

Рекомендации по выбору новогодних подарков

Территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по Красноярскому краю в городе Ачинске в преддверии Нового года обращает внимание на требования к качеству и безопасности при выборе детских подарков, игрушек и новогодней атрибутики.

Сладкие новогодние подарки необходимо приобретать в местах организованной торговли (магазины, супермаркеты, официальные рынки); обращать внимание на маркировку, которая должна быть четкой, читаемой. Информация о наименовании пищевой продукции, сроке годности, условиях хранения, сведениях, позволяющих идентифицировать продукцию, должна наноситься на маркировку, удаление которой с нее затруднено, также упаковка должна быть герметичной, не деформированной.

Маркировка пищевой продукции должна содержать сведения: наименование, состав, дата изготовления, срок годности, условия хранения пищевой продукции, в том числе и после вскрытия упаковки, наименование и место нахождения изготовителя пищевой продукции или фамилия, имя, отчество и место нахождения индивидуального предпринимателя - изготовителя пищевой продукции, показатели пищевой ценности, сведения о наличии в пищевой продукции компонентов, полученных с применением генно-модифицированных организмов, знак обращения продукции на рынке Таможенного союза. Он свидетельствует о том, что продукция прошла все процедуры оценки, установленные Техническими регламентами Таможенного союза.

Срок годности устанавливается по самому скоропортящемуся компоненту, входящему в состав продукта.

В состав новогодних подарков **не должны входить** кремовые кондитерские изделия, йогурты, творожные сырки, молочные продукты.

В состав качественного сладкого набора **могут входить** шоколад, конфеты (желейные, вафельные, с начинкой из суфле), вафли, пряники, печенье (бисквитное, галетное), мягкий ирис, пастила, зефир и мармелад.

В состав кондитерского набора может входить игрушка. Она должна иметь собственную упаковку и маркировку. Также игрушка не должна содержать бьющихся материалов, мелких деталей, в том числе, размер которых во влажной среде увеличивается более, чем на 5%.

Если организаторы новогодних утренников и мероприятий будут самостоятельно комплектовать подарки для детей, они должны иметь документы, подтверждающие качество и безопасность всех составляющих компонентов подарка, а именно декларации соответствия, транспортные накладные на упаковку, игрушки, кондитерские изделия, фрукты и citrusовые, а также сохранять ярлыки-этикетки от пищевых продуктов (кондитерских изделий, citrusовых, фруктов).

Все компоненты, входящие в состав новогодних подарков, должны быть безопасными для здоровья детей:

- маркировка готовых подарков должна соответствовать требованиям ТР ТС 022/2011 «Пищевая продукция в части ее маркировки», упаковка новогоднего подарка должна соответствовать требованиям ТР ТС 005/2011 «О безопасности

упаковки» и выполнена из материалов, предназначенных для контакта с пищевыми продуктами;

- игрушки, входящие в состав новогоднего подарка, должны соответствовать требованиям ТР ТС 008/2011 «О безопасности игрушек»;

- кондитерские изделия, цитрусовые должны соответствовать требованиям ТР ТС 021/2011 «О безопасности пищевой продукции».

Документами, подтверждающими качество и безопасность игрушек, являются сертификат соответствия и декларация о соответствии.

Необходимо иметь в виду, что елочные украшения, искусственные елки и принадлежности к ним, электрогирлянды не рассматриваются как игрушки и технический регламент Таможенного союза «О безопасности игрушек» на них не распространяется.

При приобретении новогодних масок рекомендуем обращать внимание на внешний вид, характер поверхности (сухая, липкая, гладкая), наличие дефектов, характер и интенсивность запаха, устойчивость красителей и материала, из которого изготовлена маска, наличие отверстий для глаз, носовых ходов и рта.

Если качество товаров новогоднего ассортимента вызывает сомнение, лучше воздержаться от покупки.

Не всегда за красивой, яркой и привлекательной упаковкой могут находиться полезные сладости, а иногда и даже опасные.

Важно помнить, что большинство кондитерских изделий характеризуется высоким содержанием легкоусвояемых углеводов (сахаров) и высокой калорийностью (энергетическая ценность кондитерских изделий в расчете на 100 г продукта колеблется от 1200 (мармелад) до 2300 (шоколад) кДж), что может привести к нарушению регуляторного механизма обмена веществ, углеводного обмена, липидного обмена, к дополнительной нагрузке на печень, способствуя развитию болезней желчевыводящих путей, диабета, возникновению кожных заболеваний, аллергических

Простые углеводы способствуют образованию молочной кислоты, которая повышает кислотность, что вредит зубной эмали. К простым углеводам можно отнести сахар, шоколад, конфеты.

Высокая калорийность и нарушение аппетита при употреблении кондитерских изделий приводят к ожирению. А у детей этот процесс происходит в два раза быстрее, чем у взрослых.

При выборе кондитерских изделий следует обращать внимание на содержание пищевых добавок, консервантов, гомогенизированных жиров и масел в составе продукта. Данные ингредиенты не принесут здоровья ребенку. В кондитерских изделиях, предназначенных для детей, должны быть натуральные пищевые ароматизаторы, не маргарин или пальмовое масло, а сливочное масло. Также нужно помнить, что ядра абрикосовой косточки, арахис являются сильными аллергенами, использование которых в питании детей не рекомендуется.

Не стоит включать в подарки для детей кондитерские изделия, содержащие алкоголь более 0,5 % этанола.

Нежелательным компонентом в детских подарках является карамель, в т.ч. леденцовая, а также карамель, к которой относится и любимый детьми чупа-чупс, -

это плавленный сахар с ароматизаторами. Пищевой ценности - ноль, зато идет дополнительная нагрузка на ферментные системы организма, разрушает зубную эмаль.

Чему нужно отдавать предпочтение при формировании новогоднего подарка для ребенка?

Печенье бывает разное, поэтому калорийность различных видов тоже меняется. Так, всем известно, что при диетах, связанных с проблемами ЖКТ, врачи рекомендуют галетное печенье, калорийность которого, к слову, ниже калорийности песочного печенья. Кондитеры выделяют такие основные виды печенья: сахарное, бисквитное, затяжное, песочное, сдобное, сбивное, слоеное, овсяное и галетное.

Из конфет лучше выбрать шоколадные. Шоколад, кроме калорий, содержит еще калий, кальций, магний, фосфор и необходимые организму биофлавоноиды, антиоксиданты, витамины А, С, Е, хотя и в небольших количествах. Шоколад препятствует образованию холестерина, улучшает память, внимание, стимулирует работу сердечнососудистой системы.

Замечательными кондитерскими изделиями для детей являются зефир, пастила, мармелад.

Зефир. В его составе отсутствуют жиры - как животные, так и растительные. Для его производства используют только белки, сахар, фруктово-ягодное пюре и ряд натуральных загустителей, таких как агар-агар, пектин или желатин. Благодаря этому зефир получается низкокалорийным, вкусным. Также он полезен благодаря содержанию в нем пектина, белка, фосфора, железа

Пастила - вкуснейшая и очень полезная сладость. Для производства пастилы используют пюре различных фруктов и ягод. В связи с отсутствием в составе жиров пастила является диетическим продуктом. Для больных диабетом изготавливают пастилу на основе глюкозы.

Мармелад - полезный и малокалорийный десерт с приятным вкусом. Мармелад содержит в себе все «фруктово-ягодные» витамины: А, Е, К, В, D, РР, группы В, макро- и микроэлементы: калий, кальций, фосфор, железо, магний, медь, натрий. Вещества, входящие в состав мармелада, способствуют выведению из организма токсинов и радионуклидов, снижению уровня холестерина, профилактике атеросклероза, нормализации периферического кровообращения.

**Желаем Вам порадовать детей и близких в новогодние праздники
без ущерба их здоровью!**