

OKUL SA LI İ B L M KURULU KARAR TUTANA I

E itim kurumlar,n,n yat,l, veya pansiyonlu yemekhaneleri dâhil olmak üzere kantinleri, çay ocaklar,, büfeleri vb. yerlerde sat, , yap,lacak g,da ve içeceklerin kriterleri a a ,da belirtilmi tir:

1. E itim Kurumlar,nda Sat, , Uygun Olmayan G,da ve çecekler;

- Enerji içecekleri, gazl, içecekler, aromal, içecekler (so uk çay, ice tea), kolal, içecekler, aromal, do al mineralli içecek, aromal, urup, aromal, içecek tozu, aromal, su, meyveli içecek, meyveli içecek tozu, meyveli do al mineralli içecek, yapay soda, meyveli urup, sporcu içecekleri, sporcu sular,, meyve nektar,, meyve suyu konsantresi
- K,zartmalar
- Cipsler (patates, m,s,r, ekilendirilmi vb.), gevrek çerezler
- Tüm çikolata türleri (ayr, sat,lan veya ürünlere eklenmi , damla çikolata, sürülebilir çikolata ve çikolata kaplanm, olanlar dâhil), gofretler (sade, dolgulu, kaplamal, vb.)
- Tüm eker ve ekerleme türleri (jöle ekerleme, sert ekerlemeler, yumu ak eker, dolgulu-dolgunsuz, kaplamal,, draje, tüm lolipoplar vb.)
- Guarana, guarana özü, eklenmi kafein içeren ürünler
- Kremal,, çikolata dolgulu, jöleli, kekler ve pastalar (ya pastalar, ekler, kruvasan, donut, parfe, mozaik pasta, muffin, cupcake vb.)
- Hamurlu, erbetli tatl,lar (kuru baklava dahil)
- Tatland,r,c, içeren yiyecek ve içecekler
- Krema, hindistan cevizi sütü ve kremas,
- Çay ve kahve tarz, içecekler (liseler hariç)

2. E itim Kurumlar,nda Sat, , Uygun Olan G,da ve çecekler;

- Meyveler, çi tüketilebilen sebzeler (mevsimine uygun olarak), salatalar (zeytinya , ve limon eklenebilir)
- Kuru meyveler (30 g, ambalajl,, kaplamas,z ve eker katk,s,z ó incir, kay,s,, üzüm vb.)
- Kuruyemi ler (30 g, ambalajl,, soslanmam, , tuzsuz, kabuksuz ó ceviz, f,nd,k vb.)
- çme suyu (eker veya tatland,r,c, eklenmemi)
- çme sütü (UHT/Pastörize süt)
- Taze s,k,lm, meyve ve sebze suyu (eker ilavesiz olmal,, 250 mL den büyük olmamal,d,r)
- Yo urt (100-150 g, paketli)
- Ayran (200 mLdik paketli)
- Peynir (pastörize)
- Günlük ha lanm, yumurta
- Çe nili ekmekler (çe nisi; sert kabuklu meyveler, kurutulmu meyveler, ya l, tohumlar, baharat olan ekmekler)
- Tam bu day ekme i, tam bu day unlu ekmek, kar, ,k tah,ll, ekmek vb. ürünlerden yap,lan a a ,dakileri içeren ya eklenmemi sandviçler;
- -Yumurta veya peynir
- -Tur u hariç taze domates, havuç, marul, biber vb. sebzeler
- Do al mineralli su
- ekersiz sak,zlar

3. A a ,daki Kriterleri Sa lad,klar,nda Sat , Uygun Görülen Ambalajl, G,dalar (kek, bisküvi, kraker, çe nili/aromal, yo urtlar vb.) ve çecekler (çe nili/aromal, sütler, meyve suyu vb.);

- Ürünün toplam enerji içeri i Ö200 kkal a mamal,d,r.
- Ürünün ya dan gelen enerjisi toplam enerjisinin % 35'ini a mamal,d,r.
- Ürünün doymu ya dan gelen enerjisi, toplam enerjinin % 10'unu a mamal,d,r.
- Do al ve eklenmi ekerden gelen enerji, toplam enerjisinin % 35'ini a mamal,d,r.
- Ürünün sodyum içeri i Ö200 mg a mamal,d,r.
- Dondurma, sütlü buz, bitkisel ya l, sütlü buz, sütlü tatlılar da ürünün enerjisi Ö150 kkal ve doymu ya Ö3 g a mamal,d,r.
- Yenilebilir buzlu ürünler % 99'dan fazla meyve suyu içermeli, eker eklenmemi ve miktar, 125 mL'den az olmal,d,r.
- Ezilmi / k,r,lm, buzlu içecekler %99'dan fazla meyve suyu içermeli, eker eklenmemi ve miktar, 200mL den az olmal,d,r.
- Üretiminde eker kullan,lan, çe nili ve/veya aroma verici içeren içme sütlerinde; eklenmi eker : Ö5g/100mL ve toplam eker (do al süt ekeri ve eklenmi eker): Ö9,5g/100mL olmal,d,r.
- Üretiminde eker kullan,lan çe nili ve/veya aroma verici içeren yo urtlarda; toplam eker miktar, Ö12,5g /100g olmal,d,r.
- Meyve ve sebze sular,; % 100 meyve ve sebze suyu olmal,, ilave eker içermemeli, 250 mL den büyük olmamal,d,r.
- Liselerde çay ve kahve tarz, içecekler en fazla 375mL olmal,d,r.

4. A a ,daki Kriterleri Sa lad,klar,nda Sat , Uygun Görülen At, t,rmal,k (aperatif) Haz,rlanan G,da Maddeleri

- Po aça (1 büyük boy=75 g), tost (15 g ka ar peynirli veya 30 g beyaz peynirli), simit (1 küçük boy=90 g) için enerji içeri i Ö250 kkal, doymu ya içeri i Ö5 g ve sodyum içeri i Ö400 mg olmal,d,r.
- Sade kek (ev yap,m,/pastane; 1 büyük dilim=60 g) enerji içeri i Ö 240 kkal ve doymu a içeri i Ö3 g olmal,d,r.

5. A a ,daki Kriterleri Sa lad,klar,nda Sat , Uygun Görülen S,cak ve lenmi G,da Maddeleri (100 g için)

- Tuzlu hamur i leri, sandviçler, makarnalar, pizzalar, pideler, f,r,nlanm, patates ürünleri, pilav ve spagettiler için enerji içeri i Ö250 kkal, doymu ya içeri i Ö5 g ve sodyum içeri i Ö400 mg olmal,d,r.
- Et ürünleri (burgerler, köfteler, nuggetlar vb.), sosisler için enerji içeri i Ö250 kkal, doymu ya içeri i Ö5 g ve sodyum içeri i Ö450 mg olmal,d,r.
- lenmi etler (salamlar, past,rmalar, sucuklar vb.) için enerji içeri i Ö 250 kkal, doymu ya içeri i Ö3 g ve sodyum içeri i Ö750 mg olmal,d,r.

Haz,r ambalajl, g,dalar ile sandviçler ve sat , yap,lan di er bütün g,dalar, öTürk G,da Kodeksi G,da le Temas Eden Madde ve Malzemeler Yönetmeli iö ve öOkul Kantinlerine Dair Özel Hijyen Kurallar, Yönetmeli iö ne uygun ekilde haz,rlanm, ve ambalajlanm, olmal,d,r.