**«Требования к качеству и безопасности мясной и рыбной продукции.**

Питание является одним из наиболее значимых факторов в жизни человека. Рациональное питание - один из основополагающих моментов сохранения и укрепления здоровья, обеспечивающих гармоничное физическое и нервно-психическое развитие, повышающих сопротивляемость к инфекционным заболеваниям и устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды.

Правильное питание подразумевает под собой употребление сбалансированной по своему качественному и количественному составу пищи. Необходимо знать и соблюдать три основных принципа рационального питания: баланс энергии, баланс веществ, режим приема пищи.

Энергетический баланс – соответствие поступающей с пищей энергии количеству затрачиваемой организмом энергии в процессе жизнедеятельности. Приближённая суточная потребность человека в энергии равна 2700 - 2900 ккал (от 2100 до 4200 ккал/сутки для мужчин и от 1800 до 3050 ккал/сутки для женщин).

Чтобы пища приносила пользу, в ней должны оптимально сочетаться белки, жиры и углеводы, их соотношение должно быть близко к 1:1:4.

В понятие режима питания входят кратность, время приема пищи, интервалы между приемами и распределение ее по энергетической ценности и объему. Необходимо, чтобы промежутки между приемами пищи не превышали 4—5 ч. Оптимальным считается 4-х разовое питание, при этом на завтрак приходится 25 % энергоценности суточного рациона, на обед — 35 %, на полдник (или второй завтрак) — 15 %, на ужин — 25 %.

Следует помнить, что ни один продукт не может полностью удовлетворить потребности организма во всех необходимых веществах. Поэтому только широкий набор продуктов в рационе человека может обеспечить сбалансированное питание. Продукты питания должны быть как животного, так и растительного происхождения.

Мясо и рыба – группа продуктов животного происхождения, занимающих важное место в питании человека, делая его гармоничным благодаря своему составу и питательным свойствам.

Мясо является основным продуктом питания, обеспечивающим поступление в организм прежде всего белков.

Белок - главный строительный материал клеток, сократительных элементов мышц, соединительной и костной ткани, он является обязательным компонентом жизнедеятельности, регулирующим обменные процессы в организме и выполняющим широкий спектр задач. При расщеплении белков в пищеварительном тракте человека образуется более 20 различных аминокислот.

Ценность мяса определяется не только уникальным аминокислотным составом, высокой пищевой ценностью и хорошими вкусовыми качествами, но и содержанием многих полезных минеральных веществ, например железа - компонента, который регулирует уровень гемоглобина в крови человека, а так же натрия, фосфора, магния, соединений серы.

Рыба наряду с мясом является источником полноценного белка, отличающегося от белка теплокровных животных лучшей усвояемостью. Незаменимость и особая ценность рыбной продукции определяется именно хорошо сбалансированным химическим составом. Мясо рыб содержит мало грубой соединительной ткани и богато микроэлементами, витаминами, содержит полиненасыщенные жирные кислоты (омега 3 и омега 6), которые являются строительным материалом для клеточных мембран, снижают уровень вредного холестерина в крови, минимизирует риск развития атеросклероза, что благотворно сказывается на работе кровеносной и сердечно-сосудистой систем.

Помимо всего вышесказанного, следует помнить, что любая пищевая продукция должна быть не только здоровой, но и безопасной как в эпидемическом отношении, так и в отношении содержания в ней веществ различного происхождения, способных нанести немалый вред здоровью, в связи с чем предъявляются строгие требования к процессам её производства, хранения, перевозки, реализации и утилизации, а также требования к маркировке и упаковке.

Перечисленные требования подробно изложены в соответствующих технических регламентах: Технический регламент Таможенного Союза «О безопасности мяса и мясной продукции» (ТР ТС 034/2013), вступившим в силу с 1 мая 2014 года и Технический регламент Евразийского экономического союза «О безопасности рыбы и рыбной продукции» (ТР ЕАЭС 040/2016), вступившем в силу с 1 сентября 2017 года.

Согласно ТР ЕАЭС 040/2016 «О безопасности рыбы и рыбной продукции», к обращению не допускается пищевая рыбная продукция не соответствующая требованиям данного технического регламента, а так же продукция:

а) произведенная из ядовитых рыб семейств Diodontidae (двузубовые, ежи-рыбы), Molidae (луны-рыбы), Tetraodontidae (четырехзубые) и Canthigasteridae (скалозубовые);

б) не соответствующая потребительским свойствам по органолептическим показателям;

в) мороженая, имеющая температуру в толще продукта выше минус 18 °C;

г) подвергнутая размораживанию в период хранения;

д) содержащая опасные для здоровья человека биотоксины (фикотоксины).

е) употребляемые в пищу части которой поражены видимыми паразитами.

При хранении пищевой рыбной продукции должны соблюдаться установленные изготовителем условия хранения с учетом следующих требований:

а) охлажденная пищевая рыбная продукция должна храниться при температуре не выше 5 °C;

б) мороженая пищевая рыбная продукция должна храниться при температуре не выше минус 18 °C;

в) подмороженная пищевая рыбная продукция должна храниться при температуре от минус 3 °C до минус 5 °C;

г) живая рыба и живые водные беспозвоночные должны содержаться в условиях, обеспечивающих их жизнедеятельность, без ограничения срока годности.

Согласно ТР ТС 034/2013 «О безопасности мяса и мясной продукции», после убоя туши и другие продукты убоя подлежат ветеринарно-санитарной экспертизе и клеймению.

В процессе хранения, перевозки и реализации не допускается размораживание замороженных продуктов убоя и мясной продукции.

Мясная продукция, которая в процессе изготовления подвергается копчению, не должна содержать более 0,001 мг/кг бенз(а)пирена.

В мясной продукции для детского питания для детей всех возрастных групп не допускается:

- присутствие бенз(а)пирена;

- использование фосфатов, усилителей вкуса и аромата, бензойной, сорбиновой кислот и их солей, а также комплексных пищевых добавок, в составе которых присутствуют фосфаты, усилители вкуса и аромата, бензойная, сорбиновая кислоты и их соли;

 - использование продовольственного (пищевого) сырья, содержащего генно-инженерно-модифицированные организмы (ГМО);

- использование продуктов убоя с содержанием общего фосфора более 0,2 процента;

- нитрит натрия (нитрит калия) применяется только в виде нитритно-посолочных смесей с массовой долей нитрита натрия (нитрита калия) не более 0,9 процента;

- при производстве консервов для детского питания для детей от 6 месяцев до 3 лет фасование производят в потребительскую тару вместимостью не более 0,25 куб. дм.

Во избежание действий, вводящих в заблуждение потребителей, не допускается:

- содержание название комплекс;

- в составе маркировки мясной продукции использовать слова "произведено из охлажденного сырья" или аналогичные по смыслу слова в случае использования при изготовлении мясной продукции продуктов убоя иного термического состояния, кроме охлажденного;

- маркировка мясной продукции общего назначения с использованием придуманных названий, которые ассоциативно воспринимаются как мясная продукция для детского питания (например, сосиски "Детские", колбаса "Карапузик", "Крепыш", "Топтыжка");

- в наименовании мясной продукции указывается информация о группе (например, "мясной", "мясосодержащий", "мясорастительный", "растительно-мясной") и виде (например, "колбасное изделие", "продукт из мяса", "полуфабрикат", "кулинарное изделие", "консервы", "продукт из шпика", "сухой продукт", "бульон") мясной продукции;

- в случае использования мяса механической обвалки (дообвалки) при изготовлении мясной продукции информация об этом указывается в составе такой продукции (например, "мясо механической обвалки");

- в маркировке мясной продукции в составе такой продукции указывается вода при любом способе ее добавления;

- в маркировке продуктов убоя и мясной продукции, упакованных под вакуумом или в условиях модифицированной атмосферы, должна содержаться соответствующая информация (например, "упаковано под вакуумом", "упаковано в модифицированной атмосфере");

- в маркировке указывается информация о классе мясной продукции;

- в маркировке указывается информация, отражающая предназначение такой продукции для питания детей ("для детей раннего возраста", "для детей дошкольного возраста", "для детей школьного возраста"), или содержится указание на конкретный возраст ребенка, начиная с которого возможно использование данной продукции (например, "для питания детей с 6 лет").

Пищевая рыбная и мясная продукция перед ее выпуском в обращение маркируется единым знаком обращения продукции на рынке государств - членов Таможенного союза.

Для получения консультаций по вопросам законодательства о защите прав потребителей Вы может обратиться в территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по Орловской области в г.Мценске по телефонам: 8 (48646) 4-15-39, 4-15-41, 4-13-08, в рабочие дни понедельник – четверг с 09.00 до 18.00, пятница с 09.00 до 16.45, обеденный перерыв с 13.00 – 13.45. Кроме того, свои обращения Вы можете направить почтовым отправлением (303030, Орловская область, г.Мценск, ул.20 Июля, д.2г), через сайт Управления: <http://57.rospotrebnadzor.ru>, или по факсу 8 (48646) 4-15-39.

Консультации можно получить также в консультационном центре по защите прав потребителей ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Орловской области в г.Мценске» по адресу: Орловская область, г.Мценск, ул. ул.20 Июля, д.2г, телефон: 8 (48646)4-14-54, 4-00-29»

**Ведущий специалист-эксперт ТО Управления Роспотребнадзора по Орловской области в г.Мценске Абрамкина Е.С.**

**И.о.начальника территориального отдела И.А.Мельников**

Исп. Абрамкина Е.С.

8 (48646) 4-13-08