

Közétkeztetés kockázatmentesen



Tudta?

- A táplálkozással összefüggő betegségek már egyre fiatalabb korban megjelennek.
- Hazánkban a 7 évesek körében minden negyedik lány és ötödik fiú túlsúlyos vagy elhízott.
- Az egészséges közétkeztetésnek gyerek-korban meghatározó a szerepe.
- Az egészséges táplálkozás fenntartja a gyerekek aktivitását és biztosítja a tanulásához szükséges koncentrációt.
- A kiegyensúlyozott táplálkozásnak köszönhetően nemcsak egészségesekek lesznek a gyerekek, de jobban is teljesítenek és csökken az iskolai hiányzások száma.

Kockázati tényezők a közétkeztetésben

- Sok cukor, só, zsír
- Kevés gyümölcs és zöldség
- Kevés egészséges pékáru
- Kevés tej és tejtermék
- Cukrozott italok magas aránya
- Hiányosságok a diétás étkeztetés területén

Célok

A Rendelet* célja, hogy minden gyermek megfelelő minőségű és mennyiségű táplálékhoz jusson, ezzel támogatva egészséges testi és szellemi fejlődésüket.

Mitől lesz egészségesebb?

- Több nyers zöldség és gyümölcs lesz az étlapon.
- Kevesebb só és cukor kerül az ételekbe.
- Teljes kiőrlésű pékárukat gyakrabban adnak.
- Változatos, ízletes ételek kerülnek a tányérra.
- Életkornak megfelelő adagok alkalmazása.
- Friss alapanyagok helyi termelőktől.
- Minden gyerek számára elérhető lesz az egészséges közétkeztetés.



*37/2014. (IV. 30.) EMMI rendelet a közétkeztetésre vonatkozó táplálkozás-egészségügyi előírásokról

Készült
a TÁMOP-6.1.2.B-14/1-2015-0001 jelű,
„Egészséges alapanyagok – egészséges táplálkozás”
mintaprojekt a közétkeztetés minőségi fejlesztésére
és a fogyasztói tudatosság növelésére a teljes
ellátási láncban című projekt keretében

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Regionális
Fejlesztési Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE