

《0~5 周岁儿童营养配餐指南》(送审稿)

编制说明

一、项目背景

(一) 国外内情况简介

目前国内对于 0~5 周岁儿童（从出生到满 6 周岁前）营养配餐指南处于探索完善阶段，且对托幼机构的配餐指导较少。一方面，目前覆盖 0~5 周岁年龄段的儿童营养配餐指南较为缺乏，现有指南多以 0~6 月龄、0~3 周岁（婴幼儿）、3~6 周岁（学龄前儿童）以及 5~6 周岁等年龄段分册编制，以推荐营养素、食物种类和喂养方式为主，缺少指导托幼、托育机构为不同年龄婴幼儿进行带量食谱配制的系统性标准；另一方面，对于托幼机构的营养膳食指导以管理法规和后厨规范居多，缺少带量食谱推荐和配餐指导等规范性操作指南。

1. 当前国内外针对 0~5 周岁这一年龄段的儿童营养配餐多为理论性的营养素和食物种类推荐，缺少面向托幼、托育机构带量食谱制作的系统性指导。

《中国居民膳食指南 2016》为 0~3 周岁婴幼儿及 3~6 周岁学龄前儿童提供了膳食指南，包括关键推荐和实践应用，为国家标准和地方标准及政策法规的制定提供了科学参考。2020 年 5 月国家卫生健康委发布《婴幼儿辅食添加营养指南》，同年 7 月发布《婴幼儿喂养健康教育核心信息》，这些指南均仅涉及营养物质种类和数量的建议。

国家卫生和计划生育委员会于 2017 年发布了《学生餐营养指南》，之后各省市纷纷制定中小学生学习营养配餐的地方标准。相

比于中小學生，0~5 周歲兒童營養配餐相關指南較為缺乏，2021 年 12 月國家衛生健康委辦公廳發布《托育機構嬰幼兒喂養與營養指南（試行）》，指南適用於向 3 周歲以下嬰幼兒提供托育服務的機構，文件提供了每日食物量參照，但是未提及配餐和帶量食譜。國外的相關指南如《美國居民膳食指南 2020~2025》以及美國學校早餐和午餐項目同樣只側重營養素攝入量的推薦，並未進行食譜相關指導。

2. 國內外針對 0~5 周歲兒童營養指導傾向於托幼機構的膳食管理和食堂建設法規，缺乏操作性強的配餐指導建議。

2012 年衛生部衛婦社發布了《托兒所幼兒園衛生保健工作規範》明確了托幼機構在兒童膳食營養方面需要承擔的責任和義務。2019 年國務院辦公廳發布《國務院辦公廳關於促進 3 歲以下嬰幼兒照護服務發展的指導意見》，開啟了中國托育元年，該意見明確指出衛生健康部門負責組織制定嬰幼兒照護服務的政策規範，協調相關部門做好對嬰幼兒照護服務機構的監督管理，負責嬰幼兒照護衛生保健和嬰幼兒早期發展的業務指導。飲食作為生活照護的重要內容，國家衛生健康委於 2021 年 1 月發布《托育機構保育指導大綱（試行）》，提到為嬰幼兒制定膳食計劃和科學食譜的指導建議。同年 6 月食品安全標準與監測評估司印發了《營養與健康學校建設指南》，為中小學校營養與健康學校的建設提出了要求，供幼兒園營養建設參考。同年 12 月發布的《托育機構嬰幼兒喂養與營養指南（試行）》，進一步提出了 3 周歲以下嬰幼兒營養素和食物種類需求量。前期營養與健康托幼機構的建設主要側重健康環境營造、健康技能培養和衛生服務等方面，之後注重膳食營養保障、食品安全和營養健康教育，但是截至目

前国内尚无 0~5 周岁婴幼儿营养配餐指南的国家标准。

国外也有类似的营养与健康学校建设，诸如 2006 年世界卫生组织提出“营养友好学校倡议”，美国的《健康，无饥饿的儿童法案》、欧盟的《欧洲健康学校午餐的营养标准》、澳大利亚的《全国健康学校食堂指南》、日本的《学校供餐法》等均对营养健康学校提出了明确要求，但均未提及营养配餐和带量食谱的细化要求。

综上所述，我国目前缺少 0~5 周岁的儿童营养配餐指南，亟需为托育、托幼机构带量食谱配制编制指南提供规范指导。

（二）标准的必要性和意义

0~5 周岁儿童处于生长发育的关键时期，生理功能还未发育完善，年幼儿童因尚无法自主选择食物，需要家长和其他喂养人员照护，且其自主进食能力有待培养。该年龄段儿童的营养供应和喂养方式不仅会对其体格生长、智力发育、免疫功能等近期及后续健康持续产生至关重要的影响，同时也关系着民族素质的提升和民族的未来。对于儿童的营养健康，政府给予高度关注，《“健康中国 2030”规划纲要》、《中国儿童发展纲要（2021~2030）》等文件强调要全方位保障儿童身心健康，控制 5 周岁及以下儿童的营养相关疾病的发生率。目前，由于缺乏科学合理的喂养方法和积极有效的营养膳食指导，0~5 周岁儿童的营养健康问题比较突出。2019 年深圳市 0~6 个月纯母乳喂养率为 64.9%，5 周岁以下儿童超重率为 12.6%、肥胖率为 2.1%；营养不良的情况仍然存在，5 周岁以下儿童低体重率为 1.3%、生长迟缓率为 1.5%、消瘦率为 1.2%、贫血患病率为 6.0%，其原因可能与开始添加辅食的时间（过早或过迟）以及添加辅食的量（质量

低与数量不足)有关。综上所述,深圳市0~5周岁儿童营养膳食状况亟待改善。

为了改善儿童的营养状况,保障儿童正常生长发育,我国先后出台了《托儿所幼儿园卫生保健管理办法》、《托儿所幼儿园卫生保健工作规范》、《托育机构保育指导大纲(试行)》和《托育机构婴幼儿喂养与营养指南(试行)》等关于幼儿园和托育机构针对0~5周岁儿童的营养和健康的标准和规定等。但是,由于各地的膳食结构和食物供应不同,经济发展水平和营养知识普及程度不同,以及各地托幼机构营养配餐员配备以及相关硬件和软件设施的差异,0~5周岁儿童营养餐和营养健康管理规定的实施和落地还需要与当地情况的标准和指导相结合。为改善深圳市婴幼儿营养健康状况,《深圳经济特区健康条例》第四十五条提出,市卫生健康部门应当会同市场监管、教育等部门制定学生、婴幼儿营养餐标准。学生餐配送企业和中小学校、学前教育机构、婴幼儿照护服务机构食堂应当按照规定配备营养工作人员,供应符合学生、婴幼儿营养餐标准的食品。但现阶段我国婴幼儿照护服务行业尚处于起步阶段,相关政策及指导规范尚不完善,尚无针对0~5周岁儿童营养配餐的标准及指导规范,且现有膳食指南难以得到有效落实,未有针对婴幼儿照护服务机构的相关指南。因此,有必要设立深圳市地方标准来规范托幼机构对0~5周岁儿童营养餐的配制。

二、工作简况

(一) 任务来源

根据深圳市市场监督管理局2021年4月28日发布的《深圳市市场监督管理局关于下达2021年第一批深圳市地方标准计划

项目任务的通知》，由深圳市卫生健康委员会、深圳市慢性病防治中心提出的《婴幼儿营养配餐指南》正式批准立项。该标准由深圳市慢性病防治中心联合中山大学公共卫生学院负责起草，福田区妇幼保健院参与起草工作，计划完成时间为 2022 年 12 月。

参照《中国居民膳食指南（2022）》上的年龄划分以及适应目前婴幼儿托管服务行业和幼儿园的需要，将原立项名称《婴幼儿营养配餐指南》改为《0~5 周岁儿童营养配餐指南》。

（二）起草单位情况

本文件是由深圳市卫生健康委员会提出并归口。深圳市慢性病防治中心为标准研制牵头单位，中山大学公共卫生学院、深圳市福田区妇幼保健院为参与研制单位。

（三）主要工作过程

1. 立项阶段

2021 年 4 月 28 日，《婴幼儿营养配餐指南》正式批准立项。

2. 起草阶段

2021 年 6 月至 2021 年 9 月，成立标准编制组，初步构建标准草案的框架，明确任务和分工。

2021 年 9 月至 2022 年 2 月，通过实地调研、文献资料研究、相关规范性文件查阅，讨论和审视原标准，结合各个标准，提出初步的指南制定方案。

2022 年 2 月底召开了项目组指南编制研讨会，对收集的材料进行整理，并草拟了撰写指南的文本方案，规划了指南编制的工作日程。

2022 年 3 月，开展多次内部讨论，完善标准文本，形成标准初稿。

3. 征求意见阶段

2022 年 3 月下旬将初步编制的配餐指南和编制说明以及征求意见表，通过电子邮件函询儿少卫生、妇幼保健、营养健康、心理卫生、体育卫生及临床营养等领域的众多专家；同时，组织召开研讨会进行面对面交流讨论，以征求相关领域的专家、利益相关方（配餐企业、幼儿园营养配餐人员等）对配餐指南的意见。期间，针对《中国居民膳食指南（2022）》进行的变动，相应对配餐指南和编制说明进行修改，收到反馈的建议 53 条，编制组对收到的 53 条建议进行了分析和处理，其中采纳 40 条，部分采纳 2 条，不采纳 11 条，根据反馈意见修改标准文本。

2023 年 6 月，编制组申请在深圳市市场监督管理局官方网站向社会公开征求意见。收到反馈的建议 16 条，编制组对收到的 16 条建议进行了分析和处理，其中采纳 13 条，部分采纳 0 条，不采纳 3 条，根据反馈意见修改并完善标准文本，形成标准送审稿。

三、主要内容的依据以及与国内领先、国际先进标准的对标情况

主要内容的依据：

本次 0～5 周岁儿童营养配餐指南是在广泛查阅国内外标准、指南及研究文献、项目组讨论修订内容基础上，主要参考《中国居民膳食指南（2022）》、《DB4403/T 36—2019 深圳市中小学生营养配餐指南》及《国家卫健委办公厅关于印发托育机构婴幼儿喂养与营养指南（试行）的通知》，并按最新的标准编写文件要求编写了本配餐指南的文本初稿，将配餐指南的文本初稿及编制说明函询相关领域的专家，整理汇总专家们的意见，进一步完

善配餐指南及编制说明。本配餐指南的编制过程秉持科学性、可行性和实操性的原则进行。

对标情况说明：

（一）本标准的制订根据《中华人民共和国食品安全法》和《中华人民共和国标准化法》及有关法规、规章，按《食品安全国家标准工作程序手册》中的原则要求进行编写。

（二）与本标准相关的法律、法规、标准，主要有《中华人民共和国食品安全法》、《餐饮服务食品安全操作规范》、《托儿所幼儿园卫生保健工作规范》、《儿童喂养与营养指导技术规范（卫办妇社发〔2012〕49号）》、《中国居民膳食指南（2022）》、《中国居民膳食营养素参考摄入量（2013）》、《WS/T 554—2017 学生餐营养指南》、《托育机构婴幼儿喂养与营养指南（试行）（国卫办人口函〔2021〕625号）》、《DB4403/T 36—2019 深圳市中小学生学习营养配餐指南》等。凡上述法律、法规、规章、技术规范、标准中已有相关规定的，本标准都予以吸收和引用。

（三）关键参数设置方面，充分考虑了深圳市0~5周岁儿童营养需求特点、经济发展水平和客观实际的需要，并参照相关的国际标准和国内各类标准的指标要求。

四、主要条款的说明及技术依据

当前《0~5周岁儿童营养配餐指南》主要包括6个章节和3份附录。以下对标准中的章节内容及主要条款进行简要说明。

（一）范围

本文件提供了婴幼儿营养配餐的营养标准、喂养指南、喂养和膳食管理，以及学龄前儿童营养配餐的营养标准、喂养指南、配餐原则、零食选择、喂养和营养餐管理等方面的指导，并给出

了配餐程序建议。

本文件适用于深圳市各类婴幼儿家庭、各类学龄前儿童家庭和照护机构等喂养服务提供者，包括但不限于月子中心、托育机构、托幼机构等。

（二）规范性引用文件

本文件没有规范性引用文件。

（三）术语和定义

为更好理解指南的主要内容，本章节给出了标准编制过程中涉及到的术语和定义：婴幼儿、7~9月龄、10~12月龄、13~24月龄、学龄前儿童、回应式喂养、纯母乳喂养、人工喂养、混合喂养、婴儿配方食品、宏量营养素、带量食谱、辅食、食物多样、添加糖、含糖饮料、餐饮食品营养标识，其中对年龄段进行了清晰的注解，主要参考了《中国居民膳食指南（2022）》、《食品营养成分基本术语》（GB/Z 21922~2008）和《餐饮食品营养标识指南》（国卫办食品函〔2020〕975号）等文件进行编制。

（四）婴幼儿营养配餐指南

本部分内容包括：0~24月龄婴幼儿的营养标准；0~6月龄婴儿喂养指南；7~24月龄婴幼儿喂养指南；0~24月龄婴幼儿的喂养和膳食管理，四大部分。

0~24月龄婴幼儿营养标准参照《中国居民膳食营养素参考摄入量（2013版）》的相关规定整理，指南中表1展示了0~24月龄婴幼儿能量、三大营养物质、微量元素和维生素的适宜摄入量/推荐摄入量，为配餐提供营养素标准。

0~6月龄婴儿喂养指南参考《中国居民膳食指南（2022）》归纳了0~6月龄婴儿母乳喂养指南核心推荐，并介绍了婴儿的

三种喂养方式：母乳喂养、人工喂养和混合喂养，其中重点归纳了母乳储存与使用的注意事项。乳母的营养状况是泌乳的基础，如果哺乳期营养不足，将会减少乳汁分泌量，降低乳汁质量，并影响母体健康；产后情绪、心理、睡眠等也会影响乳汁分泌。因此，本指南中还简要介绍了哺乳期妇女膳食指南的关键推荐，并参考《中国居民膳食指南（2022）》给出乳母每日食物量参考及乳母一日餐食食谱举例，供月子中心为乳母提供科学营养膳食时参考。

7~24月龄婴幼儿喂养指南参考《中国居民膳食指南（2022）》，归纳了7~24月龄婴幼儿喂养指南核心推荐，介绍了辅食添加原则、添加顺序及辅食的合理烹调。结合《婴幼儿辅食添加营养指南》、《中国居民膳食指南（2022）》和《国家卫健委办公厅关于印发托育机构婴幼儿喂养与营养指南（试行）的通知》，指南中列举了7~24月龄婴幼儿辅食添加的时间及建议每日食物量参照、7~24月龄婴幼儿一天膳食安排参照及一日三餐营养带量食谱配餐示例，配餐人员在自行编制带量食谱时，要充分考虑本节的辅食添加原则等内容。

喂养和膳食管理参考《托儿所幼儿园卫生保健工作规范》、《国家卫健委办公厅关于印发托育机构婴幼儿喂养与营养指南（试行）的通知》，提出母乳喂养注意事项；为保证食品安全加强自带食物管理；培养婴幼儿良好的饮食习惯；完善餐厨的规章制度规范；建立陪餐制度，陪餐人员试吃陪吃，确保饮食质量；有特殊膳食需求的，需提供书面证明；在机构内普及推广营养标识。

（五）学龄前儿童营养配餐指南

本部分内容包括：2~5 周岁学龄前儿童的营养标准、喂养指南、配餐原则、零食选择以及喂养和营养餐管理，五大部分。

营养标准参照《中国居民膳食营养素参考摄入量(2013 版)》的相关规定整理，指南中表 5 展示了 2~5 周岁学龄前儿童能量、三大营养物质、微量元素和维生素的适宜摄入量/推荐摄入量，为配餐提供营养素标准。

喂养指南参考《中国居民膳食指南(2022)》归纳 2~5 周岁学龄前儿童喂养指南核心推荐，参考《营养与食品卫生学》第八版归纳 2~5 周岁学龄前儿童喂养原则，这两项对 2~5 周岁学龄前儿童的喂养提供了总体指导。

配餐原则参考《DB4403/T 36—2019 深圳市中小学生营养配餐指南》，归纳 2~5 周岁学龄前儿童的配餐原则，包括食物多样、同类互换，预防元素缺乏和合理烹饪三部分，食物多样、同类互换中提到荤素搭配，参考附录 A 进行同类食物互换，表 6 展示了 2~5 周岁学龄前儿童每日食物种类及数量推荐，附带具体说明，为谷薯、蔬菜水果和鱼禽肉蛋等食物的供给提出合适份量，为供餐机构配制营养餐提供参考；维生素和矿物质是人体必需元素，缺乏将带来疾病和不适，该节提到富含矿物质和维生素的食物，在配制食谱时参考可有效预防元素缺乏；学龄儿童的饮食宜清淡，保持原汁原味，合理烹饪。结合《中国居民膳食指南(2022)》和《国家卫健委办公厅关于印发托育机构婴幼儿喂养与营养指南(试行)的通知》，指南中还列举了 2~5 周岁学龄前儿童一日餐次安排、建议食物量参照、一天膳食安排参照及一日三餐营养带量食谱配餐示例。

零食选择参考《中国儿童青少年零食指南(2018)》《中国居

民膳食指南（2022）》总结了学龄前儿童食用零食需要注意的内容和推荐及限制学龄前儿童食用的零食种类，该部分内容可为托育、托幼机构规范学龄前儿童合理选择零食，提供健康加餐饮食做参考。

喂养和营养餐管理参考《托儿所幼儿园卫生保健工作规范》、《国家卫健委办公厅关于印发托育机构婴幼儿喂养与营养指南（试行）的通知》等国内相关标准，完善餐厨的规章制度规范；建立陪餐制度，陪餐人员试吃陪吃，确保饮食质量；建立健全机构外供餐管理制度，确保机构外来源餐食健康卫生；对机构内的餐饮相关人员统一管理并定期进行培训；儿童餐食的供应要符合各年龄段需求，有特殊膳食需求的，需提供书面证明；在机构内普及推广营养标识。

（六）配餐程序

参考《DB4403/T 36—2019 深圳市中小学生营养配餐指南》，归纳总结餐饮人员配餐步骤及流程图，为配餐人员熟练精准且科学的完成营养配餐提供操作步骤，在原基础上增添了营养标识以及食谱营养素含量评估的内容，配餐流程配有文字解释说明，使配餐程序更加详细、全面，并鼓励各单位使用深圳市政府机构发布的电子配餐系统进行配餐管理。

（七）附录

参考《DB4403/T 36—2019 深圳市中小学生营养配餐指南》、《中国居民膳食营养素参考摄入量（2013）》和《WS/T 554～2017 学生餐营养指南编制》编制三个附录，附录 A 为主要食物互换表，附录 B 为常见富含营养素的食物，可为各类 0～5 周岁儿童照护机构和幼儿园等喂养服务提供者进行带量食谱编制、食物互换与

搭配时提供参考。附录 C 为带量食谱举例,列举 13~24 月龄、2~3 周岁和 4~5 周岁儿童的一周带量食谱,方便根据儿童不同的营养需求量选择合适的食谱,为合理配餐提供了充足的选择和多样的参考。

五、是否涉及专利等知识产权问题

否。

六、重大意见分歧的处理结果和依据

无。

七、实施标准的建议

(一)利用多种渠道、多种方式加强本指南的宣贯,提高人们的知晓率,并对本指南的执行情况进行跟踪调查,并对标准实施效果进行评估,及时发现并解决标准实施过程中存在的问题,适时开展修订完善工作,提升指南的科学性和适用性。

(二)加强使用单位对标准内容的理解和运用,供应符合儿童营养餐标准的食品。

(三)加强与标准使用单位的沟通,收集标准实施过程中的改进建议,不断提升儿童营养配餐服务水平。

八、其他应予说明的事项

无。