

# AZ ISKOLAPROGRAMOK ÉRTÉKELÉSI JELENTÉSE

## AZ ISKOLAPROGRAMOK ÉRTÉKELÉSI JELENTÉSE



1093 Budapest, Zsil utca 3–5.  
Telefon: +36 1 217 1011  
Fax: +36 1 217 8111  
[www.aki.gov.hu](http://www.aki.gov.hu)  
[aki@aki.gov.hu](mailto:aki@aki.gov.hu)

2023. február 20.

## Megrendelő

### Szervezet

Agrárminisztérium

### Kapcsolattartó

Thury Eszter

([eszter.thury@am.gov.hu](mailto:eszter.thury@am.gov.hu))

Szepesi Áron

([aron.szepesi@am.gov.hu](mailto:aron.szepesi@am.gov.hu))

## Résztevők

### Szerkesztő

Kürthy Gyöngyi

([kurthy.gyongyi@aki.gov.hu](mailto:kurthy.gyongyi@aki.gov.hu))

Dudás Gyula

([dudas.gyula@aki.gov.hu](mailto:dudas.gyula@aki.gov.hu))

### Szerzők

Darvasné Ördög Edit

([darvasne.ordog.edit@aki.gov.hu](mailto:darvasne.ordog.edit@aki.gov.hu))

Dudás Gyula

([dudas.gyula@aki.gov.hu](mailto:dudas.gyula@aki.gov.hu))

Kürthy Gyöngyi

([kurthy.gyongyi@aki.gov.hu](mailto:kurthy.gyongyi@aki.gov.hu))

Németh Szilvia

([nemeth.szilvia@aki.gov.hu](mailto:nemeth.szilvia@aki.gov.hu))

Varga Edina

([varga.edina@aki.gov.hu](mailto:varga.edina@aki.gov.hu))

Vőneki Éva

([voneki.eva@aki.gov.hu](mailto:voneki.eva@aki.gov.hu))

### Közreműködött

Kis Máté

([kis.mate@aki.gov.hu](mailto:kis.mate@aki.gov.hu))

Kovács Csaba József

([kovacs.csaba.jozsef@aki.gov.hu](mailto:kovacs.csaba.jozsef@aki.gov.hu))

Molnár Zsuzsa

([molnar.zsuzsa@aki.gov.hu](mailto:molnar.zsuzsa@aki.gov.hu))

## Tartalomjegyzék

<b>1. Összefoglaló</b>	<b>5</b>
1.1. Az értékelés megállapításai.....	5
1.2. Következtetések és ajánlások .....	8
<b>2. Bevezetés</b>	<b>11</b>
2.1. Az értékelési jelentés célkitűzése és alkalmazási területe.....	11
2.2. Az értékelési eljárás rövid leírása.....	11
<b>3. Módszertani leírás</b>	<b>12</b>
3.1. Értékelési terv és alkalmazott módszerek bemutatása .....	12
3.2. Értékelési kérdések, értékelési kritériumok és mutatók .....	12
3.3. Adatforrások és adatgyűjtési technikák bemutatása .....	13
3.4. Esetleges korlátok és megoldások.....	16
<b>4. Az iskolaprogram működésének értékelése</b>	<b>17</b>
4.1. Intervenciós logika vagy kapcsolat bemutatása a feltárt szükségletek, a stratégiában meghatározott célkitűzések és az elvégzett tevékenységek között .....	17
4.1.1. Beavatkozási (intervenciós) logika, mint logikai keretmátrixelem .....	17
4.2. Az iskolaprogramokhoz kapcsolódóan kifizetett támogatási összegek alakulása, 2017/2018–2021/2022.....	21
4.3. Résztvevő iskolák/gyerekek esetében felismerhető főbb mintázatok vagy tendenciák bemutatása ...	23
4.4. Iskolák gyümölcssel, zöldséggel, tejjel és tejtermékekkel való ellátása és e termékek kiosztása gyakorlatának, továbbá a friss gyümölcsök és zöldségek, valamint a tej fogyasztásának előnyben részesítésének értékelése .....	32
4.5. Kísérő oktatási intézkedések értékelése .....	36
4.6. Kommunikációs és tájékoztató tevékenységek értékelése .....	37
4.7. Végrehajtásra vonatkozó főbb megállapodások és rendelkezések értékelése .....	38
4.8. Élelmezés- és táplálkozás-egészségügyért felelős hatóságok, egyéb hatóságok és magánszereplők bevonása a program tervezésébe, végrehajtásába, nyomon követésébe és értékelésében .....	40
<b>5. Általános értékelési kérdések</b>	<b>42</b>
5.1. Milyen mértékben növelte az iskolaprogram a gyerekek teljes gyümölcs-, zöldség-, tej- és tejtermékfogyasztását, összhangban a célzott korcsoport egészséges étrendjére vonatkozó nemzeti ajánlásokkal? .....	44
5.1.1. A gyerekek közvetlen és közvetett friss gyümölcs- és zöldségfogyasztásának változása (mennyiség és/vagy gyakoriság).....	44
5.1.2. A gyerekek közvetlen és közvetett tejfogyasztásának változása (mennyiség és/vagy gyakoriság).....	49
5.1.3. Ajánlott napi gyümölcs- és zöldségfogyasztást elérő gyerekek százalékos arányának változása.....	52
5.1.4. Azon gyerekek százalékos arányának változása, akik teljesítik az élelmezés- és táplálkozás-egészségügyért felelős nemzeti hatóságok ajánlásait a tej és más, hozzáadott cukrot, ízesítőt, gyümölcsöt, dióféléket vagy kakaót nem tartalmazó tejtermékek napi bevitelére vonatkozóan, összhangban a célzott korcsoportra vonatkozóan nemzeti szinten ajánlott zsír- és nátriumbevitellel .....	55
5.2. Kérdés: Milyen mértékben bővítette az iskolaprogram a gyerekek ismereteit az egészséges táplálkozási szokásokról? .....	60
5.2.1. A gyerekek fogyasztási szokásainak változása a gyümölcsök, zöldségek, tej és tejtermékek tekintetében, összhangban a célzott korosztály egészséges étrendjére vonatkozó nemzeti ajánlásokkal.....	60
5.2.2. A gyerekek ismereteinek változása arra vonatkozóan, mennyire egészséges friss gyümölcsöket és zöldségeket, tejet és a hozzáadott cukrot, ízesítőt, gyümölcsöt, dióféléket vagy kakaót nem tartalmazó tejtermékeket fogyasztani, összhangban a célzott korcsoportra vonatkozóan nemzeti szinten ajánlott zsír- és nátriumbevitellel .....	62
<b>6. Következtetések és ajánlások</b>	<b>66</b>
6.1. A program hatékonysága .....	66

## AZ ISKOLAPROGRAMOK ÉRTÉKELÉSI JELENTÉSE

6.2. Levont tanulságok .....	70
<b>7. Mellékletek</b> .....	<b>72</b>
7.1. Mellékletek jegyzéke .....	72
<b>8. Hivatkozások jegyzéke</b> .....	<b>109</b>

# 1. Összefoglaló

## 1.1. Az értékelés megállapításai

A vizsgált öt tanévben az iskolaprogramokhoz kapcsolódóan 17,8 és 22,0 millió euró között mozgott éves szinten a kifizetett támogatások összege (nemzeti és EU támogatás együtt), amin belül az EU hozzájárulása tanévtől függően 23,2–33,6 százalékot tett ki. Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programra folyósított támogatások nagysága (nemzeti és EU támogatás együtt) éves szinten 8,0 és 9,2 millió euró között, míg az iskolatej programra kifizetett támogatások nagysága (nemzeti és EU támogatás együtt) éves szinten 9,7 és 13,0 millió euró között ingadozott.

Az iskolaprogramokban részt vevő gyermekek száma stabilnak mondható, a vizsgált öt éves időszakban számuk tanévtől függően 664,7 ezer és 683,6 ezer fő között alakult. A gyermekek 96,2–97,9 százaléka általános iskolába járt, a maradék 2,1–3,8 százaléknál gyermek óvodásként vett részt az iskolaprogramokban. A középiskolás korosztály sem az iskolagyümölcs, sem az iskolatej programban nem volt érintett. Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programban kizárólag általános iskolás gyermekek vettek részt, számuk éves szinten 533,8 ezer és 557,3 ezer fő között mozgott. Az iskolatej programban részt vevő 432,2–446,6 ezer gyermekben belül 14,6–25,2 ezer gyermek óvodásként kapott tejet és tejtermékeket. Magyarországon az iskolaprogramok elsősorban az általános iskolásokra koncentráltak. Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program a célcsoportban lévő általános iskolások 72,4–75,7 százalékát, míg az iskolatej program a célcsoportban lévő általános iskolások 56,2–58,6 százalékát érte el a vizsgált öt tanévben.

Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programban vármegyei bontás alapján az általános iskolás gyermekek lefedettsége a 2017/2018-as tanévben 66,7 százalék és 81,0 százalék, míg a 2021/2022-es tanévben 65,1 százalék és 78,5 százalék között mozgott, azaz jelentős különbség nem mutatkozott a két időszak között. Ezzel szemben az iskolatej programban vármegyei bontás alapján az általános iskolás gyermekek lefedettsége széles határok között alakult. A budapesti általános iskolások mindössze 3,8 százalékát és 6,0 százalékát érte el az iskolatej program a vizsgált időszak első és utolsó tanévében, két vármegyében az általános iskolások kevesebb mint 40 százaléka jutott tej és tejtermékekhez, ugyanakkor a 2017/2018-as tanévben négy vármegyében, míg a 2021/2022-es tanévben öt vármegyében is meghaladta a lefedettség mértéke a 90 százalékot.

Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program a célcsoportban lévő általános iskolák 85,3–89,5 százalékát, míg az iskolatej program a célcsoportban lévő általános iskolák 62,2–66,3 százalékát érte el a vizsgált öt tanévben.

Vármegyei bontás alapján vizsgálva a 2017/2018-as tanévben még volt három vármegye, ahol 80 százalék alatt maradt az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program által elért általános iskolák aránya, ugyanakkor a 2021/2022-es tanévben már valamennyi vármegye esetében meghaladta a lefedettségi szint a 80 százalékot, sőt 11 vármegyében a 90 százalékot is. Az iskolatej programon belül Budapesten a legalacsonyabb az általános iskolák részvétele az iskolatej programban, a vizsgált időszakban tapasztalható ugyan némi bővülés a lefedettségben, de így is csupán 6,4 százalékról 8,6 százalékra emelkedett. Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programhoz képest az iskolatej program lefedettségi mutatója vármegyénként nagyobb különbségeket mutatott. A 2021/2022-es tanévben négy vármegyében a lefedettségi mutató nem érte el a 60 százalékot és mindössze hét vármegyében haladta meg a 80 százalékot.

Az iskolaprogramok keretében a termékek kiosztási időszakának a hossza nem változott a vizsgált időszakban, az iskolagyümölcs- és zöldségprogramban 24-36 hetet, az iskolatej programban a

teljes tanévet tette ki. Mindkét programban hozzávetőleg átlagosan heti négy alkalommal történt az adagok kiosztása. A kiosztott adagok száma egy főre vetítve tanévenként az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program keretében 8 százalékkal nőtt a 2021/2022. tanévben a 2019/2020. (legkorábbi rendelkezésre álló adat) tanévhez képest. Az iskolatej program esetében a növekedés mértéke meghaladta a 40 százalékot. Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program keretében kiosztott mennyiség döntő részét a friss gyümölcs (elsősorban alma) és gyümölcsle tette ki. A friss zöldségek kiosztott mennyisége csekély volument képviselt. Az iskolatej program keretében kiosztott mennyiség döntő részét a folyadéktej, a tejalapú italok, valamint a gyümölcscsel készült tejtermékek tették ki. A sajt, a natúr joghurt és az egyéb ízesített tejtermékek viszonylag kis volument képviseltek. Primer kutatásaink alapján mind a gyermekek, mind a pedagógusok, mind a szülők kiemelték, hogy nem eléggé változatos a termékkinálat, ami eljut a gyermekekhez. Az iskolaprogramok végrehajtási rendeletei szerint ugyan jelenleg is többféle termék adható, a beszállítók mégis egy szűk termékörrel keresik fel az iskolákat.

Kísérő oktatás intézkedés keretében a 2021/2022-es tanév során 482,5 ezer tanulónak osztottak ki munkafüzeteket, illetve népszerű volt a tudásátadás játékos formában, amibe az iskolatej programhoz kapcsolódóan 412,6 ezer tanulót, az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programhoz kapcsolódóan pedig 230,8 ezer tanulót vontak be. Kóstoltatásokon, főzőórákon 759,2 ezer tanuló; üzemlátogatáson, termelői piac látogatáson 109,9 ezer tanuló; míg ismeretterjesztő órán 97,8 ezer tanuló vett részt az iskolaprogramok utolsó tanévében. Primer kutatásaink ugyanakkor rámutattak arra, hogy az üzemlátogatások megszervezése, kiállítások látogatása nehézségekkel jár elsősorban a gyermekek utaztatásának magas költségei miatt. Kóstoltatások tartására is csak ritkán vállalkoznak a beszállítók az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programon belül, az iskolatej programon belül meg egyáltalán nincs ilyen kísérő intézkedés.

A vizsgált tanévek során a legjellemzőbb kommunikációs forma a plakát kihelyezése volt az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programnál a résztvevő iskolák területén, az iskolatej program beszállítói nem éltek ezzel az eszközzel. Emellett még a weboldalakon népszerűsítették az iskolaprogramokat. Primer kutatásaink során a pedagógusok kritikusan ítélték meg a programhoz kapcsolódó tájékoztatást, kommunikációt. Tájékoztató füzeteken felül egyéb anyagokat, az edukáció elősegítését célzó továbbképzést, tanácsot nem kaptak az iskolák. A szülők is tájékozatlanok az iskolaprogramok működésével kapcsolatban. Az ezzel kapcsolatos kérdőívünket kitöltő szülők 44 százaléka nem tudta, hogy a gyermeke iskolája részt vett-e valamelyik iskolaprogramban az elmúlt időszakban.

A beszállítókat képviselő terméktanácsok (FruitVeB, Tej Szakmaközi Szervezet és Terméktanács) véleménye szerint míg korábban megfelelő jövedelemtartalmat biztosítottak az iskolaprogramok, az egységár megfelelő volt, a megnövekedett csomagolás és logisztikai költségek miatt ez ma már nem mindig rentábilis, így a motiváltság alacsonyabb lett. A tej, tejtermék vonatkozásában 2022-ben 19 beszállítót tartott nyilván a MÁK, miközben korábban még 28 cég szerepelt a listán. A beszállítók számának csökkenése lassú és folyamatos, vélhetően hatékonysági okok, illetve a felhalmozódó veszteségek okozzák a lemorzsolódást. A beszállítók oldaláról a fajlagos támogatás emelésére és a minőségi standardok részletesebbé és egzaktabbá tételére lenne igény.

A Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége (MDOSZ) összességében rendkívül fontosnak tartja az iskolaprogramok fenntartását és továbbfejlesztését, ugyanakkor véleményük szerint a támogatásokat sokkal hatékonyabban lehetne elkölteni. A MDOSZ szerint korlátozottnak mondható az iskolaprogramok hatékonysága a gyerekek táplálkozási ismereteinek bővítésében. Az iskolaprogramok mellé hasznos lenne olyan kezdeményezéseket is kapcsolni, amelyek az egészséges táplálkozást népszerűsítik. A szövetség szerint fontos lenne, hogy ne passzívan részesüljenek a gyerekek a kiosztott termékekből, hanem a program által érintett összes szereplő (gyerek, szülő, iskola, beszállítók, szakmai szervezetek, döntéshozók) bevonására, aktív részvételére, együttműködésére, alapvető szemléletváltásra van szükség.

Magyarországon az egy főre jutó éves zöldségfogyasztás együttes mennyisége 2015 és 2020 között burgonya nélkül átlagosan 54,5 kilogramm volt, a vizsgált időszakban ingadozó, de növekvő tendenciát mutatott. A 2020-as adatokkal számolva a zöldségfogyasztás egy főre eső mennyisége 2015-höz képest 15,2 százalékkal 60,3 kilogrammra nőtt. Az egy főre jutó éves gyümölcsfogyasztás együttes mennyisége 2015 és 2020 között átlagosan 48,6 kilogramm volt, a vizsgált időszakban ingadozó, de növekvő tendenciát mutatott. A gyümölcsfogyasztás egy főre eső mennyisége 2015-höz képest 1,6 százalékkal 46,6 kilogrammra nőtt 2020-ban. A fenti adatok alapján egy magyarországi fogyasztó átlagosan mintegy 293 gramm friss zöldséget és gyümölcsöt fogyasztott naponta 2020-ban.

Magyarországon egy a 11–18 éves korosztály táplálkozását vizsgáló 2017-ben készült felmérés szerint zöldség- és főzelékfélékből (a burgonyát is beleértve) naponta átlagosan 277 grammot, gyümölcsfélékből (a magas gyümölcshányadú gyümölcslevekkel együtt) a korcsoportok összességében naponta átlagosan 182 grammot fogyasztottak. A zöldség- (169 gramm) és gyümölcsfélék (100 gramm) burgonya- és gyümölcslé fogyasztása nélküli együttes mennyisége azonban csupán mintegy 270 gramm/nap/fő volt.

Magyarországon az egy főre jutó éves folyadékfogyasztás mennyisége 2015 és 2020 között átlagosan 54,4 liter volt. A fogyasztás a vizsgált időszakban 6,9 százalékkal nőtt, 2020-ban 56,7 litert ért el. Joghurtból, kefirből és tejfölből együttesen a 2015. évi mennyiséghez képest 4,1 százalékkal csökkent a fogyasztás 2020-ra. A sajt, túró, tejkonzerv, tejpor kategóriából 25,8 százalékkal, vajból és vajkrémből 33,9 százalékkal többet fogyasztott a lakosság. A fenti adatok alapján egy magyar fogyasztó átlagosan mintegy 1,5 deciliter tejet és 0,3 deciliter savanyított tejterméket, fogyasztott naponta 2020-ban.

Magyarországon egy a 11–18 éves korosztály táplálkozását vizsgáló 2017-ben készült felmérés szerint a tej és tejtermékek napi átlagos fogyasztása 2017-ben az összes korcsoport átlagában 309 gramm/nap volt.

Primer kutatásunk alapján a vizsgálatba bevont gyerekek egyöntetűen úgy nyilatkoztak, hogy szívesen fogyasztják az iskolaprogramban kapott zöldség- és gyümölcsféléket, ugyanakkor a tejet, tejtermékeket a zöldség- és gyümölcsfélékhez képest kevésbé kedvelik. A jelenlegi fogyasztási szokásokat tekintve zöldség- és gyümölcsféléket a legtöbb tanuló – a válaszadók közel háromnegyede – naponta többször is fogyasztja, de ez a legtöbb esetben csak napi kétszeri, néhány esetben napi háromszori fogyasztást jelent. A megkérdezett diákok további negyede legalább hetente többször, naponta egyszer fogyaszt zöldséget és gyümölcsöt és csak elvétve említettek ennél ritkább fogyasztást. Hasonló arányok érvényesek a tej- és tejtermékfogyasztás esetében is. A válaszadók 71 százaléka naponta többször fogyaszt tejet vagy tejterméket, további 15 százaléka naponta legalább egyszer, 7-7 százaléka hetente többször vagy egyszer fogyaszt tejet vagy tejterméket.

Fókuszcsoporthoz tartozó felmérésünk során a legtöbb tanuló a fogyasztási gyakoriság növekedéséről számolt be, jelenleg többen fogyasztanak zöldséget és gyümölcsöt gyakrabban, ugyanakkor magas azok száma is, akiknek csökkent a fogyasztási gyakorisága. A zöldségek és gyümölcsök fogyasztásának a csökkenése leginkább az alsó és felső tagozat között következett be – ebben szerepet játszhat, hogy a tanulók egyre önállóbbak, egyre kevésbé a szülő határozza meg a táplálkozásukat. Azok a tanulók, akik az értékelési időszak előtti évekhez képest gyakrabban fogyasztanak zöldséget és gyümölcsöt leginkább azok egészségre gyakorolt pozitív hatásaival indokolták ezt. A fogyasztás visszaesés magyarázataként gyakran említették a tanulók, hogy ráuntak a termékekre, otthon, vagy az iskolában erőltették azokat és amióta nem muszáj, kevesebb zöldséget és gyümölcsöt esznek. A megkérdezett tanulók 45,7 százaléka számolt be arról, hogy a múlthoz képest gyakrabban, 19,2 százaléka ritkábban fogyaszt tejet és tejterméket, 35,1 százaléka fogyasztási gyakorisága pedig nem változott. A gyakoribb fogyasztás indokaként a pozitív egészségügyi hatá-



sokat, illetve a rászokást említették. A ritkább fogyasztás egyik indoka, hogy az iskolában megszűnt az iskolatej program és/vagy sokkal szűkösebbé vált a kínálat, de felmerült az ízlés változása és az is, hogy nem biztosak benne, hogy minden tejtermék egészséges, illetve sok olyan tejtermék van, ami hizlal, ezért kerülnek azokat.

Mivel a gyermekek idejük jelentős részét az iskolában töltik, és a napi energiabevitelük 35–65 százalékát az iskolában fogyasztják el, így a köznevelési intézmények kiemelt jelentőséggel bírnak az egészséges táplálkozás feltételeinek biztosításában és az egészséges életmód kialakításában.

Az MDOSZ szakértőjének véleménye szerint a gyerekek egy része nem mindig fogyasztja el az iskolaprogramok keretében kiosztott termékeket. Ez alapvetően azzal magyarázható, hogy gyakran nem megfelelő a termékek elfogadottsága a gyermek részéről, mert sok esetben otthon kiskorában nem találkozott az adott étellel (pl. tej vagy egyes gyümölcsök, zöldségek). A szakértő szerint azért is nehéz egy ilyen program hatékonyságának a mérése, mivel sok-sok egyéb tényező, például a családi minta, az adott közösség hozzáállása, a pedagógusi attitűd, propagálás (hogyan kínálják a termékeket, mennyi idejük van étkezni, milyen körülmények között esznek) is meghatározza hogyan változnak később a táplálkozási szokások.

## 1.2. Következtetések és ajánlások

Az elemzett adatok és a primer kutatások eredményei is megerősítették, hogy az iskolaprogramok számos alapvető funkciójuknak eleget tettek a vizsgált időszakban:

- Az iskolagyümölcs- és -zöldség-program a célcsoportban lévő általános iskolák 85,3–89,5 százalékát, míg az iskolatej program a célcsoportban lévő általános iskolák 62,2–66,3 százalékát látta el a vizsgált öt tanévben.
- Primer kutatásaink szerint az iskolaprogramokban való részvétel javította mind a zöldségek, gyümölcsök, mind a tejtermékek kedveltségét és fogyasztását a programban részt vevő tanulók körében.
- A fókuszcsoportos kutatásban megkérdezett diákok jó általános tudással rendelkeztek az egészséges táplálkozásról és a programok során kapott termékek egészségre gyakorolt hatásáról.
- A vizsgált időszak nagyobb részében a programokban részt vevő termelők számára megfelelő jövedelmet biztosított a támogatási összeg, a programban való részvételük pedig diverzifikálzabbá tette értékesítési lehetőségeiket, ezáltal javította jövedelembiztonságukat.

A pozitív hatások egy részéről ugyanakkor nehéz megállapítani, mennyiben köszönhető a programoknak, mennyiben pedig más tényezőknek. A szakértői interjúk, a pedagógusokkal és intézményvezetőkkel történt beszélgetések, a szülők körében végzett kérdőíves felmérés és a tanulók körében lefolytatott fókuszcsoportos foglalkozás eredményei is arra mutattak rá, hogy a gyerekek táplálkozási szokásait, az egészséges táplálkozásról szóló ismereteit nem csak, és nem elsősorban a iskolaprogramok, hanem a szülői, családi minta, a tantervben szereplő tananyagok oktatása, a pedagógusok által önkéntesen szervezett kiegészítő foglalkozások formálják.

A programmal szemben megfogalmazódott kritikák:

- A termelők száma csökkent, ezzel együtt koncentráció volt megfigyelhető, ami nem érintette az ellátott diákok számát, mennyiségi szempontból változatlan volt az ellátás a Covid idejéig, a járványhelyzet pedig éreztette negatív hatásait a programon (távoktatás stb). Mindezek a hatások a kísérő intézkedések számában, minőségében is megmutatkoznak. Egyre ritkábbak az üzemeltetések, a kóstoltatások és egyéb programok.
- A termékekkel kapcsolatos logisztikai szervezés túl sok terhet ró az iskolákra: a beszállító rendszerint csak heti egyszer szállít, miközben az előírt kiosztás ennél gyakoribb, így a köztes



időben az iskoláknak kell megoldania a termékek tárolását, ami olykor minőségromláshoz vezet.

- A primer kutatás eredményei szerint a minőségromlás negatív hatást fejt ki a termékekkel szembeni attitűdben, ezért egy rossz minőségű szállítmány is lerombolhatja a program addig elért hatásait.
- A gyerekek szívesebben fogadnak könnyen elfogyasztható, konyhakész, szeletelt termékeket, ezt higiéniai okok is indokolják. A tejtermékek fogyasztásához megfelelő evőeszközt, segédeszközt kell biztosítani, de ezen igények kielégítésére a szűkös források miatt a beszállítók nem képesek. Az iskolától függ, hogy adottak-e a személyi és tárgyi feltételek ahhoz, hogy a tanulók igényeinek megfelelően kínálják a termékeket.
- A pedagógusok véleménye szerint a táplálkozási szokások megváltoztatásához inkább kevesebb, de jó minőségű termékre van szükség. Hiányzik az igényfelmérés célcsoportonként és résztvevő oktatási intézményenként mind a termékmennyiség, mind a termékszerkezet tekintetében.
- A pedagógusok több tájékoztató anyagot, oktatást igényelnek a célból, hogy hatékonyabban tudják segíteni a program sikerét.
- Az iskolák több szakmai kirándulásra, üzemlátogatásra tartanak igényt, de ennek nem csak a beszállító üzemek fogadókészsége szab gátat, hanem a megnövekedett utazási költségek is.
- A szülők ismeretei alacsony szintűek a programokkal kapcsolatban, holott több kutatás és saját primer kutatásunk is arra az eredményre jutott, hogy az egészséges életmódra történő nevelés akkor lehet igazán sikeres, ha a családi, szülői minta és az iskolában hallottak egészítik egymást.

A program javítása érdekében a következő javaslatok fogalmazhatóak meg:

- A finanszírozás területén:
  - az Európában évtizedek óta nem tapasztalt magas élelmiszerinflációs környezet miatt a fajlagos támogatások felülvizsgálatára, esetleg emelésére van szükség a beszállítók motiváltságának fenntartása érdekében;
  - fontos a minőségi, kiszerezési, csomagolási, logisztikai kritériumok szigorítása, de ennek költségeit fedezni kell a beszállítók számára;
  - szükséges a kifizetések folyósításának idejét rövidíteni;
  - az iskoláknak szakmai és/vagy anyagi segítséget kell kapniuk a termékek szakszerű tárolásában, kiosztásában;
  - több, jobban tervezett, célzottabb intézkedésre és támogatási kifizetésre van szükség a kísérő oktatási, tájékoztató tevékenységek esetében;
  - több üzemlátogatási lehetőséget kell biztosítani, de ehhez a diákok utazási költségeinek támogatása is szükséges;
  - több támogató háttéranyagra, információra van szükség;
  - külön keret elkülönítése szükséges a program eredményeinek rendszeres monitoringozására.
- A végrehajtás területén:
  - szükséges a termékminőségi standardok részletesebbé, egzaktabbá tétele;
  - fontos a folyamatos igényfelmérés a célcsoport körében és a visszacsatolás: az igényeknek megfelelő termékválaszték, kiszerezés, szállítási gyakoriság biztosítása;
  - szükséges a termékszerkezet és mennyiség optimalizálására: jelenleg sok olyan termék szerepel a program listáján, ami a tanév során a magyarországi éghajlaton nem termelhető, ugyanakkor ösztönözni kell a szezonálisan rendelkezésre álló termékek nagyobb választékban történő biztosítását;
  - javasolt a tejtermékek tekintetében a szakmai, tudományos szervezetek ajánlásainak figyelembevétele;

- az együttműködés, kommunikáció szélesítésére van szükség a beszállítók, pedagógusok, iskolák, szülők, tanulók véleményének megismerése, kölcsönös figyelembevétele és ennek nyomán a program folyamatos módosítása szükséges az optimális célok elérése érdekében.
- A szakmai és tájékoztatási tartalom javítása érdekében:
  - javasolt a szakmai, tudományos intézetek, szervezetek (MÁK, MDOSZ, OGYÉI) nagyobb fokú bevonása már a program tervezésekor;
  - javasolt a szakmai, tudományos szervezetek ajánlásainak figyelembevétele a termék-választék kialakítása során;
  - szükséges a szakmai, tudományos szervezetek ajánlásainak figyelembevétele az információs, edukációs program kialakítása során is;
  - a gyermekek ismereteinek növelése érdekében szükség van arra, hogy a korszerű táplálkozási ajánlások beépítésre kerüljenek a Nemzeti Alaptantervbe.
- A nyomon követés, értékelés területén:
  - javasolt a szakmai, tudományos intézetek (MÁK, MDOSZ, OGYÉI) bevonása a nyomon követési módszerek kialakítására;
  - a tervezés során az LFA módszer használata javasolt, amely javítja a hatékonyságot;
  - szükséges egy hatékony monitoring tevékenység tervezése és rendszeres végrehajtása.

## 2. Bevezetés

### 2.1. Az értékelési jelentés célkitűzése és alkalmazási területe

Az Európai Parlament és a Tanács 1308/2013/EU végrehajtási rendelete két olyan támogatási programról rendelkezett, amelyek célja az oktatási intézményekben tanulók élelmiszerekkel történő ellátásának javítása volt. Az egyik ilyen program a gyerekek gyümölcs-, zöldség-, feldolgozott gyümölcs- és feldolgozott zöldség-, valamint banántermékekhez (iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program), a másik tej és tejtermékekhez való hozzáférését (iskolatej program) segítette. E két programot az Európai Parlament és a Tanács (EU) 2016/791 rendeletével bevezetett egységes „iskolaprogram” váltotta fel, amely a 2017/2018-as tanévtől lépett hatályba.

Az iskolaprogramban való részvétel feltételeként a tagállamoknak a program végrehajtására nemzeti vagy regionális szintű stratégiát kellett kidolgozniuk, amelyet a rendelet értelmében hatévente felül kell vizsgálniuk. Magyarország első Iskolaprogram Stratégiáját a 2017/2018–2021/2022 közötti tanévekre készítette el.

A tagállamok kötelesek értékelni az iskolaprogram végrehajtását, annak hatékonyságát a gyerekek gyümölcs-, zöldség-, tej- és tejtermékfogyasztásának növelésére, valamint az egészséges táplálkozási szokásokkal kapcsolatos ismereteiknek bővítésére irányuló célkitűzések tükrében. Az értékelés eredményeit jelentés formájában kell benyújtaniuk az Európai Bizottsághoz.

### 2.2. Az értékelési eljárás rövid leírása

Az Európai Parlament és a Tanács 1308/2013/EU végrehajtási rendelete alapján, az Iskolaprogram Stratégiában rögzítetteknek megfelelően Magyarországon az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program nyomon követését a mezőgazdasági és vidékfejlesztési támogatási szerv végzi az iskolagyümölcs és iskolazöldség kiszállítására megkötött és jóváhagyott szerződések, valamint a kifizetési kérelmek és azok adminisztratív és helyszíni ellenőrzéseinek adatai alapján.

Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program értékeléséért az Agrárminisztérium (AM) a felelős, amely a feladat elvégzésével harmadik felet (független szakértőt) bízhat meg. Az értékelés magában foglalja az értékelési időszak valamennyi tanévének vizsgálatát, de az értékelés hatékonyságának és megbízhatóságának növelése érdekében részidőszaki értékelések is végezhetők. Az értékelés végrehajtásában szerepet vállalhat a Magyar Zöldség-Gyümölcs Szakmaközi Szervezet és Terméktanács (FruitVeB), az egészségügyi, oktatási, mezőgazdasági hatóságok és tudományos szervezetek.

Az iskolatej program nyomon követését a mezőgazdasági és vidékfejlesztési támogatási szerv végzi az iskolatej kiszállítására megkötött és jóváhagyott szerződések, valamint a kifizetési kérelmek és azok adminisztratív és helyszíni ellenőrzéseinek adatai alapján.

Az iskolatej program vonatkozásában a Bizottság (EU) 2017/40 felhatalmazáson alapuló rendeletének 9. cikkében meghatározott éves nyomon követési jelentés elkészítéséről és megküldéséről a mezőgazdasági és vidékfejlesztési támogatási szerv intézkedik. Az iskolatej program értékelésével az AM független külső szakértőt bízhat meg. Az értékelésben szerepet vállalhat a Tej Szakmaközi Szervezet és Terméktanács (TTT), valamint az egészségügyi, oktatási, mezőgazdasági hatóságok és tudományos szervezetek.

## 3. Módszertani leírás

### 3.1. Értékelési terv és alkalmazott módszerek bemutatása

Az Európai Parlament és a Tanács 1308/2013/EU végrehajtási rendelete 23. cikke (8) bekezdésének megfelelően a tagországok az Iskolaprogram Stratégia minden hatodik évében kötelesek a megelőző öt tanévet átfogó végrehajtási időszak végét követő év március 1-jéig értékelési jelentést benyújtani az Európai Bizottságnak az érintett ötéves időszakról.

E jelentés célja, hogy értékelje az iskolaprogramok működését a 2017/2018. tanévtől a 2021/2022. tanévig bezárólag. Az értékelés célja, hogy mérje és minősítse a programok végrehajtásának hatékonyságát, feltárja a fejlesztési lehetőségeket, és vizsgálja a programok gyerekek egészséges táplálkozásról szóló ismereteire és étkezési szokásaira kifejtett hatását.

Az AM az Agrárközgazdasági Intézet Nonprofit Kft.-t (AKI) bízta meg az értékelési jelentés elkészítésével. A jelentés elkészítéséhez szekunder adatokat és primer kutatási módszereket használtunk. Első lépéseként a program működéséhez kapcsolódó, hozzáférhető hatósági adatokat dolgoztuk fel, elemeztük, illetve a témakörhöz kapcsolódó magyarországi és uniós szakirodalmat tekintettünk át. Ezt követően került sor a primer adatfelvételi módszerek kiválasztására és a részletes módszertan kidolgozására. Az online és személyes megkérdezésem alapuló adatfelvétel egymással párhuzamosan zajlott, következtetéseinket ezek eredményeire alapoztuk.

### 3.2. Értékelési kérdések, értékelési kritériumok és mutatók

A tagállamok által kötelezően benyújtandó értékelési jelentés tartalmi elemeit a Bizottság (EU) 2017/40 felhatalmazáson alapuló rendeletének 9. cikke részletezi, jelen értékelési jelentés e kritériumok szerint készült.

A fentiek szerint kötelezően előírt vizsgálandó témakörök a következők:

- intervenciós logika vagy kapcsolat bemutatása a feltárt szükségletek, a stratégiában meghatározott célkitűzések és az elvégzett tevékenységek között;
- résztvevő iskolák/gyerekek esetében felismerhető főbb mintázatok vagy tendenciák bemutatása;
- iskolák gyümölccsel, zöldséggel, tejjel és tejtermékekkel való ellátása és e termékek kiosztási gyakorlatának, továbbá a friss gyümölcsök és zöldségek, valamint a tej fogyasztásának előnyben részesítésének értékelése;
- kísérő oktatási intézkedések értékelése;
- kommunikációs és tájékoztató tevékenységek értékelése;
- végrehajtásra vonatkozó főbb megállapodások és rendelkezések értékelése;
- élelmezés- és táplálkozás-egészségügyért felelős hatóságok, egyéb hatóságok és magán-szereplők bevonása a program tervezésébe, végrehajtásába, nyomon követésébe és értékelésébe.

Szintén a fent hivatkozott rendelet határozza meg a főbb értékelési kérdéseket, illetve az azokhoz kapcsolódó értékelési mutatókat:

**Értékelési kérdés:** *Milyen mértékben növelte az iskolaprogram a gyerekek teljes gyümölcs-, zöldség-, tej- és tejtermékfogyasztását, összhangban a célzott korcsoport egészséges étrendjére vonatkozó nemzeti ajánlásokkal?*

A kérdéshez kapcsolódó értékelési mutatók:

- a gyerekek közvetlen és közvetett friss gyümölcs- és zöldségfogyasztásának változása (mennyiség és/vagy gyakoriság);
- a gyerekek közvetlen és közvetett tejfogyasztásának változása (mennyiség és/vagy gyakoriság);
- az ajánlott napi gyümölcs- és zöldségfogyasztást elérő gyerekek százalékos arányának változása;
- azon gyerekek százalékos arányának változása, akik teljesítik az élelmezés- és táplálkozás-egészségügyért felelős nemzeti hatóságok ajánlásait a tej és más, hozzáadott cukrot, ízesítőt, gyümölcsöt, dióféléket vagy kakaót nem tartalmazó tejtermékek napi bevitelére vonatkozóan, összhangban a célzott korcsoportra vonatkozóan nemzeti szinten ajánlott zsír- és nátriumbevitellel.

**Értékelési kérdés:** *Milyen mértékben bővítette az iskolaprogram a gyerekek ismereteit az egészséges táplálkozási szokásokról?*

A kérdéshez kapcsolódó értékelési mutatók:

- a gyerekek fogyasztási szokásainak változása a gyümölcsök, zöldségek, tej és tejtermékek tekintetében, összhangban a célzott korosztály egészséges étrendjére vonatkozó nemzeti ajánlásokkal;
- gyerekek ismereteinek változása arra vonatkozóan, mennyire egészséges friss gyümölcsöt és zöldségeket, tejet és a hozzáadott cukrot, ízesítőt, gyümölcsöt, dióféléket vagy kakaót nem tartalmazó tejtermékeket fogyasztani, összhangban a célzott korcsoportra vonatkozóan nemzeti szinten ajánlott zsír- és nátriumbevitellel.

### 3.3. Adatforrások és adatgyűjtési technikák bemutatása

Az értékelés során részben szekunder adatokra, részben primer kutatás keretében gyűjtött adatokra, információkra támaszkodtunk.

Munkánk egyik kiindulási alapja volt Magyarország 2017/2018–2022/2023 közötti tanévekre<sup>1</sup> kidolgozott Iskolaprogram Stratégiája (ennek legfontosabb részei kivonatát ld. a 12. mellékletben), amely részletesen bemutatja a kiindulási állapotot, a célokat, valamint a hatás-, eredmény- és kimeneti indikátorokat. Az intervenciók logika ismertetéséhez az Iskolaprogram Stratégia nyújtott segítséget.

Szinten gazdag forrásnak bizonyult a Magyar Államkincstár (MÁK) adatbázisa, amelyből a vizsgált időszakra vonatkozóan fontos adatokat nyertünk ki, így például a programban résztvevő iskolák száma és területi elhelyezkedésük, a kedvezményezett tanulók száma, a kiosztott termékek köre, a kiosztások gyakorisága, a beszállítók száma és területi elhelyezkedésük. A MÁK adatainak feldolgozása, vizualizációja szemléletes összefüggések feltárására adott lehetőséget.

A program kedvezményezettjei, az oktatási intézményekbe járó, különböző korú gyerekek táplálkozási szokásairól, egészségtudatos táplálkozással kapcsolatos ismereteiről nem álltak rendelkezésünkre külön e célból gyűjtött monitoring adatok, ezért több esetben támaszkodtunk tudományos publikációkban közölt, egyéb felmérések keretében gyűjtött adatokra, információkra. Az értékelés során felhasznált szakirodalmakat az 1. táblázatban foglaltuk össze.

<sup>1</sup> <https://docplayer.hu/108302867-Magyarország-iskolaprogram-strategiaja-2017-2023-tanev-modositott.html>

1. táblázat: **Magyarországon készült felmérések a gyerekek táplálkozási szokásairól, 2014–2020**

Felmérést végezte	Mikor	Korosztály	Mintavétel	Válaszok száma	Módszer	Mit vizsgált
Semmelweis Egyetem, Népegészségtan Intézet (Besenyei et al. 2014)	2014	7. 8 osztály	3 iskolában (Budapest VII. kerületi, kelet-magyarországi városi és községi általános iskola)	122 fő	33 kérdéses kérdőívet önállóan, anonim módon töltötték ki osztályfőnöki óra keretében.	táplálkozási, mozgási és szabadidő-eltöltési szokásainak
MDOSZ- Nestlé Hungária Kft. (Kiss Tóth, 2014 a,b; )	2014 2020	4–6 évesek és 7–10 évesek	Budapesti és kecskeméti óvodák és iskolák	862 fő (kérdőív) és 860 (napló)	kérdőív és 3 napos táplálkozási napló	táplálkozási szokások (reggelizés) és fizikai aktivitás mérése
OGYÉI COSI vizsgálat	2010 2016 2019 2022	6-8 évesek	Országosan általános iskolák	2800 fő	szülői kérdőív	tápláltsági vizsgálat
HBSC felmérés WHO-ELTE	2010 2014 2018 2022	5., a 7., a 9. és 11. évfolyamos diákok	Országos reprezentatív, általános iskolák	6000 fő	névtelenül, önkéntesen szülői beleegyezéssel kérdőívek kitöltése	egészséget befolyásoló szokások
Takács H. (2020)	2015/16 2016/17	6. és 7. osztályos tanulók	Budaörs	229 fő	kérdőív osztályfőnöki óra keretében	táplálkozási szokások, tápláltsági állapot, fittség
GYERE program MDOSZ Kubányi (2021)	2018 2020	6-12 éves	Diósgyőr, Szerencs, Dunaharaszti	688 és 596 fő	kérdőív szülői beleegyezéssel	egészséges életmód
TÉT Platform megbízásából az MDOSZ, az Insight Lab Kft., valamint a Nutri Comp Bt. végezte	2016 2017	11–18 éves fiatalok	Budapesten és négy régió nagyvárosaiban	803 fő	vizsgálat, 3 napos táplálkozási napló felvétele és kérdőív lekérdezése	1–18 éves fiatalok életmódjának megismerése, a táplálkozási szokások és ismeretek

Forrás: Az AKI Élelmiszerlánc-kutatás Osztályán készült összeállítás



A gyerekek táplálkozási szokásairól Magyarországon jellemzően 2014 körül készültek felmérések. Ezek táplálkozási (reggelizés), a szabadidőtöltési és az egészséget befolyásoló szokásaik, valamint életvitelük megismerésére, egészséges életmóddal kapcsolatos tudásuk feltérképezésére, továbbá tápláltságuk vizsgálatára, fizikai aktivitásuk és fittségük mérésére fókuszáltak. A legfrissebb, 2022. évi vizsgálatok eredményei elemzésünk elkészítésekor még nem álltak rendelkezésre.

A 4–10 éves (óvodás és alsó tagozatos) és a 11–18 éves (felső tagozatos és középiskolás) gyerekek körében jellemzően külön kutatások folytak, kivéve az országosan reprezentatív nemzetközi felméréseket, amelyek szélesebb korosztályt fednek le. A nemzetközi felmérések keretében az OGYÉI (COSI-felmérés) és az ELTE (HBSC-felmérés) végez ismétlődő, nagy elemszámú (2800 és 6000 fő) kutatást a gyerekek körében.

A mintavétel helyszínei jellemzően a fővárosi és vidéki városi iskolák; a községi iskolák felmérése kevésbé jellemző, de itt is kivételt képeznek a nemzetközi kutatások, amelyek szélesebb kört fednek le. Az iskolákban a gyerekekkel és/vagy a szülőkkel többnyire kérdőíves felmérések (122–860 fő) készültek, ezeket kiegészítette a Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége (MDOSZ) vizsgálata, amelynek keretében háromnapos táplálkozási napló vezetését is kérték a résztvevőktől.

E felméréseken kívül az általános táplálkozási tendenciák ismertetésénél a KSH fogyasztási adataira támaszkodtunk.

A programhoz kapcsolódó tájékoztató kampány bemutatásához felhasználtuk az OGYÉI honlapján elérhető ajánlásokat, szakmai anyagokat. További hasznos szakirodalomként szolgáltak a témában korábban készített értékelések, háttéranyagok.

A legtöbb értékelési kérdés megválaszolásához új adatfelvételre volt szükség, ezért munkánk során számos primer kutatási módszert alkalmaztunk.

Szakértői mélyinterjút készítettünk a FruitVeB és a TTT vezetőivel, valamint a MDOSZ szakértőjével. A szakmaközi szervezetekkel folytatott konzultációk segítettek feltárni a program működésével kapcsolatos tapasztalatokat a beszállítók szemszögéből. A mélyinterjúk eredményeit részben az értékelési kérdések megválaszolásához használtuk, teljes leiratuk az 5., 6. és 7. mellékletekben olvasható.

A kedvezményezettek véleményét, táplálkozási szokásaikat, az egészséges táplálkozással kapcsolatos ismereteiket fókuszcsoportos interjúk keretében mértük fel, ami lehetővé tette a tanulók benyomásainak, tudásszintjének közvetlen megismerését. A program célcsoportja hivatalosan az óvodás korú gyerekek, a köznevelési intézményekben tanuló 1–6. osztályos, illetve nyelvi előkészítőbe járó 9. évfolyamos diákok. Mivel az első korcsoport még túl fiatal, a 9. évfolyamos tanulók pedig a MÁK adatai szerint nem vettek részt a programban, primer kutatásunk során négy általános iskolát kerestünk fel, amelyeket igyekeztünk úgy kiválasztani, hogy az ország különböző településtípusait, illetve térségeit reprezentálják. A kiválasztott intézmények közül kettő községi iskola volt, az egyik Nógrád, a másik Csongrád-Csanád vármegyéből, ezeken kívül egy kisvárosi és egy fővárosi általános iskolát látogattunk meg. Olyan intézményeket céloztunk meg, ahol mind iskola-gyümölcs-, mind iskolatej program működött a vizsgált időszakban, illetve alsó és felső tagozaton is folyik oktatás. Utóbbi szempont azért volt fontos, mert az adatfelvétel minden iskola esetében két-két, egy alsós (3–4. évfolyam), illetve egy felsős (5–6. évfolyam) osztályban történt. Ennél fiatalabb korcsoportokban nem tartottuk célszerűnek a kutatás lebonyolítását, egyrészt, mert nem láttuk biztosítva, hogy az alacsonyabb évfolyamokon, illetve az óvodákban a fókuszcsoportos foglalkozás szabályait megértenék a résztvevők, illetve az új Nemzeti Alaptanterv (NAT) szerint az általános iskola 1. és 2. évfolyamán már nincs környezetismeret oktatás, ahol az egészséges táplálkozásról tanulhatnának a gyerekek. A fókuszcsoportos interjúk lefolytatására 2023. február 7. és 2023. február 9. között került sor. A foglalkozások során 151 tanuló véleményét gyűjtöttük össze.

A fókuszcsoportos vizsgálat elsősorban a gyerekek egészséges táplálkozásról szóló ismereteire, étkezési szokásaira és a programmal kapcsolatos jó és rossz tapasztalataikra irányult. Mivel az értékelési időszak elejéről kevesebb információval rendelkezünk, az étkezési szokások változását úgy próbáltuk feltérképezni, hogy a tanulók néhány évvel korábbi szokásaira is rákérdeztünk. A fókuszcsoportos foglalkozások során feltett kérdéseket az 1. melléklet tartalmazza. Az adatfelvétel eredményeit részben az értékelési kérdések megválaszolásához használtuk fel, de a fókuszcsoportos foglalkozások eredményeiről részletesen a 8. mellékletben is beszámolunk.

A fókuszcsoportos foglalkozásokkal párhuzamosan a szaktanárokkal, osztályfőnökkel is készítettünk mélyinterjút, szám szerint nyolcat (az interjú kérdéseit a 2. melléklet tartalmazza), ezen kívül a négy kiválasztott iskola vezetőivel is elbeszélgettünk a program működéséről, tapasztalataikról, egészségnevelési oktatási programjaikról. Az intézményvezetői interjú kérdéseit a 3. melléklet foglalja magában, az interjúk részletes leiratai pedig a 9. és 10. mellékletben olvashatók.

A fentiekén kívül az érintett gyerekek szülei körében kérdőíves felmérést (ld. 4. melléklet) végeztünk. A kérdőívet online felületen lehetett kitölteni 2023. február 3. és 2023. február 13. között. Az erről szóló felhívást és a kérdőív linkjét a közösségi médiában (Facebook, Instagram) terjesztettük. Az online kitöltés jellegzetességei miatt nagyon rövid, lényegre törő, három-négy perc alatt kitölthető kérdőívet szerkesztettünk, így az ezekből nyert információk nem terjednek ki minden részletre a program értékelésével kapcsolatosan, de jól kiegészítik az egyéb primer adatgyűjtések eredményeit. A kitöltés időszaka alatt 433 válasz érkezett be, ezeket az SPSS statisztikai elemzőprogram segítségével értékeltük ki. A viszonylag kis elemszám miatt elsősorban egyszerű leíró statisztikával (gyakoriság, átlagok, kereszt táblák) elemeztük a kapott válaszokat. A kérdőíves felmérés eredményeit részben az értékelési kérdések megválaszolásához használtuk, de a teljes kiértékelés egyben is olvasható a 11. mellékletben.

### 3.4. Esetleges korlátok és megoldások

Az értékelés legfőbb korlátja, hogy a vizsgált időszak elején nem történt meg az értékelési mutatók bázisadatainak felvételezése, ezért a változások méréséhez más forrásból származó, szekunder adatokból kellett kiindulnunk. Ezek részben különbözhetnek a 2023 februárjában gyűjtött primer adatok tartalmától, ezért nem minden esetben volt lehetőségünk a pontos összehasonlítására.

Részben a fenti probléma kiküszöbölésére a tanulók körében végzett fókuszcsoportos interjúk során a múltbeli szokásokra is rákérdeztünk, de ezen információk megbízhatósága nem megkérdőjelezhetetlen.

A program fő kedvezményezettjeinek fogyasztási szokásairól, motivációjáról, ismereteiről közvetlenül az ő megkérdezésükkel alkothatunk képet. Ezt azonban nagyban nehezíti a célcsoport fiatal kora, amit úgy igyekeztünk áthidalni, hogy inkább az idősebb korosztály (3–6. osztályos gyerekek) körében vizsgálódtunk, így kutatásunkból kimaradtak a legfiatalabbak (óvodás korú és 1–2. osztályos gyerekek).

## 4. Az iskolaprogram működésének értékelése

### 4.1. Intervenciós logika vagy kapcsolat bemutatása a feltárt szükségletek, a stratégiában meghatározott célkitűzések és az elvégzett tevékenységek között

#### 4.1.1. Beavatkozási (intervenciós) logika, mint logikai keretmátrixelem

A logikai keretmátrix módszer<sup>2</sup> (*Logical Framework Approach, LFA*) a célok világos meghatározásával és hierarchikus besorolásával már a programok logikai struktúrájának kialakítása során lehetőséget ad a programtervek belső logikájának ellenőrzésére. Ezáltal biztosítja azt, hogy a tevékenységek, eredmények és célok kapcsolódjanak egymáshoz. A logikai keretmátrix módszert követve azonban nem kerülhetők ki a program megvalósíthatóságát befolyásoló kritikus feltételek és kockázati tényezők azonosítása, továbbá a program nyomon követéséhez és értékeléséhez szükséges mutatók és információk forrásainak meghatározása.

Az intervenciós (azaz beavatkozási) logika alatt tulajdonképpen a fejlesztések és a programok alapjául szolgáló stratégiát, a projektektől/tevékenységektől az átfogó célokig vezető hatásmechanizmust értjük. Gyakorlatilag azonos a céljában a stratégia elemzés során lehatárolt különböző szintű célokkal. Egy logikai keretmátrixban az intervenciós logikán, vagyis annak egyes szintjein keresztül történik a program leírása, tehát ez adja a mátrix első oszlopát (Ex Ante Tanácsadó Iroda, 2005).

Az iskolagyümölcs- és iskolazöltség-program, valamint az iskolatej program intervenciós logikájának összeállításához a 2017/2018–2022/2023 közötti Iskolaprogram Stratégiát vettük alapul. Jóllehet, a stratégia a szükségletek azonosításán keresztül, az általános (stratégiai) célon és az általános célkitűzéseken felül kitér hatás-, eredmény- és kimeneti indikátorokra, a táblázatokban kizárólag az intervenciós logikai elemeket rendszereztük.

Így az iskolagyümölcs- és iskolazöltség-program intervenciós logikai táblájában (2. táblázat)

- hosszú távú hatásként, általános (stratégiai) célként 3 elemet definiáltunk (CELSTR),
- a program közvetlen céljaként 5 elemet (CELKOZ),
- a program végrehajtásától várt közvetlen eredményként 2 elemet (ERED) és
- a program keretében indítandó tevékenységként 2 elemet neveztünk meg (TEV).

**Észrevételek:** Az iskolagyümölcs- és iskolazöltség-program közvetlen céljai láthatóan igyekeznek támogatni a stratégiai célokat. Némelyik túl ambiciózusnak minősíthető (CELKOZ2), illetve vannak, amelyeket indikátoron keresztül csak nehezen (CELKOZ1) vagy egyáltalán nem lehet mérni (CELKOZ5). A stratégiai célokat szem előtt tartva úgy gondoljuk, hogy a program végrehajtásától várt eredmények célértékei nagyobb lefedettséget is megcélozhatnának (ERED1), különösen a kísérő intézkedések várható eredményeit illetően (ERED2). Átgondolásra javasoljuk, hogy az eredményekben megnevezett köznevelési intézményszám (ERED1) helyett érdemes az adatbázisokból például a *feladatellátási helyek száma* indikátort választani és így a végrehajtás közvetlen

<sup>2</sup> A kiemelt fejlesztéseknek és a komplex programoknak már az előkészítése és a tervezése során is szívesen alkalmazzák a logikai keretmátrix módszert. E stratégia-alkotási és -tervezési logika garantálja, hogy 1) a beavatkozások, intézkedések valós problémákra épülnek, 2) a célok strukturáltak és egymásra épülnek, 3) a programok mérhető (input-, output-, eredmény- és hatásindikátorok által), ami megalapozza a program későbbi monitoringját, az eredmények és hatások ellenőrizhetőségét; 4) a kockázatok és előfeltételek (pl. más ágazati programok kapcsolódó elemeinek hiánya vagy léte) felmérését, 5) mindezek alapján a program következetességét, belső koherenciáját (Ex Ante Tanácsadó Iroda, 2005).

eredményénél is azt feltüntetni. A TEV2 megnevezése pontosítandó, mert nincs objektíven ellenőrizhető indikátora a duplikálódások miatt.

Az iskolatej program intervenciós logikai táblájának összeállításakor (3. táblázat)

- hosszú távú hatásként, általános (stratégiai) célként 4 elemet definiáltunk (CELSTR),
- a program közvetlen céljaként 2 elemet határoztunk meg (CELKOZ),
- a program végrehajtásától várt közvetlen eredményként 7 elemet definiáltunk (ERED),
- a program keretében indítandó tevékenységként 3 elemet nevezünk meg (TEV).

**Észrevételek:** Az iskolatej program közvetlen céljai is igyekeznek támogatni a stratégiai célokat. Helyenként (CELKOZ2) viszont nem szerepel a „kísérő intézkedések segítségével” megnevezés, ugyanakkor a program végrehajtását követően várt közvetlen eredményeknél utalás történik rá (ERED4–7). A pontatlan meghatározása miatt javítandó a CELKOZ2 célérték, ugyanis nehéz objektíven ellenőrizhető indikátort társítani hozzá. A program végrehajtásától várt eredmények célértékei nagyobb lefedettséget is megcélozhatnának (ERED1, ERED2, ERED3), különösen a kísérő intézkedések várható eredményeit illetően (ERED4-6). Nehezen ellenőrizhetőnek ítéljük az ERED7 indikátort. A program keretében indított TEV2 tevékenység szélesebb kört is érinthetne, különösen a TEV3 tevékenység esetében.

**Javaslat:** Tekintettel arra, hogy a 2023-as évben új tervezési és költségvetési időszak következik az EU iskolagyümölcs- és iskolazöltség-program, illetve iskolatej program esetében, javasoljuk, hogy a tervezés a logikai keretmátrix módszerrel (LFA) történjen. Az LFA alapú elemzés problémaorientált, strukturált és jó kiegészíti a szöveges helyzetleírásokat.

A logikai keretmátrix 4×4-es táblázata olyan kérdésekre fog választ adni, mint hogy (1) miért kerül végrehajtásra a program (beavatkozási logika); (2) mit szeretne elérni a program (beavatkozási logika és indikátorok); (3) ezt hogyan tervezi elérni a program (projektek/tevékenységek, eszközök); (4) milyen külső tényezőket kell figyelembe venni (feltételek); és (5) hol találjuk meg a program nyomon követéséhez, értékeléséhez szükséges információkat (indikátorok forrásai). Mindennek idő- és humán erőforrás-igénye várhatóan jelentős, viszont az indikátorok adatbázisának kiépítésével a későbbi években a monitoring áttekinthetőbb és gyorsabban elvégezhető lesz.

2. táblázat: **Intervenciós logika a magyarországi iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program logikai keretmátrixában (2017/2018–2021/2022)**

Megnevezés	Kódnév	Intervenciós logika
Hosszú távú hatások, általános (stratégiai) célok (CELSTR)	CELSTR1	Gyerekek zöldség- és gyümölcsfogyasztásának hosszú távon történő növelése, étkezési szokásaik megváltoztatása a túlsúly és az elhízás elleni küzdelem érdekében.
	CELSTR2	Elhízás gyakoriságának csökkentése, és így azon egészségügyi problémák kockázatának visszaszorítása (mint például a szív- és érrendszeri megbetegedések és a 2-es típusú cukorbetegség), amelyek kialakulását elősegíti az elhízást.
	CELSTR3	Termelői jövedelmek stabilizálása az iskolaprogramok által kiváltott zöldség- és gyümölcsfogyasztás növekedése, illetve a zöldségek és gyümölcsök iránti kereslet emelkedése révén.
Program közvetlen célja (CELKOZ)	CELKOZ1	Friss gyümölcsök és zöldségek, valamint gyümölcs- és zöldséglevelek hozzáférhetőségének növelése az iskolákban. Célérték: gyerekek napi zöldség- és gyümölcsfogyasztása elérje a 290 g/fő mennyiséget.
	CELKOZ2	Iskolás gyerekek ösztönzése, hogy több friss zöldséget, gyümölcsöt és gyümölcslevet kérjenek szüleiktől otthoni és iskolai fogyasztásra egyaránt. Célérték: Átlagosan legalább heti 3 adag szülőktől kapott termék elfogyasztása az iskolában és heti 10 adag otthoni fogyasztás keretében.
	CELKOZ3	Csökkentése azon 6–12 éves gyerekek arányának, akik még heti rendszerességgel sem fogyasztanak zöldséget, gyümölcsöt. Célérték: 5 százalékra kell visszaszorítani azon 5–11. évfolyamos tanulók arányát, akik heti gyakorisággal sem esznek gyümölcsöt, és 7 százalékra csökkenteni azokat, akik heti gyakorisággal sem esznek zöldséget.
	CELKOZ4	Növelése azon gyerekek arányának, akik naponta egynél többször fogyasztanak zöldséget vagy gyümölcsöt. Célérték: 45 százalékra kell emelni azon 5–11. évfolyamos tanulók arányát, akik legalább napi gyakorisággal fogyasztanak gyümölcsöt és 40 százalékra emelni azokat, akik napi gyakorisággal fogyasztanak zöldséget.
	CELKOZ5	Kísérő intézkedések segítségével növelni azon gyerekek arányát, akik valóban el is fogyasztják az iskolában vagy az otthon kapott gyümölcsöt. Célérték: 75 százalékra kell emelni azoknak a tanulónak az arányát, akik mindig vagy legtöbbször megeszik a kapott gyümölcsöt, zöldséget, és 85 százalékra azoknak az arányát, akik mindig vagy legtöbbször megisszák a kapott gyümölcslevet.
Program végrehajtásától várt közvetlen eredmények (ERED)	ERED1	Tanévenként 572,4 ezer gyerek és 2350 köznevelési intézmény részvétele az iskolaprogramban, valamint 53,8 millió adag kiosztása. Egy iskolás gyerek 94 adagot kap tanévenként.
	ERED2	572,4 ezer gyerek részvétele kísérő oktatási intézkedésekben.
A program keretében indítandó tevékenységek (TEV)	TEV1	Általános iskola 1–6. évfolyamával rendelkező köznevelési intézmények 99 százalékának bevonása a programba, és ezáltal a célcsoport 98 százalékának bevonása.
	TEV2	Célcsoport 98 százalékának bevonása a kísérő oktatási intézkedésekbe.

Forrás: AKI Élelmiszerlánc-kutatási Osztály összeállítása a Magyarország Iskolaprogram Stratégiája (2017/2018–2022/2023) alapján

3. táblázat: **Intervenciós logika a magyarországi iskolatej program stratégiájában azonosítható programcélok alapján**

Megnevezés	Kódnév	Intervenciós logika
Hosszú távú hatások, általános (stratégiai) célok (CELSTR)	CELSTR1	Jó minőségű, egészséges élelmiszerek – tej- és tejtermékek – gyártásának és fogyasztásának ösztönzése.
	CELSTR2	Óvodás és általános iskolás korosztályú gyerekek tej- és tejtermék fogyasztási szintjének hosszú távon növelése, valamint a gyerekek ismeretének bővítése a tejről és a különböző tejtermékekről.
	CELSTR3	Tej- és a tejtermékek fogyasztási szintjének emelése révén a termelői jövedelmek stabilizálása.
	CELSTR4	Gyerekek egészséges életmódhoz kötődő nevelése. Egészséges táplálkozási szokások kialakítása, gondolkodás és szemléletformálás mellett, a gyerekek egészségi állapotának és életminőségének javítása.
Program közvetlen célja (CELKOZ)	CELKOZ1	Tej-, és tejtermékfogyasztás arányának növelése az óvodás és általános iskolás korosztályú gyerekek élelmiszer fogyasztásában. Célérték: Gyerekek tej és tejtermék fogyasztásának 5 százalékos növekedése 2023-ig (bázisév: 2016)
	CELKOZ2	Óvodás és általános iskolás korosztályú gyerekek ismeretének növelése az egészséges életmódról/étkezési szokásokról, a különböző tej-, és tejtermékekről, hozzájárulva az egészséges táplálkozási szokások kialakításához. Célérték: Óvodás és általános iskolás korosztályú gyerekek étkezési szokásainak változása.
Program végrehajtásától várt közvetlen eredmények (ERED)	ERED1	Iskolatej program keretében ellátott tanulók száma eléri éves szinten az 500 000 főt.
	ERED2	Iskolatej program megvalósításában résztvevő oktatási intézmények száma eléri éves szinten az 1500-at.
	ERED3	Iskolatej program keretében kiosztott termékek tejegyenértékben számított mennyisége eléri éves szinten az 1,1 millió litert.
	ERED4	Kísérő intézkedésekbe bevont óvodások és általános iskolások száma eléri a 200 000 főt.
	ERED5	Kísérő intézkedésekbe bevont szülők száma eléri az 50 000 főt.
	ERED6	Kísérő intézkedésekbe bevont oktatók száma eléri a 10 000 főt.
	ERED7	Iskolatej programban résztvevő gyerekek 80 százaléka a tej és tejtermékek legalább 2 egészséges tulajdonságát fel tudja sorolni.
A program keretében indítandó tevékenységek (TEV)	TEV1	Óvodai nevelésben részesülő gyerekek 4 százalékának bevonása az iskolatej programba.
	TEV2	Általános iskolai tanulók 55 százalékának bevonása az iskolatej programba.
	TEV3	Óvodások és általános iskolai oktatásban részesülők 20 százalékának bevonása a kísérő intézkedésekbe.

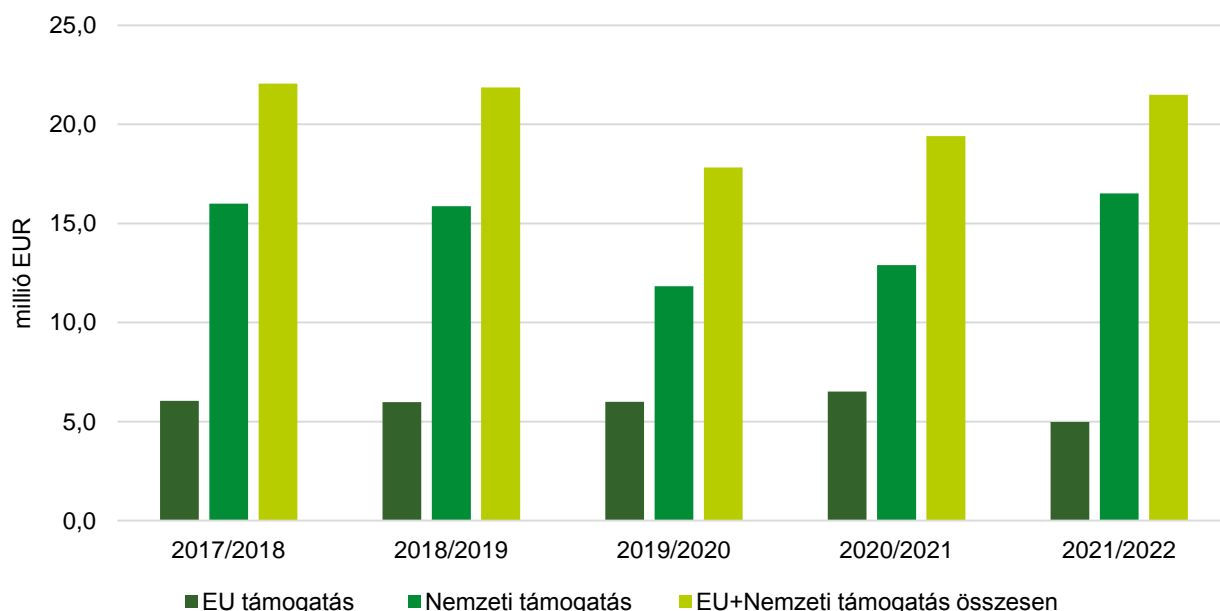
Forrás: AKI Élelmiszerlánc-kutatási Osztály összeállítása a Magyarország Iskolaprogram Stratégiája (2017/2018–2022/2023) alapján



## 4.2. Az iskolaprogramokhoz kapcsolódóan kifizetett támogatási összegek alakulása, 2017/2018–2021/2022

A vizsgált öt tanévben az iskolaprogramokhoz kapcsolódóan éves szinten 17,8 és 22,0 millió euró között mozgott a kifizetett támogatások összege (nemzeti és EU támogatás együtt), amin belül az EU hozzájárulása tanévtől függően 23,2–33,6 százalékot tett ki (1. ábra). Az iskolaprogramokon belül az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program használta fel a kifizetett támogatások kisebb hányadát (41,0–45,7 százalékát), míg a nagyobb hányad (54,3–59,0 százalék) az iskolatej programra jutott.

1. ábra: **Az iskolaprogramok keretében a termékek szállítási/forgalmazási költségeihez kapcsolódóan kifizetett támogatások összege Magyarországon, 2017/2018–2021/2022**



Forrás: Annual monitoring reports

Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programra folyósított támogatások nagysága (nemzeti és EU támogatás együtt) éves szinten 8,0 és 9,2 millió euró között alakult. Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program két termék kategóriája a friss termékek, valamint a feldolgozott termékek. A kifizetett támogatási összegek (nemzeti és EU támogatás együtt) alapján a friss termékek részaránya 54,4 százalékról 61,1 százalékra nőtt, míg a feldolgozott termékek részaránya 45,6 százalékról 38,9 százalékra csökkent a vizsgált öt tanévben (4. táblázat).

4. táblázat: **Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program keretében a termékek szállítási/forgalmazási költségeihez kapcsolódóan kifizetett támogatások összege Magyarországon, 2017/2018–2021/2022**

Megnevezés	M.e.	2017/2018	2018/2019	2019/2020	2020/2021	2021/2022
<b>EU támogatás</b>	<b>EUR</b>	<b>3 906 914</b>	<b>3 876 774</b>	<b>4 115 191</b>	<b>3 886 201</b>	<b>3 112 572</b>
Friss termékek	EUR	2 143 494	2 336 402	2 418 025	2 386 552	1 927 410
Feldolgozott termékek	EUR	1 763 420	1 540 372	1 697 166	1 499 649	1 185 162
<b>Nemzeti támogatás</b>	<b>EUR</b>	<b>5 131 158</b>	<b>5 355 862</b>	<b>4 024 210</b>	<b>4 102 270</b>	<b>5 744 681</b>
Friss termékek	EUR	2 769 225	3 157 459	2 487 350	2 672 509	3 482 669
Feldolgozott termékek	EUR	2 361 933	2 198 403	1 536 860	1 429 761	2 262 012
<b>EU és Nemzeti támogatás összesen</b>	<b>EUR</b>	<b>9 038 072</b>	<b>9 232 636</b>	<b>8 139 401</b>	<b>7 988 471</b>	<b>8 857 253</b>
Friss termékek	EUR	4 912 719	5 493 861	4 905 375	5 059 061	5 410 079
Feldolgozott termékek	EUR	4 125 353	3 738 775	3 234 026	2 929 410	3 447 174

Forrás: Annual monitoring reports

Az iskolatej programra kifizetett támogatások nagysága (nemzeti és EU támogatás együtt) éves szinten 9,7 és 13,0 millió euró között ingadozott a 2017/2018-as és a 2021/2022-es tanév között. A támogatások legnagyobb hányadát, 56,8–62,7 százalékát az ízesített tejtermékekre fordították, majd a folyadéktej következett 25,7–30,0 százalékos részaránnyal, megelőzve a 10,7–14,6 százalékos részarányt kihalásos sajt, túró, joghurt és egyéb tejtermékek csoportját (5. táblázat).

5. táblázat: **Az iskolatej program keretében a termékek szállítási/forgalmazási költségeihez kapcsolódóan kifizetett támogatások összege Magyarországon, 2017/2018-2021/2022**

Megnevezés	M.e.	2017/2018	2018/2019	2019/2020	2020/2021	2021/2022
<b>EU támogatás</b>	<b>EUR</b>	<b>2 141 821</b>	<b>2 101 190</b>	<b>1 875 818</b>	<b>2 624 853</b>	<b>1 864 327</b>
Folyadéktej és laktózmentes változatok	EUR	779 088	705 682	679 959	934 482	703 383
Sajt, túró, joghurt és egyéb tejtermékek hozzáadott ízesítés, gyümölcs, diófélék vagy kakaó nélkül	EUR	268 234	230 066	185 201	222 406	179 965
Tejtermékek hozzáadott ízesítéssel, gyümölccsel, diófélékkel vagy kakaóval	EUR	1 094 499	1 165 442	1 010 658	1 467 965	980 979
<b>Nemzeti támogatás</b>	<b>EUR</b>	<b>10 868 455</b>	<b>10 519 353</b>	<b>7 811 218</b>	<b>8 785 563</b>	<b>10 764 821</b>
Folyadéktej és laktózmentes változatok	EUR	2 935 653	2 538 332	1 905 055	2 094 404	3 083 266
Sajt, túró, joghurt és egyéb tejtermékek hozzáadott ízesítés, gyümölcs, diófélék vagy kakaó nélkül	EUR	1 633 613	1 472 033	1 134 763	1 000 660	1 287 918
Tejtermékek hozzáadott ízesítéssel, gyümölccsel, diófélékkel vagy kakaóval	EUR	6 299 189	6 508 988	4 771 400	5 690 499	6 393 637
<b>EU és Nemzeti támogatás összesen</b>	<b>EUR</b>	<b>13 010 276</b>	<b>12 620 543</b>	<b>9 687 036</b>	<b>11 410 416</b>	<b>12 629 148</b>
Folyadéktej és laktózmentes változatok	EUR	3 714 741	3 244 014	2 585 014	3 028 886	3 786 649
Sajt, túró, joghurt és egyéb tejtermékek hozzáadott ízesítés, gyümölcs, diófélék vagy kakaó nélkül	EUR	1 901 847	1 702 099	1 319 964	1 223 066	1 467 883
Tejtermékek hozzáadott ízesítéssel, gyümölccsel, diófélékkel vagy kakaóval	EUR	7 393 688	7 674 430	5 782 058	7 158 464	7 374 616

Forrás: Annual monitoring reports

Az oktatási intézkedések kiadásaihoz kapcsolódóan az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programon belül tanévtől függően 343,2–459,6 ezer euró támogatást fizettek ki. Ez az intézkedés kizárólag nemzeti forrásból került finanszírozásra (6. táblázat).

6. táblázat: **Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program keretében az oktatási intézkedések kiadásaihoz kapcsolódóan kifizetett támogatások összege Magyarországon, 2017/2018–2021/2022**

Megnevezés	M.e.	2017/2018	2018/2019	2019/2020	2020/2021	2021/2022
EU támogatás összesen	EUR	0	0	0	0	0
Nemzeti támogatás	EUR	459 563	448 812	393 111	343 228	350 457
<b>EU és Nemzeti támogatás összesen</b>	<b>EUR</b>	<b>459 563</b>	<b>448 812</b>	<b>393 111</b>	<b>343 228</b>	<b>350 457</b>

Forrás: Annual monitoring reports

A vizsgált időszakban az oktatási intézkedések kiadásaihoz kapcsolódóan az iskolatej programon belül nem történt támogatáskifizetés. Továbbá a tájékoztató, nyomon követési és értékelési kiadásokhoz kapcsolódóan sem az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programon, sem az iskolatej programon belül nem volt támogatáskifizetés.

### 4.3. Résztvevő iskolák/gyerekek esetében felismerhető főbb mintázatok vagy tendenciák bemutatása

Az iskolaprogramokban részt vevő gyerekek száma stabilnak mondható: a vizsgált ötéves időszakban számuk tanévtől függően 664,7 ezer és 683,6 ezer fő között alakult. A gyerekek 96,2–97,9 százaléka általános iskolába járt, a maradék 2–4 százaléknál gyerekek óvodásként vettek részt az iskolaprogramokban. A középiskolás korosztály sem az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programban, sem az iskolatej programban nem volt érintett (7. táblázat).

7. táblázat: **Az iskolaprogramokban résztvevő gyerekek száma Magyarországon, 2017/2018–2021/2022**

Megnevezés	M.e.	2017/2018	2018/2019	2019/2020	2020/2021	2021/2022
Óvodások	fő	14 560	18 050	23 979	25 232	22 540
Általános iskolások	fő	669 037	649 783	640 724	641 261	640 561
Középiskolások	fő	0	0	0	0	0
<b>Összesen</b>	<b>fő</b>	<b>683 597</b>	<b>667 833</b>	<b>664 703</b>	<b>666 493</b>	<b>663 101</b>

Forrás: Annual monitoring reports

Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programban kizárólag általános iskolások vettek részt, számuk éves szinten 533,8 ezer és 557,3 ezer fő között mozgott (8. táblázat).

8. táblázat: **Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programban résztvevő gyerekek száma Magyarországon, 2017/2018–2021/2022**

Megnevezés	M.e.	2017/2018	2018/2019	2019/2020	2020/2021	2021/2022
Óvodások	fő	0	0	0	0	0
Általános iskolások	fő	557 298	546 703	535 991	533 822	535 425
Középiskolások	fő	0	0	0	0	0
<b>Összesen</b>	<b>fő</b>	<b>557 298</b>	<b>546 703</b>	<b>535 991</b>	<b>533 822</b>	<b>535 425</b>

Forrás: Annual monitoring reports

## AZ ISKOLAPROGRAMOK ÉRTÉKELÉSI JELENTÉSE

Az iskolatej programban részt vevő 432,2–446,6 ezer gyerekből 14,6–25,2 ezer gyerek óvodás-ként kapott tejet és tejtermékeket (9. táblázat). Az iskolatej program éves szinten 88,8–120,4 ezerrel kevesebb gyereket ért el összehasonlítva az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programmal.

9. táblázat: **Az iskolatej programban résztvevő gyerekek száma Magyarországon, 2017/2018–2021/2022**

Megnevezés	M.e.	2017/2018	2018/2019	2019/2020	2020/2021	2021/2022
Óvodások	fő	14 560	18 050	23 979	25 232	22 540
Általános iskolások	fő	422 293	414 102	411 217	415 813	424 088
Középiskolások	fő	0	0	0	0	0
<b>Összesen</b>	<b>fő</b>	<b>436 853</b>	<b>432 152</b>	<b>435 196</b>	<b>441 045</b>	<b>446 628</b>

Forrás: Annual monitoring reports

Az iskolaprogramok célcsoportján belül az óvodások száma éves szinten meghaladta a 300 ezer főt, míg az általános iskolások száma a 700 ezer főt a vizsgált időszakban (10. táblázat).

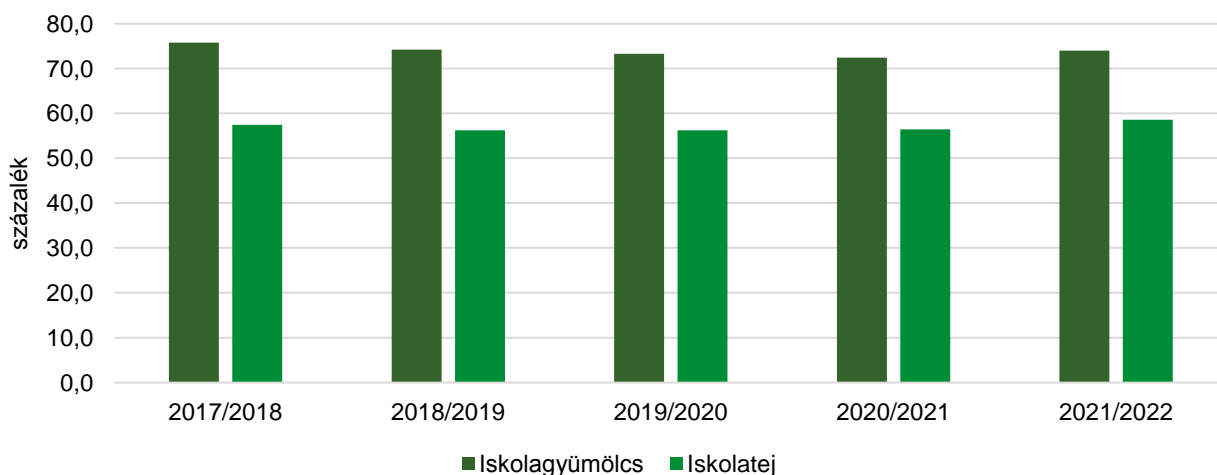
10. táblázat: **Az iskolaprogramok célcsoportjába tartozó gyerekek száma Magyarországon, 2017/2018–2021/2022**

Megnevezés	M.e.	2017/2018	2018/2019	2019/2020	2020/2021	2021/2022
Óvodások	fő	326 588	326 588	330 539	322 713	318 423
Általános iskolások	fő	735 769	736 516	731 219	737 263	723 744
Középiskolások	fő	0	0	0	0	0
<b>Összesen</b>	<b>fő</b>	<b>1 062 357</b>	<b>1 063 104</b>	<b>1 061 758</b>	<b>1 059 976</b>	<b>1 042 167</b>

Forrás: Annual monitoring reports

Magyarországon az iskolaprogramok elsősorban az általános iskolásokra koncentrálnak. Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program a célcsoportba tartozó általános iskolások 72,4–75,7 százalékát, míg az iskolatej program a célcsoportba tartozó általános iskolások 56,2–58,6 százalékát érte el a vizsgált öt tanévben (2. ábra)

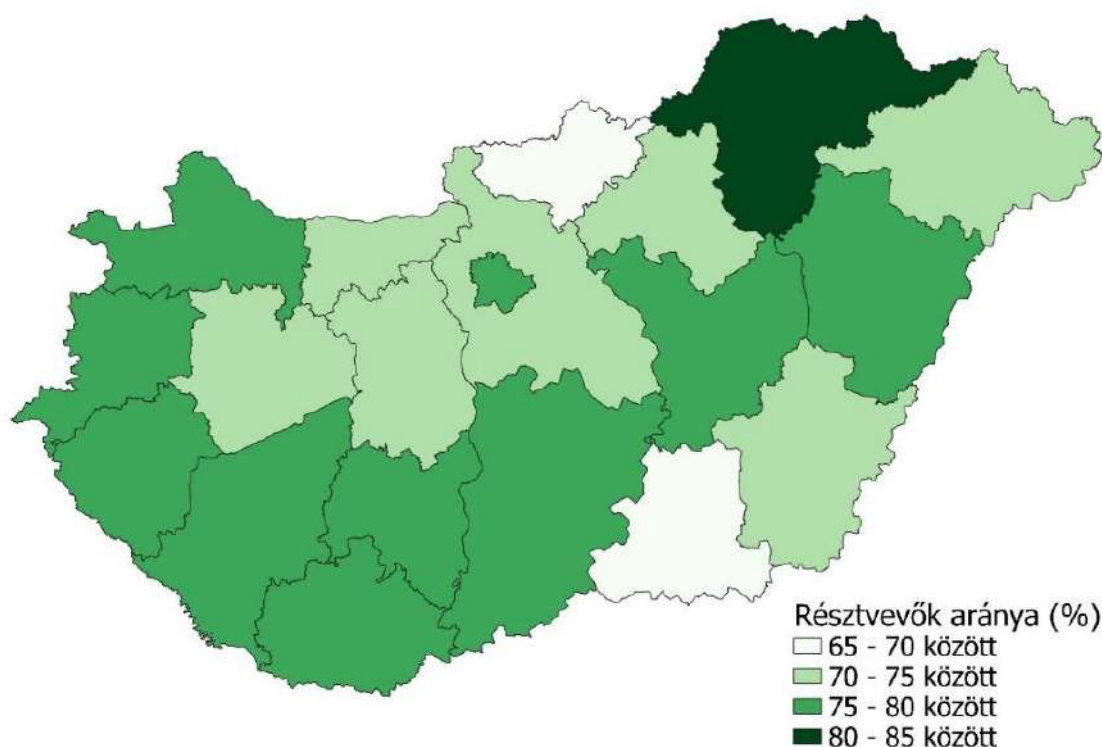
2. ábra: **Az iskolaprogramok által elért általános iskolás gyerekek részaránya Magyarországon, 2017/2018–2021/2022**



Forrás: Annual monitoring reports

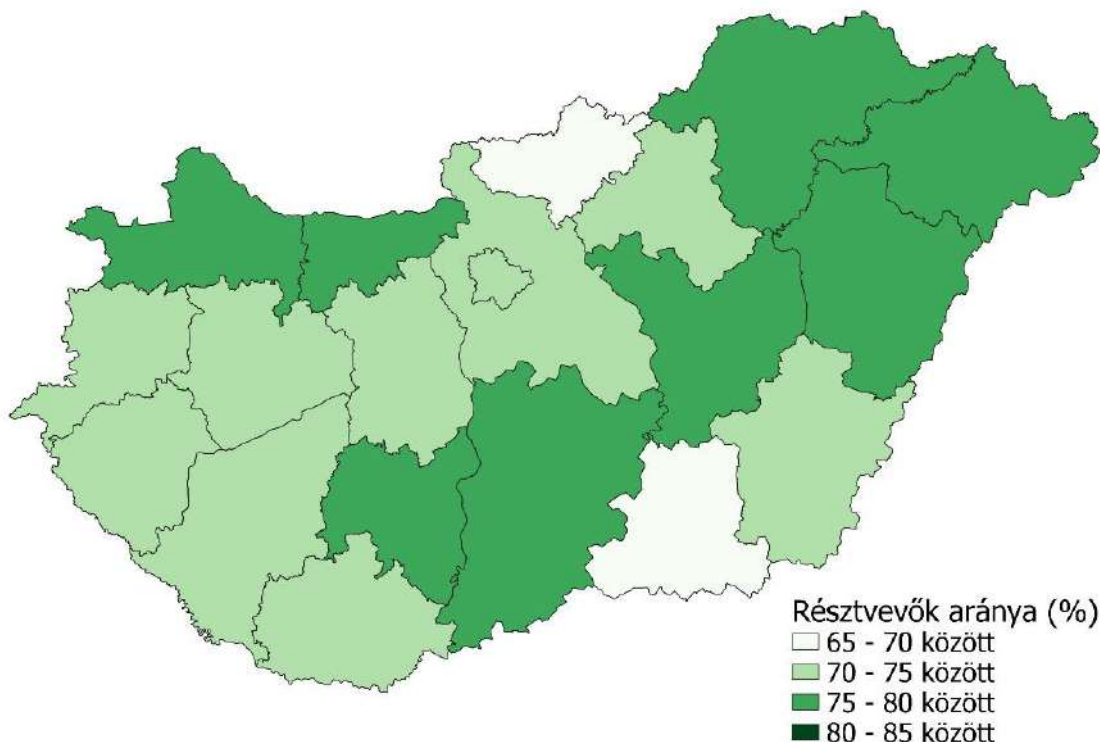
Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programban vármegyei bontás alapján az általános iskolás gyerekek lefedettsége a 2017/2018-as tanévben 66,7 százalék és 81,0 százalék, míg a 2021/2022-es tanévben 65,1 százalék és 78,5 százalék között mozgott, azaz jelentős különbség nem mutatkozott a két időszak között. Nógrád és Csongrád-Csanád vármegye mindkét időszakban 70 százalék alatti lefedettséget mutatott, míg Hajdú-Bihar és Borsod-Abaúj-Zemplén vármegyében volt a legmagasabb a lefedettségi arány mindkét időszakban. A két időszak között a legnagyobb mértékben (5,9 százalékpont) Zala vármegyében csökkent, míg a legnagyobb mértékben (2,5 százalékpont) Szabolcs-Szatmár-Bereg vármegyében emelkedett a lefedettségi mutató (3. és 4. ábra).

3. ábra: **Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program által elért általános iskolás gyerekek részaránya Magyarországon, vármegyei bontásban, 2017/2018**



Forrás: MÁK és KSH adatok alapján az AKI Élelmiszerlánc-kutatási Osztályán készült számítás

4. ábra: **Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program által elért általános iskolás gyerekek részaránya Magyarországon, vármegyei bontásban, 2021/2022**

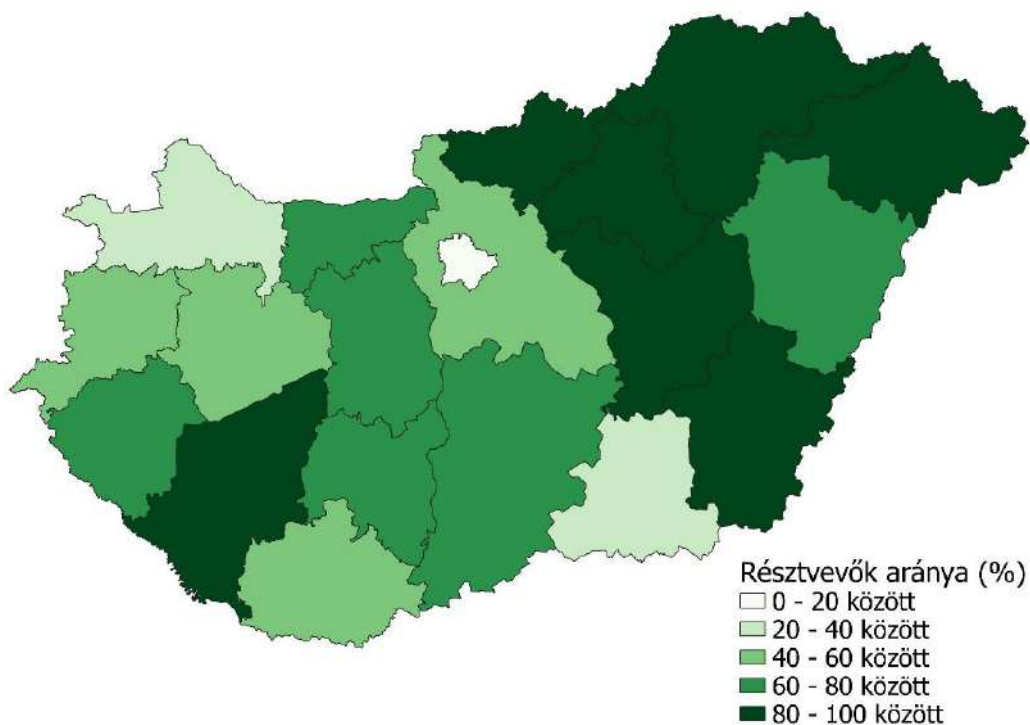


Forrás: MÁK és KSH adatok alapján az AKI Élelmiszerlánc-kutatási Osztályán készült számítás

Az iskolatej programban vármegyei bontás alapján az általános iskolás gyerekek lefedettsége széles határok között mozgott. A budapesti általános iskolások mindössze 3,8 százalékát és 6,0 százalékát érte el az iskolatej program a vizsgált időszak első és utolsó tanévében. Győr-Moson-Sopron és Csongrád-Csanád vármegye ugyan jobban teljesített e mutató alapján, de így is csak az általános iskolások kevesebb mint 40 százaléka jutott tej és tejtermékekhez az iskolatej program keretein belül. Ezzel szemben a 2017/2018-as tanévben négy vármegyében (Somogy, Borsod-Abaúj-Zemplén, Heves, Szabolcs-Szatmár-Bereg), míg a 2021/2022-es tanévben öt vármegyében (Zala, Somogy, Borsod-Abaúj-Zemplén, Heves, Szabolcs-Szatmár-Bereg) is meghaladta a lefedettség mértéke a 90 százalékot. A két időszak között a legnagyobb mértékben (9,5 százalékpont) Tolna vármegyében csökkent, míg a legnagyobb mértékben (11,6 százalékpont) Zala vármegyében emelkedett a lefedettség mutató (5. és 6. ábra).

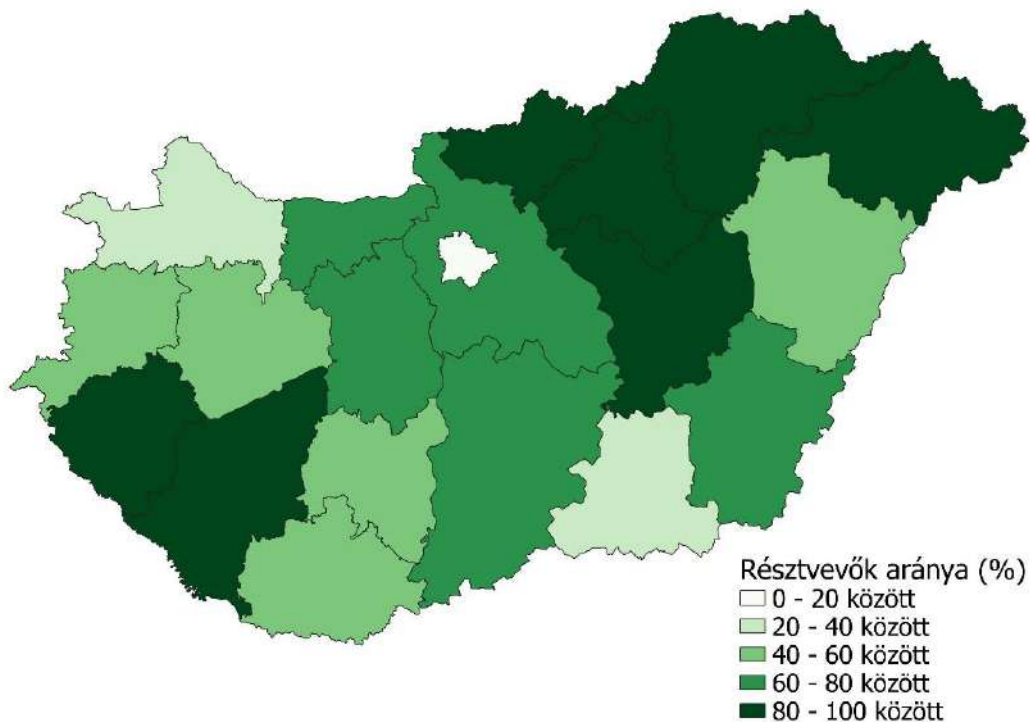


5. ábra: **Az iskolatej program által elért általános iskolás gyerekek részaránya Magyarországon, vármegyei bontásban, 2017/2018**



Forrás: MÁK és KSH adatok alapján az AKI Élelmiszerlánc-kutatási Osztályán készült számítás

6. ábra: **Az iskolatej program által elért általános iskolás gyerekek részaránya Magyarországon, vármegyei bontásban, 2021/2022**



Forrás: MÁK és KSH adatok alapján az AKI Élelmiszerlánc-kutatási Osztályán készült számítás

## AZ ISKOLAPROGRAMOK ÉRTÉKELÉSI JELENTÉSE

Az iskolaprogramokban részt vevő iskolák száma a vizsgált öt éves időszakban, tanévtől függően 3573 és 3738 között alakult. Az oktatási intézmények 91,9–95,2 százaléka általános iskola volt, a maradék 5–8 százalék pedig óvoda. A középiskolák sem az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programban, sem az iskolatej programban nem volt érintettek (11. táblázat).

11. táblázat: **Az iskolaprogramokban résztvevő iskolák száma Magyarországon, 2017/2018–2021/2022**

Megnevezés	M.e.	2017/2018	2018/2019	2019/2020	2020/2021	2021/2022
Óvodák	darab	172	206	278	302	289
Általános iskolák	darab	3 401	3 404	3 411	3 436	3 428
Középiskolák	darab	0	0	0	0	0
<b>Összesen</b>	<b>darab</b>	<b>3 573</b>	<b>3 610</b>	<b>3 689</b>	<b>3 738</b>	<b>3 717</b>

Forrás: Annual monitoring reports

Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programban kizárólag általános iskolák vettek részt, számuk éves szinten 3238 és 3327 között mozgott (12. táblázat).

12. táblázat: **Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programban résztvevő iskolák száma Magyarországon, 2017/2018–2021/2022**

Megnevezés	M.e.	2017/2018	2018/2019	2019/2020	2020/2021	2021/2022
Óvodák	darab	0	0	0	0	0
Általános iskolák	darab	3 238	3 290	3 310	3 327	3 324
Középiskolák	darab	0	0	0	0	0
<b>Összesen</b>	<b>darab</b>	<b>3 238</b>	<b>3 290</b>	<b>3 310</b>	<b>3 327</b>	<b>3 324</b>

Forrás: Annual monitoring reports

Az iskolatej programban 172–302 óvoda és 2361–2462 általános iskola vett részt a vizsgált időszakban (13. táblázat). Az iskolatej programban részt vevő oktatási intézmények száma 17,2-21,8 százalékkal elmaradt az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program elérésével szemben.

13. táblázat: **Az iskolatej programban résztvevő iskolák száma Magyarországon, 2017/2018–2021/2022**

Megnevezés	M.e.	2017/2018	2018/2019	2019/2020	2020/2021	2021/2022
Óvodák	darab	172	206	278	302	289
Általános iskolák	darab	2 361	2 399	2 400	2 431	2 462
Középiskolák	darab	0	0	0	0	0
<b>Összesen</b>	<b>darab</b>	<b>2 533</b>	<b>2 605</b>	<b>2 678</b>	<b>2 733</b>	<b>2 751</b>

Forrás: Annual monitoring reports

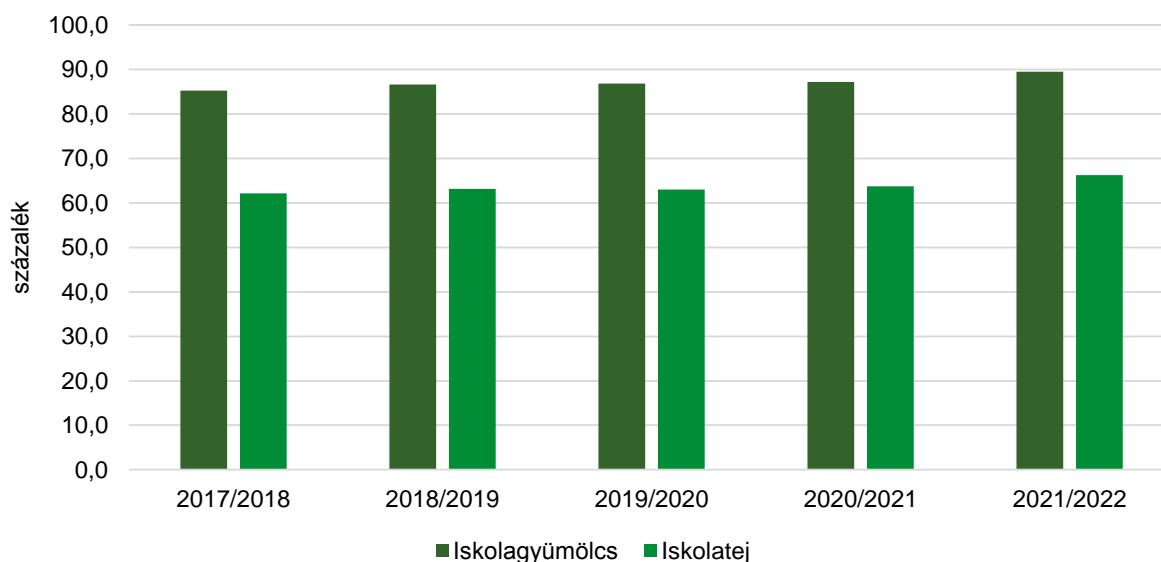
Az iskolaprogramok célcsoportján belül az óvodák száma éves szinten 4589 és 4716 között mozgott, míg az általános iskolák száma 3716 és 3817 között alakult a vizsgált időszakban (14. táblázat).

14. táblázat: **Az iskolaprogramok célcsoportját oktató intézmények száma Magyarországon, 2017/2018–2021/2022**

Megnevezés	M.e.	2017/2018	2018/2019	2019/2020	2020/2021	2021/2022
Óvodák	darab	4 716	4 716	4 711	4 739	4 589
Általános iskolák	darab	3 798	3 798	3 812	3 817	3 716
Középiskolák	darab	0	0	0	0	0
<b>Összesen</b>	<b>darab</b>	<b>8 514</b>	<b>8 514</b>	<b>8 523</b>	<b>8 556</b>	<b>8 305</b>

Forrás: Annual monitoring reports

Magyarországon az iskolaprogramok elsősorban az általános iskolásokra koncentrálnak. Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program a célcsoportba tartozó általános iskolák 85,3–89,5 százalékát, míg az iskolatej program a célcsoportba tartozó általános iskolák 62,2–66,3 százalékát érte el a vizsgált öt tanévben (7. ábra)

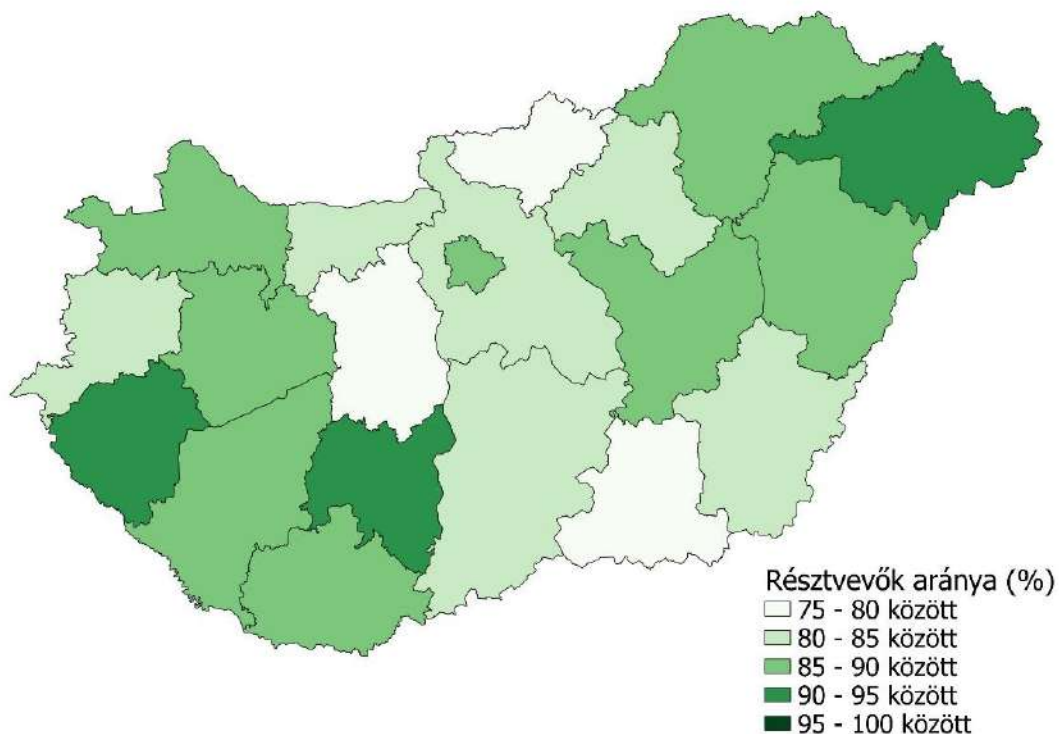
7. ábra: **Az iskolaprogramok által elért általános iskolák lefedettsége Magyarországon, 2017/2018–2021/2022**

Forrás: Annual monitoring reports

A 2017/2018-as tanévben három vármegyében (Csongrád-Csanád, Nógrád és Fejér) még 80 százalék alatt maradt az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program által elért általános iskolák aránya, ugyanakkor a 2021/2022-es tanévben a lefedettség már valamennyi vármegye esetében meghaladta a 80 százalékot, sőt 11 vármegyében a 90 százalékot is. A 2017/2018-as tanévben még csak három vármegye (Szabolcs-Szatmár-Bereg, Tolna és Zala) lefedettsége érte el a 90 százalékot (8. és 9. ábra).

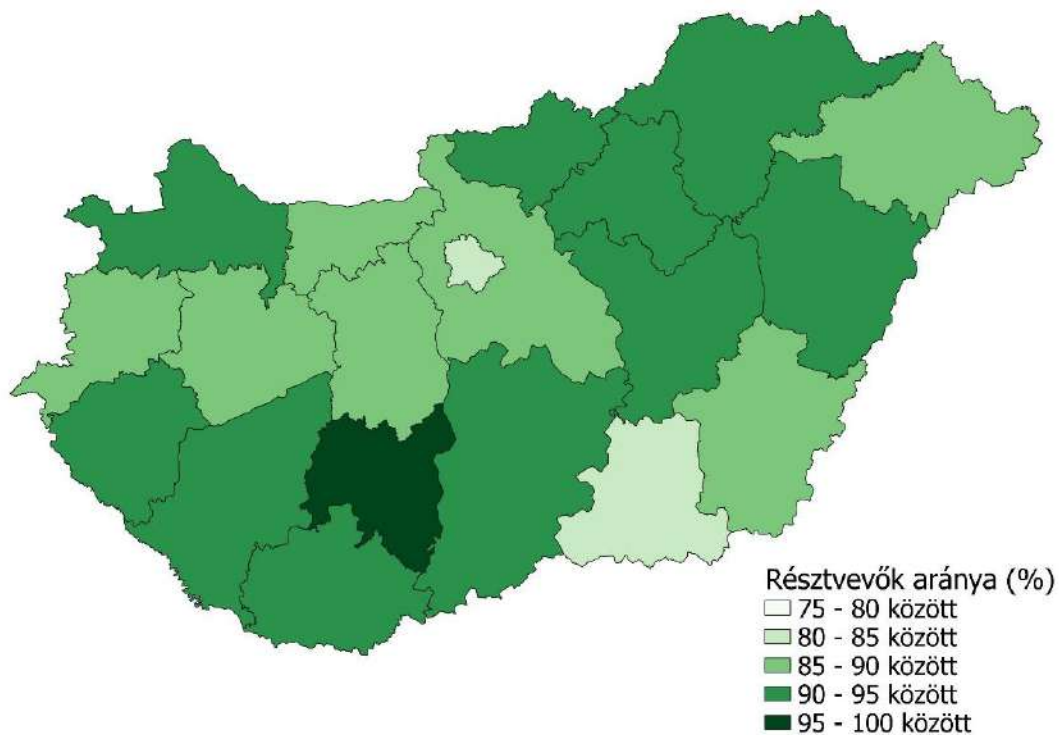
A 2021/2022-es tanévben a 2017/2018-as tanévhez képest 12 vármegyében és a fővárosban nőtt, két vármegyében nem változott, míg öt vármegyében csökkent az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programban részt vevő általános iskolák száma. Arányaiban Pest és Hajdú-Bihar vármegyékben nőtt leginkább az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programban részt vevő általános iskolák száma, 10,2 százalékkal és 11,2 százalékkal, míg a legnagyobb mértékben Somogy vármegyében és Zala vármegyében csökkent, 3,8 százalékkal, illetve 5,1 százalékkal.

8. ábra: **Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program által elért általános iskolák lefedettsége Magyarországon, vármegyei bontásban, 2017/2018**



Forrás: MÁK és KSH adatok alapján az AKI Élelmiszerlánc-kutatási Osztályán készült számítás

9. ábra: **Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program által elért általános iskolák lefedettsége Magyarországon, vármegyei bontásban, 2021/2022**

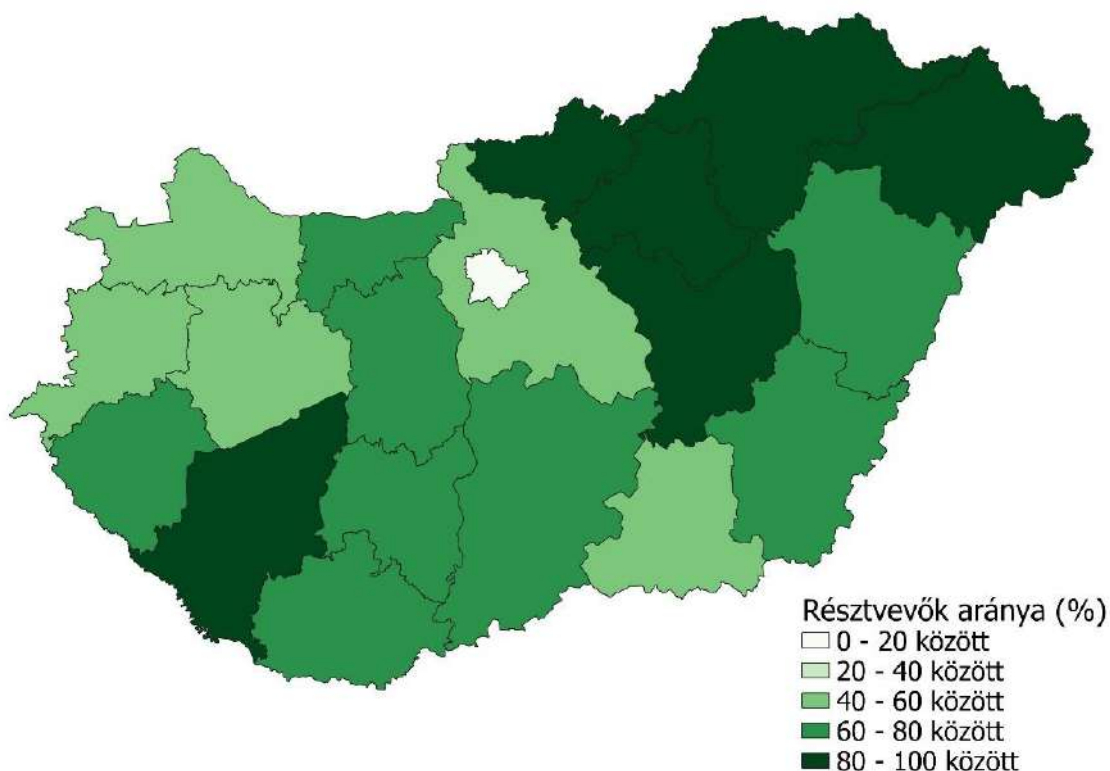


Forrás: MÁK és KSH adatok alapján az AKI Élelmiszerlánc-kutatási Osztályán készült számítás

Budapesten a legalacsonyabb az általános iskolák részvétele az iskolatej programban. A vizsgált időszakban tapasztalható ugyan némi javulás a lefedettségben, de így is csupán 6,4 százalékról 8,6 százalékra emelkedett a 2021/2022-es tanévben a 2017/2018-as tanévhez viszonyítva. Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programhoz képest az iskolatej program lefedettségi mutatója vármegyénként nagyobb különbségeket mutatott. A 2017/2018-as tanévben öt vármegyében a lefedettségi mutató nem érte le a 60 százalékot, és mindössze hat vármegyében haladta meg a 80 százalékot. A vizsgált ötéves időszakban kismértékű javulás következett be, így a 2021/2022-es tanévben már csak négy vármegye mutatója maradt 60 százalék alatt, míg hét vármegyénél meghaladta a 80 százalékot (10. és 11. ábra).

A 2021/2022-es tanévben a 2017/2018-as tanévhez képest 11 vármegyében és a fővárosban nőtt, két vármegyében nem változott, míg hat vármegyében csökkent az iskolatej programban részt vevő általános iskolák száma. Arányaiban Budapesten és Vas vármegyében nőtt leginkább az iskolatej programban részt vevő általános iskolák száma, 38,5 százalékkal és 37,5 százalékkal, míg a legnagyobb mértékben Nógrád és Békés vármegyében csökkent, 5,2 százalékkal, illetve 4,6 százalékkal.

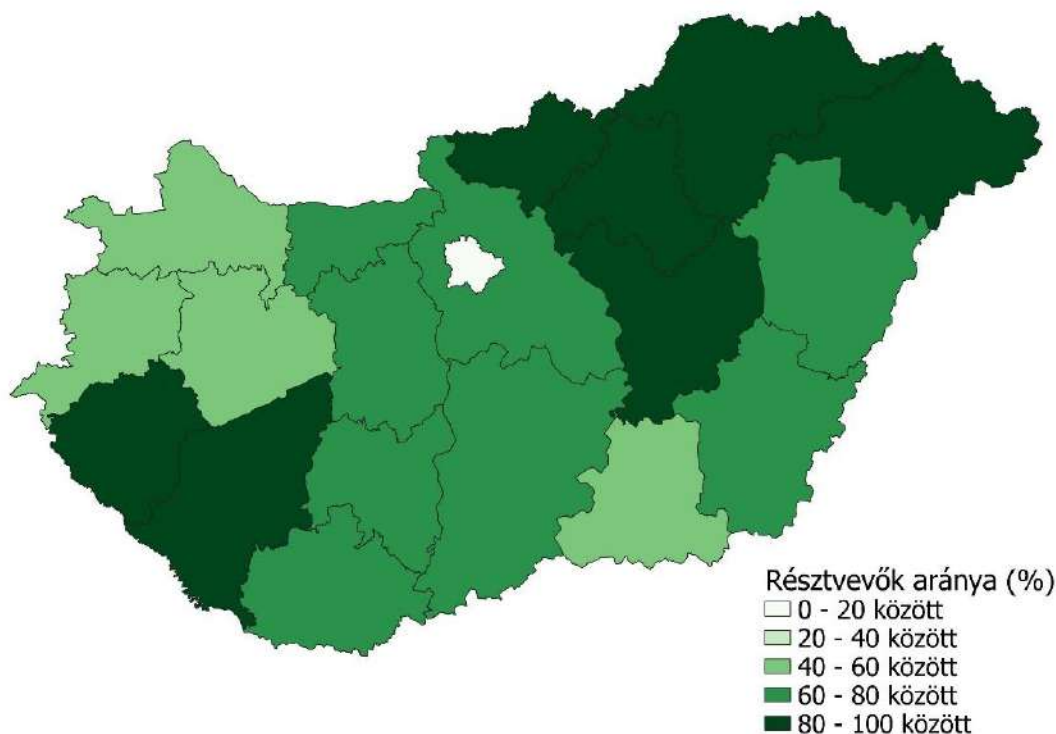
10. ábra: **Az iskolatej program által elért általános iskolák lefedettsége Magyarországon, vármegyei bontásban, 2017/2018**



Forrás: MÁK és KSH adatok alapján az AKI Élelmiszerlánc-kutatási Osztályán készült számítás



11. ábra: **Az iskolatej program által elért általános iskolák lefedettsége Magyarországon, vármegyei bontásban, 2021/2022**



Forrás: MÁK és KSH adatok alapján az AKI Élelmiszerlánc-kutatási Osztályán készült számítás

#### 4.4. Iskolák gyümölcssel, zöldséggel, tejjel és tejtermékekkel való ellátása és e termékek kiosztása gyakorlatának, továbbá a friss gyümölcsök és zöldségek, valamint a tej fogyasztásának előnyben részesítésének értékelése

Az iskolaprogramok keretében a termékek kiosztási időszakának hossza nem változott a vizsgált időszakban: az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programban 24–36 hetet, az iskolatej programban teljes tanévet tett ki (15. táblázat).

15. táblázat: **A kiosztási időszak hossza a magyarországi iskolaprogramokban, 2017/2018–2021/2022**

Megnevezés	2017/2018	2018/2019	2019/2020	2020/2021	2021/2022
Iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program	24–36 hét	24–36 hét	n.a.	24–36 hét	24–36 hét
Iskolatej program	teljes tanév	teljes tanév	24–36 hét	teljes tanév	teljes tanév

Forrás: Annual monitoring reports

Az adagok kiosztásának gyakoriságára vonatkozóan a 2021/2022. tanévre az éves iskolaprogram-jelentés nem tartalmaz információkat, a korábbi évek adatai alapján azonban elmondható, hogy mindkét programban hozzávetőleg átlagosan heti négy alkalommal történt az adagok kiosztása (16. táblázat).



16. táblázat: **Az adagok kiosztásának gyakorisága a magyarországi iskolaprogramokban, 2017/2018–2021/2022**

Megnevezés	M.e.	2017/2018	2018/2019	2019/2020	2020/2021	2021/2022
Iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program	alkalom/hét	4,0	3,5	n.a.	3,5	n.a.
Iskolatej program	alkalom/hét	4,0	4,0	4,0	4,0	n.a.

Forrás: Annual monitoring reports

A kiosztott adagok átlagos tömege a gyümölcs- és zöldségfélék esetében 9 százalékkal csökkent, a gyümölcslénél pedig változatlan maradt 2021/2022–2017/2018 között. Az iskolatej programot tekintve a mennyiségek a kilogrammban megadott termékeknel 6 százalékkal, a literben megadottaknál 5 százalékkal emelkedtek a vizsgált időszakban (17. táblázat).

17. táblázat: **Az adagok átlagos mérete a magyarországi iskolaprogramokban, 2017/2018–2021/2022**

Megnevezés	M.e.	2017/2018	2018/2019	2019/2020	2020/2021	2021/2022	2021/2022/ 2017/2018
Iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program	kg/adag	0,11	0,11	0,10	0,11	0,10	90,9%
Iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program	liter/adag	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20	100,0%
Iskolatej program	kg/adag	0,16	0,16	0,16	0,17	0,17	106,3%
Iskolatej program	liter/adag	0,21	0,21	0,21	0,22	0,22	104,8%

Forrás: Annual monitoring reports

A kiosztott adagok egy főre vetített száma az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program keretében 8 százalékkal nőtt a 2021/2022. tanévben a 2019/2020. (legkorábbi rendelkezésre álló adat) tanévhez képest. Az iskolatej program esetében a növekedés meghaladta a 40 százalékot (18. táblázat).

18. táblázat: **A kiosztott adagok száma a magyarországi iskolaprogramokban, 2017/2018–2021/2022**

Megnevezés	M.e.	2017/2018	2018/2019	2019/2020	2020/2021	2021/2022	2021/2022/ 2019/2020
Iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program	adagok száma/fő	n.a.	n.a.	86	89	93	108,1%
Iskolatej program	adagok száma/fő	n.a.	n.a.	96	115	135	140,6%

Forrás: Annual monitoring reports

A friss zöldség- és gyümölcsfélék kiosztott mennyisége 8 százalékkal emelkedett 2017/2018–2021/2022 között. A friss kategórián belül a gyümölcsök mennyisége 6 százalékkal, a zöldségféléké közel 72 százalékkal nőtt. A feldolgozott gyümölcsök és zöldségek (gyakorlatilag teljes egészében gyümölcslé) kiosztott mennyisége több mint 6 százalékkal csökkent a vizsgált időszakban (19. táblázat).

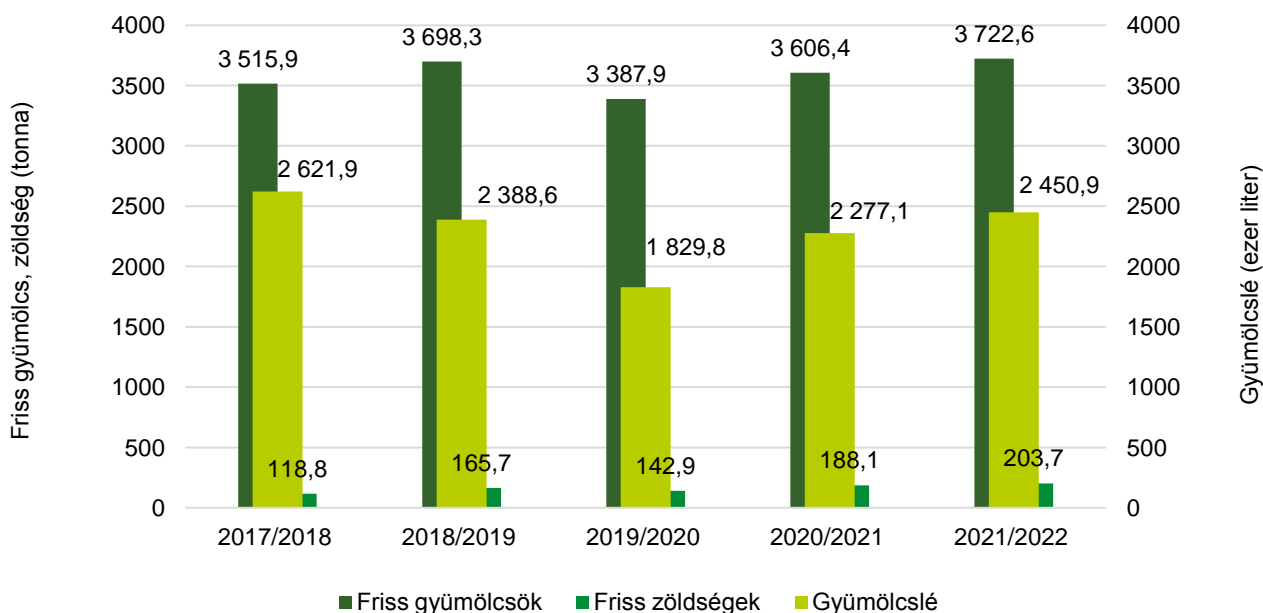
19. táblázat: **Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program keretében kiosztott termékek mennyisége Magyarországon, 2017/2018–2021/2022**

Megnevezés	M.e.	2017/2018	2018/2019	2019/2020	2020/2021	2021/2022	2022/2021/ 2017/2018
Friss gyümölcsök és zöldségek	kg	3 634 626	3 864 010	3 530 719	3 794 571	3 926 273	<b>108,0%</b>
Gyümölcsök	kg	3 515 871	3 698 305	3 387 857	3 606 432	3 722 622	<b>105,9%</b>
Zöldségek	kg	118 755	165 706	142 862	188 139	203 651	<b>171,5%</b>
Feldolgozott gyümölcsök és zöldségek	kg	0	0	0	0	0	-
	liter	2 621 897	2 388 615	1 829 816	2 277 078	2 450 902	<b>93,5%</b>

Forrás: Annual monitoring reports

Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program keretében kiosztott mennyiség döntő részét a friss gyümölcsök és a gyümölcslé tette ki. Bár a friss zöldségek kiosztott mennyisége közel megkétszereződött az öt tanév alatt, ezek még így is csekély volument képviseltek (12. ábra).

12. ábra: **Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program keretében kiosztott termékek mennyisége Magyarországon, 2017/2018–2021/2022**



Forrás: Annual monitoring reports

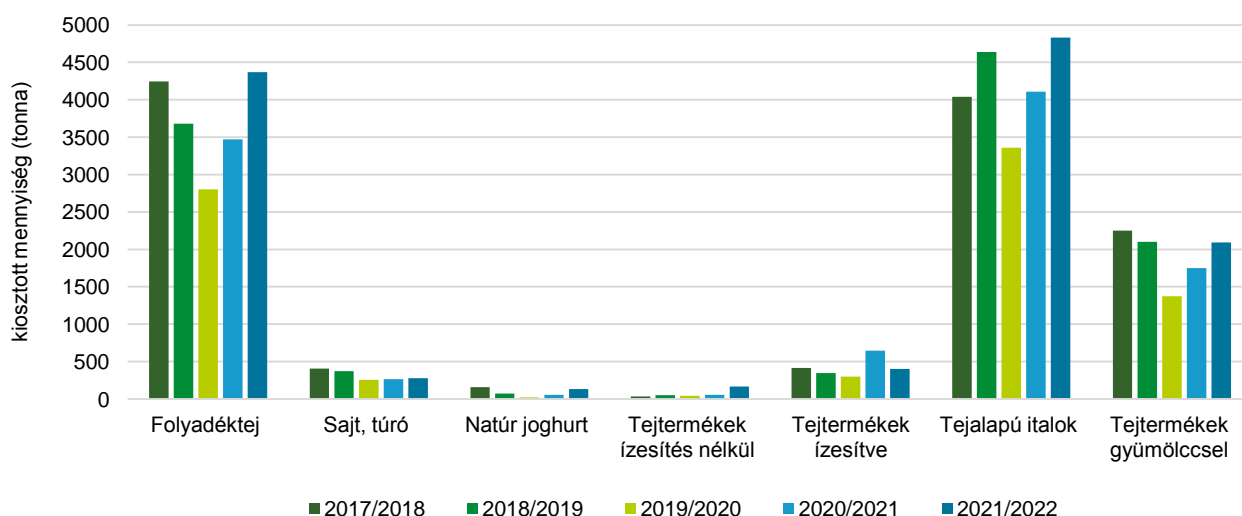
A folyadéktej kiosztott mennyisége 3 százalékkal, a tejalapú italoké közel 20 százalékkal emelkedett 2017/2018–2021/2022 között. Sajtból és túróból 32 százalékkal, natúr joghurtból 15 százalékkal kevesebbet osztottak ki a gyerekeknek. A gyümölcszel ízesített tejtermékek kiosztott mennyisége 7 százalékkal, a gyümölcslével ízesítetteké 3 százalékkal csökkent. Az egyéb, ízesítés nélküli tejtermékek kiosztott mennyisége két- és félszeresére emelkedett az öt tanév során (20. táblázat).

20. táblázat: **Az iskolatej program keretében kiosztott termékek mennyisége Magyarországon, 2017/2018–2021/2022**

Megnevezés	M.e.	2017/2018	2018/2019	2019/2020	2020/2021	2021/2022	2022/2021/ 2017/2018
Folyadéktej és laktózmentes változatai	liter	4 122 589	3 574 464	2 722 189	3 370 277	4 242 578	<b>102,9%</b>
Sajt és túró	kg	405 538	370 565	258 390	264 312	277 030	<b>68,3%</b>
Natúr joghurt	kg	156 754	73 497	22 442	56 866	132 786	<b>84,7%</b>
Tejtermékek hozzáadott cukor, ízesítés, gyümölcs, diófélék vagy kakaó nélkül	kg	66 179	49 735	40 712	53 429	166 765	<b>252,0%</b>
Tejtermékek gyümölcsle nélkül, természetes ízesítéssel	kg	0	0	0	0	0	-
Tejtermékek gyümölcslel, természetesen ízesítve vagy nem ízesítve	kg	415 904	344 325	298 394	645 172	401 587	<b>96,6%</b>
Tejalapú italok kakaóval, gyümölcslel vagy természetes ízesítéssel	liter	3 922 614	4 505 640	3 261 205	3 990 356	4 690 681	<b>119,6%</b>
Tejtermékek gyümölcscsel, természetesen ízesítve vagy nem ízesítve	kg	2 249 531	2 102 158	1 372 406	1 751 574	2 093 917	<b>93,1%</b>

Forrás: Annual monitoring reports

Az iskolatej program keretében kiosztott mennyiség döntő részét a folyadéktej, a tejalapú italok, valamint a gyümölcscsel ízesített tejtermékek tették ki. A sajt, a natúr joghurt és az egyéb ízesített tejtermékek viszonylag kis volument képviseltek (13. ábra).

 13. ábra: **Az iskolatej program keretében kiosztott termékek mennyisége Magyarországon, 2017/2018–2021/2022**


Forrás: Annual monitoring reports

## 4.5. Kísérő oktatási intézkedések értékelése

A programot kísérő különféle oktatási intézkedések mellett a tanulók több, az iskolaprogramok célkitűzéseikhez kapcsolódó ismeretterjesztő foglalkozáson is részt vehetnek ugyanabban a tanévben. Ilyen tevékenységek például az iskolai kiskertek kialakítása és fenntartása, gazdaságok és termelői piacok látogatása, továbbá kóstoltatás, főzőórák vagy a témához kapcsolódó előadások, workshopok, vetélkedők, játékok, tematikus időszakok szervezése. Minden egyes foglalkozás a gyerekek mezőgazdasággal, egészséges táplálkozási szokásokkal, helyi élelmiszerláncokkal, biogazdálkodással, fenntartható termeléssel és az élelmiszerpazarlás visszaszorításával kapcsolatos ismereteinek bővítésére irányul.

A tanulók ismereteinek bővítését célzó tevékenységek a tanévek során egyre változatosabbá váltak. A 2017/2018-as tanévben csupán a kóstoltatás és az egyéb tevékenységek kategóriákban vettek részt, a következő évben már kibővült a gazdaságok, piacok látogatásával és az ismeretterjesztő előadásokkal. Az iskolai kertek létesítése a 2020/2021-es tanévben jelent meg először. A 2021/2022-es tanévben a legnépszerűbb tevékenységek az egyéb események kategóriába (vetélkedők, játékok, tematikus időszakok szervezése, munkafüzetek kiosztása) tartoztak: összesen 1,13 millió tanuló vett részt ilyenben. Ezen belül 482,5 ezer tanulónak osztottak ki munkafüzeteket, de kedvelt volt még a játékos formájú tudásátadás is, amibe az iskolatej programhoz kapcsolódóan 412,6 ezer tanulót, az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programhoz kapcsolódóan pedig 230,8 ezer tanulót vontak be. Ezzel szemben a 2017/2018-as tanévben az egyéb kategóriában mindössze 538,6 ezer tanuló vett részt, alig fele a 2021/2022-es tanévi létszámnak; részletes bontás itt nem áll rendelkezésre. A gazdaságokat, piacokat egyre kevesebb tanuló látogatta: a 2018/2019-es tanévhez képest 64,8 százalékkal kevesebb tanulót vontak be e tevékenységbe a 2021/2022-es tanévben. Az ismeretterjesztő órák népszerűsége is csökkent: 81,6 százalékkal esett a résztvevő diákok száma a vizsgált időszakban (21. táblázat).

21. táblázat: **A kísérő oktatási intézkedésekben résztvevő tanulók száma Magyarországon, 2017/2018–2021/2022**

Intézkedés típusa	M.e.	2017/2018	2018/2019	2019/2020	2020/2021	2021/2022
Iskolakertek	fő	0*	0	0	5 001	6 137
Gazdaságok, teJüzemek, termelői piacok látogatása és hasonló tevékenységek	fő	0*	311 955	194 134	175 397	109 925
Kóstoltatás, főzőórák, workshopok, egyéb	fő	542 239	879 392	702 217	759 505	759 159
Ismeretterjesztő órák, workshopok	fő	0*	530 822	0	63 464	97 809
Egyéb tevékenységek: versenyek, játékok, tematikus időszakok, munkafüzetek kiosztása	fő	538 573	422 252	714 496	1 103 220	1 125 984

\* Nincs információ, mert ez az intézkedés ebben az időszakban nem volt jogosult támogatásra.  
 Forrás: Annual monitoring reports

Primer kutatásaink során árnyaltabb kép rajzolódott ki a kísérő intézkedések megvalósításáról. A FruitVeB vezetője szerint kevésbé jellemző, hogy az üzemek látogatóként iskolásokat fogadnának, mert alapvetően veszélyes tevékenységet folytatnak, sok a gép. A kóstoltatás az iskolákban valósul meg, de csak esetenként. Ezek megszervezése nehézkes, a kóstoltatáshoz nem mindig adott az infrastruktúra. A TTT vezetője szerint általában nem jellemző, hogy a beszállítók ilyen programokat szerveznének a gyerekeknek.

A FruitVeB is készített oktatási segédanyagokat a pedagógusok számára, továbbá munkafüzeteket a gyerekek számára<sup>3</sup>. Az általunk meglátogatott iskolákban a zöldség- és gyümölcsfogyasztásról szóló tájékoztató anyagot, füzetet 127 gyerek kapott. Zöldség- és gyümölcskóstoltatás csak a nógrádi és budapesti iskolában történt. tejről tejtermékekről csupán 13 gyerek kapott tájékoztatót, ők a budapesti iskola alsó tagozatos tanulói voltak.

A pedagógusok beszámolóí alapján az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program esetében a beszállítók által adott tájékoztató plakáton, foglalkoztató füzeteken és egyéb szóróanyagokon kívül (pl. papírvonalzó, órarend) más szereplőtől nem érkezett ismeretterjesztő anyag a diákok részére. A foglalkoztató füzeteket egyéb tanórákon is felhasználták (pl. természetismeret órán), az abban szereplő feladatokat közösen megoldották. Kóstoltatások nagyon ritkák, évente legfeljebb egy alkalommal. Az iskolatej programot nem kíséri felvilágosító kampány a beszállítók részéről, nincs tájékoztató plakát, tájékoztató füzet, nincs kóstoltatás, továbbá semmilyen kommunikáció a programalkotó és a beszállítók részéről. Ezt hiányosságként fogalmazták meg a pedagógusok.

A tájékoztató tevékenységek hatékonyabbá tétele érdekében a következő javaslatok merültek fel:

- tanulmányi kirándulások keretében ültetvények, feldolgozó üzemek megtekintése, így a gyerekek megismerhetnék az élelmiszer előállítás lépéseit (ezzel kapcsolatban a legkritikusabb tényezőként a válaszadók nem a fogadóhelyek megtalálását, hanem a gyerekek utaztatását említették annak magas költségei miatt);
- beszállítói kóstoltatások gyakoribbá tétele az iskolákban;
- tájékoztató füzetek kiosztása az iskolatej programban is.

## 4.6. Kommunikációs és tájékoztató tevékenységek értékelése

A program során magáról a programról tájékoztató, annak üzenetét közvetítő kommunikációs tevékenységek a következők lehetnek:

- tájékoztató kampányok folytatása, műsorok sugárzása, elektronikus közlemények, újságok és hasonló kommunikációs eszközök révén;
- a program szélesebb nyilvánossággal való megismertetését célzó találkozók, konferenciák, szemináriumok és workshopok, valamint hasonló események szervezése;
- tájékoztató és promóciós anyagok – például népszerűsítő plakátok, levelek, szórólapok, brosúrák, ajándéktárgyak – készítése, ideértve az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program keretében az iskolákban kötelezően kihelyezendő plakátok elkészítését is;
- a gyümölcs- és zöldség-, illetve a tejágazatot érintő ismeretek, valamint az egészséges étkezési szokások felmérését, fejlesztését és az ismeretek gyakorlati alkalmazását elősegítő kommunikációs anyagok, tájékoztató füzetek készítése.

A vizsgált időszak során a legjellemzőbb kommunikációs forma a plakát kihelyezése volt a résztvevő iskolák területén. Emellett népszerű volt még weboldalak létrehozása. A többi megjelenési eszközt nem alkalmazták (22. táblázat).

<sup>3</sup> <http://napigyumolcs.holcam.hu/oktatasi>

22. táblázat: **Kommunikációs tevékenységek, eszközök használata a magyarországi iskolaprogramokban, 2017/2018–2021/2022**

Megnevezés	2017/2018	2018/2019	2019/2020	2020/2021	2021/2022
Plakát az iskola területén	✓	✓	✓	✓	-
Plakát más releváns helyen	-	-	-	-	-
Weboldal	✓	✓	✓	✓	✓
Tájékoztató grafikai anyagok	-	-	-	-	-
Információs és figyelemfelkeltő kampány (TV, rádió, közösségi média)	-	-	-	-	-
Egyéb	-	-	-	-	-

Forrás: Annual monitoring reports

A fókuszcsoportos foglalkozás keretében megismert általános iskolás gyerekek úgyes meg tudták fogalmazni, hogy elsősorban egészségnevelési célból kapják a termékeket, és jól meg tudták válaszolni, miért egészségesek ezek a termékek.

Ugyanakkor a pedagógusok kritikusabban ítélték meg a programhoz kapcsolódó tájékoztatást, kommunikációt. Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program keretében az iskolák a programot hirdető plakátot kapnak, ezt jellemzően az iskola bejáratánál helyezik ki. Egyéb tájékoztató anyagokat, az edukáció elősegítését célzó továbbképzést, tanácsot nem kaptak az iskolák. Szülői értekezlet keretében szokták tájékoztatni a szülőket, hogy milyen termékeket osztanak ki a gyerekek az iskolaprogramok keretében. Az iskolatej programhoz az iskolák nem kaptak plakátot és tájékoztató füzeteket sem.

Az elvégzett kérdőíves felmérés szerint a szülők meglehetősen tájékozatlanok a program működésével kapcsolatban. A kérdőívet kitöltőknek nagy aránya, 44 százalékuk azt sem tudta, hogy a gyereke iskolája részt vesz-e valamelyik iskolaprogramban.

## 4.7. Végrehajtásra vonatkozó főbb megállapodások és rendelkezések értékelése

A korábban hivatkozott Iskolaprogram Stratégiában foglaltak szerint az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program, valamint az iskolatej program rövid és hosszabb távon is támogatja a gyümölcs- és zöldségfélék, a tej és tejtermékek kiosztását, a gyerekek étkezési szokásainak megváltoztatását, az egészséges élelmiszerek fogyasztásának növelését, a túlsúly és az elhízás, valamint az életmóddal összefüggő krónikus betegségek, például a szív- és érrendszeri betegségek vagy bizonyos rákos megbetegedések előfordulási gyakoriságának csökkentésére irányuló oktatási tevékenységekkel együtt. A stratégia célja a termelők jövedelmének stabilizálása is. A megvalósítás a módosított Nemzeti Stratégia előirányozottakat követi<sup>4</sup>.

A módosított Iskolaprogram Stratégia<sup>5</sup> alapján az általános iskola 1–6. évfolyamával rendelkező köznevelési intézmények 99 százaléka, a célcsoport 98 százaléka vett részt az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programban 2018-ban. Ez abszolút számokban kifejezve 2350 köznevelési intézményt, 572,4 ezer gyereket és 53,8 millió adag kiosztását jelenti tanévenként, ami tanulónként és tanévenként 94 adagnak felel meg. Az iskolatej program keretében ugyanekkor ellátott óvodások

<sup>4</sup> Módosított Nemzeti Stratégia, Iskolagyümölcs-Program 2010/2011. <https://docplayer.hu/40695431-Modositott-nemzeti-strategia-iskoagyumolcs-program-2010-2011.html>

<sup>5</sup> Magyarország Iskolaprogram Stratégiája 2017/ /2023. tanév, módosított. <https://docplayer.hu/108302867-Magyarország-iskolaprogram-strategiaja-2017-2023-tanev-modositott.html>



részaránya az óvodai nevelésben részesülő gyerekekhez képest 4 százalék, az általános iskolás tanulók részaránya az általános iskolai tanulók létszámához képest 55 százalék volt.

A beszállítókat képviselő szakmaközi szervezetek véleménye szerint amíg korábban megfelelő jövedelemtartalmat biztosított a program, az egységár megfelelő volt, a megnövekedett csomagolási és logisztikai költségek miatt ez ma már nem mindig kifizetődő, így a motiváltság kisebb. A tej és tejtermékek vonatkozásában 2022-ben 19 beszállítót tarott nyilván a MÁK, korábban még 28 cég szerepelt a listán. A beszállítók számának csökkenése lassú és folyamatos, a lemorzsolódás vélhetően hatékonysági problémákra, illetve a felhalmozódó veszteségekre vezethető vissza. A termelők oldaláról a fajlagos támogatás emelésére és a minőségi standardok pontosítására, részletesebbé tételére van igény.

Az MDOSZ szerint korlátozottan mondható az iskolaprogramok hatékonysága a gyerekek táplálkozási ismereteinek bővítésében. Az iskolaprogramok mellé hasznos lenne olyan kezdeményezéseket is kapcsolni, amelyek az egészséges táplálkozást népszerűsítik. A szövetség összességében rendkívül fontosnak tartja az iskolaprogramok fenntartását és továbbfejlesztését, ugyanakkor véleményük szerint a támogatásokat sokkal hatékonyabban lehetne elkölteni. Fontos szempont, hogy ne passzívan részesüljenek a gyerekek a kiosztott termékekben, hanem a program által érintett összes szereplő (gyerek, szülő, iskola, beszállítók, szakmai szervezetek, döntéshozók) bevonására, aktív részvételére, együttműködésére, alapvető szemléletváltásra is szükség van. Továbbá fontos, hogy a helyes táplálkozási információk eljussanak a gyerekekhez.

Maguk a diákok az iskolaprogramok során kapott gyümölcs- és zöldségtermékek minőségével elégedettek, szeretik ezeket, de többen kifogásolták, hogy a termékkínálat nem változatos. Az iskolatej program keretében kiosztott tejről, tejtermékről csak a tanulók fele nyilatkozott pozitívan. Ahol romlott tejjel találkoztak, az rossz emlékként ivódott be a tudatukba, de azt is negatívan élték meg az egyik iskolában, hogy amíg a korábbi években még többféle tejtermék (gyümölcsjoghurt, ízesített tejek, krémsajt) jutott el hozzájuk, a mostani tanévben már csak tehéntejet kapnak.

A szülői kérdőívben több szempont szerint kértük fel a válaszadókat a program értékelésére. Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programban vagy mindkét programban részt vevő iskolába járó tanulók szüleinek véleménye szerint az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programban kiosztott termékek választéka az iskolatej programnál is egyoldalúbb. A válaszadók 82,6 százaléka szerint a gyereke csak almát szokott kapni, 6,3 százalékuk szerint almát és gyümölcslet, 1,9 százalékuk szerint csak gyümölcslet. Az egyéb válaszok túlnyomó többségében szintén szerepel az alma, de más termékkel együtt, mint például körte, szilva, sárgarépa, paradicsom, paprika. Ezzel összhangban a program értékelési kritériumai közül a termékek változatosságát értékelték a második leggyengébbnek a szülők, ez átlagosan 2,96-os osztályzatot kapott. Ennél szigorúbban csak a programmal kapcsolatos tájékoztatást ítélték meg, aminek átlagértéke 2,78 lett. Ezzel szemben összességében jónak ítélték a termékek ízét (3,79), mennyiségét (3,74), a kiosztás módját (3,64) és a gyümölcsök, zöldségek méretét (3,60).

Az iskolatej program esetében a termék átadásának módját a legtöbb szülő, szám szerint 39, jónak, további 18 nagyon jónak értékelte, csak elvétve adtak erre a kérdésre ennél rosszabb osztályzatot a válaszadók, összességében 3,78-ra értékelve ezt a kritériumot. A termék mennyiségével is nagyobb részt elégedettek a szülők (56 válaszadó adott jó vagy nagyon jó osztályzatot), ennek átlagértéke 3,81 lett. A termékek kiosztásának gyakoriságát valamivel rosszabbnak ítélték, ezt 3,50-re pontozták. A termékek változatosságát csak 3,15-re, a programmal kapcsolatos tájékoztatást 3,52-re, viszont a termékek ízét 3,62-ra értékelték.

A válaszadó pedagógusok alapvetően elégedettek voltak az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program működésével még ott is, ahova szinte csak alma és almalé érkezett. Az almánál a különböző fajták váltogatása ad ugyan némi változatosságot, ennek ellenére a termékválaszték bővítése

szerintük is kívánatos lenne a gyerekek szempontjából. Az egyik iskola pedagógusa különösen elégedett volt az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programmal, mivel az alma és az almalé mellett többféle jó minőségű gyümölcsöt (körte, szilva, őszibarack) és zöldséget (karalábé) is kaptak. Az alsó tagozatos gyerekek részére gyakran szeletelve adták a zöldségeket, amelyet ők így szívesebben fogyasztottak, de ezt az iskolák – amennyiben meg tudják oldani – saját maguk biztosítják, a beszállítók többnyire feldolgozatlanul szállítják a termékeket. Több iskola pedagógusa is megerősítette, hogy a gyerekek kedvelik az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program keretében kiosztott zöldségfélét (paradicsom, sárgarépa, karalábé) is a gyümölcsök mellett. Többen is javasolták a program kiterjesztését a 7–8. évfolyamon tanulókra.

Az iskolatej program megítélése jelentősen elmaradt az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programétól. Az elmúlt időszakban leszűkült a termékkínálat a tejure, sőt, két iskolánál meg is szűnt az iskolatej program 2022 őszén, illetve 2023 januárjában. Az ízesítetlen tejet kevésbé kedvelik a gyerekek. Negatív példaként említették, hogy savanyú tej is eljutott a gyerekekhez, az ugyanakkor nem derült ki az interjúk során, hogy már eleve romlottan érkezett a tej a beszállítótól vagy esetleg az iskolai tárolás során savanyodott meg. A laktózérzékeny gyerekek kimaradnak a programból, az ő igényeikre egyelőre nincsenek figyelemmel. Egyes tejtermékek elfogyasztása (pl. tömlős sajt) – amikor még kaptak – evőeszköz hiányában gondot okozott a gyerekeknek. A korábbi években több iskolánál is lecserélték a beszállítót a gyenge termékminőség és termékszavatossági problémák miatt.

A pedagógusok általában nem értékelték gondként, de a minőség esetleges romlásának okaként megemlítették, hogy miközben a program heti négyszeri kiosztást ír elő, a beszállítók csak heti egyszer szállítják a termékeket, és az áruk raktározását, tárolását az iskoláknak kell megoldaniuk. Ez megfelelő infrastruktúra hiányában a minőség romlásához vezethet, hiszen a nem temperált raktárhelyiségekben télen olykor túl hideg, nyáron pedig túl meleg a hőmérséklet az ideálishoz képest.

Javaslatként felmerült, hogy inkább kevesebb alkalommal, de jobb minőségű és nagyobb termék választékot kapjanak a gyerekek, ha az a cél, hogy később is fogyasszák ezeket.

### **4.8. Élelmezés- és táplálkozás-egészségügyért felelős hatóságok, egyéb hatóságok és magánszereplők bevonása a program tervezésébe, végrehajtásába, nyomon követésébe és értékelésében**

Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program 2009-es indításakor a programért felelős Vidékfejlesztési Minisztérium (ma Agrárminisztérium) multidiszciplináris tanácsadó testületet hozott létre. A tagok minisztériumokat, önkormányzatokat, tudományos intézményeket és civil szervezeteket képviseltek. A testület fő megbízatása az volt, hogy szakértői tanácsokat adjon a nemzeti stratégiához. Ma az Agrárminisztérium a felelős minisztérium, amely a programot gondozza, illetve a végrehajtás szabályait rögzítő rendeletet kiadja. Jelenleg a jogszabály-előkészítési eljárás az egyetlen formális mechanizmus a különböző minisztériumok bevonására a programba. Az éves költségvetés és a támogatások tervezése, pontosítása az AKI szakembereinek bevonásával történik. *Ad hoc* egyeztetések is zajlanak az érintett minisztériumok között, vagy szükség esetén az Agrárminisztérium és a tudományos intézmények között (Kovács, 2022).

A megvalósítás minden tanévben azonos ütemterv szerint zajlik. Az intézményfenntartók április végétől május elejéig teszik közzé ajánlati felhívásukat, a MÁK által minősített beszállítóknak pedig május 12-ig kell benyújtaniuk ajánlataikat. A programban történő részvételre az előzetesen jóváhagyott kérelmező egy vagy több fenntartóval – ezek között egy tanév vonatkozásában legfeljebb

tizenkét tankerületi központtal – köthet a következő tanítási évtől kezdődően legfeljebb három tanítási évre szóló megállapodást. Egy kérelmező egy fenntartóval több köznevelési intézményre vonatkozóan is köthet egy okiratba foglalt megállapodást. A tankerületi központok száma tekintetében meghatározott felső korlát számításánál a kapcsolt vállalkozásnak minősülő kérelmezőket egy kérelmezőnek kell tekinteni. A tizenkét tankerületi központ számításánál a már korábban megkötött, a következő tanítási évben érvényes megállapodásokat is figyelembe kell venni. Ha a tankerületi központtal már korábban megkötött, a következő tanítási évben érvényes megállapodások száma meghaladja a tizenkettőt, akkor a tizenkettőt meghaladó számú tankerületi központtal kötött megállapodások is figyelembe vehetők, de újabb tankerületi központtal nem köthető további megállapodás.

A fenntartóknak május 20-ig kell elbírálniuk az ajánlatokat. A szerződéseket a MÁK ellenőrzi és hagyja jóvá. A beszállítók kötelezettséget vállalnak arra, hogy a termékeket a lekötött mennyiségben biztosítják és legalább heti egyszer kiszállítják a tanulók számára. A szállítást gyakran végzik alvállalkozókkal. A beszállító további feladatai között szerepel többek között a plakát, illetve tájékoztató anyagok elkészíttetése, annak átadása a fenntartónak. A fenntartó kötelezettségei közé tartozik a beszállító kiválasztásán túl a nyilvántartás vezetése, a könyvelés, minőségi kifogás esetén a MÁK értesítése, közreműködés a program helyszíni ellenőrzése során, illetve kérésre közreműködés a program értékelésében. Az iskola feladatai közé tartozik a termék átvétele, átmeneti tárolása a tanulóknak való kiosztásig. A termék kiosztási időpontja nem eshet egybe a közétkeztetés időpontjával. A főbejáratnál plakátot kell elhelyezni, továbbá nyilvántartást kell vezetni a programban és a kísérő intézkedésben résztvevő tanulók számáról és a kiosztott termék mennyiségéről, ezt öt évig meg kell őrizni, emellett selejtezési jegyzőkönyvet kell vezetni, minőségi kifogás esetén jegyzőkönyvet kell felvenni, közre kell működni a program helyszíni ellenőrzése során, kérésre közre kell működni a program értékelésében (15/2021. (III. 31.) AM rendelet, 19/2021. (V. 5.) AM rendelet).

A program nyomon követését három szereplő végzi: a Nemzeti Élelmiszerlánc-biztonsági Hivatal (NÉBIH), amely élelmiszer-biztonsági szempontból kíséri figyelemmel a programot; a MÁK feladata a jogszabályok betartásának ellenőrzése; és a Nemzeti Adó- és Vámhivatal (NAV) az utólagos ellenőrzést végzi (Kovács, 2022).

Az Országos Gyógyszerészeti és Élelmezés-egészségügyi Intézet (OGYÉI) 2022-ben olyan, a gyerekek számára szóló plakátokat, tájékoztató anyagokat is készített, amelyek kifejezetten a gyümölcs- és zöldségfélék, valamint a tej és tejtermékek fogyasztásával kapcsolatos ismeretek terjesztését, továbbá ezen élelmiszerek fogyasztásának népszerűsítését célozzák. A program keretében kiosztott tájékoztató anyagok, oktatási segédanyagok és munkafüzetek tartalmának összhangban kell lennie az OGYÉI által az egészséges táplálkozásra vonatkozóan közzétett ajánlásokkal<sup>6</sup>.

Az iskolaprogramok keretében kiosztott termékek beszámítása a közétkeztetési normákba nem lehetséges, az MDOSZ közétkeztetéssel foglalkozó munkacsoportja így hivatalosan nem vesz részt az iskolaprogramokkal kapcsolatos szakmai munkában, azonban az értékelő jelentés során az MDOSZ észrevételei is megjelenítésre kerültek.

<sup>6</sup> [https://ogyei.gov.hu/iskolagyumolcs\\_es\\_iskolazoldseg\\_program\\_iskolatej\\_program/](https://ogyei.gov.hu/iskolagyumolcs_es_iskolazoldseg_program_iskolatej_program/)

## 5. Általános értékelési kérdések

Magyarországon évről évre növekszik a túlsúly és az elhízás gyakorisága a gyerekek körében. E kedvezőtlen tendenciához a helytelen táplálkozási szokásokon (pl. a reggeli kihagyása, a rendszertelen étkezés) túl a kismértékű fizikai aktivitás és a passzív szabadidős tevékenységek elterjedése is nagyban hozzájárul (Kiss Tóth, 2014a). Magyarországon az iskolás gyerekek körében a túlsúllyal együtt a táplálkozás alapját jelentő élelmiszerek, a zöldség- és gyümölcsfélék vagy a tejtermékek elégtelen fogyasztása jellemző (Bíró *et al.*, 2007; Németh és Költő, 2011; KissTóth, 2014a; 2014b; Besenyei *et al.*, 2014; Bíró, 2018; Szűcs *et al.*, 2019; HBSC 2017/2018).

A WHO adatai szerint 2016-ban több mint 340 millió 5–19 éves gyerek és serdülő volt túlsúlyos vagy elhízott. A túlsúly és az elhízás előfordulása ebben a korosztályban az 1975-ben becsült mindössze 4 százalékról 2016-ig több mint 18 százalékra emelkedett<sup>7</sup>. A gyerekek túlsúlya és elhízása továbbra is az egyik legnagyobb közegészségügyi kihívás, mivel a túlsúly és az elhízás növeli a nem fertőző betegségek (szív- és érrendszeri betegségek, rák és cukorbetegség) kialakulásának kockázatát, ezenkívül a túlsúly növeli a COVID-19 súlyos következményeinek kockázatát (WHO, 2022b). A hatékony megelőzés nagy jelentőséggel bír, mert a gyermekkori túlsúly és elhízás nagy valószínűséggel felnőtt korban is súlyproblémákat eredményez, a túlsúlyos serdülők 80 százaléka túlsúlyos felnőtt lesz. A kedvezőtlen életmód negatív hatásai már nem csak felnőttkorban észlelhetők, hanem egyre fiatalabb korban is. Egészen az elmúlt évekig ritkaságnak számított egyes idült, nem fertőző betegségek megjelenése gyermekkorban. A túlsúly és az ehhez kapcsolódó metabolikus változások, valamint a magas vérnyomás a magyar gyereklakosság 10–18 százalékát is érintheti (Reusz, 2009). A gyermek- és serdülőkorban diagnosztizált új cukorbetegek közel 50 százaléka 2. típusú, szemben a korábbi évtizedekben tapasztalt 4–5 százalékkal (Madácsy, 2001).

Az európai régióban a gyermekkori túlsúly és elhízás előfordulását széleskörűen és összehasonlítható módon a WHO a Gyermekkori Tápláltsági Állapot Felmérés (*Childhood Obesity Surveillance Initiative*, COSI) keretében végzi. Tekintettel arra, hogy az étkezés és a fizikai aktivitás a túlsúly és az elhízás meghatározó tényezői, a COSI-felmérés a gyermekkori elhízottság mellett, a reggelizési szokásokra, a zöldség- és gyümölcsfogyasztás gyakoriságára, valamint a fizikai aktivitás (önkéntes elem) felmérésére is kiterjed. A felméréshez eddig több mint 40 ország csatlakozott. A 6–9 éves gyerekek körében végzett vizsgálat célja, hogy minden résztvevő országban egységes módszerrel gyűjtson adatot a gyerekek (korcsoportonként 2800 fő) tápláltsági állapotáról és annak időbeli változásáról.

Magyarország eddig négy nemzetközi felmérési körben vett részt 2010–2022 között, amelyet az OGYÉI végzett. A 2009/2010 tanévben, a 2015/2016 tanévben és a 2019/2020 tanévben végzett felmérésekről állnak rendelkezésre adatok. Az OGYÉI tájékoztatása szerint a legutóbbi adatfelvétel 2022 decemberében zárult, jelenleg az adatok előkészítése (adattisztítás, súlyozás, adatbázisok véglegesítése) zajlik, az első eredmények 2023. március-áprilisban várhatók.

Módszertani különbségek miatt Magyarországon jelenleg háromféle számítás szerint definiálják a gyermekkori elhízást: (1) a WHO által használt módszer, (2) az *International Obesity Task Force* (IOTF) által alkalmazott módszer, valamint (3) a magyarországi percentilis táblázaton alapuló módszer. A számolási elvek mindhárom esetben a testtömegindexen (BMI, testsúly-kilogrammban/testmagasság négyzete méterben) alapulnak. A kategóriák határértékei életkoronként és nemeként eltérőek az egyes definíciók szerint, például egy 7 éves fiú, akinek a BMI-je 19,5 kg/m<sup>2</sup> a magyar és az IOTF-besorolás alapján túlsúlyos, de a WHO definíció szerint elhízottnak számít. Az OGYÉI annak érdekében, hogy a különböző hazai és nemzetközi felmérések eredményei össze-

<sup>7</sup> Forrás: WHO: Obesity and overweight <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>

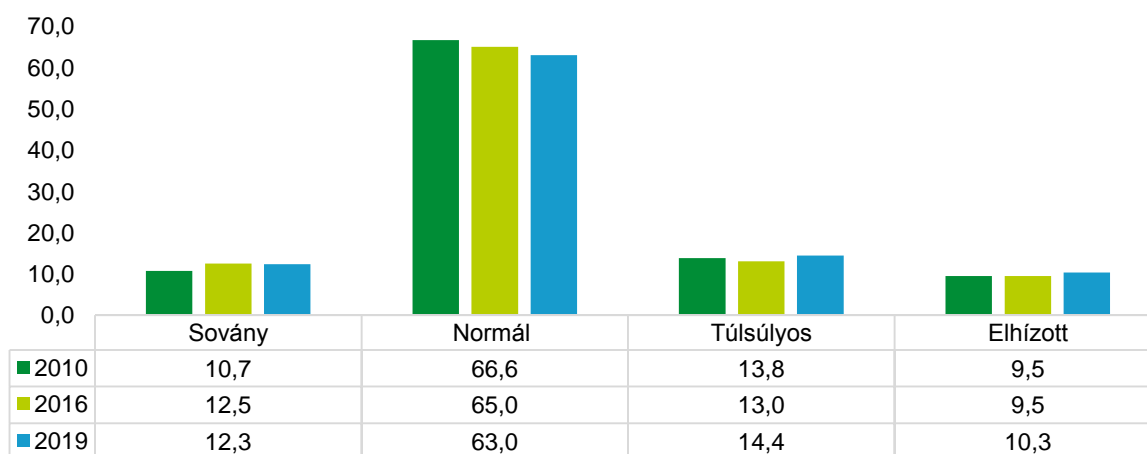


hasonlíthatóak legyenek, a COSI-felmérés során a túlsúlyos és elhízott gyerekek számát mindhárom besorolás szerint meghatározza<sup>8</sup>.

A hazai módszertan szerint Magyarországon összesítve 24,7 százalék volt a túlsúlyos (14,4 százalék) és az elhízott (10,3 százalék) gyerekek aránya 2019-ben. A 2016-os adatok alapján Magyarországon a 6–8 éves gyerekek 21,5 százaléka (a fiúk 20,5 százaléka, a lányok 21,9 százaléka) volt túlsúlyos (összesítve 13,0 százalék) vagy elhízott (összesítve 9,5 százalék). Ugyanezen adatok alapján, a korábbi felmérésekkel összehasonlítva megállapítható, hogy Magyarországon a 6–8 éves iskolás gyerekek körében 2010–2019 között a túlsúlyosak és az elhízottak aránya 23,3 százalékról 24,7 százalékra nőtt. Mindezek mellett a sovány gyerekek aránya is növekszik, ami helyes táplálkozással szintén orvosolható (14. ábra). A COSI-felmérés szerint Magyarországon – a WHO meghatározása alapján – 2019-ben 29,8 százalék volt a túlsúlyos vagy elhízott 6–8 éves gyerekek aránya (WHO, 2022a). A gyermeki túlsúly és elhízás előfordulása az OGYÉI 2016-ban mért eredményei alapján az egyes régiók között nagyon jelentős különbségeket mutat<sup>9</sup>. A legtöbb túlsúlyos és elhízott gyerek a Dél-Dunántúlon (27,2 százalék), míg a legkevesebb Közép-Magyarországon (18,1 százalék) él. A régiós különbség markánsabb fiúknál, mint lányoknál (OGYÉI, 2017). A WHO 2015–2017-es adatai alapján a túlsúly és az elhízás együttes előfordulása alapján Magyarország a középmezőnyben helyezkedik el, 35 országból a 15. helyen áll, de a magyarországi érték még így is meghaladja a vizsgálatban részt vevő országok 27,4 százalékos átlagát (TÉT Platform, 2018).

További aggodalomra ad okot, hogy a *World Obesity Federation* (WOF) által 2019-ben a gyermeki elhízásról készített becslések alapján Magyarországon 2030-ra az 5–9 évesek 23 százaléka, míg a 10–19 évesek 17 százaléka lesz elhízott (WOF 2019). Ugyanakkor a gyermeki túlsúly és elhízás megelőzhető, ennek egyik módja a WHO ajánlása szerint a zöldségek és gyümölcsök, valamint hüvelyesek, teljes kiőrlésű gabonák és diófélék fogyasztásának növelése, valamint a minőségi reggeli rendszeres fogyasztása<sup>10</sup>.

14. ábra: **A 7 éves gyerekek tápláltsági állapota Magyarországon, 2010, 2016 és 2019 (százalék)**



Forrás: OGYÉI adatai alapján

<sup>8</sup> Forrás: [https://ogyei.gov.hu/orszagos\\_felmerest\\_indit\\_az\\_ogyei\\_a\\_gyerekkori\\_elhizas\\_vizsgalatara](https://ogyei.gov.hu/orszagos_felmerest_indit_az_ogyei_a_gyerekkori_elhizas_vizsgalatara)

<sup>9</sup> Magyarországon jelenleg több, jogszabályok által előírt adatgyűjtés folyik a gyerekek tápláltsági állapotáról. A legrégebbiek az iskolaegészségügyi szűrések keretében végzett testsúly- és testmagasságmérések. Ezek a vizsgálatok a 26/1997. (IX. 3.) NM rendelet szerint jelenleg a 2., 4., 6., 8., 10. és 12. évfolyamokban történnek iskolavédőnők által. A diagnózis felállítása a mért adatok alapján az iskolaorvos vagy a háziorvos feladata. Az iskola-egészségügyi szűrések rendszerével párhuzamosan 2015-ben került bevezetésre a Nemzeti Egységes Tanulói Fittségi Teszt (NETFIT), amelynek célja a tanulók fizikai állapotának és edzettségének (fizikai fittségének) mérése (Kovács és Erdei, 2019)

<sup>10</sup> Forrás: WHO: Obesity and overweight <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>

## 5.1. Milyen mértékben növelte az iskolaprogram a gyerekek teljes gyümölcs-, zöldség-, tej- és tejtermékfogyasztását, összhangban a célzott korcsoport egészséges étrendjére vonatkozó nemzeti ajánlásokkal?

### 5.1.1. A gyerekek közvetlen és közvetett friss gyümölcs- és zöldségfogyasztásának változása (mennyiség és/vagy gyakoriság)

Az egy főre vetített zöldség- és gyümölcsfogyasztást a KSH háztartás-statisztikák<sup>11</sup> alapján elemeztük 2015–2020 között. Ez nagymintás, reprezentatív adatfelvétel, amely alapvetően a fogyasztási kiadások szerkezetének vizsgálatára szolgál, a minta a magánháztartásokat fogja át<sup>12</sup>.

A zöldségfélék egy főre vetített éves átlagos fogyasztása 2015–2020 között, burgonya nélkül, 54,5 kilogramm volt, a vizsgált időszakban ingadozó, de növekvő tendenciát mutatott. A 2020. évi adatokkal számolva a zöldségfogyasztás egy főre vetített mennyisége 2015-höz képest 15,2 százalékkal 60,3 kilogrammra nőtt (23. táblázat).

23. táblázat: **A magyarországi háztartások egy főre vetített éves zöldségfogyasztása, 2015–2020**

Megnevezés	kilogramm						
	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2015–2020 átlag
Leveles, száraz zöldségek	2,3	2,1	1,5	1,8	1,9	2,0	1,9
Káposztafélék	5,1	5,0	6,1	5,9	5,1	5,5	5,5
Uborka	3,2	3,2	2,6	3,8	3,4	2,9	3,2
Paradicsom	6,4	6,1	5,6	7,6	6,5	7,1	6,6
Zöldpaprika	5,3	4,8	4,3	5,4	5,0	5,5	5,1
Zöldbab	0,6	0,6	0,5	0,5	0,4	0,3	0,5
Zöldborsó	0,8	0,5	0,6	0,3	0,4	0,5	0,5
Szárazhüvelyesek	0,9	0,8	0,9	0,9	0,6	0,7	0,8
Gomba	0,9	0,9	1,0	0,9	0,9	1,0	0,9
Sárgarépa, petrezselyemgyökér	7,1	7,2	7,5	6,6	6,1	7,6	7,0
Vöröshagyma	8,8	8,6	9,3	8,4	6,9	9,1	8,5
Egyéb friss zöldség	3,5	4,2	4,4	4,0	3,8	4,3	4,0
Tartósított zöldség, zöldségkészítmények	7,4	7,8	8,1	11,1	12,0	13,6	10,0
Burgonya	30,3	28,9	29,4	26,7	23,0	27,3	27,6
<b>Zöldség összesen</b>	<b>52,4</b>	<b>51,8</b>	<b>52,5</b>	<b>57,1</b>	<b>53,1</b>	<b>60,3</b>	<b>54,5</b>
<b>Zöldség és burgonya összesen</b>	<b>82,6</b>	<b>80,7</b>	<b>81,8</b>	<b>83,8</b>	<b>76,1</b>	<b>87,6</b>	<b>82,1</b>

Forrás: KSH-adatok alapján az AKI Élelmiszerlánc-kutatási Osztályán készült összeállítás

<sup>11</sup> Forrás: KSH, módszertan: [https://www.ksh.hu/docs/hun/modsz/jov\\_modsz.html](https://www.ksh.hu/docs/hun/modsz/jov_modsz.html)

<sup>12</sup> Megjegyzés: A háztartási költségvetési felvétel a rezidens háztartások fogyasztását mutatja ki, azaz szűkebb a magyarországi fogyasztásnál, illetve a háztartás-statisztika adataiban az élelmiszerek fogyasztását árusúlyban és abban a formában tüntetik fel, amelyekben azokat megvásárolták és elfogyasztották.



A támogatott termékek körébe az étkezési paprika, paradicsom, karalábé és a sárgarépa tartozik. E zöldségfélék fogyasztása a vizsgált időszakban szintén ingadozott<sup>13</sup>. A zöldpaprika fogyasztása a 2015. évihez képest 2,3 százalékkal, a paradicsomé 11,6 százalékkal, míg a sárgarépaé, amely egyben szerepel a petrezselyemgyökérrel, 6 százalékkal nőtt 2020-ig.

Legnagyobb mennyiségben fogyasztott zöldségféléink közé tartozott 2020-ban a vöröshagyma (9,1 kilogramm/fő/év), a sárgarépa és petrezselyemgyökér (7,6 kilogramm/fő/év), a paradicsom (7,1 kilogramm/fő/év), valamint a káposztafélék és a paprika (5,5–5,5 kilogramm/fő/év). Ezek mellett jelentős a tartósított zöldségek, zöldségkészítmények fogyasztása (13,6 kilogramm/fő/év) is.

A gyümölcsfélék egy főre vetített éves átlagos fogyasztása 2015–2020 között 48,6 kilogramm volt, a vizsgált időszakban ingadozó, de növekvő tendenciát mutatott. A 2020. évi adatokkal számolva a gyümölcsfogyasztás egy főre vetített mennyisége 2015-höz képest 1,6 százalékkal 46,6 kilogrammra nőtt (24. táblázat).

24. táblázat: **A magyarországi háztartások egy főre vetített éves gyümölcsfogyasztása, 2015–2020**

Megnevezés	kilogramm						
	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2015–2020 átlag
Citrusfélék	7,2	7,7	7,9	8,1	7,8	8,2	7,8
Banán	5,3	5,6	6,2	7,3	7,4	8,0	6,6
Alma	11,4	10,5	11,3	11,7	12,5	9,8	11,2
Körte	2,2	1,2	1,7	2,1	1,7	1,5	1,7
Őszibarack	3,0	2,7	3,2	3,3	4,8	2,6	3,3
Sárgabarack	0,8	0,9	1,3	0,8	1,0	0,4	0,9
Cseresznye	0,6	0,6	0,7	0,4	0,6	0,4	0,6
Meggy	1,2	0,9	0,9	0,8	0,5	0,5	0,8
Szilva	1,3	1,2	1,3	1,7	1,7	1,0	1,4
Földi eper, málna, ribiszke	0,9	1,1	1,2	1,1	1,3	0,4	1,0
Szőlő	1,7	2,0	2,0	2,6	2,9	2,5	2,3
Sárgadinnye	0,8	0,7	0,8	0,9	0,8	0,8	0,8
Görögdinnye	6,4	6,3	7,0	7,3	6,8	6,3	6,7
Egyéb gyümölcs	0,9	1,1	1,2	1,2	1,1	1,1	1,1
Dió, mák, mogyoró, mandula, magvak	1,5	1,4	1,5	1,5	1,5	1,4	1,5
Gyümölcskészítmények	0,6	0,6	0,8	0,9	0,9	1,6	0,9
<b>Gyümölcs összesen</b>	<b>45,8</b>	<b>44,7</b>	<b>48,8</b>	<b>51,9</b>	<b>53,5</b>	<b>46,6</b>	<b>48,6</b>

Forrás: KSH-adatok alapján az AKI Élelmiszerlánc-kutatási Osztályán készült összeállítás

A támogatott termékek körébe az alma, a körte, az őszibarack, a nektarin, a szilva, a földi eper és a cseresznye, továbbá a zöldség- és gyümölcslevelek tartoznak. E gyümölcsféléknek fogyasztása a vizsgált időszakban csökkent<sup>14</sup>. Az alma fogyasztása a 2015. évihez képest 13,7 százalékkal, a körtéé 31,6 százalékkal, az őszibaracké 13,5 százalékkal, a szilváé 20,1 százalékkal, míg a cseresznyéé 37,1 százalékkal esett vissza 2020-ig. A gyümölcs- és zöldséglevelek, szörpök fogyasztá-

<sup>13</sup> A karalábéra nincs külön adat.

<sup>14</sup> A földi eperre nincs külön adat.

sa 13,1 liter volt a hat év átlagában, 2020-ig 26,5 százalékkal nőtt a 2015. évihez képest (25. táblázat).

Bár a legnagyobb mennyiségben fogyasztott gyümölcsünk továbbra is az alma (9,8 kilogramm/fő/év), a döntő többségében importból származó citrusfélék (8,2 kilogramm/fő/év) és a banán (8,0 kilogramm/fő/év) együttesen 34,8 százalékát teszik ki az egy főre vetített éves gyümölcsfogyasztásnak. Ezek mellett jelentősebb mennyiségű még a görögdinnye (6,3 kilogramm/fő/év), az őszibarack (2,6 kilogramm/fő/év) és a szőlő (2,5 kilogramm/fő/év) fogyasztása.

25. táblázat: **A magyarországi háztartások egy főre vetített éves gyümölcs- és zöldséglé-, valamint szörp-fogyasztása, 2015–2020**

liter

Megnevezés	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2015–2020 átlag
Gyümölcs-, zöldséglevek és szörpök	12,4	12,4	12,5	13,0	12,7	15,7	13,1

Megjegyzés: 2015–2018 között gyümölcslé néven, majd 2019-től gyümölcs-, zöldséglevek és szörpök néven szerepel.  
 Forrás: KSH-adatok alapján az AKI Élelmiszerlánc-kutatási Osztályán készült összeállítás

A fenti adatok alapján egy magyar fogyasztó átlagosan 293 gramm friss zöldséget és gyümölcsöt fogyasztott naponta 2020-ban. Az Eurostat 2017. évi adatai szerint napi rendszerességgel a magyarországi lakosság 40 százaléka fogyasztott gyümölcsöt, ehhez képest az EU átlaga 64 százalék. Zöldségfogyasztásban még kedvezőtlenebb a helyzet: a magyarországi lakosság mindössze 30 százaléka fogyaszt napi rendszerességgel friss zöldségeket, szemben az EU 64 százalékos átlagával<sup>15</sup>.

A KSH az elfogyasztott zöldség és gyümölcs mennyiségét fogyasztói korcsoportok és iskolai végzettsége szerint is vizsgálja. A 2020. év adatai alapján az életkorral növekvő fogyasztási tendencia rajzolódik ki. A legkevesebb zöldséget és gyümölcsöt fogyasztó legfiatalabb korosztályhoz (25 évesnél fiatalabbak csoportja) képest a 25–54 év közötti fogyasztók csoportja 31,0 százalékkal, az 55–64 év közötti fogyasztók csoportja 99,6 százalékkal, míg a 65 évesnél idősebb fogyasztók csoportja 134,6 százalékkal több zöldséget és gyümölcsöt fogyaszt. Iskolai végzettség szerint nincsenek ilyen jelentős különbségek, ugyanakkor a magasabb végzettségűek az utóbbi években több zöldséget fogyasztanak (26. táblázat).

<sup>15</sup> Forrás: Eurostat (2019): *Do you eat fruit and vegetables daily?* <https://ec.europa.eu/eurostat/web/products-eurostat-news/-/DDN-20190401-1>

26. táblázat: **Az egy főre vetített éves zöldség- és gyümölcsfogyasztás Magyarországon, életkor és iskolai végzettség szerinti bontásban, 2015–2020**

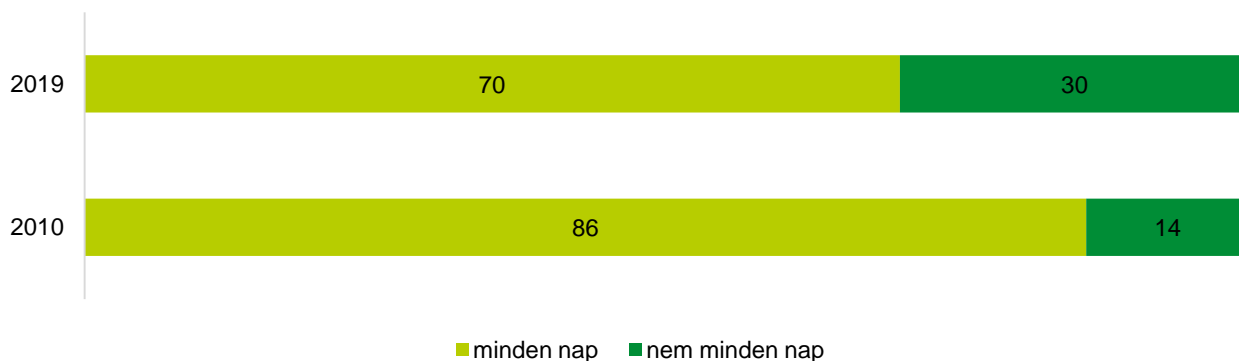
Megnevezés	Referenciaszemély életkora				Referenciaszemély iskolai végzettsége			
	25 éves-nél fiatalabb	25–54 év	55–64 év	65 éves és idősebb	alapfokú vagy nincs	középfokú érettségi nélkül	középfokú érettséggel	felsőfokú
	<b>2015</b>							
Zöldség	36,2	40,4	69,3	82,0	49,9	52,6	54,8	51,8
Gyümölcs	32,3	35,8	59,4	71,0	35,4	43,2	50,3	53,7
<b>Összesen</b>	<b>68,5</b>	<b>76,2</b>	<b>128,7</b>	<b>153,0</b>	<b>85,3</b>	<b>95,9</b>	<b>105,1</b>	<b>105,5</b>
	<b>2016</b>							
Zöldség	41,4	42,2	62,4	77,9	51,0	53,8	53,9	47,3
Gyümölcs	33,4	36,6	50,7	70,2	34,3	40,2	48,4	53,8
<b>Összesen</b>	<b>74,8</b>	<b>78,8</b>	<b>113,1</b>	<b>148,1</b>	<b>85,3</b>	<b>94,1</b>	<b>102,3</b>	<b>101,1</b>
	<b>2017</b>							
Zöldség	37,8	43,2	64,5	76,5	56,2	55,3	49,4	50,4
Gyümölcs	35,2	40,6	57,1	72,3	43,8	48,1	49,0	53,3
<b>Összesen</b>	<b>73,0</b>	<b>83,8</b>	<b>121,6</b>	<b>148,8</b>	<b>100,0</b>	<b>103,3</b>	<b>98,4</b>	<b>103,7</b>
	<b>2018</b>							
Zöldség	35,9	47,0	67,2	84,5	55,7	54,2	57,1	61,5
Gyümölcs	30,3	41,7	61,0	80,9	45,4	43,6	54,7	63,0
<b>Összesen</b>	<b>66,2</b>	<b>88,6</b>	<b>128,2</b>	<b>165,4</b>	<b>101,1</b>	<b>97,7</b>	<b>111,8</b>	<b>124,6</b>
	<b>2019</b>							
Zöldség	40,6	42,8	64,6	78,7	51,4	51,3	54,7	54,2
Gyümölcs	41,6	42,1	65,5	82,1	49,6	49,5	53,2	60,6
<b>Összesen</b>	<b>82,2</b>	<b>84,9</b>	<b>130,1</b>	<b>160,8</b>	<b>101,0</b>	<b>100,8</b>	<b>107,9</b>	<b>114,8</b>
	<b>2020</b>							
Zöldség	35,7	50,1	76,0	85,9	55,1	55,4	62,2	66,1
Gyümölcs	31,1	37,5	57,4	70,9	37,0	40,0	51,0	53,8
<b>Összesen</b>	<b>66,8</b>	<b>87,5</b>	<b>133,4</b>	<b>156,8</b>	<b>92,1</b>	<b>95,5</b>	<b>113,2</b>	<b>119,9</b>

Megjegyzés: a zöldség csoport nem tartalmazza a burgonyát.

Forrás: KSH-adatok alapján az AKI Élelmiszerlánc-kutatási Osztályán készült összeállítás

Magyarországon a gyerekek zöldség- és gyümölcsfogyasztásának vizsgálata 2010-ben és 2019-ben (szülőknek készült kérdőív segítségével) a WHO COSI-felmérés keretében történt. Míg 2010-ben a 7 éves iskolások 86 százaléka fogyasztott minden nap zöldséget, gyümölcsöt, addig ez az arány 2019-re jelentősen lecsökkent, már csak 70 százalék volt (15. ábra).

15. ábra: **A 7 éves gyerekek napi egyszeri zöldség- és gyümölcsfogyasztásának gyakorisága Magyarországon, 2010 és 2019 (százalék)**



Forrás: OGYÉI adatai alapján

A 4-10 évesek napi átlagos zöldség- és gyümölcsfogyasztása fejenként 340 gramm, a 11-18 évesek csupán 270 gramm volt 2014-ben. A 4–10 évesek 25 százalékának, a 11–18 évesek 35 százalékának kritikusán alacsony, a beviteli referenciaérték 70 százalékánál kisebb a rostfelvétele (16. ábra) (Szűcs *et al.*, 2019).

Hasonló eredményeket mutat egy másik, 11–18 éves fiatalok táplálkozását vizsgáló 2017-ben készült felmérés, miszerint zöldség- és főzelékfélékből (a burgonyát is beleértve) naponta átlagosan 277 (247–303) grammot, gyümölcsfélékből (a magas gyümölcshányadú gyümölcslevekekkel együtt) a korcsoportok összességében naponta átlagosan 182 (170–230) grammot fogyasztottak fejenként. Azonban burgonya és gyümölcslevek nélkül a zöldségfélék (169 gramm/fő) és gyümölcsök (100 gramm/fő) fogyasztása jóval elmarad az adott korcsoportú fiatalok számára napi átlagban ajánlott kb. 400–450 grammtól (Bíró, 2018).

16. ábra: **A napi zöldség- és gyümölcsfogyasztás mennyisége a gyerekek körében Magyarországon, korcsoportok szerinti bontásban, 2014-ben és 2017-ben felvett adatok alapján (gramm/nap)**



Megjegyzés: Felmérés időpontja: 4-10 évesek: 2014; 11-18 és 18+ évesek 2017  
 Forrás: Szűcs *et al.*, 2019 és Bíró, 218 alapján

A gyerekek egyharmada reggeli nélkül indul el otthonról, aminek fő oka az időhiány, illetve az, hogy nem éhes. A nap első étkezése hiányos teljes értékű gabonákban, zöldségekben, gyümölcsökben és tejtermékekben. A zöldséget és gyümölcsöt reggeliző gyerekek 35–39 százalékuk rendszeresen, míg 30 százalékuk csak alkalmanként. A tejtermékek, például a natúr és ízesített joghurtok, pudingok, tejdesszertek és túrófélék átlagosan 10 százalékban jelennek meg a gyerekek reggelijének részeként. Az ízesített gabonapelyheket és müzli-féléket a gyere-

kek egynegyede fogyasztja rendszeresen, fele pedig alkalmanként. A folyadékfogyasztáson belül ugyanolyan arányt képviselnek a hideg és a meleg italok, amelyek közül a víz és az ásványvíz bizonyul a leggyakoribbnak. Tejet vagy kakaóitalt a gyerekek 60 százaléka fogyaszt reggelire (Kiss Tóth, 2014a). Egy másik mintában napi négyszeri vagy ötszöri étkezést a tanulók alig fele (48,5 százaléka) tartott. A vizsgálatba bevont gyerekek 63,5 százaléka fogyasztott naponta legalább egyszer gyümölcsöt, zöldséget – a fiúk magasabb arányban, mint a lányok (Besenyei *et al.*, 2014.)

### 5.1.2. A gyerekek közvetlen és közvetett tejfogyasztásának változása (mennyiség és/vagy gyakoriság)

A folyadéktej és a tejtermékek fogyasztását – a zöldség- és gyümölcsfélék fogyasztásához hasonlóan – a KSH háztartás-statisztikai alapján elemeztük, a vizsgált időszak 2015–2020 között volt.

A folyadéktej egy főre vetített éves átlagos fogyasztása 2015–2020 között 54,4 liter volt, a vizsgált időszakban a fogyasztás 6,9 százalékkal 56,7 literre nőtt (27. táblázat). A joghurt, kefir és tejföl együttes fogyasztása a 2015. évihez képest 4,1 százalékkal csökkent, míg a sajt, túró, tejkonzerv, tejpor együttes fogyasztása 25,8 százalékkal, a vaj és vajkrém fogyasztása 33,9 százalékkal emelkedett.

27. táblázat: **A magyarországi háztartások egy főre vetített éves tej- és tejtermékfogyasztása, 2015–2020**

Megnevezés	M.e.	2015	2016	2017	2018	2019	2020
Folyadéktej	liter	53,0	53,4	52,6	54,6	56,2	56,7
Joghurt, kefir, tejföl	liter	13,2	13,6	13,2	13,3	13,1	12,7
Sajt, túró, tejkonzerv, tejpor	kg	7,1	7,6	7,6	7,9	8,4	8,9
Vaj, vajkrém	kg	1,1	1,2	1,3	1,2	1,5	1,5

Forrás: KSH-adatok alapján az AKI Élelmiszerlánc-kutatási Osztályán készült összeállítás

A fenti adatok alapján egy magyarországi fogyasztó napi átlagban 1,5 deciliter tejet és 0,3 deciliter savanyított tejterméket fogyasztott 2020-ban.

A KSH az elfogyasztott tej és tejtermékek mennyiségét fogyasztói korcsoportok és iskolai végzettsége szerint is vizsgálja. A 2020. év adatai alapján az életkorral növekvő fogyasztási tendencia rajzolódik ki. A legkevesebb tej és tejterméket fogyasztó legfiatalabb korosztályhoz (25 évesnél fiatalabbak csoportja) képest a 25–54 év közötti fogyasztók csoportja 8,5 százalékkal, az 55–64 év közötti fogyasztók csoportja 39,9 százalékkal, míg a 65 évesnél idősebb fogyasztók csoportja 56,1 százalékkal több tejet és tejterméket fogyaszt. Hasonló különbségek figyelhetők meg a savanyított tejtermékeknél is: a 25–54 év közötti fogyasztók csoportja 30,6 százalékkal, az 55–64 év közötti fogyasztók csoportja 73,2 százalékkal, míg a 65 évesnél idősebb fogyasztók csoportja 112,1 százalékkal fogyasztott többet. Iskolai végzettség szerint a tej és tejtermékek emelkedő fogyasztása figyelhető meg a magasabb végzettségűek javára (28. táblázat).

28. táblázat: **Az egy főre vetített éves tej- és tejtermékfogyasztás Magyarországon, életkor és iskolai végzettség szerinti bontásban, 2015–2020**

Megnevezés	M.e.	Referenciaszemély életkora	Referenciaszemély iskolai végzettsége
------------	------	----------------------------	---------------------------------------

## AZ ISKOLAPROGRAMOK ÉRTÉKELÉSI JELENTÉSE

		25 éves-nél fiatalabb	25–54 év	55–64 év	65 éves és idősebb	alapfokú vagy nincs	középfokú érettségi nélkül	középfokú érettséggel	felsőfokú
<b>2015</b>									
Folyadéktej	liter	45,4	46,9	58,8	71,0	50,8	53,4	56,5	51,2
Joghurt, kefir, tejföl	liter	10,1	11,5	15,1	18,1	11,0	12,7	14,2	14,8
Sajt, túró, tejkonzerv, tejpor	kg	5,4	6,1	8,4	9,6	5,2	7,0	7,6	8,3
Vaj, vajkrém	kg	0,9	1,0	1,4	1,5	1,0	1,0	1,1	1,5
<b>2016</b>									
Folyadéktej	liter	43,7	47,3	60,6	69,9	49,9	53,9	55,6	52,5
Joghurt, kefir, tejföl	liter	10,3	11,9	15,4	18,8	11,0	12,5	14,5	16,1
Sajt, túró, tejkonzerv, tejpor	kg	6,0	6,8	8,4	10,0	5,7	7,0	8,4	8,9
Vaj, vajkrém	kg	1,0	1,1	1,4	1,5	1,0	1,0	1,2	1,6
<b>2017</b>									
Folyadéktej	liter	39,7	47,0	58,6	68,8	55,4	52,0	52,7	50,9
Joghurt, kefir, tejföl	liter	10,9	11,7	14,7	17,4	11,7	12,5	13,5	14,8
Sajt, túró, tejkonzerv, tejpor	kg	5,6	7,0	8,5	9,4	6,8	6,9	7,9	8,6
Vaj, vajkrém	kg	1,2	1,1	1,5	1,7	1,1	1,1	1,3	1,6
<b>2018</b>									
Folyadéktej	liter	43,9	47,7	62,7	71,9	57,2	53,9	56,0	51,8
Joghurt, kefir, tejföl	liter	8,9	11,5	14,4	18,7	11,7	12,2	13,8	14,9
Sajt, túró, tejkonzerv, tejpor	kg	5,8	6,8	9,3	10,6	6,8	7,0	8,4	9,2
Vaj, vajkrém	kg	1,1	1,0	1,5	1,7	1,1	0,9	1,3	1,6
<b>2019</b>									
Folyadéktej	liter	59,4	49,1	62,5	73,2	54,8	56,8	58,3	53,7
Joghurt, kefir, tejföl	liter	9,2	10,9	16,1	18,2	11,5	12,6	13,9	13,6
Sajt, túró, tejkonzerv, tejpor	kg	6,3	7,4	9,2	11,3	6,6	7,5	8,8	10,0
Vaj, vajkrém	kg	1,1	1,2	1,8	2,0	1,1	1,3	1,5	1,9
<b>2020</b>									
Folyadéktej	liter	46,5	50,4	65,0	72,5	57,2	54,9	61,3	53,0
Joghurt, kefir, tejföl	liter	8,4	10,9	14,5	17,8	10,8	12,3	13,7	13,0
Sajt, túró, tejkonzerv, tejpor	kg	5,9	8,1	10,0	11,5	6,9	7,9	9,5	10,4
Vaj, vajkrém	kg	0,9	1,3	1,6	1,9	1,0	1,2	1,5	2,0

Forrás: KSH-adatok alapján az AKI Élelmiszerlánc-kutatási Osztályán készült összeállítás

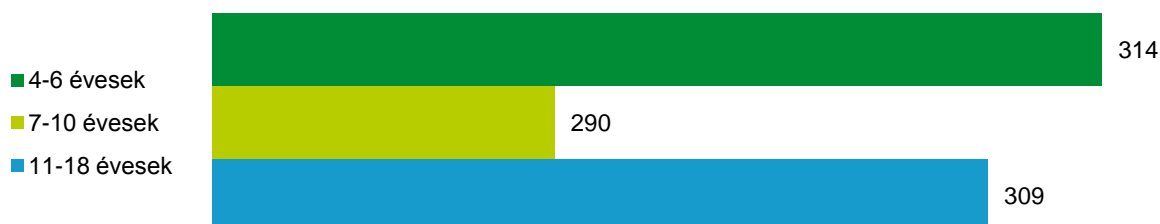
Magyarországon a gyerekek tej- és a tejtermékfogyasztása minden korcsoportban elmarad az ajánlott mennyiségtől. Legnagyobb arányú az ivótejek fogyasztása volt 2014-ben, ezt követték a savanyított tejkészítmények és a sajtok. A kritikusan kevés kalcium bevitele minden életkorban megfigyelhető: a 4–12 hónapos gyerekek 22 százaléka, a 12–36 hónaposak 42 százaléka, a 4–10 évesek 32 százaléka, míg a 11–18 évesek 34 százaléka érintett. A 7–10 évesek tej- és tejtermék fogyasztása a legalacsonyabb a különböző korcsoportok között (17. ábra) (Szűcs *et al.*, 2019).

A 11–18 éves fiatalok napi átlagos tej- és tejtermékfogyasztása 309 gramm volt 2017-ben. A fogyasztás mintegy háromnegyedét adták a (jellemzően ízesített) fogyasztási tejek, mintegy 10 szá-



zalékát (korcsoportonként változó mértékben) a savanyított tejtermékek, 6–8 százalékát a sajt- és túrófélések, a fennmaradó részt pedig leginkább az ízesített (édes) tejkészítmények (Bíró, 2018).

17. ábra: **A napi tej- és tejtermékfogyasztás mennyisége gyerekek körében Magyarországon, korcsoportok szerinti bontásban, 2014-ben és 2017-ben felvett adatok alapján (gramm/nap)**



Megjegyzés: Felmérés időpontja: 4-6 évesek és a 7-10 évesek: 2014; 11-18+ évesek 2017  
 Forrás: Szűcs *et al.*, 2019 és Bíró, 2018 alapján

Felnőttek számára mind a hazai, mind a nemzetközi táplálkozási ajánlások szerint napi fél liter tej vagy annak megfelelő kalciumtartalmú tejtermék fogyasztása javasolt. A felnőtt magyarországi lakosság 84 százalékának tej- és tejtermékfogyasztása nem éri el ezt az ajánlott értéket (Szűcs *et al.*, 2019). A tejfogyasztás alakulását is mérő 2019-es Országos Táplálkozás és Tápláltsági Állapot Vizsgálatok (OTÁP) eredményei szerint az iskolai végzettség és az anyagi helyzet meghatározó a fogyasztás alakulásában: a magasabb végzettségűek, a jobb anyagi helyzetben élők átlagosan több tejet, tejterméket fogyasztanak. Míg a tejfogyasztás 2009–2019 között jelentősen csökkent, a sajtok fogyasztása nőtt<sup>16</sup>. Különböző időpontokban elvégzett felmérések hiányában a gyerekek esetében fogyasztási tendenciák vázolója nem lehetséges.

A COSI-felmérés többek között fizikai aktivitást is mér a gyerekek körében. Kérdőíves módszerrel gyűjtöttek adatokat a 7 éves gyerekek fizikai aktivitásáról. Az eredmények azt mutatják, hogy 2010–2019 között az iskolába és onnan haza irányuló közlekedésben az autóval történő közlekedés megnőtt, míg a biciklivel, gyalog történő közlekedők aránya csökkent. Szintén kedvezőtlen változás, hogy a két óránál többet aktív játékkal töltő gyerekek aránya jelentősen csökkent és ezzel párhuzamosan képernyő előtt töltött idő megnőtt<sup>17</sup>.

A szülői kérdőíves felmérésben részt vevő kitöltők 62,4 százaléka arról számolt be, hogy gyereke minden nap fogyaszt tejet vagy tejterméket, 22,4 százalékuk válasza szerint hetente többször, 5,3 százalékuk szerint hetente legalább egyszer, míg 2,8 százalékuk szerint soha.

A tej és tejtermékek általános kedveltsége még a felnőttek körében sem általános: 55,8 százalékuk állította magáról, hogy minden ilyen terméket szeret, 36,6 százalékuk csak bizonyos termékeket, 7,6 százalékuk pedig semmilyen formában nem fogyasztja ezeket. A válaszadók gyerekei körében az arányok 41,4 százalék, 53,0 százalék, illetve 5,1 százalék. A felmérés szerint a szülők ízlése nagyban befolyásolja a gyerekekét. A minden tejterméket kedvelő szülők gyerekeinek 62,7 százalékára is ugyanez igaz, míg a válogatosabb szülők gyerekeinek csak 15,2 százaléka, a tejterméket elutasító szülők mellett nevelkedő tanulóknak pedig csak 9,7 százaléka szeret bármi-

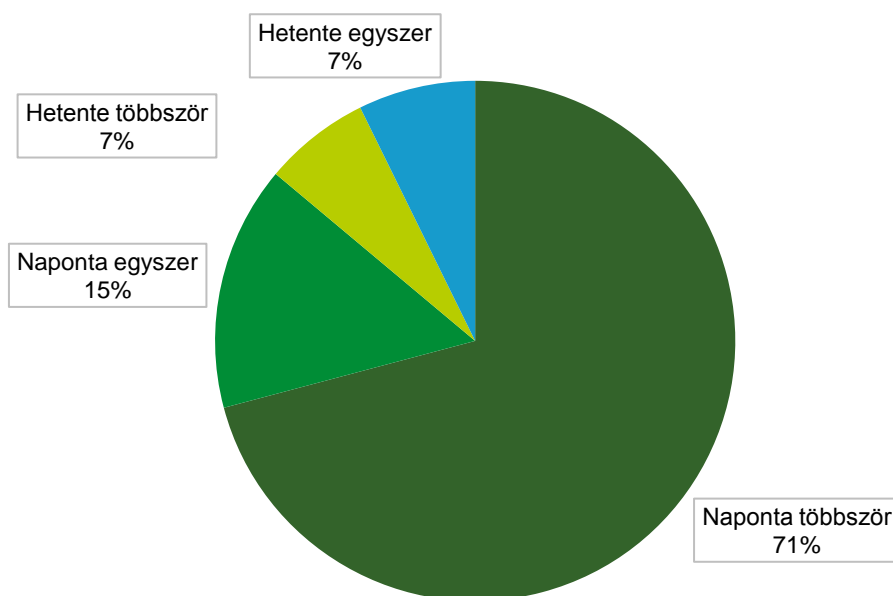
<sup>16</sup> [https://ogyei.gov.hu/dynamic/osszefoglalo\\_otap\\_cosi\\_konferencia\\_20221103.pdf](https://ogyei.gov.hu/dynamic/osszefoglalo_otap_cosi_konferencia_20221103.pdf)

<sup>17</sup> [https://ogyei.gov.hu/dynamic/osszefoglalo\\_otap\\_cosi\\_konferencia\\_20221103.pdf](https://ogyei.gov.hu/dynamic/osszefoglalo_otap_cosi_konferencia_20221103.pdf)

lyen tejterméket. A lakóhely is komoly befolyásoló tényező. A falusi gyerekek 46,2 százaléka minden tejterméket kedvel, míg a fővárosi gyerekek 37,3 százaléka, a megyeszékhelyen élő tanulók 38,6 százaléka, illetve a városiak 42,3 százaléka szeret minden tejterméket. Az iskolaprogramokban való részvétel pozitívan befolyásolja a tejtermékek kedveltségét. Az iskolatej programban részt vevő iskolák tanulóinak 55,6 százaléka szeret minden ilyen terméket, a mindkét programmal érintett intézménybe járóknál ugyanez az arány 44,4 százalék, az alapsokaságé pedig csupán 41,2 százalék.

A fókuszcsoporthoz tartozó interjúban részt vevő iskolások válaszaik szerint a diákok 71 százaléka naponta többször – esetükben 36 tanuló naponta háromszor is – fogyaszt tejet vagy tejterméket, további 15 százalékuk naponta legalább egyszer, 7–7 százalékuk hetente többször vagy egyszer fogyaszt tejet vagy tejterméket (18. ábra).

18. ábra: **A tej- és tejtermékfogyasztás gyakoriságának megoszlása a fókuszcsoporthoz tartozó vizsgált tanulók körében, N=151**



Forrás: Az AKI Élelmiszerlánc-kutatási Osztálya által készített felmérés

A korábbi fogyasztási szokásokra való rákérdezésnél olyan időszakot jelöltünk meg a gyerekek számára, ami jól elkülöníthető életszakaszként maradhatott meg az emlékezetükben: így a 3–4. osztályosoknak az óvodás korukra, az 5–6. osztályosoknak az alsós korukra kellett visszagondolniuk, amikor arra kértük őket, határozzák meg, ahhoz képest most gyakrabban vagy ritkábban fogyasztják-e a programban szereplő termékeket, vagy esetleg nem változott ezek fogyasztásának gyakorisága.

A megkérdezett tanulók 45,7 százaléka számolt be arról, hogy a múlthoz képest gyakrabban, 19,2 százalékuk ritkábban fogyaszt tejet és tejterméket, 35,1 százalékuknál nem változott a fogyasztás gyakorisága. A gyakoribb fogyasztás indokaként a pozitív egészségügyi hatásokat, illetve a rászokást említették. A ritkább fogyasztás egyik indoka, hogy az iskolában megszűnt az iskolatej program és/vagy sokkal szűkösebbé vált a kínálat, de felmerült az ízlés változása és az is, hogy nem biztosak a tejtermékek egészségességében, illetve sok olyan tejtermék van, amely hizlal, ezért inkább kerülnek ezeket.

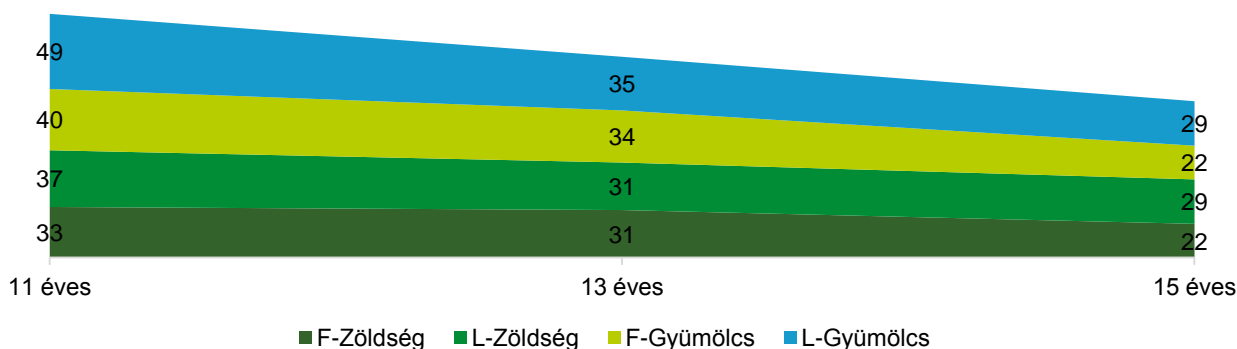
### 5.1.3. Ajánlott napi gyümölcs- és zöldségfogyasztást elérő gyerekek százalékos arányának változása

Az iskoláskorú gyerekek egészség-magatartását vizsgáló nemzetközi kutatás (*Health Behaviour of School Aged Children*) eredményei átfogó képet adnak a felső tagozatos és középiskolás diákok egészséget befolyásoló szokásairól. Megállapítást nyert, hogy amíg a magyar iskolások étkezési szokásai az elmúlt évtized első felében biztató változást mutattak, például a zöldség- és gyümölcs-fogyasztás terén is, most ez a kedvező tendencia megtorpanni látszik<sup>18</sup>. A 2017/2018-as kutatás az étkezési szokásokkal kapcsolatban rávilágított arra, hogy a kamaszok kevesebb zöldséget és gyümölcsöt fogyasztanak a 2014. évi felméréshez képest, továbbá alacsonyabb a rendszeresen reggeliző tanulók aránya is. Bár az édességek napi fogyasztása csökkent, a túlsúlyosak aránya ebben a felmérésben is 5–6 százalékos növekedést mutat.

A kutatásban a gyümölcsök, zöldségek vonatkozásában a napi rendszeres fogyasztásra is rákérdeztek. Eszerint például a 13–15 éves korcsoportba tartozó gyerekek 31 százaléka fogyaszt minden nap zöldséget vagy gyümölcsöt. A lányoknál mindkét élelmiszercsoport fogyasztása magasabb arányt képvisel<sup>19</sup> (HBSC, 2017/2018).

Nem biztatóak a WHO felméréseinek eredményei, amelyek szerint a naponta legalább egyszer gyümölcsöt fogyasztó magyar gyerekek aránya a kor előrehaladtával csökken (19. ábra) (WHO, 2016; Szűcs *et al.*, 2019).

19. ábra: **A naponta zöldséget és gyümölcsöt fogyasztó gyerekek aránya Magyarországon, nemek és korcsoportok szerinti bontásban, 2014**



F= Fiú; L= Lány  
 Forrás: WHO, 2016

A szülői kérdőívünket kitöltők 49,7 százaléka számolt be arról, hogy gyereke minden nap fogyaszt zöldséget és gyümölcsöt, 39,5 százalékuk szerint hetente többször, a maradék közel 10 százalék szerint viszont ennél ritkábban.

A zöldségek és gyümölcsök általános kedveltsége a megkérdezett felnőttek körében a következőképp alakult: 64,1 százalékuk minden ilyen terméket szeret, 34,0 százalékuk egy részüket fogyasztja szívesen, míg teljes elutasításukat csak 1,4 százalék jelezte. A gyerekek vonatkozásában már kevésbé pozitív a kép: csak a válaszadó szülők 34,5 százaléka jelölte be azt, hogy gyereke minden zöldséget és gyümölcsöt szeret, 62,0 százalékuk szerint gyereke inkább megválogatja,

<sup>18</sup> Forrás: ELTE PPK: HBSC eredmények 2017/2018 <https://hbsc.ppk.elte.hu/content/hbsc-eredmenyek-2017-2018.t.24635?m=7142>

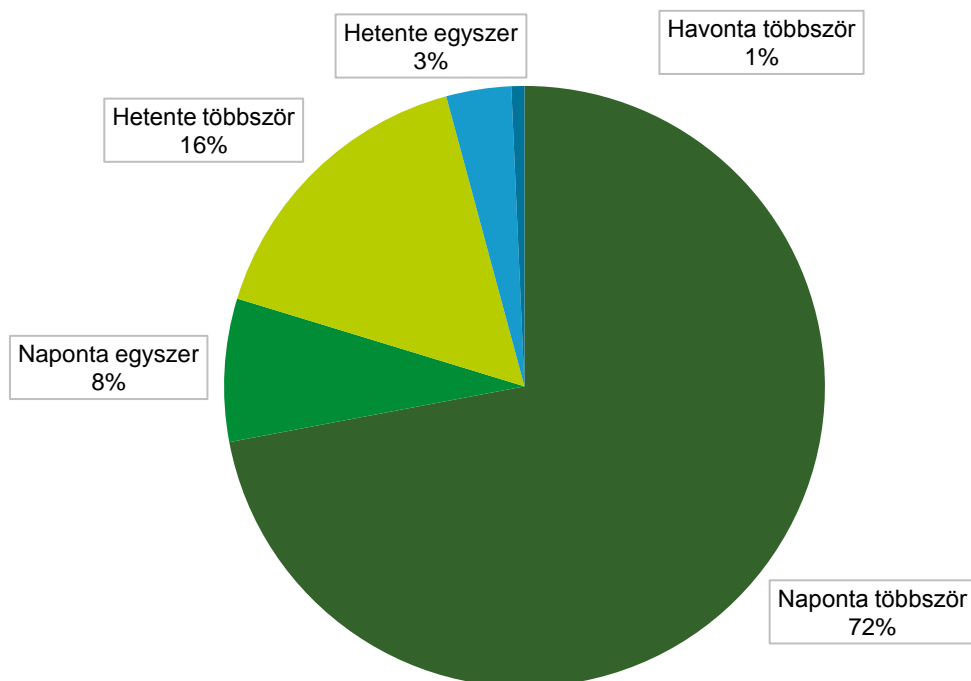
<sup>19</sup> A négyévente lefolytatott nemzetközi (WHO-ELTE) kutatás az 5., a 7., a 9. és 11. évfolyamos diákok országosan reprezentatív mintáján kerül sor. A tanulók az adatgyűjtés során névtelenül, önkéntesen, szülői beleegyezéssel töltik ki a kérdőíveket. A legutóbbi, 2018-ban mintegy 6000 fő részvételével elvégzett adatfelvétel Magyarországon a 9. alkalom volt

hogy mit eszik és mit nem, míg 3,0 százalékuk jelezte, hogy gyereke egyáltalán nem szereti ezeket a termékeket. A szülők és gyerekek preferenciái között csak gyenge összefüggés mutatkozott.

Sokkal erősebb a kapcsolat a zöldségek és gyümölcsök fogyasztása és a lakóhely között: leginkább a falusi iskolába járó gyerekekre jellemző, hogy minden zöldséget és gyümölcsöt kedvelnek (41,8 százalék), míg a városokban lakó társaik kevesebb mint egyharmadára érvényes ugyanez. Szignifikáns kapcsolat mutatkozott az iskolaprogramokban való részvétel, valamint a zöldségek és gyümölcsök kedveltsége között is. A mindkét programban részt vevő iskolába járó gyerekek 43,1 százaléka, a csak iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programban érintett iskolák tanulóinak 38,8 százaléka kedvel minden terméket, szemben az alapsokaságra jellemző 34,0 százalékos értékkel.

A fenti megállapítást erősíti, hogy a fókuszcsoportos interjúkban megkérdezett diákok többsége, a válaszadók közel háromnegyede saját bevallása szerint naponta többször is fogyaszt zöldség- és gyümölcsfélét, de ez a legtöbb esetben csak napi kétszeri, néhány esetben napi háromszori fogyasztást jelent. A megkérdezett diákok további egynegyede legalább hetente többször, naponta egyszer fogyaszt zöldséget és gyümölcsöt, és csak elvétve említettek ennél ritkább fogyasztást (20. ábra).

20. ábra: **A zöldség- és gyümölcsfogyasztás gyakoriságának megoszlása a fókuszcsoportban vizsgált tanulók körében, N=151**



Forrás: Az AKI Élelmiszerlánc-kutatási Osztálya által készített felmérés

A korábbi fogyasztási szokásokra is rákérdeztünk. Egy olyan időszakot jelöltünk meg a gyerekek számára, amely jól elkülöníthető életszakaszként maradhatott meg az emlékezetükben: így a 3–4. osztályosoknak óvodás korukra, az 5–6. osztályosoknak pedig alsós iskolás korukra kellett visszagondolniuk, amikor arra kértük őket, hogy határozzák meg, ahhoz képest most gyakrabban vagy ritkábban fogyasztják-e a programban szereplő termékeket, vagy esetleg nem változott ezek fogyasztásának gyakorisága.

A legtöbb tanuló a fogyasztás gyakoriságának növekedéséről számolt be. Jelenleg többen fogyasztanak nagyobb gyakorisággal zöldséget és gyümölcsöt (szám szerint 81-en), ugyanakkor

magasabb azok száma is, akiknél csökkent a fogyasztás gyakorisága. A zöldségek és gyümölcsök fogyasztásában leginkább az alsó és felső tagozat között érzékelhető csökkenés, amiben szerepet játszhat, hogy a tanulók egyre önállóbbak, a szülők ráhatása táplálkozásukra pedig egyre kisebb. Emellett megfigyelhető, hogy míg a dél-alföldi tanulók alig számoltak be a fogyasztás visszaeséséről, a budapesti, a kisvárosi és a nógrádi községben elhelyezkedő iskolák tanulói között jelentős azok száma, akik a fogyasztás ritkulásáról számoltak be.

Rákérdeztünk a gyerekeknél a fogyasztási szokások változásának okaira is. Azok a tanulók, akik a múlthoz képest gyakrabban fogyasztanak zöldséget és gyümölcsöt, leginkább azok egészségre gyakorolt pozitív hatásaival indokolták ezt, de elhangzott olyan válasz is, hogy orvos, edző tanácsára, ajánlására esznek többet vagy szívesebben zöldséget és gyümölcsöt. Voltak diákok, akik arról számoltak be, hogy mivel a termékek mindig ki vannak helyezve az osztályteremben, rászoktak a fogyasztásukra, de sokan vallották, hogy ahogy idősebbek lettek, megszokták, megszerették azok ízét. A fogyasztás főleg kiskamasz korban bekövetkező visszaesésére magyarázatoként gyakran említették a tanulók, hogy ráuntak, illetve otthon vagy az iskolában rájuk erőltették a zöldségeket és gyümölcsöket, de amióta nincs kényszer, kevesebbet esznek ezekből. Olyan válasz is érkezett a budapesti iskolából, hogy míg régebben megengedhette magának a család, ma már nem tudnak annyiszor zöldséget és gyümölcsöt vásárolni, mint korábban.

#### 5.1.4. Azon gyerekek százalékos arányának változása, akik teljesítik az ételmezés- és táplálkozás-egészségügyért felelős nemzeti hatóságok ajánlásait a tej és más, hozzáadott cukrot, ízesítőt, gyümölcsöt, dióféléket vagy kakaót nem tartalmazó tejtermékek napi bevitelére vonatkozóan, összhangban a célzott korcsoportra vonatkozóan nemzeti szinten ajánlott zsír- és nátriumbevitellel

A 6–17 éves korosztály számára az MDOSZ 2017-ben táplálkozási irányelvet dolgozott ki (21. ábra). Az úgynevezett Okostányér célja, hogy közérthető formában adjon iránymutatást az egészséges iskoláskorú lakosságnak a korszerű napi étrend összeállítására (Szűcs, 2019). Az Okostányér az iskoláskorú gyerekek napi étrendjének ideális összetételét mutatja, és arra ösztönzi őket, hogy az egyes élelmiszercsoportokon belül a kedvezőbb összetételű alternatívát válasszák. A táplálkozási ajánlásokban hangsúlyosan jelennek meg a tápanyagokban gazdag, értékes táplálkozás-élettani hatású élelmiszerek, például zöldségfélék, gyümölcsök, teljes értékű gabona, alacsony zsírtartalmú tejtermékek, sovány húsok, halak, olajos magvak.



21. ábra: A 6–17 éves iskoláskorú gyerekeknek szóló táplálkozási ajánlás Magyarországon



Forrás: MDOSZ

A gyerekek energia- és tápanyagszükséglete, ehhez mérten pedig a javasolt élelmiszeradagok mérete számos tényező (pl. nem, életkor, testtömeg, valamint a fizikai aktivitás) függvényében változik, Az iskoláskorú gyerekek energiaigénye 1600 és 3000 kcal közé tehető.

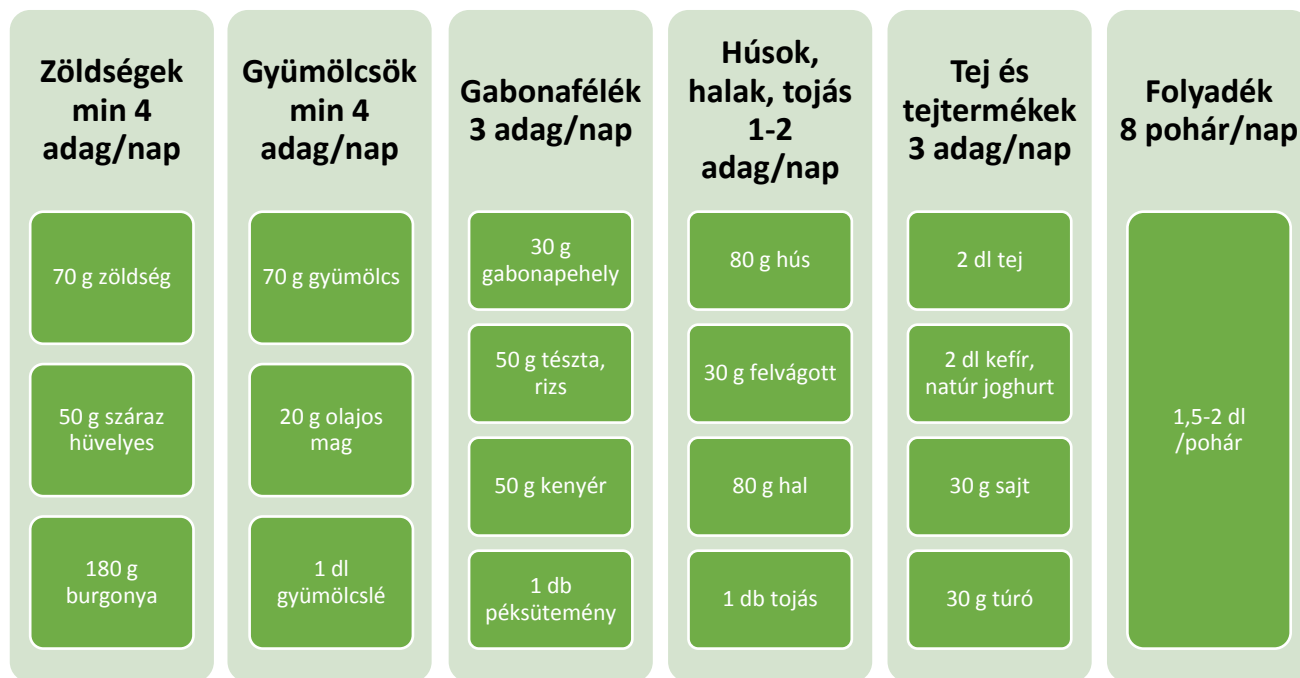
A nemzetközi táplálkozási ajánlások jellemzően a zöldségekben, gyümölcsökben, teljes értékű gabonafélékben gazdag, alacsonyabb telítettségű, szabadcukor- és sómentes étrend követését javasolják. Továbbá a legtöbb nemzetközi táplálkozási ajánlás, ahogy a magyarországi Okostányér is, nélkülözhetetlennek tekinti a tejet és tejtermékeket. Ennek oka, hogy ezen élelmiszercsoport teljes értékű fehérjét, számos vitamint (pl. B1-, B12-, D-vitamin), valamint olyan ásványi anyagokat (pl. kalcium, foszfor, magnézium) tartalmaz, amelyek hozzájárulnak az egészséges csontozat és fogazat kialakulásához. Javasolt naponta legalább háromszor zöldséget és gyümölcsöt fogyasztani, a szomjat vízzel, ásványvízzel oltani és kerülni a hozzáadott cukorban gazdag táplálékok, italok gyakori fogyasztását (Szűcs, 2019).

Az iskoláskorú gyerekek étrendjének összetétele az Okostányér alapján a következő:

- naponta 4 adag zöldség vagy gyümölcs. 1 adag = 7–18 dkg friss, párolt vagy főtt, idényjellegű zöldség, saláta vagy gyümölcs (ebből legalább 1 adag friss vagy nyers, a burgonya nem számítható be);
- naponta 3 adag tej vagy ennek megfelelő tejtermék; 1 adag = 2–4 dl tej/joghurt/kefir vagy 3–9 dkg sajt vagy 8–15 dkg hús vagy 8–15 dkg hal vagy 3–8 dkg felvágott vagy 1–3 db tojás;
- naponta 3 adag gabonaféle, ebből legalább 1 adag teljes értékű; 1 adag = 1–3 db péksütemény (pl. kifli vagy zsemle) vagy 50–120 g kenyér vagy 50–120 g száraz tészta/rizs (15–35 dkg főtt tészta/rizs) vagy 30–100 g gabonapehely/müzli (22. ábra).



22. ábra: A 6–17 éves iskoláskorú gyerekeknek ajánlott Okostányér – ételmszer-adagolási útmutató példák (1600–1700 kcal)



Forrás: MDOSZ

A gyerekek táplálkozási szokásaira kiterjedő hazai felmérések az ásványi anyagok és vitaminok gyerekek számára életkor szerint ajánlott napi referenciaértékeit (29. és 30. táblázat) veszik alapul.

29. táblázat: Ásványi anyagok gyerekek számára javasolt napi bevétele életkor szerinti bontásban

Életkor	Kalcium (mg)	Foszfor (mg)	Magnézium (mg)	Vas (mg)	Cink (mg)	Réz (µg)	Nátrium (mg)
7–10 éves	800	620	250	8	7	0,7	2 000
11–14 éves lány	1 000	775	350	12	9	0,8	2 000
11–14 éves fiú	1 000	775	350	10	9	0,8	2 000
15–18 éves lány	1 000	775	350	15	9	1	2 000
15–18 éves fiú	1 000	775	350	11	10	1	2 000

Forrás: Rodler, 2008; MDOSZ, 2010 alapján

30. táblázat: Vitaminok gyerekek számára javasolt napi bevétele életkor szerinti bontásban

Életkor	A (µg)	D (µg)	E (mg)	K (µg)	B1 (mg)	B2 (mg)	B3 (mg)	B5 (mg)	B6 (mg)	Folsav (µg)	B12 (µg)	C (mg)
7–10 éves	700	10	9	30	0,8	1,2	13	3	0,8	150	1,4	50
11–14 éves lány	800	10	11	50	0,9	1,2	14	4	1	180	2	50
11–14 éves fiú	1 000	10	11	50	1	1,4	15	4	1	180	2	50
15–18 éves lány	800	10	15	60	0,9	1,3	14	5	1,2	200	2	75
15–18 éves fiú	1000	10	15	70	1,1	1,6	18	5	1,3	200	2	75

Forrás: Rodler, 2008; MDOSZ, 2010 alapján

A gyerekek körében végzett hazai kutatások a makrotápanyagok tekintetében a WHO és az Európai Élelmiszerbiztonsági Hatóság (EFSA) ajánlásait követik. Az EFSA a gyerekek számára ajánlott fehérjebevitelt a napi energiabevitel 12–20 százalékban határozza meg. A zsírbevitelt a napi energiabevitel 20–35 százalékában ajánlja, külön értékhatárokat kialakítva a speciális szükséglettel rendelkező gyerekek számára. Az EFSA a szénhidrátok kapcsán specifikus értékek helyett egy beviteli referenciatartományt ad meg, amely az egyéves kor feletti gyerekekre, valamint a felnőttekre egyaránt érvényes. Ez a tartomány a napi energiabevitel 45–60 százaléka, amely a keményítő-tartalmú élelmiszerekből származó szénhidrátokra, valamint a cukrokra együttesen vonatkozik. Az EFSA az élelmi rostok megfelelő bélműködés fenntartásához szükséges napi bevitelét a gyerekek esetében 16–21 grammal határozza meg (31. táblázat).

A napi energiaszükséglet az alapanyagcseréhez és a fizikai aktivitáshoz szükséges energia együttesét jelenti. Gyerekeknél, például a 13–17 éves korúak szükségletének meghatározásánál az alapanyagcsere szorozótényezője magában foglalja külön az alvásra, az iskolai elfoglaltságra és az egyéb tevékenységekre (könnyű, mérsékelt, erős) fordított időt/órát és az ezeknek megfelelő faktort. Ebből számítják ki az átlagos értéket (MDOSZ, 2010).

31. táblázat: **Szénhidrátok, fehérjék és zsírok, valamint energia gyerekek számára javasolt napi bevétele életkor szerinti bontásban**

Életkor	Fehérje g/nap	Fehérje E%	Zsír E%	Szénhidrát E%	Rost (g/nap)	Napi energia szükséglet kcal
7–9 éves	27,3	12–20	20–35	45–60	16	2 200
10–13 éves lány	38,7	12–20	20–35	45–60	19	2 200–2 600
10–13 éves fiú	42,0	12–20	20–35	45–60	19	2 200–2 700
14–18 éves lány	51,4	12–20	20–35	45–60	21	2 600–2 800
14–18 éves fiú	48,5	12–20	20–35	45–60	21	2 700–2 800

E%: A napi teljes energiabevitelhez viszonyított arányszám százalékban  
 Forrás: WHO, 2004; MDOSZ, 2010; EFSA, 2017

A táplálkozási ajánlásokhoz képest már a 4–10 éves gyerekek táplálkozásában felfedezhetők a felnőtt lakosságra is jellemző hibák. A korosztály energiabevétele közelít az életkoruknak megfelelő ajánlásokhoz. Makrotápanyagok tekintetében a gyerekek zsírbevétele az ajánlott 30 energiaszázalék felett van. A gyerekek átlagos energiabevétele körülbelül 10 százalékkal haladja meg az ajánlott maximális értéket. A főzéshez és a sütéshez használt zsiradékok mennyiségén kívül említésre méltó bizonyos élelmiszercsoportokból, mint a húsból, a húskészítményekből, a tejből és a tejtermékekből származó zsír mennyisége, ugyanis ez összességében a telített zsírok bevitelének 51 százalékát teszi ki a gyerekeknél. Az ebben a korosztályban végzett tápanyagprofil-vizsgálat (élelmiszercsoportokból származó tápanyagok megoszlása) a telített zsírokra vonatkozóan kimutatta, hogy azok fő forrásai a tej és tejtermékek, majd ezt követik a zsiradékok, illetve a húsok és húskészítmények.

A szénhidrátokból származó energia átlaga közel áll az ajánlott 57 energiaszázalékhoz, de ezen belül a hozzáadott cukorból származó energia meghaladja az ajánlott legfeljebb 10 energiaszázalékot. A hozzáadott cukor elsődleges beviteli forrásai a cukor és édességek (a bevétel 52 százaléka, amelyből a cukor és a méz 41 százalékot képvisel), a cukrozott üdítőitalok és a 10 százalék vagy ennél kisebb gyümölcsstartalmú gyümölcslevek (14 százalék), a hozzáadott cukrot tartalmazó gyümölcsstermékek (lekvárok, dzsemek, tartósított gyümölcsstermékek), középük sorolva a legalább

25 százalék gyümölcsöt tartalmazó gyümölcsleveket (9 százalék), továbbá a cereáliák (6 százalék). A hozzáadott cukor 6 százalékának beviteli forrása a tej és a tejtermékek.

A gyerekek egynegyedének élelmirost-bevitele az ajánlott határérték 70 százaléka alatt van. A szénhidrátok fő forrásainak minősége szintén kedvezőtlen. A teljes értékű gabonák fogyasztása elmarad az ajánlottól. A felmérésekben résztvevő gyerekek átlagosan háromszor annyi fehér kenyert és nem teljes értékű gabonából készült terméket fogyasztanak, mint teljes értékű gabonából készült terméket az ajánlott fele-fele arány helyett.

A mikrotápanyagok közül a kalcium bevitele érdemel nagyobb figyelmet. A gyerekek 35 százaléka a kritikus határérték alatti mennyiségben fogyasztja ezt az ásványi anyagot, amely a csontozat intenzív fejlődése miatt fontos. A kalcium napi átlagos bevitele – korcsoportonként kissé változó mértékben – elmarad az ajánlott 800–1000 milligramm értéktől. A helyzetet tovább rontja, hogy a táplálékkal fogyasztott D-vitamin bevitele a vizsgált gyerekcsoportok 98–100 százalékánál határérték alatti, amit télen jellemzően étrend-kiegészítővel pótolnak. Ezzel párhuzamosan a napi foszforbevitel átlaga meghaladja az ajánlott 620 milligrammot, így kedvezőtlen a kalcium és a foszfor hányadosa is. A kalcium elégtelen bevitelének egyik magyarázata az annak fő forrásául szolgáló tej és tejtermékek kismértékű fogyasztása: a 4–6 éveseknél összességében 314 gramm/nap, míg a 7–10 éveseknél 290 gramm/nap, ami elmarad a kívánatos 450–500 gramm/nap mennyiségtől (Kiss Tóth 2014b; Kiss Tóth, 2015).

A 11–18 évesek közel 10 százalékánál az energiabevitel jelentősen magasabb (130 százalék), míg 2,5 százalékánál kritikusán alacsonyabb (70 százalék) az ajánlottnál. Az energiát adó makrotápanyagok esetében a napi energiabevitel több mint egyharmada (36 százalék) zsiradékból származik (Bíró, 2018). A 7–8. osztályos fiataloknál a nagy energiataartalmú, alacsony tápértékű élelmiszerek fogyasztása változatlanul magas arányt mutat: 41 százalékuk hozzáadott cukrot tartalmazó üdítőket, 57 százalékuk édességeket fogyaszt (Besenyei *et al.*, 2014.). Mégis bizakodásra ad okot, hogy a hozzáadott cukorból származó energia 11 százalékkal csökkent az 5–11. osztályos tanulók körében 2014-ben végzett kutatáshoz képest, de kismértékben továbbra is meghaladja a WHO ajánlása szerinti legfeljebb 10 százalékos értéket (WHO, 2015)<sup>20</sup>.

Mindegyik korosztályra jellemző a túlzott napi nátriumbevitel: a gyerekek több mint négyszeresét fogyasztják az ajánlott mennyiségnek, és ezzel Magyarország vezeti az európai mezőnyt. A gyerekek nátriumbevitelének elsődleges forrásai az asztalnál és az ételkészítéskor felhasznált, továbbá a kenyerekben és péksüteményekben, valamint a húskészítményekben előforduló só. A 4–10 éveseknél az ízesítők, a fűszerek (sóbevitel 37 százaléka), a gabonafélék (27 százalék, amiből a fehér kenyerek 21 százalékpontot képviselnek), a húсок- és a húskészítmények (13 százalék), továbbá a tejtermékek (9 százalék) jelölhetők meg a nátrium legjelentősebb forrásaként. A sófogyasztás minden korcsoportban jócskán meghaladja az ajánlásokban megjelölt napi maximális mennyiséget. Az élelmiszerek tudatos választása mellett ezért kiemelt figyelmet érdemelnek a szülők otthoni sózási szokásai, mert a gyerekek ízlése még fiatal korukban alakítható (Kiss Tóth, 2015; Szűcs *et al.*, 2019).

<sup>20</sup> Forrás: <https://www.nestle.hu/> Vészesen kevés zöldséget és gyümölcsöt esznek a magyar gyerekek (2021. május).

## 5.2. Kérdés: Milyen mértékben bővítette az iskolaprogram a gyerekek ismereteit az egészséges táplálkozási szokásokról?

### 5.2.1. A gyerekek fogyasztási szokásainak változása a gyümölcsök, zöldségek, tej és tejtermékek tekintetében, összhangban a célzott korosztály egészséges étrendjére vonatkozó nemzeti ajánlásokkal

Mivel a gyerekek idejük jelentős részét az iskolában töltik, és napi energiabevitelük 35–65 százalékát az iskolában elfogyasztott élelmiszerekből fedezik, így a köznevelési intézmények kiemelt jelentőséggel bírnak az egészséges táplálkozás feltételeinek biztosításában és az egészséges életmód kialakításában. A gyerekek fogyasztási szokásainak változását – a gyümölcsök, zöldségek, tej és tejtermékek tekintetében, összhangban a célkorosztály egészséges étrendjére vonatkozó nemzeti ajánlásokkal – jól nyomon lehet követni a közétkeztetésben nyújtott étkezések, valamint az iskolai büfék, étel- és italautomaták kínálatának vizsgálatával.

A közétkeztetésre vonatkozó táplálkozás-egészségügyi előírásokról szóló 37/2014. (IV. 30.) EMMI rendelet főként olyan előírásokat tartalmaz, amelyek a táplálkozás-egészségügyi felmérések során feltárt kockázati tényezők (alacsony zöldség-, gyümölcs-, rost- és kalciumbevitel, illetve túlzott só-, cukor- és zsírfogyasztás) kiküszöbölését segítik elő. Az iskolai büféket a 20/2012. (VIII. 31.) EMMI rendelet szabályozza, amelynek értelmében az iskolai büfék áruválasztékának meg kell felelnie az egészséges táplálkozás kívánalmainak. 2011. év szeptemberében került bevezetésre a népegészségügyi termékadó fizetésének kötelezettségéről szóló 2011. évi CIII törvény, más néven NETA (vagy közismerten „chipsadó”) – ennek célja a magas só-, cukor- és koffeintartalmú élelmiszerek fogyasztásának csökkentése adók kivetésével. A 2013-ban kiadott 71/2013. XI. 20. EMMI rendelet az élelmiszerekben előforduló transzsírsavak mennyiségét korlátozza. (A gyerekek táplálkozása mellett a rendszeres fizikai aktivitás elősegítését a 2012-ben bevezetett mindennapos testnevelés (2011. évi CXC. törvény a nemzeti köznevelésről) szolgálja, amely tantervi keretek közé illesztve segíti a legalább tanítási napokon történő sportolás megvalósulását.)

A közétkeztetési rendelet előírásai úgy vannak kialakítva, hogy háromszori étkezés esetén a gyerekek kötelezően megkapják az iskolában töltött idő alatt számukra szükséges mennyiségű és minőségű táplálékot, további táplálékra általában nincs szükségük. Ezért a gyerekek egészséges táplálkozásának vizsgálatakor az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program, valamint az iskolatej program mellett a közétkeztetésben (menzákon) nyújtott étkezések, valamint az iskolai büfék, továbbá étel- és italautomaták kínálatát együtt szükséges vizsgálni<sup>21</sup>.

A menzaprogram felmérésének eredményei szerint a közétkeztetők egyharmada biztosított minden nap megfelelő mennyiségű zöldséget, gyümölcsöt. Az intézmények további 13 százalékában kifogásolható mennyiségben kínáltak naponta zöldséget, gyümölcsöt a gyerekeknek. Az iskolai menzák több mint fele nem tett eleget a közétkeztetést szabályozó rendelet előírásának. Ennek okai lehetnek finanszírozási nehézségek vagy az, hogy az intézmény részt vesz az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programban, esetleg az iskolabüfé zöldség- és gyümölcsválasztékának növekedése. Mindazonáltal ezek nem mentesítik a közétkeztetőt a zöldségek és gyümölcsök előírt napi biztosításának kötelezettsége alól. A rendelet előírásaival ellentétben az iskolák közel egygyedében a közétkeztető a Magyar Élelmiszerkönyv 1-3-2001/112 számú előírása szerinti gyümölcsleveken kívül más gyümölcsitalt nem adott a gyerekeknek.

<sup>21</sup> A közétkeztetés felmérése során országsszerte 32 általános iskolát ellátó főzőkonyha egy-egy 10 napos, háromszori étkezést tartalmazó nyersanyag-kínálatnak értékelésére került sor 2017-ben (OGYÉI, 2017).

Az iskolai menzák csupán 78 százaléka biztosított naponta tejet, tejterméket, közülük 6 százaléknál ennek mennyisége nem volt megfelelő. A közétkeztetőnek attól függetlenül kötelező betartani a rendelet vonatkozó előírását, hogy az adott iskola részt vesz-e az iskolatej programban. A jogszabály 2,8 százalékos vagy ennél alacsonyabb zsírtartalmú tej kiosztását engedélyezi, amely előírásnak egy kivételével valamennyi menza megfelelt. Az italként kínált tejet a főzőkonyhák többsége nem cukrozta, 6 százaléknál azonban még előfordult ez. A tejkészítményekhez egyik konyha sem adott cukrot. Tejfölt és tejszínt – a rendelet előírásával összhangban – mindenhol csak ételkészítéshez használtak.

További alapanyagokat vizsgálva kedvező változások is megfigyelhetők a közétkeztetésben. A kevésbé egészséges zsírsavösszetételű kókusz- és pálmazsír csupán egyetlen főzőkonyhán használtak. Szintén pozitív tapasztalat, hogy legfeljebb tízszer használtak kenőzsiradékként margarint valamennyi konyhán a vizsgált időszak (10 nap) napi háromszori étkezése alatt.

A gabonaalapú élelmiszerekre vonatkozó kitételnek (háromszori étkeztetés esetén két adag gabonaalapú élelmiszer, amelyből legalább egy adagnak teljes kiőrlésűnek kell lennie) a közétkeztetők csupán 41 százaléka felelt meg maradéktalanul, 47 százaléuk egyáltalán nem felelt meg, 12 százaléknál pedig mennyiségi problémák merültek fel.

A hozzáadottcukor-tartalom átlagosan 6,1 energiaszázalék volt (szórás: 3,0–10,2 energiaszázalék), az esetek egynegyedében a WHO által ajánlott 5 energiaszázalékot sem haladta meg. Sótartalmú ételport, leveskockát, sótartalmú ételízesítő krémekeket, pasztákat ételízesítésen vagy állományjavításon kívül, továbbá 30 százalékot meghaladó zsírtartalmú húsokat, koffeintartalmú italokat, energialalokat nem kínált egyik közétkeztető sem, összhangban a rendelet előírásaival. Szintén lekerültek az étlapról a szénsavas cukros üdítőitalok, egyik iskolában sem kapták ezeket a gyerekek. Önálló étkezésként édességet egyik menza sem kínált. Édesítőszeret a rendelet előírásainak megfelelően egyik menza sem használt. A tea édesítéséhez használt cukor, méz mennyisége a főzőkonyhák felénél viszont meghaladta a rendeletben rögzített felső határértéket.

Az egyes élelmiszerek, illetve élelmiszercsoportok tíz ételmezési napra vonatkozó gyakorisági előírásainak vizsgálata alapján a korosztályra vonatkozó előírásnak megfelelően hat-tíz alkalommal kínált húsokat a konyhák több mint 90 százaléka. Minden iskolában legfeljebb ötször került az étlagra burgonya. Ízesített tejkészítményt, gyümölcs- és zöldségleveket valamennyi közétkeztető az előírásnak megfelelően legfeljebb négyszer biztosított. Vajat a közétkeztetők 16 százaléka adott háromnál több alkalommal. Szárazhüvelyes csupán egy-három alkalommal került az étlagra az iskolák 84 százalékaiban, 16 százaléknál ennél is kevesebbszer. Legalább egyszer kaptak olajos magvakat a gyerekek az iskolák 40 százalékaiban, 56 százalékaiban egyszer sem. A gabonafélék közül rizst egy konyha kivételével mindenhol a rendelet előírásának megfelelően legfeljebb három alkalommal biztosítottak. A konyhák 19 százaléka egynél többször készített bő olajban sült ételt. Tíz nap alatt legalább egyszer biztosított halat a konyhák háromnegyede, azonban egyegyedüknél egyszer sem szerepelt hal az étlapon. A tíz ételmezési nap során három-öt tojásonál szinte minden esetben kevesebb szerepelt az étlapon. Szárzástésztát a konyhák 78 százaléka a jogszabályban meghatározott két alkalomnál többször nem adott, 22 százaléka azonban igen. Teljes kiőrlésű gabonát csak a konyhák 56 százaléka biztosított naponta megfelelő mennyiségben. Édességet, finompékárut a közétkeztetők többsége az előírt legfeljebb négy alkalommal, de 13 százaléknál ennél többször adott. Lekvárt, mogyoró- és csokoládékrémet egynél többször kínált a konyhák 41 százaléka.

Az iskolai büfék (és automaták) árukínálatát 2012 óta a nevelési-oktatási intézmények működéséről és a köznevelési intézmények névhasználatáról szóló 20/2012. (VIII. 31.) EMMI rendelet szabályozza, amely tiltja a népegészségügyi termékadóról szóló 2011. évi CIII. törvény hatálya alá tartozó termékek árusítását a nevelési-oktatási intézményekben. Az általános iskolák 44 százalékaiban volt büfé 2017-ben, jelentős változás nem történt e téren. A büfék italkínálatára jellemző, hogy



80–90 százalékuknál lehetett alacsony gyümölcsstartalmú italokat, ásványvizet, teát, jeges teát kapni és 70 százalékuknál 100%-os gyümölcsleveket. A büfék körülbelül harmadánál árultak diétás vagy csökkentett energiatartalmú üdítőket, kávé vagy kávétartalmú italokat, cukros, szénsavas üdítőket. Tej és ízesített tejes italok már csak minden negyedik büfé kínálatában szerepeltek. Kedvező változás, hogy a cukros, szénsavas üdítőket és kólát árusító büfék aránya jelentősen csökkent, de kedvezőtlen, hogy helyenként a népegészségügyi termékadó hatálya alá tartozó, magas cukortartalmú italokat még mindig árusítanak. Ugyancsak kedvezőtlen, hogy a büfék ételkínálatát 2017-ben is meghatározták a finompékárúk, a fehérkenyérből, péksüteményekből készült szendvicsek. Ezek mellett jelentős hányaduk tejszokoládét, édes kekszetek és sós rágcslálnivalókat is árult, felüknél cukorkákat is lehetett kapni. Éticsokoládét, süteményeket, cukrozott tejkészítményeket vagy gyümölcsaszalványokat minden harmadik, friss gyümölcsöt csak minden negyedik büfé árult. A friss gyümölcsöt áruló büfék aránya sajnálatos módon jelentősen csökkent.

Az iskolai büfék kínálatának összetételében összességében nem történt változás: mintegy 70:30 százalékos arányban a magas cukor- vagy sótartalmú, alacsony tápértékű, magas energiatartalmú ételek-italok túlsúlya volt jellemző 2017-ben is, annak ellenére, hogy a népegészségügyi termékadó hatálya alá tartozó édességeket, sós rágcslálnivalókat, cukros üdítőitalokat ezek nem árusíthatnák (OGYÉI, 2017).

Az MDOSZ szakértőjének véleménye szerint a gyerekek egy része nem mindig fogyasztja el az iskolaprogramok keretében kiosztott termékeket. Ez alapvetően azzal magyarázható, hogy gyakran nem megfelelő a termékek elfogadottsága a gyerek részéről, mert sok esetben otthon kiskorában nem találkozott az adott étellel (pl. tej vagy egyes gyümölcsök, zöldségfélék).

A szakértő szerint azért is nehéz egy ilyen program hatékonyságának a mérése, mivel sok-sok egyéb tényező, például a családi minta, az adott közösség vagy a pedagógus hozzáállása, a népszerűsítés (hogyan kínálják a termékeket, mennyi idő áll rendelkezésre azok elfogyasztására, milyen körülmények között esznek a gyerekek) is meghatározza hogyan változnak később a táplálkozási szokások.

Az általunk megkérdezett, iskolaprogramokban részt vevő diákok pozitívan nyilatkoztak a zöldség- és gyümölcsfélékről, elmondásuk szerint szívesen fogyasztják, szeretik ezeket, csak egy-két tanuló fordult elő a budapesti, illetve kisvárosi iskolában, aki nemlegesen válaszolt e kérdésre.

A tej és tejtermékek jóval megosztóbbnak bizonyultak. Vannak gyerekek, akik egészségi állapotuk miatt (pl. cukorbetegség, laktóz érzékenység) egyáltalán nem, vagy csak korlátozottan fogyaszthatnak ilyen termékeket. Főleg a felsőbb osztályokban sok tanuló (jellemzően az osztály harmada-fele) úgy nyilatkozott, hogy egyáltalán nem szereti a tejet, illetve nem kedveli a tejtermékeket, vagy legalábbis egy részüket. A nagyobb elutasítottság egyfelől az ellátás utóbbi időben korlátozottá válásával magyarázható, másfelől előfordult, hogy a gyerekek romlott, savanyú tejet kaptak, ami érthető módon elvette a kedvüket a tejfogyasztástól (az egyik iskolában mindkét vizsgált osztályban említettek ilyen esetet a tanulók).

A pedagógusok is úgy nyilatkoztak, hogy a gyerekek kedvelik és szívesen fogyasztják a program keretében kiosztott gyümölcsöket és a zöldségeket, tejet és tejtermékeket, bár utóbbiak kedveltsége jóval elmarad a gyümölcsök, zöldségek népszerűségétől.

### 5.2.2. A gyerekek ismereteinek változása arra vonatkozóan, mennyire egészséges friss gyümölcsöket és zöldségeket, tejet és a hozzáadott cukrot, ízesítőt, gyümölcsöt, dióféléket vagy kakaót nem tartalmazó

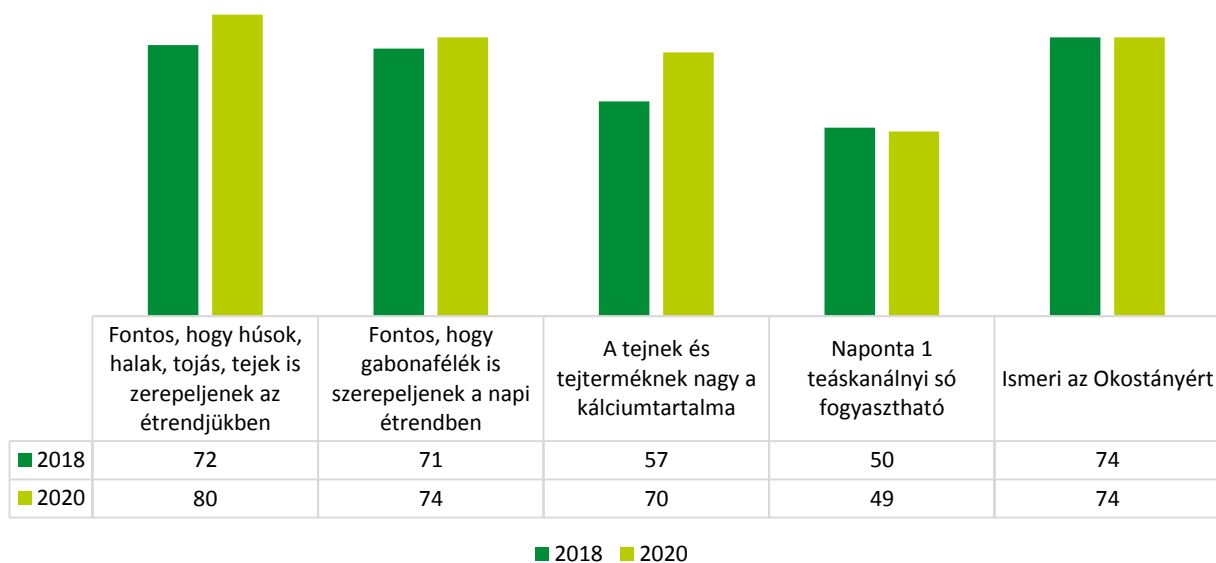


## tejtermékeket fogyasztani, összhangban a célzott korcsoportra vonatkozóan nemzeti szinten ajánlott zsír- és nátriumbevitellel

Magyarországon az elmúlt évtizedekben iskoláskorú gyerekek körében végzett reprezentatív kutatások arra a megállapításra jutottak, hogy a gyerekek többsége nem táplálkozik megfelelően és az egészséges táplálkozással kapcsolatos ismereteik sem kielégítőek (Zajkás, 1998; Bihari *et al.*, 1999; Németh *et al.*, 2000; Antal *et al.*, 2003).

Újabb kutatások szerint azonban az elmúlt években javulás tapasztalható: az iskoláskorú gyerekek körében 2018-ban majd 2020-ban is elvégzett felmérés alapján a gyerekek egészséges táplálkozással kapcsolatos ismeretei bővültek (23. ábra). A két időpontban megkérdezett 5. osztályos gyerekek előbb 72 százaléka, majd 80 százaléka szerint szükséges, hogy húsok, halak, tojás, tej és tejtermékek is szerepeljenek az étrendjükben, mivel ezek teljes értékű fehérjét, jól felszívódó vasat, kalciumot és B12-vitamint is tartalmaznak. Az első felmérésnél, 2018-ban a gyerekek 57 százaléka, 2020-ban már 70 százaléka tudta, hogy a tejnek és tejtermékeknek nagy a kalcium- és D-vitamin-tartalma. Nem változott a gyerekek ismerete a sófogyasztásról és a reggelizés fontosságáról. A résztvevők fele mindkét időpontban helyes válaszként jelölte meg, miszerint összesen körülbelül egy teáskanálnyi só fogyaszthatnak naponta, 90 százalékuk szerint nagyon fontos mindennap reggelizni. Az iskolások 74 százaléka tudta, hogy az *Okostányér* megmutatja, milyen arányban kell az egyes élelmiszer-csoportoknak szerepelnie a napi étrendben (Kubányi, 2021).

23. ábra: **A gyerekek egészséges táplálkozással kapcsolatos ismereteinek változása Magyarországon, 2018–2020 (százalék)**



Forrás: Kubányi, 2021 alapján

Jelentősen csökkent viszont 2018-ban azoknak a 11 éves tanulóknak az aránya 2014-hez képest, akik az egészségüket kiválóan értékelik. A legtöbb serdülő étrendje nincs összhangban a táplálkozási ajánlásokkal, ami aláássa egészséges fejlődésüket. Három serdülőből kettő nem eszik elegendő tápanyagban gazdag ételt, valamint négyből egy minden nap fogyaszt édességet, és hatból egy minden nap iszik cukros üdítőitalt (HBSC, 2017/2018). Mindezek mellett a 11–18 éves iskolás fiatalok közel 70 százaléka egészségesnek tartja életmódját. A 13–14 éveseknél ez az arány 80 százalék, míg a 17–18 éveseknél csupán 63 százalék. A 11–18 éves fiatalok kétharmada inkább tájékozottnak érzi magát az egészséges étrenddel kapcsolatban, ugyanakkor egyértelműen

az íz alapján választanának ételt. Szinte mindannyian hallották a kalória kifejezést, de csak egy-harmaduk véli pontosan tudni azt, hogy mit jelent. Ugyanakkor 6 százalékuk állítja, hogy figyel is a kalóriabevitelre, de csak töredékük van tisztában azzal, hogy mekkora a napi energiaszükséglete (Vitrai, 2018).

A gyerekek ismerete az egészséges táplálkozásról vegyes képet mutat abból a szempontból, hogy szerintük mely tápanyag, élelmiszer fogyasztása fontos. A víz rendszeres fogyasztását szinte mindenki (95 százalék) fontosnak jelölte. A gyerekek nagy része (86 százalék) a fehérjéről, több mint fele (64 százalék) az ásványi anyagokról is tudta, hogy az egészséges táplálkozás részei. A szénhidrátok rendszeres fogyasztását kevesebb mint harmaduk (27 százalék), a zsírok szerepét közel tizedük (9 százalék) gondolta napi étkezésük szerves részének. A gyerekek mintegy harmada (30 százalék) a fehérjék nagyobb mennyiségű bevitelével azonosította az egészséges táplálkozást és csak valamivel több mint fele (60 százalék) tudta helyesen, hogy ideális esetben annak minden tápanyagot tartalmaznia kell. Háromnegyedük (75 százalék) tudta, hogy naponta kell zöldséget fogyasztani, 85 százalék tudta a gyümölcsökről ugyanezt (24. ábra). Szinte minden gyerek tisztában volt vele, hogy az energiatalok és a cukrozott üdítőitalok rendszeres fogyasztása károsítja az egészséget. A gyerekek kétharmada (66 százalék) volt tisztában azzal, hogy naponta szükséges tejet vagy tejterméket fogyasztani. A kívánatos folyadékbevitelt nagyrésztük (82 százalék) jól tudta, ám ezt a mennyiséget (1,5 liter) csak 41 százalékuk fogyasztotta el (Takács, 2020).

24. ábra: **A gyerekek egyes egészséges táplálkozási szabályokkal kapcsolatos ismeretei Magyarországon, korcsoportok szerinti bontásban, 2020 (százalék)**



Forrás: Takács, 2020 alapján

Magyarországon a gyerekek táplálkozási szokásai szüleikével hasonló mintázatot mutatnak (Kiss Tóth, 2015; Szűcs *et al.*, 2019). A szülők 43 százaléka viszont nem tartja kimondottan fontosnak, hogy súlyt fektessen az egészséges táplálkozási szokások kialakítására. Elmondásuk szerint 81 százalékuk törekszik jó példa mutatására az étkezések során. A szülők 74 százaléka tartja magát tájékozottnak az egészséges táplálkozással kapcsolatban, azonban csupán 11 százalékuk gondolja magáról, hogy nagyon tájékozott a témában. Az elhízott gyerekek között szignifikánsan nagyobb azok aránya, akik inkább tájékoztatlanak érzik magukat táplálkozási kérdésekben. Az elhízottak körében ez 21 százalék, míg 14 százalék a normál és 13 százalék a túlsúlyos gyerekek szüleinél (Sárga, 2021). A szülők 76 százaléka egyetért viszont azzal, hogy a közös főzés segít az egészségesebb alapanyagok elfogadtatásában, illetve szívesebben fogyasztják a gyerekek azt az ételt, amelynek az elkészítésében ők is részt vettek. Egy iskolás gyerekek körében 2020-ban elvégzett kutatásban résztvevők ötöde gyakran, 42 százalékuk pedig alkalmanként vett részt az ételek elkészítésében, szüleik mindössze 40 százaléka törekedett arra, hogy sok legyen a tányéron zöldség- és gyümölcsféléből<sup>22</sup>. A megkérdezett gyerekek családjainak negyedénél (25,4 száza-

<sup>22</sup> Forrás: <https://www.nestle.hu/> Vészesen kevés zöldséget és gyümölcsöt esznek a magyar gyerekek (2021. május)

lék) fordult elő havonta többször az, hogy nem tudnak elegendő anyagi forrást biztosítani megfelelő minőségű és esetenként elegendő mennyiségű élelmiszer megvásárlására (Besenyei *et al.*, 2014.)

A primer kutatás keretében felkeresett iskolák rendszeresen foglalkoznak az egészséges táplálkozással. Különböző tanórákon (pl. környezetismeret, technika, rajz, erkölcsstan, etika és osztályfőnöki óra), többféle aspektusból is találkoznak a diákok a témával. Hatodik osztályos korig minden évben megjelenik ez a kérdéskör valamelyik tankönyvben. Szükséges lenne minél hamarabb rávezetni a diákokat az egészséges táplálkozás fontosságára, mert a felsős diákok, különösen a 7. és 8. osztályosok már kevésbé orientálhatók ebbe az irányba. Az iskolák által tartott tematikus napokon, heteken (pl. egészséghét, sporthét) szervezett programok is szolgálják a gyerekek egészséges táplálkozással kapcsolatos ismeretinek bővítését. A diákok már alsó tagozatban tanulnak a táplálkozási piramisról, amit minden évben felelevenítenek. Megismerik, hogy milyen tápanyagok, vitaminok, ásványi anyagok bevitelére van szüksége az emberi testnek az egészséges működéshez.

A megkérdezett pedagógusok szerint a gyerekek táplálkozására a legnagyobb hatást a családban tanult mintázatok gyakorolják, az otthonról hozott étkezi szokások dominálnak. Az iskolaprogramok hatásai nehezen mérhetők, de kis lépések láthatók. A gyümölcsöt jellemzően csaknem minden gyerek szereti, ezért itt nehéz változást mérni, ugyanakkor a zöldségfélék kedveltsége nőtt a programban résztvevő gyerekeknél. A gyerekek közötti „csordaszellem” miatt többféle terméket is megkóstolnak a diákok és sok esetben rádöbbenek, hogy valójában ízlik nekik a korábban elutasított termék. A tej és tejtermékek a nehéz szociális helyzetben lévő gyerekek számára étkezéspótló szerepet is betöltenek. Koruk előrehaladásával a gyerekek már összekapcsolják az egészséges táplálkozást a betegségek elkerülésével, ugyanakkor 7–8. osztályos korukban ennek ellenére megjelennek táplálkozásukban a nem egészséges termékek (pl. energitalok).

A kampányok alacsony jelenlétéből következik, hogy a tanulókkal folytatott fókuszcsoportos interjúk során is megerősítést nyert: az egészséges életmódról, táplálkozásról elsősorban az iskolában, a témához kapcsolódó tanórákon (környezetismeret, természetismeret) tanulnak a gyerekek. Ezt a megkérdezett 151 gyerek közül 149 említette. 118 gyerek emlékezett rá, hogy tanultak a táplálkozási piramisról, képpel való támogatással annak tartalmát is vissza tudták idézni. Az egészséges táplálkozással kapcsolatban a fő üzenetek elérték az ifjúságot (sok zöldség és gyümölcs, kevés cukros, zsíros élelmiszer fogyasztása ajánlott), de a részletesebb ismeretanyagra (pl. melyek a fő tápanyagok, milyen vitaminok léteznek stb.) már nem emlékeztek.

Az iskolán kívül az egészséges életmóddal, táplálkozással kapcsolatos ismeretek megszerzése terén is legfontosabb befolyásoló közeg a család, a szülők, őket említették a diákok az első helyen és a leggyakrabban. Ezen kívül a TV, internet, néhány esetben a sportedző, a barátok is információforrást jelentenek táplálkozási kérdésekben.

## 6. Következtetések és ajánlások

### 6.1. A program hatékonysága

Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program, valamint az iskolatej program intervenciós logikai táblájának elkészítését követően megállapítható, hogy a hosszú távú stratégiai célokat egyértelműen igyekeznek támogatni. **Előfordultak azonban túlzóan ambiciózusnak tűnő célok, illetve olyanok is, amelyeknek nehezen vagy nem mérhető indikátorai lehetnek. Jól ellenőrizhető indikátorokhoz pontosan definiált eredmény és tevékenység-megnevezések szükségesek. Mindkét program esetében találtunk javítandó fogalmakat.**

A vizsgált öt tanévben az iskolaprogramokhoz kapcsolódóan 17,8 és 22,0 millió euró között mozgott éves szinten a kifizetett támogatások összege (nemzeti és EU támogatás együtt), amin belül az EU hozzájárulása tanévtől függően 23,2–33,6 százalékot tett ki. A beszállítókat képviselő termékintézetek (FruitVeB, Tej Szakmaközi Szervezet és Termékintézet) véleménye szerint **míg korábban megfelelő jövedelemtartalmat biztosítottak az iskolaprogramok és az egységár megfelelő volt, a megnövekedett gyártási-, csomagolási és logisztikai költségek miatt ez ma már nem mindig rentábilis, így a motiváltság alacsonyabb lett.** A beszállítók részéről a fajlagos támogatás emelésére, valamint a minőségi standardok részletesebbé és egzaktabbá tételére van igény. Az értékelés során készített mélyinterjúk megerősítették, hogy különösen a tej esetében a program alulfianaszírozottsága rontja a sikerességet: a 2022/2023. tanévben már kevesebb iskolába szállítanak tejet, tejterméket, illetve ahova még van szállítás, ott is gyakran szűkült a kínálat.

Az iskolaprogramokban részt vevő gyermekek száma stabilnak mondható. Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program a célcsoportban lévő általános iskolák 85,3–89,5 százalékát, míg az iskolatej program a célcsoportban lévő általános iskolák 62,2–66,3 százalékát érte el a vizsgált öt tanévben. **Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programhoz képest az iskolatej program esetében vármegyénként nagyobb különbségek mutatkoztak a részt vevő gyerekek arányában.** Előbbi program vármegyénként az általános iskolás gyerekek 66,7–81,0 százalékát érte el a 2017/2018-as tanévben, és 65,1–78,5 százalékát a 2021/2022-es tanévben, azaz jelentős változás nem történt. Ezzel szemben az iskolatej programban részt vevő általános iskolás gyerekek aránya vármegyénként széles határok között változott. A budapesti általános iskolások mindössze 3,8 százalékát és 6,0 százalékát érte el az iskolatej program a vizsgált időszak első és utolsó tanévében, ugyanakkor a részt vevő iskolások aránya a 2017/2018-as tanévben négy vármegyében, a 2021/2022-es tanévben öt vármegyében is meghaladta a 90 százalékot.

A MÁK adatai szerint az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program keretében kiosztott termékek döntő részét a friss gyümölcs (elsősorban alma) és a gyümölcslé (döntően almalé) tette ki. A kiosztott friss zöldségek volumene csekély volt. Az iskolatej program keretében kiosztott termékek döntő részét a folyadéktej, a tejalapú italok, valamint a gyümölcscsel készült tejtermékek tették ki. Menyiségi problémákra is fel kell hívni a figyelmet: főleg az iskolatej-program elejére volt jellemző, hogy a szállítók nem a jelzett igény szerint, hanem a tanulók száma alapján szállították a tejet, ami felesleghez, gyakran élelmiszerpazarláshoz vezetett. **Nincs valós igényfelmérés a termékmenyiség, -szerkezet tekintetében,** az ételérzékenységgel élő gyerekek (pl. laktózérzékenység) kimaradnak a programból.

**A korlátozott választék tényét primer kutatásunk is megerősítette,** mind a gyerekek, mind a pedagógusok, mind a szülők kiemelték, hogy nem eléggé változatos a termékkínálat. Az iskolaprogramok végrehajtási rendeletei szerint ugyan jelenleg is többféle termék adható, a beszállítók mégis egy szűk termékkörrel keresik fel az iskolákat.

**A MÁK adatai szerint a 2021/2022-es tanév során 482,5 ezer tanulónak osztottak ki az iskolaprogramokhoz kapcsolódó munkafüzeteket.** Az iskolatej program keretében 412,6 ezer tanuló, az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program keretében pedig 230,8 ezer tanuló vett részt tudásátadás programban. Kóstoltatásokon, főzőórákon 759,2 ezer tanuló; üzemlátogatáson, termelői piac

látogatáson 109,9 ezer tanuló; ismeretterjesztő órákon 97,8 ezer tanuló vett részt az iskolaprogramok utolsó vizsgált tanévében. Ugyanakkor az általunk megkérdezett pedagógusok és intézményvezetők szerint az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program beszállító által kiosztott **tájékoztató plakáton, foglalkoztató füzeteken és egyéb kisebb szóróanyagokon kívül (pl. papírvonalzó, órarend) más szereplőtől nem érkezett ismeretterjesztő anyag a diákok részére. Az iskolatej programot nem kíséri felvilágosító kampány a beszállítók részéről, nincs tájékoztató plakát, tájékoztató füzet, nincs kóstoltatás, továbbá semmiféle kommunikáció a programalkotó és a beszállítók részéről.** Ezt problémaként fogalmazták meg a pedagógusok. **Ezt a hiányosságot a szakmai szervezetek is elismerték.** A FruitVeB is készített oktatási segédanyagokat a pedagógusok, továbbá munkafüzeteket a gyerekek számára. Ugyanakkor a szervezet vezetője szerint kevésbé jellemző, hogy az üzemek látogatóként iskolásokat fogadnának, mert alapvetően veszélyes üzemnek számítanak. A kóstoltatás az iskolákban valósul meg, de csak esetenként. Ezek megszervezése nehézkes, a kóstoltatáshoz nem mindig adott az infrastruktúra. A Tej Szakmaközi Szervezet és TermékTanács vezetője szerint általában nem jellemző, hogy a beszállítók ilyen programokat szerveznének a gyerekeknek.

A vizsgált tanévek során a legjellemzőbb **kommunikációs forma** a plakát kihelyezése volt az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programban a résztvevő iskolák területén. Az iskolatej program beszállítói nem éltek ezzel az eszközzel. Emellett még különböző weboldalakon népszerűsítették az iskolaprogramokat. Primer kutatásaink során **a pedagógusok kritikusan ítélték meg a programhoz kapcsolódó tájékoztatást, kommunikációt.** Tájékoztató füzeteken kívül egyéb anyagokat, az edukáció elősegítését célzó továbbképzést, tanácsot nem kaptak az iskolák. **A szülők is tájékozatlanok az iskolaprogramok működésével kapcsolatban. Az általunk megkérdezett szülők 44 százaléka nem tudta, hogy a gyermeke iskolája részt vett-e valamelyik iskolaprogramban az elmúlt időszakban.** A szülők bevonása is hiányzik, a kísérő intézkedések, tájékoztató események hatékonyabbak lehetnének, ha a szülők is részt vehetnének ezeken.

Az egy főre jutó éves gyümölcsfogyasztás együttes mennyisége 2015 és 2020 között átlagosan 48,6 kilogramm volt, a vizsgált időszakban ingadozó, de növekvő tendenciát mutatott. A fenti adatok alapján **egy magyar fogyasztó átlagosan mintegy 293 gramm friss zöldséget és gyümölcsöt fogyasztott naponta 2020-ban.** Az Eurostat 2017-es adatai szerint napi rendszerességgel a magyar lakosság 40 százaléka fogyasztott gyümölcsöt, szemben az EU-átlag 64 százalékal. Zöldségfogyasztásban még kedvezőtlenebb a helyzet, **a magyar lakosság mindössze 30 százalékanak rendszeres napi friss zöldségfogyasztása áll szemben az EU 64 százalékos átlagértékével.**

A Magyarországon készült felmérések szerint a gyerekek gyümölcs- és zöldségfogyasztása jóval elmarad a nemzetközi ajánlásoktól. Kérdőíves felmérésünk szerint **a megkérdezett családok kevesebb mint felében jellemző a gyermekek napi rendszerességű zöldség- és gyümölcsfogyasztása.** A megkérdezett felnőttek körében kedveltebbek a zöldségek és gyümölcsök, mint gyermekeik körében: a válaszadók 34,5 százaléka jelölte be azt a választ, hogy gyermeke minden zöldséget és gyümölcsöt szeret, és a szülők 62,0 százaléka szerint gyermeke inkább megválogatja, hogy mit eszik meg és mit nem. **Szignifikáns kapcsolat mutatkozott az iskolaprogramokban való részvétel és a zöldségek, gyümölcsök kedveltsége között.** A mindkét programban részt vevő iskolába járó gyerekek 43,1 százaléka, a csak iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programban érintett iskolák tanulóinak 38,8 százaléka minden terméket kedvel, szemben az alapsokaságra jellemző 34,0 százalékos értékkel.

A fenti megállapítást erősíti, hogy **a fókuszcsoportos interjúinkban megkérdezett diákok többsége – a válaszadók közel háromnegyede – saját bevallása szerint naponta többször is fogyaszt zöldség- és gyümölcsfélét,** emellett a legtöbb tanuló a fogyasztási gyakoriság növekedéséről számolt be. Ezt főleg e termékek egészségre gyakorolt pozitív hatásaival indokolták a diákok, de elhangzott olyan válasz is, hogy orvosi, edzői tanács, ajánlás miatt esznek többet, szívesebben zöldséget és gyümölcsöt. Voltak olyan tanulók, akik arról számoltak be, hogy mivel mindig ki van rakva az osztályteremben, rászoktak a fogyasztásra, de sokan vallottak úgy, hogy ahogy idősebbek lettek megszokták, megszerették az ízét.



A magyar fogyasztók átlagosan mintegy 1,5 deciliter tejet és 0,3 deciliter savanyított tejterméket fogyasztottak naponta 2020-ban. A témában készült felmérések szerint a **gyerekek tej- és a tejtermékfogyasztása minden korcsoportban elmarad az ajánlott mennyiségtől.**

Az AKI által megkérdezett szülők 62,4 százaléka számolt be arról, hogy gyermeke minden nap fogyaszt tejet vagy tejterméket, 22,4 százalék válasza szerint hetente többször, 5,3 százalék szerint hetente legalább egyszer, de 2,8 százalék szerint sohasem fogyaszt a gyermeke ilyen termékeket. A tej és tejtermékek kedveltsége még a felnőttek körében sem általános, 55,8 százalékuk állította magáról, hogy minden ilyen terméket szeret, 36,6 százalékuk csak bizonyos termékeket, 7,6 százalék pedig semmilyen formában nem fogyasztja és kedveli ezeket. A válaszadók gyerekei körében ugyanezek az arányok 41,4 százalék, 53,0 százalék, illetve 5,1 százalék voltak. A felmérés szerint **a szülők ízlése nagyban befolyásolja a gyerekekét. Az iskolaprogramokban való részvétel is pozitívan befolyásolja a tejtermékek kedveltségét. Az iskolatej programban részt vevő iskolák tanulóinak 55,6 százaléka szereti ezen termékeket:** a mindkét programmal érintett intézménybe járóknál ugyanez az arány 44,4 százalék, az alapsokaságé pedig csupán 41,2 százalék. Ezt megerősíti a fókuszcsoporthoz tartozó vizsgálatunk is, ugyanis az interjúban részt vevő iskolások válasza szerint a diákok 71 százaléka naponta többször – ezek közel harmada naponta háromszor is – fogyaszt tejet vagy tejterméket, további 15 százalékuk naponta legalább egyszer, és 7–7 százalék hetente többször vagy egyszer fogyaszt tejet vagy tejterméket. A megkérdezett tanulók 45,7 százaléka számolt be arról, hogy a múltéhoz képest gyakrabban, 19,2 százalék ritkábban fogyaszt tejet, tejterméket, 35,1 százalékuk fogyasztási gyakorisága pedig nem változott. A gyakoribb fogyasztás indokaként a **pozitív egészségügyi hatásokat, illetve a rászokást** említették. **A ritkább fogyasztás egyik indoka, hogy az iskolában megszűnt az iskolatej program és/vagy sokkal szűkösebbé vált a kínálat,** de felmerült az ízlés változása és az is, hogy nem biztosak benne, hogy minden tejtermék egészséges, illetve sok olyan tejtermék van, ami hizlal, ezért kerülnek ezeket.

Mivel a **gyermekek** idejük jelentős részét az iskolában töltik, és a **napi energiabevételük 35–65 százalékát az iskolában fogyasztják el,** így a **köznevelési intézmények kiemelt jelentőséggel bírnak az egészséges táplálkozás feltételeinek biztosításában és az egészséges életmód kialakításában.**

Ugyanakkor nehéz egy ilyen program hatékonyságának a mérése, mivel **nem ezek a kezdeményezések határozzák meg alapjaiban a táplálkozási magatartást. Sok-sok egyéb tényező, például a családi minta, az adott közösség hozzáállása, a pedagógusi attitűd, propagálás (hogyan kínálják a termékeket, mennyi idejük van étkezni, milyen körülmények között esznek) befolyásolja, hogyan változnak később a táplálkozási szokások.**

Az általunk megkérdezett, iskolaprogramokban részt vevő diákok pozitívan nyilatkoztak a zöldség- és gyümölcsfélékről, elmondásuk szerint szívesen fogyasztják, szeretik ezeket, csak 1-2 tanuló fordult elő a budapesti, illetve kisvárosi iskolában, aki nemlegesén válaszolt erre a kérdésre. A tej és tejtermékek jóval megosztóbbnak bizonyultak. Először is, akadnak olyan gyerekek, akik egészségi állapotuk miatt (cukorbetegség, laktózérzékenység) nem, vagy csak korlátozottan fogyaszthatnak ilyen termékeket, másrészt főleg a felsőbb osztályokban már sok tanuló – jellemzően az osztály harmada-fele – úgy nyilatkozott, hogy egyáltalán nem szereti a tejet, illetve hasonló arányban nem kedveli a tejtermékeket, vagy legalábbis egy részüket. A nagyobb elutasítottságot részben az utóbbi időben korlátozottá vált ellátás és választék magyarázza, másrészt egy iskolában mindkét vizsgált osztályban említették a tanulók: előfordult, hogy romlott, savanyú tejet kaptak, ami érthető módon elvette a kedvüket a tejfogyasztástól.

A pedagógusok is úgy nyilatkoztak, hogy a gyerekek kedvelik és szívesen fogyasztják a programok keretében kiosztott gyümölcsöket és zöldségeket, tejet és tejtermékeket, bár utóbbiak kedveltsége jóval elmarad a gyümölcsök, zöldségek népszerűségétől.

Az iskolás gyerekek körében 2018-ban majd 2020-ban is elvégzett felmérés szerint, a **gyerekek ismerete az egészséges táplálkozásról bővült. A primer kutatás során felkeresett iskolák rendszeresen foglalkoznak az egészséges táplálkozás témakörével.** Többféle tanórán (pl.



környezetismeret, technika, rajz, erkölcstan, etika és osztályfőnöki óra), többféle aspektusból is találkozunk a diákok a témakörrel. Hatodik osztályos korig, minden évben valamelyik tankönyvben megjelenik ez a kérdéskör. Szükséges lenne minél hamarabb rávezetni a diákokat az egészséges táplálkozás fontosságára, mert a felsős diákok, főleg a 7. és 8. osztályosok már kevésbé orientálhatók ebbe az irányba. Az iskolák által tartott tematikus napokon, heteken (pl. egészséghet, sporthét) szervezett programok is a gyerekek egészséges táplálkozással kapcsolatos ismeretinek bővítését szolgálják. A diákok már alsó tagozatban tanulnak a táplálkozási piramisról, amit minden évben felelevenítenek. Megismerik, hogy milyen tápanyagok, vitaminok, ásványi anyagok bevitelére van szüksége az emberi testnek az egészséges működéshez. **A pedagógusok nyitottak az egészséges táplálkozáshoz kapcsolódó ismeretek átadására, amihez viszont szükségük lenne elfogadott, konszenzusos és korszerű háttéranyagokra. Kiemelték, hogy összhangba kellene hozni az iskolában tanultakat és a családban szerzett tudást, hogy azok ne kieltsák, hanem erősítsék egymást.**

A megkérdezett pedagógusok szerint a gyermekek táplálkozására a legnagyobb hatást a családban tanult mintázatok gyakorolják, az otthonról hozott étkezési szokások dominálnak. **Az iskolaprogramok hatásai nehezen mérhetők, de kis lépések láthatók. A gyümölcsöt jellemzően csaknem minden gyerek szereti, ezért itt nehéz változást mérni, ugyanakkor a zöldségfélék kedveltsége nőtt a programban résztvevő gyerekeknél.** Koruk előrehaladásával a gyerekek már egyre inkább értik az egészséges táplálkozás jelentőségét a betegségek elkerülésében, ugyanakkor 7–8. osztályos korukban mégis megjelennek táplálkozásukban a nem egészséges termékek (pl. energitalok).

Az iskolaprogramokat népszerűsítő kampányok alacsony számából következik, és a tanulókkal folytatott fókuszcsoporthoz interjúk során is megerősítést nyert, hogy **az egészséges életmódról, táplálkozásról elsősorban az iskolában, a témához kapcsolódó tanórákon (környezetismeret, természetismeret) tanulnak a gyerekek.** Az egészséges táplálkozással kapcsolatban a fő üzenetek eljutottak az ifjúsághoz (sok zöldség és gyümölcs, kevés cukros, zsíros élelmiszer fogyasztása ajánlott), de a részletesebb ismeretanyagra (például melyek a fő tápanyagok, milyen vitaminok léteznek stb.) már nem emlékeztek. **Az iskolán kívül az egészséges életmóddal, táplálkozással kapcsolatos ismeretek megszerzése terén is a legfontosabb befolyásoló közeg a család, a szülők,** őket említették a diákok a legelső helyen és a leggyakrabban. Ezen kívül a TV, internet, néhány esetben a sportedző, a barátok is információforrást jelentenek táplálkozási kérdésekben.

## 6.2. Levont tanulságok

Tekintettel arra, hogy a 2023-as évben új tervezési és költségvetési időszak következik az EU iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program, illetve iskolatej program esetében, javasoljuk, hogy a tervezés már a logikai keretmátrix módszerrel (LFA) történjen. Az LFA alapú elemzés problémaorientált, strukturált és jó kiegészítést ad a későbbiekben a szöveges helyzetleírásokhoz.

**Idő- és humánerőforrás-igénye várhatóan jelentős lesz, viszont az indikátorok adatbázisának kiépítésével a későbbi években a monitoring áttekinthetőbb és gyorsabban elvégezhető.**

Az elemzett adatok és a primer kutatások eredményei is megerősítették, hogy az **iskolaprogramok számos alapvető funkciójuknak eleget tettek** a vizsgált időszakban:

- Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program a célcsoportban lévő általános iskolák 85,3–89,5 százalékát, míg az iskolatej program a célcsoportban lévő általános iskolák 62,2–66,3 százalékát látta el a vizsgált öt tanévben.
- Primer kutatásaink szerint **az iskolaprogramokban való részvétel javította mind a zöldségek, gyümölcsök, mind a tej és tejtermékek kedveltségét és fogyasztását a programban részt vevő tanulók körében.**
- A fókuszcsoporthoz tartozó diákok **jó általános tudással rendelkeztek az egészséges táplálkozásról és a programok során kapott termékek egészségre gyakorolt hatásáról.**
- **A vizsgált időszak nagyobb részében a programokban részt vevő termelők számára megfelelő jövedelmet biztosított a támogatási összeg, a programban való részvételük pedig diverzifikáltabbá tette értékesítési lehetőségeiket,** ezáltal javította jövedelembiztonságukat.

**A pozitív hatások egy részéről ugyanakkor nehéz megállapítani, mennyiben köszönhető a programoknak, mennyiben pedig más tényezőknek.** A szakértői interjúk, a pedagógusokkal és intézményvezetőkkel történt beszélgetések, a szülők körében végzett kérdőíves felmérés és a tanulók körében lefolytatott fókuszcsoporthoz tartozó foglalkozás eredményei is arra mutattak rá, hogy **a gyerekek táplálkozási szokásait, az egészséges táplálkozásról szóló ismereteit nem csak, és nem elsősorban a iskolaprogramok, hanem a szülői, családi minta, a tantervben szereplő tananyagok oktatása, a pedagógusok által önkéntesen szervezett kiegészítő foglalkozások formálják.**

A programmal szemben **több kritika is megfogalmazódott:**

- A termelők száma csökkent, ezzel együtt koncentrálódás volt megfigyelhető, ami nem érintette az ellátott diákok számát, mennyiségi szempontból változatlan volt az ellátás a Covid idejéig, a járványhelyzet pedig érezte negatív hatásait a programon (távoktatás stb). Mindezek a hatások a kísérő intézkedések számában, minőségében is megmutatkoznak. Egyre ritkábbak az üzemeltetések, a kóstoltatások és egyéb programok.
- A termékekkel kapcsolatos logisztikai szervezés túl sok terhet ró az iskolákra: a beszállító rendszerint csak heti egyszer szállít, miközben az előírt kiosztási gyakoriság ennél magasabb, így a köztes időben az iskoláknak kell megoldania a termékek tárolását, ami olykor minőségromláshoz vezethet.
- A primer kutatás eredményei szerint **a minőségromlás negatív hatást fejt ki a termékekkel szembeni attitűdben,** ezért egy rossz minőségű szállítmány is lerombolhatja a program addig elért hatásait.
- A gyerekek szívesebben vennének könnyen elfogyasztható, konyhakész, szeletelt termékeket, ezt higiéniai okok (pl. covid) is indokolják. A tejtermékek fogyasztásához megfelelő evőeszközt, segédeszközt, de ezen igények kielégítésére a szűkös források miatt a beszállítók nem képesek. Az iskolától függ, hogy van-e rá személyi, tárgyi eszköze, hogy a tanulók igényeinek megfelelően kínálja a termékeket.
- A pedagógusok véleménye szerint **a táplálkozási szokások megváltoztatásához inkább kevesebb, de jó minőségű termékre lenne szükség. Hiányzik az igényfelmérés cél-**

csoportonként és résztvevő oktatási intézményenként mind a termékmennyiség, mind a termékszerkezet tekintetében.

- **A pedagógusok több tájékoztató anyagot, oktatást igényelnének**, hogy hatékonyabban tudják segíteni a program sikerét.
- Az iskolák szívesen vennének részt **több szakmai kirándulásban, üzemlátogatásban**, de ennek nem csak a beszállító üzemek fogadókészsége szab gátat, hanem a megnövekedett utazási költségek is.
- **A szülők ismeretei alacsony szintűek a programokkal kapcsolatban**, holott több kutatás és saját primer kutatásunk is arra jutott, hogy az egészségre nevelés akkor lehet igazán sikeres, ha **a családi, szülői minta és az iskolában hallottak kiegészítik egymást**.

32. táblázat: Fejlesztésre irányuló javaslatok

Finanszírozás	Végrehajtás	Szakmai háttér	Nyomonkövetés, értékelés
Fajlagos támogatások emelése	Termékminőségi standardok részletesebbé, egzaktabbá tétele	Szakmai, tudományos intézetek (MÁK, MDOSZ, OGYÉI) nagyobb fokú bevonása a program tervezésébe	Szakmai, tudományos intézetek (MÁK, MDOSZ, OGYÉI) bevonása a nyomonkövetési módszerek kialakítására
MÁK általi kifizetések felgyorsítása	Igényfelmérés célcsoportonként, résztvevő oktatási intézményenként	A szakmai tudományos szervezetek ajánlásainak figyelembevétele az információs, edukációs program kialakítása során	Tervezés LFA-val
(Több) forrás biztosítása a tájékoztató, oktató programokra, üzemlátogatások utazási költségeinek finanszírozása	Termékszerkezet és -mennyiség optimalizálása	A korszerű táplálkozási ajánlások beépítése a Nemzeti Alaptantervbe	Rendszeres monitoring tevékenység tervezése és rendszeres végrehajtása
Forrás biztosítása a program eredményeinek rendszeres monitoringozására	Választékbővítés, szezonáltság megjelenítése	A szakmai tudományos szervezetek ajánlásainak figyelembevétele a termék-választék kialakítása során	
	Iskolaprogram-termékek beszámítása a kötelezően biztosítandó mennyiségekbe		
	Az együttműködés, kommunikáció szélesítése, a beszállítók, pedagógusok, iskolák, szülők, tanulók véleményének megismerése, kölcsönös figyelembevétele és ennek nyomán a program folyamatos módosítása az optimális célok elérése érdekében		

Forrás: Az AKI Élelmiszerlánc-kutatási Osztályán készült összeállítás

## 7. Mellékletek

### 7.1. Mellékletek jegyzéke

1. melléklet: Fókuszcsoportos beszélgetés félig strukturált kérdőíve iskolás gyerekek számára az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program, valamint az iskolatej program értékeléséhez _____	73
2. melléklet: Mélyinterjú kérdések pedagógusok számára az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program, valamint az iskolatej program értékeléséhez _____	75
3. melléklet: Mélyinterjú kérdések az iskolák intézményvezetői számára az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program, valamint az iskolatej program értékeléséhez _____	76
4. melléklet: Online felmérés kérdőíve a magyarországi iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program, valamint az iskolatej program működéséről _____	77
5. melléklet: A FruitVeB Magyar Zöldség-Gyümölcs Szakmaközi Szervezet és Terméktanács elnökével, dr. Apáti Ferencsel készült interjú leirata _____	82
6. melléklet: A Tej Szakmaközi Szervezet és Terméktanács ügyvezető igazgatójával, Harcz Zoltánnal készült interjú leirata _____	83
7. melléklet: A Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége (MDOSZ) szakértőjével készült interjú leirata _____	84
8. melléklet: Az általános iskolai tanulók körében végzett fókuszcsoportos interjúk eredményeinek összefoglalása _____	86
9. melléklet: A pedagógusokkal készített mélyinterjúk eredményeinek összefoglalása _____	91
10. melléklet: Az intézményvezetőkkel készített mélyinterjúk eredményeinek összefoglalása _____	94
11. melléklet: A szülői kérdőíves felmérés eredményeinek összefoglalása _____	98
12. melléklet: Magyarország Iskolaprogram Stratégiája, 2017/2018–2022/2023. Tanév _____	102

1. melléklet: **Fókuszcsoportos beszélgetés félig strukturált kérdőíve iskolás gyerekek számára az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program, valamint az iskolatej program értékeléséhez**

## KÉRDŐÍV

**3–4. és 5–6. osztályos GYEREKEK számára**  
**a gyümölcs-, zöldség-, tej- és tejtermékfogyasztást támogató iskolaprogramok**  
**2017–2022 időszakának**  
**értékeléséhez**

Iskola neve: .....

Résztevő diákok száma (fő): .....

1. **Milyen zöldségeket ismertek?**
2. **Szeretitek a zöldségféléket?**  
igen/nem/van amit igen, van amit nem
3. **Milyen gyümölcsöket ismertek?**
4. **Szeretitek a gyümölcsöket?**  
igen/nem/van amit igen, van amit nem
5. **Szeretitek a tejet?**  
igen/nem
6. **Mi a tejtermék, tudjátok-e?**  
igen/nem
7. **Szeretitek a tejtermékeket?**  
igen/nem/van amit igen, van amit nem
8. **Hányszor esztek zöldséget, gyümölcsöt (ne csak frissre gondoljatok!)?**  
Naponta többször-kétszer/háromszor/többször/napi egyszer  
Hetente többször/egyszer  
Havonta többször/egyszer  
Egyszer sem
9. **Hányszor esztek tejet, tejterméket?**  
Naponta többször-kétszer/háromszor/többször/napi egyszer  
Hetente többször/egyszer  
Havonta többször/egyszer  
Egyszer sem
10. **Most gyakrabban vagy ritkábban esztek zöldséget és gyümölcsöt, mint óvodás korotokban/alsóban? (ki az, aki gyakrabban, ki ritkábban, kinek nem változott?)**  
gyakrabban/ritkábban, nem változott
11. **Van, aki elmesélné, miért? (válaszok a kifejtős kérdések keretében értékelendők)**
12. **Most gyakrabban vagy ritkábban esztek tejterméket, mint óvodás korotokban/alsóban? (ki az, aki gyakrabban, ki ritkábban, kinek nem változott?)**  
gyakrabban/ritkábban, nem változott
13. **Van, aki elmesélné, miért? (válaszok a kifejtős kérdések keretében értékelendők)**
14. **Hol esztek többször zöldséget, gyümölcsöt? Tegye fel a kezét, aki otthon, aki az iskolában, egyformán!**  
otthon/iskolában/egyformán

15. **Hol esztek többször tejet, tejterméket? Tegye fel a kezét, aki otthon, aki az iskolában, egyformán!**  
otthon/iskolában/egyformán
16. **Szeretitek a zöldséget-gyümölcsöt, amit az iskolában adnak?**  
igen/nem/van amit igen, van amit nem
17. **Szeretitek a tejet, tejterméket, amit az iskolában adnak?**  
igen/nem/van amit igen, van amit nem
18. **Tudtok róla, hogy az iskolában miért kaptok almát/tejet/stb.?**  
igen/nem  
**Programban szereplő zöldség- és gyümölcsfajok, amit kapnak (x-el történő jelölés)**  
*alma, egész/szeletelt; körte, őszibarack, nektarin, szilva, földieper, paprika, paradicsom, sárgarépa, karalábé, zöldség/gyümölcslé*
19. **Milyen gyakran kaptok illet (fenti gyümölcsfaj)? (4-3-2-1-egyszerem)**  
heti 4-szer/3-szor/2-szer/1-szer/egyszer sem  
**Programban szereplő tej és tejtermékek, amit kapnak (x-el történő jelölés)**  
*Ivótej vagy laktózmentes változatok; sajt és túró, sima joghurt, Hozzáadott cukor, aroma, gyümölcs, dió vagy kakaó nélküli tejtermékek, tejtermékek gyümölcslével, természetesen ízesítve vagy nem ízesítve, tejalapú italok kakaóval, gyümölcslével vagy természetes ízesítéssel, erjesztett vagy nem erjesztett, gyümölcsös tejtermékek, természetesen ízesítve vagy nem ízesítve*
20. **Milyen gyakran kaptok illet (fenti tej/tejtermék)? (4-3-2-1-egyszerem)**  
heti 4-szer/3-szor/2-szer/1-szer/ritkán/egyszer sem
21. **Mit csináltak a kapott termékkel? Megeszitek? Hazaviszitek? Ott hagyod aládában? Később kidobod?**  
Megeszi/hazaviszi/később kidobja/nem veszi át (pl. otthagyja a ládában)
22. **Kaptatok a gyümölcs- és zöldségfogyasztással kapcsolatos tájékoztató füzetet?**  
igen/nem  
**Kaptatok a tej- és tejtermékfogyasztással kapcsolatos tájékoztató füzetet?**  
igen/nem
23. **Volt-e kóstoltatás az iskolában? Ha igen, hányszor egy évben?**  
igen-hányszor egy évben?/nem
24. **Tudjátok, miért hasznos sok zöldséget, gyümölcsöt enni?**  
egészséges, finom, vitamin, ne éhezzenek, táplál, rosttartalom, ne legyenek betegek, erősek legyenek
25. **Tudjátok, miért hasznos tejet, tejterméket enni?**  
egészséges, finom, erősíti a csontokat, fehérjeforrás, ha sok van belőle, akkor ne romoljon meg,
26. **Tanultatok vagy beszélgettetek-e már az iskolában az egészséges táplálkozásról?**  
igen/nem
27. **Mit tanultatok az egészséges táplálkozásról?**  
kulcsszó1/kulcsszó2/kulcsszó3/ stb.
28. **Máshonnan hallottatok az egészséges táplálkozásról? Hol, kitől?**  
igen, hol és kitől?/nem
29. **Tanultatok/hallottatok már a táplálkozási piramisról?**  
igen/nem
30. **Tanultatok/hallottatok az okos tényerről?**  
igen/nem
31. **Plusz hozzászólások, infók**



2. melléklet: **Mélyinterjú kérdések pedagógusok számára az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program, valamint az iskolatej program értékeléséhez**

## MÉLYINTERJÚ KÉRDÉSEK

**3–4. és 5–6. osztályos gyerekek PEDAGÓGUSAI számára**  
a gyümölcs-, zöldség-, tej- és tejtermékfogyasztást támogató iskolaprogramok  
2017–2022 időszakának  
értékeléséhez

Iskola neve: .....

Osztály: .....

- 1. Tudja-e, ki kezdeményezte, hogy az iskola részt vegyen az iskolagyümölcs- és iskolazöldség, illetve az iskolatej programban?**
- 2. Általában elégedettek vele?**  
Iskolagyümölcs és iskolazöldség/iskolatej
- 3. A gyerekek szívesen fogyasztják a kapott termékeket? Képződik-e maradék? Ha igen, mi történik vele?**  
Iskolagyümölcs és iskolazöldség/iskolatej
- 4. Min lehetne javítani?**  
Iskolagyümölcs és iskolazöldség/iskolatej
- 5. Részesültek-e a diákok ehhez kapcsolódóan felvilágosító kampányban, kóstoltatásban?**  
Iskolagyümölcs és iskolazöldség/iskolatej
- 6. A tantervi oktatásban tanultak-e már az egészséges táplálkozásról?**  
Iskolagyümölcs és iskolazöldség/iskolatej
- 7. Van-e hatása az elméleti oktatásnak, a programnak vagy a kampányoknak a gyerekek táplálkozási szokásaira?**  
Iskolagyümölcs és iskolazöldség/iskolatej
- 8. Egyéb észrevételek, javaslatok**

3. melléklet: **Mélyinterjú kérdések az iskolák intézményvezetői számára az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program, valamint az iskolatej program értékeléséhez**

## MÉLYINTERJÚ KÉRDÉSEK

az általános iskola INTÉZMÉNYVEZETŐJE számára  
a gyümölcs-, zöldség-, tej- és tejtermékfogyasztást támogató iskolaprogramok  
2017–2022 időszakának  
értékeléséhez

Iskola neve: .....

1. Történt érzékelhető változás az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program, valamint az iskolatej program működtetésében az elmúlt öt év során? Pl. beszállítói kör vagy a termékek kiosztási módja
2. Az iskola kapott-e az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program, valamint az iskolatej program működtetésének *Jó gyakorlatára* vonatkozóan ajánlást, vagy egyéb segítséget a programalkotóktól? Ha igen, hogyan értékeli? Ha nem, szüksége lenne rá?
3. Kértek Önöktől javaslatokat az iskolaprogramok jobb működtetése érdekében? Vannak javaslatai az egyes programterületek fejlesztését illetően?  
Iskolagyümölcs és iskolazöldség/iskolatej
4. Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program, valamint az iskolatej program működtetőjeként elégedett a programban lévő terméklistával? Fontosnak tartaná a bővítését, a szezonális jellegű termékek bevonását?  
Iskolagyümölcs és iskolazöldség/iskolatej
5. Értékelte pedagógusaival közösen a gyerekek fogadókészségének a változását az egyes iskolaprogramok iránt?  
Iskolagyümölcs és iskolazöldség/iskolatej
6. Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program, valamint az iskolatej program keretében volt az iskolájuknak kötelező edukáció vállalása a 2017–2022 időszakban? Ha volt, ki kezdeményezte és miben nyilvánult meg?  
Pedagógusok/gyerekek edukációja
7. Bevontak szülőket valamilyen módon az iskolaprogramok működtetése során? Pl. tanulmányi kirándulás, kiállításokon részvétel stb. Tartottak klubnapot vagy edukációt szülőknek a gyerekek egészséges táplálkozása kapcsán? Milyen volt a fogadtatás?
8. Gyűjtöttek szülői észrevételeket vagy ajánlásokat az iskolaprogramok hatásosságáról? Ha igen, említeni néhány javaslatot? Továbbították a program alkotói számára?
9. Promótálták az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programot, valamint az iskolatej programot a 2017–2022 időszak során? Ha igen, hogyan tették?
10. Egyéb észrevételek

4. melléklet: **Online felmérés kérdőíve a magyarországi iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program, valamint az iskolatej program működéséről**

## Felmérés a magyarországi iskolagyümölcs és iskolatej program működéséről

Kedves Szülő!

Az Agrárminisztérium a magyarországi iskolagyümölcs és iskolatej program működésének értékelését végzi. Az elkészített jelentés célja, hogy támpontotokat adjon az iskolaprogramok működésének hatékonyabbá tételéhez. A hiteles értékelés elkészítéséhez elengedhetetlen a szülők véleményének megismerése.

Kérjük, segítse az iskolagyümölcs és iskolatej program fejlesztését azzal, hogy kitölti kérdőívünket, amely 2-3 percet vesz igénybe! Több iskolás gyermek esetén a kérdőívet gyermekenként is kitöltheti.

Előre is köszönjük, hogy megtisztel bennünket véleményével!

Üdvözlettel:

Agrárközgazdasági Intézet Élelmiszárlánc Kutatási Osztálya

### 1. Hanyadik osztályba jár a gyermeke?

Az értéknek számnak kell lennie.

### 2. A gyermek iskolája milyen településtípusban található?

- Főváros
- Megyeszékhely
- Város
- Falu, község

3. Az iskola milyen programban vesz részt?

- Iskolatej
- Iskolagyümölcs
- Mindkettő
- Egyik sem
- Nem tudom

4. Gyermeke az elmúlt héten melyik tejterméket kapta az iskolatejprogram keretében?

- Iskolatej
- Kakaó vagy más ízesített tej
- Natúr joghurt, kefir
- Gyümölcsjoghurt vagy ízesített joghurt
- Sajt
- Más

5. Az ön gyermeke az elmúlt héten hány alkalommal kapott tejet, tejterméket az iskolatejprogram keretében?

Az értéknek számnak kell lennie.

6. Milyennek ítéli az iskolatejprogramot az alábbiak szerint?

	nagyon rossz	rossz	semleges	jó	nagyon jó
A termékek átadásának módja	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
A kiosztott termékek mennyisége	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
A termékek osztásának gyakorisága	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
A termékek változatossága	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
A termékek íze	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
A termékek mérete, nagysága	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
A programmal kapcsolatos tájékoztatás	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

7. Gyermek az elmúlt héten melyik terméket kapta az iskolazöldség, -gyümölcsprogram keretében?

- Alma
- Körte
- Szilva
- Más gyümölcs
- Paradicsom, paprika
- Sárgarépa
- Zöldség-, gyümölcslé

8. Az ön gyermeke az elmúlt héten hány alkalommal kapott zöldséget, gyümölcsöt az iskolazöldség, -gyümölcsprogram keretében?

Az értéknek számnak kell lennie.

9. Milyenek ítéli az iskolazöldség, -gyümölcsprogramot az alábbiak szerint?

	nagyon rossz	rossz	semleges	jó	nagyon jó
A termékek átadásának módja	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
A kiosztott termékek mennyisége	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
A termékek osztásának gyakorisága	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
A termékek változatossága	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
A termékek íze	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
A termékek mérete, nagysága	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
A programmal kapcsolatos tájékoztatás	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

10. Hányszor fogyaszt a gyermeke otthon tejet, tejterméket?

- Naponta
- Hetente többször
- Hetente egyszer
- Ritkábban
- Soha



11. A tejjel, tejtermékkel kapcsolatos állítások melyike igaz önre?

- Minden tejterméket nagyon szeretek
- Csak néhány tejterméket szeretek nagyon
- Nincs olyan tejtermék, amit nagyon szeretnék

12. A tejjel, tejtermékkel kapcsolatos állítások melyike igaz gyermekére?

- Gyermekem minden tejterméket nagyon szeret
- Gyermekem csak néhány tejterméket szeret nagyon
- Nincs olyan tejtermék, amit a gyermekem nagyon szeretne

13. Hányszor fogyaszt a gyermeke otthon zöldséget, gyümölcsöt?

- Naponta
- Hetente többször
- Hetente egyszer
- Ritkábban
- Soha

14. A zöldség, gyümölccsel kapcsolatos állítások melyike igaz önre?

- Minden zöldséget és gyümölcsöt nagyon szeretek
- Csak néhány zöldséget és gyümölcsöt szeretek nagyon
- Nincs olyan zöldség, gyümölcs, amit nagyon szeretnék

15. A zöldség, gyümölccsel kapcsolatos állítások melyike igaz gyermekére?

- Gyermekem minden zöldséget és gyümölcsöt nagyon szeret
- Gyermekem csak néhány zöldséget és gyümölcsöt szeret nagyon
- Nincs olyan zöldség, gyümölcs, amit a gyermekem nagyon szeretne

5. melléklet: **A FruitVeB Magyar Zöldség-Gyümölcs Szakmaközi Szervezet és Terméktanács elnökével, dr. Apáti Ferencsel készült interjú leirata**

**1. Hány termelő vesz részt jelenleg a programban?**

A programban résztvevő termelőkről a FruitVeb nem rendelkezik adatokkal, mivel a beszállítók, akik a szerződő felek, kereskedők vagy termelői értékesítő szervezetek (TÉSZ). Az ő kilétükről, számukról a MÁK tart nyilvántartást. Azon termelők, akikkel együtt dolgoznak a beszállítók, egytől egyig jól felkészültek, mivel a kereskedők és a TÉSZ-ek olyan termelőket integrálnak be, akikkel jól tudnak együtt dolgozni.

**2. Mennyire jellemző, hogy cserélődnek a beszállítók? Ha igen, mi ennek az oka?**

A beszállítók cserélődése nem jellemző jelenség, de természetesen előfordul: ha a megnövekedett költségek miatt kevésbé lesz vonzó a program, olyankor abbahagyják.

**3. Mi motiválja a beszállítókat?**

Korábban megfelelő jövedelemtartalmat biztosított a program, az egységár megfelelő volt, illetve a program egy jó és biztos piacnak tekinthető felületként működött, le tudták vezetni az iskolákban 2. és 3. osztályú étkezési minőségű termékek feleslegét. Azonban a megnövekedett csomagolási és logisztikai költségek miatt ez ma már nem mindig rentábilis, így a motiváltság csökkent.

**4. Mennyire jellemző, hogy a beszállítók kóstitatnak, gyerekeket fogadnak a gazdaságokban/üzemekben, felvilágosító kampányt tartanak?**

A beszállítók jellemzően nem tartanak kóstitatást és üzemplátogatást a saját üzemeikben, mivel alapvetően veszélyes üzemnek számítanak, sok a gép. A kóstitatás az iskolákban valósul meg esetenként. Ezek megszervezése nehézkes, a termelés és a tárolás elválik egymástól, a legtöbb esetben tárolt gyümölcsöket, zöldségeket szállítanak ki, a kóstitatáshoz nem adott teljesen az infrastruktúra.

**5. Van-e visszajelzésük, információjuk az iskolák/fogyasztók elégedettségéről?**

A fogyasztóktól a visszajelzések elég vegyesek, van pozitív és negatív visszajelzés is. Elsősorban a minőségre panaszkodnak: előfordul olyan, hogy nem a kis gyümölcsmértet produkáló, jó ízű fajtákat kapják az iskolák, hanem az íz- és aromaanyagok kialakulása szempontjából kevésbé előnyös helyen termelt (pl. fa koronájának belsejében növekedő) gyümölcsöket. Ezzel szemben vannak iskolák, ahova tökéletes minőségű és ízű gyümölcs kerül. A zöldségeknél a kiszérelés kifogásolható: az iskolák a gyerekenként csomagolt, szeletelt zöldségeket preferálnák, azonban a nagy csomagolóanyag-igény és a magas munkaerőköltség miatt ennek megoldása nehézkes. A minőséggel kapcsolatban a zöldségeknél még nem kaptak visszajelzést.

**6. Mivel lehetne javítani a program működésén?**

A programon a fajlagos támogatás emelésével és a minőségi standardok részletesebbé és egzaktabbá tételével lehetne javítani.

6. melléklet: **A Tej Szakmaközi Szervezet és Termék Tanács ügyvezető igazgatójával, Harcz Zoltánnal készült interjú leirata**

**1. Hány termelő vesz részt jelenleg a programban?**

A 2022. évben 19 kedvezményezettet tartott nyilván a MÁK (forrás: <https://www.mvh.allamkincstar.gov.hu/tamogatasi-adatok>). Egy évvel korábban még 28 cég szerepelt a listán.

**2. Mennyire jellemző, hogy cserélődnek a beszállítók? Ha igen, mi ennek az oka?**

A beszállítók számának csökkenése lassú és folyamatos, vélhetően hatékonysági okok, illetve a felhalmozódó veszteségek okozzák a lemorzsolódást.

**3. Mi motiválja a beszállítókat?**

Motiváló tényezők a programban való részvételre: (1) a nyereséges vállalkozói tevékenység végzése; (2) a korábbi években megvalósított beruházások használata; (3) a tejfeldolgozóknál lévő dolgozók megtartása; valamint (4) a vállalkozás több lábon állása (a programban való részvétel is lehet az egyik láb).

**4. Vannak-e „felkészültebb”, illetve kevésbé felkészült termelők a programban?**

Feltehetőleg igen, a kevésbé felkészültek, a kevésbé hatékonyak kihullanak a programból.

**5. Hogyan történik a résztvevő iskolák kiválasztása?**

Ez alapvetően logisztikai kérdés. A tejfeldolgozó igyekszik olyan iskolákat választani, amelyek közel vannak az üzemhez és a logisztikai költségek nem túl magasak. Ha távolabb helyezkednek el a kiválasztott intézmények, a beszállító arra törekszik, hogy a szállítás nagyobb járművel, kevesebb fuvarral legyen megoldható.

**6. Jellemzően elfogy-e a kiszállított termék? Ha nem, mi történik a maradékkal?**

Erre a Tej Szakmaközi Szervezet és Termék Tanács nem tudott választ adni.

**7. Mennyire jellemző, hogy a beszállítók kóstoltatnak, gyerekeket fogadnak a gazdaságokban/üzemekben, felvilágosító kampányt tartanak?**

Általában nem jellemző, hogy ilyen programokat szerveznének a gyerekeknek.

**8. Hogyan értékelné a program működését a beszállítók szemszögéből?**

Jelenleg a legtöbb beszállító veszteséget halmoz fel és a programból történő kilépés módját keresi. A költségek drasztikus emelkedése miatt a támogatások jelentős emelésére van szükség.

**9. Van-e visszajelzésük, információjuk az iskolák/fogyasztók elégedettségéről?**

Nincsenek ilyen visszajelzések, információk.

**10. Mivel lehetne javítani a program működésén?**

A támogatási szint emelésével, a MÁK általi kifizetések felgyorsításával.

7. melléklet: **A Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége (MDOSZ) szakértőjével készült interjú leirata**

Az MDOSZ 1991-től mint közhasznú szervezet fejt ki országos szintű tevékenységét. Taglétszáma megközelíti a 2000 főt – elsősorban főiskolát végzett dietetikusok, valamint egyetemet végzett táplálkozástudományi szakemberek, jelentős számban dietetikus hallgatók, illetve pártoló tagként jogi személyek alkotják a tagságot. A szövetség célja és feladata többek között a betegségmegelőzés támogatása, a lakosság egészségi állapota megőrzésének és javításának elősegítése, az egészséges, illetve aktuális egészségi állapotnak megfelelő táplálkozási gyakorlat és szokások kialakításához való hozzájárulás a táplálkozással összefüggő élettani hatások megismertetése, népszerűsítése útján. Az MDOSZ 1994 óta tagja az Európai Dietetikusok Szövetségének (*European Federation of the Associations of Dietitians*, EFAD), 2008 óta pedig a Dietetikusok Világszövetségének (*International Confederation of Dietetic Associations*, ICDA). Az interjú az MDOSZ elnökével, Szűcs Zsuzsannával készült.

A szövetség 2022-ben már részt vett hasonló értékelésben, adatokkal és információkkal segítette az Egészségügyi Világszervezet (*World Health Organization*, WHO) munkáját az uniós iskolaprogramokat értékelő tanulmány (*Study on the EU school fruit, vegetables and milk scheme*) összeállításában. Tapasztalataik alapján elsősorban azért nehéz az ilyen hatástanulmányok elkészítése, mert az egyes táplálkozási felmérések nagy eltéréseket mutatnak az adatfelvétel, az adatok használhatósága tekintetében, így rendkívül nehéz a valós, aktuális táplálkozási helyzet feltérképezése. Alaposan megtervezett és kivitelezett felmérés nélkül a bizottság által feltett kérdésekre megalapozott szakmai választ nem lehet adni.

Általában kijelenthető, hogy a gyerekek táplálkozási szokásai és a tápláltsági állapotot mutató indikátorok (a sovány vagy a túlsúlyos gyerekek száma) egyaránt romlottak Magyarországon az utóbbi években. Ehhez a koronavírus járvány hatásai is jelentős mértékben hozzájárultak. Bár a 2022-től kezdődő időszakról még kevés adat, információ áll rendelkezésre, valószínűsíthető, hogy a tendencia tovább folytatódott.

A szövetség tagjainak egy része élelmezésvezetőként dolgozik, illetve működik a szövetségben belül egy munkacsoport, amely az iskolai közétkeztetéssel foglalkozik, így vannak tapasztalataik az iskolaprogramokról is. Általában elmondható, hogy ma Magyarországon él egy hozzávetőleg másfél-két millió főt számláló, hátrányos gazdasági helyzetű csoport – jelentős részük gyerek –, amelynek tagjai pénzügyi okok miatt nem jutnak hozzá (nem képesek megfizetni) az egészséges élelmiszerekhez. A minőségi éhezés mellett (túl sok zsír és szénhidrát, kevés gyümölcs és fehérje stb.) a mennyiségi éhezés is probléma, nő azoknak a száma, akik nem tudják megvásárolni a hónap minden napján az egészségük megtartásához szükséges kalória- és tápanyagmennyiséget.

Ennek némileg ellentmond az a tapasztalat, hogy a gyerekek nem mindig fogyasztják el az iskolaprogramok keretében kiosztott termékeket. Ez alapvetően azzal magyarázható, hogy gyakran nem megfelelő a termékek elfogadottsága a gyerek részéről, mert sok esetben otthon kiskorában nem találkozott az adott étellel (pl. tej vagy egyes gyümölcsök, zöldségek). Ugyanakkor az élelmezésvezetők visszajelzése alapján ennek van egy étlaptervezési aspektusa is, ami akár jogalkotási szükségletet is felvet. Magyarországon ugyanis a közétkeztetésre vonatkozóan rendelet szabályozza a kötelezően biztosítandó élelmiszerek mennyiségét, például a tejure is (korcsoportonként mennyit, milyen gyakorisággal kell biztosítani). Ebben nem számítható bele az iskolatej, -gyümölcs és -zöldség, ebből adódóan többet osztanak ki, mint amennyit a gyerek el tud vagy akar fogyasztani, így nő az élelmiszerpazarlás. Bár nem működik mindenhol iskolaprogram, ahol van, az így elfogyasztott étellel is bele lehetne számítani a kötelezően biztosítandó adagba, ezzel csökkentve a kidobott mennyiséget. Hasznos lenne továbbá, ha a változatosság és a szezonális

ban megjelenne a kínált termékpalettán (szilva, körte, szőlő, sajtrudacska, hűtést nem igénylő ízesített palackos tejszínek stb.).

Általában nagyon nehéz egy-egy ilyen program hatékonyságának a mérése, mivel nem ezek a kezdeményezések befolyásolják lényegesen a táplálkozási magatartást. Sok egyéb tényező, például a családi minta, az adott közösség vagy a pedagógus hozzáállása, a népszerűsítés (hogyan kínálják a termékeket, mennyi idő áll rendelkezésre azok elfogyasztására, milyen körülmények között esznek a gyerekek) határozza meg, hogyan változnak később a táplálkozási szokások. Ezt figyelembe véve a szövetség szerint korlátozottan mondható az iskolaprogramok hatékonysága a gyerekek táplálkozási ismereteinek bővítésében. Az iskolaprogramok mellé hasznos lenne olyan kezdeményezéseket is kapcsolni, amelyek az egészséges táplálkozást népszerűsítik.

A MDOSZ jelenleg hivatalosan nem vesz részt az iskolaprogramokkal kapcsolatos szakmai munkában, de bekapcsolódna abba a közélettel foglalkozó munkacsoportja révén. A saját eszközeivel igyekszik népszerűsíteni a helyes táplálkozási ajánlásokat, de szűkösek az erőforrásai és nincsenek olyan információs csatornái, amelyek megfelelő hatékonysággal működnek. Vagyis a programok szakmai háttérének jelentős erősítésére van szükség.

A szövetség összességében rendkívül fontosnak tartja az iskolaprogramok fenntartását és továbbfejlesztését, ugyanakkor véleményük szerint a támogatásokat sokkal hatékonyabban lehetne elkölteni. Fontos szempont, hogy a gyerekek ne passzívan részesüljenek a kiosztott termékekből. A programban érintett összes szereplő (gyerekek, szülők, iskolák, szállítók, szakmai szervezetek, döntéshozók) bevonására, aktív részvételére, együttműködésére, összességében alapvető szemléletváltásra van szükség. Fontos továbbá, hogy a helyes táplálkozási információk eljussanak a gyerekekhez.

8. melléklet: **Az általános iskolai tanulók körében végzett fókuszcsoportos interjúk eredményeinek összefoglalása**

Az iskoláskorú gyerekek zöldségekkel, gyümölcsökkel, tejjel és tejtermékekkel kapcsolatos ismereteit játékos bevezető kérdésekkel teszteltük, ezzel lehetőséget teremtettünk arra is, hogy a kevesebb ismerettel rendelkező osztálytársak is biztosan képbe kerüljenek, miről kérdezzük őket a későbbiekben, amikor a fogyasztással kapcsolatos témákra került sor.

A tanulók minden vizsgált iskolában többféle zöldséget, gyümölcsöt meg tudtak nevezni, köztük sok egzotikus, kevésbé ismert termék is szerepelt, főleg a gyümölcsfélék esetében. Jellemző volt ugyanakkor, hogy a budapesti, kisvárosi és a tipikusan zöldség- és gyümölcsstermelő körzetben fekvő dél-alföldi községben tanuló diákok jóval többféle terméket tudtak spontán felsorolni, mint a nógrádi faluban élő társaik. A zöldségfélék esetében 12–16, a gyümölcsféléknél 15–27 féle terméket említettek spontán a gyerekek a három nagyobb ismerettel rendelkező általános iskolákban, míg a nógrádi alsó- és felsőtagozatos tanulók csak hatféle zöldséget és 8–11-féle gyümölcsöt neveztek meg. A korosztályok között nem tapasztaltunk nagyobb különbséget a termékismeret terén, sőt, az alsótagozatos diákok – mivel szívesebben, aktívabban szerepeltek – többféle terméket említettek, mint az idősebb korosztályok.

A tejjel kapcsolatban rákérdeztünk, milyen állatok adnak tejet, mely állatok tejét fogyasztjuk. Mind az alsótagozatos, mind a felsőtagozatos tanulók tisztában voltak ezekkel a kérdésekkel, sőt olyan precíz választ is kaptunk, hogy az „emlős állatok adnak tejet”. A tejtermékek esetében sokféle, jellemzően 16–18-féle élelmiszert meg tudtak nevezni a diákok, itt nem tapasztaltunk szignifikáns eltérést sem a korcsoport, sem az iskola elhelyezkedése szerint.

A zöldség- és gyümölcsfélékről a tanulók egyöntetűen úgy nyilatkoztak, hogy szívesen fogyasztják, szeretik ezeket, csak 1–2 tanuló fordult elő a budapesti, illetve kisvárosi iskolában, aki nemlegesén válaszolt erre a kérdésre.

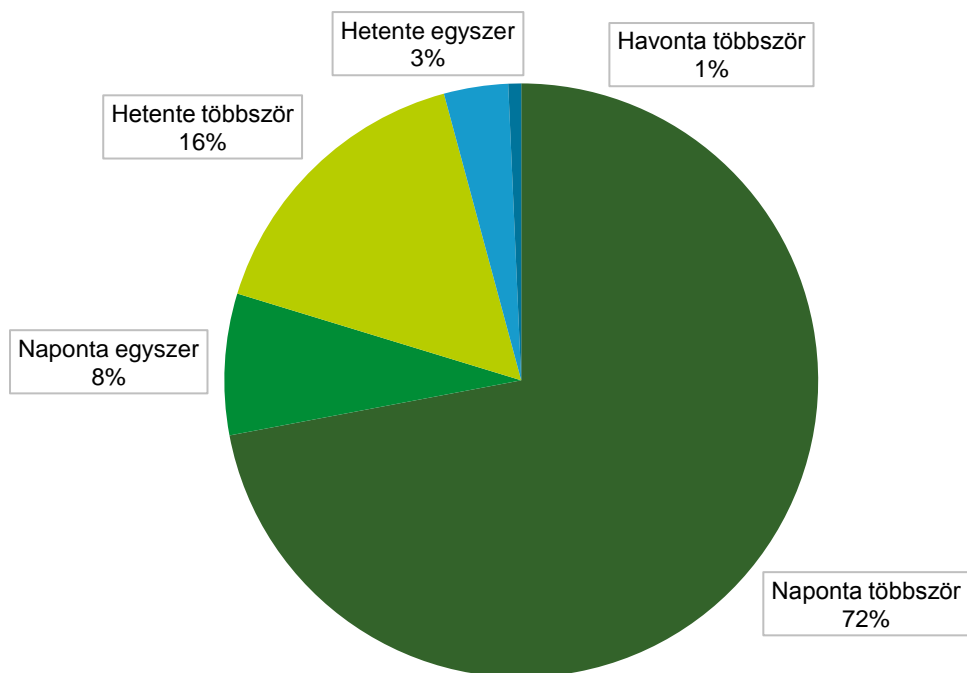
A tej, tejtermékek jóval megosztóbbnak bizonyultak. Először is, akadnak olyan gyerekek, akik egészségi állapotuk miatt (cukorbetegség, laktóz érzékenység) nem, vagy csak korlátozottan fogyaszthatnak ilyen termékeket, másrészt főleg a felsőbb osztályokban már sok tanuló – jellemzően az osztály egyharmada-fele – úgy nyilatkozott, hogy egyáltalán nem szereti a tejet, illetve hasonló arányban nem kedveli a tejtermékeket, vagy legalábbis egy részüket.

A nagyobb elutasítottságot részben az utóbbi időben korlátozottá vált ellátás magyarázza, másrészt egy iskolában mindkét vizsgált osztályban említették a tanulók: előfordult, hogy romlott, savanyú tejet kaptak, ami érthető módon elvette a kedvüket a tejfogyasztástól.

A jelenlegi fogyasztási szokásokat tekintve zöldség- és gyümölcsféléket a legtöbb tanuló – a válaszadók közel háromnegyede – naponta többször is fogyasztja, de ez a legtöbb esetben csak napi kétszeri, néhány esetben napi háromszori fogyasztást jelent. A megkérdezett diákok további negyede legalább hetente többször, naponta egyszer fogyaszt zöldséget és gyümölcsöt és csak elvétve említettek ennél ritkább fogyasztást (25. ábra).



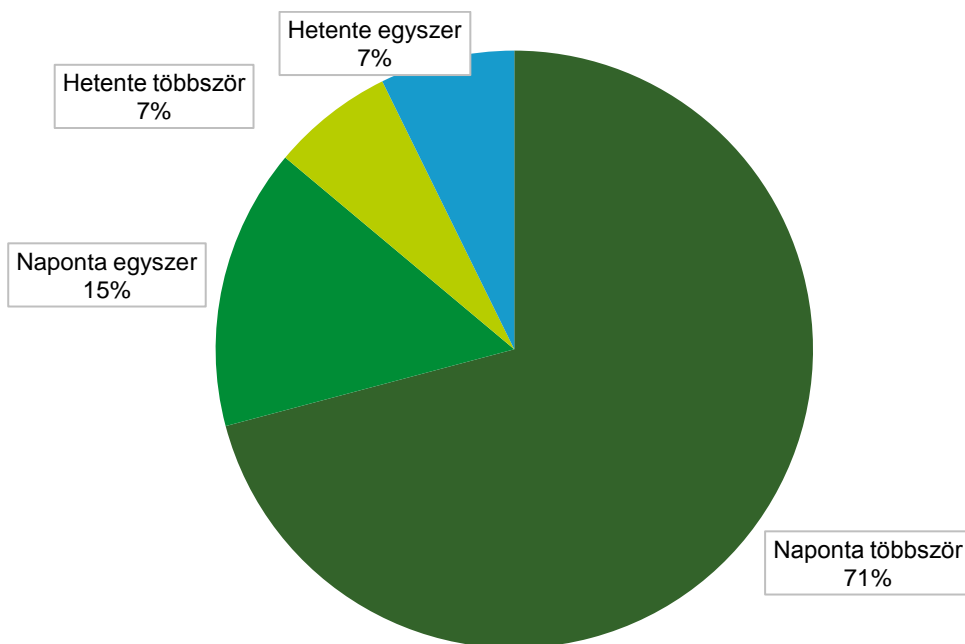
25. ábra: **A zöldség- és gyümölcsfogyasztás gyakoriságának megoszlása a fókuszcsoportban vizsgált tanulók körében, N=151**



Forrás: AKI Élelmiszerlánc-kutatási Osztályán készült felmérés

Hasonló arányok érvényesek a tej- és tejtermékfogyasztás esetében is. A válaszadók 71 százaléka naponta többször – esetükben 36 tanuló naponta háromszor is – fogyaszt tejet vagy tejterméket, további 15 százalékuk naponta legalább egyszer, 7–7 százalék hetente többször vagy egyszer fogyaszt tejet vagy tejterméket (26. ábra).

26. ábra: **A tej- és tejtermékfogyasztás gyakoriságának megoszlása a fókuszcsoportban vizsgált tanulók körében, N=151**



Forrás: AKI Élelmiszerlánc-kutatási Osztályán készült felmérés

A korábbi fogyasztási szokásokra való rákérdezésnél egy olyan időszakot jelöltünk meg a gyerekek számára, ami jól elkülöníthető életszakaszként maradhatott meg az emlékezetükben: így a 3–4. osztályosoknak az óvodás korukra, az 5–6. osztályosoknak az alsós korukra kellett visszagondolnia, amikor arra kértük őket, határozzák meg, ahhoz képest most gyakrabban, ritkábban fogyasztják-e a programban szereplő termékek, esetleg nem változott a fogyasztásuk gyakorisága.

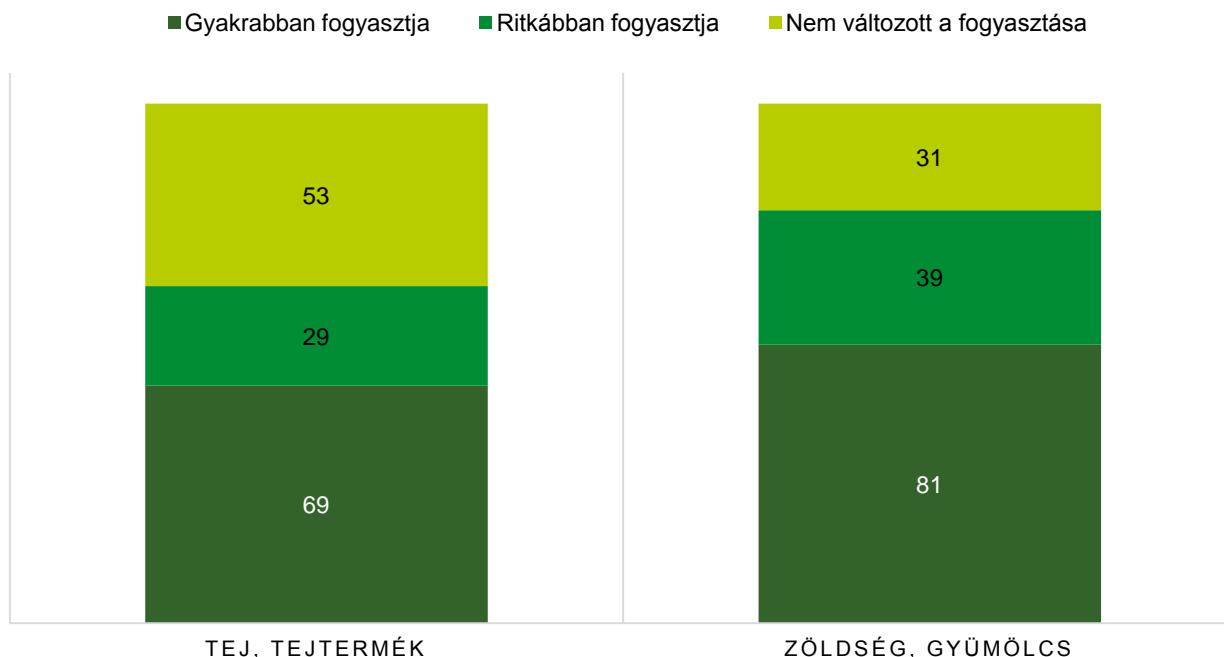
A legtöbb tanuló a fogyasztási gyakoriság növekedéséről számolt be, de jelentős eltérés volt a tej és tejtermékek, valamint a zöldségek, gyümölcsök között. Utóbbi termékcsoportot többen fogyasztják gyakrabban – szám szerint 81-en –, ugyanakkor magas azok száma is, akiknek csökkent a fogyasztási gyakorisága. A zöldségek és gyümölcsök fogyasztáscsökkenése leginkább az alsó és felső tagozat között következett be – ebben szerepet játszhat, hogy a tanulók egyre önállóbbak, egyre kevésbé a szülő határozza meg a táplálkozást –, emellett megfigyelhető volt, hogy míg a dél-alföldi tanulók alig számoltak be visszaesésről, a budapesti, kisvárosi és a nógrádi községben elhelyezkedő iskola tanulói között jelentős volt azok száma, akik ritkuló fogyasztásról számoltak be.

A tej és tejtermékek esetében is leginkább a felsőtagozatos diákok számoltak be a fogyasztási gyakoriság csökkenéséről, de itt kisebb területi eltérések voltak tapasztalhatók (27. ábra).

Rákérdeztünk a gyerekeknél a fogyasztási szokásokban bekövetkező változások okaira is. Azok a tanulók, akik a múlthoz képest gyakrabban fogyasztanak zöldséget, gyümölcsöt leginkább azok egészségre gyakorolt pozitív hatásaival indokolták ezt, de elhangzott olyan válasz is, hogy orvosi, edzői tanács, ajánlás miatt esznek többet, szívesebben zöldséget és gyümölcsöt. Voltak olyan diákok, akik arról számoltak be, hogy mivel mindig ki van rakva az osztályteremben, rászoktak a fogyasztásra, de sokan vallottak úgy, hogy ahogy idősebbek lettek megszokták, megszerették az ízt. A főleg kiskamaszkorban bekövetkező fogyasztásvisszaesés magyarázataként gyakran említették a tanulók, hogy ráuntak, otthon, vagy az iskolában erőltették, de amióta nem muszáj, kevesebbet esznek ilyesmit, de olyan válasz is érkezett a budapesti iskolában, hogy míg régebben jobban megengedhette magának a család, most már nem tudnak annyiszor zöldséget, gyümölcsöt vásárolni.

A tej és tejtermékek esetében a gyakoribb fogyasztás indokaként szintén a pozitív egészségügyi hatásokat, illetve a rászokást említették. A ritkább fogyasztás egyik indoka, hogy az iskolában megszűnt a tej program és/vagy sokkal szűkösebbé vált a kínálat, de felmerült az ízlés változása és az is, hogy nem biztosak benne, hogy minden tejtermék egészséges, illetve sok olyan tejtermék van, ami hizlal, ezért kerülik ezeket.

27. ábra: **A tej- és tejtermékfogyasztás gyakoriságának megoszlása a fókuszcsoportban vizsgált tanulók körében, N=151**



Forrás: AKI Élelmiszerlánc-kutatási Osztályán készült felmérés

A megkérdezett tanulók szinte egyöntetűen arról számoltak be, hogy több zöldséget, gyümölcsöt, illetve tejet, tejterméket fogyasztanak otthon, mint az iskolában, néhányan voksoltak amellett, hogy egyforma gyakorisággal esznek itt is, ott is.

Az iskolaprogramok során kapott gyümölcs- és zöldségtermékek minőségével a többség – 108 tanuló – elégedett, szeretik ezeket. Akik nem, azok azt említették, hogy előfordult, hogy a kapott gyümölcs kukacos volt, nehezményezték, hogy a kirakott termékeket mások megfogdossák, ami nem túl higiénikus. Többen kifogásolták, hogy nem eléggé változatos a termékkínálat. Amikor a kapott termékek választékára kérdeztünk, kiderült, hogy a legtöbb diák csak almát kap vagy arra emlékszik. Érdekes módon, ha egy tanuló megnevezett más gyümölcs- vagy zöldségféléit, a társainak emlékei is „megelevenedtek” és egyre többen fel tudták idézni, hogy tanév elején egyszer-kétszer kaptak őszibarackot, szilvát, szőlőt, zöldségeket, de ez olyan ritka, hogy nehéz volt spontán felidézni. A gyerekek döntő többsége arról számolt be, hogy heti négy alkalommal kapnak zöldséget vagy gyümölcsöt, ami megegyezik a program szabályaival. A kisvárosi iskolában a felsősök az alma mellett kizárólag gyümölcsöt kapnak, míg az alsósok e két terméken kívül paprikát, paradicsomot és sárgarépat is kapnak. Az alsósok beszámolója szerint kéthetente egyszer, míg a felsősök szerint heti egyszer kapják a gyümölcslevet. A kapott termékeket a gyerekek túlnyomó többsége elfogyasztja, néha hazaviszik, egy-két diák nyilatkozott csak úgy, hogy nem veszi el a tálcáról/ládából.

Az iskolatej program keretében tejről, tejtermékről csak a tanulók fele nyilatkozott pozitívan. Ahol romlott tejjel találkoztak, élénk rossz emlékként ivódott be a tudatukba, de azt is rosszul élték meg, az egyik iskolában, hogy míg a korábbi években többféle tejterméket kaptak (gyümölcsjoghurt, ízesített tejek, krémsajt), a jelenlegi tanévben már csak tehéntejet kapnak. Két iskolában a vizsgált időszak nagy részében működött a program, de a közelmúltban (egyik helyen 2022 szeptemberétől, a másik helyen 2023 januárjától) megszűnt. A vizsgált négy iskola közül jelenleg csak a budapesti iskolában osztanak többféle tejterméket, ez joghurt, gyümölcsjoghurt vagy ízesített tej. A megkérdezett diákok vegyes osztási gyakoriságról számoltak be: 92-en úgy emlékeztek, heti

négyszer kaptak/kapnak tejet vagy tejterméket, 19 tanuló szerint heti háromszor, kettő szerint heti kétszer, a maradék 39 diák szerint csak ennél ritkábban kaptak tejet vagy tejterméket. A program működése alatt a tanulók nagyjából fele fogyasztotta el a tejet, tejtermékeket. Hazavinni nem minden iskolából szabad, lehet, de gyakori, hogy el se veszik a felkínált terméket, bár ez jellemzőbb ott és azóta, hogy csak ízesítetlen tejet kínálnak a gyerekeknek. Kifogásként merült fel a programmal kapcsolatban az is, hogy némelyik terméket nehéz megfelelő evőeszköz nélkül elfogyasztani, ami csökkenti az élvezeti értékét.

A fókuszcsoportos foglalkozás keretében megismert gyerekek ügyesen meg tudták fogalmazni, hogy elsősorban egészségnevelési célból kapják a termékeket és jól meg tudták válaszolni, miért egészségesek ezek a termékek. A zöldségek, gyümölcsök esetén a vitamintartalmát, rosttartalmát, táplálóerőt, immunrendszer erősítést említették, míg a tej és tejtermékek esetében a fehérjetartalmát, a csonterősítő szerepét, az izomfejlesztést.

Tájékoztató anyagot, füzetet – emlékeik szerint – 127 gyerek kapott a zöldségekről, gyümölcsökről, de csak 13 gyerek a tejről tejtermékekről, ők a budapesti iskola alsótagozatos tanulói voltak. Kóstoltatás (zöldség és gyümölcs) a nógrádi és budapesti iskolában történt.

A kampányok alacsony jelenlétéből következik, hogy az egészséges életmódról, táplálkozásról elsősorban az iskolában, a témához kapcsolódó tanórákon (környezetismeret, természetismeret) tanulnak a gyerekek. Ezt a megkérdezett 151 gyerek közül 149 említette. 118 gyerek emlékezett rá, hogy tanultak a táplálkozási piramisról, képpel való támogatással annak tartalmát is vissza tudták idézni. Az egészséges táplálkozással kapcsolatban a fő üzenetek átmentek az ifjúsághoz (sok zöldség és gyümölcs, kevés cukros, zsíros élelmiszer fogyasztása ajánlott), de a részletesebb ismeretanyagra (pl. melyek a fő tápanyagok, milyen vitaminok léteznek stb.) már nem emlékeztek.

Az iskolán kívül az egészséges életmóddal, táplálkozással kapcsolatos ismeretek megszerzése terén is legfontosabb befolyásoló közeg a család, a szülők, őket említették a diákok a legelső helyen és a leggyakrabban. Ezen kívül a TV, internet, néhány esetben a sportedző, a barátok is információforrást jelentenek táplálkozási kérdésekben.

9. melléklet: **A pedagógusokkal készített mélyinterjúk eredményeinek összefoglalása**

**1) Tudja-e, ki kezdeményezte, hogy az iskola részt vegyen az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programban, illetve az iskolatej programban?**

Az iskolaprogramok már évek óta működtek a vizsgált iskolákban. A válaszadó tanárok többnyire nem tudták, hogy ki kezdeményezte az iskola részvételét az iskolaprogramokban. Az egyik iskola tanára az iskolaigazgatót nevezte meg kezdeményezőként.

**2) Általában elégedettek az iskolaprogramokkal?**

A válaszadó pedagógusok alapvetően elégedettek voltak az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program működésével még ott is, ahova szinte csak alma és almalé érkezett. Az almánál a különböző fajták váltogatása ad ugyan némi változatosságot, ennek ellenére a termékválaszték bővítése kívánatos lenne a gyerekek szempontjából. Az egyik iskola pedagógusa különösen elégedett volt az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programmal, mivel az alma és az almalé mellett többféle jó minőségű gyümölcsöt (körte, szilva, őszibarack) és zöldséget (karalábé) is kaptak. Az alsótagozatos gyerekek részére gyakran szeletelve adták a zöldségeket, amit ők így szívesebben fogyasztottak el. Több iskola pedagógusa is megerősítette, hogy a gyerekek kedvelik az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program keretében kiosztott zöldségfélét (paradicsom, sárgarépa, karalábé) is a gyümölcsök mellett. Többen is javasolták a program kiterjesztését a 7–8. évfolyamos gyerekekre.

Az iskolatej program megítélése jelentősen elmaradt az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programétól. Az elmúlt időszakban leszűkült a termékínálat a tejure, sőt két iskolánál meg is szűnt az iskolatej program 2022 őszén, illetve 2023 januárjában. Az ízesítetlen tejet kevésbé kedvelik a gyerekek, ezért több iskolában is kakaóval, vaníliás cukorral teszik vonzóbbá a gyerekek számára. A korábbi években szélesebb termékválaszték jellemezte a programot, ízesített tejet (kakaós, karamellás, vaníliás), gyümölcsjoghurtot, krémsajtot is kaptak a diákok. Ezen termékeket hiányolják a gyerekek. Negatív példaként megjelent, hogy savanyú tej is eljutott a gyerekekhez, az ugyanakkor nem derült ki az interjúk során, hogy már eleve romlottan érkezett a tej a beszállítótól, vagy az iskolai tárolás alatt savanyodott meg. A laktózérzékeny gyerekek kimaradnak a programból, mert az ő igényeik nincsenek figyelembe véve. Egyes tejtermékek elfogyasztása (pl. tömlős sajt) – amikor még kaptak – evőeszköz hiányában gondot okozott a gyerekeknek. A korábbi években több iskolánál is történt beszállítóváltás gyenge termékminőség és terméklejáratú problémák miatt.

**3) A gyerekek szívesen fogyasztják a kapott termékeket? Képződik-e maradék? Ha igen, mi történik vele?**

A gyerekek kedvelik és szívesen fogyasztják a program keretében kiosztott gyümölcsöket és a zöldségeket. Maradék nagyon ritkán képződik. Ez jellemzően az almánál fordul elő a tavasz folyamán, amikor az alma húsa kásásodni kezd.

A gyerekek általában kedveleik a programban kapott tejet és a tejtermékeket, de annak mértéke jóval elmarad a gyümölcsök, zöldségek kedveltségétől. Elsősorban választék beszűkülése miatt képződik maradék, mivel a gyerekek egy idő után megunják ugyanazt az ízt. Az iskolák a tej ízesítésével (kakaó, vaníliás cukor hozzáadása a tejhez) igyekeznek változatosságot adni, hogy szívesebben fogyasszák a tejet. Kevésbé gyakori, de előfordult, hogy gyenge minőségű vagy romlott termék került kiszállításra, amit nem lehetett elfogyasztani. Újabbán lehet kérni, hogy kevesebbet szállítsanak, így ugyan kisebb mennyiség érkezik, de maradék is kevesebb képződik. A tényleges

szükségletek felmérése (szállítási gyakoriság, mennyiségek) csökkentené a maradék képződésének az esélyét. A tankerület nyilatkozatot kér a szülőtől, hogy igénylik-e a termékeket, ugyanakkor ez a döntés a teljes tanévre szól, ezért később nem lehet változtatni rajta. Az egyik iskolánál a maradék tejet korábban kiöntötték vagy hajléktalan szállónak adták, de utóbbi komplikált volt az előírások miatt.

#### 4) Min lehetne javítani?

Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program esetében a termékválaszték bővítése (pl. almalén kívül egyéb gyümölcsle, saláták, szárított, aszalt gyümölcsök bevezetése), a zöldségbeszállítások gyakoriságának növelése merült fel igényként. Az alsós gyerekek számára olyan méretű alma beszállítására lenne szükség, amekkorát szünetben meg tudnak enni, ugyanakkor ez nem mehet az ízletesség rovására, mert akkor nem fogyasztanák el.

Az iskolatej programban is alapvető igény lenne a termékválaszték bővítése és a termékminőség javítása. Cukormentes és laktózmentes termékekre is lenne szükség, mivel vannak olyan gyerekek, akik cukorbetegség vagy laktózérzékenyek és nem fogyaszthatják a hagyományos termékeket. Javaslatként felmerült, hogy hetente kevesebb alkalommal, de akkor minőségibb termékeket és választékot kapjanak a gyerekek, ha az a cél, hogy a gyerekek később is fogyasszanak tejtermékeket. Emellett a tejjel kapcsolatban elhangzott, hogy ez a termékkör kevésbé köthető össze az egészséges táplálkozással összehasonlítva a gyümölcs- és zöldségfélékkel, emiatt itt különösen fontos lenne az ezzel kapcsolatos tájékoztató anyagok megléte és azok eljuttatása a gyerekeknek. A tejnél ugyanakkor a legnagyobb probléma, hogy a vizsgált négy iskolából kettőnél megszűnt az iskolatej program 2022 őszén, illetve 2023 januárjában.

Mindkét programnál javaslatként megjelent az élelmiszer-előállítással kapcsolatos tanulmányi kirándulások szervezésének és kiállítások látogatásának a támogatása. A tanulmányi kirándulások és a kiállítások látogatása esetében az utazási költségek finanszírozása az elsődleges nehézség.

#### 5) Részesültek-e a diákok ehhez kapcsolódóan felvilágosító kampányban, kóstoltatásban?

Az iskolazöldség és -gyümölcs programnál a beszállítók által adott tájékoztató plakáton, foglalkoztató füzeteken és egyéb kisebb szóróanyagokon kívül (pl. papírvonalzó, órarend) más szereplőtől nem érkezett ismeretterjesztő anyag a diákok részére. A foglalkoztató füzeteket egyéb tanórákon is felhasználták (pl. természetismeret órán), az abban szereplő feladatokat közösen megoldották. Kóstoltatások nagyon ritkán vannak, jó esetben évente egy alkalommal. Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program keretein kívül szülők által szervezett kóstoltatások elsősorban a koronavírus-járvány előtti időszakban voltak.

Az iskolatej programot nem kíséri felvilágosító kampány a beszállítók részéről, nincs tájékoztató plakát, tájékoztató füzet, nincs kóstoltatás, nincs semmiféle kommunikáció a programalkotó és a beszállítók részéről. Ezt hiányosságként fogalmazták meg a pedagógusok.

Az iskolák az egészséges táplálkozásra való neveléssel iskolai tanórák keretében foglalkoztak, ahol mind a zöldség- és gyümölcsfogyasztás, mind a tejfogyasztás fontosságát kiemelték. Emellett a szülők bevonásával is tartottak tematikus programokat, ahol nagy hangsúlyt kapott az egészséges táplálkozás jelentősége (pl. egészségkép, sporthét).

#### 6) A tantervi oktatásban tanultak-e már az egészséges táplálkozásról?

Az iskolák rendszeresen foglalkoznak az egészséges táplálkozás témakörével. Többféle tanórán (pl. környezetismeret, technika, rajz, erkölcsstan, etika és osztályfőnöki óra), többféle aspektusból is találkozhatnak a diákok a témakörrel. Hatodik osztályos korig, minden évben valamelyik tankönyvben megjelenik ez a kérdéskör. Szükséges lenne minél hamarabb rávezetni a diákokat az egészséges



táplálkozás fontosságára, mert a felsős diákok, főleg a 7. és 8. osztályosok már kevésbé orientálhatók ebbe az irányba.

Az iskolák által tartott tematikus napokon, heteken (pl. egészséghet, sporthét) szervezett programok is szolgálják a gyerekek egészséges táplálkozással kapcsolatos ismeretinek bővítését. A diákok már alsó tagozatban tanulnak a táplálkozási piramisról, amit minden évben felelevenítenek. Megismerik, hogy milyen tápanyagok, vitaminok, ásványi anyagok bevitelére van szüksége az emberi testnek az egészséges működéshez. Az *Okostányér* táplálkozási ajánlást a pedagógusok nagy többsége nem ismerte. A pedagógusok nyitottak voltak az egészséges táplálkozáshoz kapcsolódó ismeretek átadására, amihez viszont szükségük lenne elfogadott, konszenzusos háttéranyagok biztosítására. Kiemelték, hogy összhangba kellene hozni az iskolában tanultakat és a családban szerzett tudást, hogy azok ne oltsák ki egymást, hanem egymást erősítsék.

### **7) Van-e hatása az elméleti oktatásnak, a programnak vagy a kampányoknak a gyerekek táplálkozási szokásaira?**

A pedagógusok szerint a gyerekek táplálkozására a legnagyobb hatást a családban tanult mintázatok gyakorolják, az otthonról hozott étkezi szokások dominálnak. Az iskolaprogramok hatásai nehezen mérhetők, de kis lépések láthatók. A gyümölcsöt jellemzően csaknem minden gyerek szereti, ezért itt nehéz változást mérni, ugyanakkor a zöldségfélék kedveltsége nőtt a programban résztvevő gyerekeknél. A gyerekek közötti „csordaszellem” miatt többféle terméket is megkóstolnak a diákok és sok esetben rádöbbenek, hogy valójában ízlik nekik a korábban elutasított termék. A tej és tejtermékek a nehéz szociális helyzetben lévő gyerekek számára étkezéspótló szerepet is betöltenek. Koruk előrehaladásával a gyerekek már összekapcsolják az egészséges táplálkozás jelentőségét a betegségek elkerülésével, ugyanakkor 7–8. osztályos korukban mégis megjelennek táplálkozásukban a nem egészséges termékek (pl. energitalok).

### **8) Egyéb észrevételek, javaslatok**

Az iskolaprogramoknak figyelembe kellene vennie a laktózérzékenységgel, illetve cukorbetegséggel küzdő gyerekek szempontjait is, hogy ők is részt vehessenek a programban. Több osztályban is volt laktózérzékeny, illetve cukorbeteg gyerekek.

Az iskolaprogramokban képződő maradékokat felhasználhatná az iskolai menza, ez jelenleg nem engedélyezett.

10. melléklet: **Az intézményvezetőkkel készített mélyinterjúk eredményeinek összefoglalása**

**1) Történt érzékelhető változás az iskolaprogramok működtetésében a 2017–2022 közötti időszak során? Például a beszállítói kör kiválasztásában vagy a termékek kiosztási módjában?**

Az iskolaprogramok már évek óta futnak, ezért mind az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program (továbbiakban iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program), mind az iskolatej program beépült az interjúkon résztvevő iskolák életébe. A program működtetésének szabályai, előírásai nem módosultak. A programokat fontosnak és hasznosak tartották, ugyanakkor kedvezőtlen változások indultak meg az utóbbi időszakban. Az iskolatej program két vizsgált iskolánál is megszűnt, az egyiknél a 2022 szeptemberében, a másiknál 2023 januárjában. Az iskolatej programnál a választék szűkülése is megfigyelhető, míg korábban ízesített (kakaós, karamellás, vaníliás) tejet, gyümölcsjoghurtot is kaptak, addig jelenleg csupán a teje korlátozódik a gyerekekhez eljuttatott termékek köre. Annak érdekében, hogy a gyerekek elfogyasszák a tejet időnként helyben ízesítik (pl. kakaóval). Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programnál az alma és az almalé a két meghatározó termék, ami időszakonként kiegészül szezonális gyümölcsökkel (pl. körte, szilva, őszibarack) és zöldségekkel (pl. paradicsom, sárgarépa, karalábé). Az őszi folyamán betakarított alma minősége tavaszra jellemzően romlik, ezért ebben az időszakban több maradék képződik. A beszállító kör kiválasztására nincs ráhatása az adott iskolának mivel a beszállítók kiválasztása a tankerületek hatáskörébe tartozik. Több megkérdezett iskolánál is történt beszállítót váltás, aminek elsődleges oka az volt, hogy a beszállítók költségeit nem fedezte a támogatás nagysága, ezt támasztja alá a tej esetében a szűkülő kínálat és a beszállítók visszalépése is. Beszállítót váltáskor jellemzően mind a termékkínálat, mind a termékminőség változik, ami nem mutat mindig pozitív irányba. Az iskolatej programban talákoztunk napi szintű és heti egyszeri beszállítási ütemezéssel is, az iskolagyümölcsnél a heti egyszeri beszállítás a jellemző. A beszállított termékeket az iskola tárolja és heti négy napon keresztül adagolja ki a gyerekeknek.

**2) Az iskola kapott-e az iskolaprogramok működtetésének jó gyakorlatára vonatkozóan ajánlást, vagy egyéb segítséget a programalkotóktól? Ha igen, hogyan értékeli? Ha nem, szüksége lenne-e rá?**

A megkérdezett iskolák vezetői nem kaptak ajánlásokat a programok működtetését illetően. Amennyiben ebben történne előrelépés, az javíthatná a programok működtetésének a színvonalát, például a képződő maradékok kezelésével és felhasználásával kapcsolatban. A gyerekek (1–6. osztály) az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program keretében tájékoztató füzeteket kaptak a zöldség- és gyümölcsfogyasztás fontosságáról, ugyanakkor az iskolatej programhoz kapcsolódóan nem kaptak a gyerekek tájékoztató anyagokat. Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programnál használt tájékoztató anyag bővítése és gyakoribb eljuttatása a gyerekekhez segítené az egészséges táplálkozásra való nevelést. Az iskolaprogramokkal kapcsolatos tájékoztató anyag felhasználása, az iskolaprogramok összekapcsolása más iskolai rendezvényekkel, programokkal (pl. egészségnevelési témahét, vízhasználat témahét) szintén erősíthetné az egészséges táplálkozásra való nevelést. A maradékképződés csökkentése érdekében több helyen nem osztályokra, hanem több évfolyamra lebontva, a közösen elérhető helyeken (pl. ebédlő, folyosó, aula) helyezik ki a termékeket. Ennek ugyanakkor az a hátránya, hogy nehéz nyomon követni, hogy mely gyerekek veszik át a termékeket, és kik azok, akik ott hagyják. Jellemzően nem készülnek ezzel kapcsolatban felmérések az iskolán belül. Beszállítói jó gyakorlatként értékelhető, hogy az iskolai kóstoltatás során az egyik beszállító kérdőívek alapján kapott visszacsatolást arra vonatkozóan, hogy a gyerekek hogyan viszonyulnak a kóstoltatáson kínált termékekhez.

### 3) Kértek Önöktől javaslatokat a program jobb működtetése érdekében? Vannak javaslatai az iskolaprogramok e területeinek fejlesztését illetően?

A programalkotóktól az iskolákhoz nem érkezett javaslatkérési megkeresés az iskolaprogramok működtetésével kapcsolódóan, ezért az iskolák korábban nem fogalmaztak meg javaslatokat. Az interjúk alapján ugyanakkor a következő javaslatok merültek fel.

1. Tanulmányi kirándulások keretében ültetvények, feldolgozó üzemek megtekintése, így a gyerekek megismerhetnék az élelmiszer előállítás lépéseit. (Ezzel kapcsolatban a legkritikusabb tényezőként a válaszadók nem a fogadóhelyek megtalálását, hanem a gyerekek utaztatását említették annak magas költségei miatt.)
2. Beszállítói kóstoltatások gyakoribbá tétele az iskolákban.
3. Tájékoztató füzetek kiosztása az iskolatej programban is.
4. A tantervben foglaltakon felül tematikus iskolai órák, programok tartása a gyerekek egészséges táplálkozásával kapcsolatban, amihez külső szakemberek segítségét vehetnék igénybe.
5. Szintén megfogalmazódott a program kiterjesztésének igénye a 7–8. évfolyamokra, valamint az iskolaprogramok keretében adott termékek választékának bővítése is. Az iskolaprogramok végrehajtási rendeletei alapján ugyan jelenleg is többféle termék adható, a beszállítók mégis csak bizonyos termékek szállítását vállalják fel.

### 4) Az iskolaprogramok működtetőjeként, elégedett a zöldség- és gyümölcs-, illetve a tejterméklistával? Fontosnak tartaná a bővítését, a szezonális jellegű termékek bevonását?

A megkérdezett iskolák vegyes tapasztalatokról számoltak be a zöldség- és gyümölcs termékválasztékkal kapcsolatban. Mindegyik iskolánál az alma és az almalé volt a meghatározó termék, ugyanakkor a szezonális termékek elérhetőségében jelentős eltérések voltak. A megkérdezettek iskolák felénél elégedettek voltak nemcsak a termékválasztékkal (szilva, körte, őszibarack, paradicsom, sárgarépa), hanem a termékminőséggel is. A zöldségek tekintetében azt tapasztalták, hogy a gyerekek szívesen fogyasztották azokat is, és a kóstoltatások is hasonló eredményt mutattak. Nemcsak a sárgarépa, hanem a karalábé is mutatkozott fogadókészség a gyerekek részéről. Az iskolák másik felénél szűk volt a termékválaszték (szinte csak alma és almalé), ezért azok bővítését javasolták. Potenciálisan ugyan jelenleg is többféle termék adható, de a beszállítók mégsem vállalják fel ezen termékek beszállítását. Fontos feladat lenne az iskolagyümölcs és -zöldség programban az iskolai terméktárolás feltételeinek javítása, a megfelelő tárolás jelenleg nem megoldott. A beszállítók jellemzően hétfőn leszállítják a teljes hétre vonatkozó mennyiséget és onnantól kezdve az iskolai infrastruktúrán múlik, hogy mennyire tudják megőrizni a termékminőséget a hét második felére. Szárított és aszalt gyümölcsök bevonása az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programba mérsékelhetné a tárolási nehézségeket. A koronavírus-járvány óta a higiéniai előírásokat és egyre szigorúbban veszik, ami nem kedvez a szeletelt termékek (pl. szeletelt sárgarépa, karalábé) adásának.

Az iskolatej programban a 2021/2022-es tanévben szinte csak az ízesítetlen tejure korlátozódott a termékkínálat. Az ízesítetlen tejek a gyerekek kevésbé kedvelik, ezért, hogy a gyerekek elfogyasszák a tejet időnként helyben ízesítik (pl. kakaóval). A megelőző időszakban többféle termék is eljutott a gyerekekhez, például kakaós tej, karamellás tej, vaníliás tej, gyümölcsjoghurt, sajt, sőt, a laktózmentes tej sem volt ritka. Az iskolatej program két vizsgált iskolánál is megszűnt, az egyiknél 2022 szeptemberében, a másikonál 2023 januárjában, mindkét iskolánál sajnálták a program megszűnését. A gyerekeknek hiányzik a program keretében korábban juttatott termékek köre, mivel azok beépültek a gyerekek mindennapjaiba.

### **5) Értékelték pedagógusaival közösen a gyerekek fogadókészségének a változását az iskolaprogramok iránt? Lehetségesnek tartja a zöldségek fogyasztásának népszerűsítését iskolai keretek között?**

A gyerekek iskolaprogramokkal kapcsolatos fogadókészségének változását az iskolák célirányosan jellemzően nem értékelték, ellenben egyéb módon foglalkoztak az egészséges táplálkozásra való neveléssel iskolai tanórák keretében (pl. táplálkozási piramis oktatása) és a szülők bevonásával tematikus programok tartásakor (pl. egészségét szervezése kóstoltatásokkal egybekötve). A gyerekek nyitottak mind a zöldség- és gyümölcsfélék, mind a tejtermékek, azon belül is az ízesített tejek és a gyümölcsjoghurtok fogyasztására. A kóstoltatások számának emelése különösen fontos lenne, hogy a gyerekek megismerjék többfajta termék ízét is. Az iskolák tapasztalata alapján az alsósok nagyon nyitottak nemcsak a gyümölcsök, hanem a zöldségek (főként szeletelt zöldségek) fogyasztására is. A zöldségfogyasztásra való nevelést az alsós gyerekeknél lehetne megalapozni. A tejprogram újraindulását szélesebb választék mellett mindkét tejprogramból kieső iskola üdvözléne.

### **6) Az iskolaprogramok keretében volt az iskolájuknak kötelező edukáció vállalása a 2017–2022 közötti időszakban? Ha volt ki kezdeményezte és miben nyilvánult meg?**

Az iskolaprogramok keretében nem kellett kötelező edukációs tevékenységet vállalni az iskoláknak az elmúlt öt évben, ugyanakkor egyéb módon foglalkoztak az egészséges táplálkozásra való neveléssel iskolai tanórák keretében (pl. táplálkozási piramis oktatása) és a szülők bevonásával tematikus programok tartásakor (pl. egészségét szervezése kóstoltatásokkal egybekötve). Többen is kiemelték, hogy a koronavírus-járvány miatti korlátozások és intézkedések az elmúlt közel három évben jelentősen megnehezítették az iskolai tematikus programok megvalósítását.

### **7) Bevonták szülőket az iskolaprogramok valamelyik területén? Pl. tanulmányi kirándulás, kiállításokon részvétel stb. Tartottak szülői klubnapot vagy edukációt szülőknek a gyerekek egészséges táplálkozása kapcsán? Milyen volt a fogadtatás?**

Az iskolaprogramokba nem vonták be a szülőket az iskolák, ellenben még főleg a koronavírus-járvány előtti időszakban egyéb iskolai – egészséges életmóddal, táplálkozással kapcsolatos – programokba igen (pl. egészségnap, egészségét, sporthét, iskolai kóstoltatások). Volt olyan iskola, ahol dietetikus tartott előadást az egészséges életmódról, a vízfogyasztás jelentőségéről és elhízás veszélyeiről. A 4–8. osztályos gyerekekkel megismertették az *Okostányér* táplálkozási ajánlást. A szülőkkel közösen kóstoltatásokat szerveztek, ahová a szülők hozták be az alapanyagokat. A szülők bevonását azonban nem minden iskolában tudták megoldani. Tanulmányi kirándulások szervezésére, kiállítások meglátogatására lenne igény, ugyanakkor ezzel kapcsolatban a válaszadók a legkritikusabb tényezőként nem a fogadóhelyek megtalálását, hanem a gyerekek utaztatását említették annak magas költségei miatt.

### **8) Gyűjtöttek szülői észrevételeket vagy ajánlásokat a program hatásosságáról? Ha igen, említeni néhány javaslatot? Továbbították a program alkotói számára?**

Az iskolaprogramokba nem vonták be a szülőket az iskolák, így szülői véleményeket sem gyűjtöttek be róla.

### **9) Promótálták az iskolaprogramokat a 2017–2022 közötti időszak során? Ha igen, hogyan tették?**

Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program keretében az iskolák a programot hirdető plakát mellett foglalkoztató füzeteket is kaptak. A plakátot az iskola bejáratánál helyezik ki, míg a foglalkoztató füzetek kiosztásra kerülnek a gyerekek számára. Egyéb tájékoztató anyagokat nem kaptak az iskolák. Szülői értekezlet keretében szokták tájékoztatni még a szülőket, hogy milyen termékeket

kapnak a gyerekek az iskolaprogramok keretében. A tejprogramhoz az iskolák nem kaptak plakátot és tájékoztató füzeteket sem.

### **10) Egyéb észrevételek**

Az egyik válaszadó iskolánál az önkormányzat a tejprogram mellé biztosít nosztalgia-kiflit, ezáltal több hátrányos helyzetű gyerekek is biztosítva van az étkezése. Tantervi kereteken kívül tanonyhát is működtetnek több mint 25 éve, ahol mind az alsósok, mind a felsősök megismerhetik a sütést és a főzést, köztük az egészséges ételek elkészítésének módját.

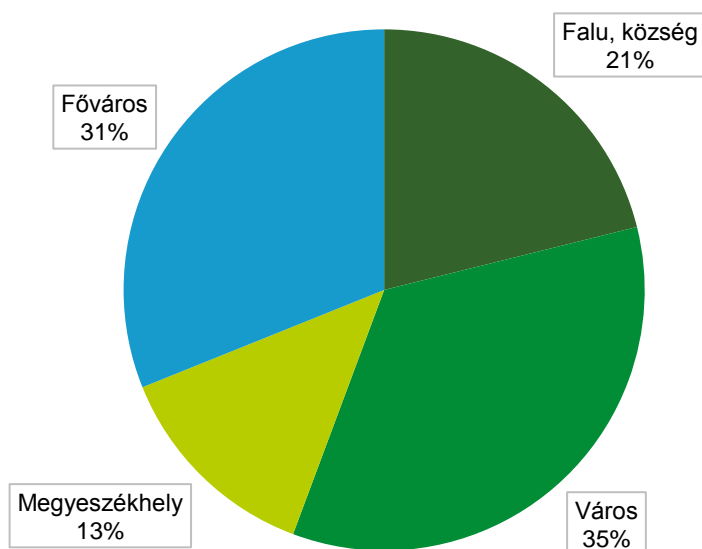
A kihelyezett termékeknél nehezen oldható meg, hogy a gyerekek ne fogdossák össze azokat. Az egész gyümölcsöknél, zöldségeknél ez a helyzet a termékek megmosásával orvosolható, ugyanakkor a szeletelt termékeknél ez probléma.

Több edukációra lenne szükség, hogy minden gyerek megbecsülje az iskolaprogramokban ingyen kiosztott termékeket.

### 11. melléklet: **A szülői kérdőíves felmérés eredményeinek összefoglalása**

A szülői kérdőívet 433-an töltötték ki. Az iskola székhelye szerint erősen felülreprezentált a fővárosi iskolákba járó tanulók szüleinek, illetve alulreprezentált a falusi iskolákba járó gyerekek szüleinek aránya (28. ábra).

28. ábra: **A válaszadók gyerekeinek iskolai székhelyének megoszlása a főbb településtípusok szerint, N=433**

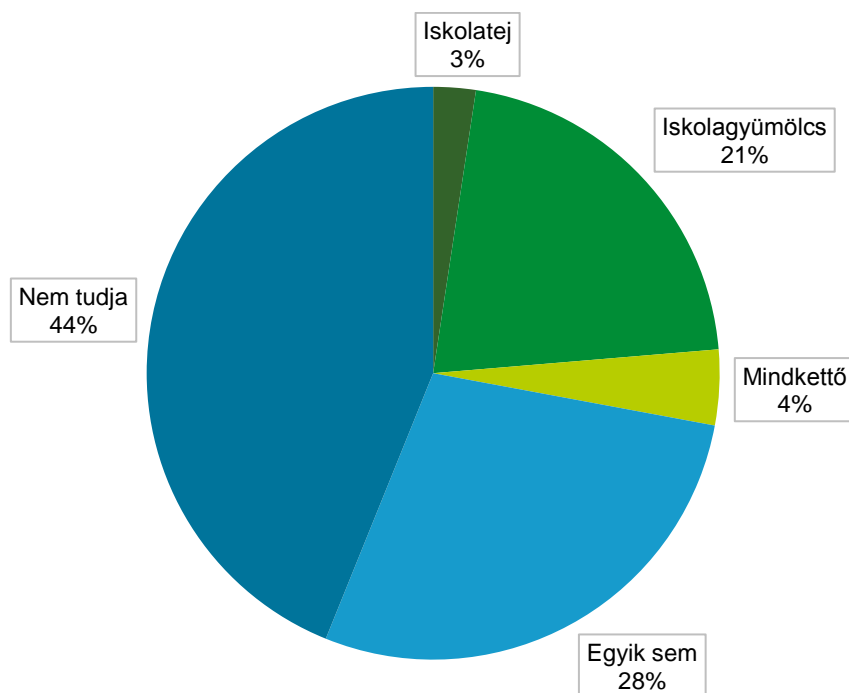


Forrás: AKI Élelmiszerlánc-kutatási Osztályán készült felmérés

A kitöltőknek nagyon nagy aránya, 44 százalékuk nem tudta, hogy a gyereke iskolája részt vesz-e valamelyik iskolaprogramban. A válaszadók további 28 százaléka nyilatkozott úgy, hogy nem, így azon szülők száma, akik biztosan tudták, hogy a gyerekük iskolája egyik, másik vagy mindkettő programban érintett, a teljes mintánál jóval kevesebb, mindössze 105 fő (29. ábra).



29. ábra: A gyerek iskolájának részvétele az egyes programokban, N=433



Forrás: AKI Élelmiszerlánc-kutatási Osztályán készült felmérés

Az iskolatej programban vagy mindkettőben résztvevő iskolába járó gyerekek szüleinek válaszait elemezve kiderül, hogy a legtöbben, szám szerint 21-en a tejet említették, mint kapott tejterméket, ezt követte a gyümölcsjoghurt (14), a kakaó (5), majd a natúr joghurt (3).

A legtöbb érintett szülő tudomása szerint (18–18 ilyen válasz érkezett) heti háromszor, illetve négyszer, 16 szülő szerint kétszer, 11 szerint heti ötször, míg 10 szerint csak hetente egyszer kap a gyereke tejet vagy tejterméket az iskolatej program keretén belül.

A termék átadásának módját a legtöbb szülő, szám szerint 39 jónak, további 18 nagyon jónak értékelte, csak elvétve adtak erre a kérdésre ennél rosszabb értékelést a válaszadók, összességében 3,78-ra értékelve ezt a kritériumot. A termék mennyiségével is nagyjából elégedettek a szülők (56 válaszadó jónak vagy nagyon jónak értékelte ezt), az átlagos értékelése ennek a szempontnak 3,81 volt. A termékek kiosztásának gyakoriságát valamivel rosszabbnak ítélték meg a válaszadók, ez 3,5-es átlagos értéket kapott. A termékek változatossága csak 3,15-os, a programmal kapcsolatos tájékoztatás 3,52-os osztályzatot ért, viszont a termékek ízét 3,62-ra értékelték.

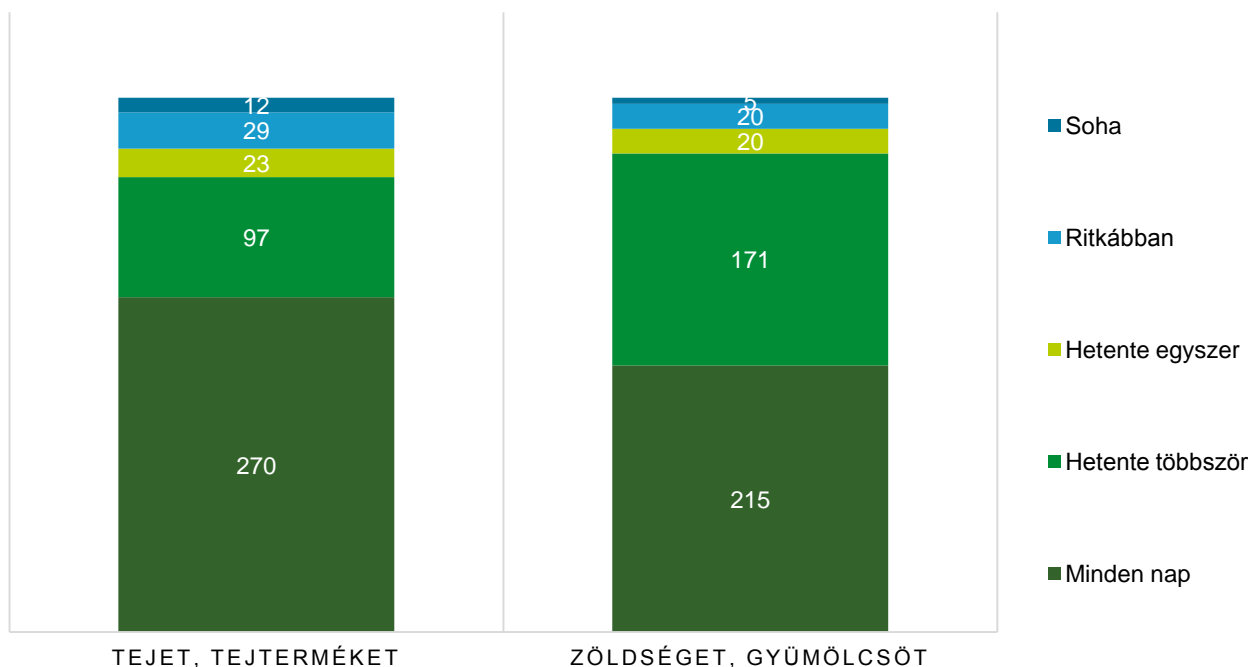
Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programban vagy mindkét programban részt vevő iskolába járó tanulók szüleinek véleménye szerint a gyümölcsprogramban kiosztott termékek választéka a tejprogramnál is egyoldalúbb. A válaszadók 82,6 százaléka szerint a gyereke csak almát szokott kapni, 6,3 százalék szerint almát és gyümölcsöt, 1,9 százalék szerint csak gyümölcsöt, az egyéb válaszok túlnyomó többségében szintén szerepel az alma, de más termékkel együtt, mint például körte, szilva, sárgarépa, paradicsom, paprika.

A termékgyártás gyakoriságának megítélésében erősen szóródtak a válaszok. A szülők 26,3 százaléka szerint a gyerek heti egyszer, 23,0 százalék szerint heti háromszor, 19,1 százalék szerint minden nap kap zöldséget, gyümölcsöt az iskolaprogram keretében. A program előírásában szereplő heti négy alkalmat a válaszadók 13,2 százaléka tapasztalta.

A fentiekkel összhangban a program értékelési kritériumai közül a zöldség- és gyümölcsstermékek változatosságát értékelték a második leggyengébbnek a szülők, ez átlagosan csak 2,96-os osztályzatot kapott, ennél szigorúbban csak a programmal kapcsolatos tájékoztatást ítélték meg, aminek átlagos értéke 2,78 lett. Ezzel szemben összességében jónak ítélték meg a termékek ízét (3,79), mennyiségét (3,74), a kiosztás módját (3,64) és a kapott gyümölcsök, zöldségek méretét, mennyiségét (3,60).

Amennyiben az iskolaprogramoktól függetlenül kérdeztünk rá a fogyasztás gyakoriságára, akkor a felmérésben részt vevő 433 szülő gyerekei jellemzően nagyobb arányban fogyasztanak tejet, tejtermékeket napi gyakorisággal, mint zöldségeket, gyümölcsfélét, ugyanakkor a heti többszöri fogyasztásban a zöldség- és gyümölcsfogyasztás vezet, ezek ennél ritkább fogyasztása kevésbé jellemző (30. ábra).

30. ábra: **A gyerekek tej-, tejtermék- és zöldség-, valamint gyümölcsfogyasztásának gyakorisága a felmérésben részt vevő szülők szerint, N=433**



Forrás: AKI Élelmiszerlánc-kutatási Osztályán készült felmérés

Az iskolaprogramoknak kimutatható hatása van a fogyasztási gyakoriságra, hiszen az iskolatej programban résztvevő iskolába járó gyerekek 88,9 százaléka, a mindkét programmal érintett tanulóknak pedig 73,6 százaléka fogyaszt naponta tejet, tejterméket, szemben az átlagos 62,5 százalékos aránnyal.

Ugyanez az összefüggés fennáll, bár kevésbé egyértelműen az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program esetében is. A legnagyobb napi gyümölcs- és zöldségfogyasztást az iskolatej programban vagy mindkét programban részt vevő iskolák tanulóinál jelezték a szülők, ez egyaránt 55,6 százalék volt mindkét csoportban. A csak iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program kedvezményezettjeinek 52,5 százaléka fogyaszt naponta gyümölcsöt, zöldséget, miközben a sokaság átlaga ennél valamivel alacsonyabb, 49,8 százalék volt.

A fogyasztás gyakoriságát az iskola elhelyezkedése, és a lakóhely is befolyásolja. A napi tej- és tejtermékfogyasztás, illetve zöldség- és gyümölcsfogyasztás egyaránt a fővárosi gyerekek körében a legelterjedtebb, 68,7 százalék, illetve 59,0 százalék, míg tejet, tejterméket legkevésbé a faluban élő gyerekek – 54,5 százalék –, zöldséget, gyümölcsöt pedig a megyeszékhelyeken tanuló diákok – 42,1 százalék – fogyasztanak napi rendszerességgel.

A tej és tejtermékek általános kedvelése még a felnőttek körében sem általános, 55,8 százalékuk állította magáról, hogy minden ilyen terméket szeret, 36,6 százalékuk csak bizonyos termékeket, 7,6 százalék pedig semmilyen formában nem fogyasztja és kedveli ezeket. A válaszadók gyerekei körében ugyanezek az arányok 41,4 százalék, 53,0 százalék, illetve 5,1 százalék volt. A felmérés szerint a szülők ízlése nagyban befolyásolja a gyerekekét. A minden tejterméket kedvelő szülők gyerekeinek 62,7 százalékára is ugyanez igaz, míg a válogatósabb szülők gyerekeinek csak 15,2 százaléka, a tejterméket elutasító szülők mellett nevelkedő tanulóknak pedig csak 9,7 százaléka szeret bármilyen tejterméket. A lakóhely is komoly befolyásoló tényező. Leginkább a falusi gyerekekre jellemző, hogy minden tejterméket kedvelnek (46,2 százalék), miközben a fővárosi gyerekeknek csak 37,3 százaléka, a megyeszékhelyen élő tanulók 38,6 százaléka, illetve a városiaknak 42,3 százaléka szeret minden ilyen terméket. Az iskolaprogramokban való részvétel pozitívan befolyásolja a tejtermékek kedveltségét. Az iskolatej programban részt vevő iskolák tanulóinak 55,6 százaléka szeret minden ilyen terméket, a mindkét programmal érintett intézménybe járóknál ugyanez az arány 44,4 százalék, az alapsokaságé pedig csupán 41,2 százalék.

A zöldségek és gyümölcsök általános kedveltsége a megkérdezett felnőttek körében a következőképp alakult: 64,1 százalékuk minden ilyen terméket szeret, 34,0 százalékuk egy részüket fogyasztja szívesen, teljes elutasítást csak 1,4 százalék jelzett. A gyerekek körében már nem ilyen pozitív a helyzet, csak a válaszadók 34,5 százaléka jelölte be azt a választ, hogy gyereke minden zöldséget és gyümölcsöt szeret, a szülők 62,0 százaléka szerint gyereke inkább megválogatja, mit eszik, mit nem, míg a megkérdezett szülők 3,0 százaléka jelezte, hogy gyereke egyáltalán nem szereti ezeket a termékeket. A szülők és gyerekek preferenciái között csak halvány összefüggés mutatkozott. Sokkal kifejezettebb volt a kapcsolat a lakóhely szerint: leginkább a falusi iskolába járó gyerekekre volt jellemző, hogy minden zöldséget, gyümölcsöt kedveltek (41,8 százalék), miközben a különböző méretű városokban lakó társaiknak kevesebb mint egyharmadára volt ugyanez érvényes. Szignifikáns kapcsolat mutatkozott az iskolaprogramokban való részvétel és a zöldségek, gyümölcsök kedveltsége között is. A mindkét programban részt vevő iskolába járó gyerekek 43,1 százaléka, a csak iskolagyümölcs- és iskolazöldség-programban érintett iskolák tanulóinak 38,8 százaléka minden terméket kedvel, szemben az alapsokaságra jellemző 34,0 százalékos értékkel.

12. melléklet: **Magyarország Iskolaprogram Stratégiája, 2017/2018–2022/2023. Tanév**

### **Azonosított szükségletek**

#### *Iskolagyümölcs és -zöldség*

- A gyerekek zöldség-, gyümölcsfogyasztásának hosszútávú növelése, és az étkezési szokásaik megváltoztatása a túlsúlyosság és az elhízás elleni küzdelem érdekében.
- Az elhízás gyakoriságának csökkentése, és így azon egészségügyi problémák kockázatának visszaszorítása, amelyek kialakulását elősegíti az elhízás, – köztük a szív-és érrendszeri megbetegedések és a 2-es típusú cukorbetegség.
- Amennyiben a program révén sikerül hosszútávon és tartósan emelni a zöldség- gyümölcsfogyasztást, az a zöldség és gyümölcs iránti kereslet növelésén keresztül hozzájárulhat a termelői jövedelmek stabilizálásához is.

#### *Iskolatej*

- Jó minőségű, egészséges élelmiszerek – tej- és tejtermékek – gyártásának és fogyasztásának ösztönzése.
- Az óvodás és általános iskolás korosztályú gyerekek tej- és tejtermék fogyasztási szintjének hosszú távú emelése, valamint a gyerekek ismeretének növelése a tejről és a különböző tejtermékekről.
- A tej és a tejtermékek fogyasztási szintjének emelése révén a termelői jövedelmek stabilizálása.
- A gyerekek egészséges életmódhoz kötődő nevelése. Az egészséges táplálkozási szokások kialakítása, gondolkodás és szemléletformálás mellett, a gyerekek egészségi állapotának és életminőségének javítása.

## Célkitűzések és mutatók

33. táblázat: Magyarország Iskolaprogram Stratégiája, 2017/2018–2022/2023. tanévek, célkitűzések és mutatók, iskolagyümölcs és -zöldség

Általános célkitűzések	Hatásmutatók	Specifikus célok	Eredmény-mutatók	Kimeneti mutatók
Növelni kell a friss gyümölcsök és zöldségek, valamint a gyümölcs- és zöldséglevelek hozzáférhetőségét az iskolákban.	A napi zöldség- gyümölcs-fogyasztás elérje a 290 g/fő mennyiséget.	Legalább napi 1 adag zöldséget, gyümölcsöt fogyasztanak el a tanulók az iskolában.	Az általános iskola 1–6. évfolyamával rendelkező köznevelési intézmények 99 százalékának részvétele a programban.  A célcsoport 98 százalékának részvétele a programban.	572,4 ezer gyerek és 2350 köznevelési intézmény részvétele a programban tanévenként. 53,8 millió adag kiosztása tanévenként. 94 adag kiosztása tanulónként és tanévenként.
Ösztönözni kell a tanulókat arra, hogy több friss zöldséget, gyümölcsöt és gyümölcslevelet kérjenek a szüleitől, vigyenek az iskolába és fogyasszanak otthon.	Átlagosan legalább 3 adag terméket küldjenek a szüleiük hetente az iskolába, és átlagosan 10 adag terméket adjanak hetente otthoni fogyasztásra.			
Csökkenteni kell azoknak a 6–12 éves gyerekeknek az arányát, akik még heti rendszerességgel sem fogyasztanak zöldséget, gyümölcsöt.	5 százalékra kell visszacsorítani azon 5–11. évfolyamos tanulók arányát, akik heti gyakorisággal sem esznek gyümölcsöt, és 7 százalékra csökkenteni azok arányát, akik heti gyakorisággal sem esznek zöldséget.			
Növelni kell azoknak a gyerekeknek az arányát, akik naponta egynél többször fogyasztanak zöldséget, gyümölcsöt.	45 százalékra kell emelni azon 5–11. évfolyamos tanulók arányát, akik legalább napi gyakorisággal fogyasztanak gyümölcsöt és 40 százalékra emelni azok arányát, akik napi gyakorisággal fogyasztanak zöldséget.			
A kísérő intézkedések segítségével növelni kell azoknak a gyerekeknek az arányát, akik valóban el is fogyasztják az iskolában vagy otthon kapott gyümölcsöt.	75 százalékra kell emelni azoknak a tanulóknak az arányát, akik mindig vagy legtöbbször megesszik a kapott gyümölcsöt, zöldséget, és 85 százalékra azoknak az arányát, akik mindig vagy legtöbbször megisszák a kapott gyümölcslevelet.			
			A célcsoport 98 százalékának részvétele a kísérő oktatási intézkedésekben.	572,4 ezer gyerek részvétele a kísérő oktatási intézkedésekben.

Forrás: Iskolaprogram stratégia

34. táblázat: Magyarország Iskolaprogram Stratégiája, 2017/2018–2022/2023. tanévek, célkitűzések és mutatók, iskolatej

Általános célkitűzések	Hatásmutatók	Specifikus célok	Eredmény-mutatók	Kimeneti mutatók
A tej-, és tejtermék-fogyasztás arányának növelése az óvodás és általános iskolás korosztályú gyerekek ételmiszer-fogyasztásában.	A gyerekek tej- és tejtermék-fogyasztásának 5 százalékos növekedése 2023-ig.	A tej-, és tejtermék-fogyasztás arányának növelése az óvodás és általános iskolás korosztályú gyerekek ételmiszer fogyasztásában.	Az iskolatej programrész keretében ellátott óvodások aránya az óvodai nevelésben részesülő gyerekekhez képest 4 százaléknál. Az iskolatej programrész keretében ellátott általános iskolások aránya az általános iskolai tanulók létszámához képest 55 százaléknál.	Az iskolatej programrész keretében ellátott tanulók száma: 500 000 fő/év. Az iskolatej programrész megvalósításában résztvevő oktatási intézmények száma: 1 500 db/év. Az iskolatej programrész keretében kiosztott termékek teje egyenértékben számított mennyisége: 1,1 millió liter.
Az óvodás és általános iskolás korosztályú gyerekek ismeretének növelése az egészséges életmódról/étkezési szokásokról, a különböző tej-, és tejtermékekről, hozzájárulva az egészséges táplálkozási szokások kialakításához.	Az óvodás és általános iskolás korosztályú gyerekek étkezési szokásainak változása.	Az óvodás és általános iskolás korosztályú gyerekek ismeretének növelése az egészséges étkezési szokásokról, a különböző tej-, és tejtermékekről.	A kísérő intézkedésekbe bevont óvodás és általános iskolások aránya az óvodás és általános iskolai oktatásban részesülők létszámához képest 20 százaléknál.	A kísérő intézkedésekbe bevont óvodások és általános iskolások/szülők/oktatók száma: 200 000 fő/50 000 fő/10 000 fő. Az iskolatej programrészben résztvevő gyerekek 80 százaléka a tej és tejtermékek legalább 2 egészséges tulajdonságát fel tudja sorolni.

Forrás: Iskolaprogram stratégia

## Kiindulási helyzet

### Iskolagyümölcs és -zöldség

A Nemzeti Egészségfejlesztési Intézet 2014/2015. tanévi jelentése<sup>[1]</sup> szerint a kövér gyerekek aránya a 2012/2013. tanévhez képest nem változott. Minden korosztályban a gyerekek 10–12 százaléka elhízott. A legtöbb kövér gyereket a 4. és 12. osztályosok között találtak az iskolaorvosok. A fiúk között több a túlsúlyos gyerek. A kórosan sovány gyerekek aránya az általános iskolások körében növekedett, a középiskolásoknál csökkent.

A *hypertonia* gyakorisága az iskolás kor alatt tízszeresére növekedett, míg a 2. osztályosok körében 2,5 ezrelék az előfordulása, addig 2,7 százalék a 12. osztályosok esetében. A *hypertonia* előfordulása több mint háromszor gyakoribb a középiskolás fiúk, mint a lányok között. A *vitiumok, cardiomyopathiák* (4–5,5 ezrelék) aránya jelentősen nem változott, a ritmuszavarok (3,5–5 ezrelék) gyakorisága azonban növekedett a vizsgált tanévben. Mindkét betegség a középiskolásoknál gyakoribb.



A *diabetes mellitus* előfordulása az egyes korosztályokban évről évre, valamint az életkorral is növekvő tendenciájú. Legmagasabb a cukorbeteg gyerekek aránya a 10. osztályosoknál, 3,7 ezrelék.

Az elhízás gyakoriságának és a fent említett betegségek kockázatának csökkentésében jelentős szerepet játszó zöldségek és gyümölcsök fogyasztásában Magyarországon az 1990-es évek elején jelentős mértékű visszaesés volt tapasztalható a teljes lakosságot tekintve, amelynek eredményeként a fogyasztás messze elmarad az Egészségügyi Világszervezet által javasolt napi 400 grammos értéktől. A zöldség-, gyümölcs- és gyümölcslé-fogyasztás alakulását a 2006–2015 közötti időszakban az 35. táblázatban mutatjuk be. Jóllehet a napi zöldség-, gyümölcsfogyasztás a vizsgált utolsó években emelkedett, de 2015-ben még mindig nem érte el a 10 évnél korábbi szintet.

35. táblázat: **Zöldség-, gyümölcs- és gyümölcslé-fogyasztás alakulása Magyarországon, 2006–2015**

Év	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015
Gyümölcsfogyasztás (kg/fő/év)	44,0	44,9	42,0	42,2	37,1	39,5	37,5	38,2	38,8	45,8
Zöldségfogyasztás (burgonya nélkül) (kg/fő/év)	53,9	52,5	52,3	51,6	47,8	51,2	47,9	46,8	49,0	52,3
Zöldség- és gyümölcsfogyasztás összesen (kg/fő/év)	98,5	97,4	94,3	93,8	84,9	90,7	85,4	85,0	87,8	98,1
Napi zöldség-, gyümölcsfogyasztás (kg/fő/nap)	0,270	0,267	0,258	0,257	0,233	0,249	0,234	0,233	0,241	0,269
Gyümölcslé-fogyasztás (l/fő/év)	15,1	15,4	15,4	12,6	12,8	12,1	10,6	10,8	12,7	12,4

Forrás: KSH, 2017

„Az iskoláskorú gyerekek egészségmagatartása” elnevezésű, az Egészségügyi Világszervezettel együttműködésben megvalósult nemzetközi kutatás 2014. évi felméréséről készült nemzeti jelentés<sup>[2]</sup> szerint az 5., 7., 9. és 11. évfolyamos tanulók 32,6 százaléka fogyaszt gyümölcsöt napi rendszerességgel. Mindössze 18,2 százalék a naponta többször is fogyasztók hányada, és több mint 10 százalék azoknak az aránya, akik még heti gyakorisággal sem esznek gyümölcsöt. A legfiatalabb korosztályban a tanulóknak még mintegy 45 százaléka minden nap eszik gyümölcsöt, majd az évfolyamok növekedésével folyamatos szignifikáns, összességében mintegy 20 százalékos csökkenés figyelhető meg. A fiúk minél idősebbek, annál kisebb arányban fogyasztanak gyümölcsöt minden nap. A lányoknál az 5. és 7. évfolyam között nagyon jelentős, míg a 9. és 11. között kisebb csökkenést figyelhetünk meg. A 7. osztály kivételével a lányok szignifikánsan jobb arányokat mutatnak, mint a fiúk.

A zöldségfogyasztás napi arányai a gyümölcsfogyasztáshoz hasonlóak: a fiatalok 30,4 százaléka naponta fogyaszt zöldséget. Szintén hasonló azoknak az aránya, akik még hetente sem esznek zöldségfélét (11,8 százalék), és a diákoknak kevesebb mint egyhatoda fogyasztja naponta többször ezt az ételféleséget. Itt szintén kimutatható az életkor növekedésével párhuzamos kedvezőtlen tendencia, jóllehet, a legfiatalabbak és legidősebbek között csupán 10 százalék körüli a napi fogyasztás csökkenésének mértéke. A két nem között csupán a kilencedikesek körében szignifikáns a különbség, a lányok javára. Bár a teljes mintán szignifikáns a fiúk és lányok közötti eltérés, értéke azonban kevesebb mint 4 százalék.

36. táblázat: **Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program értékelésekor<sup>[3]</sup> a programban résztvevő 2–6. évfolyamos tanulók 2016. évi zöldség-gyümölcs és gyümölcsle-fogyasztásának vizsgálata alapján megállapított további kiindulási mutatók**

Kiindulási mutató	Érték
Azoknak a tanulóknak az aránya, akik a vizsgálatot megelőző napon legalább háromszor fogyasztottak gyümölcsöt	20,8 százalék
Azoknak a tanulóknak az aránya, akik a vizsgálatot megelőző napon legalább háromszor fogyasztott zöldséget	12,6 százalék
Azoknak a tanulóknak az aránya, akik a vizsgálatot megelőző napon nem fogyasztottak gyümölcsöt:	14,3 százalék
Azoknak a tanulóknak az aránya, akik a vizsgálatot megelőző napon nem fogyasztottak zöldséget	25,7 százalék
Azoknak a tanulóknak az aránya, akik mindig vagy legtöbbször megeszik a kapott gyümölcsöt.	62,5 százalék
Azoknak a tanulóknak az aránya, akik mindig vagy legtöbbször megisszák a kapott gyümölcslevet:	77,0 százalék
A szülők által biztosított zöldség és gyümölcs mennyisége (iskolai és otthoni étkezésekhez együttesen)	9,1 adag/hét

Forrás: mezőgazdasági és vidékfejlesztési támogatási szerv 2016/2017-es tanév

37. táblázat: **A végrehajtással kapcsolatos kiindulási mutatók, iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program**

Kiindulási mutató	Érték
Résztvevő iskolák száma	2157 darab
Résztvevő iskolák aránya az összes 1–6. évfolyammal rendelkező iskolához viszonyítva	90 százalék
Résztvevő 1–6. évfolyamos tanulók száma	551 544 fő
Résztvevő 1–6. évfolyamos tanulók a célcsoport teljes létszámához viszonyított aránya	94 százalék
A tanév során kiosztott adagok száma összesen	51,8 millió adag/tanév
A tanév során tanulónként kiosztott adagok száma:	93,9 adag/fő/tanév

Forrás: mezőgazdasági és vidékfejlesztési támogatási szerv 2016/2017-es tanév

### Iskolatej

A Magyarországon lebonyolításra kerülő iskolatej programrész célja, hogy hosszútávon növekedjen a tej- és tejtermékek fogyasztása. A program az egészséges táplálkozási szokások kialakítása, gondolkodás és szemléletformálás mellett hozzájárul a gyerekek egészségi állapotának és életminőségének javításához.

Magyarország lakosságának táplálkozása kalciumhiányos, az átlagos kalcium-bevitel nem éri el az ajánlott mennyiséget. A bevitt kalcium 52–55 százaléka tejből és tejtermékekből származik. A nemzetközi és hazai táplálkozási ajánlások is naponta legalább fél liter tej vagy annak megfelelő tejtermék (joghurt, kefir, sajt, túró stb.) fogyasztását javasolják.

Ugyanakkor a tejfogyasztás növelésének segítségével csökkenthető egyes betegségek (elhízás, magas vérnyomás, agyvérzés, szívkoszorúér megbetegedés, csontritkulás, 2. típusú cukorbetegség, vastagbélrák) kialakulásának valószínűsége.

A kedvezőbb egészségügyi mutatók a kormányzat számára alacsonyabb kórházi kiadásokat, a gyerekekben egészségesen táplálkozók számára hosszabb élettartamot, kevesebb gyógyszerki-

adást eredményez hosszútávon. A diákok megfelelő táplálkozása pedig, a koncentráció javulásával a továbbtanulók számának növekedéséhez vezethet.

Magyarországon az általános iskolás gyerekek csaknem fele egyáltalán nem iszik tejet, közel kétharmaduk pedig semmilyen tejterméket nem fogyaszt. Nagyrészt ennek tudható be, hogy a gyerekek kétharmadának elégtelen a napi kalcium-, és egyéb vitaminbevitel.

Az Országos Élelmezés- és Táplálkozástudományi Intézet felmérése szerint a diákok kétharmada napi rendszerességgel fogyaszt cukrozott üdítőitalokat tej helyett.

Táplálkozástani szakértők szerint a 2–8 év közötti gyerekeknek napi két pohár, 9 évtől pedig napi 3 pohár tejet kellene inniük a megfelelő csonttömeg kialakulása érdekében.

A gyerekek egyharmada ugyanakkor nem reggelizik, ami károsan hat a fizikai és a szellemi teljesítőképességre.

A gyerekkorban kialakult étkezési szokások gyakran felnőttkorban is megmaradnak, ezért az ebben az életkorban kialakított helyes táplálkozási szokások egészséges életmódot eredményeznek. Az ételekhez rendelt preferenciákat a rendszeres fogyasztás és a szociális környezet alakítja ki. A reggelihez sem jutó alacsonyabb jövedelműek táplálkozásának javítása kiemelt cél a magyarországi Iskolatej programban, ennek megfelelően a kedvezőtlen, hátrányos helyzetű településekre magasabb támogatási szint meghatározására került sor.

A tej fogyasztása magas kalcium-és D-vitamin-tartalma miatt különösen gyerekkorban fontos, mivel az ásványi anyagok kiemelt szerepet játszanak az erős csontok és fogak kialakulásában. Magas és optimális kalcium-, fehérje-, foszfor-, valamint A-, D-, E-, B<sub>1</sub>-, B<sub>6</sub>-, B<sub>9</sub>-, B<sub>12</sub>- és C-vitamin-tartalma miatt a tej elengedhetetlen része az egészséges táplálkozásnak. A tej magas ásványi anyag tartalma miatt alapvető szerepet játszik a szervezet megfelelő kalciumszintjének kialakításában és fenntartásában.

A friss tehéntej 87 százalékban vizet, 3,8–4,3 százalék zsírt, 3,4 százalék fehérjét, 4,7 százalék tejcukrot, 0,7 százalék ásványi anyagot (magnézium, jód, cink, kalcium) és vitaminokat (A, B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub>, D, E, K,) tartalmaz. A magnézium az izmokban az inger továbbításáért, a kalcium a csontok erősségéért és a stabilitásért, a jód a pajzsmirigy akadálytalan működéséért felelős, míg a cink sok enzim alkotóeleme, így bizonyos folyamatok lebonyolításában van nélkülözhetetlen szerepe. Az A-vitamin a látásért, a bőr és a nyálkahártya regenerálódásáért felelős, a B-vitaminok enzimek részeként a fehérjék, a zsírok és a szénhidrátok anyagcseréjét látják el, ezenkívül a B<sub>6</sub>-vitamin az immunrendszerért, a vérképzésért és az idegrendszerért is felelős, a B<sub>12</sub>-vitamin egyedül állati eredetű termékekben található meg, és a folsavval az új sejtek kialakításáért és a vérképzésért felelős. A D-vitamin a kalcium felszívódását segíti és csökkenti az angolkór kockázatát (DGE, 2009).

38. táblázat: **A tejfogyasztás alakulása Magyarországon, 2006–2014**

Év	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014
Tejfogyasztás (kg/fő/év)	158,5	158,9	153,8	151,5	152,4	148,0	151,8	147,5	152,2

Forrás: KSH, 2017

39. táblázat: **A végrehajtással kapcsolatos kiindulási mutatók**

Kiindulási mutató	Érték
Résztevő iskolák száma	1534 darab
Ellátásban részesülő általános iskolások száma	420 381 fő
Ellátásban részesülő óvodások száma	11 963 fő
Kiosztott termékmennyiség tejegyenértéken számolva	10 730 952 liter

Forrás: mezőgazdasági és vidékfejlesztési támogatási szerv 2016–2017-es tanév

<sup>[1]</sup> Összefoglaló jelentés a 2014/2015. tanévben végzett iskola-egészségügyi munkáról. Nemzeti Egészségfejlesztési Intézet, Budapest, 2016.

<sup>[2]</sup> Németh Á. – Költő A. (szerk.): Egészség és egészségmagatartás iskolás korban – Az Iskoláskorúgyerek egészségmagatartása elnevezésű, az Egészségügyi Világszervezettel együttműködésben megvalósuló nemzetközi kutatás 2014. évi felméréséről készült nemzeti jelentés. Nemzeti Egészségfejlesztési Intézet, Budapest, 2016.

<sup>[3]</sup> Az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program értékelése. Zárójelentés. Eruditio Oktatási Szolgáltató Zrt., Budapest, 2017.

## 8. Hivatkozások jegyzéke

1. 15/2021. (III. 31.) AM rendelet az iskolagyümölcs- és iskolazöldség-program végrehajtásáról
2. 19/2021. (V. 5.) AM rendelet az óvoda- és iskolatej program szabályozásáról
3. Kovács, V.A. (2022): Study on the EU school fruit, vegetables and milk scheme. Case study report – Hungary. WHO NCD Study.
4. Antal M., Nagy K., Bíró L. és tsa (2003) Hazai reprezentatív felmérés a középiskolás fiatalok táplálkozási életmódbeli szokásairól. Orvosi Hetilap 2003. 1631-1636
5. Besenyei, G., Barczy, Sz., Pongor, V., Forrai, J. (2014): Általános iskolás tanulók táplálkozási és egészségmagatartási szokásai Nutritional and Health Habits of Elementary School Students Semmelweis Egyetem, Népegészségtan Intézet, Budapest, 2014.
6. Bihari Á., Kakucs R., Gyulai É. (1999): Táplálkozási ismeretek és szokások változása különböző korú gyerekek körében. Egészségnevelés 1999. 40. 175-179
7. Bíró, L., Regöly-Mérei, A. et al. (2007): Dietary habits of school children. Representative survey in metropolitan elementary schools – Part Two. Ann. Nutr. Metab., 51, 454–460, 2007. 4.
8. Bíró, L. (2018): A 11-18 éves fiatalok táplálkozása és fizikai aktivitása vizsgálat összefoglalója, módszerei. 24-44 p. In: TÉT Platform (2018): A magyar gyerekek és fiatalok életmódja. Táplálkozás, testmozgás, lélek. [https://tetplatform.hu/wp-content/uploads/2019/03/TET\\_Feher\\_Konyv\\_2.pdf](https://tetplatform.hu/wp-content/uploads/2019/03/TET_Feher_Konyv_2.pdf) Letöltve: 2023. 02.01.
9. EFSA (2017): Dietary Reference Values for nutrients Summary report Technical Report Supporting publication 2017. European Food Safety Authority [https://www.efsa.europa.eu/sites/default/files/2017\\_09\\_DRVs\\_summary\\_report.pdf](https://www.efsa.europa.eu/sites/default/files/2017_09_DRVs_summary_report.pdf) Letöltve: 2023. 02.01.
10. Ex Ante Tanácsadó Iroda (2005): Programok előkészítése a logikai keretmátrix módszer alkalmazásának segítségével, Kiemelt fejlesztések, komplex programok előkészítése-Módszertani segédlet, Budapest, 2005. augusztus 4.
11. HBSC (2017/2018): Spotlight on adolescent health and well-being Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) survey in Europe and Canada International report Volume 1. Key findings
12. Kiss-Tóth, B. (2014 a): Négy-tíz éves gyerekek táplálkozásának és fizikai aktivitásának felmérése – reggelizési szokásokra vonatkozó eredmények összefoglalója MDOSZ-Nestlé Hungária Kft. Új Diéta 2014/4. <https://mdosz.hu/hun/wp-content/uploads/2016/09/2014-4-negy-tiz-evesek.pdf> Letöltve: 2023. 02.01.
13. Kiss-Tóth, B. (2014 b): Négy-tíz éves gyerekek táplálkozásának és fizikai aktivitásának felmérése 2. rész MDOSZ-Nestlé Hungária Kft. Új Diéta 2014/5. <https://mdosz.hu/hun/wp-content/uploads/2016/09/2014-5-dietetikai-informacio-2.pdf> Letöltve: 2023. 02.01.
14. Kiss-Tóth, B. (2015): A magyar gyerekek és felnőttek táplálkozási szokásainak összefüggései a felmérések tükrében Nestlé Hungária Kft. Új Diéta 2015/5
15. Kovács, V. A., Erdei, G. (2019): Gyerekkori elhízás előfordulása Magyarországon (COSI) © 2019 Akadémiai Kiadó Magyar Tudomány 180(2019)5, 739–748
16. Kubányi, J. (2021): Lezárult a Gyere@ – Gyerekek egészsége program Diósgyőrben Új Diéta XXX. 2021/3. szám szakmai összefoglaló közlemény
17. Madácsy, L. (2001): 2-es típusú diabetes mellitus gyerek- és serdülőkorban. Gyerekgyógyászati Továbbképző Szemle 2001. 6. 152-157
18. MDOSZ (2010): Táplálkozási Akadémia. Hírlevél III. évfolyam 9. szám, 2010. szeptember
19. Németh Á., Aszmann A., Nyuli K. (2000): Magyar serdülők táplálkozási szokásai egy nemzetközi vizsgálat tükrében. Egészségnevelés 2000. 41. 74-84
20. Németh, Á., Költő, A. (szerk.) (2011): Serdülőkorú fiatalok egészsége és életmódja. Az Iskoláskorú gyerekek egészség- magatartása című, az Egészségügyi Világszervezettel együttmű-

- ködésben zajló, nemzetközi kutatás 2010. évfelméréséről készült nemzeti jelentés. Országos Gyerek-egészségügyi Intézet, Budapest, 2011
21. OGYÉI (2017): Az Országos Gyógyszerészeti és Élelmezés-egészségügyi Intézet (OGYÉI) sajtóközleménye 2017-10-11 <https://ogyei.gov.hu/dynamic/COSIszázalék20eredmenyek.pdf>
  22. OGYÉI (2017): Országos iskolai MENZA körkép 2017 Általános iskolai táplálkozás-egészségügyi környezetfelmérés <https://ogyei.gov.hu/dynamic/Orszagos-iskolai-MENZA-korkep-2017-181212-2-web.pdf> Letöltve: 2023. 02.01.
  23. Reusz, Gy. (2009): Gyerek- és serdülőkori hypertonia. Családorvosi Fórum 2009. 9 (11). 18-21
  24. Rodler, I (2008): Kalória- és tápanyagtáblázat Medicina könyvkiadó Zrt. Budapest, 2008
  25. Sárka, D. (2021): 4-10 éves Gyerekek táplálkozásának és fizikai aktivitásának felmérése – a táplálkozási attitűdökre és a Gyerekek fizikai aktivitásár a vonatkozó eredmények Új Diéta XXX. 2021/3. szám felmérés <https://mdosz.hu/hun/wp-content/uploads/2021/09/ud-2021-03-vegleges.pdf> Letöltve: 2023. 02.01.
  26. Szűcs, ZS. (2019): Egészséges táplálkozás, mint hosszú távú prevenció program: Okostányér® 6–17 éves gyerekeknek, Healthy nutrition, as a long-term health prevention program: Okostányér® (smart plate) for 6–17y children. Magyar Tudomány 180(2019)5, 688–699 DOI: 10.1556/2065.180.2019.5.8
  27. Szűcs, Zs.; Pálfi, E.; Badacsonyiné Kassai, K. (2019): A hazai gyerekek táplálkozási szokásai egy összehasonlító elemzés tükrében Új Diéta XVIII 2019 2-3.
  28. Takács, H. (2020): Diétás oktatás hatása iskoláskorúak táplálkozási ismereteire, szokásaira, tápláltsági állapotára és fittségére Doktori értékezés Testnevelési Egyetem Sporttudományok Doktori Iskola <http://real.phd.mtak.hu/925/19/takacshajnalka.d.pdf> Letöltve: 2023. 02.01.
  29. HO (2004): WHO Europe: Food and health in Europe: a new basis for action. World Health Organization Regional Publications, European Series No. 96; 2004. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/272255/9789289013635-eng.pdf?sequence=3&isAllowed=y> Letöltve: 2023. 02.01.
  30. WHO (2016): Growing up unequal: gender and socioeconomic differences in young people's health and well-being. Health behaviour in school-aged children (hbsc) study: International report from the 2013/2014 Survey [https://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0003/303438/HSBC-No.7-Growing-up-unequal-Full-Report.pdf](https://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0003/303438/HSBC-No.7-Growing-up-unequal-Full-Report.pdf) Letöltve: 2023. 02.01.
  31. WHO (2022 a): Report on the fifth round of data collection, 2018–2020: WHO European Childhood Obesity Surveillance Initiative (COSI). Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2022. <file:///D:/Downloads/WHO-EURO-2022-6594-46360-67071-eng-1.pdf> Letöltve: 2023. 02.01.
  32. WHO (2022 b): WHO European Regional Obesity Report 2022. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2022 <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/353747/9789289057738-eng.pdf> Letöltve: 2023. 02.01.
  33. WHO. (2015): Guideline: sugars intake for adults and children. World Health Organization. <https://apps.who.int/iris/rest/bitstreams/668769/retrieve> Letöltve: 2023. 02.01.
  34. WOF (2019): Atlas of Childhood Obesity. World Obesity Federation, London, 2019: <https://www.worldobesity.org/membersarea/global-atlas-on-childhood-obesity> Letöltve: 2023. 02.01.
  35. Zajkás G. (1998): Iskolás gyerekek táplálkozása Magyarországon. In: Aszmann A.: Iskolaegészségügy. kiadó: Anonymus. Budapest, 1998. pp. 373-381



