



MINISTRI MÄÄRUS

09.07.2025 nr 29

**Nõuded tootlustamisele
kinnipidamisasutuses**

Määrus kehtestatakse rahvatervishoiu seaduse § 22 lõike 3 alusel.

§ 1. Reguleerimisala

Määrusega kehtestatakse nõuded tootlustamisele ja selle dokumenteerimisele vanglates, kinnipidamiskeskuses ja arestimajades (edaspidi *kinnipidamisasutus*), kus kinnipeetavate, arestiaaluste, vahistatute ja kinnipidamiskeskusesse paigutatud välismaalaste (edaspidi *kinnipeetav*) ning kinnipeetavaga koos viibiva lapse tootlustamine 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 vähemalt nelja nädala 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 liikuivad kinnipeetavad, kelle toiduenergiavajadus vastab 1,4–1,5-kordsele põhiainevahetusele;
- 2) vähese kehalise aktiivsusega, ruumis viibivad, istuva töö või tegevusega vähe liikuivad 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;
- 4) suure kehalise aktiivsusega kinnipeetavad, kelle toiduenergiavajadus vastab 2,0–2,2-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 $18,5 \text{ kg/m}^2$, 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) 15–21-aastaste meeste toidlustamisel kohaldatakse lisas 1 nimetatud kinnipeetavate rühma R 4 toidunormi ja 15–21-aastaste naiste toidlustamisel 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) Põhitoidud, välja arvatud pudrud, peavad vähemalt iga neljanädalase tsükli järel olema erinevad ning vastama ühes kuus lisades 4 ja 5 sätestatud nõuetele. Põhitoidu alla ei kuulu lisandid nagu salat, köögi- ja puuviljad, marjad, leiva- ja saiatooted, magustoit ega joogid.

(2) Menüü koostamisel lähtutakse vähemalt järgmistest toidugruppidest: köögiviljad, puuviljad või marjad, teraviljatooted, kala, muna, liha ja piimatooted.

(3) Ühe kuu keskmisena toidule lisatud soola kogus võib kinnipeetava kohta ühes ööpäevas olla kuni kolm grammi.

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

(5) Kinnipeetavale tagatakse joogivesi joomise otstarbel.

§ 6. Tervislikel põhjustel teisiti toituva kinnipeetava menüü erisused

(1) Tervislikel põhjustel teisiti toituva kinnipeetava menüü erisuste kavandamisel lähtutakse tervishoiutöötaja soovistest vastavalt vangistusseaduse § 5¹ lõike 3 alusel kehtestatud või

muus asjakohases andmekogus või dokumendis märgitule ning see planeeritakse koostöös toitlustajaga.

(2) Menüü erisuste arvestamisel võib jätta määruse lisades nimetatud nõuded järgimata osas, mida konkreetne muudatus sisuliselt puudutab.

§ 7. Nõuded kinnipeetavaga koos viibiva lapse menüüle

(1) Toitlustamisel tuleb arvestada tervishoiutöötaja soovitusi.

(2) 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 tuleb arvestada mitmekesise ja tasakaalustatud toitumise põhimõtteid.

(3) Vanglas viibivale kinnipeetavale tagatakse lapsele toidu valmistamiseks vajalikud vahendid ja sobivad toiduained ettenähtud koguses.

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

§ 8. Muudel põhjustel teisiti toituva kinnipeetava menüü erisused

(1) Võimaluse korral arvestatakse kinnipeetava ja temaga koos viibiva lapse religioonist või muudest veendumustest tulenevate toitumistavadega.

(2) Menüü erisuste arvestamisel võib jätta määruse lisades nimetatud nõuded järgimata osas, mida konkreetne muudatus sisuliselt puudutab.

§ 9. Määruse jõustumine ja rakendamine

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

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

(3) Määruse §-d 3 ja 4 ning lisad 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 põhiaine vahetusest

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