

Αξιότιμοι κ.κ. Διευθυντές/ντριες,

Με την έναρξη του Προγράμματος Σίτισης και Προώθησης Υγιεινής Διατροφής – **ΔΙΑΤΡΟΦΗ** στα σχολεία σας, θα θέλαμε να σας ενημερώσουμε σχετικά με τις διαδικασίες διανομής που προβλέπεται να ακολουθηθούν μέχρι το τέλος της τρέχουσας σχολικής χρονιάς και τον συνιστώμενο τρόπο φύλαξης των γευμάτων.

Κατά τη φετινή σχολική χρονιά, θα πραγματοποιούνται 2 διανομές την εβδομάδα. Και στις 2 διανομές θα λαμβάνονται γεύματα που θα καταναλώνουν οι μαθητές τις επόμενες ημέρες. Πιο συγκεκριμένα, κάθε Δευτέρα θα παραλαμβάνονται τα γεύματα που θα καταναλώνονται Τρίτη, Τετάρτη και Πέμπτη και κάθε Πέμπτη θα παραλαμβάνονται τα γεύματα που θα καταναλώνονται Παρασκευή και Δευτέρα, εκτός αν υπάρξει νεότερη ενημέρωση. Ιδιαίτερη μέριμνα λαμβάνεται στο σχεδιασμό του διαιτολογίου, έτσι ώστε να μην υπάρχει ουδεμία επίπτωση στην υγιεινή & ποιότητα των προς διανομή γευμάτων. Λαμβάνοντας υπόψη τα απαραίτητα μέτρα υγιεινής και ασφάλειας, θα θέλαμε να σας ενημερώσουμε ότι όλα τα προϊόντα του Προγράμματος έχουν παρασκευαστεί με υψηλές προδιαγραφές και όλα θα βρίσκονται εντός συσκευασίας, έτοιμα προς κατανάλωση από τους μαθητές. Ωστόσο κάποια από τα τρόφιμα αυτά θεωρούνται ευαλλοίωτα ή περιέχουν ευαλλοίωτα συστατικά και θα πρέπει να φυλάσσονται εντός ψυγείου.

Στους επισυναπτόμενους Πίνακες περιλαμβάνονται αναλυτικά τα τρόφιμα που θα πρέπει να φυλάσσονται στο ψυγείο, καθώς και τα γεύματα τα οποία δεν χρειάζεται να γίνεται αποθήκευσή τους στο ψυγείο και μπορούν διατηρηθούν σε ξηρό και δροσερό χώρο μακριά από την άμεση έκθεση στην ηλιακή ακτινοβολία. Συνιστούμε οι εν λόγω Πίνακες να είναι μονίμως κολλημένοι στο ψυγείο ή πλησίον αυτού, ώστε να διευκολύνεται η όλη διαδικασία.

Τα γεύματα που θεωρούνται ευαλλοίωτα όπως πίτες, πίτσες ή σάντουιτς, κέικ και γαλακτοκομικά θα πρέπει κατά την παραλαβή τους από τους υπευθύνους των σχολείων, να τοποθετούνται άμεσα στο ψυγείο μέχρι και τη διανομή τους στους μαθητές. Η θερμοκρασία του ψυγείου θα πρέπει να είναι ρυθμισμένη μεταξύ 0°C και 5°C. Αντίθετα, τα προϊόντα που δεν περιέχουν ευαλλοίωτα συστατικά, όπως φρούτα ή αρτοσκευάσματα (σταφιδόψωμο, μουστοκούλουρο, κριτσίνια) δεν είναι απαραίτητο να παραμένουν στο ψυγείο έως την τελική διανομή τους στους ωφελούμενους μαθητές. Επομένως, τέτοια τρόφιμα με μη ευπαθή συστατικά μπορούν να φυλάσσονται σε χώρο ξηρό και καθαρό, απομονωμένο από υγρασία, έντομα και μακριά από πηγές θερμότητας όπως καλοριφέρ ή άμεση έκθεση στην ηλιακή ακτινοβολία.

Τέλος, συνιστούμε να υπενθυμίζεται συχνά στους μαθητές η σημασία του να πλένουν τα χέρια τους ή εναλλακτικά να χρησιμοποιούν αντισηπτικό διάλυμα πριν την κατανάλωση των γευμάτων. Η κατανάλωση των διαθέσιμων γευμάτων ανά ημέρα θα γίνεται σύμφωνα με τη σειρά που περιγράφεται στο αποσταλέν από το Ινστιτούτο εβδομαδιαίο διαιτολόγιο.

Για οποιαδήποτε περαιτέρω διευκρίνιση, στη διάθεσή σας.

Η Επιστημονική Ομάδα του Προγράμματος Σίτισης & Προώθησης Υγιεινής Διατροφής

ΠΙΝΑΚΑΣ ΜΕ ΤΡΟΦΙΜΑ ΠΟΥ ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΦΥΛΑΣΣΟΝΤΑΙ ΕΝΤΟΣ ΨΥΓΕΙΟΥ

ΤΡΟΦΙΜΑ ΕΝΤΟΣ ΨΥΓΕΙΟΥ
Γάλα
Γιαούρτι
Ημισκληρο τυρί
Όλων των ειδών οι πίτες
Όλων των ειδών οι πίτσες
Σάντουιτς
Κέικ
Ψωμί του τοστ

ΠΙΝΑΚΑΣ ΜΕ ΤΡΟΦΙΜΑ ΠΟΥ ΔΙΑΤΗΡΟΥΝΤΑΙ ΕΚΤΟΣ ΨΥΓΕΙΟΥ

ΤΡΟΦΙΜΑ ΕΚΤΟΣ ΨΥΓΕΙΟΥ*
Μουστοκούλουρο
Σταφιδόψωμο
Κριτσίνια
Φρούτα (εκτός αν είναι υπερώριμα)

** Φυλάσσονται σε καθαρό, απαλλαγμένο υγρασίας, εντόμων & δυσάρεστων οσμών χώρο, μακριά από πηγές θερμότητας όπως καλοριφέρ ή έκθεση στην ηλιακή ακτινοβολία.*