

Olsztyn, 22 listopada 2019 r.

Stanowisko

Komitetu Nauki o Żywieniu Człowieka Polskiej Akademii Nauk w sprawie posiłków szkolnych i nowych standardów żywienia w szkołach

Wobec nadmiernej eksploatacji zasobów naturalnych oraz dynamiki zmian klimatycznych i demograficznych w skali globalnej, zmiana zachowań żywieniowych oraz diety, w warunkach żywienia zbiorowego, na bardziej prozdrowotną i prośrodowiskową (dieta zrównoważoną) jest koniecznością. Zrównoważona dieta wg definicji FAO (2010) „ma niewielki wpływ na środowisko i w związku z tym przyczynia się do **bezpieczeństwa żywnościowego** oraz **dobrego stanu zdrowia obecnych i przyszłych pokoleń**. Dieta **ta chroni i szanuje bioróżnorodność i ekosystemy**, jest kulturowo akceptowalna, dostępna, sprawiedliwa ekonomicznie i przystępna, ale również odpowiednia pod względem wartości odżywczej, bezpieczeństwa żywnościowego oraz zdrowia; optymalizująca zasoby przyrodnicze i ludzkie”.

W szkołach od najmłodszych lat, jako element promowania diety, która szanuje środowisko, należy wprowadzać żywienie, zapewniające produkty lokalne, sezonowe i produkowane w sposób zrównoważony. Należy również zadbać o zapewnienie w szkołach nieograniczonego dostępu do wody pitnej i promowanie spożywania wody także w czasie posiłków szkolnych. Ponadto, przeciwdziałanie marnotrawstwu żywności oraz zmniejszanie ilości odpadów żywnościowych w placówkach oświatowych poprzez stosowanie praktycznych rozwiązań, jest skutecznym narzędziem ochrony środowiska.

Jednocześnie, aby zapobiegać nadwadze i otyłości oraz przewlekłym chorobom niezakaźnym związanym z niewłaściwym odżywianiem, konieczne jest stosowanie takiej organizacji żywienia oraz planowania jadłospisów szkolnych, które mają na celu zwiększanie spożycia warzyw i owoców, nasion roślin strączkowych, żywności nieprzetworzonej oraz ograniczenie spożycia mięsa. Modyfikacja dotychczasowych posiłków szkolnych w kierunku założeń „diety przyjaznej planecie¹” jest niezbędna dla kształtowania prawidłowych zwyczajów zdrowotnych i prośrodowiskowych.

Biorąc pod uwagę powyższe oraz obowiązek samorządów w zakresie zapewniania w szkołach publicznych żywienia dzieci i młodzieży, zapisany w art. 67a ustawy z dnia 7 września 1991 r. o systemie oświaty oraz obowiązek zapewnienia pomocy w zakresie dożywiania wynikający z programu „Posiłek w szkole i w domu”, koniecznym wydaje się zmiana dotychczasowych wytycznych odnośnie tzw. „obiadu szkolnego”.

Nowe standardy „posiłków szkolnych” powinny być nie tylko zgodne z Rozporządzeniem Ministra Zdrowia z 2016 r.² (Dz.U. 2016 poz. 1154), ale również wpisywać się w koncepcję prośrodowiskową.

¹ EAT-Lancet Commission. Summary Report of the EAT-Lancet Commission. Healthy Diets From Sustainable Food Systems. Food Planet Health. 2019.

² 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.

Biorąc pod uwagę przeciwdziałanie marnotrawieniu żywności i zapewnienie podaży żywności o wysokiej wartości odżywczej, nowe standardy planowania jadłospisów szkolnych powinny uwzględniać:

- formę posiłku szkolnego jako jednodaniowego (typu drugie danie obiadowe) z możliwością samodzielnego wyboru rodzaju i wielkości porcji warzyw i owoców z udostępnionego bufetu warzywno-owocowego;
- co najmniej dwie zróżnicowane wielkości porcji posiłku szkolnego, uwzględniające różne zapotrzebowanie energetyczne dzieci i młodzieży szkolnej w zależności od wieku;
- wartość energetyczną zaplanowanych posiłków szkolnych na poziomie 20-30% całodziennego zapotrzebowania energetycznego, z uwzględnieniem wieku i płci;
- stopniowe ograniczanie ilości mięsa w posiłkach szkolnych;
- dostępność dań z ryb;
- dostępność dań wegetariańskich;
- dostępność informacji o zaplanowanych posiłkach szkolnych z wyprzedzeniem, przed uiszczeniem opłaty za cały miesiąc;
- włączanie dzieci i młodzieży do planowania jadłospisów, np. w formie degustacji nowych potraw;
- możliwość zabierania przez uczniów niezjedzonych potraw we własnym pudełku.

PRZEWODNICZĄCA
Komitetu Nauki o Żywieniu Człowieka PAN

Prof. dr hab. Lidia Wądołowska