

**Tytuł:** Wpływ edukacji żywieniowej na realizację zaleceń modelowej racji pokarmowej w wybranych przedszkolach – wyniki wstępne / The influence of nutrition education on the implementation of the recommendations of daily food ration in selected nurseries ? preliminary results

**Słowa kluczowe:** MAŁE DZIECI EDUKACJA ŻYWIENIOWA MLEKO I PRODUKTY MLECZNE PRZEDSZKOLA ŻYWIENIE WARZYWA I OWOCE

**Keywords:** FRUITS VEGETABLES SMALL CHILDREN NUTRITION NURSERIES MILK AND FERMENTED MILK BEVERAGES NUTRITIONAL EDUCATION

**Autorzy:**

Anna Harton - Katedra Dietetyki Szkoły Główniej Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie

Joanna Myszkowska-Ryciak - Katedra Dietetyki Szkoły Główniej Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie

**Streszczenie:**

Wiedza i świadomość żywieniowa mogą warunkować realizację zasad prawidłowego żywienia i przekładać się na poprawę jakości diety dzieci w placówkach oświatowych. Celem pracy była ocena wpływu edukacji żywieniowej personelu przedszkoli na realizację zaleceń modelowej racji pokarmowej (MRP), ze szczególnym uwzględnieniem podaży warzyw i owoców oraz mleka i produktów mlecznych w jadłospisach placówek. Badania zrealizowano w latach 2015-2016; objęły one 35 przedszkoli (24 z Warszawy oraz 11 z innych miast). Analizie poddano jadłospisy i raporty magazynowe z 10 kolejnych dni (700 dokumentów) pozyskane przed (I etap) i po 3 miesiącach edukacji żywieniowej (II etap). Przed edukacją w placówkach modelowej racji pokarmowej realizowano na poziomie minimum 70% w odniesieniu do ziemniaków, warzyw, owoców, serów twarogowych i podpuszczkowych oraz ryb. Zbyt niski średni podaż odnotowano w przypadku maki i makaronów, kaszy, ryżu i płatków, mleka i mlecznych napojów fermentowanych oraz tłuszczów roślinnych; zbyt wysoką realizację MRP zanotowano w odniesieniu do pieczywa, mięsa, drobiu i wędlin, tłuszczu pochodzenia zwierzęcego oraz cukru i słodyczy. Edukacja żywieniowa personelu placówek istotnie wpłynęła na zwiększenie podaży warzyw oraz mlecznych napojów fermentowanych w jadłospisach przedszkolnych.

**Abstract:**

Knowledge and awareness of nutritional recommendations may determine compliance with the principles of proper nutrition and translate into improved quality of the diet of children in nurseries. The aim of this study was to evaluate the effect of nutrition education of nurseries' personnel on the implementation of the recommendations of the model daily food ration with special emphasis on the supply of fruit and vegetables, milk and milk products in menus.

The study was carried out in the years 2015-2016; included 35 nurseries (24 from Warsaw and 11 other cities). Menus and warehouse reports of 10 consecutive days (700 documents) acquired before (I phase) and after 3 months of nutrition education (second stage) were analyzed. Before education the model daily food ration was realized at a minimum of 70% in respect of potatoes, vegetables, fruit, cottage cheese, hard cheese and fish. Too low average intake was observed in the case of flour and pasta, cereal, rice and cereals, milk and dairy fermented beverages, and vegetable fats; too high MRP implementation was recorded in relation to bread, meat, poultry and meats, animal fat and sugar and sweets. Nutritional education of staff significantly contributed to increasing of the supply of vegetables and dairy fermented beverages on nurseries' menus.