

# A „Közös Kincsünk a Gyermek” Nemzeti Csecsemő és Gyermek egészségügyi Program keretében

## A bölcsődei étkeztetés felmérése, pilot vizsgálat

2010.



# „Információk a bölcsődei étkeztetéshez”

## Tartalom

<b>A „KÖZÖS KINCْسÜNK A GYERMEK” NEMZETI CSECSEMŐ ÉS GYERMEKEGÉSZSÉGUGYI PROGRAM KERETÉBEN A BÖLCSŐDEI ÉTKEZTETÉS FELMÉRÉSE, PILOT VIZSGÁLAT 2010.</b> .....	HIBA! A KÖNYVJELZŐ NEM LÉTEZIK.
<b>A „KÖZÖS KINCْسÜNK A GYERMEK” NEMZETI CSECSEMŐ ÉS GYERMEKEGÉSZSÉGUGYI PROGRAM KERETÉBEN A BÖLCSŐDEI ÉTKEZTETÉS FELMÉRÉSE, PILOT VIZSGÁLAT 2010.1</b>	
<b>A FELMÉRÉSBEN RÉSZTVEVŐ SZERVEZET ÉS INTÉZETEK.....</b>	HIBA! A KÖNYVJELZŐ NEM LÉTEZIK.
<b>ÖSSZEFOGLALÁS.....</b>	<b>6</b>
<b>ÉSZREVÉTELEK, JAVASLATOK.....</b>	HIBA! A KÖNYVJELZŐ NEM LÉTEZIK.
<b>A 2010. ÉVI BÖLCSŐDEI ÉTKEZTETÉS FELMÉRÉS MÓDSZERTANA ...</b>	HIBA! A KÖNYVJELZŐ NEM LÉTEZIK.
<b>EREDMÉNYEK .....</b>	HIBA! A KÖNYVJELZŐ NEM LÉTEZIK.
<b>„A RENDSZERES ÉTKEZÉST BIZTOSÍTÓ, SZERVEZETT ÉLELMEZÉSI ELLÁTÁS KERETÉBEN SZOLGÁLTATOTT ÉLELMISZEREKRE VONATKOZÓ TÁPLÁLKOZÁS-EGÉSZSÉGUGYI ELŐÍRÁSOKRÓL” RENDELETTERVEZET OÉTI 2010..</b>	HIBA! A KÖNYVJELZŐ NEM LÉTEZIK.
<b>RECEPTEK .....</b>	HIBA! A KÖNYVJELZŐ NEM LÉTEZIK.
<b>JOGSZABÁLYOK .....</b>	HIBA! A KÖNYVJELZŐ NEM LÉTEZIK.
<b>MÓDSZERTANOK, PROTOKOLLOK, AJÁNLÁSOK .....</b>	HIBA! A KÖNYVJELZŐ NEM LÉTEZIK.
<b>AZ EGÉSZSÉGUGYI MINISZTERIUM SZAKMAI PROTOKOLLJA AZ EGÉSZSÉGES CSECSEMŐ TÁPLÁLÁSÁRÓL (1. MÓDOSÍTOTT VÁLTOZAT) KÉSZÍTETTE: A CSECSEMŐ- ÉS GYERMEKGYÓGYÁSZATI SZAKMAI KOLLÉGIUM ÉS A SZOPTATÁST TÁMOGATÓ NEMZETI BIZOTTSÁG 2009.....</b>	HIBA! A KÖNYVJELZŐ NEM LÉTEZIK.
<b>AZ EGÉSZSÉGUGYI MINISZTERIUM SZAKMAI PROTOKOLLJA AZ EGÉSZSÉGES CSECSEMŐ (0-12 HÓNAP) TÁPLÁLÁSÁRÓL KÉSZÍTETTE: A VÉDŐNŐI SZAKMAI KOLLÉGIUM 2009. ....</b>	HIBA! A KÖNYVJELZŐ NEM LÉTEZIK.
<b>A BÖLCSŐDEI NEVELÉS-GONDOZÁS ORSZÁGOS ALAPPROGRAMJA 2008.....</b>	HIBA! A KÖNYVJELZŐ NEM LÉTEZIK.
<b>A BÖLCSŐDEI GONDOZÁS-NEVELÉS SZAKMAI SZABÁLYAI 2009....</b>	HIBA! A KÖNYVJELZŐ NEM LÉTEZIK.

**AZ ÉLELMEZÉS SZÁMÁRA HASZNOS CIKKEK..... HIBA! A KÖNYVJELZŐ NEM LÉTEZIK.**

**HACCP DOKUMENTÁCIÓ..... HIBA! A KÖNYVJELZŐ NEM LÉTEZIK.**

**MUNKAVÉDELMI OKTATÁS, BALESET-MEGELŐZÉS A KONYHÁN..... HIBA! A KÖNYVJELZŐ NEM LÉTEZIK.**

**HULLADÉKKEZELÉS..... HIBA! A KÖNYVJELZŐ NEM LÉTEZIK.**

**ÉTLAPTERVEZÉS I-II. RÉSZ..... HIBA! A KÖNYVJELZŐ NEM LÉTEZIK.**

**FELADATOK A GYERMEKEK HELYES TÁPLÁLKOZÁSRA NEVELÉSÉBEN... HIBA! A KÖNYVJELZŐ NEM LÉTEZIK.**

**TAVASZI ÉTREND BÖLCSŐDÉSEK RÉSZÉRE..... HIBA! A KÖNYVJELZŐ NEM LÉTEZIK.**

**TÉLI ÉTREND BÖLCSŐDÉSEK RÉSZÉRE..... HIBA! A KÖNYVJELZŐ NEM LÉTEZIK.**

**IRODALOM..... HIBA! A KÖNYVJELZŐ NEM LÉTEZIK.**

**HASZNOS OLDALAK, HONLAPOK..... HIBA! A KÖNYVJELZŐ NEM LÉTEZIK.**

**BETEGSZERVEZETEK..... HIBA! A KÖNYVJELZŐ NEM LÉTEZIK.**



## A kutatásról

Hazánk lakosságának egészségi állapota aggasztó. A primer prevenció egyik hatékony eszköze a gyermekkorban megkezdett egészséges életmódra nevelés.

A 2009. évi adatok szerint, Magyarországon a közel 34700 bölcsődés kisgyermek étkeztetésére és étkezésre vonatkozóan aktuális adatok nem állnak rendelkezésre.

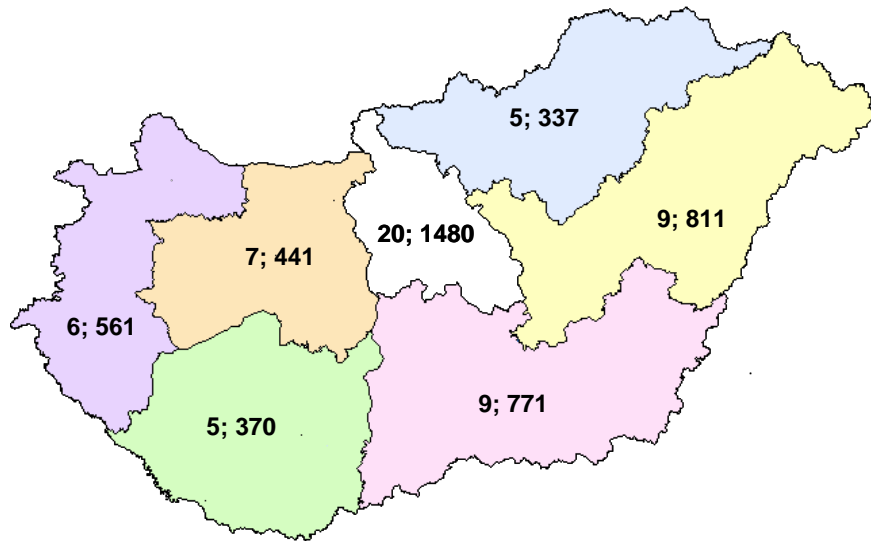
Év	Működő bölcsődék száma	Működő bölcsődei férőhelyek száma	Ebből: önkormányzati bölcsődék férőhelyei	Beíratott gyermekek száma	Ebből: önkormányzati bölcsődébe beíratott gyermekek száma
2000	532	24 965	24 089	29 561	28 722
2001	532	24 394	23 564	28 981	28 177
2002	523	24 078	23 300	28 847	28 029
2003	515	23 771	22 959	29 422	28 254
2004	527	23 911	23 024	30 333	29 369
2005	530	23 766	22 909	30 230	29 274
2006	543	24 255	23 344	31 153	30 066
2007	556	24 934	23 868	32 010	30 659
2008	594	25 937	24 243	33 726	31 536
2009	625	26 687	24 767	34 694	32 308

Forrás KSH.

A területen illetékes intézetek Országos Gyermekegészségügyi Intézet /OGYEI/, Szociálpolitikai és Munkaügyi Intézet /SZMI/, Országos Élelemezés és Táplálkozástudományi Intézet /OÉTI/ és a Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége /MDOSZ/, mint szakmai szervezet együttesen terveztek felmérést az aktuális állapot feltérképezésére.

A hosszú ideje nem vizsgált bölcsődei korosztály étkezését és az, azt befolyásoló tényezőket, dietetikus végzettségű szakemberek mérték fel, akiknek a képzettsége, gyakorlati tapasztalata egyaránt kiterjed a táplálkozástanra, közétkeztetésre, és az egyre többeket érintő diétákra.

**A vizsgált mintába a hazai bölcsődék 10%-a 61 intézmény,  
a bölcsődei férőhelyek 15%-és 4771 gyermekre vonatkozó adat került be.**



Kutatásunk célja:

- A bölcsődék jelenlegi étkezési, dietetikai ellátása, az étkeztetés, az egészséges táplálkozásra nevelés körülményeinek felderítése
- Egy későbbi kiterjedt kutatás előkészítése
- A pilot vizsgálat eredményeiből is levonhatóak azok a következtetések, amelyek hozzájárulnak az ellátás optimalizálásához.
- Objektív alapot jelent a tervezett újabb módszertani kiadványhoz.
- Az ELTE csecsemő és kisgyermeknevelő szakember képzéséhez hasznos háttéranyag

## Összefoglalás

2010 májusában három országos intézet (OGYEI, SZMI, OÉTI) és az MDOSZ szakmai szervezet összefogásával sor került a hazai bölcsődék étkeztetésének és egészség nevelési gyakorlatának felmérésére.

A vizsgált mintába a hazai bölcsődék 10%-a, a bölcsődei férőhelyek 15%-a és 4771 gyermekre vonatkozó adat került be.

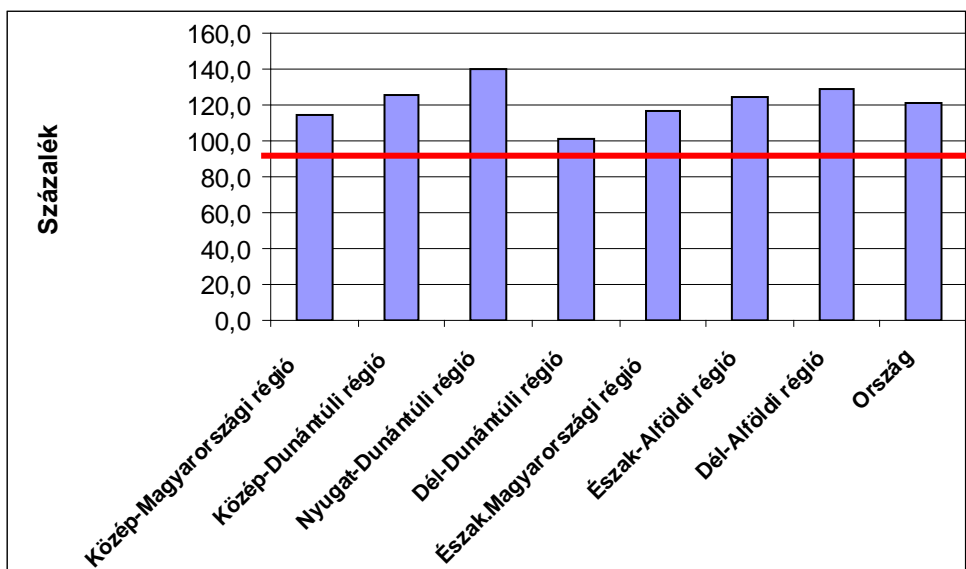
A hosszú ideje nem vizsgált bölcsődés korosztály ételmezését és az azt, befolyásoló tényezőket dietetikus szakemberek mérték fel, akiknek a képzettsége, gyakorlati tapasztalata egyaránt kiterjed a táplálkozásra, közétkeztetésre, és az egyre többet érintő diétákra.

A felmérés keretében külön megkérdezték a bölcsődevezetőket és az ételmezésvezetőket, valamint bölcsődénként 5 gondozónő véleményét a gyermekek étkeztetésével kapcsolatban. Adatokat gyűjtöttek a gondozónők tápláltsági állapotára és egészségmagatartására vonatkozóan is, hiszen az ő példájukat, az egészséges életmódhoz való hozzáállásukat látják a gyermekek nap, mint nap. A gondozónők részvétele önkéntes volt.

### Eredmények

A bölcsődei ellátásra való igényt jól mutatja, hogy a felmérésben résztvevő bölcsődékben kivétel nélkül több gyermeket írtak be a felmérés idején, mint amennyi férőhelyes volt az intézmény.

**A férőhelyek számához képest a legkisebb túljelentkezés 101%, a legtöbb 140% volt.**



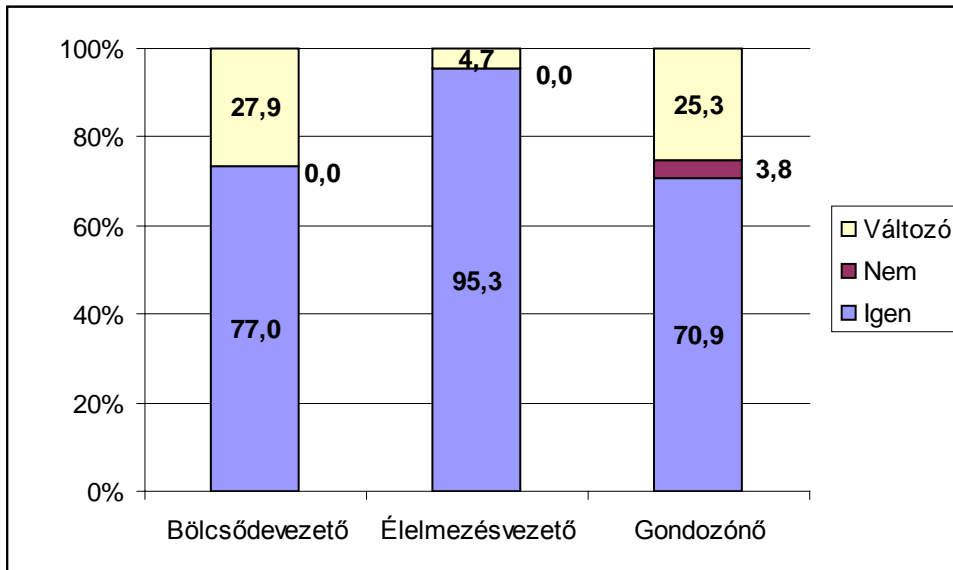
A felmért 61 bölcsődében, a felmérés hónapjában 12 csecsemőt láttak el.

### Az étkeztetés minősége

Külön-külön megkérdeztük a bölcsődevezetőket, az ételmezésvezetőket és a gondozókat véleményüket a bölcsődében kapott ételek mennyiségével és minőségével kapcsolatban.

A választ adók döntő többsége szerint az ételek mennyisége elegendő a bölcsődékben. Ezt leginkább az ételmezésvezetőket gondolták így (98%), de hasonlóan kedvező az arány a bölcsődevezetőket körében (92%) is. A megkérdezett gondozók 88%-a volt elégedett.

**A fogyasztásra kerülő ételek minőségét főleg az ételmezésvezetők tartották megfelelőnek (95%), de a bölcsődevezetőket és a gondozók többsége is így gondolta, csak kisebb arányban (77% és 71%).**



Az ételmezésvezetők és a bölcsődevezetők közel 10-10%-a, míg a gondozók 15%-a változónak minősíti a kisdetek számára készített ételeknél alkalmazott ételkészítési technológiát.

A szülők véleményét a bölcsődék közel felében évente egyszer, egy harmadában évente többször míg egyötödében nem kérdezik meg az étkeztetéssel kapcsolatban, 2010-ben a felmért intézetek 12%-ban érkezett panasz a szülők részéről ebben a témában.

Az étkeztetés minőségéért általában többen is felelnek, a megkérdezett bölcsődevezetők szerint leggyakrabban az ételmezésvezető (67%), és a bölcsődevezető (65%), az esetek több mint egyharmadában a bölcsőde orvosa is szerepet vállal. A dietetikus csak 10%-ban van jelen ebben a véleményezésben, ami azért is sajnálatos, mert ennél még az „egyéb” munkakörben dolgozók is, például a szakács, konyhai dolgozó, bölcsődevezető helyettes is nagyobb arányban (12%) kapnak szerepet. Minden 5-ik intézményben nem jelölnek meg olyan szakembert, aki felelős lenne az ételmezés minőségéért, az étlap összeállításáért. A legkedvezőtlenebb az arány azoknál a bölcsődéknél, ahová közétkeztető cég szállítja ki az ételt.

Az ételmezésvezetők válaszai alapján 88%-ban az ételmezésvezető, 68%-ban a bölcsődevezető, 43%-ban a bölcsőde orvosa, 35%-ban a szakács, 20 %-ban dietetikus, 8%-ban egyéb dolgozó is részt vesz az étlap tervezésében. A bölcsődék 35%-ában a módszertani ajánlás szerint az ételmezésvezető, a bölcsődevezető és a bölcsőde orvosa is részt vesz az étlap tervezésében.

A bölcsődei étkeztetést egészségesnek tartják egy 10-es skálán az ételmezésvezetők 6-10-es minősítéssel, a bölcsődevezetők szintén jónak, míg 8%-uk, és a gondozónők 9%-a 5-tel vagy gyengébbel jellemezte.

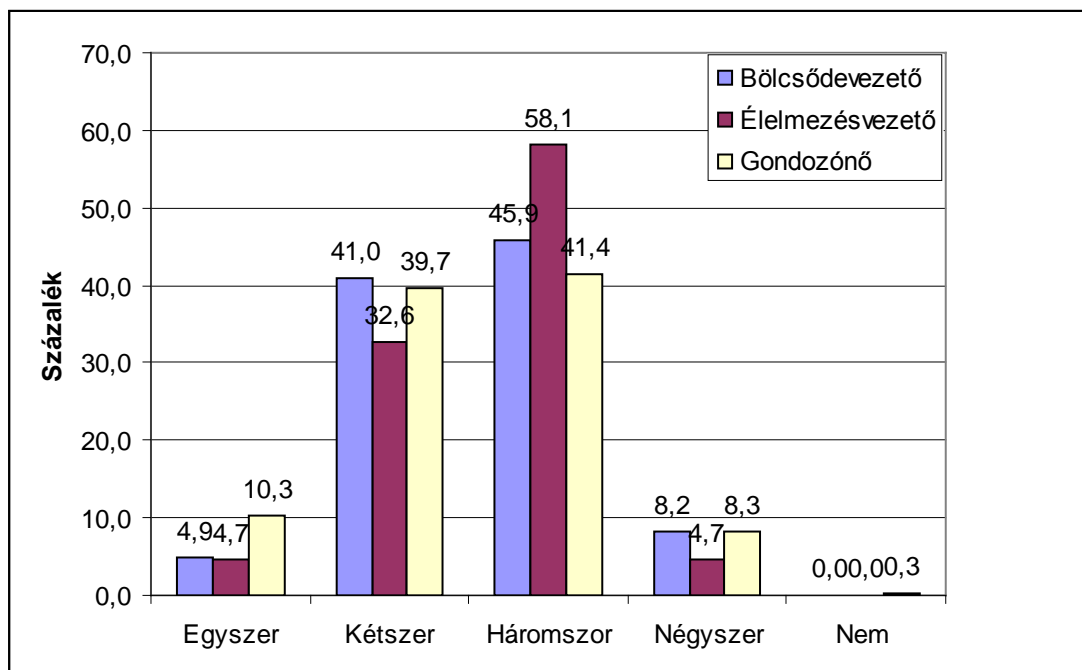
### Zöldség-gyümölcs, folyadékpótlás, kisétkezések

Örvendetes, hogy minden megkérdezett bölcsődében biztosítanak az étkezések alkalmával ivóvizet, előkét, abroszt, étkészletet, szalvétát és minden alkalommal kezét mosnak étkezés előtt.

Kenyeret a bölcsődék közel negyedében és sótartót közel 5%-ban adnak az étkezések mellé.

**Mindhárom megkérdezett szakember válasza alapján, a bölcsődék kevesebb, mint 10%-ában egyszer, több mint 90%-uknál több alkalommal (közel 60%-ban legalább 3x) biztosított a napi friss zöldség, gyümölcs a gyermekek számára.**

Ez lényegesen kedvezőbb adat, mint a többi korcsoport (óvodás, iskolás) esetében.



A szülők a bölcsődék több mint egyharmadában (37,7%) járulnak hozzá a zöldség-gyümölcs biztosításához.

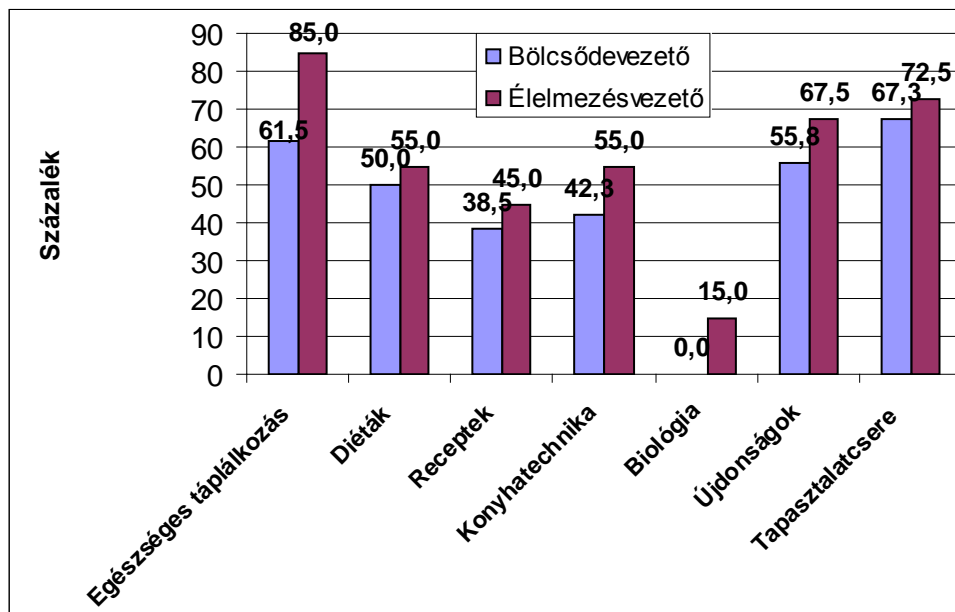
A megkérdezett bölcsődevezetők és ételmezésvezetők válasza alapján a gyermekek a bölcsődei étkeztetésen kívül, a felmért bölcsődék több mint felében a szülőktől, ill. elenyésző mértékben (<5%) egyéb adományozótól is kapnak a bölcsődei étkeztetésen kívüli ételt/italt.

Minden bölcsőde biztosít a gyermekek számára igény szerint (étkezésen kívüli) folyadékpótlást. A leggyakrabban csapvizet (86,9 %), a megkérdezett bölcsődék több, mint felében kapnak cukros teát is, de gyakran szerepel hígított gyümölcs sűrítmény (18%), az ásványvíz, limonádé, 100%-os gyümölcslé pedig minden 10. bölcsődében érhető el a gyermekek számára.

A válaszokból megállapítható, hogy csökkenő sorrendű gyakorisággal kis étkezésekre legalább 50%-os gyümölcslevet, cukrozott teát, felvágottas kenyeret, gyümölcsöt, zöldséget, finom pékárut, tejes italokat, tejdesszerteket kapnak a gyermekek.

### Egészséges életmód, továbbképzések

**A bölcsődevezetők 85,2%-a, az ételmezésvezetők 93%-a szükségesnek tartaná a gondozónők, szakácsok, konyhai dolgozók táplálkozással kapcsolatos ismereteinek bővítését.**



Kiemelten az egészséges táplálkozás, a diéták, valamint a táplálkozással kapcsolatos újdonságok és a konyhatechnológia terén lenne szükség továbbképzésre.

A megkérdezett bölcsődevezetők egyharmada (29,5%) többször is részt vett táplálkozással, életmóddal kapcsolatos továbbképzésen az utóbbi 5 évben, több mint fele (54%) egyáltalán nem.

Kedvezőbb az arány a megkérdezett ételmezésvezetők körében, 65%-uk több alkalommal is részt vett táplálkozással, életmóddal kapcsolatos továbbképzésen az utóbbi 5 évben, egyötödük (19%) egyáltalán nem.

### Ételmezés

#### A konyha típusa, az ételmezésvezető képzettsége, nyomonkövetés, norma

A megkérdezett ételmezésvezetők válaszai alapján reggelit 1 bölcsődében nem biztosítanak, itt egy iskola konyhája látja el a bölcsődét, tízórait, ebédet, uzsonnát mindenhol biztosítanak, vacsorát sehol. (A bölcsődevezetők és ételmezésvezetők tudomása szerint a gyermekek 40-45%-a reggelizik otthon. (A kérdésben nem volt definiálva a reggeli fogalma.)

A felmérésben résztvevő ételmezésvezetők válaszai alapján a felmérésben szereplő bölcsődék felében főzőkonyha van, 18%-ban befejező-tálaló konyha (központi tervezés, rendelés, de helyben főz), több mint egyharmadukban (32%) tálalókonyha van.

Azoknál a bölcsődéknél, ahol kiszervezett a közétkeztetés, 36% írásban félévente, ugyanennyinél személyesen, vagy telefonon érdeklődve ellenőrzik az ételmezési-szolgáltatót, hogy a szerződésben vállaltakat hogyan teljesíti. 1 bölcsődében egyáltalán nem ellenőrzik.

Egy konyhai dolgozóra átlagosan 33,4 gyermek jut, de volt, ahol 78 gyermekre jutott egy konyhai dolgozó.

**A felmért bölcsődékben a napi, nettó átlagos nyersanyag norma 303,40 Ft/nap volt.**

A válaszadó ételmezésvezetők többsége (64%) OKJ-s tanfolyamot végzett, 18%-a dietetikus, 10%-a pedig egyéb (pl.: szakács, közgazdasági érettségi, kereskedelmi szakközépiskola, felsőfokú gondozónő) végzettségű volt, 6 esetben olyan bölcsődevezető töltötte ki a kérdőívet, aki nem tudta az ételmezésvezető végzettségét.

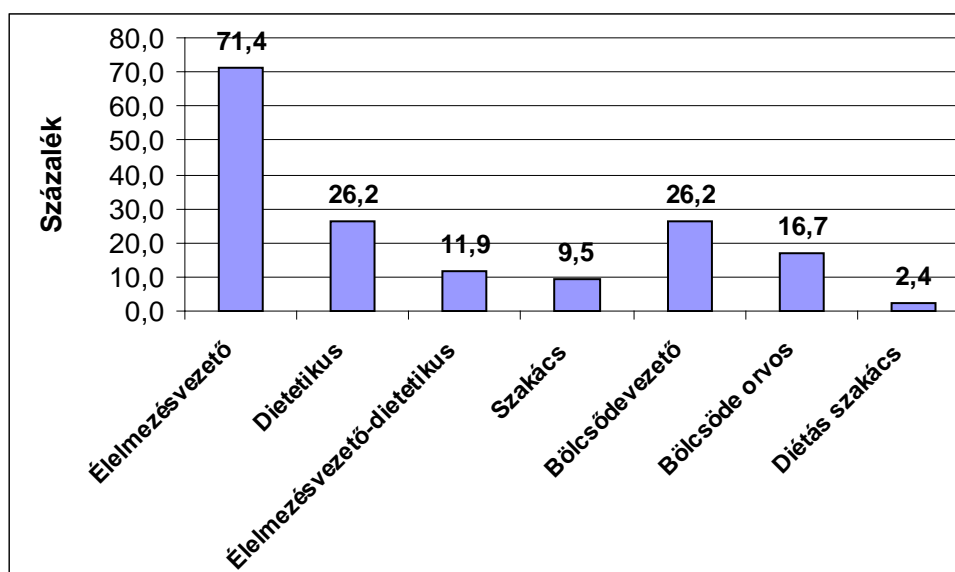
### Diétás étkeztetés

Már ebben a korosztályban is jelen vannak az allergiás megbetegedések, a vizsgált intézményekbe beiratott gyermekek 2,4%-nak van valamilyen táplálék allergiája, közülük 0,8%-nak poliallergiája.

A bölcsődei nevelés-gondozás szakmai szabályai 2009. Módszertani levél szerint:

„A krónikus betegség vagy táplálékallergia miatt diétára szorulók ellátását a bölcsőde csak akkor vállalhatja, ha az étrendre vonatkozó előírásokat be tudja tartani. A bölcsődés gyermekek étkeztetésében makrobiotikus ill. tisztán vegán étrendek nem szerepelhetnek. Speciális étrend (pl. szemi-vegetáriánus, lakto-ovo vegetáriánus) szigorú szakmai feltételek teljesülése mellett vezethető be, a gyermekek megfelelő fejlődése érdekében. Az étlapot, főiskolát végzett dietetikusnak kell összeállítania.”

**A diétás étrend tervezésében az ételmezésvezetők válaszai alapján a bölcsődék 71%-ban az ételmezésvezető, 26%-ban dietetikus, ill. a bölcsőde vezetője, 17%-ban a bölcsőde orvosa, 12%-ban ételmezésvezető-dietetikus, 9,5%-ban szakács és 2,4%-ban diétás szakács vesz részt.**



A válaszadók szerint a bölcsődék 69%-a tudja biztosítani a diétát, ahol szükség lenne rá, 5%-ban nincs lehetősége ill. nem tud diétát adni, 1,6%-ban a szülők hozzák a diétát gyermekük számára.

### Nyersanyag felhasználás

Az élelmezésvezető kérdőív válaszai alapján kenő zsiradéknak a bölcsődékben leggyakrabban margarint és kevesebb, mint fele annyi margarin krémet, második helyen egyenlő mértékben vaját és vajkrémet (fele olyan gyakorisággal, mint margarint) zsírt, tepertőkrémet kevesen és ritkán használnak.

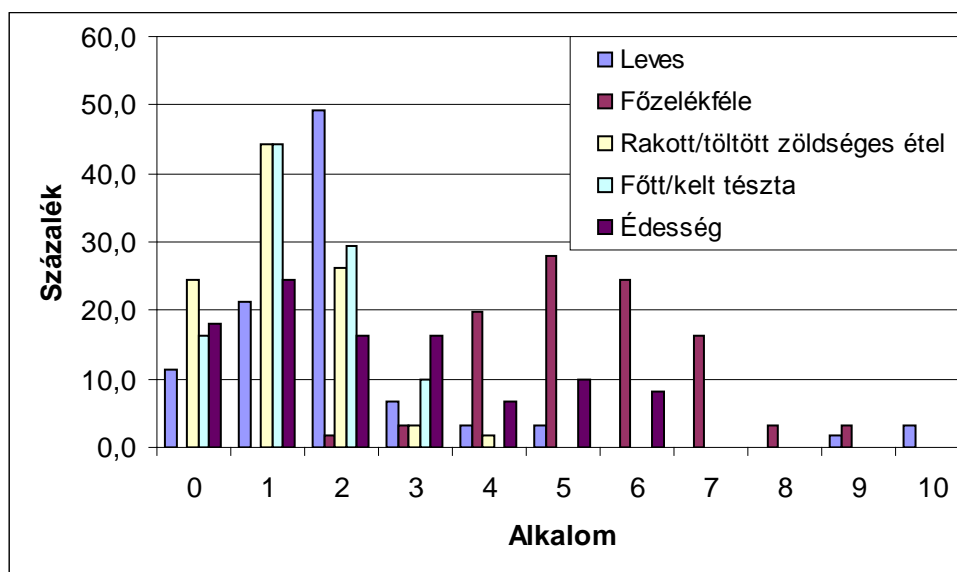
A bölcsődék leggyakrabban napraforgóolajjal főznek, 8 bölcsőde (13,7%) használ sertézsírt, 2 (3,4%) olíva olajat ill. 1 (1,7%) baromfi zsírt is.

A válaszok alapján a bölcsődei étkeztetésben a levesekbe 0-150 g, a főzelékekbe 0-200 g felett, teába 0-200 g felett, kakaóba 20-200 g cukrot szabnak ki 10 főre.

A válaszok alapján, a levesekbe 0-100 g-ig, főzelékekbe 0-200 g felett használnak lisztet a sűrítéshez 10 főre.

A válaszok alapján csökkenő gyakorisági sorrend szerint félbarna, fehér, rozs és magvas kenyeret kapnak a gyermekek a bölcsődékben.

**A válaszok alapján megállapítható, hogy voltak olyan bölcsődék, ahol 10 nap alatt nem volt leves, rakott/töltött étel, főtt/kelt tészta és édesség ill. van, ahol minden nap van leves.**



Leggyakrabban a főzelék, ill. az édesség (nápolyi, parány, mézes puszedli, puding, stb.) jelenik meg az étlapon, úgy, hogy gyümölcs nem szerepelt a vizsgált opciókban.

### Gondozónők egészségmagatartása

A felmérésben résztvevő gondozónők BMI-jük alapján 2%-ban alultápláltak, 42%-ban normál tápláltsági állapotúak, 37%-ban túlsúlyosak, és 19 %-ban elhízottak.

Táplálkozással, életmóddal kapcsolatos továbbképzésen az utóbbi 5 évben a gondozónők 15%-a egyszer, 15%-a többször is, míg 70%-uk nem vett részt.

Szoptatással kapcsolatos továbbképzésen a válaszadó gondozónők 16%-a vett részt.

A megkérdezett gondozónők 91%-a nem szokta utóízesíteni a kész ételeket, 6%-a rendszeresen után sóz és cukrozza is a készételeket.

A választ adó gondozónők 64%-a igény szerint, 40,5%-a tapasztalat alapján, ezen belül 11,4%-a hitelesített tálalóeszközzel ill. 4,2% adagolási útmutató szerint adagolja az ételeket a gyermekeknek.

