

ŚRODKI SPOŻYWCZE DOZWOLONE W SKLEPIKACH SZKOLNYCH

opracowano na podstawie Załącznika 1 do rozporządzenia Ministra Zdrowia z dn. 26 sierpnia 2015 r. w sprawie grup środków spożywczych przeznaczonych do sprzedaży dzieciom i młodzieży w jednostkach systemu oświaty oraz wymagań, jakie muszą spełnić środki spożywcze stosowane w ramach żywienia zbiorowego dzieci i młodzieży w tych jednostkach (Dz. U. 2015 poz. 1256)

KANAPKI

pieczywo razowe lub pełnoziarniste: żytnie, pszenne, mieszane lub pieczywo bezglutenowe:

- z przetworami mięsnymi zawierającymi co najmniej 70% mięsa i nie więcej niż 10 g tłuszczu w 100 g produktu gotowego do spożycia
- z przetworami z ryb zawierającymi co najmniej 60% mięsa ryb, skorupiaków lub mięczaków w 100 g produktu gotowego do spożycia
- z jajami
- serem (z wyłączeniem sera topionego)
- z wyrobami z nasion roślin strączkowych, orzechami, nasionami, olejem, masłem, margaryną miękką kubkową niearomatyzowaną lub ich mieszankami, ziołami lub ich przyprawami świeżymi lub suszonymi bez dodatku soli
- z warzywami lub owocami*
- z ketchupem (o produkcji którego użyto nie mniej niż 120 g pomidorów do 100 g produktu gotowego do spożycia)
- bez soli, bez sosów, bez majonezu

PRODUKTY ZBOŻOWE (każdy produkt uzyskany z pszenicy, ryżu, owsa, kukurydzy, jęczmienia czy ziarna innego zboża. Np. pieczywo, makaron, płatki owsiane, kasze):

- bez dodatku cukru i substancji słodzących
- niskiej zawartości sodu/soli (nie więcej niż 0,12 sodu na 100 g lub 100 ml produktu lub obniżenie zawartości sodu/soli o co najmniej 25% w porównaniu z produktem podobnym, WYJATEK PIECZYWO: zawartość sodu nie więcej niż 450 mg w 100 g gotowego do spożycia produktu)

SAŁATKI I SURÓWKI - warzywne lub owocowe:

- z przetworami mięsnymi zawierającymi co najmniej 70% mięsa i nie więcej niż 10 g tłuszczu w 100 g produktu gotowego do spożycia
- z przetworami z ryb zawierającymi co najmniej 60% mięsa ryb, skorupiaków lub mięczaków w 100 g produktu gotowego do spożycia
- z jajami
- serem (z wyłączeniem sera topionego)
- z wyrobami z nasion roślin strączkowych, orzechami, nasionami, olejem, masłem, margaryną miękką kubkową niearomatyzowaną lub ich mieszankami, ziołami lub ich przyprawami świeżymi lub suszonymi bez dodatku soli

PRODUKTY MLECZNE

- mleko bez dodatku cukru i substancji słodzących
- napoje sojowe, ryżowe, owsiane, kukurydziane, gryczane, orzechowe, migdałowe bez dodatku cukrów i substancji słodzących oraz o niskiej/obniżonej zawartości sodu/soli (nie więcej niż 10 g cukrów w 100 ml produktu gotowego, nie więcej niż 0,12 sodu na 100 g lub 100 ml produktu lub obniżenie zawartości sodu/soli o co najmniej 25% w porównaniu z produktem podobnym)
- kefir, jogurt, maślanka, mleko zsiadłe, mleko acidofilne, mleko smakowe, serwatka, produkty zastępujące produkty mleczne na bazie soi, ryżu, owsa, orzechów lub migdałów bez dodatku cukrów i substancji słodzących oraz o niskiej/obniżonej zawartości sodu/soli (nie więcej niż 10 g cukrów w 100 ml produktu, nie więcej niż 10 g tłuszczu w 100 ml produktu gotowego)
- ser twarogowy, serek homogenizowany (nie więcej niż 10 g cukrów w 100 g produktu, nie więcej niż 10 g tłuszczu w 100 g produktu gotowego)

ŚRODKI SPOŻYWCZE DOZWOLONE W SKLEPIKACH SZKOLNYCH

opracowano na podstawie Załącznika 1 do rozporządzenia Ministra Zdrowia z dn. 26 sierpnia 2015 r. w sprawie grup środków spożywczych przeznaczonych do sprzedaży dzieciom i młodzieży w jednostkach systemu oświaty oraz wymagań, jakie muszą spełnić środki spożywcze stosowane w ramach żywienia zbiorowego dzieci i młodzieży w tych jednostkach (Dz. U. 2015 poz. 1256)

NAPOJE

- naturalne wody mineralne (nisko i średniozmineralizowane), źródlane i stołowe w opakowaniach jednostkowych
- soki owocowe, warzywne, owocowo-warzywne w opakowaniach do 330 ml, bez dodatku cukru i substancji słodzących, o niskiej/obniżonej zawartości sodu/soli (nie więcej niż 0,12 sodu na 100 g lub 100 ml produktu lub obniżenie zawartości sodu/soli o co najmniej 25% w porównaniu z produktem podobnym)
- przeciery, musy owocowe, warzywno-owocowe, warzywne, bez dodatku cukru, substancji słodzących i soli
- koktajle owocowe, warzywne, owocowo-warzywne na bazie mleka lub napojów zastępujących mleko: napój sojowy, ryżowy, owsiany, kukurydziany, gryczany, orzechowy, migdałowy, produktów mlecznych lub produktów zastępujących produkty mleczne
- inne napoje przygotowywane na miejscu bez dodatku cukrów, substancji słodzących:

herbata z owocami, mlekiem lub napojami zastępującymi mleko: napój sojowy, ryżowy, owsiany, kukurydziany, gryczany, orzechowy, migdałowy – dostarczane tylko miodem pszczelim

napary owocowe – niearomatyzowane, opcjonalnie z owocami – dostarczane tylko miodem pszczelim

kawa zbożowa, w tym: z mlekiem lub napojami zastępującymi mleko: sojowym, ryżowym, owsianym, kukurydzianym, gryczanym, orzechowym, migdałowym – dostarczane tylko miodem pszczelim

WARZYWA I OWOCE

- warzywa surowe i przetworzone, z wyłączeniem warzyw suszonych, przygotowane do bezpośredniego spożycia, podawane w całości lub podzielone na porcje bez dodatku cukru i substancji słodzących, o niskiej zawartości sodu (nie więcej niż 0,12 g sodu na 100g lub 100 ml produktu) lub obniżonej zawartości sodu/soli (obniżenie co najmniej 25% w porównaniu z produktem podobnym). Wyjątek stanowi kwaszona kapusta i kwaszone ogórki
- owoce surowe lub przetworzone, przygotowane do bezpośredniego spożycia, podawane w całości lub podzielone na porcje bez dodatku cukru i substancji słodzących
- suszone warzywa i owoce bez dodatku cukru i substancji słodzących, soli i tłuszczu, w porcji nie większej niż 100 g

**Materiał przygotowany w ramach konferencji:
„Żywienie w placówkach nauczania i wychowania
w świetle znowelizowanych przepisów”**



**Opracowanie: Wojewódzka Stacja
Sanitarno-Epidemiologiczna w Krakowie
Dział Zdrowia Publicznego i Promocji Zdrowia**