

PAŃSTWOWY POWIATOWY
INSPEKTOR SANITARNY
W WODZISŁAWIU ŚLĄSKIM

ul. BOGUMIŃSKA 3
44-300 WODZISŁAW ŚLĄSKI
sekretariat@psse.wodzislaw.pl

tel. 32 456-38-10, 32 456-38-11
fax. 32 455-15-96
hzz@psse.wodzislaw.pl

Wodzisław Śl. 27.07.2018r.

NS/HZZ-462-972-2018

Publiczny Żłobek Nr 1
ul. Wrzosowa 14
44-335 Jastrzębie-Zdrój

Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Wodzisławiu Śląskim przesyła ocenę jakości i sposobu żywienia dzieci w w/w obiekcie od 02.05.2018r. do 16.05.2018r oraz analizę posiłku obiadowego podanego w dniu 16.05.2018r. Oceny dokonano na podstawie analizy jadłospisów i obliczeń teoretycznych opartych na danych magazynowych\raportach oraz na podstawie wyników laboratoryjnych próbek pobranych w dniu 16.05.2018r.

W opracowaniu danych wykorzystano program Dieta 5d działający w oparciu o „Tabele wartości odżywczej produktów spożywczych i potraw” Instytutu Żywności i Żywienia, Warszawa 2005.

Do obliczeń porównawczych przyjęto zapotrzebowanie na energię dla dzieci w wieku 1-3 lata (1000 kcal) o umiarkowanej aktywności fizycznej, a określone na podstawie norm żywienia dla populacji Polski z 2017r.

Sporządzono analizę jadłospisów z 10 dni w oparciu o Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 26 lipca 2016 (Dz.U. z 2016r. poz. 1154). Do oceny wykorzystano Poradnik „Żywienie na wagę zdrowia” publikacja Śląskiego Państwowego Wojewódzkiego Inspektora Sanitarnego (Katowice 2012). W poradniku wykorzystano fragmenty publikacji pn.: „Praktyczny podręcznik Dietetyki”, pod red. prof. dra hab. med. Mirosława Jarosza, opracowanej i wydanej ze środków finansowych będących w dyspozycji Ministra Zdrowia.

Posiłki w żłobku powinny dostarczać 70% – 75% całodziennego zapotrzebowania dziecka na energię i składniki pokarmowe. Zatem wyniki odniesiono do 70% – 75% normy dla wartości kalorycznej i składników pokarmowych.

za zgodność
07.08.2018 r.
z oryginałem
INSPEKTOR
Publicznego Żłobka nr 1
w Jastrzębie-Zdroju
mgr Danuta Duda

Zestawienie otrzymanych wyników:

- Średnia wartość kaloryczna ustalona na podstawie danych z dekady tj. 02.05.2018r. do 16.05.2018r

Wartość energetyczna (kcal)				
całodziennego wyżywienia	śniadanie I	śniadanie II	obiad	podwieczorek
822	303	99	304	116

- Procentowy udział energii (z dekady):
z białka **15,8**
z tłuszczu **31,0**
z węglowodanów **53,2**
- Porównanie średniej wartości kalorycznej i zawartości składników pokarmowych na podstawie danych z dekady

	Kalorie (kcal)	Białko (g)		Tłuszcz (g)	Węglowodany (g)	Wapń (mg)	Żelazo (mg)	Witamina C (mg)	Sód (mg)
		Ogółem	Zwierzęce						
Wartości otrzymane (obliczenia teoretyczne na podstawie danych magazynowych)	822	32,2	21,8	28,8	117,0	558	4,4	56	1137
Wartości zalecane (75% normy)	750	11,0	powinno stanowić 60% białka ogółem	24,8-33,0	nie mniej niż 98,0	525	2,3	30,0	563 wystarczające spożycie
Wartości zalecane (70% normy)	700	10,0	powinno stanowić 60% białka ogółem	23,1-30,8	nie mniej niż 91,0	490	2,1	28,0	525 wystarczające spożycie

- Porównanie wartości kalorycznej i zawartości składników pokarmowych oznaczonych laboratoryjnie i teoretycznie na podstawie posiłku obiadowego pobranego do badań w dniu 16.05.2018r.

	Kalorie (kcal)	Białko ogółem (g)	Tłuszcz (g)	Węglowodany (g)	Sól (g)
posiłek obiadowy –oznaczenie laboratoryjne	195	10,7	2,0	33,7	1,9
posiłek obiadowy –obliczenia teoretyczne na podstawie danych magazynowych	266	12,8	4,6	47,3	2,6
Wartości zalecane dla posiłku obiadowego (30% normy)	300	4,2	9,9-13,2	nie mniej niż 39,0	0,5
Wartości zalecane dla posiłku obiadowego (35% normy)	350	4,9	11,5-15,4	nie mniej niż 46,0	0,6

za zgodność
z oryginałem
09.06.2018 r.
mgr Daria

Obliczenia teoretyczne wykazują, iż całodzienne zapotrzebowanie organizmu dziecka na energię (biorąc pod uwagę I śniadanie, obiad, podwieczorek) dla normy 1000 kcal zabezpieczone jest w około 72%, zatem otrzymany wynik osiąga już wartość zalecaną dla żywienia częściowego w żłobku, a wprowadzone II śniadanie dostarcza dodatkowo 10% całodziennego zapotrzebowania energetycznego. Średnie rozplanowanie energii (kcal) przy 4 posiłkach w ciągu dnia powinno wynosić: pierwsze śniadanie 25 %, obiad 35%, podwieczorek 15%, kolacja 25%, natomiast przy podziale na 5 posiłków rozkład energii powinien wynosić: pierwsze śniadanie 25%, drugie śniadanie 10%, obiad 30%, podwieczorek 10%, kolacja 25%. Obliczona średnia wartość energetyczna dla I śniadania wynosi ok. 30,0%, dla obiadów 30,0%, a dla podwieczorków ok. 12,0%. Dla obu przypadków rozkładu energii wartość procentowa udziału posiłków oscyluje blisko wartości zalecanych. Zgodnie z zasadami racjonalnego żywienia dla dzieci w wieku 1-3 lat udział energii z białka powinien wynosić 10–20%, z tłuszczu 35%–40%, natomiast z węglowodanów przyjmuje się udział 45–65%. Uzyskane procenty oraz zawartości białka i węglowodanów w diecie mieszczą się w wartościach zalecanych. Udział energii tłuszczu tylko nieznacznie odbiega od wskazanego zakresu, natomiast jego ilość w diecie znajduje się w zakresie wartości zalecanych. Obliczona zawartość wapnia, żelaza i witaminy C w diecie zaspokajają zapotrzebowanie dla dzieci w wieku 1-3 lat.

Zgodnie z obowiązującymi normami zaleca się ograniczenie spożycia soli kuchennej, czyli NaCl do 5g dziennie dla osoby dorosłej. W przypadku dzieci zaleca się, żeby zawartość sodu (soli) w diecie była relatywnie mniejsza w takim stopniu, w jakim mniejsze jest ich zapotrzebowanie na energię. W analizowanych posiłkach zawartość soli wynosi około 2,8 g/osobę/dzień, natomiast wystarczające spożycie sodu w przeliczeniu na sól dla dzieci 1-3 lat wynosi około 2g na dzień. Należy więc zwrócić uwagę, że norma dotyczy żywienia całodziennego, a dziecko spożywa również posiłki poza żłobkiem. Warto pamiętać, że znaczna ilość soli występuje w produktach przetworzonych - pieczywie, serach, podpuszczkowych, wędlinach. Ilość soli w diecie można ograniczać przez zmniejszenie dosalania gotowanych ziemniaków, kasz, makaronów lub potraw. Natomiast do poprawy walorów smakowych potraw zamiast soli można używać przypraw ziołowych np. bazylii, oregano, majeranku.

Wartość energetyczna posiłku obiadowego podanego w dniu 16.05.2018r. zaplanowano poniżej normy, która w przypadku obiadu dla dzieci 1-3 lat powinna wynosić 300-350 kcal (30%-35% normy). Należy jednak podkreślić, że oznaczenie laboratoryjne dotyczy tylko jednego obiadu z dekady. Natomiast średnia kaloryczność zaplanowanych posiłków obiadowych w dekadzie uzyskała wartość 304 kcal, co odpowiada wartości zalecanej dla posiłku obiadowego, tj. 30% wartości energetycznej. Ponadto zaplanowana kaloryczność w każdym dniu dekady była wyższa niż wartości zalecane tj. 70% -75% normy.

Za zgodność
z oryginałem
09.08.2018r.
Publicznego Żłobka nr 1
w Jastrzębiej Zdroju
mgr Danuta Duda

Zwrócono uwagę na rozbieżność pomiędzy wartością energetyczną obiadu z dnia 16.05.2018r. obliczona teoretycznie, a oznaczoną laboratoryjnie. Odchylenie między wartością energetyczną oznaczoną laboratoryjnie a ustaloną teoretycznie dla próby wynosi: - 26%. Podobnie zawartość tłuszczu, białka jak i ilość węglowodanów oznaczona laboratoryjnie jest niższa od wyliczeń teoretycznych na podstawie raportów magazynowych. Zatem w przypadku badanego obiadu nie zrealizowano zaplanowanych wartości.

Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Wodzisławiu Śląskim prosi o poinformowanie o działaniach podjętych w związku z powyższymi ustaleniami.

Otrzymują:

1. Adresat
2. Urząd Miasta Jastrzębie-Zdrój
Wydział Edukacji
al. Józefa Piłsudskiego 60
44-335 Jastrzębie-Zdrój
3. a/a.

za zgodność
z oryginałem
09.08.2018 L
DYREKTOR
Publicznego Biobka nr 1
w Jastrzębie-Zdroju
mgr Danuta Duda

PAŃSTWOWY POWIATOWY
INSPEKTOR SANITARNY
w Wodzisławiu Śląskim
mgr Barbara Orzechowska