



MINISTRI MÄÄRUS

Nr

Nõuded toitlustamisele kinnipidamisasutuses

Määrus kehtestatakse rahvatervishoiu seaduse § 22 lõike 3 alusel.

§ 1. Reguleerimisala

Määrusega kehtestatakse nõuded toitlustamisele ja selle dokumenteerimisele vanglates, kinnipidamiskeskustes ja arestimajades (edaspidi *kinnipidamisasutus*), kus kinnipeetavate, arestialuste ja vahistatute (edaspidi *kinnipeetav*) ning kinnipeetavaga koos viibiva kuni kolmeaastase lapse toitlustamine on korraldatud.

§ 2. Üldnõuded

(1) Pakutav toit peab katma kinnipeetava ööpäevase toiduenergia- ja toitainevajaduse, võtma arvesse kinnipeetava tervises seisundist tulenevaid toitumise erisusi, mille on määranud tervishoiutöötaja, ja arvestama rahvastiku üldisi toitumistavasid.

(2) Kinnipidamisasutus talletab menüüd.

§ 3. Kinnipeetava ööpäevane toiduenergiavajadus

(1) Kinnipeetava ööpäevase toiduenergiavajaduse hindamisel arvestatakse kinnipeetava vanust, sugu, tehtavat tööd ja kehalise aktiivsuse taset (PAL), võttes aluseks määruse lisas 1 nimetatud kehalise aktiivsuse tasemele vastava keskmise toiduenergiavajaduse.

(2) Kehalise aktiivsuse taseme järgi jaotatakse kinnipeetavad kolme rühma:

- 1) vähese kehalise aktiivsusega, põhiliselt ruumis istuvad ja väga vähe liikuvad kinnipeetavad, kelle toiduenergiavajadus vastab 1,4–1,5-kordsele põhiainevahetusele;
- 2) vähese kehalise aktiivsusega, ruumis viibivad, istuva töö või tegevusega vähe liikuvad kinnipeetavad, kelle toiduenergiavajadus vastab 1,6–1,7-kordsele põhiainevahetusele;
- 3) keskmise kehalise aktiivsusega, põhiliselt käimise ja liikumisega vahelduva tegevusega kinnipeetavad, kelle toiduenergiavajadus vastab 1,8–1,9-kordsele põhiainevahetusele.

(3) Toiduenergiavajaduse järgi jaotatakse kinnipeetavad nelja rühma:

- 1) R 1 – 7,1–8,4 MJ (ehk 1700–2000 kcal);
- 2) R 2 – 8,4–9,6 MJ (ehk 2000–2300 kcal);
- 3) R 3 – 9,6–11,3 MJ (ehk 2300–2700 kcal);
- 4) R 4 – 11,3–13,0 MJ (ehk 2700–3100 kcal).

§ 4. Kinnipeetava toit

(1) Kinnipeetava kahe nädala toit peab vastama kinnipeetavate rühma kahe nädala keskmisele toidunormile ning toidust saadav energia peab katma kinnipeetavate rühma keskmise ööpäevase toiduenergiavajaduse või ületama seda, kuid mitte rohkem kui 12%.

(2) Kinnipeetava kahe nädala toidu vitamiinide ja mineraalainete minimaalne vajalik kogus peab vastama määruse lisas 2 nimetatud normidele.

(3) Kinnipeetava kahe nädala toidu keskmine valgukogus peab vastama määruse lisas 3 nimetatud normidele, kuid ei tohi seda ületada rohkem kui 1,5 korda.

(4) Kinnipeetavad, kelle kehamassiindeks on alla 18,5 kg/m², naised pikkusega üle 180 cm ja mehed pikkusega üle 190 cm, peavad saama määruse lisas 1 nimetatud toiduenergiavajadusele vastavat toitu, mis katab toiduenergia lisavajaduse 1260 kJ ehk 300 kcal.

(5) Kahe nädala toiduenergia koguvajadusest peavad moodustama teraviljatooted vähemalt 34%, piimatooted 15%, liha-, kala- ja munatooted kokku kuni 15%, lisatavad rasvad 11%, kartul 9%, puu- ja köögiviljad kokku 9% ning suhkur 7%.

(6) Noortevanglas ja noorteosakonnas kohaldatakse 15–21-aastaste meeste toitlustamisel lisas 1 nimetatud kinnipeetavate rühma R 4 toidunormi ja 15–21-aastaste naiste toitlustamisel kinnipeetavate rühma R 2 toidunormi.

(7) Kui kehalise aktiivsuse tase vastab § 3 lõike 2 punktis 1 sätestatule, võib määrata 15–21-aastastele meestele kinnipeetavate rühma R 3 toidunormi ja 15–21-aastastele naistele kinnipeetavate rühma R 1 toidunormi.

(8) Rasedale kinnipeetavale antakse alates neljandast raseduskuust lisaks tavalisele toidunormile igapäevast lisatoitu.

(9) Raseda lisatoit peab sisaldama vähemalt 6 g valku ning katma toiduenergia lisavajaduse 1260 kJ ehk 300 kcal ja 15–19-aastaselt rasedal 2520 kJ ehk 600 kcal.

§ 5. Menüü koostamine

(1) Kinnipeetava menüü peab olema neljanädalase tsükli jooksul igal nädalal erinev ning vastama ühes kuus lisades 4 ja 5 sätestatud nõuetele.

(2) Toidugruppidest peavad menüüs olema:

- 1) iga päev köögiviljad, puuviljad või marjad ja teraviljatooted;
- 2) iga nädal kala, muna, liha ja piimatooted.

(3) Ühe päeva jooksul toidule lisatud soola kogus võib olla kinnipeetava kohta kuni kolm grammi.

(4) Ühe päeva jooksul toidule ja joogile lisatud suhkrut, mee, siirupi ja mahlakontsentradi kogus võib ühe kuu keskmisena olla kuni 30 grammi kinnipeetava kohta.

(5) Kinnipeetavale tagatakse joogivesi joomise otstarbel.

§ 6. Tervislikel põhjustel teisiti toituva kinnipeetava menüü erisused

Tervislikel põhjustel teisiti toituva kinnipeetava menüü erisuste kavandamisel lähtutakse tervishoiutöötaja soovitudest vastavalt vangistusseaduse § 5¹ lõike 3 alusel kehtestatud andmekogus märgitule ning see planeeritakse koostöös toitlustajaga.

§ 7. Nõuded kinnipeetavaga koos viibiva lapse menüüle

(1) Imiku toidlustamisel tuleb arvestada tervishoiutöötaja soovitusi.

(2) Ühe- kuni kolmeaastasele lapsele peab olema tagatud eakohane, lapse tervises seisundile vastav toit vähemalt neli korda päevas (hommikusöök, lõunasöök, õhtusöök ja ooted), võttes arvesse lastehoius või lasteaias pakutavat toitu ning menüü koostamisel mitmekesise ja tasakaalustatud toitumise põhimõtteid.

(3) Kinnipeetavale tagatakse lapsele toidu valmistamiseks vajalikud vahendid ja sobivad toiduained ettenähtud koguses.

(4) Kui kinnipeetava või lapse tervises seisund lapsele toidu valmistamist ei võimalda, korraldatakse toidlustamine vastavalt lapse vajadustele.

§ 8. Muudel põhjustel teisiti toituva kinnipeetava menüü erisused

(1) Võimaluse piires arvestatakse kinnipeetava religioonist või muudest veendumustest tulenevate toitumistavadeega.

(2) Menüüs tehtud erisuste võimaldamisel lõikes 1 nimetatud põhjustel tagatakse kinnipeetavale piisav toiduenergiakogus ja makrotoitainete vahekord.

(3) Lõikes 1 nimetatud põhjustel jääb mikrotoitainete piisavuse tagamine kinnipeetava enda vastutusele.

§ 9. Määruse jõustumine ja rakendamine

(1) Määrus jõustub 1. septembril 2025. a.

(2) Määruse § 5 ning lisa 4 ja 5 rakendatakse alates 1. septembrist 2026. a.

(3) Määruse §-d 3 ja 4 ning lisa 1–3 kehtivad kuni 31. augustini 2026. a.

(allkirjastatud digitaalselt)

Karmen Joller
sotsiaalminister

(allkirjastatud digitaalselt)

Maarjo Mändmaa
Kantsler

Lisa 1. Toiduenergiavajadus olenevalt vanusest, soost, kehalise aktiivsuse tasemest ja põhiainevahetusest

Lisa 2. Olulisemate vitamiinide ja mineraalainete minimaalsed vajalikud kogused päevas

Lisa 3. Keskmise valguvajadus

Lisa 4. Toiduenergia, põhitoidainete, rasvhapete ja kiudainete sisaldus rühmade kaupa ühe kuu keskmisena

Lisa 5. Vitamiinide ja mineraalainete sisaldus ühe kuu keskmisena