

BỘ Y TẾ
CỤC AN TOÀN THỰC PHẨM

Số: 1354 /ATTP-NĐTT

V/v bảo đảm ATTP và chế độ dinh dưỡng
cho người lao động, cán bộ tham gia công
tác phòng, chống dịch COVID-19 tại cơ
sở sản xuất, kinh doanh, khu công nghiệp,
khu cách ly

CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
Độc lập – Tự do – Hạnh phúc

Hà Nội, ngày 14 tháng 07 năm 2021

Kính gửi:

- Sở Y tế các tỉnh/thành phố trực thuộc Trung ương;
- Ban Quản lý ATTP tỉnh/thành phố Hồ Chí Minh, Đà Nẵng, Bắc Ninh

Trong thời gian qua, thực hiện chỉ đạo của Bộ Chính trị, Ban Bí thư, Chính phủ, Thủ tướng Chính phủ và Ban chỉ đạo Quốc gia phòng, chống dịch COVID-19, các Bộ ngành, địa phương và nhân dân cả nước đã quyết tâm, cố gắng, nỗ lực từng bước kiểm soát và đẩy lùi dịch bệnh. Tuy nhiên, tình hình dịch bệnh còn diễn biến hết sức phức tạp, nguy cơ lây lan rất cao, nhất là các khu công nghiệp, khu cách ly, nơi tập trung đông người.

Ban chỉ đạo Quốc gia phòng, chống dịch COVID-19 đã ban hành Quyết định số 2194/QĐ-BCĐQG ngày 27/5/2020 về hướng dẫn phòng, chống và đánh giá nguy cơ lây nhiễm dịch COVID-19 tại nơi làm việc và ký túc xá cho người lao động; Bộ Y tế đã ban hành Quyết định số 878/QĐ-BYT ngày 12/3/2020 của Bộ Y tế về việc ban hành hướng dẫn cách ly y tế tại cơ sở cách ly tập trung phòng, chống dịch COVID-19 và Quyết định số 2787/QĐ-BYT ngày 05/6/2021 của Bộ Y tế về việc hướng dẫn các phương án phòng, chống dịch khi có trường hợp mắc COVID-19 tại cơ sở sản xuất, kinh doanh, khu công nghiệp. Để bảo đảm an toàn thực phẩm góp phần vào việc không chế, đẩy lùi dịch bệnh, Cục An toàn thực phẩm đề nghị Sở Y tế, Ban Quản lý an toàn thực phẩm các tỉnh, thành phố hướng dẫn triển khai các nội dung tại các Quyết định nêu trên, trong đó tập trung vào các nội dung sau:

1. Trong chế biến thực phẩm tại các bếp ăn của cơ sở sản xuất, kinh doanh, khu công nghiệp, cơ sở cách ly:

1.1. Thực hiện nghiêm các yêu cầu về điều kiện bảo đảm an toàn thực phẩm trong kinh doanh dịch vụ ăn uống theo quy định tại Khoản 2, Điều 2 Nghị định 155/2018/NĐ-CP ngày 12/11/2018 của Chính phủ về sửa đổi bổ sung một số quy định liên quan đến điều kiện đầu tư kinh doanh thuộc phạm vi quản lý nhà nước của Bộ Y tế.

Đối với cơ sở cách ly tổ chức bếp ăn đã chiến cần đảm bảo:

- Khu vực chế biến, nấu ăn phải đảm bảo vệ sinh, cách biệt với các nguồn ô nhiễm. Bố trí tách biệt với phân khu cách ly.
- Dụng cụ chế biến, ăn uống bảo đảm vệ sinh; bố trí riêng dụng cụ chế biến thực phẩm sống và chín.

- Có đủ nước sạch để sử dụng.
- Thực hiện ăn chín, uống chín; ăn ngay sau khi chế biến (không quá 2 giờ sau khi chế biến).
- Bố trí khu vực rửa tay; rửa tay trước, trong và sau khi chế biến thực phẩm.
- Có thùng đựng rác, có nắp đậy, có đạp chân và có lót túi.
- Thực hiện nghiêm các yêu cầu về điều kiện bảo đảm an toàn thực phẩm theo quy định.

1.2. Người cung cấp dịch vụ ăn uống phải được kiểm tra, giám sát sức khỏe, đảm bảo các điều kiện vệ sinh như đo nhiệt độ, khai báo y tế hằng ngày, đeo khẩu trang và găng tay khi phục vụ; đảm bảo khoảng cách trong quá trình giao nhận thực phẩm.

1.3. Đối với cơ sở cung cấp lương thực, thực phẩm, suất ăn cho cơ sở sản xuất, kinh doanh, khu công nghiệp, cơ sở cách ly: Yêu cầu ký cam kết phòng, chống dịch với Ban quản lý khu công nghiệp, cơ sở sản xuất, kinh doanh, cơ sở cách ly, chính quyền địa phương; phối hợp với các cơ sở sản xuất, kinh doanh, khu công nghiệp, cơ sở cách ly thực hiện việc quản lý danh sách người lao động, lịch trình, thời gian làm việc của người lao động; định kỳ thực hiện xét nghiệm COVID-19 cho toàn bộ người lao động; yêu cầu người lao động thực hiện 5K, ghi lại lịch trình tiếp xúc hàng ngày.

2. Trong việc tổ chức bữa ăn:

2.1. Tại cơ sở sản xuất, kinh doanh, khu công nghiệp:

- Cung cấp các suất ăn cá nhân. Bố trí việc lấy suất ăn theo nguyên tắc một chiều.

Khi xuất hiện trường hợp mắc COVID-19, trường hợp là F1, F2, trong khi thực hiện cách ly, truy vết, khoanh vùng theo quy định, khuyến khích cung cấp suất ăn cho người lao động tại từng vị trí làm việc tùy theo tình hình dịch bệnh tại cơ sở.

- Sắp xếp các ca ăn lệch giờ. Tránh tập trung đông người ở căng tin/phòng ăn trong một khung giờ. Khuyến khích bố trí các khu vực ăn riêng theo từng phân xưởng sản xuất/dây chuyền sản xuất/tổ sản xuất/khu vực sản xuất tại căng tin/phòng ăn của cơ sở.

- Đảm bảo khoảng cách khi ăn, bố trí so le tùy theo tình hình dịch. Lắp vách ngăn giữa các vị trí ngồi ăn. Khuyến khích đánh mã số tại các vị trí ngồi ăn; người ăn ghi lại mã số tại vị trí ngồi ăn của mình để dễ dàng truy vết khi cần.

- Tránh ngồi đối diện, trò chuyện khi ăn. Ăn xong rời khỏi căng tin ngay, tránh tiếp xúc không cần thiết.

- Bố trí khu vực rửa tay, sát khuẩn bàn tay trước và sau khi ăn.

- Thực hiện vệ sinh, thu gom rác thải, khử khuẩn ngay sau mỗi lượt người lao động ăn, uống.

- Có biện pháp hạn chế sử dụng tiền mặt hoặc phiếu ăn để trả tiền ăn.

2.2. Tại cơ sở cách ly:

- Cung cấp suất ăn riêng cho từng trường hợp được cách ly.
- Không ngồi ăn chung.
- Có xe đẩy để chuyển thức ăn cho người được cách ly. Đảm bảo an toàn thực phẩm trong quá trình phân phối thức ăn.
- Bố trí khu vực rửa tay/sát khuẩn bàn tay; rửa tay/sát khuẩn tay trước và sau khi ăn.
- Thu gom rác thải sau khi ăn, uống.

3. Cục An toàn thực phẩm gửi kèm theo công văn này khuyến cáo của Viện Dinh dưỡng về chế độ dinh dưỡng cho người lao động và cán bộ tham gia công tác phòng chống dịch COVID-19 tại cơ sở cách ly để các địa phương hướng dẫn, áp dụng theo điều kiện thực tế.

Trân trọng ./.

Nơi nhận:

- Như trên;
- BT. Nguyễn Thanh Long (để báo cáo)
- TT. Trương Quốc Cường (để báo cáo);
- Cục trưởng (để báo cáo);
- Chi cục ATVSTP các tỉnh, TP trực thuộc TU;
- Lưu: VT, NĐTT.

**KT. CỤC TRƯỞNG
PHÓ CỤC TRƯỞNG**



Nguyễn Hùng Long

KHUYẾN CÁO CHẾ ĐỘ DINH DƯỠNG CHO NGƯỜI LAO ĐỘNG VÀ CÁN BỘ THAM GIA CÔNG TÁC PHÒNG CHỐNG DỊCH COVID-19 TẠI CƠ SỞ CÁCH LY

(Kèm theo Công văn số 1354 /ATTP-NĐTT ngày 14 tháng 7 năm 2021)

I. Nguyên tắc chế độ dinh dưỡng

Cung cấp đủ năng lượng.

Nhu cầu khuyến nghị năng lượng (kcal/ngày) cho người lao động:

Nhóm tuổi	Nhu cầu năng lượng của nam			Nhu cầu năng lượng của nữ		
	Hoạt động thể lực nhẹ	Hoạt động thể lực trung bình	Hoạt động thể lực nặng	Hoạt động thể lực nhẹ	Hoạt động thể lực trung bình	Hoạt động thể lực nặng
20-29 tuổi	2200	2570	2940	1760	2050	2340
30-49 tuổi	2010	2350	2680	1730	2021	2300
50-60 tuổi	2000	2330	2660	1700	1980	2260

Tỷ lệ các chất sinh nhiệt như sau: Protein cung cấp 13-20% năng lượng khẩu phần; Lipid cung cấp 20-25% năng lượng khẩu phần; Glucid cung cấp 55-65% năng lượng khẩu phần.

II. Ước tính thực phẩm trung bình của 1 ngày ăn theo thực đơn gợi ý và quy đổi thực phẩm cho các mức độ lao động

		Hoạt động thể lực nhẹ	Hoạt động thể lực trung bình	Hoạt động thể lực nặng
Bữa sáng	Nhóm cung cấp chất bột đường	80g bánh đa/bánh phở/hủ tiếu	80g bánh đa/bánh phở/hủ tiếu	80g bánh đa/bánh phở/hủ tiếu
	Nhóm cung cấp chất đạm	70g thịt lợn nạc	70g thịt lợn nạc	70g thịt lợn nạc
	Rau xanh	30-50g các loại	30-50g các loại	30-50g các loại
	Tráng miệng	Không	Không	100g Sữa chua
Phụ sáng		Không	Không	Không
Bữa trưa	Nhóm cung cấp chất bột đường	120g gạo tẻ	150g gạo tẻ	180g gạo tẻ
	Nhóm cung cấp chất đạm	- Cá phi lê: 80g - Thịt lợn ba chỉ: 20g - Đậu phụ: 50g - Tôm nõn: 10g	- Cá phi lê: 80g - Thịt lợn ba chỉ: 20g - Đậu phụ: 50g - Tôm nõn: 10g	- Cá phi lê: 80g - Thịt lợn ba chỉ: 20g - Đậu phụ: 50g - Tôm nõn: 10g
	Rau xanh	- 150-200g rau xanh, củ quả	- 150-200g rau xanh, củ quả	- 150-200g rau xanh, củ quả
	Tráng miệng	- 100g Sữa chua	- 100g Sữa chua	- 100g-150g hoa quả
Phụ chiều		- Không	- 180ml sữa tươi	- 180ml sữa tươi

Bữa tối	Nhóm cung cấp chất bột đường	- 100g gạo tẻ	- 120g gạo tẻ	- 150g gạo tẻ
	Nhóm cung cấp chất đạm	- Tôm đồng làm sạch: 60g - Thịt ba chỉ: 30g - Trứng gà công nghiệp: 50g - Thịt lợn nạc: 10g	- Tôm đồng làm sạch: 60g - Thịt ba chỉ: 30g - Trứng gà công nghiệp: 50g - Thịt lợn nạc: 10g	- Tôm đồng làm sạch: 60g - Thịt ba chỉ: 30g - Trứng gà công nghiệp: 50g - Thịt lợn nạc: 10g
	Rau xanh	180-200g rau xanh, củ quả	180-200g rau xanh, củ quả	180-200g rau xanh, củ quả
	Tráng miếng	100-120g hoa quả	100-120g hoa quả	100-120g hoa quả

Lượng thực phẩm ở bảng trên là ước tính theo các thực đơn mẫu tại mục III. Trong trường hợp các bếp ăn tập thể áp dụng cho các thực đơn khác có thể sử dụng đơn vị quy đổi thực phẩm như sau:

- 80g bánh đa/bánh phở/hủ tiếu = 242g bún = 76g miến = 198g phở = 84g gạo nếp.

- 10g thịt lợn nạc = 12g thịt ba chỉ = 9g thịt bò = 9g thịt gà = 11g thịt vịt = 11g tôm biển bỏ vỏ = 10g tôm đồng làm sạch = 11g cá phi lê = 17g đậu phụ = 15g trứng.

III. Thực đơn gợi ý cho người lao động

1. Thực đơn gợi ý cho người lao động hoạt động thể lực nhẹ

- Thực đơn gợi ý cho người lao động hoạt động thể lực nhẹ gồm các đối tượng là nhân viên văn phòng, người nội trợ, giáo viên, người trong khu cách ly...

- Cơ sở tham khảo thực đơn gợi ý này và áp dụng tùy theo điều kiện thực tế.

Bữa	Tên món ăn	Tên các thực phẩm chính	Lượng sống sạch của 1 suất (g)	Trọng lượng đi chợ của 01 suất (g; bao gồm cả thải bỏ)
Bữa sáng	Bánh đa thịt nạc rau cải	Bánh đa	80	80
		Thịt lợn nạc	70	70
		Cải xanh	30	40
		Dầu đậu tương	5	5
Bữa trưa	Cơm	Gạo tẻ máy	120	120
	Cá kho tộ	Cá basa, phi lê	80	90
		Thịt lợn ba chỉ	20	20
	Đậu phụ sốt cà chua	Đậu phụ	50	60
		Cà chua	15	20
		Dầu đậu tương	2	2

	Rau muống xào tỏi	Rau muống	150	190
		Dầu đậu tương	3	3
	Canh bí xanh nấu tôm	Bí đao	50	70
		Tôm nõn	10	10
		Dầu đậu tương	3	3
Sữa chua	Sữa chua có đường	100	100	
Bữa tối	Cơm	Gạo tẻ máy	100	100
	Tôm rang thịt ba chỉ	Tôm đồng	60	70
		Dầu đậu tương	3	3
		Thịt lợn ba chỉ	30	30
	Trứng rán hành	Trứng	50	60
		Dầu ăn	3	3
	Củ quả luộc	Củ cải trắng	50	60
		Su su	50	80
		Cà rốt	30	40
	Canh rau ngót nấu thịt	Rau ngót	50	50
		Thịt lợn nạc	10	10
		Dầu đậu tương	1	1
	Dưa hấu	Dưa hấu	100	190

Giá trị dinh dưỡng khẩu phần: Năng lượng 1925 kcal; Protein: 94 g; Lipid: 51g; Glucid: 274 g. Tỷ lệ P:L:G = 19:24:57

2. Thực đơn gợi ý cho người lao động hoạt động thể lực trung bình

- Thực đơn gợi ý cho người lao động hoạt động thể lực trung bình gồm các đối tượng là nhân viên y tế làm việc trong khu cách ly, khu điều trị tích cực; lực lượng vũ trang làm việc trong khu cách ly; công nhân công nghiệp nhẹ; công nhân xây dựng; lao động nông nghiệp; đánh bắt cá thủy sản...

- Cơ sở tham khảo thực đơn gợi ý này và áp dụng tùy theo điều kiện thực tế.

Bữa	Tên món ăn	Tên các thực phẩm chính	Lượng sống sạch của 1 suất (g)	Trọng lượng đi chợ của 01 suất (g)
Bữa sáng	Bánh đa thịt nạc rau cải	Bánh đa	80	80
		Thịt lợn nạc	70	70
		Cải xanh	30	40
		Dầu đậu tương	5	5
Phụ sáng	Sữa tươi	Sữa tươi có đường	180ml	180ml
Bữa trưa	Cơm	Gạo tẻ máy	150	150
		Cá kho tộ	Cá basa, phi lê	80
	Đậu phụ sốt cà chua	Thịt lợn ba chỉ	20	20
		Đậu phụ	50	60
		Cà chua	15	20
		Dầu đậu tương	2	2
Rau muống xào tỏi	Rau muống	150	190	

		Dầu đậu tương	3	3
		Bí đao	50	70
	Canh bí xanh nấu tôm	Tôm nõn	10	10
		Dầu đậu tương	3	3
		Sữa chua	Sữa chua có đường	100
Bữa tối	Com	Gạo tẻ máy	120	120
	Tôm rang thịt ba chỉ	Tôm đồng	60	70
		Dầu đậu tương	3	3
		Thịt lợn ba chỉ	30	30
	Trứng rán hành	Trứng	50	60
		Dầu ăn	3	3
	Củ quả luộc	Củ cải trắng	50	60
		Su su	50	80
		Cà rốt	30	40
	Canh rau ngót nấu thịt	Rau ngót	50	50
		Thịt lợn nạc	10	10
		Dầu đậu tương	1	1
	Dưa hấu	Dưa hấu	100	190

Giá trị dinh dưỡng khẩu phần: Năng lượng 2250 kcal; Protein: 105g; Lipid: 59g; Glucid: 324 g. Tỷ lệ P:L:G = 18:24:58.

3. Thực đơn gợi ý cho người lao động hoạt động thể lực nặng

- Thực đơn gợi ý cho người lao động hoạt động thể lực nặng gồm các đối tượng là công nhân lâm nghiệp; lực lượng vũ trang trong chiến đấu luyện tập; người lao động trong khu vực mỏ, luyện thép; vận động viên thể thao trong luyện tập, thi đấu...

- Cơ sở tham khảo thực đơn gợi ý này và áp dụng tùy theo điều kiện thực tế.

Bữa	Tên món ăn	Tên các thực phẩm chính	Lượng sống sạch của 1 suất (g)	Trọng lượng đi chợ của 01 suất (g)
Bữa sáng	Bánh đa thịt nạc rau cải	Bánh đa	80	80
		Thịt lợn nạc	70	70
		Cải xanh	30	40
		Dầu đậu tương	5	5
	Sữa chua	Sữa chua có đường	100	100
Bữa trưa	Com	Gạo tẻ máy	180	180
	Cá kho tộ	Cá basa, phi lê	80	90
		Thịt lợn ba chỉ	20	20
	Đậu phụ sốt cà chua	Đậu phụ	50	60
		Cà chua	15	20
		Dầu đậu tương	2	2
	Rau muống xào tỏi	Rau muống	150	190
Dầu đậu tương		3	3	

	Canh bí xanh nấu tôm	Bí đao	50	70
		Tôm nõn	10	10
		Dầu đậu tương	3	3
	Tráng miệng: Chuối	Chuối tây	100	130
Phụ chiều	Sữa tươi	Sữa tươi có đường	180ml	180ml
Bữa tối	Cơm	Gạo tẻ máy	150	150
	Tôm rang thịt ba chỉ	Tôm đồng	60	70
		Dầu đậu tương	3	3
		Thịt lợn ba chỉ	30	30
	Trứng rán hành	Trứng	50	60
		Dầu ăn	3	3
	Củ quả luộc	Củ cải trắng	50	60
		Su su	50	80
		Cà rốt	30	40
	Canh rau ngót nấu thịt	Rau ngót	50	50
		Thịt lợn nạc	10	10
		Dầu đậu tương	1	1
	Dưa hấu	Dưa hấu	100	190

Giá trị dinh dưỡng khẩu phần: Năng lượng 2566 kcal; Protein: 111g; Lipid: 65g; Glucid: 385g. Tỷ lệ P:L:G = 17:23:60.