

Kratek vsebinski opis prenovljenih smernic za prehranjevanje v vzgojno-izobraževalnih zavodih.

Sodobne Smernice za prehranjevanje v vzgojno-izobraževalnih zavodih so strokoven dokument z veliko uporabno vrednostjo, ki združuje nova dognanja o prehrani, prehranskih navadah in prehranskih potrebah otrok in mladostnikov. Gre za enovit dokument, sestavljen iz dveh sestavnih delov.

Prvi del smernic vsebuje cilje, načela in vzgojno-izobraževalne dejavnosti, povezane s šolsko prehrano.

Cilji, načela in dejavnosti sledijo nacionalnim in mednarodnim strateškim usmeritvam na področju doseganja ciljev trajnostnega razvoja, s poudarkom na:

- vzgajanju zdravih prehranskih navad otrok in mladostnikov,
- njihovem odnosu do hrane
- in zmanjšanju odpadne ter zavržene hrane v celotni prehranski verigi.

Drugi del smernic vsebuje strokovne usmeritve in navodila, ki opredeljujejo merila za načrtovanje prehrane v vzgojno-izobraževalnih zavodih.

Merila temeljijo na sestavi uravnoteženih obrokov, in vključujejo praktične napotke za:

- izbor in naročanje živil,
- načrtovanje sestave jedi in obrokov,
- količinske normative jedi,
- način priprave šolske prehrane ter časovni okvir za njeno izvedbo.

Cilji prehranjevanja in trajnostnega razvoja v vzgojno-izobraževalnih zavodih so:

- oblikovanje, vzgajanje in izobraževanje zdravih prehranskih navad otrok in mladostnikov,
- oblikovanje, vzgajanje in izobraževanje za pozitiven in spoštljiv odnos do hrane in njenih virov,
- razvijanje kulture prehranjevanja,
- dvig ozaveščenosti o pomenu uravnoteženega prehranjevanja,
- spodbujanje otrok in mladostnikov k raziskovanju o pomenu prehranjevanja in izvoru hrane ter razvijanju kritičnega razmišljanja, kako njihove prehranske navade in izbira vplivajo na njihovo zdravje in okolje,
- ustvarjanje primernih in ustreznih okolij, ki podpirajo kulturno prehranjevanje,
- uresničevanje načel trajnostnega razvoja,
- uresničevanje in implementacija nacionalnih, evropskih in mednarodnih strategij, dokumentov in priporočil na področju trajnostnega razvoja,

- sodelovanje s starši in pridobivanje njihove podpore pri spodbujanju uravnoveženega prehranjevanja in primernih prehranskih navad njihovih otrok,
- spremljanje kakovosti in učinkovitosti na področju trajnostnega razvoja in smernic prehranjevanja,
- uporaba digitalnih orodij kot podpore pri načrtovanju in realizaciji ciljev na področju prehranjevanja.

Načela prehranjevanja v vzgojno izobraževalnih zavodih:

- načelo zagotavljanja optimalnega razvoja in uravnoveženega prehranjevanja,
- načelo spodbujanja ustreznih prehranskih navad in razvijanje pozitivnega ter odgovornega odnosa do hrane,
- načelo uresničevanja trajnostnega razvoja,
- načelo obvladovanja, zmanjševanja in preprečevanja odpadne in zavržene hrane.
- načelo ekonomičnosti in trajnosti,
- načelo strokovnosti in stalnega strokovnega izpopolnjevanja,
- načelo obveščanja, ozaveščenosti in sodelovanja vseh deležnikov,
- načelo avtonomnosti,
- načelo celostnega pristopa,
- načelo spremljanja kakovosti in evalvacija učinkovitosti vzgojno-izobraževalnih dejavnosti s področja hrane in prehranjevanja.

Vzgojno izobraževalne dejavnosti

Z vsakega področja, ki so navedena spodaj, morajo šole v letnem delovnem načrtu opredeliti vsaj eno vzgojno izobraževalno dejavnost:

- a) vzgojno-izobraževalne dejavnosti za spodbujanje zdravega prehranjevanja,
- b) vzgojno-izobraževalne dejavnosti za spodbujanje kulture prehranjevanja in pozitivnega ter spoštljivega odnosa do hrane,
- c) vzgojno-izobraževalne dejavnosti za spodbujanje trajnostnega razvoja,
- č) vzgojno-izobraževalne dejavnosti za zmanjšanje odpadne in zavržene hrane.

Skupina za prehrano

Zakon o šolski prehrani določa, da ravnatelj lahko imenuje skupino za prehrano, ki daje mnenja in predloge glede šolske prehrane.

Sodelovanje z zunanjimi deležniki

Sodelovanje s starši pomaga pri vzpostavitvi trajnih prehranskih navad in zdravemu življenjskemu slogu otrok z ozaveščanjem o prehrani, trajnostnem razvoju in vključevanjem staršev v vzgojno-izobraževalne dejavnosti.

Vzgojno-izobraževalni zavodi lahko izboljšajo prehransko ozaveščenost in spodbujajo trajnostni razvoj s sodelovanjem v lokalni skupnosti.

Smernice za prehranjevanje v OŠ

Podajajo izhodišča za načrtovanje optimizirane, mešane prehrane, ki se prepleta z vidiki trajnosti.

Zdravo in trajnostno

Za izbor zdravju in okolju prijaznejših živil v skladu z možnostmi upoštevamo tudi:

- lokalno poreklo, višja kakovost živil
- sezonsko
- zakonodaja o **zelenem javnem naročanju** (ekološko – 12 (15) % celotne nabave živil v kg; sheme kakovosti – 20 % celotne nabave živil v kg)
- zmernejše vključevanje živil živalskega izvora, zlasti mesa in mesnih izdelkov
- več stročnic, kaš in polnozrnatih izdelkov, oreščkov
- oskrba proti in ne na zalogo
- osnovna živila in voda iz pipe
- izogibanje nepovratni embalaži
- zmanjševanje odpadne hrane v celotni verigi.

Prednostno za vsakodnevno prehrano izberemo nepredelana ali minimalno predelana živila s postopki mletja, fermentacije, hlajenja, zamrzovnja ipd. (= "brez omejitev").

V manjšem deležu za občasno vključevanje v prehrano izberemo kakovostna in prehransko ustreznejša tehnološko predelana živila (= "z omejitvami").

Ne naročamo visoko ali ultra procesiranih živil, živil s prehransko neugodno sestavo, izdelkov z alkoholom ali kofeinom in tudi potencialno onesnaženih živil (= "se ne naroča").

PREHRANSKA SKUPINA	BREZ OMEJITEV	Z OMEJITVAMI	SE NE NAROČA	PREDLOG ZAMENJAV
ŽITA IN IZDELKI IZ ŽIT, PEKOVSKI IZDELKI, PRIPRAVLJENI IZDELKI IZ ŽIT	Polnozrnata žita, kaše, riž; kruh, testenine, pekovski izdelki in njoki iz	Na 100 g živila so določene količine sladkorjev, soli,	Vsebnost umetnih arom in aditivov iz skupine umetnih barvil in sladil.	<i>Minimalno sladki pekovski izdelki, ki jih pripravi kuhinja zavoda z</i>

	<p>polnozrnate moke. Izdelki brez dodanega sladkorja, soli in maščob. Pogostost mesečne vključitve: v vsak obrok.</p>	<p>maščob in nasičenih maščob. Pogostost mesečne vključitve: do 6x/20 obrokov.</p>	<p>Mleko in mlečni izdelki, ki ne bodo toplotno obdelani. Kremni polnomastni siri, siri s plemenito plesnijo in topljeni siri.</p>	<p><i>uporabo polnovredne moke in dodatkom sadja, oreškov, puste skute ali jogurta. Mlečna prosena kaša ali kuhani ovseni kosmiči s sadjem, ki jih pripravi kuhinja zavoda.</i></p>
<p>SADJE, ZELENJAVA, STROČNICE IN NJIHOVI IZDELKI</p>	<p>Sveže ali zamrznjeno sadje, zelenjava, stročnice in izdelki, ki ne vsebujejo dodanega sladkorja. Pogostost mesečne vključitve: v vsak obrok.</p>	<p>Na 100 g živila so določene količine sladkorjev, soli, maščob ter sadnega deleža.</p>	<p>Vsebnost umetnih arom ali aditivov iz skupine umetnih barvil, sladil in konzervansov.</p>	<p><i>Sadne kupe ali kompoti brez dodanega sladkorja, sorbet iz prenetenega zamrznjenega sadja in dodatkom jogurta.</i></p>
<p>MLEKO TER MLEČNI NAPITKI, NADOMESTKI MLEKA, FERMENTIRANI MLEČNI IZDELKI, TRDI SIRI, SVEŽI SIRI, SIRNI NAMAZI</p>	<p>Sveže (pasterizirano) mleko, izdelki brez dodanih sladkorjev in z določeno količino maščob. Pogostost mesečne vključitve: v vsak obrok.</p>	<p>Na 100 g živila so določene količine sladkorjev, soli in maščob. Pogostost mesečne vključitve: do 6x/20 obrokov.</p>	<p>Vsebnost umetnih arom ali aditivov iz skupine umetnih barvil, sladil in konzervansov.</p>	<p><i>Nesladkani mlečni izdelki, ki jim v kuhinji zavoda dodajo sveže ali suho sadje ali zelenjavo, ovsene kosmiče in/ali oreške.</i></p>
<p>MESO, RIBE IN IZDELKI</p>	<p>Sveže ali zamrznjeno meso, ribe. Pusti izdelki z vidno strukturo mesa (npr. piščančje prsi, šunka). Pogostost mesečne vključitve: v vsak obrok.</p>	<p>Na 100 g živila so določene količine soli, nasičenih maščob. Vsebovano meso v višjem deležu. Pogostost mesečne</p>	<p>Vsebnost aditivov iz skupine ojačevalcev okusa in umetnih barvil. Dolgožive ribe iz prostega ulova. Jedi iz surovega mesa in rib, ki niso oz. ne bodo</p>	<p><i>Mesni namazi iz pustega mesa, ki jih pripravi kuhinja z malo dodane soli in dodatkom npr. skute, jajc, stročnic, zelišč ipd. Izdelki z vidno strukturo mesa in manjšo</i></p>

		<p>vklučitve: do 6x/20 obrokov; konzervirane ribe do 2x/teden.</p>	<p>toplotno obdelani, prekajene ribe, suši, školjke, morski sadeži.</p>	<p>vsebnostjo maščob (npr. piščančje ali puranje prsi, pusta šunka) ter izdelki iz sveže mletega mesa.</p>
<p>OLJE, MAŠČOBE IN NAMAZI</p>	<p>Olja za toplotne priprave pri višjih temperaturah: olje oljne ogrščice, oljčno, sončnično, sojino olje. Ekstra deviško oljčno olje, olje oljne ogrščice, ekstra sončnično, laneno olje.</p>	<p>Na 100 g živila so določene količine soli in nasičenih maščob. Maslo za namaze ali kot dodatek jedem ter bučno olje za solatne prelive ter zaseka, mast kot nujni del recepture tradicionalnih slovenskih jedi (vse v manjših količinah in redko).</p>	<p>Trdne maščobe za peko, kokosova in palmina mast, kakavovo maslo.</p>	<p>Živila, ki jih lahko pripravi kuhinja zavoda s pomočjo parno-konveksijske pečice. Namazi, ki jih pripravi kuhinja zavoda na osnovi pustega mesa, mlečnega izdelka (npr. sveži sir, skuta) ali stročnic (npr. čičerka, soja, leča) s poljubnim dodajanjem zelenjave, sadja, rib, priporočenih maščob, začimb ipd. Občasno tudi čokoladno-lešnikovi namazi, ki jih kuhinja zavoda pripravi sama.</p>
<p>INDUSTRIJSKE (PRED)PRIPRAVLJENE JEDI IN ŽE SESTAVLJENE JEDI (omake, pripravljene sendviči in druge podobne gotove jedi)</p>		<p>Na 100 g živila: < 10 g skupnih sladkorjev < 10 g skupnih maščob < 4 g nasičenih maščob < 1,5 g soli.</p>	<p>Vsebnost aditivov iz skupine ojačevalcev okusa, umetnih barvil, sladil in umetnih arom.</p>	<p>Jedi na osnovi svežih in zdravju koristnih sestavin, ki jih pripravi kuhinja zavoda z dodatkom zmerne količine soli, maščob in naravnih začimb oz. zelišč.</p>
<p>PIJAČE</p>	<p>Mineralne vode, nearomatizirani sadni oz. zeliščni čaji, limonada,</p>	<p>Sadni sokovi: razmerje 1:1. Lažja sprejemljivost in za prehodni čas:</p>	<p>Vsebnost umetnih arom in aditivov iz skupine umetnih barvil in sladil</p>	

	voda z zelišči, sadjem - brez sladkorja in sladil.	2–4 g sladkorja na 200 ml napitka.	(npr. osvežilne pijače, ledeni čaji).	
TOPLOTNI POSTOPKI PRIPRAVE HRANE	Kuhanje, dušenje, pečenje z zmerno količino kakovostne maščobe, pečenje in cvrtje z uporabo sodobnih tehnologij (npr. v parno-konvekcijski pečici).	Cvrtje (v globoki maščobi ali prekucni ponvi), pečenje z veliko maščobe (npr. v ponvi), praženje z maščobo. Pogostost: 2x/mesec.	Izpostavljanje neposrednemu ognju (žar na odprtem ognju), dimljenje oz. vroče prekajevanje.	

Obroki morajo vključevati kakovostna in priporočena živila, ob tem pa je treba upoštevati:

- pogostost pojavljanja živila v obrokih,
- pestrost živil v obrokih,
- količino (velikost porcije),
- način priprave hrane,
- energijsko in hranilno sestavo,
- realnost izvedbe jedilnika v praksi,
- sprejemljivost obroka pri otrocih in mladostnikih idr.

Tabela mesečnega vključevanja živil:

SKUPINE ŽIVIL	PRIPOROČENO
KOSILO	
Sadje in/ali zelenjava	V vsak obrok: - od tega zelenjava vsaj 16-krat, od tega vsaj 8-krat sveža
Izdelki iz žit, kruh, kaše in druga pretežno škrobna živila	V vsak obrok: - od tega polnozrnatih izdelki ali kaše vsaj 6-krat na mesec - krompir do 8-krat
Meso, ribe jajca, stročnice, mleko in mlečni izdelki	V vsak obrok: - od tega stročnice vsaj 6x - od tega ribe 2- do 4x na mesec - od tega belo meso 4- do 6x na mesec - od tega rdeče meso 4x na mesec
Voda	Praviloma v vsak obrok, večkrat tudi med obroki
Maščobe ter oreščki in semena	Praviloma v vsak obrok, v zmernih količinah

MALICA	
Sadje in/ali zelenjava (malica)	V vsak obrok: - od tega zelenjava v vsaj polovico vsakega od ostalih obrokov
Izdelki iz žit, kruh, kaše in druga pretežno škrobna živila	V vsak obrok: - od tega polnozrnatih izdelki ali kaše v vsaj tretjino vsakega od ostalih obrokov
Meso, ribe, jajca, stročnice, mleko in mlečni izdelki	V vsak obrok: - od tega stročnice vsaj 2-krat - od tega ribe in ribji izdelki 2- do 4-krat - od tega mleko in mlečni izdelki 16-krat - od tega belo meso 2- do 3-krat - od tega rdeče meso 2- do 3-krat
Voda in priporočene zamenjave	V vsak obrok
Oreški in semena	Spodbujamo v skladu z možnostmi
Brezmesno	4-krat na mesec

Priporočene velikosti porcij:

VZGOJNO-IZOBRAŽEVALNI ZAVOD (VRTEC)		1. starostna skupina (mala porcija) (ustreza dnevni vnos energijskega vnosa 1250 kcal oz. 5225 kJ)	2. starostna skupina (velika porcija) (ustreza dnevni vnos energijskega vnosa 1550 kcal oz. 6480 kJ)					
OSNOVNA ŠOLA, CENTER ŠOLSkih IN OBŠOLSkih DEJAVNOSTI				1.-3. razred (mala porcija) (ustreza dnevni vnos energijskega vnosa 1800 kcal oz. 7524 kJ)	4.-6. razred (srednja porcija) (ustreza dnevni vnos energijskega vnosa 2100 kcal oz. 8778 kJ)	7.-9. razred (velika porcija) (ustreza dnevni vnos energijskega vnosa 2400 kcal oz. 10.032 kJ)*		
SREDNJA ŠOLA, DIJAŠKI DOM							Dekleta (mala porcija) (ustreza dnevni vnos energijskega vnosa 1800 kcal oz. 10.032 kJ)	Fantje (velika porcija) (ustreza dnevni vnos energijskega vnosa 2400 kcal oz. 12.555 kJ)
Živilo/jed	Kulinarne skupine Šolski lonec**	Priporočena velikost porcij (neto masa v gramih)						
Mlečna jed za zajtek (mlečni zdrob, mlečni močnik, mlečni riž ipd.)	Mlečne jedi	150-180	150-250	180-250	200-250	200-250	200-250	200-350
Jajčna jed (npr. umehana jajca)	Jajčne jedi	50-90	60-90	80-100	90-120	100-150	100-150	120-170
Kruh oz. pekovsko pečivo	Kruh in pekovski izdelki	30-60	30-70	40-60	50-100	50-120	50-120	60-120
Krekerji, grizini, kripjipi, prepečenec ipd.	Drugi pekovski izdelki	10-20	10-30	20-30	20-50	20-50	20-50	30-50
Namazi	Namazi	10-20	10-30	10-40	10-50	10-50	10-50	10-60
Maslo ali margarina za namaz	Maslo in margarina	do 10	10-20	10-20	10-20	20-25	20-25	20-25
Sir	Siri	10-20	10-25	10-30	10-30	20-30	20-30	30-50
Sveža skuta	Skute	10-30	20-40	30-50	30-60	40-70	50-80	60-90
Mlečni deserti in skute s sadjem	Mlečni desert oz. skute s sadjem	50-60	50-100	100-150	100-150	100-150	150-250	150-250
Mesni izdelek (npr. salama, pašteta) ³	Mesni izdelki	10-20	10-30	10-40	10-40	20-40	20-40	30-50
Mleko za napitek, kakav, bela kava itd. ter mlečni izdelki (jogurt, kefir, kiselno mleko ipd.)	Mleko, mlečni napitki ³ in izdelki ³	100-150	150-200	150-250	150-250	180-250	180-250	200-250
Nesladkan čaj oz. naravna limonada	Ostali napitki	150-180	150-180	200-220	200-250	200-250	200-250	200-250
Sadje (vključno 100-% sadni sok) ⁴	Sadje	50-120	80-160	100-200	100-200	100-250	100-250	100-250
Zelenjava ⁴	Zelenjava	10-20	20-40	40-50	40-60	50-80	60-100	60-100
Sušeno sadje ⁴	Sušeno sadje	10-20	10-25	10-25	10-30	15-30	15-30	15-30
Oreški	Oreški	do 5 ⁵	do 5 ⁵	do 5	5-10	10-15	10-15	10-25
Juha (npr. čista goveja juha)	Juhe	100-120	100-150	200-250	200-250	200-250	200-250	200-300

Meso v omaki (vključno golaž, bograč ipd.); zrezek, file, kožčki mesa in omaka ⁶	Zrezki v omaki	60-80	80-130	100-160	100-180	150-230	150-230	180-240
Pečeno ali kuhano meso (pečenje, sesekljano meso, sesekljana pečenka, mesna nabodala, fileji, zrezki, polpeti z dodatkom stročnic ipd.)	Pečeno meso	30-50	50-70	50-70	60-90	70-100	70-100	80-150
Ribji file	Ribe in morski sadeži	35-40	50-70	60-80	60-80	70-100	70-100	90-120
Pečen piščanec (vključno s kostjo)	Pečen piščanec	50-70	80-90	80-120	100-150	120-150	120-150	120-170
Enolončnice (buja repa, rižet, jota z mesom, enolončnice z mesom, zelenjava in dodatkom stročnic ipd.) (meso oz. zelenjava + omaka) ⁶	Mesne enolončnice	80-200	100-200	180-200	180-280	200-280	200-280	240-300
Zelenjavne enolončnice (npr. jota brez mesa, enolončnice iz stročnic)	Zelenjavne enolončnice	80-150	130-200	160-220	170-250	200-250	200-250	240-300
Dušen riž, štruklji, polenta, njoki, krompir, testenine (za prilogo)	Škrobne priloge	80-100	100-120	120-150	150-200	150-250	150-250	200-280
Rižota (samostojna jed)	Rižote	100-150	150-200	180-250	200-300	250-300	250-300	300-350
Jedi iz testenin - samostojna jed (lazanja, makaronovo meso, kaneloni ipd.)	Jedi iz testenin	100-150	150-180	150-250	200-300	200-350	200-350	300-350
Zelenjava za prikuho (vključno s stročnicami)	Zelenjavne prikuhe	50-60	60-80	80-100	80-100	100-120	100-120	100-150
Solata ⁷ (zelena solata, radič, motovillec, regrat ipd.)	Listnate solate	20-30	30-50	30-60	40-60	50-60	50-60	50-70
Solata ⁸ (paradižnik, rdeča pesa, fižol v solati ¹⁰ ipd.)	Kuhano-sveže solate ¹¹	40-50	50-60	60-80	70-100	70-100	70-100	80-150
Solata (krompirjeva, jesprenjeva ipd.)	Ostale solate	80-100	100-120	100-150	150-180	180-200	180-200	200-250
Kompot (npr. slivov, jabolčni) (sadje + voda) ¹¹	Kompoti	30-70	50-100	80-150	100-150	100-150	100-150	150-200
Sadna solata	Sadne jedi	50-100	50-100	100-150	150-200	150-200	150-200	150-250
Peciva (rižev narastek, kolač, zavitki, cmoki, palačinke, potica ipd.)	Peciva oz. sladica	30-50	40-60	40-70	50-70	50-80	50-80	80-100

Ustrezna skrb za hidracijo

Potrebe po vodi sovpadajo s potrebami po energiji. Priporočen vnos s pijačami:

- otroci: 0,8 do 1 litra vode oz. ustreznih zamenjav
- mladostniki: 1 do 1,5 litra vode oz. ustreznih zamenjav.

Sorazmerno večje količine v primeru povečane telesne dejavnosti ali povečanega potenja. Spodbuja se pitje vode iz omrežja.

Prehrana v osnovnih šolah

Prehrano načrtujemo za tri starostne skupine po triadah. Poleg obvezne malice zavode spodbujamo, da organizirajo še kosilo, zajtrk in popoldansko malico. Z namenom spodbujanja zajtrkovanja pred poukom malico v skladu z možnostmi ponudimo šele po drugi šolski uri. Pri tej starostni skupini pri sestavi jedilnikov ni več posebnih omejitev, če izvajamo tiste, ki veljajo za uravnoteženo prehrano tako po zastopanosti živil kot po hranilni vrednosti (po principu prehranskega krožnika). Z vstopom v šolo naj otroci preidejo z uživanja polnomastnega na uživanje delno posnetega mleka in mlečnih izdelkov iz delno posnetega mleka (izjema je polnomastno surovo mleko lokalnega pridelovalca, ki ga je treba pred uživanjem toplotno obdelati).

Med posameznimi obroki v zavodu zagotovimo vsaj dve uri presledka (priporočeni presledek je tri ure), da omogočimo optimalen režim zaužitja vseh priporočenih dnevnih obrokov.

Glede na dnevno organizirane obroke priporočamo, da je namenjeno izključno za uživanje:

- malice v šoli najmanj 15 minut (izjemoma 10 minut),
- kosila najmanj 30 minut (izjemoma 20 minut).

Porazdelitev celodnevni potreb (primerjava smernice 2005 in smernice 2024):

	Smernice 2005	Smernice 2024
	% EV	% EV
Zajtrk	18-22	15
Dop. malica	10-15	15-20
Kosilo	35-40	30-35
Pop. Malica	10-15	10

Prinašanja hrane v šolo (ob dejstvu, da je prehrana organizirana) ne priporočamo, saj to povečuje tveganje za zdravje, socialne razlike ter neješčnost in izbirčnost med otroki in mladostniki

V priporočilih za **medicinsko predpisane diete** je določeno:

- Po veljavni medicinski doktrini potrdilo izda izbrani zdravnik na primarni ravni ali specialist pediater usmerjen v področje na sekundarni ali terciarni ravni.

- Potrdilo o medicinsko indicirani dieti za otroka prejmejo starši ali skrbniki in ga predložijo vzgojno-izobraževalnemu zavodu ob ugotovljeni bolezni in vsakokratni spremembi ali prenehanju diete.
- Potrdilo lahko velja trajno (npr. pri boleznih, kot je celiakija) – potrdila ni treba obnavljati, začasno (npr. pri alergiji na kravje mleko ali jajce) – potrdilo je treba obnavljati vsaj enkrat letno, do pregleda pri specialistu – potrdilo velja največ 6 mesecev.
- Medicinsko indicirana dieta mora biti opredeljena v skladu s katalogom diet, kot ga opredeljujeta Pediatrična klinika UKC Ljubljana in Klinika za pediatrijo UKC Maribor.
- Pisna navodila za medicinsko indicirano dieto pripravljajo klinični dietetiki in specialisti pediatri in jih ob obravnavi otroka izdajo otrokovim staršem ali Navodila za najpogostejše diete pri otrocih so v procesu priprave.

Smernice so v celoti dostopne na spletni strani:

www.gov.si/assets/ministrstva/MVI/Dokumenti/Osnovna-sola/Smernice-za-prehranjevanje-v-VIZ-2024.pdf

Vir: www.gov.si/assets/ministrstva/MVI/Dokumenti/Osnovna-sola/Smernice-za-prehranjevanje-v-VIZ-2024.pdf (pridobljeno 1. 7. 2024)