

Väljaandja:  
Akti liik:  
Teksti liik:  
Redaktsiooni jõustumise kp:  
Redaktsiooni kehtivuse lõpp:  
Avaldamismärge:

Sotsiaalminister  
määrus  
terviktekst  
01.01.2010  
Hetkel kehtiv

## Tervisekaitsenõuded toitlustamisele tervishoiu- ja hoolekandeesutuses

Vastu võetud 14.11.2002 nr 131  
[RTL 2002, 131, 1918](#)  
jõustumine 01.01.2003

Muudetud järgmiste aktidega

Vastuvõtmine	Avaldamine	Jõustumine
11.12.2009	<a href="#">RTL 2009, 96, 1437</a>	01.01.2010

Määrus kehtestatakse «[Rahvatervise seaduse](#)» § 8 lõike 2 punkti 4 alusel.

### § 1. Reguleerimisala

(1) Määrus sätestab tervisekaitsenõuded haiglas ööpäevaringselt viibivate patsientide ja ööpäevases hoolekandeesutuses (edaspidi *hooldekodu*) viibivate isikute (edaspidi *kliendid*) toitlustamisele, sealhulgas pakutava toidu koostisele ning toiduenergia- ja toitainetesisaldusele.

(2) Käesoleva määruse nõuded ei kehti haigla ja hooldekodu personali toitlustamise, kliendi eraviisilise söömise ega patsiendi sonditoitudega enteraalse toitlustamise kohta.

### § 2. Terminid

Määruses kasutatakse termineid «[Rahvatervise seaduse](#)», «[Sotsiaalhoolekande seaduse](#)», «[Toiduseaduse](#)», «[Tervishoiuteenuste korraldamise seaduse](#)» ja nende seaduste alusel kehtestatud õigusaktides esitatud tähenduses.

### § 3. Üldnõuded toitlustamise korraldamisele

(1) Haiglas ja hooldekodus peab olema korraldatud klientide toitlustamine ja varustamine nõuetekohase toiduga, vältides seejuures nakkus- ja muu tervisohu tekkimist.

(2) Toitlustamist korraldatakse tervisekaitse-, toiduohutuse- ja hügieeninõuete kohaselt, järgides käesolevas määruses, «[Rahvatervise seaduses](#)», «[Toiduseaduses](#)» ja muudes asjakohastes toidualastes õigusaktides sätestatud nõudeid.  
[[RTL 2009, 96, 1437](#)- jõust. 01.01.2010]

(3) Vanemate kui 1-aastaste laste toitlustamisel järgitakse «[Rahvatervise seaduse](#)» § 8 lõike 2 punkti 4 alusel koolieelses lasteasutuses ja koolis toitlustamisele kehtestatud tervisekaitsenõudeid ning imikute toitlustamisel käesoleva määruse nõudeid.

26.10.2023 16:22

Veaparandus: Parandatud ilmne ebatäpsus sõnas „käesoleva” Riigi Teataja seaduse § 10 lõike 4 alusel.  
[[RTL 2009, 96, 1437](#)- jõust. 01.01.2010]

(4) Toitlustamisel tuleb arvestada klientide tervise seisundit ja vanust, arsti poolt määratud dieettoitlustamise nõudeid ning tervisliku toitumise põhimõtteid.

(5) Haiglas ja hooldekodus antakse süüa kindlaks määratud ajal, lastele vähemalt neli korda (välja arvatud imikud) ja täiskasvanutele vähemalt kolm korda päevas, kui haiguse, päevastatsionaaris viibimise või muul põhjusel ei ole arsti poolt ette nähtud teistsuguseid nõudeid. Vähemalt kolmel söögikorral pakutakse kuuma toitu.

(6) Imikuid peab toitma vähemalt 5 korda päevas, kui arst või muu vastutav tervishoiutöötaja ei ole määranud teistsuguseid nõudeid.

(7) Toitlustusettevõtja peab hooldekodus koostama vähemalt nädalaks iga päeva menüü ja kooskõlastama selle hooldekodus toitlustamist korraldava töötajaga.

(8) Haigla määrab ja kooskõlastab toitlustusettevõtjaga tavatoidu ja dieettoidu tellimise ning menüü koostamise korra.

(9) Menüüs peab toiduvalik olema vaheldusrikas ja tervislik. Menüü koostamisel tuleb võtta aluseks määruse lisades 1 ja 2 esitatud vanuserühma keskmine ööpäevane toiduenergia- ja toitainetevajadus ning arvestada arsti poolt määratud dieettoitlustamise nõudeid. Menüü hindamisel võetakse arvestuse aluseks kahe nädala toidu keskmine toiduenergia ja toitainetevajadus.

(10) Toitlustusettevõtjal peab olema patsiendile pakutava toidu, samuti dieettoidu kohta toitumisalane teave valmistoitude koostisainete, toiduenergia, makrotoitainete (süsivesikud, valgud, toidurasvad ja vesi) ning võimaluse korral kolesterooli-, kiudainete-, kaltsiumi- ja naatriumisalduse kohta.

(11) Hooldekodu ja haigla klientide toitlustamise kord ning päevamenüü pannakse klientidele nähtavasse või teadaolevasse kohta.

#### § 4. Tavatoid

(1) Tavaline päevane toit (edaspidi *tavatoit*) peab rahuldama toitainetevajaduse ja toidust saadav toiduenergia katma kahe nädala keskmise ööpäevase toiduenergiavajaduse.

(2) Tavatoidu toiduenergia- ja toitainetesisalduse osas tehakse muudatusi haigusest tingitud põhjustel ja vajaduse korral määratakse kliendile dieet. Võimaluse korral arvestatakse ka usulistest või eetilistest põhjustest tingitud vajadusi.

(3) Toidurasvade kogus peab katma ööpäevase toidurasvavajaduse ning arvestades, et küllastunud rasvhapped ei tohi moodustada üle 1/3 toidurasvavajadusest.

#### § 5. Dieettoit

(1) Dieettoidu ja dieettoitlustamise korra määrab patsiendile arst või muu vastutav tervishoiutöötaja. Dieedi määramisest teavitatakse patsienti.

(2) Dieettoitude kohta koostatakse dieetide kaupa toitude nimistu (edaspidi *dieettoitude nimistu*) koos andmetega näidustuste ja toitumisalase teabe kohta. Dieettoitude valmistamisel võib lähtuda käesoleva määruse lisas 3 esitatud dieettoitude jaotusest ning toiduenergia- ja toitainetesisaldusest ning arsti poolt määratud erinõuetest.

#### § 6. Raseda ja last rinnaga toitva ema toit

(1) Rase peab alates neljandast raseduskuust saama toiduga lisas 1 esitatud eakohasele toiduenergiavajadusele täiendavalt lisaenergiat 1700 kJ/päevas ehk 255 kcal/päevas.

(2) Last rinnaga toitva ema lisaenergiavajadus on:

- 1) neljanda toitmiskuu lõpuni 2500 kJ/päevas ehk 600 kcal/päevas;
- 2) alates viiendast toitmiskuu 2100 kJ/päevas ehk 500 kcal/päevas;
- 3) osalise rinnaga toitmise korral 1200 kJ/päevas ehk 285 kcal/päevas.

(3) Raseda ja last rinnaga toitva ema toidu valmistamisel kasutatakse jodeeritud soola.

#### § 7. Imiku toit

(1) Imiku toit peab katma imiku ööpäevase toiduenergia- ja valguvajaduse. Arvestuse aluseks võetakse § 3 lõike 9 kohaselt keskmine ööpäevane toiduenergia- ja valguvajadus või toiduenergia- ja valguvajadus imiku kehamassi kilogrammi kohta.

(2) Hooldekodus viibiva imiku toiduks esimese kuue kuu jooksul on rinnapiim või rinnapiima puudumise või vähesuse korral imiku piimasegu ning üle kuue kuu vanuse imiku jätkupiimasegu ja lisatoiduks teraviljatoidud ning imiku ja väikelapselaste, mis peavad vastama «Toiduseaduse» § 14 lõike 5 alusel Vabariigi Valitsuse määrusega eritoidule kehtestatud koostis- ja kvaliteedinõuetele ning eritoidude valmistamiseks kasutatavate ainete ja eritoidu käitlemise suhtes esitatavatele nõuetele ning märgistamise ja muul viisil teabe edastamise erinõuetele ning korrale ning samuti muudes toidualastes asjakohastes õigusaktides sätestatud nõuetele. [RTL 2009, 96, 1437- jõust. 01.01.2010]

(3) HIV-positiivse või narkomaanist ema imiku toitmiseks tuleb kasutada ema rinnapiima asemel imiku piimasegu või jätkupiimasegu.

(4) Lisatoitu (tõhustustoitu) tuleb anda imikule pärast kuuekuuseks saamist, kuid vajaduse korral võib alustada lisatoidu andmist ka varem vastavalt arsti soovitusel.

(5) Uute koostisosade (või, vesi, puljong jt) lisamisel imiku toidu hulka tuleb toit uuesti läbi kuumutada.

### § 8. Serveerimine ja taaskuumutamine

(1) Valmistoitte võib serveerida, säilitada ja vedada tingimustes, mis võimaldavad vältida toidu saastumist, mikroobide paljunemist ja kindlustavad toidu nõuetekohase säilimise kliendile üleandmiseni. Toidu säilitamisel tuleb järgida „Toiduseaduse” ja selle § 22 lõike 2 alusel kehtestatud nõudeid.  
[RTL 2009, 96, 1437- jõust. 01.01.2010]

(2) – (4)

[Kehtetud – RTL 2009, 96, 1437- jõust. 01.01.2010]

(5) Külmsesadmes säilitatud kuumtöödeldud ja jahutatud toit tuleb pärast külmsesadme väljavõtmist ühe tunni jooksul kiiresti taaskuumutada kogu toidu ulatuses vähemalt temperatuurini 75 °C ning seejärel taaskuumutatud toit võimalikult kiiresti serveerida.

(6) Nakkushaiglas ja muus haiglas või hooldekodus, kus on nakkuse edasikandmise oht, tuleb võimaluse korral kasutada ühekordselt kasutatavaid toidunõusid ja vältida kontaktnakkusisolatsioonis olevate patsientide, eriti tuberkuloosihaigete toitlustamisel nakkuse levikut. Toidujagaja ei tohi siseneda ruumi, kus viibib kontaktsolatsioonis olev patsient.

(7) Toidu veol patsientidele peab ka serveerimisvalmis toit olema kaetud.

(8) Enne valmistoidu serveerimist peab vastutav töötaja kontrollima valmistoidu kvaliteeti ja registreerima kontrollitulemused.

### § 9. Toidunõude ja kööginõude pesemine

(1) Toidunõude ja kööginõude pesemise kohta peab olema nõudepesemisjuhend.

(2) Kui tuberkuloosihaigele ja teistele § 8 lõikes 6 nimetatud patsientidele antakse toit tavaliste korduvkasutusega toidunõudega, siis tuleb kasutatud toidunõusid hoida desinfitseerimislahuses enne nende pesemist ja tagastamist nõudepesuruumi.

### § 10. Toidujäätmete eemaldamine

(1) Hooldekodu ja haigla klientide toidu ülejääkide eemaldamine, kogumine, säilitamine, hävitamine ja vedamine peab olema ohutu.

[RTL 2009, 96, 1437- jõust. 01.01.2010]

(2) Haigla kontaktnakkusisolatsioonis olevate patsientide vedelad toidujäägid tuleb valada kanalisatsiooni ja tahked toidujäägid panna bioloogiliste jäätmete kotti või käidelda toidujäägid haigla nakkustõrje korda järgides.

§ 11. [Kehtetu – RTL 2009, 96, 1437- jõust. 01.01.2010]

§ 12. [Kehtetu – RTL 2009, 96, 1437- jõust. 01.01.2010]

### § 13. Määruse jõustumine

(1) Määrus jõustub 1. jaanuaril 2003. a.

(2) Paragrahvi 3 lõige 10 jõustub 1. jaanuaril 2005. a.

Sotsiaalministri 14. novembri 2002. a  
määruse nr 131 «Tervisekaitsenõuded  
toitlustamisele tervishoiu- ja hoolekandeesutuses»  
lisa 1

### KESKMINE ÖÖPÄEVANE TOIDUENERGIA- JA TOITAINETEVAJADUS

Vanuse-rühm	Toiduenergiavajadus <sup>1</sup>		Toitainetevajadus				
	Keskmine		Valgud vähemalt	Toidurasvad		Süsivesikud keskmine ja piirkogused	Vesi <sup>2</sup>
aastat	kJ/päevas	kcal/päevas	g/päevas	g/päevas	% toidu-	g/päevas	liitrit/
				keskmine ja piirkogused <sup>3</sup>			

					energiast		päevas
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Poisid</b>							
1–3	5170	1230	16	48 [41–55]	35±5,0	184 [169–199]	0,8/0,4
4–6	7200	1715	24	62 [57–67]	32,5±2,5	265 [254–276]	0,9/0,5
7–10	8530	2030	31	73 [68–79]	32,5±2,5	311 [299–324]	1,0/0,6
11–14	9830	2340	59	78 [71–84]	30±2,5	350 [335–365]	1,2/0,8
15–18	11300	2700	72	90 [82–98]	30±2,5	394 [376–410]	1,5/0,9
<b>Tüdrukud</b>							
1–3	4900	1165	16	45 [39–52]	35±5,0	173 [159–188]	0,8/0,4
4–6	6490	1545	24	56 [51–60]	32,5±2,5	237 [227–246]	0,9/0,5
7–10	7500	1790	31	60 [55–65]	30±2,5	282 [271–293]	1,0/0,6
11–14	8400	2010	50	67 [62–72]	30±2,5	301 [289–314]	1,2/0,8
15–18	9000	2150	55	72 [66–78]	30±2,5	321 [308–335]	1,5/0,9
<b>Mehed</b>							
19–30	11760	2800	65	93 [85–101]	30±2,5	425 [408–442]	1,5/0,9
31–50	11340	2700	65	90 [82–98]	30±2,5	408 [390–425]	1,4/0,9
51–65	10500	2500	60	83 [76–90]	30±2,5	378 [362–393]	1,2/0,7
Üle 65	9660	2300	55	77 [70–83]	30±2,5	347 [333–362]	1,2/0,7
<b>Naised</b>							
19–30	9240	2200	50	73 [67–79]	30±2,5	335 [321–349]	1,5/0,9
31–50	8820	2100	50	70 [64–76]	30±2,5	318 [305–330]	1,4/0,9
51–65	8400	2000	50	67 [61–72]	30±2,5	300 [288–312]	1,2/0,7
Üle 65	7560	1800	47	60 [55–65]	30±2,5	268 [256–279]	1,3/0,7

<sup>1</sup> Toiduenergia on väljendatud kilodžaulides (kJ) ja kilokalorites (kcal) arvestusega 1 kcal= 4,2 kJ.

<sup>2</sup> Veevajadus: vesi jookidest ja vesi toidust.

<sup>3</sup> Minimaalse soovitatud rasvakoguse korral võetakse maksimaalne süsivesikute kogus, mida vähendatakse valkude koguse võrra, juhul kui valkude kogus on suurem kui tabelis esitatud.

Sotsiaalministri 14. novembri 2002. a  
määruse nr 131 «Tervisekaitseõuded  
toitlustamisele tervishoiu- ja hoolekandeesutuses»  
lisa 2

#### IMIKU TOIDUENERGIA- JA VALGUVAJADUS

Vanus	Toiduenergiavajadus		Valguvajadus	Keskmine toiduenergiavajadus		Keskmine valguvajadus
	kJ/päevas	kcal/päevas	g/päevas	MJ/päevas	kcal/päevas	g/päevas
	kilogrammi kehamassi kohta					
1	2	3	4	5	6	7
<b>Poisid</b>						
1. kuu	519	124	2,69	2,3	545	12,5
1-kuune	485	116	2,04	2,3	545	12,5
2-kuune	456	109	1,53	2,3	545	12,5
3-kuune	431	103	1,37	2,5	590	12,7
4-kuune	414	99	1,25	2,7	635	12,9
5-kuune	404	97	1,19	2,9	690	13,1
6-kuune	397	95	1,15	3,1	740	13,3
7-kuune	395	95	1,12	3,3	780	13,5
8-kuune	387	95	1,09	3,5	825	13,7
9-kuune	414	99	1,07	3,6	855	14,1
10-kuune	418	100	1,06	3,7	890	14,5
11-kuune	437	105	1,04	3,9	920	14,9
<b>Tüdrukud</b>						
1. kuu	519	124	2,69	2,2	515	12,5
1-kuune	485	116	2,04	2,2	515	12,5
2-kuune	456	109	1,53	2,2	515	12,5
3-kuune	431	103	1,37	2,3	555	12,7
4-kuune	414	99	1,25	2,5	595	12,9
5-kuune	404	97	1,19	2,7	645	13,1
6-kuune	397	95	1,15	2,9	685	13,3
7-kuune	395	95	1,12	3,1	725	13,5
8-kuune	387	95	1,09	3,2	765	13,7
9-kuune	414	99	1,06	3,3	795	14,1
10-kuune	418	100	1,04	3,5	830	14,5
11-kuune	437	105	1,02	3,6	865	14,9

Sotsiaalministri 14. novembri 2002. a  
määruse nr 131 «Tervisekaitseõuded  
toitlustamisele tervishoiu- ja hoolekandeesutuses»  
lisa 3

#### DIEETTOITUDE TOIDUENERGIA- JA TOITAINETESISALDUS

Dieedi nimetus	Valgud	Toidurasvad	Süsivesikud	Toiduenergia	
	g	g	g	kcal	MJ
Baasdieet	95	85	340	2500	10,5
	90–100	80–90	330–360	2400–2600	
Mage dieet	95	85	340	2500	10,5
	90–100	80–90	330–360	2400–2600	
Kiudainerikas dieet	80	70	285	2100	8,8
	75–85	65–75	270–300	2000–2200	

Valgurikas dieet	110 100–115	95 90–100	400 370–410	2900 2700–3000	12,2
Piimavaba dieet	95 90–100	85 80–90	340 330–360	2500 2400–2600	10,5
Valguvaene dieet	50 45–55	45 40–50	190 180–200	1400 1300–1500	5,8
Puriinidevaene dieet	80 75–85	70 65–75	285 270–300	2100 2000–2200	8,8
Jääkidevaene dieet	45 40–50	40 34–45	160 150–180	1200 1100–1300	5,0
Operatsioonijärgne dieet	20 15–25	20 15–25	80 65–95	600 500–700	4,0
Ägeda pankretiidi dieet P 1	35 30–40	30 25–35	160 150–180	900 800–1000	4,0
Ägeda pankretiidi dieet P 2	45 40–50	40 35–45	160 150–180	1200 1100–1300	5,0
Ägeda pankretiidi dieet P 3	55 50–60	50 45–55	200 190–220	1500 1400–1600	6,3
Gluteenivaba dieet	80 75–85	70 65–75	285 270–300	2100 2000–2200	8,8
Toiduallergeenidevaba dieet	80 75–85	70 65–75	285 270–300	2100 2000–2200	8,8
Vedel dieet	80 75–85	70 65–75	285 270–300	2100 2000–2200	8,8
Pehme dieet	95 90–100	85 80–90	340 330–360	2500 2400–2600	10,5
<b>Diabeetikute dieet</b>					
Süsivesikute sisaldus 300 g	120	80	300	2400	10
Süsivesikute sisaldus 250 g	100	66	250	2000	8,4
Süsivesikute sisaldus 200 g	80	53	200	1600	6,7
Süsivesikute sisaldus 150 g	60	40	150	1200	5,0
Suhkruhaige vedel dieet	100	66	250	2000	8,4
Suhkruhaige pehme dieet	100	66	250	2000	8,4