T.C.

MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI

Temel Eğitim Genel Müdürlüğü

YEMEK/BESLENME HAZIRLAMA VE DAĞITIMI KILAVUZU

Ankara-2023

İÇİNDEKİLER

ÖN SÖZ 3

Okullarda Her Yönüyle Beslenme Hizmetleri 4

1. Menü Yönetimi 4

2. Denetim Süreçleri (Gıda Güvenliği ve Hijyen Uygulamaları) 6

3. Tedarik ve Depolama 7

4. Yemek / Beslenmenin Dağıtımı 7

4.1. İl / İlçe Millî Eğitim Müdürlüklerince Yapılacak Çalışmalar 7

4.2. Okul Müdürlüklerince Yapılacak Çalışmalar 10

5. Yemek / Beslenme Sonrası İşlemler 10

Ek-1 Veli İzin Belgesi 11

Ek-2 Okul Öncesi Eğitim Kurumları İçin Menü Taslağı 12

ÖN SÖZ

Okul çağı, büyüme ve gelişmenin hızlı olduğu, yaşam boyu sürebilecek beslenme alışkanlıklarının büyük ölçüde kazandırıldığı; çocukların yeterli ve dengeli beslenmesi, ilerleyen yaşlarda beslenmeye bağlı oluşabilecek sağlık risklerinin azaltılması (obezite, hipertansiyon, Tip 2 diyabet vb.) ve okul başarısının artmasında (bilişsel fonksiyonlar, akademik beceri vb.) etkili bir dönemdir. Ayrıca düzenli beslenme çocuklarımızın ve gençlerimizin sağlıklı büyüme ve gelişmelerinde önemli bir rol oynamakta, bilişsel ve sosyal yönden gelişimlerine katkı sağlamaktadır. Okullarda sağlıklı beslenme konusunda duyarlılığın arttırılması ve bu konuda yapılan iyi uygulamaların desteklenmesi ile öğrencinin daha iyi düzeylere çıkarılması hedeflenmektedir. Bu hedef doğrultusunda Bakanlığımızca bir öğünlük ücretsiz beslenme verilmesi uygulaması yaygınlaştırılacaktır. Uygulama esnasında dikkat edilecek hususlar bu kılavuzda yer almaktadır. Sürecin sağlıklı bir şekilde yürütülmesi için kılavuzdaki hususların uygulanması önem arz etmektedir.

Okullarda Her Yönüyle Beslenme Hizmetleri

Okullarda Beslenme Hizmet Süreçleri:

- Menü Yönetimi
- Denetim Süreçleri (Gıda Güvenliği ve Hijyen Uygulamaları)
- Tedarik ve Depolama
- Üretim (Hazırlama ve Pişirme)
- Yemeğin / Beslenmenin Dağıtılması
- Servis Sonrası İşlemlerden

oluşmaktadır.

Yemek/beslenme desteği yapılan okullarda mutfak ve yemekhane çalışmalarının planlanması, hizmet süreçlerinin zamanında ve sağlıklı bir şekilde yürütülmesi ve yemeğin/beslenmenin hazırlanması büyük önem arz etmektedir.

1. Menü Yönetimi

Öğrenciler eğitim almak için günün yaklaşık 5-8 saatini okulda geçirmektedir. Günlük enerji ve besin ögelerinin yeterli ve dengeli bir şekilde karşılanabilmesi için bu dönem çocuklarının tüketmeleri gereken besinlerin iyi kalitede ve yeterli miktarlarda olması önem taşımaktadır. Beslenme hizmetleri kapsamında sağlıklı beslenme ilkelerine uygun menülerin planlanması, ihtiyaç duyacakları besin içeriklerinin karşılanması, bunun yanı sıra sağlıklı beslenme alışkanlıkları kazandıracak eğitimlerin verilmesi de önem teşkil etmektedir. Özellikle:

- Menülerde sağlıklı beslenmenin sağlanabilmesi için sırasıyla; süt ve ürünleri grubu, et, yumurta, kuru baklagiller ve yağlı tohumlar grubu, ekmek ve tahıllar grubu, sebze ve meyveler grubundan besinlere yer verilmelidir.
- Beslenme hazırlanırken Sağlık Bakanlığının “Türkiye’de Aşırı Tuz Tüketiminin Azaltılması Programı”

gereğince tuz tüketim miktarına dikkat edilmelidir.

- Tatlılarda hiçbir şekilde yapay tatlandırıcı kullanılmamalıdır.
- Öncelikli olarak tüm çocuklara sıcak yemek (sulu yemek dahil) verilmesine özen gösterilmelidir.

Okul çağı çocuklarında beslenme konusunda T.C. Sağlık Bakanlığı, Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü tarafından hazırlanan dokümana aşağıdaki linkten ulaşabilirsiniz.

https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/beslenmehareket-haberler/okul-%C3%A7a%C4%9F%C4%B1-%C3%A7ocuklar%C4%B1nda-beslenme.html

Ayrıca T.C. Sağlık Bakanlığı, Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü tarafından hazırlanan Toplu Beslenme Sistemleri (Toplu Tüketim Yerleri) İçin Ulusal Menü Planlama ve Uygulama Rehberi'nde okul öncesi eğitim ve diğer kademelerdeki öğrencilerin; enerji ve besin ögesi gereksinimleri, menü planlama ilkeleri, farklı dönemler için aylık menü örnekleri, beslenme faaliyetlerini etkileyen faktörler gibi bilgilere ulaşabilirsiniz. Rehbere ulaşmak için tıklayınız.

https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/saglikli-beslenme-hareketli-hayat-db/Rehberler/Toplu_Beslenme_Sistemleri_Rehberi_/Toplu_Beslenme_Sistemleri_Kapak.pdf

Millî Eğitim Bakanlığı Destek Hizmetleri Genel Müdürlüğü tarafından hazırlanan Okulumda Sağlıklı Besleniyorum Programı'na ait web sitesinde beslenme konusunda her türlü örnek içerik, uygulama ve videolara ulaşabilirsiniz.

Programın web sayfası için tıklayınız. *https://sagliklibesleniyorum.meb.gov.tr/2/*

SAĞLIKLI YEMEK TABAĞI

2. Denetim Süreçleri (Gıda Güvenliği ve Hijyen Uygulamaları)

Gıdaların hazırlanması, üretimi, tüketime sunulması, servis ve dağıtımında Tarım ve Orman Bakanlığının Gıda Hijyeni Yönetmeliği'ne uygun olmasına dikkat edilmelidir.

Gıda güvenliği ve hijyeni sağlamak için:

- Yemek yapımında ve serviste kullanılan araç ve gereçlerin Gıda Hijyeni Yönetmeliği çerçevesinde belirli periyotlarda bakımları yapılmalıdır. Ayrıntılı bilgi için aşağıdaki linke tıklayınız. *https://www.mevzuat.gov.tr/mevzuat?MevzuatNo=15592&MevzuatTur=7&MevzuatTertip=5*

- 5179 Sayılı Gıdaların Üretimi Tüketimi ve Denetlenmesine Dair Kanun gereği; alınacak gıda maddeleri veya ürünlerin, Tarım ve Orman Bakanlığından üretim izni alınmış olması gerekmektedir. Kullanılacak gıda maddelerinin tümü, Gıda Maddeleri Tüzüğü Türk Gıda Kodeksi ve Türk Standartları Enstitüsü Kurumunun standartlarına uygun olmalıdır.
- Yemek/beslenme, başka bir kurumdan tedarik ediliyor ise okula teslim aşamasında yemeğin menüye uygunluğu, miktarı ve sağlık koşullarına uygun olup olmadığı okul müdürlüğünce oluşturulacak Muayene ve Kabul Komisyonu tarafından kontrol edilerek teslim alınmalıdır.
- Numune alma ve numune tutma işlemleri yürürlükte bulunan Tarım ve Orman Bakanlığının Resmî Numune Alma Prosedürü ile ilgili mevzuat esasları dâhilinde yapılmalıdır.
- Her öğüne ait beslenme örnekleri beslenmeyi hazırlayanlar tarafından buzdolabı veya soğuk odada, steril kaplarda 72 saat süreyle saklanmalıdır.
- Ambalaj olarak alınacak, kullanılacak veya servise sunulacak tüm ürünler Türk Gıda Kodeksi Etiketleme Yönetmeliği'ne uygun olmalıdır. Ürünlerin ambalajları yırtık, hasar görmüş olmamalı; tavsiye edilen son tüketim tarihi geçmiş olmamalıdır.

3. Tedarik ve Depolama

Okullarda beslenme hizmet süreçlerinde bulunan diğer aşamalar tedarik ve depolamadır. Bu süreçlerde;

- Yemek/beslenmelerin hazırlamasında kullanılacak malzemelerin taze ve birinci sınıf kalitede olması gerekmektedir.
- Tedarik edilen malzemeler, okul idaresinin görevlendireceği komisyon üyeleri tarafından kontrol edilerek teslim alınacaktır.
- Gıdanın taşınması için kullanılan araç ve/veya kaplar, gıdayı bulaşmadan korumalı, iyi şartlarda muhafaza edilmesini sağlamalı, temizliğe ve gerektiğinde dezenfeksiyona izin verecek şekilde olmalıdır.
- Kullanılan kaplar iş bitiminde iyice temizlenmeli ve dezenfekte edilmelidir.
- Saklama koşulları / ortamları tedarik edilen gıdanın özelliğine uygun olmalıdır.

4. Yemek / Beslenmenin Dağıtımı

Yemek/beslenmenin hazırlanması ve üretiminin yanı sıra yemek/beslenmenin sunulacağı fiziksel ortamın hazırlanması ve dağıtılması konuları da göz önünde bulundurulmalıdır. Yemek/beslenme dağıtımında dikkat edilecek hususlar aşağıda belirtilmiştir:

- Yemek/beslenme hafta içi 5 gün bir öğün şeklinde verilecektir.
- Tüketime hazır gıdalar temiz, sağlıklı ve özenli bir şekilde muhafaza edilmeli ve sunulmalıdır.
- Yemek/beslenme tüketime uygun koşullarda ve sıcaklıkta servis edilmelidir.
- Çiğ olarak servis edilecek olan ürünler (sebze, meyve vb.) bol su ile yıkanmalıdır.
- Yemek/beslenme servisinin yapılacağı alanda kullanılacak eşyalar (masa, sandalyeler) temiz olmalı, yemek servisinin yapılacağı ortam düzenli olarak havalandırılmalı ve temizlenmelidir.

4.1. İl / İlçe Millî Eğitim Müdürlüklerince Yapılacak Çalışmalar

İl ve ilçelerde sürecin planlanması, uygulanması ve yönetimi iş ve işlemleri ilgili eğitim şubesi tarafından, ihale iş ve işlemleri ise destek hizmetlerinden sorumlu birim yönetimi tarafından koordineli yürütülecektir.

İl ve ilçelerde halk sağlığı merkezlerinden diyetisyen desteği alınmalıdır. Diyetisyen bulunmayan yerlerde mesleki ve teknik anadolu liselerinin ilgili bölüm ve alan öğretmenlerinden destek alınmalıdır.

İl/ilçe millî eğitim müdürlüklerince alımı yapılıp okullara dağıtılan yemek/beslenme menüleri haftalık olarak diyetisyen tarafından hazırlanacaktır. Haftalık yemek/beslenme listesi okullarla paylaşılacak ve okul müdürlükleri bu listeleri web sayfalarında yayınlayacaklardır.

Beslenme verilen okullardaki ilgili personel ve ailelere yönelik Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğünce onaylanan Okul Çağı Çocuğunda Beslenme Kursları düzenlenmesi önemli görülmektedir.

MUTFAK

YOKSA **VARSA**

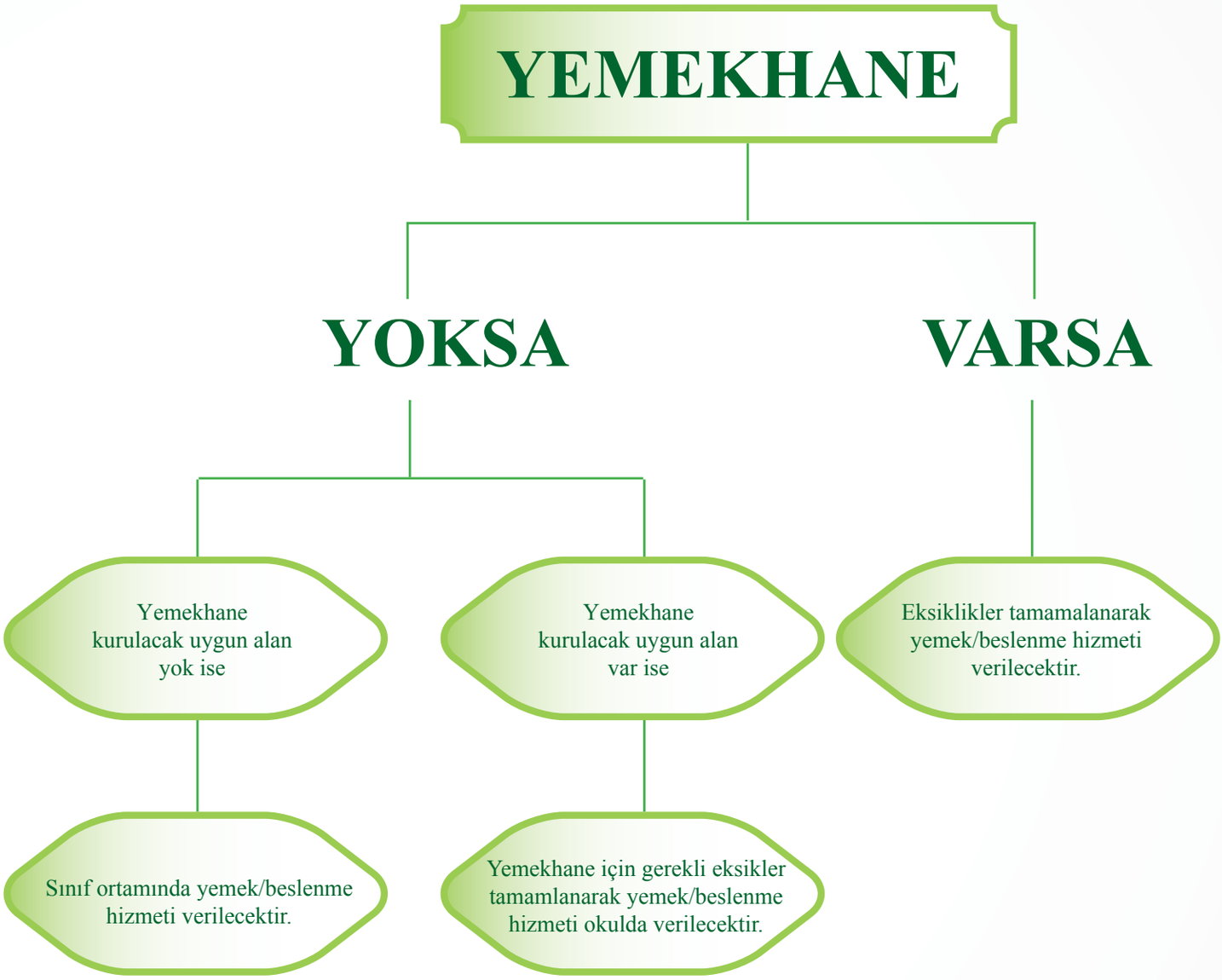
Mutfak kurulacak uygun alan yok ise

İl/ilçe millî eğitim müdürlüklerince alımı yapılan yemek/beslenme okullara ulaştırılacaktır.

Mutfak kurulacak uygun alan var ise

Bakanlıkça sağlanan bütçe ve varsa yerel imkânlar kullanılarak gerekli mutfak ekipmanı tedarik edilerek mutfak oluşturulacaktır.

Eksiklikler tamamlanarak yemek/beslenme hizmeti verilecektir.



4.2. Okul Müdürlüklerince Yapılacak Çalışmalar

Beslenme için uygun fiziksel ortamın sağlanmasında ve yemek/beslenmenin dağıtımında;

- Beslenmenin dağıtımı ve ekipman konusunda uygun koşullar hazırlanmalıdır.
- Okullarda sürecin planlanması, hazırlanması ve uygulanması aşamasında temizlik kurallarına dikkat edilmelidir.

- Okullar, beslenmenin zamanında verilmesi konusunda hassasiyet göstermelidir.
- Ücretsiz bir öğün beslenme verilmesi programı, Okul Öncesi Eğitim Programının öz bakım becerileri alanında yer alan kazanım ve göstergelerin çocuklara kazandırılması için fırsat olarak değerlendirilmelidir.
- Ücretsiz beslenme desteği verilecek olan öğrencilerin velilerinden izin belgeleri alınmalıdır.
- Beslenme nedeniyle sağlığı olumsuz etkilenebilecek (glütensiz beslenmesi gereken öğrenciler gibi) öğrencilerin bilgileri alınıp bu konuda veliler ile birlikte önlemler alınmalıdır.
- Diyetisyen desteği ile okullarda hazırlanacak olan haftalık beslenme listesi okulun web sayfasında yayınlanmalıdır. İl/ilçe millî eğitim müdürlüklerince diğer kurumlardan alınıp okula gönderilen yemek/beslenme menüleri de il/ilçe millî eğitim müdürlüklerinden alınıp haftalık olarak okulun web sayfasında yayınlanmalıdır.
- Beslenme konusunda Bakanlıkça oluşturulan modüle gerekli bilgiler zamanında ve eksiksiz girilmelidir.
- İl/ilçe millî eğitim müdürlüklerince alımı yapılıp haftalık olarak önceden paylaşılmış yemek/beslenme menülerine göre teslim edilen yemek/beslenmeler ilgili komisyon marifeti ile teslim alınarak gerekli onay işlemleri yapılmalıdır.

5. Yemek / Beslenme Sonrası İşlemler

Yemek/beslenme sonrasında çöpler uygun yöntemler kullanılarak toplanmalıdır. Bu aşamada;

- Atık maddelerin ve çöplerin bulunduğu poşetler sızıntı yapmayacak şekilde kapatılmalıdır.
- Atık maddeler ve çöpler hiçbir şartta açıkta bırakılmamalıdır.
- Söz konusu atıklarla ilgili kamu kuruluşları ile iş birliği yapılarak geri dönüşüm planlaması yapılmalıdır.
- Öğrenci sayısı fazla olan okullarda gerektiğinde kompost makineleri temin edilebilir.

EK-1

Veli İzin Belgesi

2022-2023 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI

..... MÜDÜRLÜĞÜNE

Velisi olduğum ..... adlı öğrencinin okullarda sunulacak olan beslenme hizmetinden yararlanmasını;

☐ - İstiyorum.

☐ - İstemiyorum.

☐ - Öğrencinin beslenmeye bağlı herhangi bir alerjisi veya hassasiyeti yoktur.

☐ - Öğrencinin aşağıda açıkladığım besin gruplarına karşı alerjisi/hassasiyeti vardır.

1-.....

2-.....

3-.....

Varsa diğer hususları belirtiniz:

.....

.....

.....

Tarih: .....

Velinin Adı Soyadı :.....

İmzası: .....

EK-2

Okul Öncesi Eğitim Kurumları İçin Menü Taslağı

AÇIKLAMALAR:

- Menü tablosu örnek olarak hazırlanmıştır.

- Normal eğitim yapan okullarda öğle yemeği seçeneği kullanılması önerilmektedir. Bu okullarda ailelerle birlikte alınacak karar doğrultusunda sabah kahvaltısı menüsü de kullanılabilir.

- İkili eğitim yapan okulların sabahçı gruplarında sabah kahvaltısı menüsü veya ailelerin görüşleri alınıp okulun beslenme saati menü türüne göre düzenlenerek öğle yemeği menüsü de kullanılabilir.

- İkili eğitim yapan okulların öğlenci gruplarında öğle yemeği menüleri kullanılması önerilmektedir. Ailelerle alınacak karara göre sabah kahvaltısı menüleri de kullanılabilir.

- Okul müdürlükleri çocukların günlük besin ihtiyaçlarının karşılanması amacıyla gerekli planlamayı yapacaklardır. Bu amaçla okul öncesi dönem çocukları için yaşa uygun sağlıklı beslenme ilkeleri esas alınarak, günlük beslenme menüleri planlanmalıdır. Uygulamada besin grupları, beslenme modelleri (örneğin ülkemiz için geliştirilmiş sağlıklı beslenme tabağı) dikkate alınarak menüler hazırlanmalıdır. Menü planlanırken besin çeşitliliğine yer verilmeli, sosyal ve kültürel gereksinimler göz önünde bulundurulmalıdır.

- Menüler hazırlanırken Sağlık Bakanlığının, Toplu Beslenme Sistemleri (Toplu Tüketim Yerleri) İçin Ulusal Menü Planlama ve Uygulama Rehberindeki Okul Öncesi Çocuklarda Menü Planlamada Temel İlkeler ile Okul Öncesi ve Okul Çağı Çocuklara Yönelik Beslenme Önerileri ve Menü Programları çalışmalarından yararlanılması önerilmektedir.

OKUL ÖNCESİ EĞİTİM KURUMLARI İÇİN MENÜ TASLAĞI

	GÜNLER	SABAH KAHVALTISI	ÖĞLE YEMEĞİ
1. HAFTA	**Pazartesi**	Süt Yumurta Zeytin Tahin-pekmez	Ezogelin Çorba Bahçevan Kebap Keşkül
	Salı	Süt Beyaz Peynirli Sandviç Havuç	Etli Kuru Fasulye Pirinç Pilavı Cacık
	Çarşamba	Süt Yumurta Zeytin Reçel	Sebzeli Köfte Sade Makarna Armut
	Perşembe	Süt Peynirli Omlet, Bal Marul Yaprakları, Maydanoz, Dereotu	Kıymalı Ispanak (Yoğurt) Milföy börek Hoşaf
	Cuma	Süt, Beyaz Peynir Yeşil Zeytin Elma	Etli Bezelye Bulgur Pilavı Yoğurt

	GÜNLER	SABAH KAHVALTISI	ÖĞLE YEMEĞİ
2. HAFTA	**Pazartesi**	Süt Yumurta Karışık Zeytin Maydanoz, Dereotu, Nane	Çiftlik Kebabı Erişte Haydari
	Salı	Süt Kaşarlı Tost Havuç	Süzme Mercimek Çorba Dana biftek (söğüş) Tahin Helva
	Çarşamba	Süt, Sahanda Yumurta Çilek Reçeli Kıvırcık Yaprakları, Maydanoz, Dereotu	Etli kuru fasulye Bulgur Pilavı Yeşil Salata
	Perşembe	Süt, Burgu Peynir Siyah Zeytin Mandalina	İzmir Köfte Makarna Göbek Salata
	Cuma	Süt, Beyaz Peynir Tahin-Pekmez Havuç Dilimleri, Maydanoz, Dereotu	Tarhana Çorba Etli Kabak Dolma (Yoğurt) Portakal

	GÜNLER	SABAH KAHVALTISI	ÖĞLE YEMEĞİ
3. HAFTA	**Pazartesi**	Süt Krep Krem Peynir Bal	Kıymalı karnabahar tava (yoğurt) Patatesli börek Elma komposto
	Salı	Süt Kaşar Peynir Yeşil Zeytin Havuç Dilimleri, Maydanoz, Dereotu	Etli Nohut Şehriyeli Pirinç Pilavı Cacık
	Çarşamba	Süt Burgu Peynir Kuru Üzüm-Ceviz Marul Yaprakları, Maydanoz, Dereotu	Hasanpaşa Köfte Zeytinyağlı Taze Fasulye Sütlaç
	Perşembe	Süt Yumurta Karışık Zeytin Maydanoz, Nane, Dereotu	Ezogelin Çorba Mantı (Yoğurtlu) Elma
	Cuma	Süt Beyaz Peynir Çilek Reçeli Marul Yaprakları, Havuç Dilimleri	Et Döner (Söğüş Sebze) Bulgur Pilavı Ayran

	GÜNLER	SABAH KAHVALTISI	ÖĞLE YEMEĞİ
4. HAFTA	**Pazartesi**	Süt Yumurta Tahin-Pekmez Marul Yaprakları, Maydanoz, Nane	Etli Kış Türlüsü Peynirli Börek Mandalina
	Salı	Süt Beyaz Peynir Siyah Zeytin Kıvırcık Yaprakları, Maydanoz, Dereotu	Terbiyeli Köfte Soslu Makarna Mor Lahana Salatası
	Çarşamba	Süt Yumurtalı Ekmek Havuç	Kıymalı Mercimek Pirinç Pilavı Cacık
	Perşembe	Süt Beyaz Peynir Siyah Zeytin Mandalina	Domates Çorba Fırın Balık (Salata) İrmik Helvası
	Cuma	Süt Yumurta Yeşil Zeytin Havuç Dilimleri	Macar Gulaş Bulgur Pilavı Yeşil Salata

**T.C. Sağlık Bakanlığı, Toplu Beslenme Sistemleri (Toplu Tüketim Yerleri) İçin Ulusal Menü Planlama ve Uygulama Rehberindeki Okul Öncesi Çocuklar İçin Menü Planlama tabloları ile Okul Öncesi ve Okul Çağı Çocuklara Yönelik Beslenme Önerileri ve Menü Programları kullanılarak oluşturulmuştur.*
**Menülerde yeterince ekmek ve su bulundurulmalıdır.*