



HAJDÚ-BIHAR MEGYEI
KORMÁNYHIVATAL

HAJDÚBÖSZÖRMÉNYI JÁRÁSI HIVATAL
JÁRÁSI NÉPEGÉSZSÉGÜGYI INTÉZETE

6198/2014.

Hajdúnánási Közös Önkormányzat: Hivatal
Hajdúnánási 52. T.
Erkezett 2014-04-11.
Szám: 5971-11/2014.

Ügyiratszám: HB-05R/056/00301-7/2014
Ügyintéző: Dr. Balogh Éva
Telefon: +36 (52) 563-271

Tárgy: Tájékoztató anyagok
Hiv. szám: 18985-44/2014.
Melléklet: 2 fájl

Szólláth Tibor
polgármester

Hajdúnánás Városi Önkormányzat

Hajdúnánás
Köztársaság tér 1.
4220

Tisztelt Polgármester Úr!

A Hajdú-Bihar Megyei Kormányhivatal Hajdúböszörményi Járási Hivatal Járási Népegészségügyi Intézete részéről mellékelten megküldjük a Képviselő-testületi ülésre készített „Tájékoztató a hajdúnánási közétkeztetés táplálkozás-egészségügyi helyzetéről” és a „Tájékoztató Hajdúnánás város közegészségügyi helyzetéről” szóló anyagunkat.

Hajdúböszörmény, 2014. április 11.

Tisztelettel:



Dr. Balogh Éva
járási tisztifőorvos



HAJDÚ-BIHAR MEGYEI
KORMÁNYHIVATAL

Hajdúböszörményi Járási Hivatal
Járási Népegészségügyi Intézete

E. 6198/2014.

Hajdúnánási Községi Önkormányzati Hivatal	
Hajdúnánási 52. T.	
Felvezet	2014-04-11
Szám	5971-1/2014.

Tájékoztató a hajdúnánási közétkeztetés táplálkozás-egészségügyi helyzetéről

Hajdúnánás város 18 év alatti korosztályának jelentős többségét készítteti a Hajdúnánási Közös Önkormányzati Hivatal által fenntartott **Hajdúnánási Gyermekek- és Közétkeztetési Nonprofit Kft.** 4080 Hajdúnánás, Bocskai utca 6. szám alatti főzőkonyhája látja el, ezért a táplálkozás-egészségügyi értékelést a járási népegészségügyi intézet erre a főzőkonyhára vonatkoztatva végezte el.

A konyha engedélyezett főzési adagszáma 2000 ebéd/nap, a tényleges főzési adagszám pedig 1700 ebéd/nap. Egész napos, napi egyszeri-, háromszori-, illetve négyszeri étkezést biztosítanak az ellátottak részére. Az étkezés a főzőkonyhához kapcsolódó 150 férőhelyes ebédlőben történik, valamint kiszállításra kerül 6 óvodai, és 3 általános iskolai tállalókonyhára.

A főzőkonyha tárgyi és személyi feltételei biztosítottak az engedélyezett adagszámhoz. A falak, nyílászárók, burkolatok, a bútorzat, a berendezési tárgyak állapota közegészségügyi szempontból megfelelő.

A konyha vezetője (élelmezésvezető) dietetikus végzettséggel rendelkezik. Az ételkészítésben részt vevő konyhai dolgozók száma 26 fő. 6 fő szakács szakképesítéssel rendelkezik, 1 fő cukrász, valamint 19 szakképzetlen dolgozót alkalmaznak.

A vizsgált intézményi formában ellátott korosztály 1-18 év közötti. Az étlapot az élelmezésvezető - dietetikus és egy szakács állítja össze, két hétre előre. Külön étrendet készítenek az 1-3 (45 fő) és 15-18 éves (80 fő) korcsoportra vonatkozóan, és közöset a 4-6 (460 fő), 7-10 (650 fő) és 11-14 (400 fő) korcsoportokra. Külön nyersanyag-kiszabatot vezetnek az 1-3, 4-6, 7-10, 11-14 és 15-18 éves korcsoportokra vonatkozóan. Tápanyagszámító programmal rendelkeznek, amellyel tápanyagszámítást végeznek.

A főzőkonyhához tartozó intézményekben orvos által igazolt betegség miatt diétás étkeztetésre 30 gyermek esetében merült fel igény. Példaértékű, hogy a diétás étkeztetést biztosítani tudja a főzőkonyha, mivel ez részükről mind a technológiai, mind személyi, a tárgyi feltételben, mind az alapanyagok vonatkozásában külön ráfordítást igényel.

A Hajdúnánási Gyermekek- és Közétkeztetési Nonprofit Kft. 2013. áprilisában csatlakozott az országos **Menza Minta = Mintamenza programhoz**. A program célja az egészségesebb, korszerű táplálkozás kialakítása, a közétkeztetés megújítása, melynek egyértelmű nyertese egy egészségesen táplálkozó, étkezési kultúrával rendelkező felnövő generáció.

KÖZÉTKEZTETÉS TÁPLÁLKOZÁS-EGÉSZSÉGÜGYI ÉRTÉKELÉSE

A Hajdúnánási Közös Önkormányzati Hivatal fenntartásában működő főzőkonyha által óvodás, és iskolás gyermekek részére készített étrend 2013 tavaszi (a kiinduló állapot felmérése, 2013. április 8. - április 19.), majd a követéses vizsgálatokat a nyári (2013. június 21. - július 5.) és az őszi (2013. november 18. - november 29.) időszakokra vonatkozóan végezte el a járási népegészségügyi intézet. Az értékelés az országos tisztifőorvos által kiadott, „A rendszeres étkezést biztosító, szervezett élelmezési ellátásra vonatkozó táplálkozás-egészségügyi ajánlás” (2011. augusztus 1.) (a továbbiakban: Ajánlás) figyelembe vételével, 10-10 egymást követő élelmezési napra vonatkoztatva készült el.

A szolgáltatott étrend tízórás-ebéd-uzsonna, vagyis az előírt napi szükségleti érték (15-35-15% -a) 65% -át kell biztosítani.

A NutriComp programba történő bevitel az élelmezésvezető által szóban megadott, korrigált mennyiségekkel történt. Jelen értékelés - az élelmezésvezetővel egyeztetett - az étkezői létszámhoz korrigált adagszámok felhasználásával készült.

ENERGIATARTALOM

Az Ajánlás szerint az energia bevitel teljesítendő aránya tízórás, ebéd, uzsonna biztosítása esetén a napi érték 65%-a - a 4-6 éves korosztálynál ez az érték 900-1100 kcal.

A vizsgált óvodás étrend 10 napjának energia tartalma: A 10 napos időszak átlagos energia-tartalma a korosztály számára biztosítandó mennyiség felső határát a napok többségében meghaladja, az őszi étrend kivételével átlag értéke is meghaladja a +10 %-ot.

A vizsgált iskolás étrend 10 napjának energia tartalma: Átlagban az 1-10 élelmezési nap vonatkozásában megfelelő, az Ajánlástól csak kismértékben tér el. A 10 napos időszak átlagos energia-tartalma a 7-10 éves korosztály számára megfelel, viszont a 11-14 évesek számára csupán 85%-a a biztosítandó minimum értéknek. Egy-egy tavaszi-nyári-őszi étkezési napon mindkét korosztály számára kevés az étrend energiatartalma, 3-3-5 étkezési napon a 11-14 éves korosztály étrendje nem fedezte az életkori étrendi szükségletet, 2-2 étkezési napon mindkét korosztály számára túl magas az étrend energia tartalma.

A vizsgált időszakokban az étrend energiatartalma nagyon ingadozó, amely főleg az őszi időszakra jellemző. Ott több mint 600 g eltérés is tapasztalható a min. és max. értékek között. Vannak napok, ahol meghaladja, ugyanakkor több napon nem fedezi az ellátottak szükségletét. A többi időszak kiegyenlítettebb képet mutat. Kedvező viszont, hogy a tavaszi étrendekhez viszonyítva az energiatartalom 10%-kal csökkent.

ZSÍRTARTALOM

A 4-6 éves gyermekek élettani szükségleti igényeit figyelembe véve a napi háromszoros étkezés során a napi biztosítandó zsír mennyisége 29, 9-36, 5 g.

A zsír energia % csak számítással vizsgált érték, azt mutatja meg, hogy az összes energiának hány %-a származik zsírból.

Az 1-10 élelmezési nap átlagában a napi összes energiamennyiségnek átlagosan 30 %-a. Ez az ajánlás értelmében (legfeljebb 30%- lehet zsír) átlagában megfelelő, de az egyes napok között jelentős eltérések mutatkoznak.

A vizsgált időszakokban az étrendek zsírtartalma nagyon ingadozó, amely főleg a tavaszi időszakra jellemző. Ott több mint 50 g eltérés is tapasztalható a min. és max. értékek között. Vannak napok, ahol meghaladja, ugyanakkor több napon nem fedezi az óvodás, a 7-10 és a 11-14 éves korosztály szükségletét. A többi időszak kiegyenlítettebb képet mutat.

Kedvező itt is, hogy a tavaszi étrendekhez viszonyítva a zsírtartalom is csökkent.

SZÉNHIDRÁT TARTALOM

A vizsgált óvodás étrend 10 napjának szénhidrát tartalma: A vizsgált étkezési napok szerint, az étrend 80%-ban haladja meg a biztosítandó szénhidrát-tartalom maximumát.

Kedvező viszont, hogy a tavaszi étrendhez viszonyítva a szénhidrát tartalom 5%-kal csökkent.

A vizsgált iskolás étrend 10 napjának szénhidrát tartalma: A vizsgált időszakokban az étrend energiatartalma nagyon ingadozó, amely főleg a tavaszi időszakra jellemző. Ott több mint 95 g eltérés is tapasztalható a min. és max. értékek között. Vannak napok, ahol meghaladja, ugyanakkor több napon nem fedezi az ellátottak szükségletét. A többi időszak kiegyenlítettebb képet mutat.

Hozzáadott cukor energia % (csak számítással vizsgált érték)

A hozzáadott cukortartalom a napi összes energiamennyiség legfeljebb 8%-át teheti ki, jelen esetben az 1-10 élelmezési nap átlagában az Ajánlásban szereplő értéket átlag 24%-kal haladja meg.

Itt is megállapítható, hogy a tavaszi és a nyári étrendhez viszonyítva az őszi időszakban az étrend szénhidráttartalma és a hozzáadott cukor energia %-a csökkent és a napi ingadozás is kedvezőbb képet mutat.

A tervezésnél figyelembe kell mindezt venni, hogy a napi hozzáadott cukor energia %-a ne legyen magasabb 8%-nál.

FEHÉRJE BEVITEL

A vizsgált óvodás étrend 10 napjának fehérje tartalma: Az 1-10 élelmezési napok vonatkozásában átlag 22%-kal haladja meg a biztosítandó érték felső határát.

Kedvező, hogy a tavaszi étrendekhez viszonyítva az őszi időszakra a fehérje tartalom csökkent.

A vizsgált iskolás étrend 10 napjának fehérje tartalma: Átlagban az 1-10 élelmezési nap vonatkozásában megfelelő, az Ajánlástól csak kismértékben tér el.

A vizsgált időszakokban az étrend fehérje tartalma is nagyon ingadozó, amely főleg az őszi időszakra jellemző. Ott több mint 25 g eltérés is tapasztalható a min. és max. értékek között. Vannak napok, ahol meghaladja, ugyanakkor több napon nem fedezi az ellátottak szükségletét. A többi időszak kiegyenlítettebb képet mutat.

SÓTARTALOM (g/nap)

A vizsgált óvodás étrend 10 napjának számított összes sótartalma: A 4-6 éves korosztály számára a napi háromszori étkezés szolgáltatása esetén az étrend sótartalma 2 g, legfeljebb 3 g lehet.

A számított sótartalom a vizsgált időszakban a tervezés szerint minden napon a felső elfogadható értéket is meghaladja. A számított sótartalom a 10 nap összességében több mint 2-szerese a maximálisan elfogadható 30 g/fő/10 napnak, összesen 74-62 g só kaptak a gyermekek a vizsgált időszakokban.

A vizsgált iskolás étrend 10 napjának számított összes sótartalma: Mind a 7-10, mind a 11-14 éves korosztály számára a napi háromszori étkezés szolgáltatása esetén az étrend sótartalma 3,5, legfeljebb 6,66 g lehet. A számított sótartalom a vizsgált időszakban a tervezés szerint az étkezési napok 90%-ában a felső elfogadható értéket is meghaladja.

A felhasznált alapanyagok sótartalma a vizsgált napok 70%-ában magasabb, mint az elfogadható érték felső határa és ehhez kell még hozzászámítani az ételkészítéshez felhasznált konyhasó mennyiségét. Ezeken a napokon, amennyiben az ételkészítés során egyáltalán nem történne sózás, már akkor is kifogásolt a sótartalom.

Kedvező, hogy a tavaszi és nyári étrendekhez viszonyítva az őszi időszakra a sótartalom jelentősen csökkent.

KALCIUM-TARTALOM (mg/nap)

Az Ajánlás a **4-6 éves** korosztályra vonatkozóan napi háromszori étkeztetés biztosítása esetén 0,3 l tej, vagy annak megfelelő mennyiségű tejtermék biztosítása szükséges. A 4-6 éves korosztály egész napi Kalcium beviteli szükséglete 800 mg, a napi háromszori étkeztetés szolgáltatása esetén ennek 65%-a, vagyis 520 mg Kalcium biztosítása szükséges. A 0,3 l (1,5% zsírtartalmú) tejnek megfelelő Kalcium-mennyiség 342 mg. Következésképpen 178 mg Kalciumot egyéb élelmiszerekből szükséges biztosítani.

A vizsgált óvodás étrend 10 napjának Kalcium tartalma: Az összes biztosítandó Kalcium-mennyiségnek csak átlag 75%-át tervezik (10 napra). A 10 élelmezési nap közül csupán néhány napon biztosított az összes, valamint a tejből, tejtermékekből biztosítandó Kalcium-mennyiség.

A vizsgált időszakban a szükséges tej-tejtermék mennyiségének mindössze átlag 60%-át tervezik.

Az Ajánlás az **iskolás** korosztályra vonatkozóan napi háromszori étkeztetés biztosítása esetén 0,3 l tej, vagy annak megfelelő mennyiségű tejtermék biztosítása szükséges.

A 7-10 éves korosztály egész napi Kalcium beviteli szükséglete 800 mg, a napi háromszori étkeztetés szolgáltatása esetén ennek 65%-a, vagyis 520 mg Kalcium biztosítása szükséges.

A 11-14 éves korosztály egész napi Kalcium beviteli szükséglete 1000 mg, a napi háromszori étkeztetés szolgáltatása esetén ennek 65%-a, vagyis 650 mg Kalcium biztosítása szükséges. A napi 0,3 l tej (1,5% zsírtartalmú) tej Kalcium-tartalma 342 mg, ezt a mennyiséget naponta tejből, tejtermékekből szükséges biztosítani.

A vizsgált iskolás étrend 10 napjának Kalcium-tartalma: Az összes biztosítandó Kalcium-mennyiségnek csak az átlag 80%-át tervezik a 7-10 éves-, 65%-át a 11-14 éves korosztálynak, ami alacsony.

A 10 élelmezési nap közül csupán néhány napon teljesül mind a tejből, tejtermékekből származó Kalcium biztosítandó mennyisége mindkét korosztály számára. Az étrend Kalcium tartalma csupán két étkezési napon, a 11-14 évesek Kalcium szükségletét egyetlen napon sem fedezi az étrend. A szükséges tej-tejtermék mennyiségének mindössze átlag 65%-át tervezik, ami rendkívül alacsony.

NEM JAVASOLT ÉLELMISZEREK FELHASZNÁLÁSA

Nem javasolt a sótartalmú ételízesítők, valamint az ún. kényelmi termékek felhasználása.

AZ ÉTLAP VIZSGÁLATÁNAK MEGÁLLAPÍTÁSAI:

- Az étrend energia-tartalma a korosztály számára biztosítandó értéket 9%-kal meghaladja.
- Az energiatartalomban a zsír- és hozzáadott cukor %-os aránya magas, és élelmezési naponként jelentős ingadozást mutat. Az élelmezési napok 50%-ában kaptak teát a gyerekek, amely szintén hozzájárult a hozzáadott cukor mennyiségének magas értékéhez.
- Nem az óvodás korosztály élettani szükségletei szerint állították össze az étlapot. Nagyon sok „nehéz” ételt terveznek, mely nem az óvodásoknak való elsősorban (vagdalt pogácsa, köményes sertés sült, császárszalonna).
- A felhasznált húsféléseket vizsgálva még mindig dominál a sertéshús. Halat nem kaptak a gyerekek a vizsgált időszakban.
- Minden nap biztosított az étrendben a friss gyümölcs vagy zöldség.
- A sótartalom magas. Javasolt a tervezés során figyelembe venni az alapanyagok sótartalmát, csökkenteni a magas sótartalmú termékek felhasználását. A hozzáadott só csökkentése érdekében zöldfűszerekkel történő ízesítés javasolt, továbbá javasolt az ételízesítők mellőzése is.
- A tej mennyisége alatta van az étkeztetésben részt vevő korosztályok élettani szükségleteinek. A 10 élelmezési napon a bevitt Kalcium mennyisége rendkívül alacsony, az összes Kalcium bevitel csupán két élelmezési napon éri el a kívánatos szintet.

Ami mindenképpen javasolt:

- Külön-külön eltérő, az étkeztetett korosztályok (óvodás: 4-6 éves, iskolás: 7-10 éves és 11-14 éves) élettani igényeit szem előtt tartó étlapok és az ezekhez tartozó nyersanyag-kiszabatok tervezése. Ezt igazolják az elvégzett számítások, melyek alapján az iskolás két korcsoport részére juttatott ugyanazon mennyiségű energia és tápanyagmennyiség a 7-10 éves korcsoport életkori szükségleteit általában meghaladja, viszont a 11-14 éves korcsoport igényeit jórészt nem fedezi. Az óvodás korcsoport energia és tápanyag élettani igényei, szükségletei (minőségi és mennyiségi) nem egyeznek meg minden szempontból az iskolás korcsoportéval.
- Kiemelendő, hogy az ételek energia, zsír és hozzáadott cukor tartalmára fokozottan ügyeljenek, azok csökkentése javasolt. Szintén javasolt a teljes kiőrlésű pékáru alkalmazása édesség, cukrászati sütemény és keksz helyett, illetve a tea helyett tej adása (a napok 50%-ában teát kaptak a gyerekek).

- Továbbra is szorgalmazandó, hogy minden nap kapjanak vagy friss gyümölcsöt vagy friss zöldséget a gyerekek, az idényszerűség figyelembe vételével.
- Többször kapjanak tejet, tejterméket a gyerekek, heti szinten legalább 3 alkalommal legyen tervezve tej, vagy tejtermék (elsősorban natúr, cukrozatlan formában) a kísétkézéseknél, ezzel a tea (és az ahhoz tervezett cukor) mennyisége csökkenthető, ami jótékonyan hat az étrend energia-összetételére is.
- A közétkeztetésben kerülendő élelmiszereket ne kapjanak a gyerekek.
- Mindenképpen javasolt a hal, halkészítmények gyakoribb étrendi tervezése.
- Javasolt továbbá a felhasznált alapanyagok sótartalmának figyelemmel kísérése a tervezés során és a kevésbé sós termékek preferálása, (pl. a tartósított termékek, felvágottak, húskészítmények tekintetében). Helyettesítsék a sós fűszerekkel, kínáljanak több alacsony sótartalmú élelmiszert (pl.:friss gyümölcsök és zöldségek).
- Élvezeti érték és megjelenés miatt a szezonális alapanyagok étrendi tervezése előtérbe helyezendő, a konzerv felhasználás csökkentésével.
- Az étlap tervezése során az egyes ételféleségek egymás utániságára nagyobb gondot kell fordítani. Több főzelék és főzelékféle tervezése indokolt (jelenleg a 10 napban 3 alkalommal van tervezve valamilyen főzelék).
- Rendkívül fontos, hogy a különböző alapanyagok koleszterin tartalmára fokozottan ügyeljenek. Magas koleszterin tartalmú alapanyagokból készült ételeket egy napon ne tervezzenek (pl.: máj-tojás-húskészítmény).

Hajdúböszörmény, 2014. április 11.



Dr. Balogh Éva
járási tisztifőorvos