

Informacja dla Rodziców i Uczniów

Zmiany w zasadach żywienia od 1 września 2026 r.

Szanowni Państwo,

informujemy, że od dnia **1 września 2026 r.** w jednostkach systemu oświaty obowiązywać będą nowe przepisy dotyczące żywienia dzieci i młodzieży, wprowadzone **rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 16 lutego 2026 r. (Dz.U. 2026 poz. 197)**.

Rozporządzenie określa szczegółowe wymagania dotyczące:

- żywienia zbiorowego w szkołach i przedszkolach,
- sprzedaży produktów spożywczych w sklepikach szkolnych i automatach.

Podstawa prawna i źródła

- **Informacja Ministerstwa Zdrowia**
<https://www.gov.pl/web/zdrowie/minister-zdrowia-podpisal-nowe-rozporzadzenie-w-sprawie-zywienia-dzieci-i-mlodziezy-w-szkolach-i-przedszkolach2>
- **Tekst rozporządzenia (Dziennik Ustaw)**
<https://isap.sejm.gov.pl/isap.nsf/DocDetails.xsp?id=WDU20260000197>

Najważniejsze zmiany

1. Żywnienie zbiorowe (stołówki szkolne)

- zwiększenie udziału **warzyw, owoców i produktów pełnoziarnistych**,
- obowiązek zapewnienia **co najmniej jednego pełnowartościowego posiłku roślinnego w tygodniu** (np. na bazie roślin strączkowych),
- ograniczenie produktów wysoko przetworzonych,
- promowanie produktów sezonowych i lokalnych,
- ograniczanie marnowania żywności.

2. Jakość żywienia

- ograniczenie **cukru, soli i tłuszczu**,
- promowanie **wody jako podstawowego napoju**,
- dostosowanie jadłospisów do potrzeb rozwojowych dzieci i młodzieży.

3. Sklepiki szkolne i automaty

- wprowadzenie katalogu produktów dopuszczonych do sprzedaży,
- ograniczenie produktów o niskiej wartości odżywczej,
- dostosowanie oferty do aktualnych zaleceń żywieniowych.

Zdrowie i środowisko – dieta planetarna

Wprowadzone zmiany są zgodne z aktualnymi rekomendacjami dotyczącymi zdrowego żywienia dzieci i młodzieży oraz uwzględniają elementy tzw. **diety planetarnej**, która:

- promuje większe spożycie produktów roślinnych,
- zachęca do wyboru żywności lokalnej i sezonowej,
- wspiera ochronę środowiska poprzez ograniczanie marnowania żywności.

Materiały edukacyjne

- **Wyjaśnienie nowych zasad żywienia (NCEZ)**
<https://ncez.pzh.gov.pl/zywienie-w-placowkach/nowe-rozporzadzenie-sklepikowe-zywienie-w-przedszkolu-i-stolowka-szkolna/>
- **Dieta planetarna w szkole**
<https://bzsos.pl/dieta-planetarna-w-szkole/>
- **Przystępne omówienie zmian dla rodziców**
<https://infomedic.pl/nowe-zasady-zywienia-w-szkolach-i-przedszkolach-od-wrzesnia-2026-r/>

Szkoła będzie sukcesywnie dostosowywać organizację żywienia do obowiązujących przepisów prawa oraz zaleceń instytucji zajmujących się zdrowiem publicznym.