



MAISTO ŽENKLINIMAS SIMBOLIU „RAKTO SKYLUTĖ”

Symbolis „Rakto skylutė”

2014 m. įteisintas Lietuvoje, plačiai naudojamas Švedijoje, Danijoje, Norvegijoje ir Islandijoje.

Šis simbolis sukurtas **Švedijoje** ir taikomas jau **nuo 1989 metų**. Juo ženklinami dešimčių tūkstančių pavadinimų produktai. **Lietuva yra pirmoji kontinentinė Europos Sąjungos valstybė**, prisijungusi prie šios sistemos.

Tai valstybinis, nekomercinis, **savanoriškai taikomas**, nemokamas, pozityvus **maisto produktų sudėties ženklavimas**, skirtas padėti vartotojams lengviau **rasti sveikatai palankesnius maisto produktus tarp kitų panašių produktų**.

„Rakto skylutė“ pažymėti produktai turi kelis kartus **mažiau riebalų, cukraus ir druskos bei daugiau maistinių skaidulinių medžiagų nei kiti panašūs tos pačios grupės maisto produktai**. Neturi būti saldiklių, aliejuje ir (arba) kituose produktams pagaminti naudojamuose riebaluose **gali būti ne daugiau kaip 2 g** pramoninės gamybos riebalų rūgščių transizomerų **100 g** aliejaus ir (arba) riebalų.

papildomai kiti kriterijai visoms grupėms dėl R, cukrų, natrio (druskos) ir skaidulinių medžiagų. Žuvys, jūrų gėrybės, dvigeldžiai ir kiti moliuskai, kurie nebuvo apdoroti, tačiau gali būti padalyti, supjaustyti, be kaulų, susmulkinti, nuvalyti, nuskusti, sumalti, atšaldyti, užšaldyti ar atitirpinti. **Vaisiai ir uogos**, kurie nebuvo apdoroti, tačiau gali būti nuvalyti, supjaustyti, atšaldyti, užšaldyti ar atitirpinti. **Bulvės ir daržovės (švieži).**

TAI SVEIKO MAISTO ŽENKLINIMAS.

Symbolis „Rakto skylutė“



Simbolis „Rakto skylutė“

- LR sveikatos apsaugos ministras **2014 m. sausio 22 d. įsakymu** Nr. V-50 nustatė simbolio „Rakto skylutė“ **naudojimo reikalavimus**
- **www.sam.lt**
<https://www.e-tar.lt/portal/forms/legalAct.html?documentId=42987ff084be11e3aba3d2563f167b94>

Simbolis „Rakto skylutė“

- Simbolis „Rakto skylutė“, **2014 m. įteisintas Lietuvoje**, plačiai naudojamas Švedijoje, Danijoje, Norvegijoje ir Islandijoje.
- Šis simbolis sukurtas **Švedijoje** ir taikomas jau **nuo 1989 metų**. Juo ženklinami dešimčių tūkstančių pavadinimų produktai. **Lietuva yra pirmoji kontinentinė Europos Sąjungos valstybė**, prisijungusi prie šios sistemos. Kitos šalys taip pat svarsto tokią galimybę.

Simbolis „Rakto skylutė“

- Rakto skylutė **simbolizuoja** griežtus **kriterijus**, pro kuriuos „gali pralįsti“ tik juos atitinkantys maisto produktai.
- Tai valstybinis, nekomercinis, **savanoriškai taikomas**, nemokamas, pozityvus maisto produktų sudėties ženklinimas, skirtas padėti vartotojams **lengviau rasti sveikatai palankesnius maisto produktus tarp kitų panašių produktų.**

Simbolis „Rakto skylutė“

- „Rakto skylutės“ ženklavimo principus apibrėžia SAM patvirtinti kriterijais **25-ms maisto produktų grupėms.**
- „Rakto skylute“ pažymėti produktai turi kelis kartus mažiau **riebalų, cukraus ir druskos** **bei daugiau maistinių skaidulinių medžiagų** nei kiti panašūs tos pačios grupės maisto produktai (pvz., liesi jogurtai tarp kitų jogurtų).

Simbolis „Rakto skylutė“

- neturi būti **saldiklių**,
- aliejuje ir (arba) kituose produktams pagaminti naudojamuose **riebaluose gali būti ne daugiau kaip 2 g** pramoninės gamybos **riebalų rūgščių transizomerų 100 g** aliejaus ir (arba) riebalų.
- **papildomai kiti kriterijai visoms grupėms** dėl **R, cukrų, natrio (druskos) ir skaidulinių medžiagų** (Žr. įsakymo lentelę), išskyrus 12 ir 18 grupes, kurios.....

Simbolis „Rakto skylutė“

(ženklinami simboliai be apribojimų)

- **12. Žuvys, jūrų gėrybės, dvigeldžiai ir kiti moliuskai**, kurie nebuvo apdoroti, tačiau gali būti padalyti, supjaustyti, be kaulų, susmulkinti, nuvalyti, nuskusti, sumalti, atšaldyti, užšaldyti ar atitirpinti
- **18. vaisiai ir uogos**, kurie nebuvo apdoroti, tačiau gali būti nuvalyti, supjaustyti, atšaldyti, užšaldyti ar atitirpinti
- **19. bulvės ir daržovės (švieži)**

Kriterijai kai galima ženklinti simboliu „Rakto skylutė“?

Pieno produktai

- **Liesas pienas** ar natūralus jogurtas (iki 0,7 proc. riebumo).
- Pagardintas **liesas jogurtas** (iki 0,7 proc. riebumo ir iki 9 proc. cukraus).
- Švieži sūriai, pavyzdžiui, varškės (**iki 5 proc. riebalų ir iki 0,35 g/100 g natrio**).
- Kiti sūriai, pvz., fermentiniai (iki 17 proc. riebalų ir iki 0,5 g/100 g natrio).
- **Aromatizuoti pieno gaminiai, turintys saldiklių, negali būti ženklinami simboliu „Rakto skylutė“.**

Kriterijai kai galima ženklinti simboliu „Rakto skylutė“?

Mėsa ir perdirbti mėsos produktai

- Šviežia ar smulkinta mėsa, simboliu „Rakto skylutė“ gali būti ženklinama tik tada, **kai turi ne daugiau kaip 10 proc. riebalų**. Šis kriterijus taikomas ir dešroms bei kitiems mėsos produktams. Didžiausias leidžiamas natrio kiekis šiuo metu nenormuojamas, tačiau 2014 m. šalys planuoja šią nuostatą peržiūrėti.

Kriterijai, kai galima ženklinti simboliu „Rakto skylutė“?

Duona ir javų produktai

- Duona, pažymėta simboliu „Rakto skylutė“, privalo turėti nustatyta visagrūdžių produktų kiekį, ne mažiau kaip 7 proc. riebalų bei iki 5 proc. cukraus. Šioje duonoje gali būti ne daugiau kaip 0,5 g natrio / 100 gramų. Javų produktai privalo turėti nustatyta visagrūdžių produktų kiekį.
- Dribsniai ir javainiai privalo turėti tam tikrą kiekį **maistinių skaidulinių medžiagų ir visagrūdžių produktų**, ne daugiau kaip 13 proc. cukraus, iki 7 proc. riebalų ir nedaug druskos.
- Miltai, dribsniai, sausos košės privalo turėti tam tikrą **privalomą kiekį maistinių skaidulinių medžiagų bei visagrūdžių produktų.**

Simboliu negalima ženklini šių produktų

- Padažų, salotų uždarų, tortų, desertinių pyragų, sūrio pyragų, saldžių sausainių, blynų, gaiviųjų ir alkoholinių gėrimų, **sulčių**, džemų, valgomųjų **ledų**, užkandžių, saldainių, **šokolado**, majonezo ir produktų, turinčių saldiklių (nes šių grupių **produktai neatitinka** **simbolio „Rakto skylutė“ ženklinimo koncepcijos dėl palankesnio sveikatai maisto**).

Simboliu negalima ženklini šių produktų

- riešutų,
- sėklų,
- kiaušinių,
- geriamojo ir mineralinio vandens

nes visi šių grupių produktai yra rekomenduotini vartoti, nesiekiant tarp jų išskirti atskirų produktų

Simboliu **negalima ženklini** šių produktų

- sultys,
- nektarai,
- vaisiniai gaivieji gėrimai,
- džiovinti vaisiai

siekiant skatinti vartoti kitus šių grupių produktus (šviežius vaisius, daržoves)

šiuo simboliu neženklinami

Produktai, skirti

vaikams iki trejų metų amžiaus

Kas gali vartoti maisto produktus, pažymėtus simboliu „Rakto skylutė“?

- „Rakto skylutės“ simboliu pažymėti produktai **tinka visiems sveikiems asmenims** – suaugusiesiems ir vaikams. Jie skirti visiems, **norintiems maitintis sveikiau.**
- Maisto produktai, pažymėti simboliu „Rakto skylutė“ **nėra „dietiniai“.**

Ar simboliu „Rakto skylutė“ žymimi ekologiški produktai?

- „Rakto skylutė“ yra mitybinis, ne ekologinis ženklas.
- Maisto produktai, paženklinti simboliu „Rakto skylutė“ yra sveikatai palankesni, nes turi mažiau riebalų, cukraus ir druskos bei daugiau maistinių skaidulinių medžiagų. Tuo tarpu ekologiški produktai **mitybine prasme** nebūtinai yra sveikesni už kitus produktus. Tačiau simbolis „Rakto skylutė“ **gali būti naudojamas kartu su ekologinės žemdirbystės ženklu,** sąžiningo verslo bei kitais panašiais ženklais.

Ekologiško maisto ženklinimas



Ar simboliu „Rakto skylutė“ pažymėti produktai turi daugiau/mažiau maisto priedų?

- Maisto priedus reglamentuoja kiti ES teisės aktai.
- **Reikalavimai yra vienodi** tiek pažymėtiems, tiek nepažymėtiems šiuo simboliu maisto produktams. Vienintelė išimtis – simboliu „Rakto skylutė“ pažymėtuose produktuose visai negali būti saldiklių, nes moksliniai tyrimai rodo, kad saldiklių vartojimas sukelia priklausomybę saldžiam skoniui ir skatina vartoti bet kokius saldžius produktus.

„Maitinimo organizavimo **ikimokyklinio**
ugdymo, bendrojo ugdymo **mokyklose** ir
vaikų socialinės globos įstaigose
TVARKOS APRAŠAS”

(SAM įsakymas, **Žin., 2011**, Nr. 140-6573)

PAKEITIMAI, 2014, isigaliojo nuo 2014-11-01

(TAR, 2014-07-14, Nr. 10242)

Tvarkos aprašas papildomas 5.34 punktu

- **5.34. Maisto produktams, kuriuos galima ženklinti simboliu „Rakto skylutė“, taikomų kriterijų sąrašą, patvirtintą LR sveikatos apsaugos ministro 2014-01-22 įsakymu Nr. V-50 „Dėl maisto produktų ženklinimo simboliu „Rakto skylutė“.**

Vaikams maitinti rekomenduojami šie maisto produktai:

19. Daržovės, bulvės, vaisiai, uogos ir jų patiekalai, sultys, išskyrus citrusinių vaisių ir vynuogių (pageidautina šviežiai spaustos); grūdiniai (duonos gaminiai, kruopų produktai) ir ankštiniai produktai; pienas ir pieno produktai (rauginti pieno produktai, po rauginimo termiškai neapdoroti); nemalta liesa mėsa, liesos mėsos produktai (neužšaldyti); žuvis ir jos produktai (neužšaldyti); aliejus (turi būti mažiau vartojama gyvūninės kilmės riebalų: riebi mėsa ir mėsos produktai turi būti keičiami liesa mėsa, paukštiena, žuvimi ar ankštinėmis daržovėmis; gyvūninės kilmės riebalai ir margarinas, kur įmanoma, keičiami aliejais); **kiaušiniai**; geriamasis **vanduo** ir natūralus mineralinis bei šaltinio vanduo (negazuoti). Maisto produktus rekomenduojama tiekti užaugintus ar pagamintus Lietuvoje, iš ekologinės gamybos ūkių ar išskirtinės kokybės produktų gamintojų, paženklintus simboliu „Rakto skylutė“.

Maisto produktai draudžiami tiekti mokyklose

17. Vaikų maitinimui Mokyklose draudžiamos tiekti šios maisto produktų grupės: bulvių, kukurūzų ar kitokie **traškučiai**, kiti riebaluose virti, skrudinti ar spraginti gaminiai; **saldainiai**; šokoladas ir šokolado gaminiai; **konditerijos gaminiai su glajumi**, glaistu, šokoladu ar kremu; sūrūs **konditerijos-išbraukta gaminiai** (kuriuose druskos daugiau kaip 1g/100 g); maisto produktai bei kramtomoji guma su maisto priedais (šio Tvarkos aprašo 3 priedas); **gazuoti gėrimai**; **energiniai gėrimai**; gėrimai ir maisto produktai, pagaminti iš (arba kurių sudėtyje yra) kavamedžio pupelių **kavos** ar jų ekstrakto; cikorijos, gilių ar grūdų gėrimai (**kavos pakaitalai**); **kisieliai**; sultinių, padažu koncentratai; **rūkyta žuvis**; **konservuoti mėsos ir žuvies gaminiai** (jie leidžiami bendrojo ugdymo įstaigose organizuojamų vasaros stovyklų metu ar sudarant maisto paketus į namus); **nepramoninės gamybos konservuoti gaminiai**; **žlėgtainiai**; **mechaniškai atskirta mėsa** ir jos gaminiai; **subproduktai ir jų gaminiai, išskyrus liežuvius ir kepenis**; maisto papildai; maistas, pagamintas iš genetiškai modifikuotų organizmų (toliau – **GMO**), arba maistas, į kurio sudėtį įeina GMO, maisto produktai, neatitinkantys šio Tvarkos aprašo 4 priede nustatytų kokybės reikalavimų.

4. Tvarkos aprašo reikalavimai privalomi

- Mokyklų ir vaikų socialinės globos įstaigų savininko teises ir pareigas įgyvendinančioms institucijoms ar **savininkams** (atsak. kad būtų sudarytos sąlygos v. maitin. organizuoti)
- **vadovams** (atsak. už v. maitin. organizavimą ir Aprašo nuostatų įgyvend.)
- juridiniams ir fiziniams asmenims, **teikiantiems** vaikų maitinimo ar maisto produktų tiekimo **paslaugas** mokyklose ir vaikų socialinės globos įstaigose (12p.- atsak.už Aprašo kai kurių nuostatų laikymąsi)
- **Maitinimo organizavimui asmens sveikatos priežiūros įstaigose (ligoninėse, reabilitacijos centruose), kuriose vykdomas vaikų ugdymas, Tvarkos aprašo reikalavimai netaikomi.**

Sąvokos ir apibrėžimai

- **Mechaniškai atskirta mėsa**
- **Pritaikytas maitinimas** (užtikrina tam tikro sveikatos sutrikimo nulemtus vaiko individualius m. m. ir energijos poreikius, parenkant toleruojamus maisto produktus, jų gamybos būdą, konsistenciją ir valgymo režimą, **ir yra raštiškai rekomenduojamas gydytojo**)
- **Užkandis** – m. produktas ar patiekalas, **neįtrauktas į pietų valgiaraštį**
- **Papildyta: „Tausojantis patiekalas – šiltas maistas, pagamintas maistines savybes tausojančiu gamybos būdu: virtas vandenyje ar garuose, troškintas, pagamintas konvekciniėje krosnelėje “**

10. Sutartys dėl maitinimo paslaugų teikimo

- Papildyta: „Jei Savininkas ar jo įgaliotas asmuo sudaro sutartį dėl maisto produktų tiekimo Mokykloms ar vaikų soc. globos įstaigoms (toliau – Maisto produktų tiekimo sutartis), Maisto produktų tiekimo sutartyje turi būti numatyta atsakomybė už maisto produktų, neatitinkančių Tvarkos aprašo reikalavimų, tiekimą. Prieš pasirašant Maisto produktų tiekimo sutartį rekomenduojama sudaryti maisto produktų sąrašą su konkrečiais tiekiamų maisto produktų pavadinimais, maisto produktų sudėtimi, fasuotės grynuoju kiekiu”.

20. Patiekalų gaminimo ir patiekimo reikalavimai

- 1. patiekiamas maistas turi būti gaminamas ir patiekiamas **tą pačią kalendorinę dieną**; „šaldytus pusgaminius ar atvėsintą maistą patiekti per 24 val. kaip šiltą maistą leidžiama bendrojo ugdymo mokyklose, kurių virtuvėse yra galimybės tik pašildyti maistą”
- 2. patiekiamas maistas turi būti **kokybiškas, įvairus** ir atitikti saugos reikalavimus **(papildyta dok.)**;
- 3. **pirmenybė** teikiama maistines savybes tausojantiems patiekalų gamybos būdams; **virimui vandenyje ar garuose, troškinimui; - išbraukta**
- 4. gaminant maistą **neturi būti** naudojami prieskonių mišiniai, kurių sudėtyje yra maisto priedų **(dok Nr. koreguotas)**;
- 5. gaminant maistą turi būti naudojama **kuo mažiau druskos ir cukraus**;
- 6. **rūkyti mėsos** gaminiai tiekiami ne dažniau kaip kartą per savaitę, ikimokyklinio ugdymo mokyklose rūkyti mėsos gaminiai vaikų maitinimui neturi būti tiekiami;

20. Patiekalų gaminimo ir patiekimo reikalavimai

- 7. jei patiekalui gaminti naudojama malta mėsa ar žuvis ir virtuvėje yra sąlygos ją sumalti, ji turi būti malama patiekalo gaminimo dieną;
- 8. kiekvieną dieną turi būti patiekta daržovių ir vaisių, rekomenduotina, sezoninių, šviežių;
- 9. tas pats patiekalas turi būti tiekiamas ne dažniau nei kartą per savaitę, išskyrus gėrimus ir užkandžius (reikalavimas netaikomas pritaikyto maitinimo valgiaraščiams);
- 10. **karštas pietų patiekalas** turi būti iš daug baltymų turinčių produktų (mėsa, paukštiena, žuvis, kiaušiniai, ankštiniai augalai, pienas ir pieno produktai) ir angliavandenių turinčių produktų. **Su karštu patiekalu turi būti** patiekiamas daržovių, vaisių arba jų salotų;

20. Patiekalų gaminimo ir patiekimo reikalavimai

- 10. **karštas pietų patiekalas** turi būti iš daug baltymų turinčių produktų (mėsa, paukštiena, žuvis, kiaušiniai, ankštiniai **augalai**, pienas ir pieno produktai) ir angliavandenių turinčių produktų. **Su karštu patiekalu turi būti** patiekama daržovių, vaisių arba jų salotų;
- 11. valgymo metu ant stalų **neturi būti padėta** druskos, pipirų, garstyčių;
- 12. jei tiekama arbata, turi būti sudaryta galimybė atsigerti **nesaldintos arbatos**.
- **13. pienas ir kiti gėrimai vaikams neteikiami šalti, rekomenduojama temperatūra ne žemesnė kaip 15 C;**
- **14. Rekomenduojama, atsižvelgiant į sezoniškumą keisti patiekalus** (pvz., raugintų kopūstų sriubą į šviežių kopūstų sriubą, burokėlių sriubą į šaltibarščius ir pan.)

Geriamasis vanduo

- **21.** Mokyklose ar vaikų socialinės globos įstaigose turi būti sudarytos higieniškos sąlygos **nemokamai atsigerti geriamojo vandens** (rekomenduotina, **kambario temperatūros**, pvz., pilstomo iš geriamajam vandeniui skirtų indų, talpų, automatų ir pan.), net jei vaikai nemaitinami. Rekomenduojama sudaryti galimybę vaikams gauti ir karšto virinto geriamojo vandens. **Ikimokyklinio ugdymo mokyklose vandeniui atsigerti turi būti naudojami asmeninio naudojimo arba vienkartiniai stiklinaitės ar puodeliai**”.

BŪKITE SVEIKI!