

**Wykaz wymagań – zgodnie z załącznikiem nr 2  
Rozporządzenia Ministra Zdrowia z dnia 26 sierpnia 2015 roku  
/wchodzi w życie z dniem 1 września 2015r/.**

Wymagania dotyczące środków spożywczych użytych w żywieniu dzieci przedszkolnych:

- Muszą pochodzić z różnych grup spożywczych/ 6 podstawowych grup/
  1. Produkty zbożowe,
  2. Mleko i przetwory mleczne,
  3. Mięsa, ryby, drób i jaja,
  4. Nasiona roślin strączkowych
  5. Owoce i warzywa,
  6. Tłuszcze.
  
- W skład posiłków muszą wchodzić:
  1. Produkty zbożowe, lub ziemniaki,
  2. Warzywa lub owoce,
  3. Mleko lub produkty mleczne,
  4. Mięso, ryby, jaja,
  5. Nasiona roślin strączkowych,
  6. Orzechy, nasiona
  7. Tłuszcze.
  
- Udział procentowy posiłków:
  1. Przy pobycie ośmiogodzinnym i co najmniej trzech posiłkach/ śniadanie, obiad, podwieczerek/ **powinien wynosić 70 – 75% całodziennego zapotrzebowania energetycznego.**
  2. Posiłek obiadowy - **powinien stanowić 30% całodziennego zapotrzebowania energetycznego**
  
- Rozkład posiłków:
  1. Przy pobycie ośmiogodzinnym - trzy posiłki/ śniadanie, obiad, podwieczerek/.
  2. Przy pobycie pięciogodzinnym muszą być dwa posiłki główne : śniadanie i obiad.