



**NNGYK**  
NEMZETI NÉPEGÉSZSÉGÜGYI  
ÉS GYÓGYSZERÉSZETI KÖZPONT

# Gyermek közétkeztetési kutatás eredményeinek bemutatása\*

---

\* „A gyermek közétkeztetés társadalmi beágyazottsága. Kérdések és lehetőségek”  
Nemzeti Kutatási Fejlesztési és Innovációs Hivatal NKFIH 128925-K-18

HUN-REN BTK Néprajztudományi Intézet

Nemzeti Népegészségügyi és Gyógyszerészeti Központ

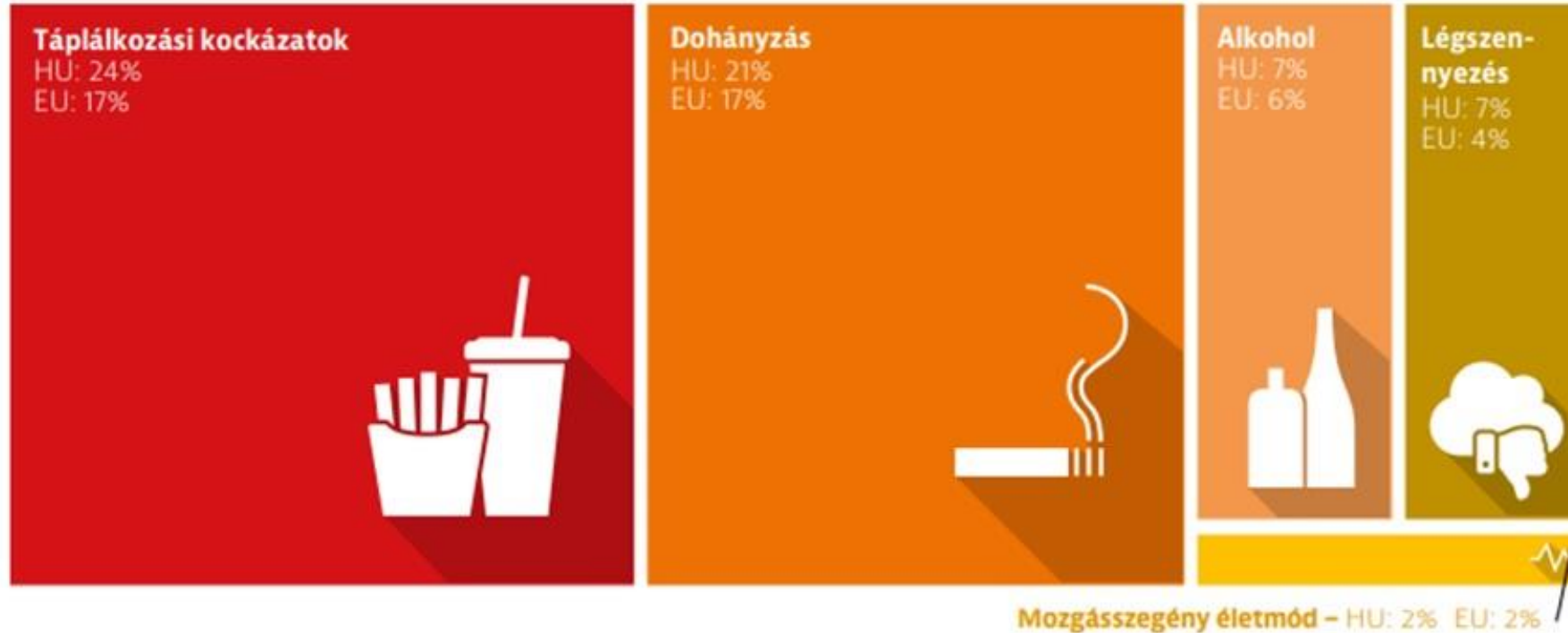
**HUN  
REN**



BÖLCSESZETTUDOMÁNYI  
KUTATÓKÖZPONT  
**NÉPRAJZTUDOMÁNYI INTÉZET**

# Halálozás vezető tényezői Magyarországon

## A helytelen táplálkozás és a dohányzás a halálozás vezető tényezői Magyarországon



Megjegyzés: Az e kockázati tényezőkhez kapcsolódó halálesetek száma összességében alacsonyabb, mint az egyes tényezőkhez kapcsolódó esetek összege, mivel ugyanaz a haláleset több kockázati tényezőnek is tulajdonítható. A táplálkozási kockázatok 14 tényezőtől állnak, mint például az alacsony gyümölcs- és zöldségfogyasztás és a magas cukrozottital-fogyasztás. A légszennyezés a finomrézecskeknek (PM<sub>2.5</sub>) és az ózonnak való kitettségére utal.  
Források: IHME (2020), Global Health Data Exchange (a becslések 2019-re vonatkoznak).

Forrás: <https://>

# WHO European Childhood Obesity Surveillance Initiative (COSI)

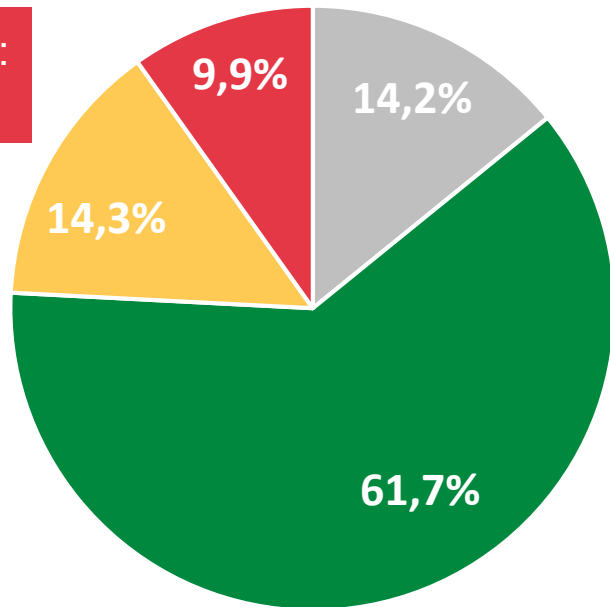
## Gyermek tápláltsági állapot vizsgálat

- Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) az európai régióra kiterjedő **gyermekkori-elhízást monitorozó rendszert** hozott létre, melynek célja:
  - A gyermekkori tápláltsági állapot trendjének követése a 6-9 éves gyerekek körében
  - A résztvevő országok adatai összehasonlíthatóságának biztosítása
  - Egységes protokoll és keretrendszer kialakítása
- 2008 óta az adatokat egy adott tanévben egyszer gyűjtik és a köröket 2 vagy 3 évente bonyolítják le.
- 2022-ben Magyarország a 4. alkalommal vett részt a vizsgálatban
- Az eredmények kiértékelése folyamatos, bemutatása szakmai konferencia keretében: 2024. május 30., valamint a legfontosabb eredményeket magában foglaló gyorsjelentés is közzétételre kerül

[https://www.who.int/europe/initiatives/who-european-childhood-obesity-surveillance-initiative-\(cosi\)](https://www.who.int/europe/initiatives/who-european-childhood-obesity-surveillance-initiative-(cosi))

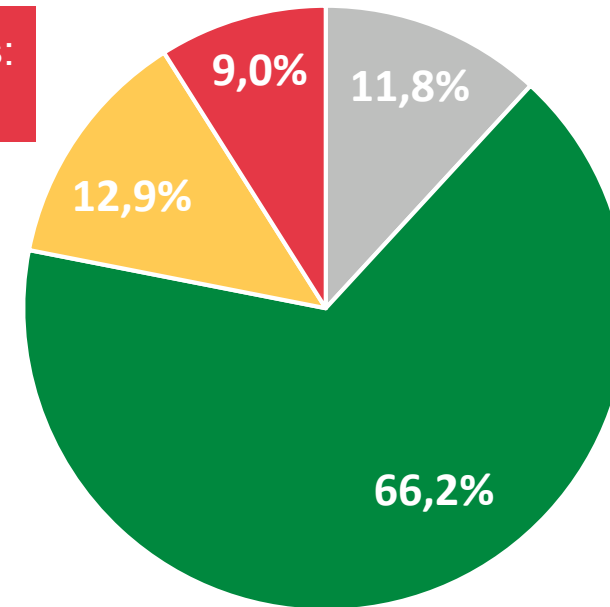
# A magyar 7 éves gyermekek tápláltsági állapota nemek szerint, COSI2022

## Lányok



Túlsúly és elhízás:  
24,2%

## Fiúk



Túlsúly és elhízás:  
21,9%

■ Alultáplált ■ Normál ■ Túlsúlyos ■ Elhízott      ■ Alultáplált ■ Normál ■ Túlsúlyos ■ Elhízott

Minden 4. lány és minden 5. fiú túlsúlyos vagy elhízott!

# A gyermek közétkeztetési kutatás bemutatása

# Kutatás menete, módszere:

## Adatgyűjtés 9 helyszínen

A KUTATÁS  
HELYSZÍNEI:



Budatétény, Pesterzsébet, Szarvas, Rózsaszentmárton, Eger, Ózd, Pápa, Csömör, Debrecen

### 1. Kérdőívek (több mint 3000 db)

- Tanulók (menzás és nem menzás)
- Szülők
- Tanárok
- Konyhai dolgozók
- Élelmezésvezetők

### 2. Résztevő megfigyelés

### 3. Fotók (közel 1000 db)

### 4. Félig strukturált interjúk és fókuszcsoportos beszélgetések (150 órányi felvétel)

### 5. Étlapok elemzése

### 6. Maradékmérés

## NÉPRAJZKUTATÓKBÓL ÉS DIETETIKUSOKBÓL ÁLLÓ KUTATÓCSOPORTOK TEREPMUNKÁN



  
NEMZETI KUTATÁSI, FEJLESZTÉSI  
ÉS INNOVÁCIÓS HIVATAL

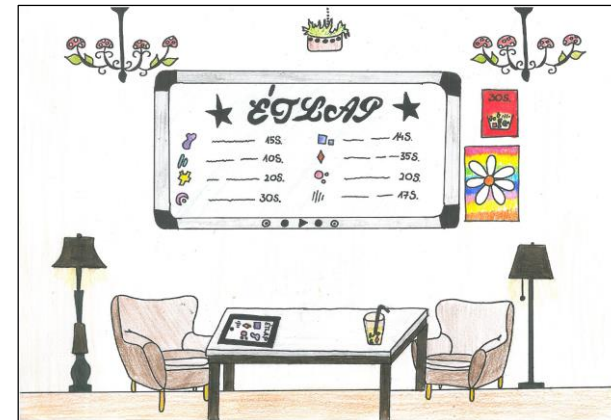
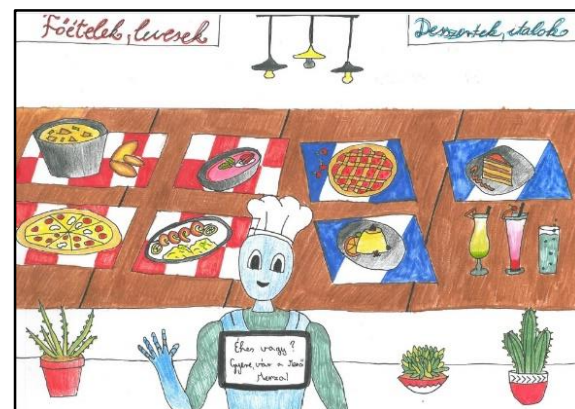
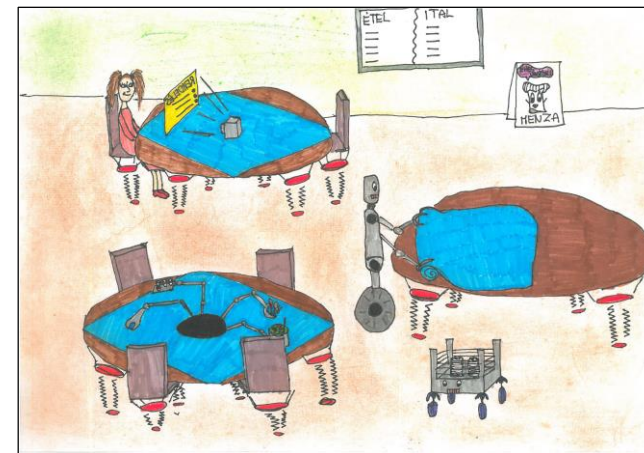
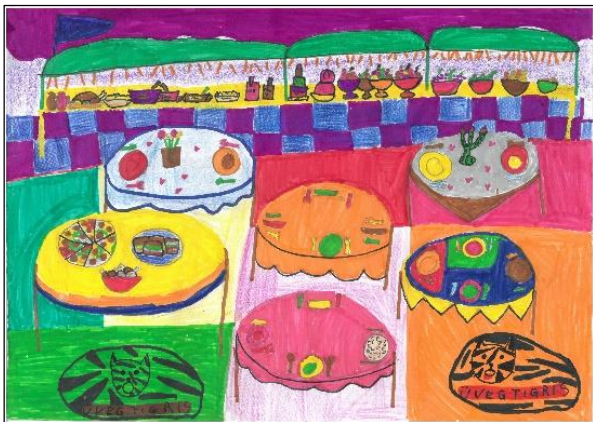
AZ NKFI ALAPBÓL  
MEGVALÓSULÓ  
PROJEKT

## EREDMÉNYEK, TÁRSADALMI HASZNOSÍTHATÓSÁG:

- **Ajánlások megfogalmazása** helyi szinten, visszacsatolás
- **Ajánlások menza-szabályozás kereteinek bővítéséhez**
- **Kommunikáció támogatása** a rendszer egyes szereplői közötti
- **A jó gyakorlatok megosztása**
- **Adatbázis** a kérdőívet kitöltők táplálkozási szokásairól
- **A történeti háttér feltárása**



# Eredmények - Menő menza a jövőben rajzverseny



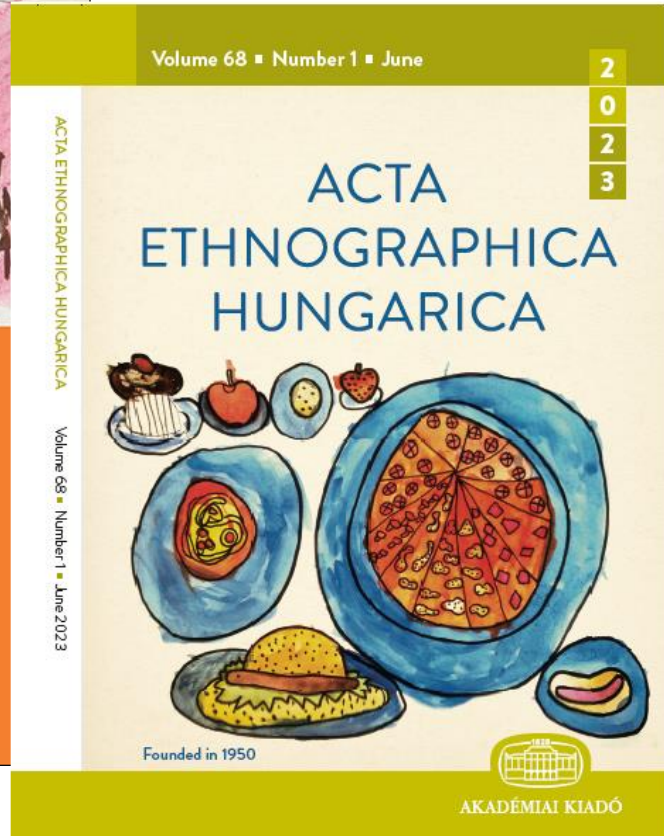
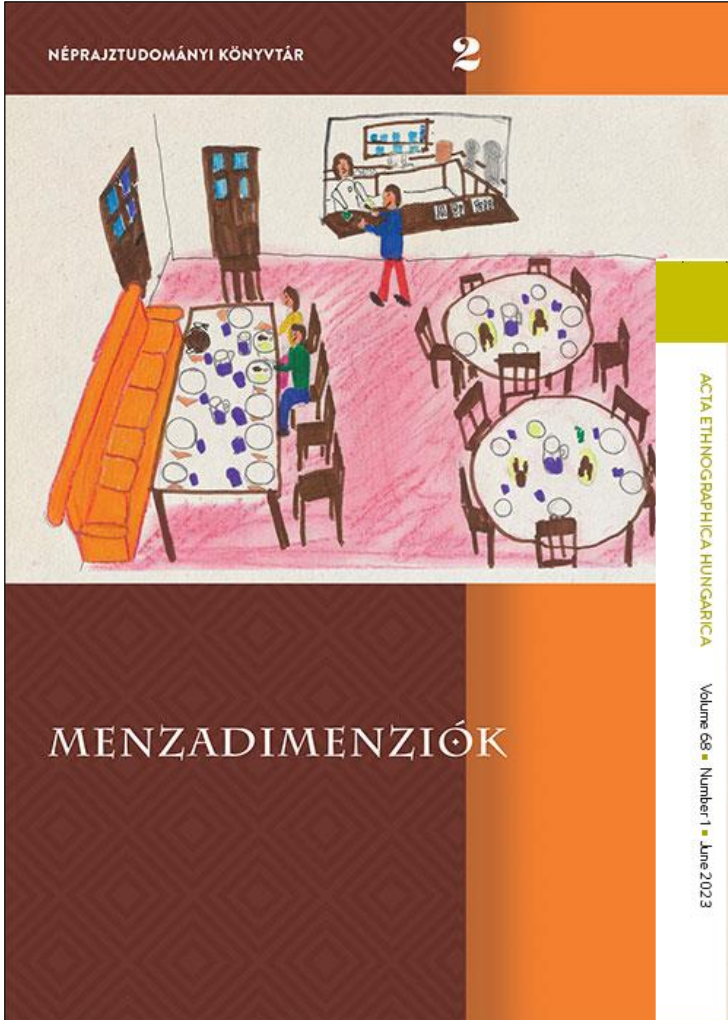
A kutatás eredményeit bemutató konferencia:

[https://www.youtube.com/watch?v=-anFOdVkjRA&list=PLO4IEQZa\\_8XNfcm5BvkPvzDr9vU-koszw](https://www.youtube.com/watch?v=-anFOdVkjRA&list=PLO4IEQZa_8XNfcm5BvkPvzDr9vU-koszw)



# Eredmények

## Publikációk 2023-ban



**2024-ben egy cikk sorozat megjelenése várható az Új Diéta című szakmai lapban**

**A kutatásból készült kötet:**

<https://nti.abtk.hu/hu/kiadvanyok/kiadvanytar/neprajztudomanyi-konyvtar/797-neprajztudomanyi-konyvtar-2>

## Eredmények

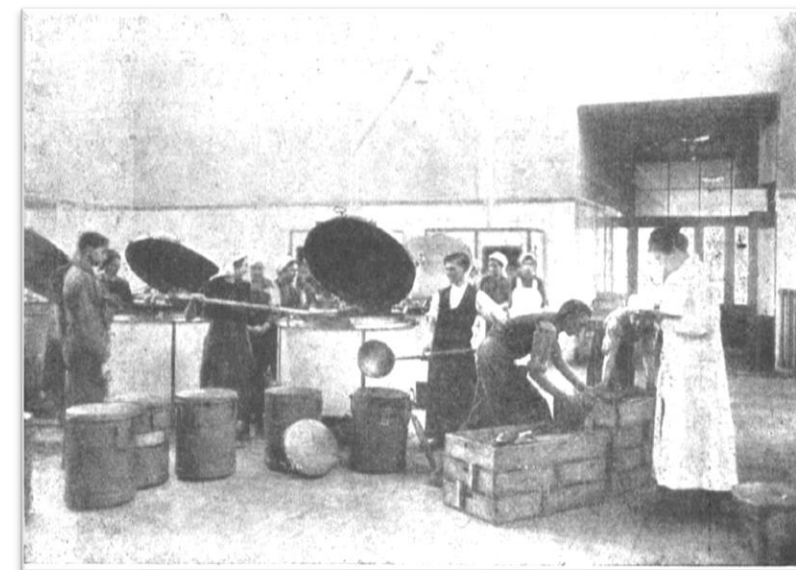
### ■ NKFIH pályázat (2018-2024) - néprajzi szemléletű kutatás

2023. szeptember 14.-én megnyílt a Magyar Kereskedelmi és Vendéglátóipari Múzeumban „A menzán innen és menzán túl” című kiállítás. A HUN-REN BTK Néprajztudományi Intézet által szervezett és közösen végzett sikeres tárggyűjtés és kutató munka után egy izgalmas, hiánypótló és mindenki korosztály számára érdekes interaktív időszak kiállítás nyílt meg, amely bemutatja és népszerűsíti a közétkeztetés elmúlt több mint 100 évét.





## Menza kiállítás a Kereskedelmi és Vendéglátóipari Múzeumban



## Menzán innen - Menzán túl

TITKOK, TÉNYEK, TÁVLATOK  
AZ ISKOLAI KÖZÉTKEZTETÉSBEN

2023.09.14. – 2024.04.21.





**NNGYK**  
NEMZETI NÉPEGÉSZSÉGÜGYI  
ÉS GYÓGYSZERÉSZETI KÖZPONT

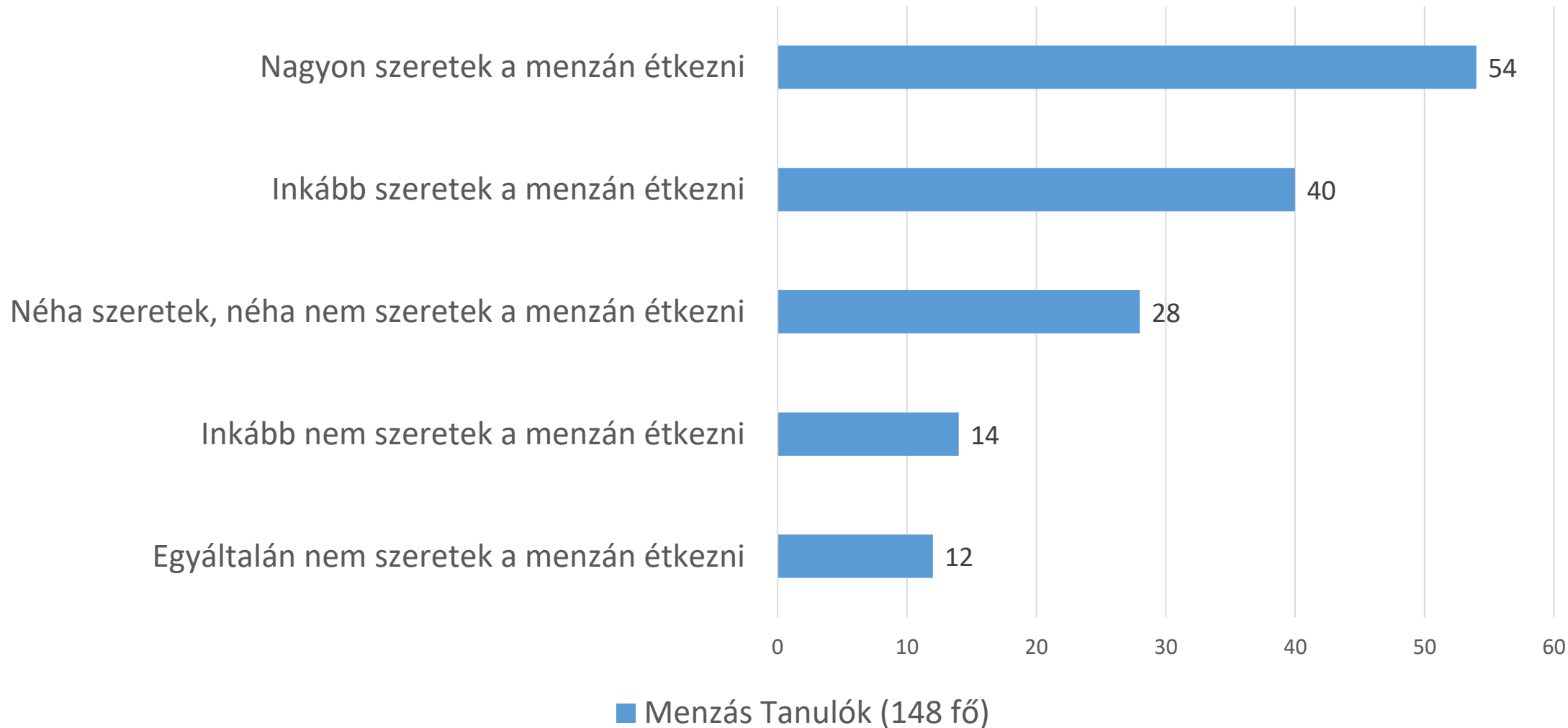
A gyermek közétkeztetés társadalmi beágyazottsága. Kérdések és lehetőségek.

**A Rózsakerti Demjén István Református Általános Iskola és Gimnázium eredményeinek bemutatása**

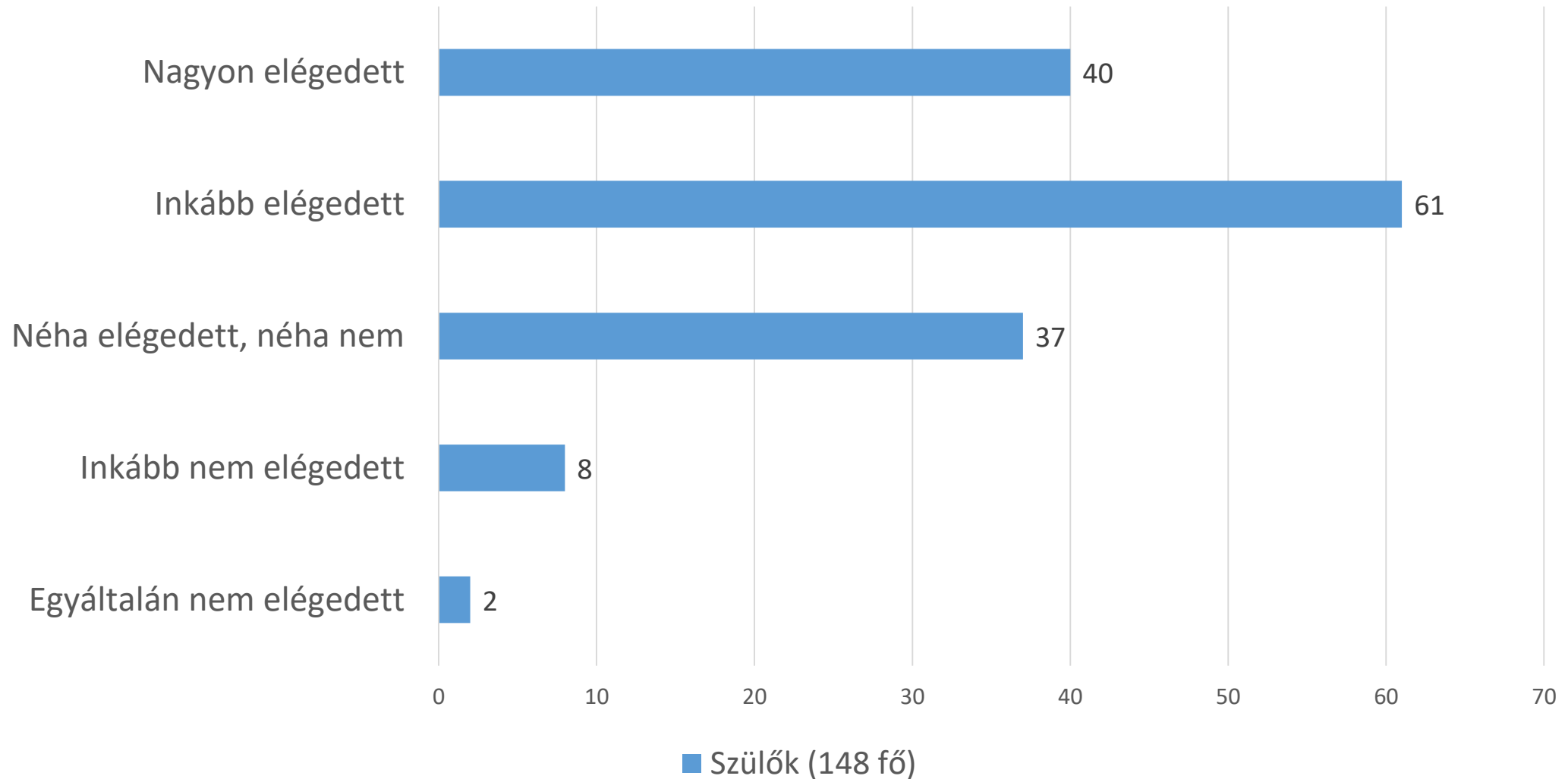
# Menzával kapcsolatos eredmények

- Mennyire szeretnek a menzán étkezni a tanulók?
- Mennyire elégedettek a szülők és a pedagógusok az iskolai menzával?
- A tanulók és a pedagógusok véleménye az iskolai ebéd hosszáról.
- Miért nem étkeznek a menzán a nem menzás tanulók?
- Megnézik-e a szülők az étlapot?
- Előfordult-e már, hogy a tanuló az étlap alapján ki se kért egy ételt?
- Megkérdezik-e a szülők és a pedagógusok a tanulókat, hogy milyen volt a menza?

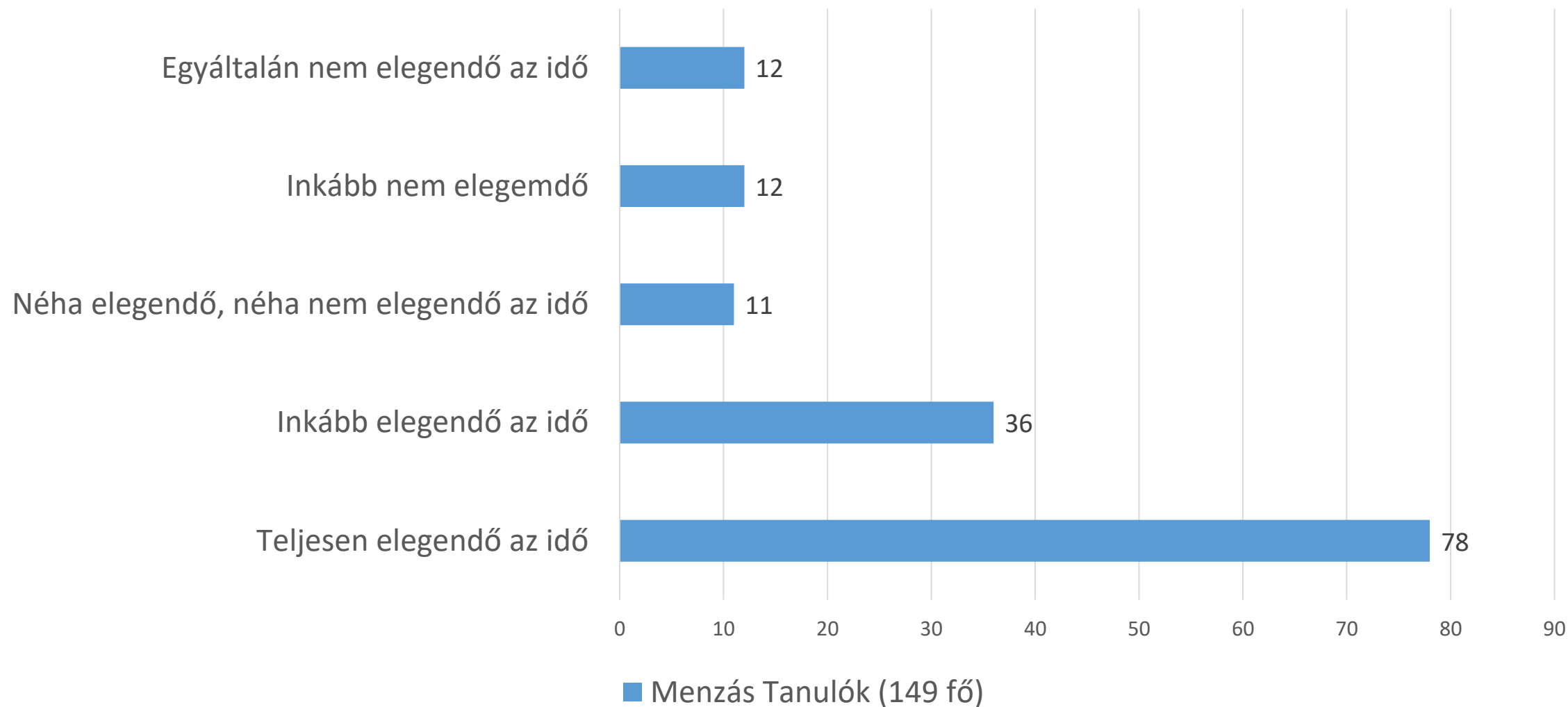
## Mennyire szeretnek a menzán étkezni a menzás Tanulók?



## Mennyire elégedettek a Szülők a menzával?

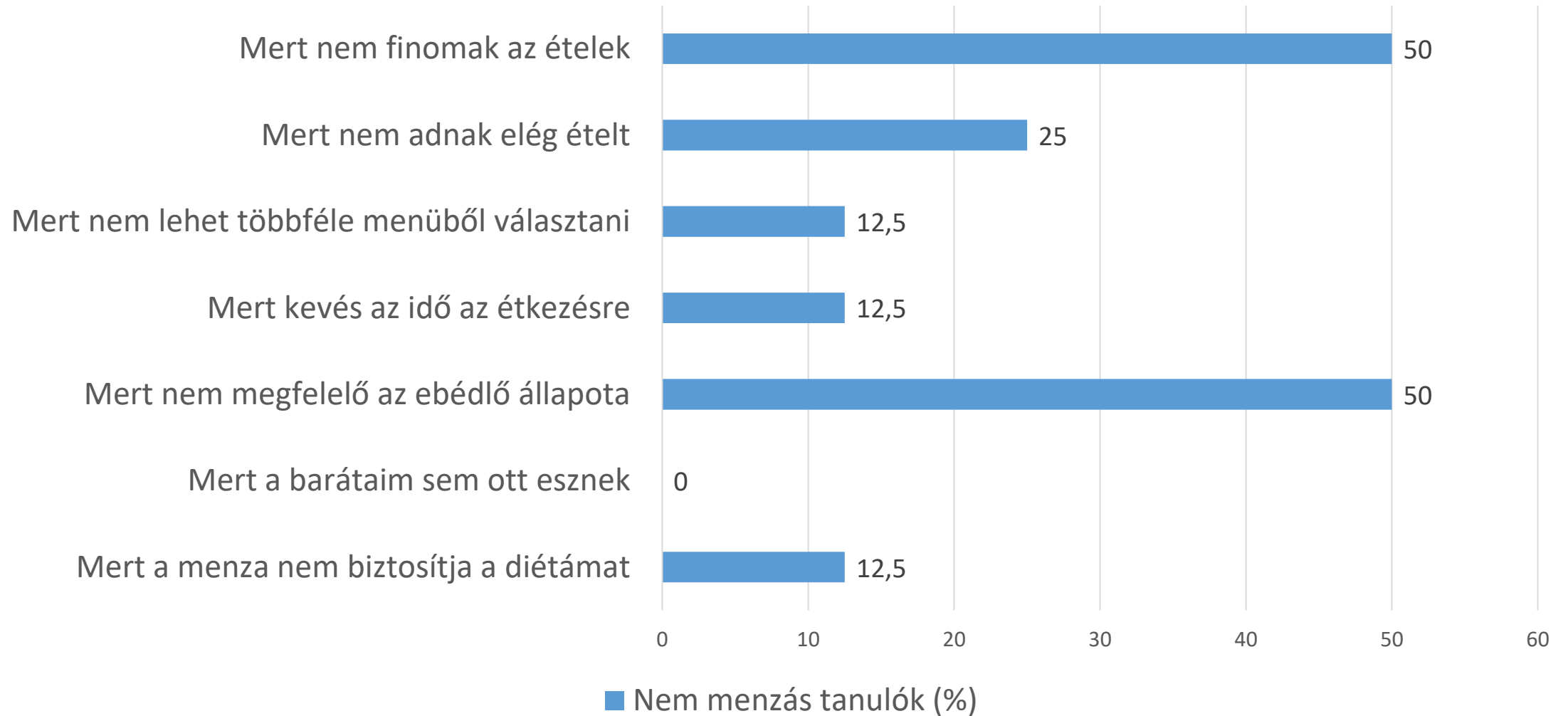


## A menzás Tanulók véleménye az iskolai ebéd idő hosszáról

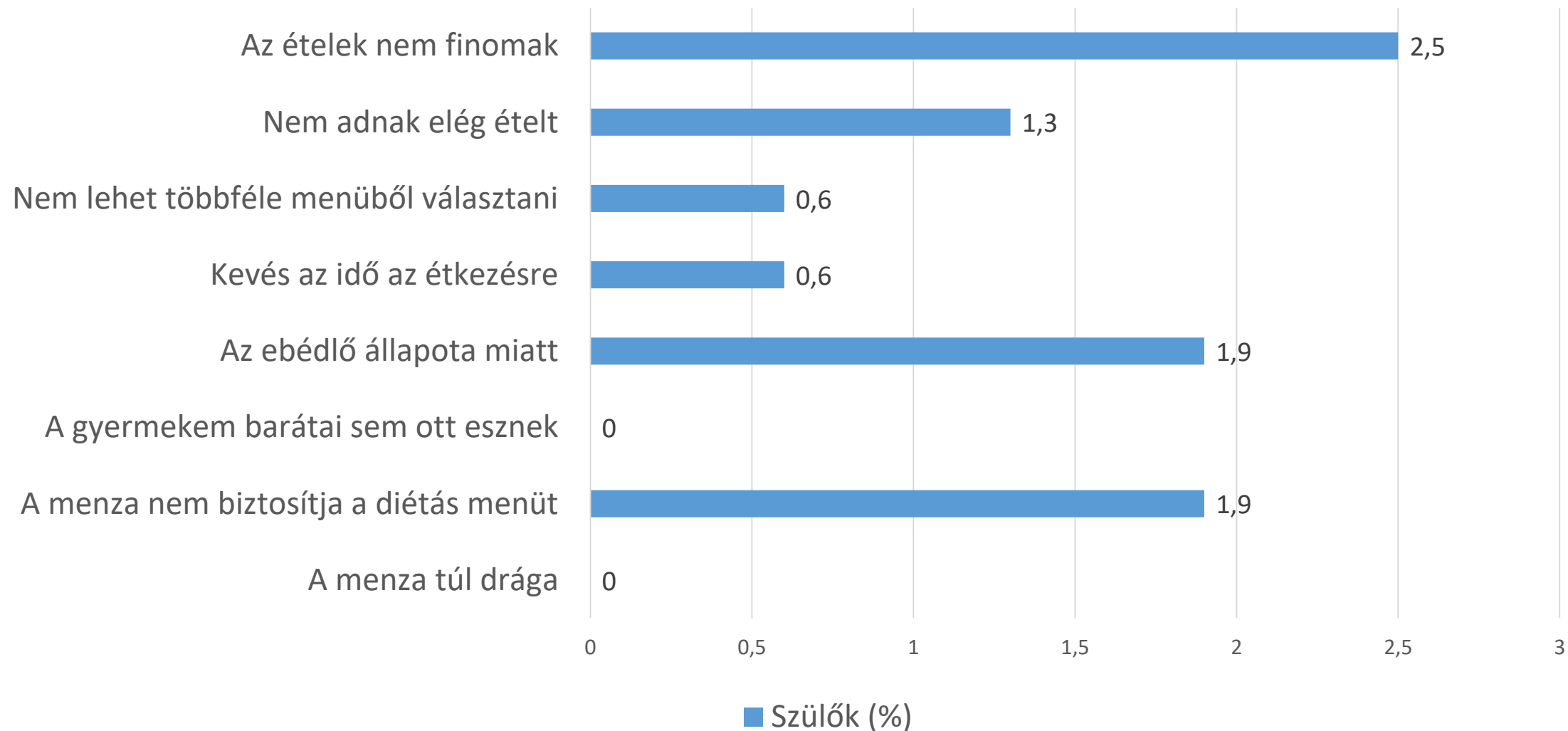




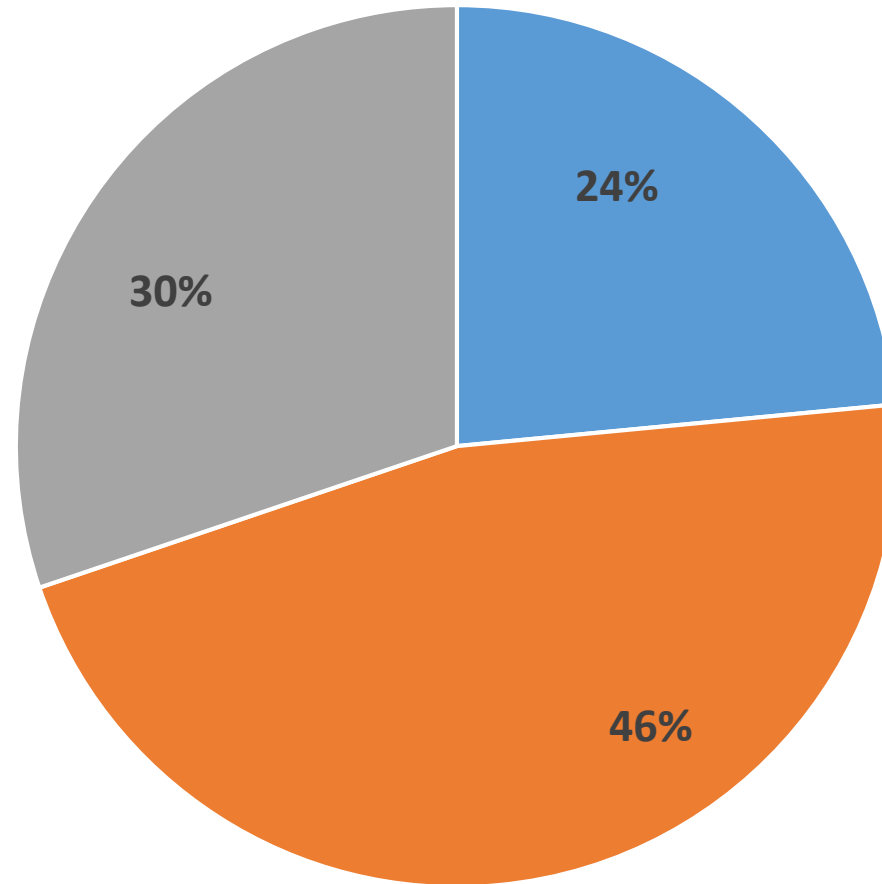
## Miért nem étkeznek a menzán a nem menzás Tanulók?



## Miért nem étkezteti a Szülő a menzán a gyermekét?

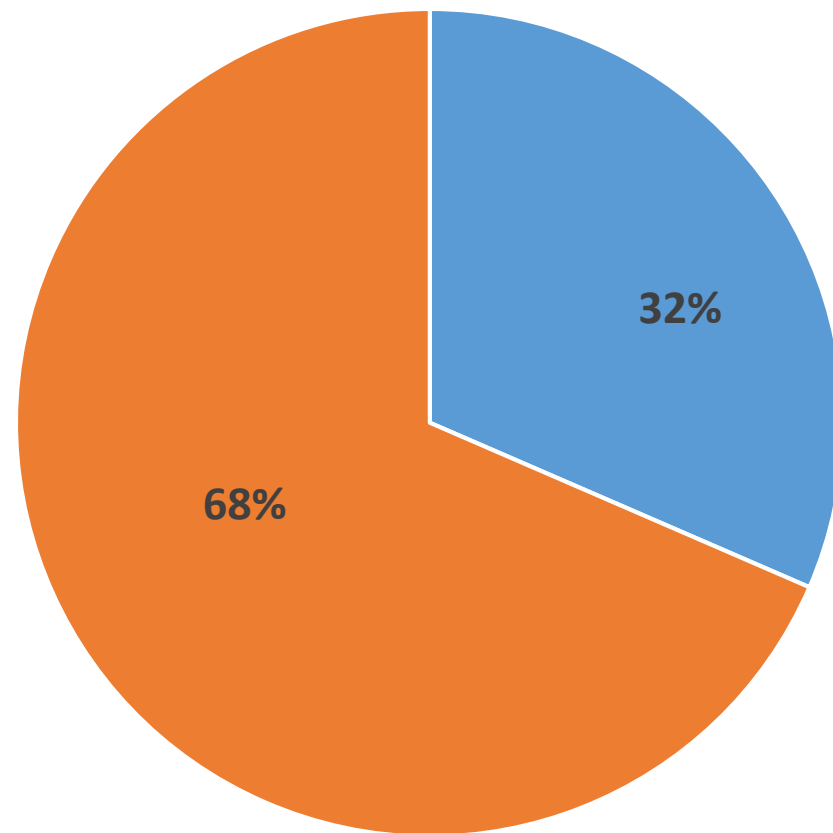


## Meg szokta nézni az étlapot? (Szülők 149 fő)



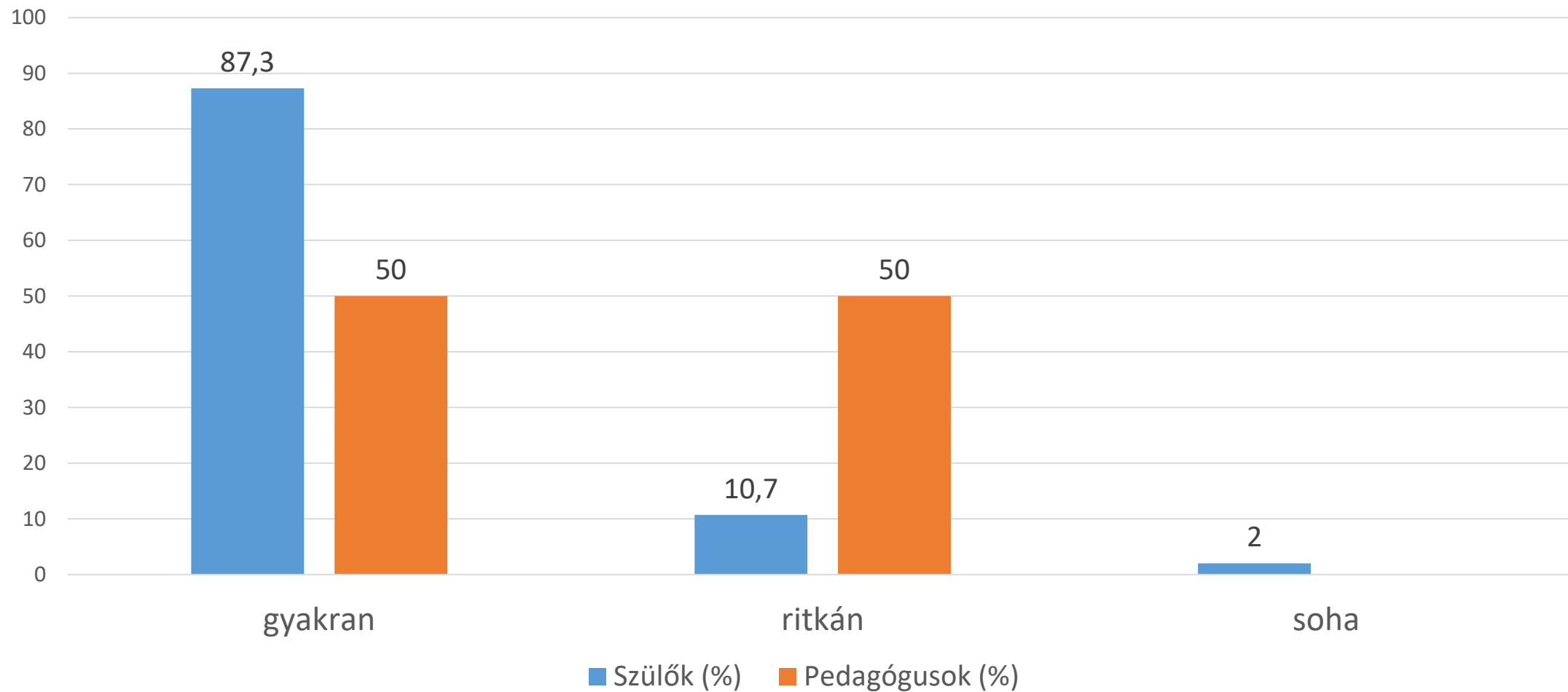
■ gyakran ■ ritkán ■ soha

## Előfordult már, hogy az étlap alapján nem kérte ki a Tanuló az ételt? (Menzás tanuló 146 fő)



■ igen ■ nem

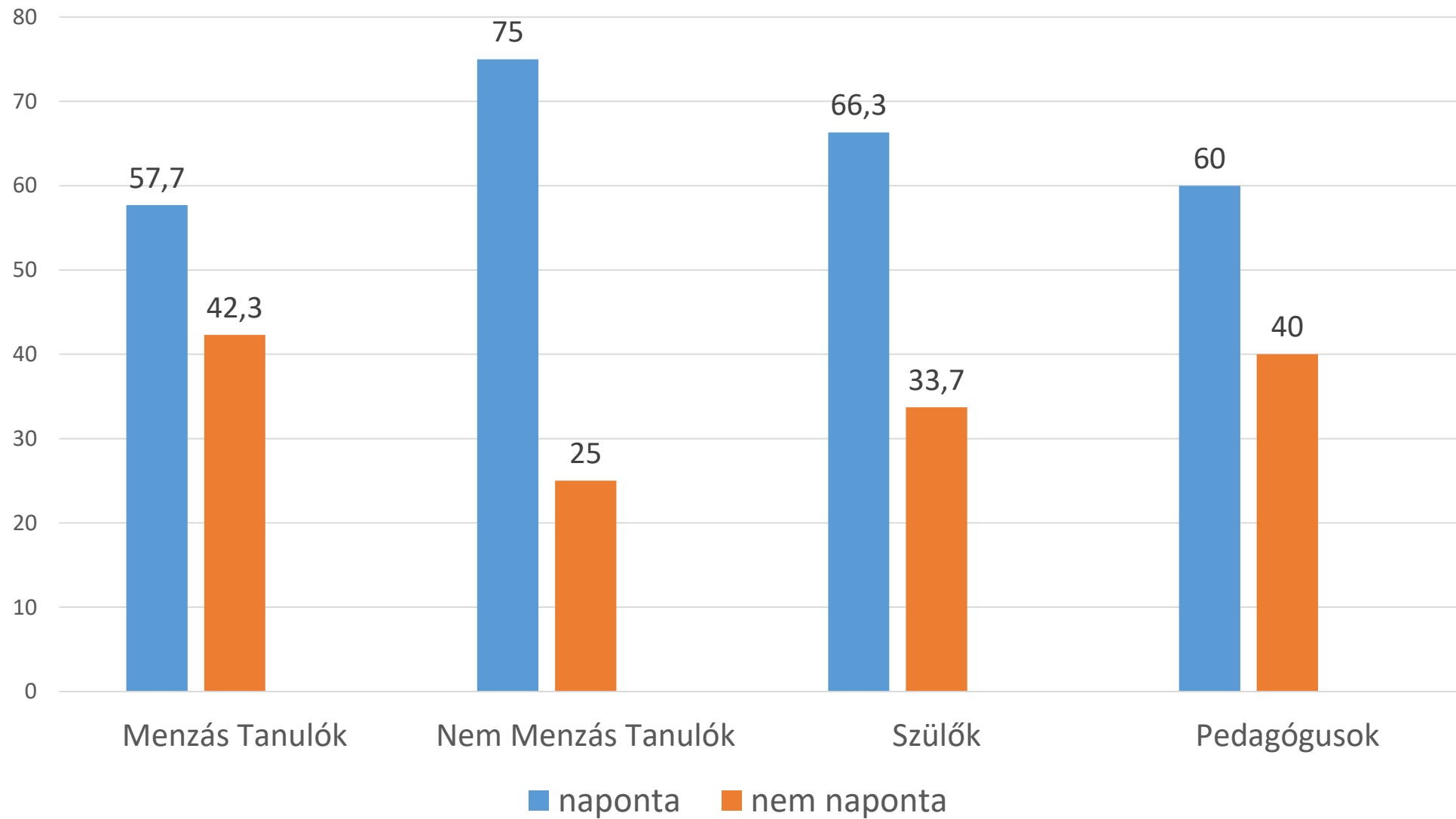
## Megkérdezik a Szülők és a Pedagógusok a Tanulókat, hogy milyen volt a menzai étel?



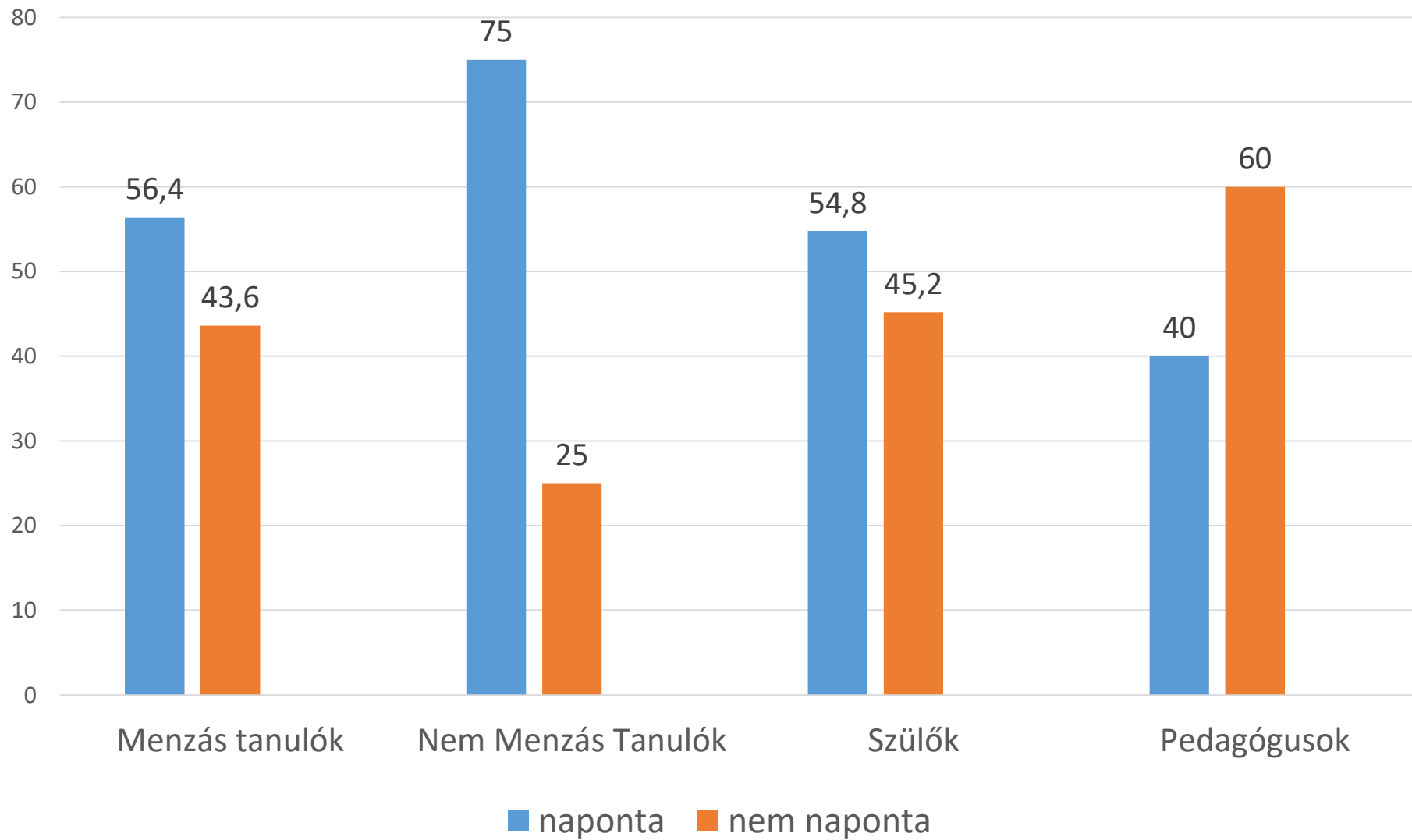
# Táplálkozási szokások

- Zöldség fogyasztási szokások
- Gyümölcs fogyasztási szokások
- Tej és tejtermék fogyasztási szokások
- Üdítő fogyasztási szokások

## Zöldség fogyasztás (%)

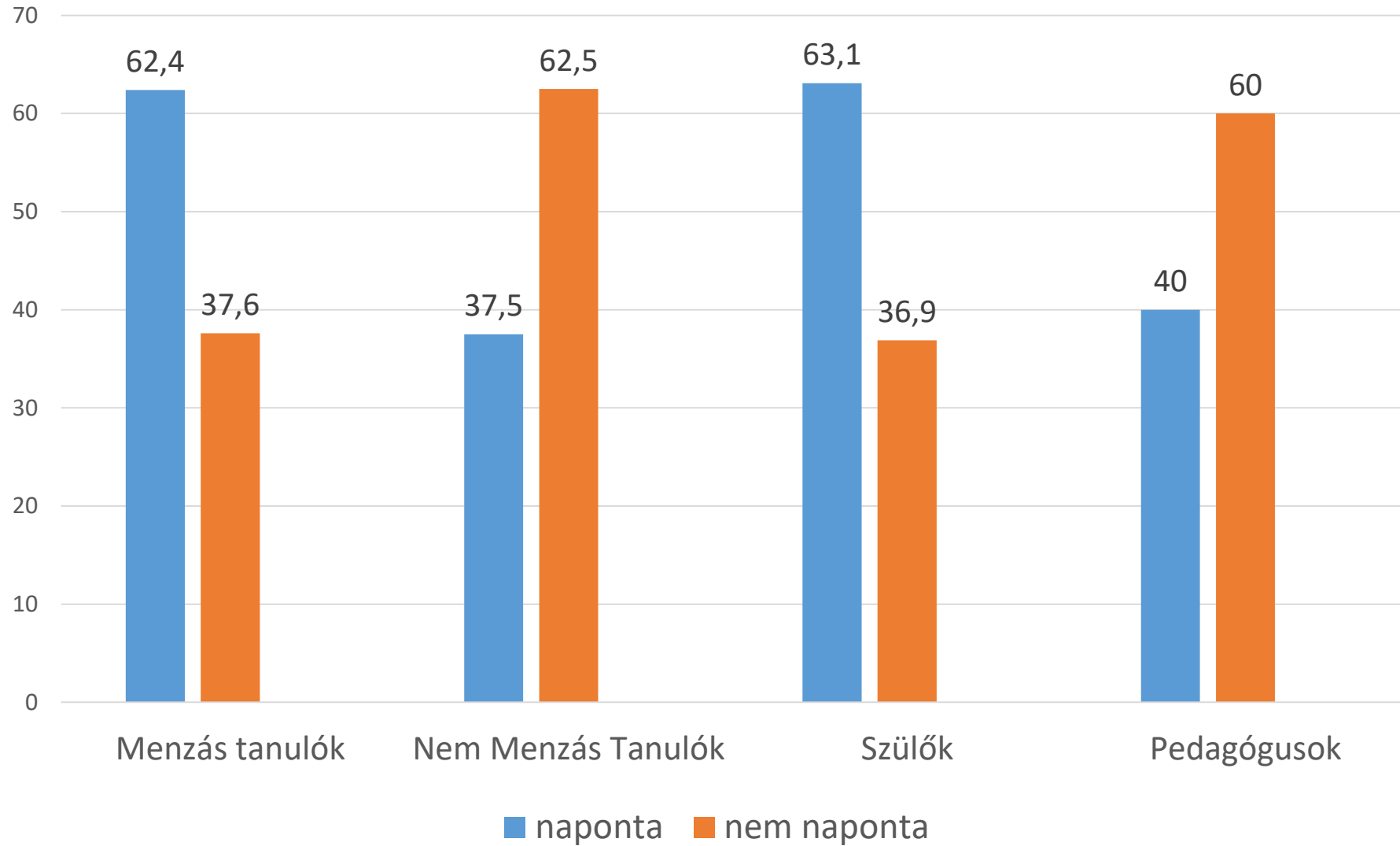


## Gyümölcs fogyasztás (%)

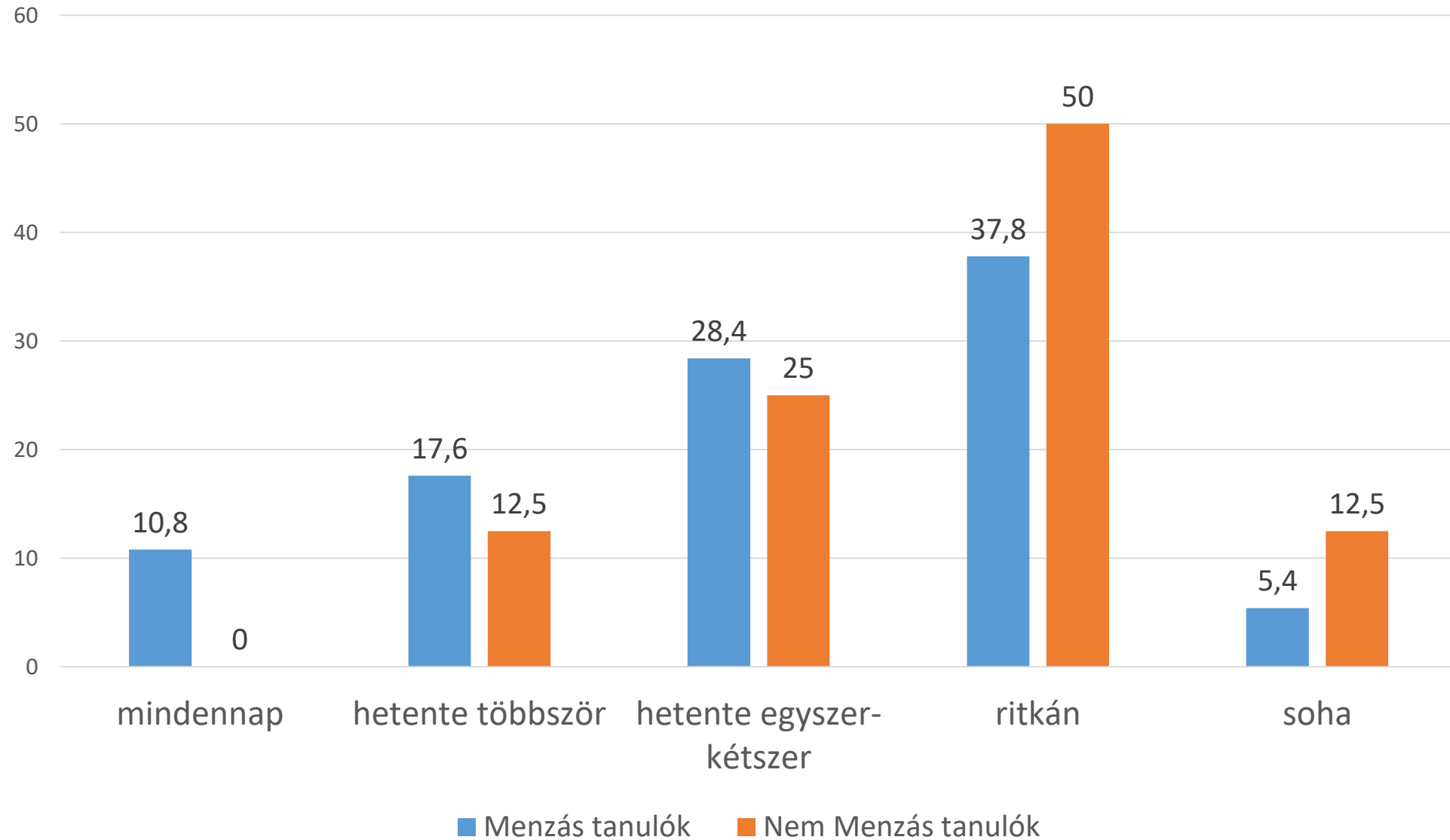




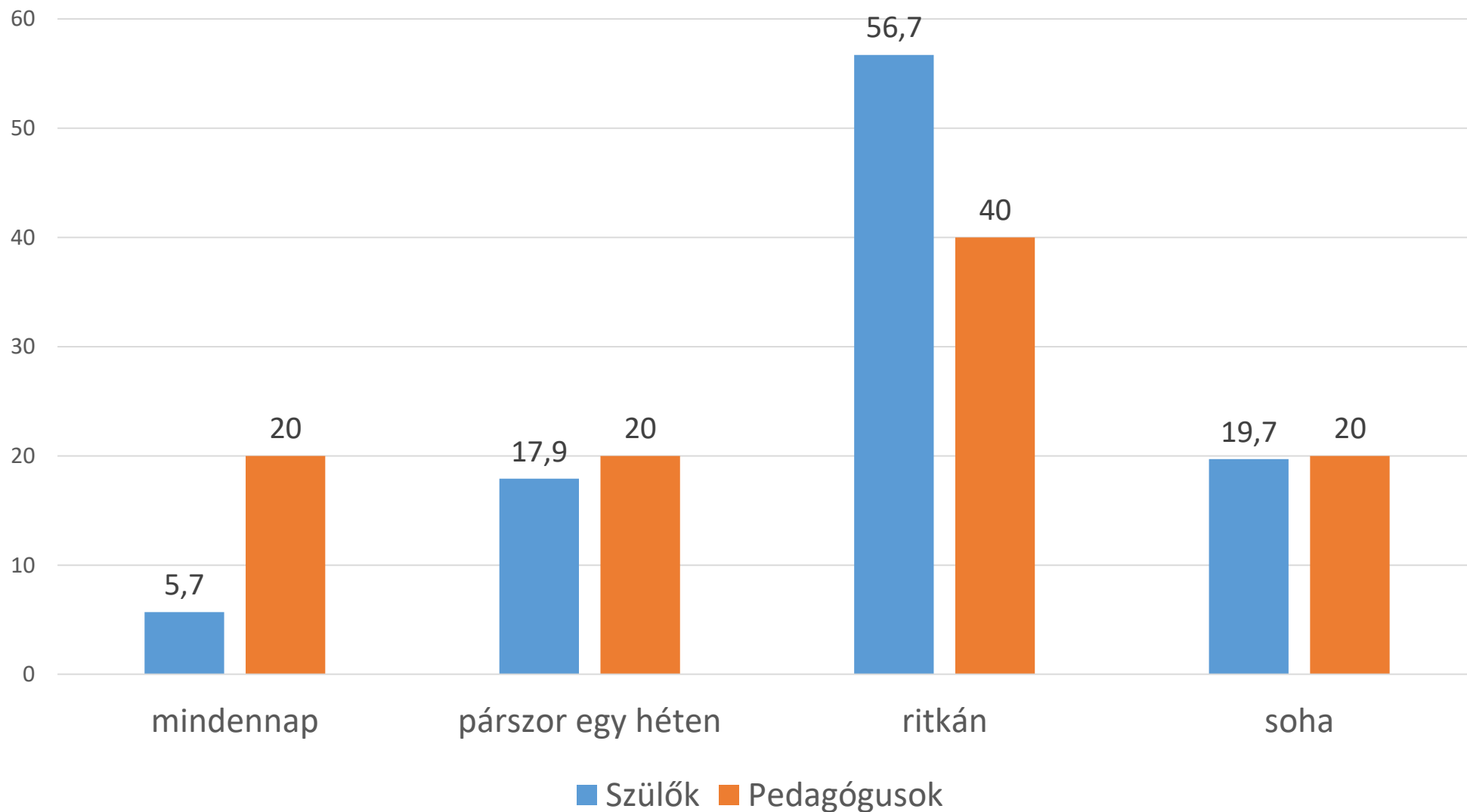
## Tej és tejtermék fogyasztás (%)



## Tanulók üdítő fogyasztási szokásai (%)



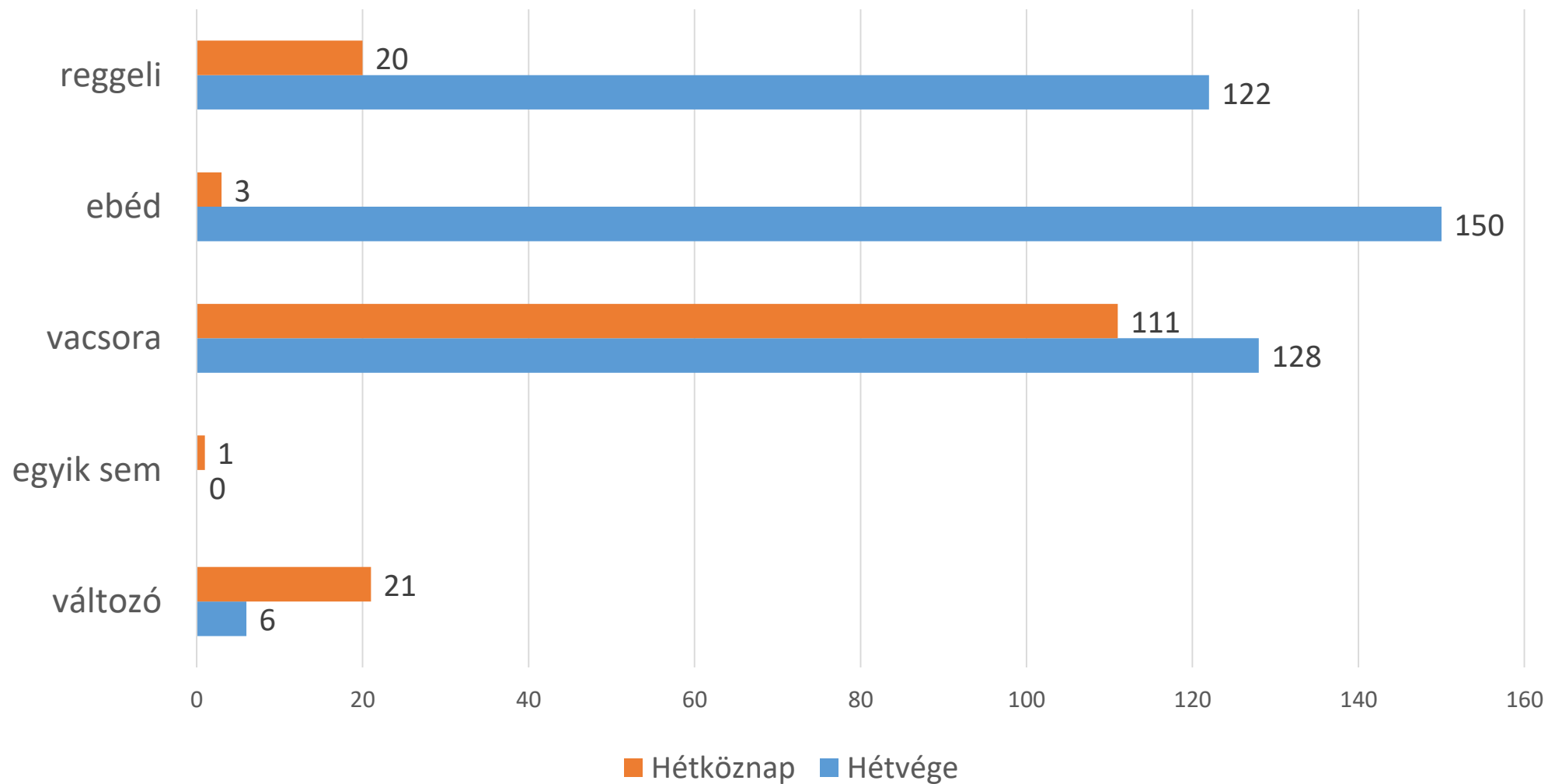
## Szülők és Pedagógusok üdítő fogyasztási szokásai (%)



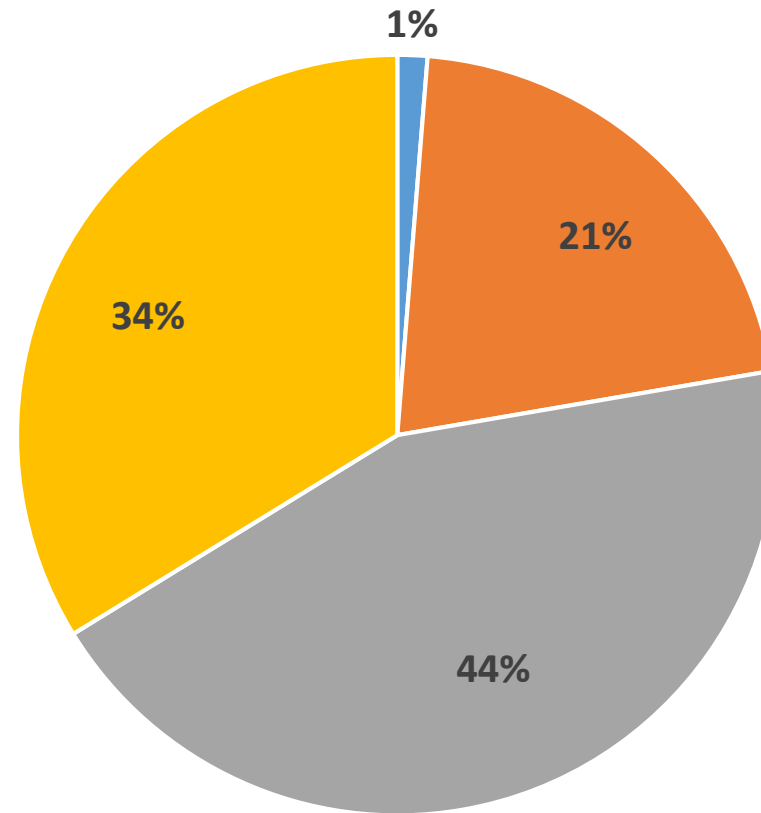
# Étkezési szokások

- Együtt étkezik-e a család hétköznap, illetve hétvégén?
- Főznek-e együtt a gyermekekkel?

## Hétköznapi és hétvégi közös étkezések gyakorisága (szülői válaszok, /fő)



## A rendszeresen főző családtag szokott-e gyermekével főzni? (157 fő)



■ naponta   ■ hetente többször   ■ csak hétvégén   ■ nem vagy csak nagyon ritkán

# Jó gyakorlatok

## A kutatás tapasztalatai nyomán a menza sikeréhez nagyban hozzájárulnak a következők:

- hagyományok és az étel tisztelete
- pedagógusok, szülők, gyermekek és a konyha folyamatos kommunikációja a menzáról (ötlet-, és véleményládák)
- az ebédlő családias, életkornak megfelelő, a gyermekek önállóságát támogató berendezéssel, megfelelő ebédidő biztosításával
- a főzés gyakorlati tudásának, a menza szocializációs és nevelési lehetőségeinek beépítése az oktatásba (pl. főzőverseny)
- szülők aktív részvétele a tanulók napi étkezésének megtervezésében és kivitelezésében, a gyermekek bevonása az otthoni főzés menetébe
- maradék csökkentésére irányuló törekvések (kisebb szendvicsek, inkább többször vegyenek)

# Jó gyakorlatok

## A kutatás tapasztalatai nyomán a menza sikeréhez nagyban hozzájárulnak a következők:

- ételmezésvezetőnek kiemelkedő szerepe van
  - Önképzés
  - Mások képzése (konyhai dolgozók, gyerekek, szülők, pedagógusok)
  - Szerepvállalás az ételmezésvezetők képzésében (előadások, könyvírás, mentorálás)
- szoros együttműködés az iskolai életben, közvetítő szerep a menza és a konyha között
- diakónia (étel, ital szolgálata)



# Az NNGYK közétkeztetést támogató tevékenységei

- A táplálkozás-egészségügyi előírásokról szóló **37/2014. (IV. 30.) EMMI rendelet (továbbiakban: Rendelet) módosító javaslatának kidolgozása**, majd megküldése a Belügyminisztérium részére. Az egyes szakmai szektorok által tett javaslatok véleményezése.
- **Közétkeztetési szakmai munkacsoport (egyeztető platform) működtetése.** 2020 őszétől, ingyenesen, online formában, az ételmezés területét átfogóan érintő témák kerülnek bemutatásra és megvitatásra. Célja a közös nyelvezet kialakítása a területen, szakmai támogatás nyújtása, valamint a hatóságokkal, szakmai szervezetekkel közös információs anyagok közzététele. (NÉBIH, ÉLOSZ, KÖZSZÖV, MDOSZ, VIMOSZ)

1. Bevezető	8. Az élelmiszermaradék és –hulladék témaköre	16. Fenntarthatóság - Heti egy húsmentes nap a közétkeztetésben
2. Hatósági ellenőrzések	9. REL és helyi termékek a közétkeztetésben	17. Étlaptervezés a fenntarthatóság jegyében
3. Tájékoztatási kötelezettségek (címke és étlap)	10. Bölcsődei étkeztetés	18. Ételallergiával a közétkeztetésben - Anafilaxiás Allergiásokért Egyesület
4. Közétkeztetés és táplálkozási környezet	11. Étkeztetést érintő egyéb kérdések	19. Közétkeztetés a változásért
5. Táplálkozási alapismeretek – tápanyagok – élelmiszereink	12. Fenntarthatóság a közétkeztetésben	20. Szabadszedés a menzán
6. Ételismeret, új nyersanyagok bevezetése, konyhatechnológia és tálalási rendszerek	13. Bölcsődei étkeztetés II.	21. Élelmiszer védjegyek
7. Étlaptervezés	14. A gyermek közétkeztetés társadalmi beágyazottsága	
	15. Ünnepi ételek a közétkeztetésben	

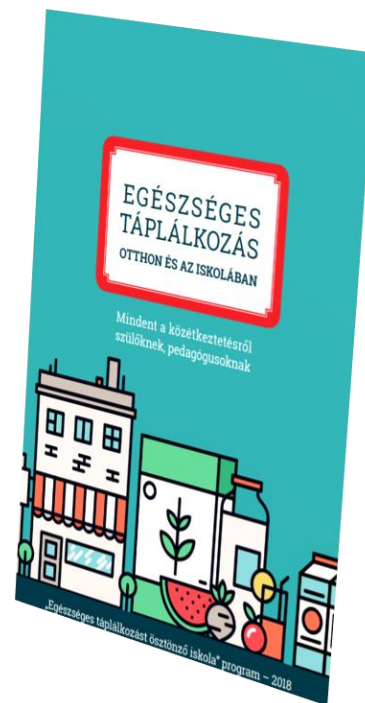




Az EMMI-OTFHÁT, MDOSZ **OKOSTÁNYÉR®** tartalommal közreműködésével kidolgoztuk és online közzétettük a „Útmutató”.



Az MDOSZ, SOTE, EMMI-OTFHÁT közreműködésével kidolgoztuk és online közzétettük a „Diétás étkezés” kiadványt.



Egészséges táplálkozást ösztönző Iskola program keretében MDOSZ közreműködésével **OKOSTÁNYÉR®** tartalommal kidolgoztuk és online közzétettük „Egészséges táplálkozás otthon és az iskolában” online kiadvány

## GY.I.K.

**Leggyakoribb kérdések és válaszok** a közétkeztetési rendelet kapcsán (82 db)

[https://ogyei.gov.hu/a\\_leggyakoribb\\_kerdesek\\_es\\_valaszok\\_a\\_kozetkeztetesire\\_vonatkozó\\_taplalkozas\\_egeszsegu\\_gyi\\_eloirasokrol\\_szolo\\_372014\\_iv\\_30\\_emmi\\_rendelet\\_kapcsan/](https://ogyei.gov.hu/a_leggyakoribb_kerdesek_es_valaszok_a_kozetkeztetesire_vonatkozó_taplalkozas_egeszsegu_gyi_eloirasokrol_szolo_372014_iv_30_emmi_rendelet_kapcsan/)

[www.ogyei.hu](http://www.ogyei.hu) [www.merokanal.hu](http://www.merokanal.hu) Élj könnyebben Facebook oldal

# Az NNGYK kiadványai és tájékoztató anyagai az egészséges táplálkozási szokások kialakításához

## Kiadványok

- [Országos Táplálkozási és Tápláltsági Állapot Vizsgálat](#) – Kutatási jelentés a felnőttek táplálkozásának, tápláltsági állapotának trendjeiről 2009-2014-2019
- [Gyermek Tápláltsági Állapot Vizsgálat – kutatási jelentés, 2019](#)
- [Segédlet az iskolabüfék árukínálatának kialakításához című információs füzet](#)



## Poszterek

A közétkeztetési munkacsoport keretében [3 db nyomtatható poszter](#) készült, melyeket online, ingyenesen letölthetővé tettünk a nevelési-oktatási intézmények részére, a tanulók, pedagógusok és konyhai dolgozók közétkeztetéssel és egészséges táplálkozással kapcsolatos pozitív attitűdjének megerősítése céljából



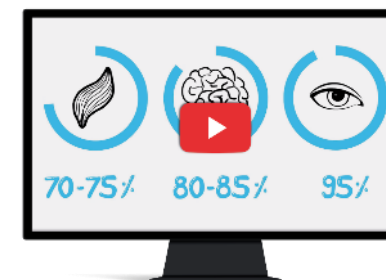
## Program

- **HAPPY-hét** – vízfogyasztást népszerűsítő program gyermekek körében

## Kisfilm

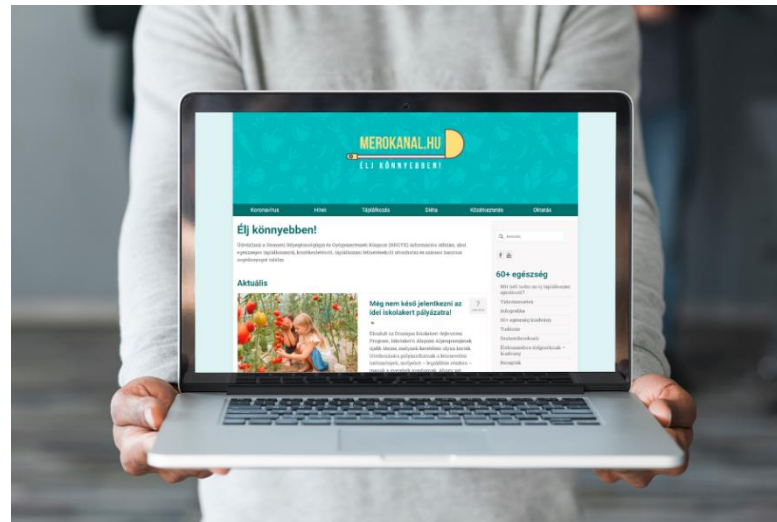
- [Egészségedre! – Igyál vizet mindennap!](#)
- [10 tipp víziváshoz](#)

Az országos HAPPY-hét lezárására készült, 9-13 éves korosztálynak szóló oktatóvideók, a megfelelő folyadékbevitelről.



# Merőkanál.hu weboldal és Facebook-oldal működtetése

- A Táplálkozástudományi Főosztály által működtett, lakosságot célzó [merokanal.hu weboldalon](https://merokanal.hu) egészséges táplálkozással kapcsolatos tartalmak, táplálkozási ajánlások, iskolai programok segédanyagai és szakmai hírek is helyet kapnak.
- A kapcsolódó [Facebook-oldal](https://www.facebook.com/merokanal) 2023-ban átlagosan havi **több mint 10000** elérést produkált.
- A Facebook-oldal **kedvelőinek és követőinek száma hónapról-hónapra növekszik**, 2023 végén a kedvelők száma meghaladta a 7300-at, a követők száma a 7800-at.



**Köszönjük az együttműködést és a megtisztelő figyelmet!**

**[taptud@nngyk.gov.hu](mailto:taptud@nngyk.gov.hu)**

[www.meokanal.hu](http://www.meokanal.hu)

<https://www.facebook.com/merokanal.hu/>

[www.egeszsegvonal.hu](http://www.egeszsegvonal.hu)

[www.egeszsegablak.hu](http://www.egeszsegablak.hu)

[www.ogyei.hu](http://www.ogyei.hu)

[www.nnk.gov.hu](http://www.nnk.gov.hu)

<https://www.facebook.com/nngyk.hivatalos>