



WOJEWÓDZKA STACJA
SANITARNO - EPIDEMIOLOGICZNA
W BIAŁYMSTOKU

Obiady w szkole

Stołówki szkolne



Wojewódzka Stacja Sanitarno - Epidemiologiczna
w Białymstoku
15 - 099 Białystok, ul. Legionowa 8
www.gov.pl/wsse-bialystok

Opracowanie:
Oddział Bezpieczeństwa Żywności i Żywienia,
Oddział Promocji Zdrowia i Komunikacji Społecznej

www.gov.pl/wsse-bialystok

Gotuj z głową!



Utrzymuj czystość w zakładzie.

Sprzątaj pomieszczenia, dbaj o właściwy stan techniczny i sanitarny sprzętu, naczyń i urządzeń.

Dbaj o higienę osobistą.

Noś czystą odzież ochronną, myj ręce skutecznie po każdej brudnej czynności oraz bezwzględnie po wyjściu z toalety.



Kupuj żywność z wiadomych źródeł.

Przechowuj środki spożywcze we właściwy sposób - przestrzegaj zaleceń zawartych na etykietach.

Produkty nietrwałe mikrobiologicznie utrzymuj w odpowiedniej temperaturze.



Do gotowania i mycia surowców używaj wody przeznaczonej do picia.

Oddzielaj żywność surową od ugotowanej.

Gotuj tak, aby potrawa nie straciła swych wartości odżywczych.



Ogranicz do minimum czas serwowania potraw.

Dbaj o właściwą temperaturę wydawanych posiłków.

Poinformuj konsumenta o składzie serwowanych produktów i zawartych w nich alergenach.

Tak, aby było zdrowo i bezpiecznie!

Sprawdź czy spełniasz wymagania!

zawarte w rozporządzeniu Ministra Zdrowia z dnia 26.07.2016 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.

1. Czy zupy, sosy oraz potrawy są sporządzane z naturalnych składników, bez użycia koncentratów spożywczych, z wyłączeniem koncentratów z naturalnych składników.
2. Czy od poniedziałku do piątku (tydzień szkolny) potrawy smażone podawane są nie częściej niż dwa razy.
3. Czy do smażenia używany jest olej roślinny (np. rzepakowy).
4. Czy podawane napoje nie zawierają więcej niż 10 g cukrów w 250 ml (kubku, szklance).
5. Czy każdego dnia są podawane:
 - co najmniej jedna porcja z grupy mięso, jaja, orzechy, nasiona roślin strączkowych lub przetworów mlecznych,
 - warzywa lub owoce w każdym posiłku,
 - co najmniej jedna porcja warzyw do obiadu,
 - co najmniej jedna porcja produktów zbożowych (pieczywo, płatki zbożowe, kasze, makaron, ryż) lub ziemniaki w każdym z głównych posiłków.
6. Czy porcja ryby podawana jest co najmniej raz w tygodniu.
7. Czy jadłospisy spełniają normy żywienia na energię i składniki odżywcze dla danej grupy wiekowej (należy brać pod uwagę średnie wartości z 10 jadłospisów).