

## 2020 Decembéri beszámoló

2020 decemberében négyszer látogattam el Martonvásárra a Hpm Plus Kft.-hez az ételeket kóstolni és ellenőrizni, és átbeszélni az étlapokat. A koronavírus járvány miatt az Intézményekbe tett látogatásom ismét jövő évre csúszik.

December 4-én mikulásra idén csokoládé mikulás helyett csokoládé tortát kaptak a gyermekek egy kis Mikulás táblácskával díszítve. Örülök, hogy néha belefér egy-egy extra költség a közétkeztetőnek, hogy a sablon csoki helyett tartalmasabb ajándékot kaphassanak a gyerekek ünnepek idején.

December 8-án kedden a javaslatomra ismét lehúztuk a sajtorta szeletet az étlapról, hiszen előző nap kedden uzsonnára is édes barackos gyümölcs joghurtot kaptak a gyermekek és másnap szerdán tízórára pedig karamell italt.

Nem tudom elégszer hangsúlyozni, hogy a nagy mennyiségű szénhidrát, különösen cukorbevitel mennyire káros a gyermekek fejlődésére. Szerepet játszik az elhízás kialakulásában, az inzulinrezisztencia majd cukorbetegség-diabetes kialakulásában. Sajnos manapság nagyon magas cukor tartalmú ételeket fogyaszt a népesség, különösen fontos lenne ennek a visszaszorítása a gyerekek körében. Nagyon fontos lenne, hogy a pedagógusok is kiálljanak emellett a szemlélet mellett, amit a közétkeztető cégeknek kell képviselnie a rendelet miatt.

Összességében úgy látom, hogy a közétkeztető próbál erre figyelni, viszont elsődleges szempont még mindig az, hogy a gyermekek ízlésének megfelelően és ezért néha háttérbe szorulnak az egészséges táplálkozás irányelvei, különösen a cukorfogyasztásra nézve.

December 18-án ünnepi menüt kaptak a gyermekek, mert ebben az évben ez volt az utolsó nap az óvodában és iskolában. Gyümölcsleves, zöldséges bundás hal és kukoricás rizs volt a karácsonyi menü, amelyet nagyon kedvelnek.

Látogatásim az élelmezésre (étel ellenőrzési dokumentáció csatolva a beszámolóhoz):

- December 04.
- December 08.
- December 16.
- December 18.

Kelt: Martonvásár, 2020.12. 23.

Seres Daniella, dietetikus

