

Інструкції для постачальників послуг. Моделі продуктових наборів для поповнення запасів в пунктах видачі продуктів харчування та наборів фруктів та овочів

Продуктовий набір для поповнення запасів в пунктах видачі продуктів харчування

Загальні рекомендації

- Вміст набору має забезпечувати до 80 відсотків рекомендованих порцій, що підтримують дієту в 2000 калорій, відповідно до [Dietary Guidelines for Americans Daily Servings Guide](#) (Дієтичних рекомендацій для американців щодо щоденних порцій).
- Щотижневі набори повинні містити до 11 порцій фруктів, 16 порцій овочів, 19 порцій білкової їжі, 16 порцій молочних продуктів, 16 порцій цільнозернових продуктів та 22 порції корисних жирів.
- Супутні витрати на продукти харчування відображають ті, що включені до [Thrifty Food Plan](#) (Плану економного харчування), оновлення якого заплановано на 2027 рік. Thrifty Food Plan передбачає продукти, призначені для придбання з обмеженим бюджетом, для підтримки здорового харчування за допомогою поживних страв та перекусів вдома.
- ОНА очікує, що кожен щотижневий набір продуктів харчування для кожного учасника міститиме **продукти вартістю** приблизно **\$61,75**.

Приклади наборів

Наведені нижче приклади є ілюстративними та не є вичерпними. Постачальники послуг можуть замінювати товари аналогічними залежно від наявності, сезонності та культурної релевантності.

Набір «Без алергенів» не містить продукти з 9 алергенами: молоко, яйця, пшениця, риба, молюски, арахіс, соєві горіхи або лісові горіхи, а також не містить кунжуту та/або кунжутної олії.

	Набір № 1. Універсальний	Набір № 2. Без алергенів
Білкові продукти (приблизно 19 порцій)	<ul style="list-style-type: none"> • Куряча грудка (1 банка, 8 унцій = 2 порції) • Фарш яловичий (1 фунт = 4 порції) • Консервований тунець (1 банка, 5 унцій = 1 порція) • Чорна квасоля (1 банка, 15 унцій = 3 порції) • Нут (1 банка, 15 унцій = 3 порції)*^ • Яйця (6) (6 яєць = 6 порцій)** 	<ul style="list-style-type: none"> • Куряча грудка (2 банки по 8 унцій = 4 порції) • Фарш яловичий (1 фунт = 4 порції) • Чорна квасоля (1 банка, 15 унцій = 3 порції) • Нут (1 банка, 15 унцій = 3 порції)*^ • Тофу без сої (1 упаковка, 6 унцій = 2 порції) • Соняшникова олія (3 упаковки по 1 унції = 3 порції)
Зернові (приблизно 16 порцій)	<p>Виберіть один варіант:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Цільнозернові макарони (2 фунти = 16 порцій) • Кукурудзяні або пшеничні тортильї (по 8 шт. кожного виду = 16 порцій) • Коричневий рис (1,5 фунта = 15 порцій) • Цільнозерновий хліб (1 буханець = 16 порцій) 	<p>Виберіть один варіант:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Коричневий рис (1,5 фунта = 15 порцій) • Безглютенова паста (2 коробки по 12 унцій = 12 порцій) • Кукурудзяна тортилья (16 шт. = 16 порцій) • Пакетики вівсянки (16 унцій = 16 порцій)
Молочні продукти / альтернативи молочним продуктам (приблизно 16 порцій)	<ul style="list-style-type: none"> • Молоко тривалого зберігання (6 упаковок по 8 унцій = 6 порцій) • Йогурт (2 упаковки по 4 унції = 2 порції) • Тертий/брусковий сир (8 унцій = 8 порцій) 	<ul style="list-style-type: none"> • Знежирене молоко (32 унції = 4 порції) • Немолочний йогурт (4 контейнери по 4 унції = 4 порції) • Нарізаний немолочний сир (8 скибочок = 8 порцій)

Фрукти (приблизно 11 порцій)	<ul style="list-style-type: none"> • Ізюм (2 коробки по 1 унції = 2 порції) • Яблуко (4 = 4 порції) • Лайм (1 = 1 порція) • Груші (2 = 2 порції) • Чорниця (2 склянки = 2 порції) 	<ul style="list-style-type: none"> • Ізюм (2 коробки по 1 унції = 2 порції) • Яблуко (4 = 4 порції) • Лайм (1 = 1 порція) • Груші (2 = 2 порції) • Чорниця (2 склянки = 2 порції)
Овочі (приблизно 16 порцій)	<ul style="list-style-type: none"> • Консервовані помідори (1 банка, 15 унцій = 3 порції) • Зелена квасоля (1 банка, 14 унцій = 3 порції) • Червона картопля (5 = 4 порції) • Маленькі огірки (2 = 3 порції) • Маленькі цибулини (2 = 2) • Суміш спецій* 	<ul style="list-style-type: none"> • Асорті салатів (2 упаковки по 5 унцій = 3 порції) • Зелена квасоля (1 банка, 14 унцій = 3 порції) • Червона картопля (5 = 4 порції) • Маленькі огірки (2 = 3 порції) • Маленькі цибулини (2 = 2) • Суміш спецій*
Корисні жири (приблизно 22 порції)	<ul style="list-style-type: none"> • Масло (2 пачки = 16 порцій)** • Мигдаль (6 унцій = 6 порцій)* 	<ul style="list-style-type: none"> • Оливкова олія (1 контейнер, 6 унцій = 12 порцій) • Насіння соняшника (4 унції = 4 порції) • Маленьке авокадо (3 = 6 порцій)
	<p>Виходячи з дієти в 2000 калорій, щоденні порції для кожної групи продуктів повинні становити приблизно:</p> <ul style="list-style-type: none"> • білкові продукти: 3 унції приготованого м'яса, птиці або морепродуктів; 1 яйце; ½ склянки квасолі, гороху або сочевиці; 1 унція горіхів або насіння; 2 ст. л. горіхової або насінневої пасти; 3 унції сої; • молочні продукти: 1 склянка молока; ¾ склянки йогурту; 1 унція сиру; • овочі: 1 склянка в сирому або вареному вигляді; 2 склянки листових зелених овочів; • фрукти: 1 склянка в сирому вигляді; ½ склянки в сушеному вигляді; • цільнозернові продукти: ½ склянки варених вівсяних пластівців, коричневого рису, ячменю, кіноа або гречки; 1 скибка хліба; 1 тортілья; • корисні жири: 1 ч. л. оливкової олії або масла. 	

* Низький вміст натрію або без додавання солі.

^ Може також відноситися до категорії овочів.

** Розгляньте можливість включення до двотижневих наборів (яйця та масло), щоб врахувати загальну кількість проданих продуктів (дюжина, чотири пачки тощо).

Підтримка учасників без холодильника / морозильної камери або доступу до приготування / розігріву їжі

Для учасників, які мають обмежений доступ до холодильника / морозильної камери або взагалі не мають доступу та/або не можуть самостійно розігрівати чи готувати їжу, зосередьтеся на продуктах тривалого зберігання, готових до вживання, таких як консервовані білки (тунець, курка, квасоля), фрукти, овочі, в'ялене м'ясо, горіхи, насіння, крекери та бутерброди з горіховою пастою. Пропонуйте асортимент індивідуальних пакетиків горіхової пасти та свіжі фрукти та овочі тривалого зберігання, такі як яблука, апельсини та морква. Також може бути корисним забезпечити учасників питною водою. Прикладами відповідних продуктів харчування для учасників у таких ситуаціях є:

- **білкові продукти:** в'ялена яловичина, м'ясні палички зі в'яленого м'яса, молоко тривалого зберігання або сухе молоко, консервований тунець, консервований лосось, консервована курка;
- **зернові:** тортільї, рисові коржики, індивідуальні коробки пластівців, батончики гранола, цільозерновий хліб;
- **молочні продукти / альтернативи молочним продуктам:** молоко, йогурт та сирні палички тривалого зберігання (наприклад, Babybel), консервоване кокосове молоко;
- **фрукти:** яблука, апельсини, банани (короткостроково), сухофрукти, консервовані фрукти або окремі фруктові салати у стаканчику;
- **овочі:** консервована квасоля, консервовані овочі, морква, стебла селери, авокадо;
- **корисні жири:** горіхи, насіння, мікс горіхів та сухофруктів, індивідуальний пакетик арахісової/горіхової пасти.

Набір фруктів та овочів

Загальні рекомендації

- Вміст набору має забезпечувати до 80 відсотків рекомендованих порцій, що підтримують дієту в 2000 калорій, відповідно до [Dietary Guidelines for Americans Daily Servings Guide](#) (Дієтичних рекомендацій для американців щодо щоденних порцій).
- Щотижневі набори повинні містити до **11 порцій фруктів** та **16 порцій овочів**.
- Супутні витрати на продукти харчування відображають ті, що включені до [Thrifty Food Plan](#) (Плану економного харчування), оновлення якого заплановано на 2027 рік. Thrifty Food Plan передбачає продукти, призначені для придбання з обмеженим бюджетом,

для підтримки здорового харчування за допомогою поживних страв та перекусів вдома.

- ОНА очікує, що кожен щотижневий набір фруктів та овочів на одного учасника міститиме **продукти вартістю** приблизно **\$23,55**.

Приклад набору

Наведені нижче приклади є ілюстративними та не є вичерпними. Постачальники послуг можуть замінювати товари аналогічними залежно від наявності, сезонності та культурної релевантності.

Приклад набору фруктів та овочів	
Фрукти (приблизно 11 порцій)	Овочі (приблизно 16 порцій)
<ul style="list-style-type: none">• Маленькі яблука (2 = 2 порції)• Маленькі груші (2 = 2 порції)• Середні апельсини (2 = 2 порції)• Полуниця (1 фунт = 5 порцій)	<ul style="list-style-type: none">• Морква (8 унцій = 2 порції)• Маленька картопля сорту Рассет (3 картоплини = 3 порції)• Маленький болгарський перець (1 = 1 порція)• Маленька цибулина (1 = 1 порція)• Суцвіття броколі (4 склянки = 4 порції)• Консервована зелена квасоля (14 унцій = 3 порції)• Свіжа кінза (4 унції = 2 порції)

Контрольний список для наборів фруктів та овочів

Різноманітність і збалансованість продуктів харчування

- Забезпечте різноманітність видів та кольорів фруктів та овочів, щоб забезпечити широкий спектр поживних речовин та максимальну користь для здоров'я.

Відповідність Дієтичним рекомендаціям

- Вміст набору забезпечує до 80 відсотків рекомендованої добової норми споживання фруктів та овочів для учасника, виходячи з дієти в 2000 калорій, що відповідає Дієтичним рекомендаціям для американців.
- Щотижневий набір містить приблизно таке:
 - фрукти: до 11 порцій.
 - Кількість порцій фруктів, що надаються: [Клацніть або торкніться тут](#), щоб ввести текст.
 - овочі: до 16 порцій.
 - Кількість порцій овочів, що надаються: [Клацніть або торкніться тут](#), щоб ввести текст.

Відповідність графіку тарифів

- Набір має містити продукти вартістю приблизно \$23,55.

Персоналізованість та відповідність культурним нормам

- Вміст набору відображає вподобання учасників, дієтичні потреби та культурні особливості, коли це можливо.

Підтвердження відповідності вимогам та доставки

- Право учасника на участь у Oregon Health Plan (ОHP) було підтверджено в день доставки до видачі набору.
- Набір надавався щотижня або раз на два тижні відповідно до вимог програми.

Забезпечення якості харчових продуктів

- Методи упаковки та доставки розроблені для збереження якості та безпеки харчових продуктів протягом 1–2 тижнів.

Контрольний список для продуктових наборів для поповнення запасів в пунктах видачі харчових продуктів

Різноманітність і збалансованість продуктів харчування

- Забезпечте різноманітність продуктів у кожній категорії (наприклад, білкові продукти, зернові тощо), щоб забезпечити широкий спектр поживних речовин та підтримувати максимальну користь для здоров'я.

Відповідність Дієтичним рекомендаціям

- Вміст набору забезпечує до 80 відсотків рекомендованої добової норми споживання фруктів та овочів для учасника, виходячи з дієти в 2000 калорій, що відповідає Дієтичним рекомендаціям для американців.
- Щотижневий набір містить приблизно таке:
 - білкові продукти: до 19 порцій
 - Кількість порцій, що надаються: [Клацніть або торкніться тут, щоб ввести текст.](#)
 - зернові: до 16 порцій
 - Кількість порцій, що надаються: [Клацніть або торкніться тут, щоб ввести текст.](#)
 - молочні продукти / альтернативи молочним продуктам: до 16 порцій
 - Кількість порцій, що надаються: [Клацніть або торкніться тут, щоб ввести текст.](#)
 - фрукти: до 11 порцій
 - Кількість порцій, що надаються: [Клацніть або торкніться тут, щоб ввести текст.](#)
 - овочі: до 16 порцій
 - Кількість порцій, що надаються: [Клацніть або торкніться тут, щоб ввести текст.](#)
 - корисні жири: до 22 порцій

- Кількість порцій, що надаються: Клацніть або торкніться тут, щоб ввести текст.

Відповідність графіку тарифів

- Набір має містити продукти вартістю приблизно \$61,75.

Персоналізованість та відповідність культурним нормам

- Вміст набору відображає вподобання учасників, дієтичні потреби та культурні особливості, коли це можливо.

Підтвердження відповідності вимогам та доставки

- Право учасника на участь у Oregon Health Plan (ОHP) було підтверджено в день доставки до видачі набору.
- Набір надавався щотижня або раз на два тижні відповідно до вимог програми.

Забезпечення якості харчових продуктів

- Методи упаковки та доставки розроблені для збереження якості та безпеки харчових продуктів протягом 1–2 тижнів.

Ви можете отримати цей документ іншими мовами, великим шрифтом, шрифтом Брайля або в будь-якому іншому потрібному Вам форматі безкоштовно. Зв'яжіться із спеціалістами в межах Програми HRSN за адресою електронної пошти HRSN.Program@oha.oregon.gov або за телефоном 503-580-0295. Ми приймаємо всі ретрансляційні дзвінки.

Відділ Medicaid
Стратегічне управління програмою винятку 1115
800 NE Oregon Street
Portland, OR 97232
971-673-1222
HRSN.Program@oha.oregon.gov
<https://www.oregon.gov/oha/hsd/medicaid-policy/pages/hrsn.aspx>

