Retrieved from [www.choosemyplate.gov](http://www.choosemyplate.gov)
- USDA. (2015). Dietary Guidelines for American 2015. Retrieved from [www.dietaryguidelines.gov](http://www.dietaryguidelines.gov)
- USDA. (2017). Nutrition standards for school meals. Retrived from <https://www.fns.usda.gov/school-meals/nutrition-standards-school-meals>
- World Health Organization & food and Agriculture Organization. (2003). *Report of a Joint WHO/FAO Expert Consultation: Diet, Nutrition and the Prevention of Chronic Diseases*. Geneva: World Health Organization