



Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Krakowie

Prowadzenie żywienia w placówkach nauczania i wychowania w świetle znowelizowanych przepisów

zgodnie z

*Rozporządzeniem 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
(Dz.U. z 2016 roku poz. 1154)*

Oddział Nadzoru Higieny
Żywności, Żywienia i Procesów
Nauczania



Ustawa z dnia 25 sierpnia 2006 o bezpieczeństwie żywności i żywienia (Dz.U. z 2015 r. poz. 594 z późn. zm.) art. 52 c.

6. Minister właściwy do spraw zdrowia określi, w drodze rozporządzenia:

- 1) Grupy środków spożywczych przeznaczonych do sprzedaży dzieciom i młodzieży w jednostkach systemu oświaty,*
- 2) Wymagania jakie muszą spełniać środki spożywcze stosowane w ramach żywienia zbiorowego dzieci i młodzieży w jednostkach systemu oświaty*



1. W jednostkach systemu oświaty:

- a) *sprzedawane mogą być wyłącznie środki spożywcze objęte grupami środków spożywczych przeznaczonych do sprzedaży dzieciom i młodzieży w tych jednostkach określone w przepisach wydanych na podstawie ust. 6 pkt. 1*
- b) *w ramach żywienia zbiorowego dzieciom i młodzieży stosowane mogą być wyłącznie środki spożywcze które spełniają wymagania określonych wydanych na podstawie ust. 6 pkt. 2*

2. *W jednostkach systemu oświaty **zabrania się reklamy** oraz promocji polegającej na prowadzeniu działalności zachęcającej do nabywania środków spożywczych innych niż objęte grupami środków spożywczych przeznaczonych do sprzedaży dzieciom i młodzieży w tych jednostkach określonymi w przepisach wydanych na podstawie ust. 6 pkt 1 oraz niespełniających wymagań określonych w przepisach wydanych na podstawie ust. 6 pkt. 2*



Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Krakowie

3. **Dyrektor przedszkola**, a w przypadku innej formy wychowania przedszkolnego prowadzonej przez osobę prawną niebędącą jednostką samorządu terytorialnego lub osobę fizyczną – także osoba kierująca daną inną formą wychowania przedszkolnego albo **dyrektor szkoły lub dyrektor placówki**, o której mowa w art. 2 pkt. 3, 5 i 7 ustawy z dnia 7 września 1991 r. o systemie oświaty może ustalić, **w porozumieniu z radą rodziców, szczegółową listę produktów dopuszczonych do sprzedaży lub stosowania w ramach żywienia zbiorowego** w oparciu o przepisy wydane na podstawie ust. 6.
4. W jednostkach systemu oświaty, w których **nie funkcjonuje rada rodziców, listę produktów**, o której mowa w ust. 3, może **ustalić dyrektor przedszkola**, a w przypadku innej formy wychowania przedszkolnego prowadzonej przez osobę prawną niebędącą jednostką samorządu terytorialnego lub osobę fizyczną – także **osoba kierująca** daną inną formą wychowania przedszkolnego albo dyrektor szkoły lub dyrektor placówki, o której mowa w art. 2 pkt 3, 5 i 7 ustawy z dnia 7 września 1991 r. o systemie oświaty.



Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Krakowie

5. W przypadku **naruszenia przepisów ust.1–4**, dyrektor przedszkola, a w przypadku innej formy wychowania przedszkolnego prowadzonej przez osobę prawną niebędącą jednostką samorządu terytorialnego lub osobę fizyczną – także osoba kierująca daną inną formą wychowania przedszkolnego, dyrektor szkoły oraz dyrektor placówki, o której mowa w art. 2 pkt 3, 5 i 7 ustawy z dnia 7 września 1991 r. o systemie oświaty **są uprawnieni do rozwiązania, bez zachowania terminu wypowiedzenia**, umowy z podmiotem prowadzącym sprzedaż środków spożywczych lub działalność w zakresie zbiorowego żywienia dzieci i młodzieży, **bez odszkodowania**



art. 103.1. Kto:

- 8) w ramach prowadzonej działalności **sprzedaje** w jednostce systemu oświaty środki spożywcze inne niż objęte grupami środków spożywczych przeznaczonych do sprzedaży dzieciom i młodzieży określonymi w przepisach wydanych na podstawie art. 52c ust. 6 pkt. 1,
- 9) w ramach prowadzonej działalności **reklamuje lub promuje w jednostce systemu oświaty** środki spożywcze inne niż objęte grupami środków spożywczych przeznaczonych do sprzedaży dzieciom i młodzieży określonymi w przepisach wydanych na podstawie art. 52c ust. 6 pkt 1 lub niespełniające wymagań określonych w przepisach wydanych na podstawie art. 52c ust. 6 pkt 2,
- 10) prowadząc działalność w zakresie zbiorowego żywienia dzieci i młodzieży w jednostce systemu oświaty w ramach żywienia zbiorowego **stosuje środki spożywcze nieodpowiadające wymaganiom** określonym w przepisach wydanych na podstawie art. 52c ust. 6 pkt 2

podlega karze pieniężnej



Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Krakowie

Wysokość kary może być wymierzona **do 5000 zł, nie mniej niż 1000 zł.**

Kary pieniężne wymierza w drodze decyzji państwowy wojewódzki inspektor sanitarny.

Ustalając wysokość kary pieniężnej MPWIS uwzględnia stopień szkodliwości czynu, stopień zawinienia i zakres naruszenia, dotychczasową działalność podmiotu działającego na rynku spożywczym i wielkość produkcji zakładu.

Kary pieniężne stanowią dochód budżetu państwa



Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Krakowie

*Rozporządzeniem 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
(Dz.U. z 2016 roku poz. 1154)*

Na podstawie art. 52 c ust. 6 ustawy z dnia 25 sierpnia 2006 r. o bezpieczeństwie żywności i żywienia (Dz. U. z 2015 r. poz. 594 i 1893 oraz z 2016 r. poz. 65) zarządza się, co następuje:



Grupy środków spożywczych przeznaczonych do sprzedaży dzieciom i młodzieży w jednostkach systemu oświaty (może być sprzedawana w szkolnych sklepikach, bufetach i automatach):

1. Pieczywo, z wyłączeniem pieczywa produkowanego z ciasta głęboko mrożonego

- pieczywo o różnym stopniu oczyszczenia, szczególnie produkty pełnoziarniste o wyższej zawartości składników mineralnych i błonnika
- brak zdefiniowanych kryteriów zawartości cukru, tłuszczu i soli
- mogą się tu znaleźć środki spożywcze stosowane w specjalistycznych dietach w różnych jednostkach chorobowych np. pieczywo bezglutenowe
- może być bazą do przygotowania kanapek, jak również stanowić dodatek do jogurtu, czy innych produktów mlecznych

2. Pieczywo półcukiernicze i cukiernicze, z wyłączeniem pieczywa produkowanego z ciasta głęboko mrożonego

-Zdefiniowano kryteria:

cukru (nie więcej niż 15 g w 100 g produktu),

tłuszczu (nie więcej niż 10 g w 100 g produktu),

soli (nie więcej niż 0,45 g sodu/1,2 g soli w 100 g produktu)

(zawartości soli = zawartość sodu x 2,5)



3. Kanapki

- bazą do przygotowania kanapek może być zarówno pieczywo pszenne, żytnie, mieszane, wyprodukowane z mąk o różnym stopniu oczyszczenia, z tym że wskazane jest pieczywo pełnoziarniste
- mogą być również przygotowane na bazie pieczywa bezglutenowego, stosowanego u osób chorujących na celiakię
- stosowanie dodatków takich jak: chude przetwory mięsne, przetwory z ryb, skorupiaków lub mięczaków, jaja, ser, wyroby z nasion roślin strączkowych, orzechów, nasion
- ograniczaniu dodatku soli, majonezu, sosów instant, sosów na bazie śmietany na rzecz świeżych/ suszonych ziół lub przypraw
- dodatek warzyw lub owoców



4.Sałatki i surówki

- urozmaicony skład poprzez stosowanie dodatków takich jak: chude przetwory mięsne, przetwory z ryb, skorupiaków lub mięczaków, jaja, ser, produkty mleczne, produkty zbożowe, wyroby z nasion roślin strączkowych, orzechów, nasion, oleju, oliwy czy dressingów przygotowywanych na bazie jogurtu naturalnego
- nie powinny być dosalane uwzględnić świeże lub suszone zioła jako alternatywa dla soli.
- tłuste sosy przygotowywane na bazie majonezu i śmietany powinny być zastępowane dressingami przygotowywanymi na bazie jogurtu naturalnego



5. Mleko

- brak zdefiniowanych kryteriów zawartości cukru, tłuszczu i soli

6. Napoje zastępujące mleko

- napoje takie jak: sojowy, ryżowy, owsiany, kukurydziany, gryczany, orzechowy, jaglany, kokosowy, migdałowy,
- zdefiniowano kryteria:
 - cukru (nie więcej niż 15 g w 100 g/ml produktu),
 - tłuszczu (nie więcej niż 10 g w 100 g/ml produktu),
 - soli (nie więcej niż 0,4 g sodu/1 g soli w 100 g produktu)

7. Produkty mleczne

- produkty takie jak: jogurt, kefir, maślanka, mleko zsiadłe, mleko acidofilne, mleko smakowe, serwatka, ser twarogowy, serek homogenizowany,
- produkty, które powstają na bazie soi, ryżu, owsa, orzechów czy też migdałów (np. jogurt sojowy, deser na bazie ryżu)
- Zdefiniowano kryteria:
 - cukru (nie więcej niż 13,5 g w 100 g/ml produktu),
 - tłuszczu (nie więcej niż 10 g w 100 g/ml produktu),
 - soli (nie więcej niż 0,4 g sodu/1 g soli w 100 g produktu)



8. Zbożowe produkty śniadaniowe oraz inne produkty zbożowe

- produkty zbożowe o wyższej zawartości błonnika i składników mineralnych bez dodatku cukrów i substancji słodzących (np. otręby pszenne, musli, płatki owsiane)
- Zdefiniowano kryteria:
 - cukru (nie więcej niż 15 g w 100 g/ml produktu),
 - tłuszczu (nie więcej niż 10 g w 100 g/ml produktu),
 - solu (nie więcej niż 0,4 g sodu/1 g soli w 100 g produktu)

9. Warzywa i 10. Owoce

- dostępne w sprzedaży dzieciom i młodzieży bez ograniczeń



11. Suszone warzywa i owoce, orzechy oraz nasiona bez dodatku cukrów, substancji słodzących, soli

- alternatywa dla słodkich i słonych przekąsek
- bez dodatku cukrów i substancji słodzących zdefiniowanych w rozporządzeniu Parlamentu Europejskiego i Rady (WE) nr 1333/2008 z dnia 16 grudnia 2008 r. w sprawie dodatków do żywności (Dz. Urz. UE L 354 z 31.12.2008, str. 16, z późn. zm.)
- bez dodatku soli

12. Soki owocowe, warzywne, owocowo-warzywne

- zakaz dosładzania soków. Soki owocowe wyprodukowane po dniu 28 października 2013 r. nie mogą zawierać dodatku cukrów, a jedynie cukry naturalnie występujące w owocach.

13. Przeciery, musy owocowe, warzywne oraz owocowo-warzywne bez dodatku cukrów i soli

- bez dodatku cukrów i soli



14. Koktajle owocowe, warzywne, owocowo-warzywne

- baza do przygotowania:
 - mleko
 - napoje zastępujące mleko, takie jak: sojowy, ryżowy, owsiany, kukurydziany, gryczany, orzechowy, jaglany, kokosowy, migdałowy
 - produkty mleczne jogurt, kefir, maślanka, mleko zsiadłe, mleko acidofilne, mleko smakowe, serwatka, ser twarogowy, serek homogenizowany
 - produkty zastępujące produkty mleczne które powstają na bazie soi, ryżu, owsa, orzechów czy też migdałów
- bez dodatku cukrów i substancji słodzących zdefiniowanych w rozporządzeniu Parlamentu Europejskiego i Rady (WE) nr 1333/2008 z dnia 16 grudnia 2008 r. w sprawie dodatków do żywności (Dz. Urz. UE L 354 z 31.12.2008, str. 16, z późn. zm.)

15. Naturalna woda mineralna nisko lub średniozmineralizowana, woda źródłana i woda stołowa

- zakaz sprzedaży wody mineralnej wysokozmineralizowanej



16. Napoje przygotowywane na miejscu

- mogą to być między innymi: herbata, napary owocowe, kawa zbożowa, kawa, kakao naturalne czy kompot
- dopuszcza się limitowany dodatek cukru lub innych substancji słodzących, jednak w ilości nie większej niż 10 g cukru w 250 ml produktu

17. Napoje bez dodatku cukrów i substancji słodzących

- bez dodatku cukrów i substancji słodzących zdefiniowanych w rozporządzeniu Parlamentu Europejskiego i Rady (WE) nr 1333/2008 z dnia 16 grudnia 2008 r. w sprawie dodatków do żywności (Dz. Urz. UE L 354 z 31.12.2008, str. 16, z późn. zm.)
- wyeliminowanie napojów energetyzujących oraz słodkich napojów niegazowanych i gazowanych, np. oranżady, napoje typu cola

18. Bezcukrowe gummy do żucia

19. Czekolada gorzka o zawartości minimum 70% miazgi kakaowej



20. Inne środki spożywcze

- Zdefiniowano kryteria:

15 g cukru w 100 g/ml produktu gotowego do spożycia

10 g tłuszczu w 100 g/ml produktu gotowego do spożycia;

0,4 g sodu/ 1 g soli w 100 g/ml produktu gotowego do spożycia



Środki spożywcze stosowane w ramach żywienia zbiorowego (co może być podawane w stołówkach przedszkolnych i szkolnych)

§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**.

Główną ideą przyświecającą wprowadzeniu w Polsce przepisów dotyczących żywienia dzieci i młodzieży w placówkach oświatowych jest ograniczenie spożycia cukrów i substancji słodzących, soli (sodu), tłuszczu oraz potraw smażonych, przy jednoczesnym promowaniu spożycia warzyw i owoców, mleka i produktów mlecznych.



Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Krakowie

Aktualne normy żywienia zawarte są w opracowaniu pt. „Normy żywienia dla populacji polskiej – nowelizacja”, pod redakcją naukową prof. dr hab. med. Mirosława Jarosza (IŻŻ 2012).

Do pobrania ze strony www.izz.waw.pl

Obecnie producenci żywności mogą, a od 13 grudnia 2016 r. będą mieli obowiązek podawania na etykiecie w przeliczeniu na 100 g lub 100 ml produktu: wartości energetycznej; zawartości tłuszczu, w tym nasyconych kwasów tłuszczowych; węglowodanów, w tym cukrów; białka oraz sodu / soli.



Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Krakowie

2. Środki spożywcze, o których mowa w ust. 1, dobiera się w taki sposób, aby:
 - 1) na całodzienne 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 jednonienasyconych powyżej 50% i zawartości kwasów wielonienasyconych poniżej 40%;
 - 5) napoje przygotowywane na miejscu zawierały nie więcej niż 10 g cukrów w 250 ml produktu gotowego do spożycia;



Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Krakowie

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.



Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Krakowie

Zasady planowania jadłospisów.

1. Ustalenie grupy ludności dla której planuje się jadłospis w celu zastosowania odpowiednich norm żywienia i wyżywienia

Ustala się średnioważone zapotrzebowanie na energię i składniki odżywcze oraz dzienną rację pokarmową, obliczając je wg następujących wzorów:

$$Z = S_1 \times U_1/100 + S_2 \times U_2/100 + \dots + S_X \times U_X/100$$

Z – średnioważone zapotrzebowanie na energię i składniki odżywcze w przeliczeniu na 1 osobę żywioną

S_1, S_2, S_X – zapotrzebowanie na energię i składnik odżywczy dla każdej z „X” grup osób żywionych

U_1, U_2, U_X – udział procentowy poszczególnych grup żywionych



Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Krakowie

Przykład: ŚWR na energię – PRZEDSZKOLE

100 dzieci – 100% wszystkich żywionych

20 dzieci – x% żywionych w wieku 4-6 lat

80 dzieci – x% żywionych w wieku 7-9 lat

X = 20% dzieci w wieku 4-6 lat

X = 80% dzieci w wieku 7-9 lat

$$Z = (1400\text{kcal} \times 20/100) + (1800\text{kcal} \times 80/100)$$

$$Z=1720\text{kcal/osobę/dzień}$$



Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Krakowie

2. Jadłospis należy planować na okres 7, 10, 14 lub 21 dni.

- urozmaicenie potraw
- racjonalny zakup produktów spożywczych
- prawidłową organizację pracy przy przygotowywaniu posiłków

3. Planować posiłki zgodnie z prawidłowym rozkładem wartości energetycznej oraz zachowywać rozkład składników odżywczych w posiłkach proporcjonalnie do wartości energetycznej.

Posiłek	4 posiłki w ciągu dnia	5 posiłki w ciągu dnia
I śniadanie %	25	25
II śniadanie %	-	10
Obiad	35	35
Podwieczorek %	15	10
Kolacja	25	25



Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Krakowie

Udział składników odżywczych w budowaniu wartości energetycznej diety:

50-70% energii z Węglowodanów

25-30 % energii z Tłuszcz

10-15% energii z Białka

Zgodnie z zaleceniami Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) cukry dodane nie powinny przekraczać 5% wartości energetycznej diety, co wynosi 17,5 g dziennie dla dzieci w wieku przedszkolnym, 22,5 g dla dzieci w wieku wczesnoszkolnym i ok. 30 g dla młodzieży .

4. Przerwy między posiłkami nie powinny przekraczać 4 godziny.

5. Podczas planowania stosować wszystkie grupy środków spożywczych co zapewni dobór wszystkich składników odżywczych.



Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Krakowie

Przykład:

Porcje produktów z poszczególnych grup żywności wykorzystywanych do przygotowania posiłków wydawanych w placówkach oświatowych

1. Produkty zbożowe

Jedna porcja produktu to np. kromka chleba grubości ok. 1,5 cm, pół szklanki ugotowanego ryżu lub kaszy

W każdym głównym posiłku, czyli w śniadaniu, obiedzie oraz kolacji (w przypadku bursy) powinna znaleźć się przynajmniej jedna porcja produktu zbożowego.

2. Warzywa i owoce

Porcję warzyw stanowi np. 1/2 szklanki warzyw gotowanych, 1 szklanka warzyw liściastych, czy 3/4 szklanki soku warzywnego.

Można przyjąć, że średnio jest to ok. 100 g warzyw (gotowych do spożycia, czyli tzw. części jadalnych).

W przypadku owoców jedną porcją jest 1/2 jabłka, 1/2 banana (lub jeden mały), 1/2 pomarańczy, 7 truskawek, czy 2-3 większe śliwki (5 mniejszych).

W każdym posiłku serwowanym w stołówce mają się znaleźć warzywa lub owoce, a w żywieniu całodziennym musi być podawane przynajmniej pięć porcji warzyw lub owoców.



3. Mięso, ryby, jaja, orzechy, nasiona roślin strączkowych i inne nasiona

W tej grupie produktów jako porcję przyjmuje się np. 1 jajko, ok. 60-100 g mięsa lub ryby, 1/2 szklanki gotowanej fasoli, ok. 20 g orzechów, ok. 10-15 g nasion np. słonecznika.

Jak reguluje Rozporządzenie, **co najmniej jedna porcja produktu z tej kategorii musi być codziennie podana dzieciom i młodzieży, przy czym przynajmniej raz w tygodniu ma to być porcja ryby.**

4. Mleko lub produkty mleczne

Jedną porcją jest np. szklanka mleka, jogurtu lub kefiru, ok. 40 g sera żółtego, ok. 150 g sera twarogowego.

Codziennie powinny być podane co najmniej dwie porcje mleka lub produktów mlecznych.



6. Dobór produktów powinien zapewnić równowagę kwasowo – zasadową

Produkty alkalizujące: mleko, przetwory mleczne, ziemniaki, warzywa, owoce

Produkty zakwaszające: jaja, mięso i wędliny, ryby, produkty zbożowe.

7. Należy stosować różne techniki kulinarne

8. Posiłki powinny być różnorodne pod względem konsystencji, barwy, smaku i zapachu

9. Należy uwzględnić sezonowość produktów spożywczych



Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Krakowie

***DZIĘKUJĘ ZA
UWAGĘ***