



## INFORMACIJA APIE VAIKŲ MAITINIMO

### ORGANIZAVIMĄ IKIMOKYKLINĖJE UGDYMO ĮSTAIGOJE

Nuo 2018 m. rugsėjo 1 d. įsigaliojo pakeistas Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašas, siekiant, kad vaikų maitinimasis ugdymo įstaigose būtų sveikatai palankesnis: apribotas cukraus kiekis tiekiamuose produktuose, į valgiaraščius įtraukta daugiau grūdinių produktų (pirmenybė teikiama viso grūdo gaminiams, ruginei duonai, kietagrūdžių kviečių miltų ar viso grūdo makaronams) ir daržovių (išskyrus bulves), kurių garnyras turėtų sudaryti ne mažiau kaip 1/3 patiekalo svorio, kasdien turi būti patiekiamas augalinės kilmės patiekalas (jeigu gaminama ugdymo įstaigoje), nurodytas tiekti vaikams maisto produktų ir patiekalų dažnumas (pvz., raudona mėsa – 2 kartus per savaitę, balta mėsa (paukštiena) – 3 kartus per savaitę, žuvis – bent 1 kartą per savaitę), sumažinta sriubos porcija, jeigu patiekama su kitu maistu (100–150 ml), patiekalai ruošiami tik tausojančiu apdorojimo būdu, draudžiama apskrudinti ir kt.

#### Vaikų maitinimui draudžiamos šios maisto produktų grupės

- ✓ bulvių, kukurūzų ar kitokie traškučiai, kiti riebaluose virti, skrudinti ar spraginti gaminiai;
- ✓ saldainiai, šokoladas ir šokolado gaminiai;
- ✓ valgomieji ledai;
- ✓ pieno produktai ir konditerijos gaminiai su glajumi, glaistu, šokoladu ar kremu;
- ✓ kramtomoji guma;
- ✓ gazuoti gėrimai; energiniai gėrimai; nealkoholinis alus, sidras ir vynas;
- ✓ gėrimai ir maisto produktai, pagaminti iš (arba kurių sudėtyje yra) kavamedžio pupelių kavos ar jų ekstrakto, cikorijos, gilių ar grūdų gėrimai (kavos pakaitalai);
- ✓ kisieliai;
- ✓ sultinių, padažų koncentratai;
- ✓ padažai su spirgučiais;



- ✓ šaltai, karštai, mažai rūkyti mėsos gaminiai ir mėsos gaminiai, kurių gamyboje buvo naudojamos rūkymo kvapiosios medžiagos, rūkyta žuvis;
- ✓ konservuoti mėsos ir žuvies gaminiai, strimelė (silkė), pagauta Baltijos jūroje;
- ✓ nepramoninės gamybos konservuoti gaminiai;
- ✓ mechaniškai atskirta mėsa, žuvis ir maisto produktai, į kurių sudėtį įeina mechaniškai atskirta mėsa ar žuvis; subproduktai ir jų gaminiai (išskyrus liežuvius ir kepenis);
- ✓ džiūvėsėliuose volioti ar džiūvėsėliais pabarstyti kepti mėsos, paukštienos ir žuvies gaminiai;
- ✓ maisto papildai;
- ✓ maisto produktai, pagaminti iš genetiškai modifikuotų organizmų (toliau – GMO), arba maisto produktai, į kurių sudėtį įeina GMO;
- ✓ maisto produktai, į kurių sudėtį įeina iš dalies hidrinti augaliniai riebalai (dar vadinami transriebalais);
- ✓ (*Produktų etiketėse žymimi: 1) iš dalies hidrinti riebalai; 2) kurių dalis – iš dalies hidrinti; 3) iš dalies hidrogenizuoti; 4) kurių dalis hidrinti, dalis sukietinti ir pan.*)



Vaikų gimtadieniai ir kitos lopšelyje-darželyje švenčiamos šventės švenčiamos su sveikatai palankiomis vaišėmis.



**Jeigu ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo įstaigose vaiko atstovai įdeda maisto papildomai, įdėtas maistas turi atitikti Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo reikalavimus (*negali būti produktų iš draudžiamųjų sąrašo*).**

Informaciją paruošė visuomenės sveikatos priežiūros specialistė Kristina Mockuvienė, iškilus klausimams prašome kreiptis: [kristina.mockuviene@vvsb.lt](mailto:kristina.mockuviene@vvsb.lt)