

Unapređenje kvalitete prehrane u predškolskim ustanovama Istarske županije u periodu 1994. - 2013. g. kroz prikaz dva predškolska objekta

Olga Dabović Rac¹, Sunčica Matanić - Stojanović¹, Aleksandar Stojanović¹

¹Zavod za javno zdravstvo Istarske županije

Djeca predškolske dobi osjetljivi su dio populacije za čiji je intenzivni rast i razvoj neophodna pravilna prehrana. Za vrijeme 8-10 satnog boravka u predškolskoj ustanovi trebaju zadovoljiti 80% ukupnih dnevnih energetske i prehrambenih potreba kroz četiri obroka: zajuttrak (25%), doručak (10%), ručak (30%) i užinu (10%). U Istarskoj županiji pod kontinuiranim nadzorom nalaze se 27 središnjih vrtića u kojima se obavlja priprema i distribucija obroka te 55 podružnih i 32 privatna vrtića u kojima se ručak doprema iz središnjih vrtića.

Cilj rada: ukazati na pomake u prehrani djece u oba objekta (unutrašnjost i priobalje Istre), tijekom 1994., 2004. te 2013. godine.

Metode: kemijska analiza cjelodnevnih obroka, računska analiza tjednog utroška hrane, analitička izvješća.

Rezultati: tijekom 1994. godine vrtiću u središnjoj Istri posluživana su 3 obroka (zajuttrak, doručak i ručak), prosječna energetska vrijednost bila je 838 kcal, unos željeza 4,5 mg, a kalcija 266 mg. U tijeku 2004. godine prosječna energetska vrijednost bila je 1043 kcal, unos željeza 5,6 mg, a kalcija 385 mg kroz tri obroka. Godine 2013. dnevne potrebe zadovoljavaju se kroz četiri obroka, a prosječna energetska vrijednost je 1209 kcal, unos željeza 5,9 mg, a kalcija 537 mg.

U 1994. godini u vrtiću na obalnom djelu Istre posluživana su 4 obroka (zajuttrak, doručak, ručak i užina), prosječna energetska vrijednost bila je 1088 kcal, unos željeza 5,4 mg, a kalcija 340 mg. U tijeku 2004. godine prosječna energetska vrijednost bila je 1237 kcal, unos željeza 7,2 mg, a kalcija 772 mg kroz četiri obroka. Godine 2013. dnevne potrebe zadovoljavaju se kroz četiri obroka, a prosječna energetska vrijednost je 1166 kcal, unos željeza 5,9 mg, a kalcija 554 mg.

Zaključak: spravljati obroka upotrebom raznovrsnih namirnica, posebno bogatih željezom i drugim mineralima, uvođenje užine u objektima središnje Istre i daljnji rad na unapređenju prehrane i edukaciji svih neposredno vezanih uz prehranu djece.

Ključne riječi: predškolci, prehrana, unapređenje