

Zdrowe żywienie dzieci - Nowe przedszkolne Menu

Rozporządzenie ministra zdrowia

z dnia 26 lipca 2016 r.

w sprawie grup środków spożywczych przeznaczonych do sprzedaży dzieciom i młodzieży w jednostkach systemu oświaty oraz wymagań, jakie muszą spełniać środki spożywcze stosowane w ramach żywienia zbiorowego dzieci i młodzieży w tych jednostkach.

Głównym celem proponowanych rozwiązań jest ochrona zdrowia dzieci i młodzieży przy jednoczesnym poszerzeniu oferty żywieniowej sklepików szkolnych oraz uwzględnieniu konieczności ograniczenia sprzedaży środków spożywczych zawierających znaczne ilości cukrów, tłuszczu oraz soli. Z drugiej strony zaproponowane przepisy mają na celu promowanie spożycia warzyw, owoców, żywności bogatej w wapń, a także nawyku picia wody.

§ 2. 1. Środki spożywcze stosowane w ramach żywienia zbiorowego dzieci i młodzieży w jednostkach systemu oświaty muszą spełniać odpowiednie wymagania dla danej grupy wiekowej, wynikające z aktualnych norm żywienia dla populacji polskiej.

2. Środki spożywcze, o których mowa w ust. 1, dobiera się w taki sposób, aby:

1) na całodienne żywienie składały się środki spożywcze pochodzące z różnych grup środków spożywczych;

2) posiłki (śniadanie, obiad, kolacja) zawierały produkty z następujących grup środków spożywczych: produkty zbożowe lub ziemniaki, warzywa lub owoce, mleko lub produkty mleczne, mięso, ryby, jaja, orzechy, nasiona roślin

strączkowych i inne nasiona oraz tłuszcze;

3) zupy, sosy oraz potrawy sporządzane były z naturalnych składników, bez użycia koncentratów spożywczych, z wyłączeniem koncentratów z naturalnych składników;

4) od poniedziałku do piątku były podawane nie więcej niż dwie porcje potrawy smażonej, przy czym do smażenia jest używany olej roślinny rafinowany o zawartości kwasów jedno nienasyconych powyżej 50% i zawartości kwasów wielo nienasyconych poniżej 40%;

5) napoje przygotowywane na miejscu zawierały nie więcej niż 10 g cukrów w 250 ml produktu gotowego do spożycia;

6) każdego dnia były podawane:

- a) co najmniej dwie porcje mleka lub produktów mlecznych,
 - b) co najmniej jedna porcja z grupy mięso, jaja, orzechy, nasiona roślin strączkowych,
 - c) warzywa lub owoce w każdym posiłku,
 - d) co najmniej jedna porcja produktów zbożowych w śniadaniu, obiedzie oraz kolacji;
- 7) w żywieniu całodziennym było podawane przynajmniej pięć porcji warzyw lub owoców;
- 8) co najmniej raz w tygodniu była podawana porcja ryby.

§ 3. Do dnia 31 grudnia 2016 r. w ramach żywienia zbiorowego dzieci i młodzieży w jednostkach systemu oświaty mogą być stosowane grupy środków spożywczych oraz wymagania, jakie muszą spełniać środki spożywcze określone w przepisach, o których mowa w § 4.

§ 4. Traci moc rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 26 sierpnia 2015 r. w sprawie grup środków spożywczych przeznaczonych do sprzedaży dzieciom i młodzieży w jednostkach systemu oświaty oraz wymagań, jakie muszą spełniać środki spożywcze stosowane w ramach żywienia zbiorowego dzieci i młodzieży w tych jednostkach (Dz. U. poz. 1256).

§ 5. Rozporządzenie wchodzi w życie z dniem 1 września 2016 r.

(Nowością w porównaniu z dotychczasowym stanem prawnym jest dopuszczenie do sprzedaży m.in. pieczywa półcukierniczego i cukierniczego z wyłączeniem pieczywa produkowanego z ciasta głęboko mrożonego pod warunkiem, że nie będą one zawierały zbyt dużej ilości cukru.)

Racjonalne żywienie dostarcza wraz z posiłkiem składniki pokarmowe i energię, które są niezbędne do prawidłowego rozwoju organizmu, regeneracji tkanek, aktywności fizycznej oraz umysłowej.

Przygotowała Lucyna Szymańska