

## 附件 3-1

# 营养健康餐厅建设指南

**第一条** 根据《健康中国行动（2019-2030 年）》和《国民营养计划（2017-2030 年）》的要求，为指导和规范营养健康餐厅建设，制定本指南。

**第二条** 本指南适用于食品经营主体业态中的餐饮服务经营者。

**第三条** 建设营养健康餐厅，应当达到以下基本要求：

（一）取得《食品经营许可证》。

（二）连续 3 年未发生食品安全事故，连续 2 年未受过食品安全相关的行政处罚。

（三）配备有资质的专（兼）职营养指导人员。

（四）开展形式多样的营养健康知识宣传活动，营造营养健康氛围。

（五）按照国家卫生健康委印发的《餐饮服务食品营养标识指南》对所提供的餐饮食品进行营养标示；餐厅提供自制饮料或甜品时，应当标示添加糖含量。

（六）建立防范和抵制食物浪费制度，并采取措施予以落实。

（七）严格遵守国家相关法律法规，禁止非法食用、交易野生动物，落实卫生防疫相关规定和要求。

（八）按照国家有关规定，实施垃圾分类。

(九) 室内全面禁烟，设置禁止吸烟标识。

#### **第四条** 建设营养健康餐厅的组织管理要求。

(一) 应当设立由餐厅负责人承担主体责任的营养健康餐厅建设工作组，编制和实施年度营养健康餐厅建设与运行计划。

(二) 应当将营养健康餐厅建设列入管理目标，配备场地、设施、人员、技术、资金等支撑条件。

(三) 应当制定建设和运行营养餐厅所需的组织管理细则、营养健康相关工作和岗位责任制度、监督管理制度等，并公告。

(四) 应当建立健全原材料采购制度，保障餐厅所用食材种类丰富、新鲜，减少腌制、腊制及动物油脂类食材的使用。

(五) 鼓励建立健全盐油糖（包括含盐油糖的各种调味品）使用登记制度，并进行人均消费量统计，逐步减少菜品的盐油糖用量和消费者人均盐油糖摄入量。

#### **第五条** 人员培训和考核。

(一) 营养指导人员应当具备为不同人群提供营养配餐和管理的能力，指导采购、配料、加工和营养标示，制定菜单和菜品制作标准，开展营养健康教育，指导服务员帮助消费者合理选餐。

(二) 应当定期组织餐厅负责人、营养指导人员和厨师等进行营养健康知识和防控传染病技能培训。餐厅负责人和营养指导人员每年度应当接受不少于 16 学时培训。上述人

员应当重点接受食品安全及营养健康知识、卫生防疫知识、食物采购、储藏、烹饪以及“三减”等方面的培训，厨师应当接受低盐、低油、低糖菜品制作技能培训。

（三）应当每年组织一次餐厅负责人、营养指导人员、厨师和服务员的岗位能力自我测评和考核。

## **第六条 营造营养健康环境。**

（一）应当建立专门的途径宣传营养健康、传染病防控和文明用餐等知识，充分利用菜单、餐具包装、订餐卡等进行宣传。

（二）应当在就餐场所显著位置宣传《中国居民膳食指南》和中国居民平衡膳食宝塔。

（三）鼓励有可取阅的营养和膳食指导相关宣传资料，并适时更新。

（四）鼓励开展营养健康主题科普宣教活动，并进行宣传。

## **第七条 配餐和烹饪要求。**

（一）食物烹饪方法应当符合营养健康原则。烹饪和加工环节，鼓励优先采用减少营养成分损失和保持自然风味的食物烹饪方法，少用炸、煎、熏、烤等烹饪方法。

（二）鼓励食物多样、合理膳食，菜单中提供全谷物、奶类、新鲜水果、低糖或无糖饮料等供消费者选择。

（三）鼓励提供的套餐符合“能量平衡、营养均衡”原则，并逐步实行标准化。

（四）鼓励不断创新改良菜品，对于低盐、低脂、低糖

菜品进行醒目标示，增加菜单中低盐、低脂、低糖菜品比例。

（五）鼓励推出适合老年人、儿童、肥胖者、高血压、糖尿病等特殊人群的菜品，并进行营养特点描述和说明。

### **第八条** 供餐服务要求。

（一）消费者点餐时，服务员应当给出合理点餐建议、主动介绍菜品营养特点，推荐低盐、低脂、低糖菜品，引导消费者实施光盘行动，不酗酒。

（二）应当依据餐厅和菜品特点，实施分餐制。

（三）应当提供免费白开水或直饮水。

（四）鼓励主动销售小份或者半份菜品、经济型套餐等。

（五）配备洗手、消毒设备或用品。

（六）座位间保持一定距离，避免高密度聚集用餐。

### **第九条** 本指南的有关术语：

菜单：显示餐饮食品信息（包括但不限于品种名称、计量、价格等）的说明物，包括纸质版、电子版等多种形式。

分餐：在用餐过程中，实现餐具、菜（饮）品等的不交叉、无混用的餐饮方式。

### **第十条** 本指南由国家卫生健康委负责解释。

### **第十一条** 本指南自发布之日起施行。