



# INFORMACJA DLA RODZICÓW

**Zmiany w żywieniu uczniów od 1 września 2026 r. zgodnie z rozporządzeniem Ministra zdrowia z dnia 16 lutego 2026 „Dieta Planetarna”**

**Szanowni Państwo,**

od 1 września 2026 r. będziemy stopniowo wprowadzać do jadłospisów nowe produkty i potrawy zgodnie z obowiązującymi zasadami żywienia dzieci i młodzieży oraz kierunkiem promującym bardziej różnorodne, zdrowe i zbilansowane posiłki.



## Najważniejsze informacje:



- Zmiany będziemy wprowadzać stopniowo. Nowe produkty pojawią się początkowo w niewielkich ilościach, tak aby dzieci mogły spokojnie poznawać nowe smaki i przyzwyczajać się do nowych potraw.



- W jadłospisach pojawi się więcej produktów roślinnych, m.in. soczewica, ciecierzycza, fasola oraz inne nasiona roślin strączkowych.



- Będziemy częściej wykorzystywać produkty pełnoziarniste, m.in. makarony pełnoziarniste i razowe, kasze oraz pieczywo o większej zawartości pełnego ziarna.



- Nie zamierzamy wprowadzać zmian kosztem smaku i sytości posiłków. Naszym celem jest przygotowywanie dań zdrowych, ale jednocześnie takich, które dzieci będą chciały jeść i po których nie będą głodne.



- Będziemy obserwować, jak uczniowie przyjmują nowe potrawy, a nowe składniki będziemy łączyć ze smakami, które dzieci już znają i lubią.



- Nasi uczniowie są już przygotowywani do poznawania zdrowej żywności poprzez warsztaty kulinarne, zajęcia edukacyjne oraz liczne akcje promujące zdrowe nawyki żywieniowe, które od lat organizujemy w szkołach.



- Zależy nam, aby zmiany były łagodne, przemyślane i przyjazne dla dzieci, dlatego nie będziemy gwałtownie zmieniać całego jadłospisu z dnia na dzień.



**Zdrowe żywienie nie powinno oznaczać rezygnacji ze smacznych posiłków. Chcemy pokazać dzieciom, że nowe produkty mogą być smaczne, kolorowe i atrakcyjne, a jednocześnie wspierać prawidłowe nawyki żywieniowe.**



**Dziękujemy Państwu za zaufanie i liczymy na wspólne wspieranie dzieci w poznawaniu nowych smaków.**

