



Cél az egészségesebb közétkeztetés

Az országos tisztifőorvos ajánlása a legújabb kutatási eredményeken alapul

2011. szeptember 15.

A közétkeztetésben – különös tekintettel az egészségügyi, szociális és gyermekintézményekben – az élettani szükségleteknek megfelelő minőségű és tápértékű étkezést kell biztosítani. Az Országos Élelmezés- és Táplálkozástudományi Intézet (OÉTI) saját vizsgálati eredményeire építve, a legújabb szakirodalmi adatokat is figyelembe véve készítette el a táplálkozástudomány mai állásának megfelelő táplálkozás-egészségügyi ajánlást.

Az iskolai- és óvodai táplálkozás-egészségügyi környezetre vonatkozó, 2008-2009-ben végzett OÉTI vizsgálatok eredménye szerint az esetek nagy részében az óvodai és az iskolai közétkeztetés sem minőségében, sem mennyiségében nem felel meg az egészséges táplálkozás irányelveinek. ***A közétkeztetés átalakítása nélkül a táplálkozással összefüggő betegségek kockázata nem csökkenthető.*** A napi friss zöldséget, gyümölcsöt csak a közétkeztetők fele tudta biztosítani, az ételek sótartalma rendkívül nagy, magas zsírtartalmú húsokat, húskészítményeket használtak az ételek elkészítéséhez.

Az ajánlás szerint csípős, erősen fűszeres vagy a nyálkahártyát irritáló étel a 14 év alatti korcsoport részére nem adható. Ugyanakkor az egész napos étkeztetés során biztosítani kell például fél liter tejet, illetve ennek megfelelő kalciumtartalmú tejterméket. Négy adag gyümölcsöt, zöldséget, ebből legalább 1 adagot nyers formában. Három adag gabonaalapú élelmiszert, amelyből legalább egynek teljes őrlésűnek kell lennie. Az ajánlás egyúttal korlátozza például a felhasználható olaj, zsír, tejszín, cukor és só mennyiségét. Kiköti, hogy folyadékpótlásra víz, ásványvíz illetve az előírásoknak megfelelő tea adható, cukrozott üdítő nem.

Az egy főre jutó átlagos élelmezési norma összege az egész napos ellátás esetén a 2008-as iskolai menzafelmérés szerint 100 és 770 Ft között, míg az ebéd esetében 121 és 610 Ft között ingadozott. Az OÉTI 2009-ben végzett ezer óvodára vonatkozó országos reprezentatív felmérése alapján a napi nettó nyersanyagnorma 131 és 555 Ft között váltakozott. A közétkeztetés minősége és a nettó nyersanyagnorma között – a nemrégiben elvégzett elemzés szerint – szoros összefüggés nem volt kimutatható.

Az ajánlás jelenleg nem ró kötelezettséget a közétkeztetőkre. Az abban foglaltak alkalmazása azonban javasolt számukra, mert ily módon egészségesebb étkezést biztosítanak a gyermekeknek.

ÁNTSZ Kommunikációs Főosztály