

# الدليل التنظيمي

لاستحداث قوائم طعام  
مناسبة للأشخاص الذين  
يعانون من حساسية الطعام





## تقديم



انطلاقاً من رؤية المملكة العربية السعودية 2030 م والتي تضمنت في أحد أهم محاورها "مجتمع حيوي بيئته عامرة"، وتحقيقاً لرؤية الهيئة العامة للغذاء والدواء في تعزيز الصحة العامة، واستناداً على توصيات منظمة الصحة العالمية التي أكدت على أهمية حماية المستهلك من ضرر التعرض لصدمة حساسية الطعام والتي قد تسبب ردة فعل شديدة ومهددة للحياة وتتطلب تدخلاً طبياً بشكل فوري عند تناول أحد المكونات الغذائية المسببة لحساسية الطعام

فبحسب إحصائيات منظمة الصحة العالمية، يقدر معدل انتشار حساسية الطعام بـ (1-3%) لدى البالغين، و (4-6%) لدى الأطفال. كما أثبتت إحدى الدراسات الوطنية التي قامت بتنفيذها اللجنة الوطنية للتغذية في الهيئة العامة للغذاء والدواء بالتعاون مع باحثين من جامعة طيبة (قسم التغذية السريرية) بأن معدل الإصابة بحساسية الطعام في المملكة يقدر بـ (21.4%)، حيث كان 2273 (15%) من المصابين بحساسية الطعام بعمر 18 سنة وأكبر، و964 (6.4%) من الأشخاص المصابين بحساسية الطعام أقل من عمر 18 سنة. ويعاني مصابي حساسية الطعام في المملكة (23.5%) من عدم توفر خيارات مناسبة لهم عند تناول الطعام خارج المنزل، كما يجد (45.3%) من الذين يعانون من حساسية الطعام صعوبة في اختيار أطعمة مناسبة عبر منصات طلبات الوجبات الغذائية الإلكترونية.

ومن هذا المنطلق واستكمالاً لجهود الهيئة ومسؤوليتها في تعزيز الصحة العامة وحماية المستهلك في هذا الجانب، يسر الهيئة العامة للغذاء والدواء إطلاق "الدليل التنظيمي لاستحداث قوائم طعام مناسبة للأشخاص الذين يعانون من حساسية الطعام"، والمبني على الدراسات الوطنية الصادرة بهذا الشأن وتوصيات اللجنة الوطنية للتغذية، حيث يهدف الدليل إلى:

- تعزيز الصحة العامة وتحسين جودة الحياة.
- توفير غذاء مناسب للأفراد الذين يعانون من حساسية الطعام.
- تقليل معدل الإصابة بأعراض حساسية الطعام والعواقب الناتجة عنها.
- خلق بيئة مطاعم متعددة مناسبة للأشخاص الذين يعانون من حساسية الطعام.
- تسهيل وصول الأفراد لطعام مناسب لحالتهم الصحية.

1

## المجال ونطاق التطبيق



1.1 يختص هذا الدليل بتوفير قوائم طعام مستقلة عن قوائم الطعام الرئيسية خالية من المكونات المسببة للحساسية لتكون مناسبة للأشخاص الذين يعانون من حساسية الطعام.

2.1 ينطبق هذا الدليل على جميع المنشآت الغذائية التي تقدم الطعام للمستهلك خارج المنزل مثل: المطاعم والمقاهي ومحلات الآيس كريم والمخابز والحلويات والكافتيريا، والمطاعم والمقاهي والمخابز الموجودة بداخل المتاجر والسوبرماركت والمنزهات الترفيهية، وفي الكليات والجامعات والجهات الحكومية، ومنصات طلبات الوجبات الغذائية الإلكترونية المتعاقد معها من قبل المنشآت الغذائية.

## المراجع التكميلية



- 1.2 " SFDA.FD 56 " الإفصاح عن مسببات الحساسية في قائمة وجبات المنشآت الغذائية التي تقدم الطعام للمستهلك خارج المنزل."
- 2.2 " SFDA FD 20 " وضع السعرات الحرارية في قائمة وجبات المنشآت الغذائية التي تقدم الطعام للمستهلك خارج المنزل."
- 3.2 " SFDA.FD/ GSO 1021 "الأغذية الخالية من الجلوتين".
- 4.2 " SFDA FD 5001 "العصائر الطازجة والخلطات والمشروبات التي يتم بيعها في محلات العصائر والمطاعم والمقاهي".
- 5.2 " SFDA.FD/GSO 2485 " الاشتراطات الصحية الخاصة بالمطاعم، مطابخ الولاثم، مطاعم الوجبات السريعة والكافيتريا الثابتة والمتنقلة ومطابخ التموين والمعاصر والفنادق".

## التعاريف



### 1.3 حساسية طعام:

هي عبارة عن ردة فعل سلبية من الجهاز المناعي في جسم الإنسان تجاه بعض الأغذية مما قد يسبب أعراض جانبية خطيرة تظهر خلال فترة قصيرة (دقائق أو ساعات)، ولا يوجد علاج لمرضى حساسية الطعام إلا بتجنب الأغذية المسببة لها.

### 2.3 مسببات حساسية الطعام:

هي مكونات موجودة في الغذاء وقد تسبب ردة فعل تحسسي تجاهها، وتكون عادة من بروتينات وعند بعض المصابين فإن الجهاز المناعي يعتقد أن هذه المكونات خطيرة أو غريبة، وردة فعل الجهاز المناعي إلى هذه البروتينات المسببة هو الذي يؤدي إلى حساسية الطعام.

### 3.3 صدمة الحساسية:

هي رد فعل تحسسي شديد وخطير، يمكن أن تعيق التنفس، وتؤدي إلى انخفاض شديد في ضغط الدم، وتؤثر في معدل نبضات القلب، وقد تظهر خلال دقائق من التعرض للمادة المهيجة للحساسية.

# التعاريف

## 4.3 قائمة الطعام (الرئيسية):

هي قائمة بأنواع المأكولات والمشروبات المقدمة في المنشآت الغذائية المذكورة في البند (2.1) حيث يقوم المستهلك من خلالها باختيار أصناف الطعام، بما في ذلك على سبيل المثال لا الحصر، قوائم الإفطار والغداء والعشاء وقوائم أطعمة الأطفال وقوائم الحلوى وقوائم المشروبات، وتكون عادة معلقة في الجزء العلوي أو عند نقاط تلقي الطلب (الكاشير)، أو أماكن طلب الوجبات الخاصة بالسيارات، أو تكون على شكل كتيبات تقدم للمستهلك مباشرة، أو تعرض على تطبيقات الأجهزة الذكية أو المواقع الإلكترونية للمنشآت الغذائية أو على شكل barcode أو QR code (الماسح الضوئي).

## 5.3 المنشأة الغذائية:

أي كيان نظامي يقوم بعمل تعلق بتداول الغذاء خلال مراحل السلسلة الغذائية، ويستثنى من ذلك المطابخ المنزلية للأسرة.

## 6.3 منصات طلبات الوجبات الغذائية الإلكترونية:

موقع أو تطبيق إلكتروني لطلب وتوصيل الطعام من المنشأة الغذائية.

## 7.3 قائمة الطعام الخارجية:

هي قائمة بأنواع المأكولات والمشروبات تقدم للمستهلك خارج المنشأة الغذائية، وغالبًا ما تكون مشابهة لقائمة الطعام الرئيسية.

# التعاريف

## 8.3 السعرات الحرارية:

السعرات الحرارية هي وحدة قياس كمية الطاقة في الطعام، ويتم توضيح كمية الطاقة في الطعام عادة بعبارة سعر حراري أو كيلو سعر حراري.

## 9.3 التلوث الخلطي:

انتقال المواد الضارة أو الأحياء الدقيقة إلى الغذاء الجاهز للتقديم عن طريق اليدين والأسطح الملامسة للغذاء والمعدات والأدوات التي تكون متسخة وتلامس الغذاء الخام ثم تلامس الغذاء الجاهز للتقديم، كما يشمل ملامسة الغذاء الخام أو السائل الناجم عنه للغذاء الجاهز للتقديم.

## 10.3 جلوتين:

يعرف على أنه جزء من بروتين القمح، الجاودار، الشعير، الشوفان أو هجين هذه الأنواع ومشتقاتها، وتكون حساسية لبعض الأشخاص وغير قابلة للذوبان في الماء و0,5 مول من كلوريد الصوديوم.





## الضوابط والاشتراطات

1.4 يجب أن تكون البيانات الخاصة بالمكونات المسببة لحساسية الطعام سهلة الوصول على قوائم الطعام ومكتوبة في مكان واضح للمستهلك النهائي.

2.4 مع عدم الاخلال بما ورد في اللائحة الفنية السعودية الواردة في البند (1.2) يتم تخصيص عدد (2) قائمة طعام منفصلة خالية من المكونات المسببة لحساسية الطعام للمكونات التالية:

1.2.4 الجلوتين مثل: القمح والشعير والشوفان والشيلم والدخن سواء الأنواع الأصلية منها أو المهجنة ومنتجاتها.

2.2.4 البيض ومنتجاته.

3.4 عند تقديم أغذية خالية من الجلوتين، يجب الالتزام بما ورد في اللائحة الفنية الواردة في البند (3.2).

4.4 يمكن لصاحب المنشأة تخصيص قوائم طعام منفصلة إضافية خالية من أحد المكونات المسببة لحساسية الطعام الاثنا عشر الأخرى، وهي كالتالي: القشريات ومنتجاتها، الأسماك ومنتجاتها، الفول السوداني ومنتجاته، المكسرات ومنتجاتها، الحليب ومنتجاته (التي تحتوي على لاکتوز)، الكرفس ومنتجاته، الخردل ومنتجاته، بذور السمسم ومنتجاتها، الرخويات ومنتجاتها، لوبين (الترمس) ومنتجاتها، فول الصويا ومنتجاته، الكبريتيت بتركيز 10 جزء في المليون أو أكثر.

## الضوابط والاشتراطات

- 5.4 أن يتم توفير عدد خمس وجبات طعام على الأقل خالية من المكونات المسببة لحساسية الطعام في القائمة الإضافية، في حال كانت القائمة الرئيسية للمنشأة تحتوي على عدد أكثر من خمس وجبات.
- 6.4 وفي حال كانت المنشأة تقدم عدد أقل من خمس وجبات في القائمة الرئيسية، فإنه يكفي بتوفير وجبة واحدة على الأقل خالية من المكونات المسببة لحساسية الطعام في القائمة الإضافية.
- 7.4 أن تكون قائمة الطعام مستقلة عن قائمة الطعام الرئيسية أو صفحة مستقلة بداخل قائمة الطعام الأساسية سواء كانت معروضة على لوحة خشبية، أو شاشة إلكترونية، أو ورق مقوى، أو كتيبات، أو منشورات، أو تعرض على تطبيقات الأجهزة الذكية أو المواقع الإلكترونية للمنشآت الغذائية، أو أماكن طلب الوجبات الخاصة بالسيارات، أو barcode أو QR code (الماسح الضوئي) أو أي شكل من الأشكال.
- 8.4 أن يوضح داخل المنشأة الغذائية من خلال ملصقات أو لوحات إعلانية وجود قائمة طعام منفصلة مخصصة للأشخاص المصابين بحساسية الطعام.
- 9.4 أن تقوم المنشأة الغذائية بتزويد منصات طلبات الوجبات الغذائية الإلكترونية بقوائم الطعام الخالية من المكونات المسببة لحساسية الطعام.
- 10.4 أن يقوم أصحاب منصات طلبات الوجبات الغذائية الإلكترونية بإدراج قوائم الطعام الخالية من المكونات المسببة لحساسية الطعام تحت قسم خاص يسهل الوصول إليه من قبل المستهلك.

## الضوابط والاشتراطات

- 11.4 أن يقوم صاحب المنشأة الغذائية وكذلك أصحاب منصات طلبات الوجبات الغذائية الإلكترونية بتوضيح خلو وجبات الطعام من المكونات المسببة لحساسية الطعام بأيقونات تشير إلى نوع مسبب حساسية الطعام، تسهيلات على المستهلك للتعرف عليها.
- 12.4 أن يتم توفير قوائم الطعام الخالية من المكونات المسببات لحساسية الطعام على قائمة طلبات الطعام الخارجية.
- 13.4 في حال كانت المنشأة تقوم بتقديم الطعام على شكل بوفيه مفتوح:
- 1.13.4 أن يتم توفير قسم خاص بالأغذية الخالية من المكونات المسببة للحساسية الواردة في البند (1.2.4) و (2.2.4).
- 2.13.4 أن يتم وضع لوحة واضحة للمستهلك توضح القسم الخاص بالمكونات المسببة للحساسية.
- 14.4 مع عدم الاخلال بما ورد في اللائحة الفنية السعودية الواردة في البند (2.2)، يجب أن تكون الوجبات الخالية من المكونات المسببة لحساسية الطعام موضحة السعرات الحرارية.
- 15.4 يجب أن يتم طباعة العبارة التالية: (البيانات التغذوية متاحة عند الطلب) على قائمة الطعام الخالية من المكونات المسببة لحساسية الطعام كما ورد في البند (2.2).

## الضوابط والاشتراطات

- 16.4 مع عدم الاخلال بما ورد في اللائحة الفنية السعودية الواردة في البند(4.2)، يمكن توفير قوائم من العصائر الطازجة والخلطات والمشروبات خالية من المكونات المسببة للحساسية.
- 17.4 يجب الالتزام بالاشتراطات الصحية الخاصة بالمطاعم، مطابخ الولايم، مطاعم الوجبات السريعة والكافيتريا الثابتة والمتنقلة ومطابخ التموين والمعاصر والفنادق الواردة في البند ( 5.2 ).
- 18.4 على المنشأة الغذائية تدريب العاملين على طريقة تحضير الأطعمة الخالية من المكونات المسببة لحساسية الطعام، لضمان خلو الوجبات منها.
- 19.4 تلتزم المنشأة الغذائية بتدريب العاملين على تجنب حالة التلوث الخلطي للوجبات الخالية من المكونات المسببة لحساسية الطعام، بحيث يتم توفير أدوات طهي، وإعداد الوجبات بشكل خاص لضمان الحد من التلوث الخلطي.

## الرقابة والتفتيش



- 1.5 تلتزم المنشأة الغذائية المطبقة للتشريع بمسؤولية التحقق من خلو قوائم الطعام المستحدثة من المكونات المسببة لحساسية الطعام.
- 2.5 سيتم التأكد من خلو الوجبات من المكونات المسببة لحساسية الطعام من خلال الحملات المشتركة.



# المصطلحات الفنية

Food Allergy	←	حساسية الطعام
Food allergens	←	المكونات المسببة لحساسية الطعام
Anaphylactic Shock	←	صدمة الحساسية
Main Menu Item	←	قائمة الطعام الرئيسية
Food Establishment	←	المنشأة الغذائية
Ordering Platform Online	←	منصات طلبات الوجبات الغذائية الإلكترونية
Calories	←	السعرات الحرارية
Cross Contamination	←	التلوث الخلطي

بالأهم نهتم