

## A GYERMEK-KÖZÉTKEZTETÉS TÁPLÁLKOZÁS-EGÉSZSÉGÜGYI JELENTŐSÉGE

---

### **A közétkeztetés szerepe**

A közétkeztetés<sup>1</sup> szabályozása az egészségügy számára kiemelten fontos terület, hiszen közismert, hogy a helytelen táplálkozásból eredő egészségügyi következmények napjaink súlyos problémáját jelentik.<sup>2</sup> Az egészséges táplálkozás alapvető fontosságú a gyermekek megfelelő fejlődéséhez, mentális, szociális és fizikai jóllétéhez. A zöldségekben, gyümölcsökben, teljes kiőrlésű gabonafélékben gazdag, emellett alacsonyabb telítettszír-, hozzáadott cukor- és sótartalmú étrend az egészséges testtömeg megőrzésének, valamint a szív- és érrendszeri, daganatos betegségek megelőzésének egyik kulcsa. Az egészséges táplálkozás hosszú távú befektetést jelent az egészségbe, pozitív hatásai a felnőttkorra is kihatnak és az idősebb korosztálynál is hozzájárulnak az egészségi állapot javításához.

Gyermekeink szokásait – családjuk mellett – környezetük is komolyan befolyásolja. Ezért elengedhetetlen, hogy a nevelési-oktatási intézményekben is biztosítottak legyenek az egészséges életmód kialakításához szükséges feltételek (köztük az, hogy az intézmények birtokában legyenek a releváns ismereteknek). Mivel a közétkeztetés – bölcsődétől az iskola befejezéséig – egy gyermeknek akár 12 ezer étkezését is biztosíthatja, a kockázatoktól mentes, egészséges táplálkozás szempontjából meghatározó a közétkeztetés szerepe. Ezen túlmenően pedig egyre nagyobb szerepet játszik a táplálkozási kultúra kialakításában, a nemzeti tradíciók megőrzésében is.

---

<sup>1</sup> Hivatkozás erre a tanulmányra: Zentai Andrea – Feigl Edit – Varga Anita – Mihálydy Kinga – Dr. Greiner Erika: A gyermek-közétkeztetés táplálkozás-egészségügyi jelentősége. In: Bági Anikó (szerk.): *Menzadimenziók. A gyermek-közétkeztetés társadalmi beágyazottsága.* (Néprajztudományi Könyvtár 2.) Budapest: BTK Néprajztudományi Intézet, 2023. 261–266. p.

DOI: <https://doi.org/10.61380/978-963-567-072-7-11>

© 2023 Szerző(k), Levelező szerző: Zentai.Andrea@ogyei.gov.hu

Kulcsszavak: táplálkozás-egészségügy, közétkeztetés, néprajzi látásmód.

<sup>2</sup> Szerzők: Zentai Andrea, Feigl Edit, Varga Anita, Mihálydy Kinga, Dr. Greiner Erika OGYÉI munkatársai.

## A táplálkozás-egészségügyi előírások megalapozottsága a közösségi étkeztetés területén

A magyarországi közétkeztetés több évtizedes múltra visszatekintő terület, az Országos Közegészségügyi Intézet 1948-ban a *Napközis otthonok élelmezése* című tanulmányában (Tarján 1948) már felhívta arra a figyelmet, hogy úgy kell összeállítani az étrendet, hogy az a gyermekek fejlődéséhez szükséges tápanyagokat biztosítsa. A közétkeztetés első országos vizsgálatára 1977–78 és 1979–80 között került sor. Az országos felmérést a 3 és 18 éves lakosság körében végezték az óvodások és középiskolások közétkeztetési ellátásáról. A vizsgálatok már ekkor számos hiányosságot mutattak ki, amik a későbbi vizsgálatokban is visszaköszöntek. Az Országos Élelmezés- és Táplálkozástudományi Intézet (OÉTI) irányításával elvégzett *Országos iskolai MENZA körkép, Iskolai táplálkozás-egészségügyi környezetfelmérés* 2008-ban,<sup>3</sup> majd 2009-ben az *Országos helyzetkép az óvodai közétkeztetésről, Óvodai Táplálkozási-egészségügyi felmérés*<sup>4</sup> eredményei is azt mutatták, hogy az óvodai és iskolai közétkeztetés sem minőségében, sem mennyiségében nem felelt meg a táplálkozás-egészségügyi követelményeknek. Mindezek alapján megállapítható volt, hogy a közétkeztetés által biztosított ételek táplálkozási kockázatot jelentenek már a vizsgált korcsoportokban is, nem elegendő az ajánlás a közétkeztetés keretében biztosított étkeztetés szabályozására. Ezért 2009-ben az OÉTI szakemberei elkezdtek előkészíteni a közétkeztetést szabályozó rendelettervezetet. Kialakítása az OÉTI felmérési eredményeire alapozva, a legújabb hazai és nemzetközi szakirodalmi adatokat figyelembe véve, a táplálkozástudomány aktuális állásának megfelelően történt meg. A jogszabály kiadásáig átmeneti megoldásként az országos tisztifőorvos a rendelettervezetre alapozva 2011. augusztus 1-jén a közétkeztetők számára közzé tette az új *Ajánlást*.<sup>5</sup> Ez egyrészt a korábbiakat korszerűsítette, másrészt új szemléletű, élelmiszer-felhasználási gyakorlaton és az élelmiszer-nyersanyagok minőségi kritériumain alapuló elemeket tartalmazott. A rendelettervezetről több alkalommal széles körben párbeszéd zajlott az érintett társhatóságok, országos szervezetek, egészségügyi szakemberek, a közétkeztetők és élelmiszer-ipari cégek között. Az OÉTI 2013-as átfogó iskolai és óvodai táplálkozás-egészségügyi felmérései<sup>6</sup> alapján összességében megállapít-

<sup>3</sup> [http://www.ogyei.gov.hu/dynamic/oeti\\_forms/menza2008.pdf](http://www.ogyei.gov.hu/dynamic/oeti_forms/menza2008.pdf) (Letöltés 2023. 06. 21.)

<sup>4</sup> [http://www.ogyei.gov.hu/dynamic/oeti\\_forms/ovoda2009.pdf](http://www.ogyei.gov.hu/dynamic/oeti_forms/ovoda2009.pdf) (Letöltés 2023. 06. 21.).

<sup>5</sup> [https://www.antsz.hu/data/cms26880/szervezett\\_elelmezési\\_ellatasra\\_vonatkozó\\_taplalkozas\\_egeszsegugyi\\_ajanlas\\_kozetkeztetoknek\\_20110805.pdf](https://www.antsz.hu/data/cms26880/szervezett_elelmezési_ellatasra_vonatkozó_taplalkozas_egeszsegugyi_ajanlas_kozetkeztetoknek_20110805.pdf) (Letöltés 2023. 06. 21.)

<sup>6</sup> <http://www.ogyei.gov.hu/dynamic/Orszagos%20iskolai%20MENZA%20k%C3%B6rkep%202017%20webre.pdf> (Letöltés 2023. 06. 21.)

ható volt, hogy a közétkeztetésben történt néhány előrelépés, ahhoz azonban, hogy minden egyes gyermek egészséges közétkeztetésben részesüljön, nélkülözhetetlenné vált az *Ajánlás* rendeleti szintre emelése. „A közétkeztetésre vonatkozó táplálkozás-egészségügyi előírásokról” szóló 37/2014. (IV. 30.) EMMI rendelet (továbbiakban *Rendelet*) a Magyar Közlöny 2014/61. számában (2014. április 30.) jelent meg, majd két módosítást követően 2015. január 1-jén lépett hatályba, és az 54/2014. (XII. 29.) EMMI rendelet értelmében 2015. szeptember 1-jétől alkalmazandó a szakma nagy vívmányaként. A módosításokat az Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége (MDOSZ) és az Élelmezésvezetők Országos szövetsége (ÉLOSZ) felméréseire alapozva, az OÉTI-be és társhatóságokhoz érkezett észrevételek alapján eszközölték. A *Rendelet* meghatározza, hogy mely gyermekétkeztetési területekre terjed ki a hatálya, hogy milyen dokumentációkat kötelesek az élelmezésben vezetni, fogalommeghatározásokkal segíti az egyes pontokban foglalt előírások megfelelő értelmezését, szabályozza, hogy az étrendeket milyen szempontok betartása mellett kell megtervezni, rendelkezik a tájékoztatási kötelezettségről és a közétkeztetési ellátás során biztosítandó étkezésekkel kapcsolatos követelményekről is. Meghatározza, hogy egy, illetve tíz élelmezési nap alatt mely élelmiszereket, élelmiszercsoportokat milyen gyakorisággal kell biztosítani. A nyersanyag-kiszabati előírás meghatározza az egy adagra vonatkozó mennyiségeket korcsoportonként, de felhasználási korlátozásokat és tilalmakat is elrendel a jogszabály az egyes élelmiszerek és ételek vonatkozásában. Részét képezi továbbá a korcsoportonkénti napi energiaszükséglet meghatározása, ahogy a só-, a hozzáadottcukor- és a zsírbevitel-értékek maximalizálása is. A közétkeztetés egészségessé tételével a zöldség-, gyümölcs-, teljes kiőrlésű gabonafélék fogyasztásának növekedése, a só, cukor, telített zsírsavak bevitelének csökkenése, a kalcium, a többszörösen telítetlen zsírsavak mennyiségének növekedése, a korcsoportoknak megfelelő energia bevitelére kerül sor.

A közétkeztetésben biztosított, a *Rendeletben* foglalt alapelveknek megfelelő étkezés fenntartja a gyerekek aktivitását, biztosítja a tanuláshoz szükséges koncentrációt, hosszú távon pedig az egészséges táplálkozási szokások kialakításával segíti az egészség megőrzését. Az egészség pedig egy olyan erőforrás, amely lehetővé teszi az emberek számára, hogy egyénileg, társadalmilag és gazdaságilag is termékeny életet éljenek.

## A rendeleti előírások gyakorlati megvalósítását támogató kezdeményezések

Az OGYÉI közétkeztetés területén végzett tevékenységei (képzések, felmérések, konferenciák, pilot programok stb.), és a témában érkezett megkeresések alapján gyakori az a tapasztalat, hogy a közétkeztetésben dolgozó szakemberek (például dietetikus, ételmezei-vezető, szakács), valamint a különböző érintett területen dolgozók (például közbeszerzési szakértő, ételmezeiért felelős intézményvezető, önkormányzat, pedagógus, iskolaorvos, védőnő stb.) nem ugyanazokkal az alapfogalmakkal, ismeretekkel rendelkeznek. Ennek okán egy-egy konkrét kérdés kapcsán különböző választ vélnek helyesnek, olyan esetekben is, amikor nem az egyedi megfontolások alapján lenne szükség az álláspontok kialakítására. Továbbá a közétkeztetés egyes szereplői közötti esetleges akadozó párbeszéd, a helyi közétkeztetés erősségeinek és hiányosságainak nem ismerete, a közös megoldáskeresésre való törekvés, valamint a példamutatás hiánya egyértelműen akadályozhatják a *Rendelet* céljának elérését.

A *Rendelet*ben foglaltak önmagukban csak egy szabályozott keretet jelentenek. Az például, hogy legyen megfelelő és hatékony párbeszéd a közétkeztetés szereplői között, hogy az ételek a helyi igényekhez, az ellátottak ízléséhez is igazodva, ízletesen legyenek elkészítve, hogy legyen, aki elmagyarázza számukra, hogy miért fontos az egészséges táplálkozás, és ösztönözze őket, hogy megkóstolják az új ételleket, tapasztalataink szerint nagyon eltérően valósulnak meg az egyes intézményekben. Jellemzően akkor működik jól a közétkeztetés, ha van legalább egy olyan felelős személy, akinek szívére a közétkeztetés és ösztönzőleg tud hatni a többi szereplőre. A jelen pályázat (NKFIH 128925 K-18) nyújtotta terepgyakorlat és a kutatásunk egyes elemei is ezt támasztották alá. Alapvetően szerencsések voltunk, hiszen általában, ahogy most is, egy ilyen felmérésben olyan intézmények vesznek részt, ahol az esetleges nehézségek ellenére is vannak elhivatott szakemberek, érdeklődő és nyitott szülők, gyermekek. A *Rendelet* a nemzetközi és hazai szakirodalomra, kutatási eredményekre, szakmai egyeztetések sorozatára támaszkodva megadja azokat a táplálkozás-egészségügyi kereteket, amik betartásával a táplálkozási kockázatok elkerülhetőek. Azonban az, hogy az étel hogyan van elkészítve, milyen gondossággal van kitálalva, mennyi odafigyelést, energiát és forrást fordítanak arra, hogy az étkező kialakítása, az étkészlet kiválasztása, a kínálás mikéntje, az ételek tisztelete, az ételek iránti kíváncsiság felkeltése stb. is a gyermekek étkezését támogató legyen, az már nem szabályozható rendeletben. Mindezekhez szükséges egy motivált kolléga, aki példát mutat, odafigyel, ötletel, egyeztet, és szívére viseli az egészséges táplálkozási szokások kialakításának, valamint a gyermekek megfelelő fejlődésének fontosságát. Az OGYÉI által a korábbiakban alkalmazott, országos táplálkozás-egészségügyi környezetfelmérés

helyett, most egy új metodológia mentén figyelhettük meg a gyermekétkeztetést. A néprajztudományban használt módszerek segítségével, például megfigyeléssel, interjúkkal, egy-egy intézményben az adott kutatási területet mélyebben vizsgálva lehetőségünk nyílt például az étkeztetési folyamatban résztvevők személyes véleményének, történeteinek megismerésére, az adott intézmény, a település, a lakosok, az ellátottak étkezéshez köthető szokásainak részletes feltárására, ami a kérdőívvel, labormérésekkel, étlap értékelésekkel végzett korábbi országos felméréseink eredményeinek jobb és teljesebb körű megértéséhez tud hozzájárulni.

A jelen pályázatban készült közös felmérés alapján, a hazai közétkeztetésre egységesen jellemző megállapításokat nem lehetett tenni, azonban több olyan jó gyakorlatot is láttunk, amelyekkel az OGYÉI Táplálkozástudományi Főosztálya által működtetett [www.merokanal.hu](http://www.merokanal.hu) weboldalon is megtalálható, az *Egészséges táplálkozást ösztönző iskola program* keretében megalkotott, *Az egészséges táplálkozást és a közétkeztetés elfogadottságát ösztönző iskolai környezet feltételei és jó gyakorlatok gyűjteménye* című segédanyagot is bővíteni tudjuk. Továbbá a *Rendelet* módosítására vonatkozó javaslatok megfogalmazásakor is felhasználtuk a kutatás eredményeit, tapasztalatait. Korábbi kapcsolódó felméréseink, valamint a jelen kutatás tapasztalatai is azt támasztják alá, hogy a – helyenként jelentős változásokat hozó – *Rendelet* céljának eléréséhez fontos lenne:

- a tanulók, szülők, pedagógusok, konyhai dolgozók körében történő elfogadtatására irányuló speciális intézkedések bevezetése,
- az étkezésekhez kellő idő biztosítása,
- még több időt és energiát fordítani a közétkeztetés népszerűségének növelésére,
- az élelmezésben dolgozó munkatársak (szakács, diétás szakács, konyhalány stb.) táplálkozás-egészségügyi tárgyú képzési rendszerének kialakítása,
- tovább fokozni a közétkeztetésben kínált ételek élvezeti értékét, megteremteni az étkezés élményének lehetőségét, az étkezés megfelelő körülményeit, (optimális étkezőberendezés, ép étkészlet és bútorzat, megfelelő világítás stb.),
- megteremteni a közétkeztetői életpályamodell bevezetésének lehetőségét.
- az iskolai tankonyhák arányát növelni, ahol bemutatathatók és felhasználhatóak lennének az új, valamint a helyi alapanyagok, az új receptek, és egyben kiváló szintér lehetne a gyermekek, szülők, pedagógusok, élelmezésben dolgozók közötti párbeszédre is.

A megvalósult interdiszciplináris kutatás, a néprajzkutatók és dietetikusok közös munkája, szakmai tapasztalataik közös útra terelése, egyértelműen szélesebb perspektívából ad rátekintést a közétkeztetés jellemzőire, a megszerzett tudás pedig kiváló alapot nyújthat a pozitív irányú változások eléréséhez a gyermekétkeztetés területén.

## IRODALOM

### FOOD AND NUTRITION POLICY FOR SCHOOLS

2006 *Food and nutrition policy for schools. A tool for the development of school nutrition programmes in the European Region.* WHO Regional Office for Europe.

### ERDÉLYI-SIPOS Alíz

2016 A közétkeztetésre vonatkozó táplálkozás-egészségügyi előírásokról szóló 37/2014. (IV. 30.) rendelet alkalmazásának felmérése dietetikuss-élelmezésvezetők körében. *Új Diéta*, 25. évf. 2–3.

### TARJÁN Róbert

1948 Napközi otthonok élelmezése. *Egészségvédelem*, 2. évf. 6.

### ZENTAI Andrea – MIHÁLDY Kinga – VARGA Anita

2018 A közétkeztetési rendelet (37/2014 EMMI rendelet) hatása a fiatalok étkeztetésére. In: Antal Emese – Pilling Róbert (szerk.): *A magyar gyermekek és fiatalok életmódja: táplálkozás, testmozgás, lélek.* Fehér Könyv a TÉT Platform Egyesület kutatásainak adatai alapján. 93–96. TÉT Platform. <https://tetplatform.hu/tanulmanyok/> (Letöltés: 2023. 06. 19.)

43/2014. (VIII. 19.) EMMI rendelet

54/2014. (XII. 29.) EMMI rendelet

ANDREA ZENTAI – EDIT FEIGL – ANITA VARGA –  
KINGA MIHALDY – ERIKA DR. GREINER

### THE NUTRITIONAL AND HEALTH SIGNIFICANCE OF CHILDREN'S PUBLIC CATERING

**Keywords:** nutrition health care, public catering, ethnographic approach

Children spend most of their daytime in school, thus food provided by public catering has pivotal role shaping children's health. In Hungary the Public Catering Decree entered into force in 2015, after a long preparatory phase and intense intersectional cooperation with the relevant stakeholders. The decree addressing dietary risk factors and setting standards for food provided by public caterers. This legal tool is also one of a complex series of recent public health measures to tackle the root causes of obesity. Eating according to the principles of the regulation keeps children active, helps them concentrate for learning and, in the long term, and helps to maintain good health by developing healthy eating habits.