

# Od 1 września zaczną obowiązywać nowe standardy żywienia w szkołach i przedszkolach. Co oznaczają dla placówek i rodziców?

Od 1 września 2026 roku we wszystkich szkołach i przedszkolach zaczną obowiązywać nowe standardy żywienia określone w [rozporządzeniu Ministerstwa Zdrowia](#). Dla wielu placówek nowe przepisy oznaczają konieczność aktualizacji jadłospisów, receptur oraz organizacji pracy stołówek jeszcze przed rozpoczęciem roku szkolnego. Przygotowania obejmują nie tylko personel kuchenny, ale również dyrekcję, intendentów oraz firmy cateringowe odpowiedzialne za żywienie dzieci i młodzieży.

## Co wprowadza rozporządzenie Ministerstwa Zdrowia?

Nowe przepisy (tzw. rozporządzenie „sklepikowe”) przewidują między innymi obowiązek serwowania **co najmniej jednej w pełni roślinnej potrawy w tygodniu, przygotowanej na bazie nasion roślin strączkowych**. Rozporządzenie zwraca również większą uwagę na obecność produktów pełnoziarnistych, warzyw i owoców, wykorzystywanie produktów sezonowych oraz lokalnych, przygotowywanie zup na wywarach warzywnych, a także możliwość stosowania roślinnych alternatyw produktów mlecznych spełniających określone wymagania żywieniowe.

– Wdrożenie nowych standardów żywienia to znacznie więcej niż zmiana kilku pozycji w jadłospisie. To proces, który obejmuje planowanie menu, organizację pracy kuchni, zakupy, szkolenie personelu oraz dobrą komunikację z całą społecznością szkolną. Aby nowe przepisy mogły zostać skutecznie wdrożone, placówki potrzebują praktycznych narzędzi i sprawdzonych rozwiązań, które ułatwią przełożenie zapisów rozporządzenia na codzienną pracę. Odpowiednie przygotowanie daje szansę, aby zmiany przebiegły sprawnie i z korzyścią dla dzieci, personelu oraz całej szkoły – mówi Marcin Tischner, Senior Strategic Manager w Fundacji ProVeg.

## Jak będzie wyglądać tygodniowy jadłospis w placówkach szkolnych?

Rozporządzenie szczegółowo określa strukturę tygodniowego jadłospisu szkolnego. Zakłada on:

- co najmniej raz w tygodniu w ramach obiadu ma być podana potrawa przygotowana na bazie nasion roślin strączkowych bez dodatku produktów odzwierzęcych,
- dwa dni z obiadem na bazie mięsa świeżego wraz z alternatywą roślinną w szczególności opartą na strączkach dla osób niespożywających produktów odzwierzęcych,
- jeden dzień obiadu rybnego z równoległą alternatywą roślinną w szczególności opartą na strączkach dla osób niespożywających produktów odzwierzęcych,
- jeden dzień elastyczny, w którym obiad może być roślinny, mączny lub rybny,

- ponadto, co najmniej dwa razy w tygodniu zupy powinny być przygotowywane na wywarach warzywnych.

Obiad ma dostarczać 20–30% dziennego zapotrzebowania energetycznego, liczonego w ujęciu dekadowym zgodnie z normami żywienia.

## Nowe zasady dla stołówek szkolnych

Rozporządzenie wprowadza również szereg zmian jakościowych:

- jeśli serwuje się zupę, powinna zostać przygotowana co najmniej dwa razy w tygodniu na wywarach warzywnych,
- warzywa lub owoce muszą pojawiać się w każdym posiłku, przy czym udział warzyw powinien być większy niż owoców,
- zwiększony zostaje udział produktów pełnoziarnistych i tłuszczów roślinnych,
- ograniczona zostaje liczba potraw smażonych (maksymalnie dwa razy w tygodniu),
- promowane są produkty sezonowe, lokalne i ekologiczne.

W szkolnych sklepikach oraz w przygotowywanych posiłkach dopuszczono dostępność napojów roślinnych i roślinnych alternatyw produktów mlecznych, pod warunkiem wzbogacenia ich w wapń i witaminę B12 oraz spełnienia limitów cukru, tłuszczu i soli.

## Szkoła na Roślinach – praktyczne wsparcie we wdrażaniu nowych standardów

Aby ułatwić szkołom, przedszkolom oraz firmom cateringowym przygotowanie się do zmian, Fundacja ProVeg opracowała materiały edukacyjne dostępne bezpłatnie w ramach programu [Szkoła na Roślinach](#). Materiały zostały opracowane z myślą o najczęściej pojawiających się pytaniach i wyzwaniach zgłaszanych przez szkoły, przedszkola oraz firmy cateringowe przygotowujące się do wdrożenia nowych standardów żywienia.

Wśród nich znajdują się:

- [ebook „25 roślinnych dań, które znikają z talerzy” z przepisami dostosowanymi do żywienia zbiorowego, zgodnie z rozporządzeniem Ministerstwa Zdrowia,](#)
- [checklista i przewodnik dla dyrekcji i personelu kuchennego wspierająca przygotowanie placówki do wdrożenia zmian,](#)
- [kalkulator zapotrzebowania produktów na posiłki szkolne i przedszkolne,](#)
- [planer Roślinnej Szkoły Green REV Institute.](#)

– Wiemy z doświadczenia, że wdrożenie nowych standardów wymaga nie tylko znajomości przepisów, ale również praktycznych narzędzi, które pomagają planować jadłospisy, organizować pracę kuchni i przygotowywać posiłki zgodne z wymaganiami rozporządzenia. Placówkom przydadzą się praktyczne rozwiązania – sprawdzone receptury, narzędzia do planowania jadłospisów oraz materiały, które pomogą przełożyć zapisy rozporządzenia na codzienną pracę kuchni. Naszą intencją jest aby wspierać całą społeczność szkolną, dlatego proponujemy dodatkowo m.in. webinary dla rodziców będące odpowiedzią na ewentualne

pytania czy wątpliwości, a także materiały komunikacyjne i edukacyjne dla nauczycieli – mówi Katarzyna Płaza, koordynatorka programu Szkoła na Roślinach.

Program **Szkoła na Roślinach** od kilku lat wspiera szkoły i przedszkola poprzez szkolenia, warsztaty oraz działania edukacyjne dotyczące żywienia zbiorowego. Do tej pory z programu skorzystały setki placówek z całej Polski, a przygotowane materiały stanowią uzupełnienie działań szkoleniowych i mają pomóc placówkom sprawnie wdrożyć nowe standardy żywienia od początku roku szkolnego.

[Fundacja ProVeg](#) realizuje również strategiczną koalicję „Jednym głosem dla roślinnych posiłków” z [Green REV Institute](#), w ramach której obie organizacje wspierają szkoły i przedszkola we wdrażaniu nowych standardów żywienia – łącząc praktyczne działania edukacyjne z działaniami rzeczniczymi na rzecz zmian systemowych.

### **Kontakt dla mediów**

Anna Targosz, Rzeczniczka Prasowa Fundacji ProVeg

[anna.targosz@proveg.org](mailto:anna.targosz@proveg.org)

+48 573 679 205

### **O Fundacji ProVeg i Szkole na Roślinach**

Fundacja ProVeg jest organizacją zajmującą się edukacją żywieniową i działającą na rzecz przyspieszenia transformacji globalnego systemu żywności poprzez zwiększanie dostępności i atrakcyjności żywności bogatej w składniki roślinne oraz alternatywnych źródeł białka.

Jako organizator programu „Szkoła na Roślinach” przekuwa wizję roślinnego żywienia w praktykę. Wyposaża szkoły i firmy cateringowe w gotowe narzędzia analityczne i edukacyjne, uczy personel kuchenny, jak gotować roślinnie i smacznie, oraz buduje świadomość żywieniową wśród społeczności szkolnych.

Więcej informacji o Szkole na Roślinach: <https://proveg.org/pl/szkola-na-roslinach>

ProVeg współpracuje z międzynarodowymi decydentami, rządami, producentami żywności, inwestorami, mediami i opinią publiczną, aby pomóc światu przekształcić się w społeczeństwo i gospodarkę mniej zależne od hodowli zwierząt, a bardziej zrównoważone dla ludzi, zwierząt i planety.

ProVeg posiada status stałego obserwatora w UNFCCC, jest akredytowany przez UNEA i otrzymał nagrodę ONZ “Momentum for Change”.