

## PARADICSOMLEVESTŐL A FÜRJTÓJÁSIG

A GYERMEKÉTKEZTETÉS NÉPRAJZI VIZSGÁLATA BUDAPESTI PÉLDA  
NYOMÁN

A nemzetközi és a hazai médiában is ma a legnagyobb érdeklődést kiváltó és egyben leginkább vitatott témák egyike az étkezés és az ételek egészségmegőrzésben játszott szerepe.<sup>1</sup> Különösen nagy figyelmet kap e tekintetben a gyermek közétkeztetés helyzete. A legtöbb diáknak, szülőnek van valamifajta személyes tapasztalata a közétkezésről, de ezek többnyire általánosítva, negatív emlékként fogalmazódnak meg, életkortól függetlenül.<sup>2</sup> Fölmerül a kérdés: mi lehet az oka a kialakult általános vélekedésnek? A közétkeztetést az elmúlt ötven évben már többször igyekeztek megújítani, a megítélése mégsem lett jobb. Jelenleg is zajlanak változások a gyermekétkeztetés szinte minden területén, melyeket tudományos kutatásokra alapoznak. A megoldandó problémák nagyon sokrétűek. Tisztiorvosi ajánlások, minisztériumi rendelet igyekszik a szolgáltatás eddig meghatározatlan jogi kereteit körülírni. Az élelméztudományi hatóságok felméréseket készítettek, melyekből nem a legjobb kép rajzolódik ki az óvodai, az iskolai menzák<sup>3</sup> nyújtotta színvonalról. Megnőtt a túlsúlyos, kövér gyermekek száma az utóbbi 20 évben; és jelentős az éhezõ, minőségi éhezõ gyermekek aránya is. A menzán kínált ételekből ugyanakkor nagyon sok hulladékként kárba vész. Mindezen problémák egyik forrásaként a közétkeztetés rendezetlen törvényi háttérét, másrészt – a magyarázatként leg-többször kiemelt, de senki által nem vizsgált kérdést – a családok hétköznap-i étkezési szokásainak változásait jelölik meg. A menzákra vonatkozó eddigi felmérésekben – melyek elsősorban az ételekre fókuszáltak –, a megoldások keresésében kevés teret kaptak a társadalomtudományi vizsgálatok. Az alkalmazott néprajzi kutatási eredményeknek a közétkeztetés-fejlesztésben való felhasználására eddig nem volt példa.<sup>4</sup> Jelen tanulmány célja főként az, hogy

<sup>1</sup> A tanulmány megírását az MTA Bolyai Ösztöndíj támogatta. A szerző az MTA BTK Néprajztudományi Intézet főmunkatársa.

<sup>2</sup> A tanulmány bevezetőjeként filmfelvételek a mai helyzetről: *Teri néni is megette, te sem fogsz belehalni. Egy hét a menzán 2010-ben.* [http://index.hu/video/2010/01/13/menza\\_egyben/](http://index.hu/video/2010/01/13/menza_egyben/) – utolsó letöltés: 2014. augusztus 30.

<sup>3</sup> A tanulmányban a közétkeztetés szinonimájaként a menza (latin eredetű szó, mensa, jelentése étkezőasztal, étel, étkezés, közös étkező) szót használom, bár egyes forrásokban újabban a közösségi étkeztetés kifejezés is megjelent, hasonló jelentéssel. A menza történetéről röviden lásd: MARTOS – LUGASI, 2012, 119–122.

<sup>4</sup> Skandináv példa, ahol doktori program is épült erre: a Lundi Egyetem az alkalmazott néprajzi kutatásokat felhasználva működik együtt a szolgáltatókkal, az élelmiszeriparral. Lásd: ETN, 2008.

kiemelje azokat a pontokat a közétkeztetés rendszerén belül, melyek eddig kevésbé voltak hangsúlyosak, nem tudatosultak, nem képezték részét a hatósági vizsgálatoknak. A néprajzi szemléletű kutatás révén lehetőség nyílt a nézőpontok árnyaltabb megismerésére (lásd például: SYLOW, 2008; JÖNSON, 2008, 2012). Így például vizsgálandó téma az étkezések és a közösségi élet kapcsolata; az étkezési szokásoknak a szocializációban, egészségtudatosságban betöltött jelentősége; az alapanyagok, ételek ismerete; a piackutatáshoz hasonlóan a fogyasztói preferenciák feltérképezése, az ételek szimbolikus szerepe, jelentése a társas kapcsolatok szintjén.

A közétkeztetésben ma Magyarországon 1,2 millió gyermek vesz részt a bölcsődétől a középiskoláig, ezen kívül ebbe a kategóriába tartozik a kórházi étkeztetés, a szociális intézményekben élők és az egész napos szociális ellátásban részesülők, valamint az állami, önkormányzati táborokban pihenők étkezése is. A tanulmány nem vállalkozhat az adott keretek között a probléma teljes mélységű feltárására, annak csupán első lépése, kísérlete lehet. Eszközül szolgál ehhez egy nem túl nagy mintavételű, egy óvodát és egy általános iskolát bemutató, a menzán folyó étkezéseket leíró esettanulmány, melynek segítségével a táplálkozáskultúra felől megközelítve elemezhető annak működése. Ezzel egy időben a közétkeztetésben fogyasztóként megjelenő gyermekek családjainak étkezési szokásairól is képet alkothatunk. A menzák és a családok párhuzamos vizsgálata a gyermekek napi étkezésének bemutatását teszi lehetővé. Ezek az adatok az élelmezéstudományi vizsgálatok eredményeit árnyalják, kiegészítik.

### Feltett kérdések

Az élelmezéstudományi hatóságok által készített felmérések – ezeket később részletesen bemutatom – a felmerülő kérdéseknek csak egy részét tudják megválaszolni a vizsgálat sajátosságából adódóan. Eredményeik csupán érzékeltetik például azt a fontos ténytet, hogy a közétkeztetésben fogyasztóként megjelenő gyermeklétszám az 5. osztálytól rohamosan csökken,<sup>5</sup> de a miértre nem kaphatunk tőlük választ. Pedig ma – az elmélet szintjén – az iskolai menzák kínálhatnák a korosztályos tápanyagszükségletet leginkább kielégítő, szakemberek által kontrollált étrendet. De nem jut el, vagy csak egy – létszámában folyamatosan

---

<sup>5</sup> 2008-ban az 1 millió tanuló fele ebédelt az iskolákban. A közétkeztetést igénybe vevők számaránya 2008-ban: 1–4. évfolyamon 90%, 5–8. évfolyamon 47%, 9–12. évfolyamon 20% volt. ORSZÁGOS ISKOLAI MENZA KÖRKÉP, 2008. 2013-ban 1,2 millió tanulóól a közétkeztetést igénybe vevők számaránya: 1–4. évfolyamon 87%, 5–8. évfolyamon 63%, 9–12. évfolyamon 27% volt. ORSZÁGOS ISKOLAI MENZA KÖRKÉP, 2013.

csökkenő – kis csoporthoz jut el a gondosan elkészített étel. A válasz valahol nagyon egyszerű: 5. osztálytól már nem „kötelező” – bár törvényileg a fiatalabb korosztálynak sem az a napközi mellett – az étkezés befizetése. A kérdés tehát az, hogy miért nem vonzó a menza a nagyobbaknak? Miért mondanak le erről a kényelmi szolgáltatásról? Mit és hol étkeznek délben? Az élelméztudományi vizsgálatok másik fontos megállapítása a levesekre vonatkozik: a keletkező élelmiszerhulladék nagy részét a leves teszi ki. Miért kerül a bevezetőfogás a moslékba? Kutatásom egyik kulcskérdése, hogy mik lehetnek azok a kisgyermek-kori tapasztalatok, melyek – feltételezhetően a kamaszok részben elutasító döntéseinek előzményeként – összegyűlnek a menzáról. A másik, a tanulmány több pontján visszatérő vizsgálati téma a többi ételosztálytól most eltekintve egyedül a levesek helye, szerepe az iskolai menzán és a családi étkezéseken. A minisztériumi szinten megfogalmazott reformok célkitűzéseinek hatékony megvalósítása szempontjából fontos lenne, hogy minél több gyermek számára vonzó legyen a menzai étkezés. A megoldás kereséséhez a jelen dolgozat problémafelvetései is hozzájárulhatnak az esettanulmány tanulságai révén.

### A kutatás helyszíne, menete

A kutatás helyszínéül egy budapesti óvodát és általános iskolát választottam, melyeket ugyanaz a szolgáltató lát el, és a beiskolázási körzetük is egybe esik.<sup>6</sup> A kutatás céljának megfelelően a vizsgálati csoport mérete elegendő ahhoz, hogy kiindulópontként szolgáljon egy esettanulmányhoz (az iskola létszáma 472 fő, ebből menzán étkezik 356 fő). A kutatási helyszín kiválasztásában személyes okok is közrejátszottak: az óvoda és az iskola körzete által lehatárolt, a vizsgálat kereteit adó közösségnek magam is tagja vagyok. Ez a tény kapcsolati, bizalmi tőkét, előzetes információk tömegét jelenti számomra kutatóként. A személyes megfigyeléseimet nagyban segítette, hogy mind az óvoda, mind az iskola működését régóta ismerem a közösség tagjaként, és így sok finom részlet, az időbeli változások is láthatóvá váltak számomra. Az adatközlők részéről könnyebben elfogadható volt egy kutató, aki nem az élelméztudományi vagy az egészségügyi hatóságokat képviseli, így néhány olyan információt is megtudtam, melyeket más körülmények között szinte biztosan elhallgattak volna.

<sup>6</sup> A vizsgálat mélysége és időtartama nem tette lehetővé, hogy a kiválasztott közösség szociális, anyagi háttérét is bevonjam szempontként, ez a fajta megközelítés a későbbiekben árnyalhatja a menza igénybevételére vonatkozó megállapításokat társadalmi csoportonként.

A kutatás elsősorban a jelenre koncentrált. A terepmunka első szakaszát 2013 tavaszán végeztem, majd az intézményekben a felméréseket és a résztvevő megfigyelést 2014 májusában megismételtem. A jelenre vonatkozó megállapítások ezt a két évet fedik le. Ez az időszak fontos változásokat hozott a menzák működése szempontjából: az oktatási intézmény fenntartója megváltozott, az önkormányzat helyett az állam vette át őket; az étkeztetésre vonatkozó tisztifőorvosi ajánlások helyett pedig egy kötelező érvényű, a közétkeztetés egészségét érintő, táplálkozás-egészségügyi előírásokat tartalmazó minisztériumi rendelet lépett életbe 2014. áprilisban (7/2014. /IV. 30./ EMMI rendelet). A felmérés első éve még az átmenet előtti állapotokat rögzíti, míg a második évben a rendelet bevezetése is megkezdődik a tervek szerint.<sup>7</sup>

A táplálkozástudomány hagyományos témáitól, helyszíneitől a jelen, alkalmazott néprajzi kutatás valamelyest eltér, a vizsgálat látókörét kibővítve elsősorban a jelenre, a városi környezetre koncentrált. Célja nem elsősorban a tudományos eredmények tárának bővítése, hanem a néprajz, a táplálkozástudomány társadalomtudományi szemléletű kutatási tapasztalatainak a segítségével a menza működésbeli problémáinak körvonalazása. A középpontba maga az étkezés kerül, melynek keretei (helye, időpontja, szereplői), felépítése, szabályai kulturálisan meghatározottak (WIEGELMANN, 1971), akkor is, ha a helyszín egy közintézmény. A kutatást nem valamely résztvevő (az iskola, a szolgáltató, a szülői közösség) kérése, csupán az én szakmai érdeklődésem hívta életre. Éppen ezért az adatok feldolgozása, közzététele során nem pontosítom sem a helyszínt, sem a szereplőket, ezzel is a tanulmány kísérleti jellegét hangsúlyozom, az adatközlőket csak foglalkozásukkal jelölöm. A témát át- meg átszövi a helyi politika, valamint a gazdasági és pénzügyek,<sup>8</sup> ezekre a pontokra viszont a tanulmány a jelen keretek között szándékosan nem tér ki, még akkor sem, ha a kérdések egy része emiatt nyitott marad.

A kutatásban a válaszok keresésének eszköze a közétkeztetés köré épült intézményi szokások mindennapjainak „sűrű leírása” és az óvodai, iskolai életben, a társas kapcsolatokban betöltött szerepük kvalitatív elemzése, értelmezése volt, amely mint megközelítési módszer nem ad azonnali megoldást a problémákra, de segítheti a megfelelő lépések kidolgozását.

A téma összetettsége miatt többféle forrást használtam. A legtöbb információhoz a részben irányított interjúk révén jutottam.<sup>9</sup> Interjút készítettem a következő

<sup>7</sup> A tanulmány írásakor a bevezetésre vonatkozó utolsó adatok: a közétkeztetői szakma kérésére 2015. januárig kitolódik a rendelet életbe léptetése, mert több felkészülési időre van szükségük. Az élelmezésvezetők kritikai megjegyzéseihez lásd: NEBEHAJ, 2014a.

<sup>8</sup> A terepmunkám során számos esetben kaptam azt a választ kérdéseimre, hogy ezt ne írjam meg, ezt ne vegyem diktafonra, ezt meg majd csak a választások után hozzam nyilvánosságra.

<sup>9</sup> Több hatósági engedélyt is be kellett szereznem, hogy a közétkeztetés résztvevőivel interjúkat készíthessek. A kutatás tényét többnyire érdeklődéssel fogadták a hivatalok, a szolgáltató is, sok segítséget kaptam mindenkitől, melyet ezúton is köszönök. Az oktatási

személyekkel: a választott óvoda vezetőjével és két óvodapedagógussal; a választott iskola igazgatónőjével, két tanítónőjével, az iskolai konyha személyzetével, a büfé tulajdonosával; a közétkeztetési szolgáltató cég helyi menedzserével, a konyha fősfőjével és élelmezésvezetőjével; az OÉTI főosztályvezetőjével; két másik gyermekétkeztetési cég mesterséfőjével és vezetőjével; egy független szakáccsal; 9 családdal, akik az érintett óvodával, iskolával állnak kapcsolatban.

A fogyasztói oldal véleményének a megragadásához a 2012/2013. és a 2013/2014. tanévben is kérdőíves vizsgálatot végeztem a kiválasztott iskolában. A tanulók körében kitöltött kérdőív elsősorban az egyéni ízlést, választásokat igyekezett feltárni, míg a szülői válaszok a családi háttérre is kitértek.<sup>10</sup> A vizsgálati eredmények sok szubjektív elemet tartalmaznak, ugyanakkor a fogyasztási szokások tendenciáit is érzékeltetik. A reprezentatív mintába a tanulók 20%-át, 89 és 94 főt vontam be, alsó és felső tagozatból egyaránt 2–2 teljes osztályt. A gyermekek véleményeit kiegészítik, pontosítják, árnyalják a hasonló arányban kitöltött szülői kérdőívek is. A továbbiakban a megállapításaim ezen a mintavételen alapulnak, amely méretét, kétéves időtartamát tekintve alkalmas az iskolai étkezésre vonatkozó fogyasztói vélemények, meglátások, javaslatok érzékeltetéséhez az adott intézményben, az adott szolgáltató által kínált ételekre vonatkozóan. A számszerűsített adatok mellett a résztvevő megfigyelés során tapasztaltak és az adatközlőim szavai nyomán végigkövethetjük az egyes étkezések menetét. Az eddigi menzavizsgálatokban is szerepeltek olyan megállapítások, melyek a gyerekek fogyasztási szokásaira vonatkoztak, de az egyéni ízlés, a preferenciák, vélemények nem kerültek középpontba; sőt az adatközlőim közül többen úgy vélték: „*azzal nem kell foglalkozni*”. Pedig a hosszú távon is fenntartható eredmények, a tudatos fogyasztóvá válás ezen is múlhat.

### Menzák és megújítási kísérletek a világban

A magyarországi gyermekétkeztetés részletes tárgyalása előtt érdemes áttekinteni néhány nemzetközi példát<sup>11</sup> arra vonatkozóan, hogy milyen szerveze-

intézmények fenntartói változtak időközben, a feladatokat újraosztották, így a 2013 tavaszán kézhez vett engedélyek, a kutatáshoz való hozzájárulások a következő tanévre érvényüket veszítették, a teljes eljárásort meg kellett ismételnem. A 2013 őszén életbe lépett, az iskolák életét átalakító átszervezés miatt nehézkessé vált a munka. Egy olyan egyszerű kérdésre például, hogy hány gyermek étkezik az adott hónapban a menzán 4 levelet kellett írnom, és az iskolai gazdasági ügyeket intéző hivatalnál több mint két hónapot kellett várnom a válaszra, melyet előző évben még az iskolatitkár azonnal meg tudott adni.

<sup>10</sup> A kérdőív kérdései első körben azokra a tételre vonatkoztak, melyek az OÉTI országos felmérés pontjainak feleltethetőek meg, másrészt a szervezett kereteken kívül eső táplálkozási szokásokat körvonalazza.

<sup>11</sup> A menzai ételekről fotók sora készült a skót Martha Payne felhívására: <http://neverseconds>.

ti keretek között működik a menza más országokban, illetve milyen korszerű megújítási tervek születtek a bevezetőben már vázolt hasonló problémákra (fenntarthatóság, egészségvédelem).<sup>12</sup>

A legismertebb menza megújítási program az Egyesült Királysághoz, Jamie Oliver nevéhez fűződik.<sup>13</sup> Az iskolai étkeztetés átalakításához az angol kormány a „Feed me better” és a „Turning the tables” program keretében többszáz millió fontot fordított a fenntartható közétkeztetési politika kidolgozására, az egészségtelen menzai ételek megváltoztatását célzó kampányra. A sztárséf bevonásával a céljuk az volt, hogy az újszerű iskolai étkezések révén az iskola befejezésére tudatos fogyasztóvá váljanak a gyerekek. A program azonban csak részsikereket ért el, a szolgáltatók gazdasági érdekeit sértette, az egészséges ételeket pedig a szülők és a diákok az iskolák jelentős részében tiltakozásként a kukába dobták. Az első hónapok csatái után azonban lecsendesedtek az indulatok, a gyerekek megkóstolták, megszokták az újfajta menüt. A változások elfogadtatásához azonban idő és minden érintett értő együttműködése volt szükséges.

Skócia<sup>14</sup> egy tartományában (MORGAN – SONNINO, 2007; 2008, 11.) 2002-ben öt helyi termelő és két felvásárló bevonásával indult program az általános iskolások számára, melynek célja az volt, hogy a gyerekeket összekösse az élelmiszerek forrásával, hogy megtanítsák, honnan származnak az élelmiszerek. A mediterrán étkezés szabályai szerint új menüt állítottak össze számukra, friss, feldolgozatlan alapanyagokra alapozták a gyermekétkeztetést. A programba bevonták a helyi gazdálkodókat és a konyhák dolgozóit is, innovatív élelmiszermínőségi kritériumrendszert dolgoztak ki. Erre a forrásra alapozva az ételek 90%-a élelmiszeripari feldolgozó-folyamatok nélkül, frissen került a tányérra. A beruházás ösztönzőleg hatott a helyi gazdaságra, csökkentek a kiadások, mert csökkent az élelmiszerszállítás, csomagolás, hulladék stb., azaz a food miles mennyisége. A közösségen belül mind a gyerekek, mind a szülők elégedettek voltak, a döntő többség szerint a menza menüje jobb ízű lett.

---

blogspot.hu/ – utolsó letöltés: 2014. augusztus 30.; <http://aztadom.co/fun/2842832> – utolsó letöltés: 2014. február 2.; továbbá <http://www.hotdog.hu/news/erdekesssegek-es-furcasagok-szerte-a-nagyvilagbol/ilyen-a-suli-menza-a-vilag-varosaiban-ezt-esziktarsaid-a-fold-tavoli-pontjain> – utolsó letöltés: 2014. február 2.

<sup>12</sup> 2005-ben nemzetközi konferencia tekintette át a legfőbb gondokat a gyermekétkeztetés és az egészségügyi problémák összefüggéséről. Lásd: HADEN, 2006. Az egészségtudatos fogyasztóvá váláshoz elengedhetetlen az étkezési kultúra iskolai tananyagba való beépítése is. Lásd: ARNAIZ, 2009.

<sup>13</sup> <http://www.jamieoliver.com/us/foundation/jamies-food-revolution/schoolfood/getthefacts.pdf> – utolsó letöltés: 2014. január 15.

<sup>14</sup> Martha Payne blogja alapján lásd még: <http://neverseconds.blogspot.hu/> – utolsó letöltés: 2014. augusztus 18.



Olaszország<sup>15</sup> a mediterrán diéta hazája, melyet a közétkeztetésbe is bevezetettek 1986-tól egyes városok önkormányzatai (MORGAN – SONNINO, 2008). A helyben megtermelt biotermékek törvényi védeltséget és előnyt élveznek, a büfék több mint felében és 500 iskola konyháján kizárólag ezeket használják. A kulcskérdés pedig a beszerzés: a kedvező jogi háttér mellett a megrendelők a legjobb ajánlat elvét az élelmiszer-minőségi kritériumok mentén értelmezik, és folyamatos élelmiszerhatósági ellenőrzést biztosítanak. Rómában 2001-től a közétkeztetői pályázatok elbírálásakor az ár mellet nagyon fontos szempont lett többek között a bio- és eredetvédett termékek használata, a gasztró-kulturális ismeretterjesztés is. A szolgáltatások árát társadalmi csoportonként differenciálják. A fel nem használt élelmiszereket pedig jótékonyági szervezeteknek osztják szét.

Svédország menzái igen vonzóak: a gyermekétkeztetés ingyenes mindenkinnek, azt az önkormányzatok finanszírozzák.<sup>16</sup> Az alapoktatás és a diákok étkezésének megszervezése is az ő feladatuk, nem nagy főzőkonyhákban gondolkodnak, hanem minden iskolának saját szakácsnői vannak, akik a tanárokkal is együttműködnek. Igyekeznek elsősorban a helyi és egyre inkább bio, organikus alapanyagokat felhasználni. A kínálatra és a minőségre vonatkozó kormányzati szintű szabályozás, elvárások példaértékűek: legalább kétféle menü és vegetáriánus étel közül választhatnak, emellett állandó kínálat a többféle zöldség, saláta, öntet külön saláta-asztalon (7–8 féle friss, darabolt-lereszelt zöldség, melyet mindenki maga válogat össze), barna kenyér, vaj, sajt, italként tej és ivóvíz. Előírás hogy a vörös hús, a szárnyas és a hal egyenlő arányban szerepeljen a menüben, továbbá hogy a tányérra kerülő ételnek fele legyen zöldség, negyede szénhidrát és negyede fehérje. Elvárás továbbá, hogy az ebéd ne csak tápláló, de változatos is legyen. Kívánság-hetet is tartanak néha. Keresve a változatos-ságot, előfordult, hogy más etnikumhoz tartozó szakácsot is alkalmaztak, vagy fél éven át téma-napokat iktatnak be, amikor a hét egy napján más-más nemzet

<sup>15</sup> A mediterrán konyhán is meghatározó azonban az étkezés szervezése, környezete. A gyermekkori túlsúlyosság globális probléma, amely részben a kedvezőtlen családi étkezési szokásokra vezethető vissza, szoros összefüggésben a családok anyagi helyzetével. Ciprusi példaként lásd: MATALAS – LAZAROU – B. PANAGIOTAKOS, 2012.

<sup>16</sup> Svéd és hasonló dán menzákról, illetve további európai példákról tájékoztat a WHO 2013-as jelentése, ahol a hosszú távú egészségtudatos gyakorlati nevelés a menza legfőbb jellemzője: [www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0017/232505/e96926.pdf](http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0017/232505/e96926.pdf) – utolsó letöltés: 2014. február 2.; Menü és képek egy svéd iskolából: <http://www.168ora.hu/dolcevita/a-menza-ha-sved-85934.html> – utolsó letöltés: 2014. február 2.; de ezt is el lehet rontani: <http://antalvali.com/hirek/parancsra-rosszabb-a-menza-egy-sved-iskolaban.html> – utolsó letöltés: 2014. február 2. A skandináv menzák működése, az étkezés kultúrája, a lokális gazdasággal való kapcsolat és az egészségtudatosságra való gyakorlatorientált oktatás ma kiemelkedő társadalomtudományi kutatási téma a götterborgi egyetemen (BARBRO, 2009) és a koppenhágai egyetemen is (MIKKELSEN, 2013, 2014) egymással szoros együttműködésben. Továbbá: ROOS, 2012.

ételét kínálják. Fél évre előre minden diák megkapja a menüt, ott van az iskolai honlapon, s az újságban. Hosszútávon ezeknél is nagyobb a jelentősége azonban, hogy a gyerekeket nem csak fogyasztónak tekintik: az iskolai oktatási anyagban, elsősorban a háztartási ismeretek keretében főzni is tanulnak, megismerkednek az alapanyagokkal, a tervezéstől a tálalásig a teljes folyamattal. A tanulók egymásnak főznek. A tanárok a tanulókkal együtt étkeznek, és az együtt töltött időt tudatosan a társas kapcsolatok építésére fordítják, ugyanis a gyerekek jelentős része más nemzetiségű. Az elmúlt évtized egyértelmű pozitív eredményeket mutat az egészségtudatos fogyasztóvá válás tekintetében ezen gyakorlatorientált módszerrel.

### Menzák Magyarországon

A magyarországi gyermek közétkeztetés jelenéről<sup>17</sup> a legszélesebb körű áttekintést az OÉTI (Országos Élelmezés- és Táplálkozástudományi Intézet) és az ÁNTSZ (Állami Népegészségügyi és Tisztiorvosi Szolgálat) intézetei által végzett felmérések adják. A jelen dolgozat célkitűzéseinek megfelelően itt most csak a közelmúltban lezajlott vizsgálatok vonatkozó megállapításait emelem ki, melyek meghatározóak voltak a közétkeztetés minisztériumi szintű rendeleti szabályozásának előkészítéséhez.<sup>18</sup>

2005–2006-ban egy reprezentatív budapesti kutatás elsősorban a gyermekkorban kimutatható táplálkozási kockázati tényezőkre koncentrált. Ezek közül is a „legsúlyosabb” probléma a felmérések alapján: a túlsúlyos, elhízott gyermekek aránya nagyon magas volt, az általános iskolások körében 26%, a középiskolások körében 16%. A gyermekek egészségmagatartásának formálására az iskolai közétkeztetést mint fontos színteret jelölték meg. A gyermekétkeztetés mint kiemelt vizsgálati téma a továbbiakban előtérbe került a hatóságok körében, és ennek hatására a sajtóban és a közösségi médiában is.

2008-ban 3099 általános és középiskola bevonásával készült átfogó felmérés (ORSZÁGOS ISKOLAI MENZA KÖRKÉP, 2008) az iskolák által biztosított étkezési lehetőségek, a menzák, az iskolabüfék, az étel-, italautomaták kínálatáról.<sup>19</sup> Az OÉTI-ÁNTSZ felmérés célja továbbra is az volt, hogy felhívják a figyelmet

---

<sup>17</sup> A menzán kínált ételek egészségügyi kihatásairól, és arról, hogy egy gyermekorvos igazolással is távol tarja tőle betegeit lásd: NEBEHAJ, 2013a.

<sup>18</sup> Országos Élelmezés- és Táplálkozástudományi Intézet a közösségi étkezést 1977 óta vizsgálja átfogóan, elsősorban az egészségvédelem szempontjai szerint, javaslataik alapján képezik a törvényi szabályozásoknak. Az intézet működéséről, történetéről lásd: MARTOS – LUGASI, 2012.

<sup>19</sup> A felmért iskolák 92%-ában volt menza, máshol szervezett formában oldották meg az étkezést, de az intézmények 5%-ában nem volt lehetőség helyben étkezni. Az iskolák felében működött büfé, ez a szám Budapesten magasabb, ott 70% volt.



azokra a kockázati tényezőkre, melyek az egészséget károsan befolyásolják. A megállapításaik a közétkeztetés egységes szabályozási hátterének hiányát emelték ki elsődleges problémaként. „Az elvégzett vizsgálatokból kitűnik, hogy sem az étkezés körülményei, sem a feltálatott ételek mennyisége és minősége nem felelt meg sok helyen az egészséges táplálkozás irányelveinek.” (ORSZÁGOS ISKOLAI MENZA KÖRKÉP, 2008, 15.) A közétkeztetés terén számos ponton találtak hiányosságokat, így például az ivóvízhez való hozzáférést, a korosztályonként eltérő, szakember által ellenőrzött étlaptervezést, adagolási útmutatót, a friss gyümölcs- és zöldségfelhasználás mértékét, a korszerűtlen ételkészítési technológiákat.<sup>20</sup> A vizsgálat eredményei után központi kérdéssé vált a közétkeztetés megújítása, a jogi, gazdasági háttér átalakítása az egészségügyi kockázati tényezők csökkentése érdekében.

2009-ben hasonló felmérést végzett az OÉTI és az ÁNTSZ az óvodák körében is (ORSZÁGOS HELYZETKÉP AZ ÓVODAI KÖZÉTKEZTETÉSRŐL, 2009). 948 intézmény vizsgálata után megállapításuk hasonlóak, mint az iskoláknál: „...sem minőségében, sem mennyiségében nem felel meg a követelményeknek.” (ORSZÁGOS HELYZETKÉP AZ ÓVODAI KÖZÉTKEZTETÉSRŐL, 2009, 3.) Problémás, hogy a gyerekek nem jutnak hozzá friss zöldséghez, gyümölcshöz naponta; az ételek sótartalma rendkívül magas; a folyadékpótlás egy része nem egészséges; az étrendek nyersanyagkiszabatában a tervezett és a kiadagolt ételek laboratóriumi vizsgálati eredményei néhol nagyban eltértek.<sup>21</sup> A nyersanyagkiszabat és az étlapok 10 napos ciklusát vizsgálva megállapították:<sup>22</sup> a húsfgyasztás 60%-kal

<sup>20</sup> Az illemhelyen kívüli ingyenes ivóvízhez való hozzáféréshez az intézmények 64%-ában volt csak mód! Az étlapok összeállítását elsősorban az ételmezésvezetők végezték – köztük szakképzéssel sem rendelkezők is –, dietetikust csak 10%-ban vontak be. Az étlaptervezés során a gyerekek korosztályos tápanyagigényét az iskolák 36%-ában vették figyelembe. Az egy főre jutó átlagos ételmezési norma 308 Ft, de ez nagy területi eltéréseket mutat az országon belül (minimum 100 Ft, maximum 770 Ft). Az egyes ételkészítési gyakorlatok gyakorisága az étlapok kéthetes ciklusa alapján: az iskolák 27%-a csak 0–3 alkalommal használt friss zöldséget; 50%-uk egyszer sem kínált teljes kiőrlésű gabonafélét; 17%-uk legalább hetente kétszer használt sütőzsiradékot. Az intézmények 84%-a nem tudott megfelelni a diétás (tej- vagy gluténmentes étrend) étkezésre vonatkozó igényeknek. A büfék kínálatában nagyon magas volt a szénsavas cukrozott üdítőitalok aránya, 25%-uk árult energiatajtalt is.

<sup>21</sup> További részletek a felmérésből: a vizsgált óvodák 76%-ában tálalókonyha, 24%-ában helyben működő főzőkonyha volt. Az étlaptervezés során a konyhák 49%-ában végeztek tápanyagszámítást. Az ételmezésvezetők 15%-a nem rendelkezett szakirányú végzettséggel. Ahol nem csak óvodásoknak főztek, ott is csak a konyhák felében volt nyersanyagkiszabat az óvodás korcsoport számára. A napi háromszori étkezés biztosítására a napi nettó nyersanyagnorma átlagosan: 259 Ft (minimum 200 Ft).

<sup>22</sup> A húsételek között 60–40%-ban vörös húsokat használtak föl, volt olyan intézmény, ahol a cikluson belül csak háromszor szerepelt húsétel; hal átlagban egy alkalommal, halrúdként. Bár a felhasznált hús mennyisége meghaladta átlagban a javasolt értéket, de az ételek vastartalma alig fele volt az ajánlottak! Tejből, tejtermékből az ajánlott mennyiségnek csak a 75%-át adták, volt rá példa, hogy 10 nap alatt csak kétszer szerepelt tej vagy tejtermék. A javasolt kalciumfgyasztás 75%-át fedezi mindez. Kenyérből, péksüte-

több mint az ajánlás, és főként vörös húsokat használtak fel, nagyon alacsony ugyanakkor a halfogyasztás. A javasolt mennyiségnél 25%-kal kevesebb tej, tejtermék szerepelt; nagyon magas a szénhidrát-fogyasztás, ellenben a friss gyümölcs, zöldség mennyisége 14%-kal elmaradt az optimálistól. Sok intézménybe a szülők vittek be zöldséget, gyümölcsöt. A napi háromszori étkezésen tálalt ételek (tízórai, [azaz nem reggeli], ebéd és uzsonna, tehát az ajánlott napi étkezések 65%-a) sótartalma rendkívül magas volt: több mint háromszorosa a javasolt napi mennyiség 65%-ának.<sup>23</sup>A napi étrendek 35%-a nem felelt meg a tápanyagtartalomra vonatkozó elvárásoknak. Diétás ételeket a szolgáltatók fele tudott biztosítani a rászorulóknak.

2011-ben tisztiorvosi ajánlásokat (AZ ORSZÁGOS TISZTIFŐORVOS AJÁNLÁSA, 2011) fogalmaztak meg a korosztályos tápanyagigényeknek megfelelően. Ezt azonban a szolgáltatóknak csak egy része vette magára is érvényesnek, nem kérhették számon rajtuk. A hatása azonban a következő országos felméréskor már érzékelhető volt.

2013-ban megismételték a felméréseket reprezentatív mintán mind az iskolákban (ORSZÁGOS ISKOLAI MENZA KÖRKÉP, 2013), mind az óvodákban (ORSZÁGOS HELYZETKÉP AZ ÓVODAI KÖZÉTKEZTETÉSRŐL, 2013). A korábbi vizsgálati szempontok mellett például ételfotókat is készítettek, az étel külleme és a keletkező hulladék mennyiségének dokumentálására, illetve a kutatás kiterjedt a szülői véleményekre is. Az iskolákra vonatkozó kiemelt megállapításaik egy része pozitív, más része negatív tendenciákra utal. A menü összeállításakor a 2011-es ajánlásban foglaltakat a konyhák 76%-a igyekezett megvalósítani, az étlapokat többnyire az ételmezésvezetők állították össze, dietetikus felügyelete mellett. 2010 óta törvényi háttér biztosítja a lehetőséget a helyi kistermelői termékek beszerzésére,<sup>24</sup> ezt a főzőkonyhák fele tudta kihasználni. „Gyakrabban, de még mindig csak az iskolák felében, átlagban naponta egyszer kaptak nyers gyümölcsöt,<sup>25</sup> zöldséget a gyerekek. Az étrendbe beépültek a teljes kiőrlésű pékáruk, új zöldségek, bővült az ételkínálat. A napi nettó nyersanyagnorma átlagosan 27%-kal nőtt, 392 Ft-ra. A diétás étkeztetést az iskolák 66%-ban tudták megoldani. Kedvezőtlen viszont, hogy a napi háromszori étkezést nem minden iskola tudott biztosítani. Ivóvíz a mosdón kívül az iskolák felében állt

ményből 117%-ot, tésztából az ajánlott mennyiség 2,5-szeresét kínálták, volt ahol minden második nap szerepelt főtt tészta. Az óvodák 75%-ában sokszor fordult elő zsíros, tepertős, vajas, margarinos kenyér, szalonna és kolbász, volt ahol kétnaponta. Emellett szintén minden másnap volt nutellás, lekváros kenyér, keksz, sütemény. A napi háromszori étkezés össztömege nagyon eltérő adatokat mutat: minimum 530 g, maximum 1591 g, a háromszorosa! De ezen adatok a vizsgált napokon belül, ugyanazon intézményekben is eltérést mutatnak.

<sup>23</sup> A mért értékek: átlagban 6,9–7,4 g; minimum 3,5 g; maximum 13,1 g.

<sup>24</sup> 52/2010 (IV.30.) FVM rendelet.

<sup>25</sup> 2013-ban az általános iskolák 78%-a vett részt az Iskolagyümölcs programban. Ennek keretében nyers gyümölcsöt, zöldséget, gyümölcslevet kaptak.

rendelkezésre. Az ebéd elfogyasztására szánt idő nem elegendő.<sup>26</sup> Kevés tejet, tejterméket adtak a gyerekeknek. Az ételek sótartalma jelentősen meghaladta a korosztályos ajánlást. Az étrendek energiatartalma sokszor kevesebb az előírtnál. Az étrendek laboratóriumban mért és a nyersanyagkiszabot szerinti tápanyagtartalma közötti eltérés jelentős.<sup>27</sup> Az iskolai étel-, italautomatákban és a büfékben az egészségtelen élelmiszerek domináltak, az egészséges élelmiszerek kínálata csökkent.<sup>28</sup> A szülők 40%-a panaszkodott az iskolai étkezésekre a minőség, a mennyiség és a nem megfelelő higiénia miatt.

Az óvodáknál is történt előre- és visszalépés is a korábbiakhoz képest. A pozitív megállapítások egy része megegyezik az iskolák esetében ismertettekkel (több zöldség, gyümölcs, hal, teljes kiőrlésű pékáru, új ételek az étrendben, nagyobb hozzáférés a diétás ellátáshoz).<sup>29</sup> A napi nettó nyersanyagnorma nőtt 16%-kal, 300 Ft-ra, de a legkisebb és legnagyobb összegű norma között több mint négy és félszeres a különbség. 2009 óta csökkent azon konyhák száma, ahol helyben főzik az ételt (2009-ben 24%, 2013-ban 19%). Kedvezőtlen viszont, hogy a napi folyadékpótlás jelentős része nem megfelelő. Az ételek sótartalma még mindig háromszorosa az ajánlottnak. A tej és tejtermékek korábban is elégtelen mennyisége még további 15%-kal csökkent! Az ételek tápanyagtartalma a laboratóriumban mért és a tervezett értékek alapján jelentősen eltért. A szülők ötöde panaszkodott az óvodai étkezésre mind a minőséget, mind a mennyiséget tekintve. Kevesebben gondolták azt, hogy az óvodai közétkeztetés egészséges.

<sup>26</sup> Az ebéd átlagos időtartama 30 perc, de az iskolák harmadában alsó tagozaton, illetve 5–8., 9–12. évfolyamon ennél kevesebb idő jutott csak az étkezésre. Az iskolák 7%-ában 1–4. évfolyamon, 15%-ában a felsőbb évfolyamokon 15 percnél is kevesebb idő jutott az ebédre.

<sup>27</sup> Az étlap 10 napos ciklusának elemzése után megállapították: a húsételek között a vörös húsok, sertéshúsok domináltak, hal az iskolák 60%-ában egyszer sem volt. Tejből, tejtermékből a korosztályos szükséglet 58%-át tudták csak adni. Kenyér, péksütemény átlagosan naponta kétszer szerepelt, tészta az iskolák 43%-ában 10 nap alatt kétszer, de volt ahol ötször fordult elő! Az iskolák 63%-ában kaptak a gyerekek kenyeret, péksüteményt kis étkezésekre tej, tejtermék, gyümölcs, zöldség nélkül. Édességek, azaz lekváros, mogyorókrémes kenyér, keksz, édes péksütemény, sütemény átlagban minden második nap szerepelt, de volt ahol 8 alkalommal a 10 nap alatt. Minden tizedik iskolában előfordult, hogy 10 nap alatt egyszer sem adtak gyümölcsöt. A vizsgált ételek sótartalma nagyon magas volt, sok esetben már az ebédben lévő sómennyiség meghaladta a háromszori étkezésre vonatkozó ajánlott értéket.

<sup>28</sup> A büfék kínálatára 2005-ben az OETI ajánlást adott ki, ennek pozitív hatásai 2008-ban már érzékelhetőek voltak, 2013-ra viszont visszarendeződés volt megfigyelhető.

<sup>29</sup> Az óvodákban 10 nap alatt 8-szor szerepelt hús az étrendben, ennek közel fele fehér hús volt. Tejet átlagosan kétszer, tejterméket egyszer kínáltak, de volt ahol 10 nap alatt egyszer sem! A kenyér, péksütemény, tészta fogyasztása nem változott érdemben. Nyers gyümölcsöt, zöldséget átlagban kétszer annyit kaptak, mint 2009-ben. Az ételek sótartalma továbbra is nagyon magas volt: 6,7 g; de a legmagasabb napi érték 10,8 g, ötszöröse a korosztályos ajánlásnak. A kalcium- és vastartalom viszont messze elmaradt az optimálistól, a korábban mért adatokhoz képest is csökkent.

2013-tól a közétkeztetést a NÉBIH (Nemzeti Élelmiszerlánc-biztonsági Hivatal) is vizsgálja területi egységenként, így például a budapesti kerületek<sup>30</sup> több iskolájának ebédjét érzékszervi módszerekkel és laboratóriumban elemzik, ételfotókat készítenek róluk. A vizsgálat célja, hogy felhívja a figyelmet a gyermekétkeztetésre és a kedvezőtlen folyamatokra: a tálalókonyhákból eredő problémáktól az ételek külleméig. Mivel a vizsgálatok még folynak, így csak a fotókat, a beltartalomra vonatkozó számított és a mért laboreredményeket, a gyerekszempellel is észrevehető tulajdonságokat: látvány, íz, illat tudjuk áttekinteni. De nagyon tanulságosak ezek is: az ételek jó része az átlagos minősítést érte el, tehát javul a minőség, de a főzőkonyhákban a látvány és az íz még mindig nem szempont, az előírásoknak való megfelelési kényszer mellett ez elsikkad (NEBEHAJ, 2013b, 17.).

2014-ben minisztériumi szintű rendelet (37/2014 (IV. 30.) EMMI rendelet) lépett életbe, amely minden szolgáltatóra és minden oktatási intézményre általánosan érvényes kereteket ad a közétkeztetés több területén. A rendelet gyakorlati megvalósítására viszont a szolgáltatóknak külön föl kell készülni.<sup>31</sup> A rendelet kihirdetése után a médiában elsősorban a sófogyasztás csökkentését célzó intézkedések és a korszerűtlen konyhatechnológiai eljárásban készülő rántott hús hiánya kapta a legnagyobb figyelmet.<sup>32</sup>

A menzákra vonatkozó miniszteri rendelet<sup>33</sup> – magában foglalva a korábbi ajánlásokat is – az étrendtervezést is szabályozza: tíz nap az a ciklus, melyet vizsgálnak a hatóságok, például változatosság szempontjából, így kétszer tíz nap főétkezéseiben egy ételsor csak egy alkalommal fordulhat elő. A rendelet megadja korosztályonként a napi étkezéseken ajánlott nyersanyagkiszabatot. A kész ételekhez külön program segítségével, adatbázisok alapján készítik a tápanyagszámítást, mely az étlapra is felkerül. Napi háromszori étkezés szolgáltatása esetén a napi energiaszükséglet 65%-át kell biztosítani egy fő és két

<sup>30</sup> [https://www.nebih.gov.hu/szakteruletek/szakteruletek/elelmiszer\\_takaranybiztonsag/aktualitasok/gyermek\\_kozetkeztetes/budapest91.html](https://www.nebih.gov.hu/szakteruletek/szakteruletek/elelmiszer_takaranybiztonsag/aktualitasok/gyermek_kozetkeztetes/budapest91.html) – utolsó letöltés: 2014. augusztus 30.

<sup>31</sup> A rendelet, illetve előzményeként az ajánlások is a táplálkozás egészségügyi szempontjait helyezi mindenek elé, de az élelmezésvezetők és a dietetikusok által megfogalmazott egyik jelentős kritikai észrevétel az, hogy ehhez nem állapít meg normatív kereteket, a feltárolandó ételeket nem árazza be, így országosan jelentős eltérések adódnak. Ehhez lásd: VIGNÉ SÁGI, 2012; GYURICZA, 2012.

<sup>32</sup> A rendelet szakmai kritikája ennél tovább megy: nincsenek megadva a költségvonzatok, ezért a településenként eltérő norma miatt nagy a területi esélyegyenlőtlenség; az étlapon kötelezően feltüntetendő tápanyag-összetétel fölösleges, nem informatív, másrészt a számításához szükséges szoftverek az élelmezésvezetőknek nem állnak rendelkezésére; egy tervezési hiba: az ajánlott étkezésenként felhasználandó nyersanyag-adagokat tálalva a napi ajánlott tápanyagtartalmat messze túllépik; a húsok és a nyers zöldségek mennyisége túlzó: egy óvodás nem eszik meg egy kisétkezésen 30–70 gramm nyers zöldséget (KÖZÉTKEZTETÉSI, 2013).

<sup>33</sup> Minden vonatkozó adatot számszerűen lásd: <http://www.kozlonyok.hu/nkonline/MKPDF/hiteles/MK14061.pdf> – utolsó letöltés: 2014. augusztus 30.

kisétkeztetéssel (tízórai és nem reggeli, uzsonna). Napi egyszeri étkeztetés esetén az ebéd a napi energiaszükséglet 35%-át kell, hogy fedezze.<sup>34</sup> A tápláláshoz adagolási útmutatót kell készíteni, a konyhán azt is ki kell függeszteni. Ez alapján például levesből a 4–6 éveseknek 2–2,5 dl, a 7–10 éveseknek 2,5–3 dl, a 11–14 éveseknek 2,5–3,5 dl jár, amely 1dl-rel kevesebb, mint a vizsgált szolgáltató által eddig használt adag. Napi háromszori étkezés esetén biztosítani kell 3 dl 1,5% zsírtartalmú tejet (melyben cukor ízesítőként nem lehet) vagy hasonló kalciumtartalmú tejterméket; továbbá két adag zöldséget vagy gyümölcsöt (ide nem értve a burgonyát), ebből egy adagot nyers formában; valamint két adag gabona alapú élelmiszert, melyből legalább egynek teljes kiőrlésűnek kell lennie. Napi egyszeri étkezés esetén biztosítandó egy adag zöldség vagy gyümölcs a tíz nap átlagában, legalább három alkalommal nyers formában.

### Menza megújítási kísérletek Magyarországon

A 2008-as OÉTI felmérést követően a menzai étkezések megújítására több programot is elindítottak. Ezek közül időben az első és alap gondolatát tekintve véleményem szerint a legkiemelkedőbb a Buday Péter mesterséf nevével fémjelzett, 2009-ben elindult Menzareform program.<sup>35</sup> A gyermek közétkeztetés megújításának Buday Péter szerint az első és legfontosabb célja, mellyel minden szülő és szolgáltató is könnyen azonosulni tudna: a gyerekek számára szerethető ételeket kínáljon a menza, örömmel fogyasszák azt; valódi alternatíva és ne kényszermegoldás legyen mindennapos iskolai étkezés.

A Menzareform volt az első terv a megújításra, érdemes bővebben is bemutatni. A hosszútávra tervezett, az iskolai életbe szervesen illeszkedő oktatási program célja, több nemzetközi példához hasonlóan, hogy az óvodától

<sup>34</sup> Tehát a napi szükségleteknek csak töredék részét adja a menza a számok szintjén is. Elsősorban nem a menzától lehetnek kövérek a gyerekek. Az egészséges táplálkozásra vonatkozó célkitűzések hangsúlyait sokkal inkább az élelmiszeripari termékek felé kellene elvinni, azok összetevőit és gyártásmódját kellene rendeletekkel szigorúbban szabályozni.

<sup>35</sup> A Menzareform név és a program alapelvei Buday Péter nevéhez kötődnek és jogilag védettek. A sajtóban megjelent hírek mellett a tanulmányhoz forrásként használtam egyrészt Buday Pétertől kéziratosszerű összegzést (BUDAY, 2010) a program alapelveiről, a megvalósítás tanulságairól, másrészt a séffel készített kötetlen interjút. A program kidolgozása előtt öt évvel Buday Péter részt vett egy kísérletben, melyben az adott menzai normából kellett menüt főznie. Onnantól gyűjtötte a személyes tapasztalatokat, melyek kiindulópontként szolgálták a Menzareformhoz. Lásd továbbá: <http://www.boon.hu/menzareform-sok-zoldsegetkinalnak/news-20101005-05510208> – utolsó letöltés: 2014. január 10.; [http://m.hvg.hu/gasztronomia/20100205\\_menza\\_roadshow\\_buday](http://m.hvg.hu/gasztronomia/20100205_menza_roadshow_buday) – utolsó letöltés: 2013. november 30.



a középiskola végére a gyerekek tudatos fogyasztóvá váljanak, a megszerzett gasztronómiai ismereteik révén választani tudjanak a ma elérhető élelmiszerkínálatból. Ez a széleskörű ismeret lehet a záloga annak, hogy hosszútávon is fenntartható legyen az egészségmegőrzés a táplálkozás révén. Ehhez azonban a fogyasztóknak, a gyerekeknek érteni kell, hogy mely ételek milyen hatással vannak az egészségükre. A program részeként az óvodától kezdve szükséges, hogy minél több alapanyagot, azok termelését, feldolgozását és az abból készült ételeket megismerjék, annak a szervezetünkre gyakorolt élettani hatásával együtt.<sup>36</sup> A felső tagozattól a menza pedig már a tudatos döntés lehetőségét is kínálja naponta: az ebéd során többféle főmenüből választhatnak. Mindez a séf tudása révén olyan receptúrával és korszerű konyhatechnikával, -technológiával elkészítve, hogy az megfeleljen az egészséges táplálkozás elvárásainak. Nem elveti a ma meglévő gyakorlatot, hanem korszerűsíti azt. A kínálatban egymás mellett vannak a hagyományos magyar konyha fogásai, a gyerekek számára vonzó nemzetközi konyha ételei és alternatív, vegetáriánus, diétás menü is. Minden ebéd három fogásból áll, a leves mellett többször talál hideg vagy meleg előételt is. Az étlapok tervezése egy egész évre előre történik. Ez egyben a helyi kistermelőkkel való programozott együttműködést is lehetővé teszi. Az éves étlapon évszakonként csak kétszer fordul a hathetes menüsor. Így mindig a szezonálisan elérhető alapanyagokat fölhasználva készülhet a 300–500 féle étel! Nagyon fontosnak tartja, hogy a gyerekek figyelmét felkeltse egy étel, akár a nevével is.<sup>37</sup> A tálalás során az adagok mennyisége kisebb, mint a mai általános gyakorlat (az adagolási útmutató szerint 3–5 dl),<sup>38</sup> levesből a kisebbeknek 1,5–2 dl, a nagyobbaknak 2,5–3 dl a javaslat.

A program megvalósítását 2009-ben még az önkormányzat és az iskola, valamint a helyi gazdaság együttműködésében képzelte el Buday Péter.<sup>39</sup> A javas-

<sup>36</sup> Javasolja, hogy a tananyagok legyenek része az élelmiszer alapanyag-ismeret és bizonyos alap ételkészítési technológiák. „Saját megfigyelésem szerint, ha az ebéd előtt tájékoztatták a gyereket, hogy mi lesz az ebéd, és ha valaki valamit nem tudott róla, viszont felvilágosították, 80%-ban ízlett az étel.” BUDAY, 2010.

<sup>37</sup> Csirkepaprikás mellett legyen »bang-bang crazy chicken«, az étlapon így: beng-beng örült mexikói csirkés tortillatekercs. A tekercs kukoricalisztból készült palacsinatalepeny, megszórva jégsalátával, rá a csirkés-kukoricás töltelék, föltekerve, végül rá a tejföl és a sajt. Gyakorlatilag ez is tészta és hús, csak érdekesebb a gyerek számára. <http://www.168ora.hu/itthon/miskolcrol-indul-utjara-a-menzareform-52164.html> – utolsó letöltés: 2014. január 10. A gyerekek szeretik a hamburgert, akkor legyen a kínálatban az is, de teljes kiőrlésű lisztből és rengeteg friss zöldséggel, a húspogácsába is zöldséget „csempészve”. BUDAY, 2010.

<sup>38</sup> „Ma egy 15–20 kg-os óvodásnak 3 dl levest, 30 dkg főételt, 5–10 dkg desszertet vagy gyümölcsöt számítanak. Ez 65–70 dkg, ami egy felnőttnek is bőven elég. Ha ehhez hozzáveszem, hogy a kenyeret és a vizet, [...] oktalan pazarlás is van a mostani rendszerben.” BUDAY, 2010.

<sup>39</sup> A fenntartás kereteit településtípusonként határozta meg, alapítványt, önkormányzati céget szervezve a finanszírozáshoz, a falvakban a helyi termelés révén munkalehetőséget is



latai között első helyen szerepelt, és ez is jól mutatja a megközelítése lényegét, hogy az iskolai étkezőket kell felújítani főként, a konyha csak ezután következhet. A konyhán dolgozók munkáját ‘supervisor’ séfek segítenék, mind a munkaszervezés, mind a szaktudás terén, hogy az új elvárásoknak megfelelhessenek.<sup>40</sup> Többször ismételt alapgondolata, hogy eredmények csak hosszútávon érhetőek el, nem azonnal: az új ízeket, új ételeket is csak nagyon kis lépésekben vezetné be, a konyháknak és a beszállítóknak is idő kell a támogató háttér kiépítéséhez. A program 2009-ben Gödöllőn, majd Miskolcon és Kerecsenden indult be sikeresen,<sup>41</sup> de csak ez utóbbi él a mai napig, a többit a helyi politikai döntéshozók hamar megszüntették. A szélesebb körű bevezetése még várat magára. A jelentőségét azonban azon is mérhetjük, hogy a program számos elemét más megújítási törekvések is átvették.

2010-ben<sup>42</sup> Békés megyéből, Gyuláról indult a Menzaminta-Mintamenza program az ÁNTSZ Dél-alföldi Regionális Intézete és a Magyar Nemzeti Gasztronómiai Szövetség közreműködésével, élén Prohászka Béla mesterséffel.<sup>43</sup> Az együttműködés keretén belül Mintamenza Csapatok szerveződtek helyi népegészségügyi szakemberekből és séfekből. Megfogalmazott céljuk az egészségesebb, korszerű táplálkozás kialakítása, a közétkeztetés megújítása, ízlésformálóvá válása, amit az ajánlások alapján a nyersanyagok körének bőví-

---

teremtve. Az alapanyagok ára ezek révén lényegesen kevesebb, mint a kizárólag kereskedelemből beszerzett termékeket felhasználó nagy főzőkonyháké. Számításai szerint ez az árres nagyon jelenős: naponta, gyermekenként 50 Ft. A napi háromféle főétel így nem jelent többletköltséget, azonos norma mellett is megvalósítható.

<sup>40</sup> A programnak hangsúlyos része a szakmai továbbképzés minden érintett részére. Személyes tapasztalatai bizonyították, hogy a meglévő technikával, személyzettel is megvalósítható a déli ételválaszték, csak a mesterséf munkaszervezési technikáit kellett elsajátítani.

<sup>41</sup> Gödöllő: [http://nol.hu/belfold/20100126-reform\\_\\_sef\\_modra-521151](http://nol.hu/belfold/20100126-reform__sef_modra-521151) – utolsó letöltés: 2013. november 30.

Miskolc: <http://www.168ora.hu/itthon/miskolcrol-indul-utjara-a-menzareform-52164.html> – utolsó letöltés: 2013. március 10.; <http://www.foodandwine.hu/2010/05/13/buday-peter-menzareform-2010/> – utolsó letöltés: 2013. március 10. A 2010-ben két miskolci iskolában beindult kísérlet sikeres volt, a kormányváltás és az iskolai fenntartóváltás miatt azonban nem tudták minden helyi intézménybe bevezetni, s a program leállt. Lásd: <http://www.hir24.hu/belfold/2012/05/25/elkaszalta-az-egyhazi-jovo-menzajat/> – utolsó letöltés: 2013. november 30.

Kerecsend az egyetlen példa, ahol máig működik a helyi igényekhez igazítva a Menzareform. A program jelentőségét adja, hogy sok gyermek csak itt kap meleg ételt hétköznapokon; de a konyhai alapanyagok megtermeléséhez a korábban munkanélkülieket is be tudták vonni. [http://nol.hu/belfold/20100126-reform\\_\\_sef\\_modra-521151](http://nol.hu/belfold/20100126-reform__sef_modra-521151) – utolsó letöltés: 2013. március 10.

A program kritikája a nagy főzőkonyhák meg nem értéséből fakad: <http://www.sonline.hu/somogy/kozelet/megint-a-buday-a-mesterszakacs-belekavart-a-menzareformba-286875> – utolsó letöltés: 2013. március 10.

<sup>42</sup> A sajtóanyagok egy részében 2009-ben.

<sup>43</sup> A személyes megkeresésre nem volt módom, nem kaptam visszajelzést a felkérésemre, így az információim csak másodlagos forrásokból származnak.

tésével, az étlapok és a konyhák megújításával terveztek elérni. Az alapanyagok beszerzésekor igyekeznek főként a helyi gazdaságokra támaszkodni. Jelenleg 250 főzőkonyha kapcsolódott a programhoz,<sup>44</sup> mely széleskörű támogatást élvez. A gondosabban megválogatott alapanyagok, a kényelmi termékek és a hozzáadott só és cukor mennyiségének fokozatos csökkentése a szemléletváltás első eredményének tekinthető (MINTAMENZA, 2013). Megközelítése viszont teljesen más, mint a Menzareformé, hiányzik az a háttértámogatás, amely a gyerekek tudatos fogyasztóvá válását segíthetné. Ebben a koncepcióban a gyerekek csak mint „fogyasztók” jelennek meg, a véleményüket, döntéseiket felülről irányítva igyekeznek formálni. Sokkal hangsúlyosabb, és a média is ezt emeli ki, hogy a közétkeztetés egy állandó felvevőpiaca lehet a helyi termelőknek: így lehet hír, hogy vadhús [!] és fűrjtojás [!] is lesz a jövőben a menzán.<sup>45</sup> Bár a felmérésekből látható, hogy nem ezek hiánya okozta eddig sem a legnagyobb problémákat.

Az Országos Közétkeztetési Szakácsversenyen nem sztárséfek, hanem a közétkeztetésben dolgozó szakácsok alkotnak újszerű fogásokat.<sup>46</sup> 2014-ben már 4. alkalommal rendezték meg a versenyt. A feladat háromfogásos menü elkészítése, melynek teljes nyersanyagigényét 420 Ft-ból kell fedezni. Ez ugyan jóval több, mint a fentebb tárgyalt napi normák, de a szervezők ezzel is fel akarják hívni a figyelmet az országosan általános alacsony értékekre. A verseny célja, hogy a menüsorokat megújítsák, a bemutatott ételek bekerüljenek a mindennapi gyakorlatba.

Az OÉTI által szervezett intervenciós programok közül több is az iskolai közétkeztetés megújítását célozta. 2010-ben indult a „Startolj reggelivel!”<sup>47</sup>, mely a diákok körében a reggeli étkezés fontosságát emelte ki. 14 iskola diákjai

<sup>44</sup> Mintamenza: <http://www.mngsz.com/menza-minta=-mintamenza/menza-minta=-mintamenza> – utolsó letöltés: 2014. február 1.; <http://www.hir24.hu/belfold/2014/08/16/kiterjesztenek-a-mintamenza-programot/> – utolsó letöltés: 2014. augusztus 30.; <http://www.origo.hu/tafelspicc/kozelet/20130115-mintamenza-gyulan.html> <http://www.hir24.hu/belfold/2014/08/16/kiterjesztenek-a-mintamenza-programot/> – utolsó letöltés: 2014. augusztus 30.; <http://prohaszkabela.com/hirek-prohaszka-bela/igeretesek-a-menza-minta=-mintamenza-program-eredmenyei> – utolsó letöltés: 2014. augusztus 30.

<sup>45</sup> Vadhús és fűrjtojás a menzán: <http://www.mnhsz.com/mintamenza/mindenkinetennie-kell-azert-hogy-a-vadétel-megvesse-alabat-a-kozetkeztetesben-interju> – utolsó letöltés: 2014. augusztus 24.; <http://www.mnhsz.com/mintamenza/bevezetnek-a-vadhúst-a-kozetkeztetesbe> – utolsó letöltés: 2014. augusztus 24.; <http://www.beol.hu/bekes/kultura/egeszsleges-etelek-furjtojasbol-a-mintamenzan-511678> – utolsó letöltés: 2014. augusztus 24.; <http://www.prohaszkabela.com/kozetkeztetes-bekes-megye/furjtojast-a-kozetkeztetesbe> – utolsó letöltés: 2014. augusztus 24.

<sup>46</sup> Országos Közétkeztetési szakácsverseny 2013. <http://www.eletinfo.hu/2013/11/25/orszagos-kozetkeztetesi-szakacsverseny-okes-2013/> – utolsó letöltés: 2014. március 10., továbbá <http://www.origo.hu/tafelspicc/kozelet/20131124-a-menza-a-mennybe-megy-nebihsefverseny-420-forint-kozetkeztetes-menza.html?sec-2> – utolsó letöltés: 2014. március 10.; VIGNÉ SÁGI, 2013.

<sup>47</sup> <http://www.oeti.hu/?m1id=14&m2id=225> – utolsó letöltés: 2014. augusztus 30.

hat hétig együtt reggeliztek, olyan fogásokat, melyeket a felmérések tanulságait levonva dietetikusok állítottak számukra össze. A program célja elsődlegesen a szülők felé a figyelemfelhívás volt. Hasonló a „Happy-hét” is, amely az ivóvízfogyasztást népszerűsíti iskolák bevonásával.<sup>48</sup> A közétkeztetés keretein túl mutat a „Stop Só” Nemzeti sócsökkentő program, amely a hazai nagyon magas sófogyasztás (KOVÁCS – LELOVICS, 2014) egészségkárosító hatásaira hívja fel a figyelmet.<sup>49</sup> Az OÉTI honlapján például táblázatban mutatják be jó néhány kereskedelmi forgalomba kerülő termék sótartalmát; illetve szórólapokon a fűszerezési gyakorlat megújítására tesznek javaslatot, például a zöldségfűszerek előterbe helyezésével.<sup>50</sup>

### Óvodások étkezései: „Ott még minden rendben van...”

Az iskolai menza vizsgálata előtt az óvodai étkezéseket érdemes először áttekinteni,<sup>51</sup> mert a gyerekek a családi szokások alapvető elemeinek elsajátítása után itt találkoznak először a közösségi étkezés normáival. Ez a tudás és tapasztalat meghatározó a későbbiekben mind a menzával, mind az étkezés kultúrájával kapcsolatban, jó és rossz értelemben egyaránt. A kiválasztott óvodában a saját korábbi megfigyeléseim mellett az óvodavezetővel és két gyakorló óvodapedagógussal készült interjú nyomán összegeztem – a tanulmány céljainak megfelelően – elsősorban az étkezések menetét,<sup>52</sup> a megállapítások erre az óvodára érvényesek. A kisgyermek jelentős része a következőkben bemutatandó iskolában folytatja tanulmányait, az óvodában szerzett tapasztalatokkal.

Az óvodai étkezések szervezeti keretei sok tekintetben eltérnek az otthon megszokottól, ezt külön meg kell tanulni, meg kell szokni. A napi programok keretében állandó, mindenkire érvényes időpontban, meghatározott menutrend

<sup>48</sup> <http://www.oeti.hu/index.php?m1id=9&m2id=217> – utolsó letöltés: 2014. augusztus 30.

<sup>49</sup> <http://www.oeti.hu/index.php?m1id=10&m2id=88> – utolsó letöltés: 2014. szeptember 10.

<sup>50</sup> További OÉTI intervenció programokhoz lásd: MARTOS – LUGASI, 2012, 123–127.

<sup>51</sup> A közétkeztetés megszervezéséről székesfehérvári példa, mely az óvodák innovációkra való nyitottságát példázza: „... a reformok elfogadtatására leginkább az óvodás korosztály nyitott, mert őket játékosan még rá lehet venni arra, hogy kipróbálja a szokatlan ízeket.” NÉBEHAJ, 2013c.

<sup>52</sup> A vizsgálat kihatása rövidtávon az új kérdések, nézőpontok felvetése lehet: a kutatásba bevont óvodavezetővel való beszélgetés után arról számoltak be, hogy egy új szemléletű kommunikáció kezdődött más óvodák vezetőivel a napi gyakorlatról, a főzőkonyhák, a tálalókonyhák és a helyi gazdaságok kapcsolatáról. Például egy vidéki kollégájától a budapesti vezetőnő megtudta, hogy a menü náluk sokkal változatosabb, mert egy kis főzőkonyha, saját szakácsnővel helyben termelt, friss szezonális gyümölcsöket, helyben sült péksüteményt, lángost is tud az óvodások elé tálalni.

szerint zajlik minden étkezés. Kötött az idő, a menü, a mozgástér is korlátozott, a többieket is türelemmel meg kell várni. A helyszín mindig a csoportszoba, ahol a gyerekek magasságához illő bútorok között hamar önállósodni tudnak: kiszolgálják magukat és társaikat is. Az óvodapedagógusok a vegyes korosztályú csoportokban a nagyobb gyerekek segítségével hamar szocializálják a bekerülő kiscsoportosokat, a korosztályos példa nagyon sokat számít már ebben a korban is.

Fontos tanulnivaló az evőeszközök helyes használata. Elvárás lenne, hogy kanállal, villával már 3 évesen tudjanak bánni, ne kézzel nyúljanak az ételbe, ismerjék a szalvéta használatát. A pedagógusok azonban úgy látják, több évtizedes tapasztalataik nyomán, hogy ezen a téren – egyre növekvő arányban – jelentős hiányosságok vannak a most óvodába kerülő gyerekek körében. Ők ezt arra vezetik vissza, hogy a kicsiket otthon még a szülők etetik, nem önállóak, illetve a közös családi étkezések, ahol elleshetnék az evőeszközök használatát, sok családban hiányoznak. Problémát jelent továbbá, hogy az óvodába bekerülő gyerekek egy része nem túl sokféle ételt ismer: a legkevésbé kedveltek a levesek. Ezért az óvodában úgy tűnhet, hogy válogatós a gyermek, pedig csak arról van szó, hogy otthon a kedvenceit főzik neki, az óvodában viszont ez nem oldható meg mindennap. A kulturált étkezési szokásokat, az evőeszköz használatát, a rendszeres kézmosást, az étel megköszönését, az étkezés közbeni halk beszélgetést, a terítést sokan az óvodában tanulják meg, tudásukat ott mélyítik el, mert itt kellően önállóak lehetnek. Nagyon fontos, hogy a változatos menüsorból a pedagógus biztatására,<sup>53</sup> a többieket is látva itt megkóstolhatnak, megismerhetnek új ízeket, ételeket azok is, akik addig kevésbé voltak nyitottak. Sok múlik azonban a pedagógus módszerén, mert az az újdonságok felé való beállítódást hosszútávra is meghatározhatja. Az óvoda a családokkal való együttműködésre törekszik azon a téren, hogy a tanultakat otthon is alkalmazzák; egy-egy hétvége például nagy visszaesést tud okozni a fejlődésben, ha a szülők más gyakorlatot folytatnak. Az óvoda végén viszont szinte minden kisgyermek jól megalapozott étkezési kultúrával kerül ki innen: megtanul késsel-villával enni, önállóan tud teríteni, csendben végig tud egy étkezést ülni.<sup>54</sup>

Az óvodai pedagógiai program egyik fontos eleme az egészséges életmódra nevelés, de ugyanilyen hangsúlyos a környezet megismerése is. Ezen keretek között az óvodában töltött három év alatt a gyerekek elemi szinten megismer-

<sup>53</sup> „Azt szoktam mondani, hogy merítsd kicsit bele a kanalad, nyald meg, ha ízlik, akkor jobban is belemerítheted. Ha azt mondja, hogy nem, akkor nem. Akkor viszont ügyelek arra, uzsonnából többet egyen.” Óvodapedagógus 1.

<sup>54</sup> „Az óvodában a kulturált étkezési szokások még a helyükön vannak, az étkezési kultúra rendben van, ott mindig terített asztal van. ...Menet közben negatív szokások rakódnak rá. A gyerekeket az első trauma akkor éri, amikor iskolába mennek. Reggelinél már csak állva isszák meg a forró kakaót. De közben már mondják nekik, hogy gyorsan-gyorsan, siessenek.” Óvodapedagógus 2.

kednek a helyes táplálkozási szokásokkal és azoknak az egészségre gyakorolt hatásaival. Az óvodának saját kiskertje van, ahol a gyerekek a szülők bevonásával zöldségeket, gyümölcsöket termelnek a konyhájukra. Nagy örömmel fogyasztják a saját paradicsomot, ribizlit, egrest uzsonnára, kóstolgatják a nyers karalábét a salátában. Rendszeres kapcsolatot tartanak gazdaságokkal, ahol a háziállatokat saját környezetükben figyelhetik meg, részt vesznek például szüreten, mustot készítenek. Az így szerzett tapasztalati tudást pedig igyekeznek a mindennapok szintjén is elmélyíteni: beszélgetnek arról például, hogy miért kell sok gyümölcsöt enni, majd ezt a délelőtti tálalt tízóraiban meg is kóstolják. Ez a modell sok hasonlóságot mutat a fentebb ismertetett skandináv példával, de ott a módszert a nagyobbak körében is továbbvitték.

Az óvodai napi háromszori étkezés minden gyermek számára kötelező, a szülők ezért térítési díjat fizetnek. Az ételeket szállító cég ugyanaz, mint a későbbiekben tárgyalt iskoláé, a menü is azonos, mennyiségekben van csupán eltérés. Ezért alkalmas ez a két intézmény az étkeztetési gyakorlat összehasonlítására.

Reggel 8 és 9 óra között a gyerekek a csoportszobában fogyasztják a reggelit/tízórait. E kettő között nemigen tudunk különbséget tenni, csak az étlap anyagkiszabata nyomán, mert mennyiségét tekintve ez valóban tízórai, de a szülők többsége úgy tekinti, hogy ez a reggeli, ezért úgy hozza be az óvodába a gyermeket, hogy otthon nem eszik korábban semmit.<sup>55</sup> A dajka a tálalókonyháról kis zsúrkocsin a csoportszobába viszi az ételt: kancsóban a meleg italt, a megkent fél szelet kenyeret, péksüteményeket, kis tányérokra a feltéteket, felszeletelt zöldségeket.<sup>56</sup>

A reggeli a csoportban folyamatosan, a beérkezéssel párhuzamosan zajlik. A kis asztalok közül egy-kettő van megterítve, ott esznek a gyerekek, míg a többiek játszanak, emiatt nincs ülésrend. Az óvónő felügyeli, hogy reggeli előtt mossanak kezet, segít a kancsóból innivalót önteni, de a terítést mindenki önállóan végzi: tányért, poharat vesznek maguknak, tálalják az ételt. Aki otthon reggelizett, az is leül, mert az óvónő arra biztatja, hogy legalább a folyadékot igya meg a többiekkel. Reggeli közben beszélgetnek. Maradékok nem nagyon vannak, a tálalt étel elfogy, lehet repetázni is, bár a későn érkezőknek tesznek félre ételt. A reggeli végén a saját terítékét mindenki a zsúrkocsi alsó részére helyezi, megköszöni az ételt és szalad kezet mosni, majd játszani.

Délelőtt, mielőtt az udvarra mennének játszani, a dajka felszeletelt gyümölcsöt tálal a gyerekeknek. Ez az étkezés is lehet elnevezése alapján a tízórai, bár a menüben nincs feltüntetve. Együtt ülnek le enni. Az óvónők tapasztalata

<sup>55</sup> A későbbiekben bemutatandó iskolai adatokkal ellentétben az óvodában ezek a számok hiányoznak, mert itt nem végeztem kérdőíves felmérést.

<sup>56</sup> A menü hasonló, mint az iskolában, terjedelmi okokból itt most erre nem térek ki bővebben.



az, hogy sok gyermek nem szereti, nem ismeri a gyümölcsöket, nyers zöldségeket: egy felszeletelt almacikk elfogyasztását is már eredményként értékeli ebben az esetben! A szolgáltató hetente egyszer-kétszer szállít gyümölcsöt,<sup>57</sup> ennek a tárolását, beosztását az óvoda a tálalókonyhán tudja megoldani. Az EU- előírások bevezetése előtt a szülők is vittek be hetente zöldséget, gyümölcsöt az óvodába, a kínálat mennyiségét, minőségét tekintve is sokkal gazdagabb volt; de ma már nem lehet, és egyes családoknak valóban anyagi teher lenne egy csoportnyi gyermek ellátása.

Az ebéd fél 12-től fél 1-ig tart az óvodában. A nagyobb gyermekek a dajka irányításával, napi váltásban részt vesznek a terítésben, ők a naposok. (1. kép)



1. kép A napos megteríti az ebédhez az óvodában. (Fotó: Báti Anikó, Budapest, 2014)

Amíg a többiek kezet mosnak, addig a naposok a bekészített porcelán tányérokat, evőeszközöket, üvegpoharakat rakják a textil terítővel borított asztalra saját asztaltársaságuknak. A vizes kancsó ott áll az asztalon, abból is ők töltenek a többieknek. A feladatokra mind nagyon büszkék, a terítés rendjét hamar

---

<sup>57</sup> Ezen a téren 2011 előtt, a korábbi szolgáltató jobb ellátást biztosított, ezt mind az óvodában, mind szülői körben hangsúlyozták.



megtanulják. Az ebédnél az ülésrend kötött, állandó. Az ételt az óvónő tálalja a gyerekeknek, az igényeiket, az étvágyukat megismerve egyénre szabottan szed nekik. Repetázni egyszer mindenkinek lehet, de ha valami nagyon ízlik, akkor igyekeznek a további kéréseknek is eleget tenni. Az étkezést együtt kezdik és együtt is fejezik be, jó étvágyat kívánnak és megköszönik az ételt. A pedagógus egyéniségétől függ, hogy evés közben lehet-e beszélgetni, vannak csoportok, ahol a halk beszélgetés megengedett. Amíg az asztaltársaságok kezét és fogat mosnak, addig a napos a dajkával leszedi az asztalt, segít a morzsák összesepítésében. De amíg a terítés kedves elfoglaltságuk, addig a befejező pakolást már többen igyekeznek elkerülni.<sup>58</sup> A délutáni uzsonnázás keretei és fogásai hasonlóak, mint a tízóraié. Az asztaltársaságok együtt ülnek le enni, de a terítékekről mindenki maga gondoskodik a zsúrkocsiról.

A pedagógusok arról számoltak be, hogy a gyerekek a vizsgált időszakban nagyon jó étvággal ettek. A nagyobb gyerekek körében, akik már megszokták az itteni ételleket, viszonylag kevés hulladék keletkezik, becslések alapján a déli menü 70–80%-a elfogy. Ez az iskolával összevetve nagy különbség. De kiemelték, hogy főzelékek, a húskételek terén már nem ilyen kedvező: ott csak 60% a hasznos rész, mert a zsíros, gyenge húsokat és húskészítményeket nem eszik szívesen a gyerekek. A legkedveltebb a paradicsomleves és a tejbegríz, a rántott hús. „*Otthon egyik anyuka sem tud olyan jót főzni, mint az itteni paradicsomleves!*”<sup>59</sup> Az óvodavezető visszajelzése nyomán a szolgáltató igyekszik az igényeknek megfelelni, például hogy minden ebéd két fogásból áll, tehát van leves is. A kérések nyomán uzsonnára a felvágottak mellett/helyett szendvicskrémeket, sajtot, joghurtot szállítanak. De kérésként kellett azt is megfogalmazni, hogy egy-egy fogás a háromhetente forduló menüben visszatérve ugyanúgy nézzen ki, ugyanolyan legyen az íze, mint a korábbi alkalmakkor.

Az óvodapedagógusok és a szülők napi találkozásai során az egyik leggyakoribb beszédtema az aznapi étkezés. A szülők a faliújságon nyomon követhetik a heti menüt. Az óvónők pedig jelzik a szülők felé, ha a gyermek valamiért hiányosan étkezett. Az már a szülők felelőssége, hogy ezt otthon is figyelembe veszik-e: a vizsgált háztartások egyikében sem volt szempont az otthoni étkezések tervezésekor az óvodai menü. Az étkezésekre vonatkozóan az óvoda közvetítő szerepét az óvodavezető is hangsúlyozta a 2014-ben bevezetésre került rendelet és annak gyakorlati következményei kapcsán is. A megvalósítása előtt fontosnak tartotta volna, hogy erre a pedagógusokat felkészítsék: az ételkészítés korszerű menetébe bepillantásnak, az új ízeket megkóstolhassák, hogy aztán hitelesen képviselhessék mindezt a gyerekek

<sup>58</sup> „*Amikor le kell szedni a poharakat, az már nem tiszta, maszatos, az már őket zavarja. Szívesen eltűnnek fogat mosni.*” Óvodapedagógus 1.

<sup>59</sup> Óvodapedagógus 2.

és a szülők felé is. Az óvoda minden dolgozója ugyanis ezt az ételt fogyasztja a gyerekekkel együtt. Az interjúk lezárásáig mindez nem valósult meg szervezett keretek között.

Mivel a szolgáltató és a menü is azonos, mint az iskolában, az óvodai étkezések sikerének magyarázata nagy valószínűséggel az étkezés körülményeiben keresendő: a gyerekek itt még elfogadják a kínálatot, mert nincs számukra más alternatíva; van elég idő az étkezésre és az ételek megismerésére az alapanyag-tól a tálalásig; a pedagógusok kiemelt figyelmet fordítanak minden kisgyermek étkezésére; az asztaltársaságokat úgy válogatják össze, hogy segítsék egymást a jó példákkal.

### Néprajzi szemléletű iskolai menzavizsgálat

A kutatás helyszínéül választott iskolában a menzát a tanulók 75%-a, 356 fő (243 alsós, 123 felsős) veszi igénybe. Az étlapon csak egy menüsor van, nincs választási lehetőség. A menzán egy ebéd nyersanyagnormája 250 Ft, annyi, mint egy szelet pizza a büfében. Az egyszeri (ebéd) vagy háromszori (tízórai, ebéd, uzsonna) étkezés az alsó tagozatos osztályok minden tanulójának kötelező a napközis vagy iskolaotthonos oktatási rendszerben. Felső tagozatra viszont ez az előírás már nem vonatkozik, ezzel együtt jelentősen le is csökken a szervezett keretek között étkező kamaszok létszáma: mindössze az 50%-uk étkezik, és csak a déli főétkezésen az iskolában. Pedig a tanítási idő részükre is 14–15 órakor ér véget, és a gyerekeknek csak a 85%-a lakik a kerületben, vannak, akiknek sokat kell utazniuk is. Jelentősen kitolódik a „déli” főétkezés ideje: 15–16 órára. Az alsósok és felsősök étkezéseinek a szervezeti kereteit ez a kötelező menzai étkeztetési rendszer határozza meg, ezért ezt az elemzés során is alapvető viszonyítási pontnak vettem.

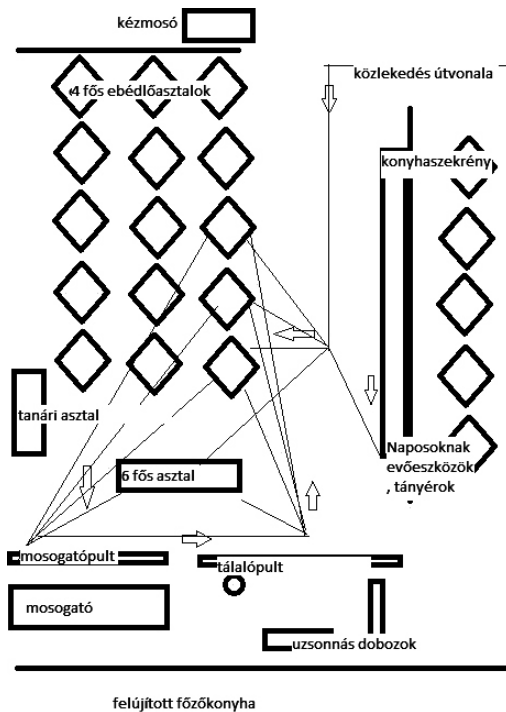
### Menzai ebédlő

Az ebédlő helyisége magán viseli az elmúlt 30–40 év emlékeit, kis alapterületű, felújításra szorul. Az emlékezetben felidézhető időszak elején, az 1980-as évek előtt a berendezés terítő nélküli, műanyag tetejű asztalokból és egyforma székekből állt. Az iskola történetében a helyiség berendezését érintő nagyobb méretű változások jórészt az igazgatók személyével függtek össze, döntéseik nyomán vált egyre otthonosabbá: több figyelmet kapott az ebédlő külső megjelenése, amikor az igazgató nő lett. Függönyöket, virágokat is elhelyeztek, viaszos vászon asztalterítőket vásároltak, melyeket minden évben cseréltek. Ez

a gyakorlat a mai napig él. Az ebédlő szűkös mérete miatt az iskola nehezen tudja a megnövekedett tanulói létszám mellett a déli étkezést jól megszervezni. 12 és 14 óra között, több turnusban egyszerre 3 osztálynyi gyermeket (60–80 fő) kell leültetniük (lásd a rekonstrukciós rajzot).<sup>60</sup> A közelmúltban a korábban a tanárok számára fenntartott különálló ebédlőrészt is a tanulók rendelkezésére bocsájtották. Így most 20 db négy személyes és 1 db hatszemélyes asztal köré ülnek a gyerekek, állandó ülésrend szerint.

## Térhasználat

Az ülésrend egyes osztályokban a gyerekek saját döntésén alapul, 4–6 fős baráti társaság ül egy-egy asztalnál. Van, ahol a gyerekeket megismerve az asztaltársaságokat igyekeztek úgy összeválogatni, hogy „legyen benne jó evő és kissé nyammogóbb. Hátha jó kedvet kap attól, aki habzsolja. Illetve tudni kell, hogy ki az, aki szereti leszólni az ételt, megmondani a véleményét. Akkor ő lett az én [a tanítónő] társaságom.”<sup>61</sup> Nagyon nagy szerepe van ebben az esetben a tanítónő odafigyelésének és emberismeretének az ebéd sikere és hangulata tekintetében. Ezeket a feladatokat főiskolán, egyetemen nem tanítják, az iskolában nem kérik számon, csak a mindennapi gyakorlat hozza, és emiatt nagyon sokféle egyéni megvalósítási mód él még ugyanazon intézményen belül is. A felsősök viszont saját maguk szervezik asztaltársaságukat, az egyes csoportok sokkal esetlegesebbek, mert nem egy időben étkeznek. A menza ideje alatt a tanári felügyelet mindössze a rend fenntartására korlátozódik esetükben, de ez étkezésük jó hangulatát nem segíti elő, az ételek elfogyasztását nem befolyásolja. (1. ábra)



1. ábra Rekonstrukciós rajz az ebédlő térhasználatáról.

tükben, de ez étkezésük jó hangulatát nem segíti elő, az ételek elfogyasztását nem befolyásolja. (1. ábra)

<sup>60</sup> Az ebédeltetés időrendjét lásd lentebb.

<sup>61</sup> Tanítónő 1.

Az ebédlő használatának fontos eleme az önkiszolgálás. A legkisebbek számára ez nehéz feladat, mert eddig nem kellett soha a kiszedett étellel egy teremben közlekedniük. Külön probléma, mellyel az alsós tanító nénik szembeesülnek, hogy a berendezés méretei nem igazodnak minden korosztályhoz. (2. kép)



2. kép Az ebéd vége. (Fotó: Báti Anikó, Budapest, 2014)

*Mi [pedagógusok] belegendoltunk abba, hogy a kisgyerek, aki bejön egy ekkora hodályba, ami számára egy ismeretlen terep, mert az óvodában, a saját csoportszobájában, az ő méretéhez igazított székek és asztalok, azt az ideális, otthonos légkört nyújtotta, ami számára kellemes, és tanulható. Hirtelen az iskolában egy nagy hodály, csörömpölés, az illatok. Mindez a gyerek számára rémisztő lehet. Az asztalok magassága, ami kamasz méretű, a pultok magassága. Képzeljük el, hogy neki onnan kell levenni a forró teát, az ételt. A feje magasságában lévő polcraól. Nem kellemes és veszélyes is. [...] Úgy ül a széken, hogy nem ér le a lába, így kell neki viszonylag stabilan fogni a kést, a kanalat, és érje el a tányért, ami áll magasságban van, ne csöpögtesse le! Ha a felnőttek kellene arányosan ilyen méretű székekkel, asztallal bánni, ő mit kezdene vele? Tudna-e szében enni vagy lenne-e kedve? És mindezt gyorsan! És tudná-e élvezni az*

*ételt egyáltalán, mert ott kezdődik, hogy ne legyenek olyan rémségek a körülményekben, hogy elvegye a figyelmét az ételről. Mert azért megy, hogy jó étvággal egyen!*<sup>62</sup>



3. kép Ebéd sorban állással. (Fotó: Báti Anikó, Budapest, 2014)

Az ebédlő elrendezése miatt az étkezési idő nagy részét a sorban állás és a tányérokkal való mozgás veszi el (lásd a rekonstrukciós rajzon a közlekedés irányait egyetlen osztály esetében, de a gyakorlatban 3 osztály van egyszerre jelen). Ez persze nem veszélytelen, mert az asztalok között, ha a székek ki vannak húzva, akkor gyakorlatilag nem marad hely, a diákok a társaik feje fölött egyensúlyozzák az ételt. (3. kép) A két fogást nem egyszerre tálalják nekik, nincsenek tálcák, így a használt leveses tányért kiviszik, majd újra sorba állnak, most a második fogásért, majd újabb séta az asztalig.<sup>63</sup>

<sup>62</sup> Tanítónő 1.

<sup>63</sup> A kerület másik iskolájában a tanárok és a gyerekek megállapodása révén működik a kiszolgálás rendszere. A rendelkezésre álló tér lehetővé teszi, hogy csak a konyhas néniknek kell mozogni, zsúrkocsikon tudják az ételt kivinni az asztalokhoz, segítenek a gyerekeknek, a tányérokot cserélik, így nem kell tömegeknek vándorolni a fogások között. A kiszolgálás „feltétele” viszont, hogy mindenki megeszi az ebédet! A rendszer bevált, működik,

*„Az a megsemmisülés, ha valaki leejt valamit! A konyhás nénik szúrós tekintete! Mert akkor ki kell menni, föl kell törölni! Hol van nekik erre idő?! Akkor a gyerek kap egy-két keresetlen mondatot! És akkor mehet az a szegény kisgyerek legközelebb! Biztos, hogy egy kis szorongás is hozzájárul. Ez nem kedvez az étkezésnek.”<sup>64</sup> „A félelmek abból adódhatnak, ha összetörik a tányéért, akkor azt nagyon hangosan kérik számon a gyereken. De a felsősökhöz nyilván másként szólnak, mint a kis elsőshöz.”<sup>65</sup>*

A mindennapos kis konfliktusok kezelése része a konyhás nénik munkájának, személyiségüktől függ azonban, hogy ki hogyan bánik eközben a gyerekekkel.

### Tányérok, evőeszközök

Az iskolai étkeztetés keretén belül fontos változásként élték meg a tanárok és a ma szülőként visszaemlékező diákok is, amikor az egészségügyi előírások nyomán a déli kétfogásos menüt már nem ugyanabban a tányérban tálalták az 1980-as évek végétől. A konyhai személyzet körében a többlet mosogatni való miatt volt ellenérzés. A műanyag poharakat igyekeztek üvegre cserélni, de hamar visszakoztak a töréskárok miatt. Költségesnek találták a rendszeres pótlásukat. Ma is 3 dl-es műanyag poharakat használnak a gyerekek, melyek inkább megkopnak, mint törnek, és emiatt kell rendszeresen lecserélni. A tanítónők, tanárok igyekeztek az iskolavezetéssel együttműködve a legpraktikusabb megoldást megtalálni, de a változtatásoknak a rendelkezésre álló anyagi keret mindig határt szabott, szab ma is.<sup>66</sup> Jelenleg több mint 100 lapos- és mélytányérja és ugyanennyi evőeszköze van az iskolának. De naponta több mint 350 gyermek étkezik! A konyhai személyzet 3 tagjának a déli étkezés alatt a folyamatos mosogatás a feladata, mert mosogatógép nem áll a rendelkezésükre. A csurgatóról levett edényekbe pedig már tálalnak is a következő osztályoknak. A reggelihez és az uzsonnához viszont nem terítenek tányérokat, sem evőeszközöket. A savyanúság is a lapostányérra kerül, a süteményeket szalvétán kínálják.

---

nagyban segíti az otthonos, nyugodt, tolongás- és balesetmentes légkör megteremtését az iskolai ebédlőben.

<sup>64</sup> Tanítónő 1.

<sup>65</sup> Tanítónő 2.

<sup>66</sup> Az iskola a vizsgálat ideje alatt önkormányzatiból állami fenntartású intézménnyé vált, a működtetés gazdasági kérdései kikerültek a kezükből. Ez a menza esetében az első évben némi gondot is okozott: a tanév vége felé a törött tányérokat forrás hiányában nem tudták pótolni, így a szülői munkaközösség a szülők segítségét kérte: akinek módja van, az ajándékozzon tányéért az iskolának.



## Reggeli

Reggelit a kérdőívet kitöltő tanulók egy harmada, egy negyede fogyaszt az iskolában a menza keretén belül, a legtöbbször alsó tagozatos (a számszerű adatokhoz lásd: *1. táblázat*).

*1. táblázat* Étkezések az iskolai menzán a kérdőíves minta alapján

	Év	Összes válaszadóból (%)	Alsós válaszadóból (%)	Felső válaszadóból (%)
Menzán étkezik 1x vagy 3x	2013	81	100	60
	2014	75	100	49
Nem reggelizik	2013	13	7	20
	2014	19	8	31
Menzán reggelizik	2013	36	59	10
	2014	23	40	5
Az étel a menzán „elegendő”	2013	66	74	54
	2014	42	50	68
Az étel a menzán „sok”	2013	9	14	0
	2014	16	17	0
Az étel a menzán „kevés”	2013	25	12	46
	2014	42	33	32

Vannak, akik az iskola épületében, de nem a menzán, hanem a tanteremben ülve, egyedül eszik meg az otthonról hozott reggelit. Kisebb csoport otthon reggelizik, a családja körében. Nem túl nagy számban, de előfordul, hogy otthon, egyedül reggeliznek felsősök. Közülük van, aki csak folyadékot fogyaszt (kakaó, tea, kávé). Ezt nem nevezhetjük valódi reggelinek, így a kérdőív alapján őket is azok közé számoltam, akik egyáltalán nem is reggeliznek: sajnos elég sokan, a válaszadók 13/19%-a. [Az első adat 2013-ra, a második 2014-re vonatkozik, itt és lentebb is a tanulmányon végig.] Ezen a téren nem lehet eléggé hangsúlyozni a szülői felelősség kérdését, de valószínűsíthető, hogy átfedés van a fenti gyermekcsoport és azon családok között, ahol hétvégén sem esznek reggelit.<sup>67</sup>

<sup>67</sup> A családok heti étrendjének és vásárlási szokásainak elemzésére lentebb még visszatérek.

### *A reggeli menete a megfigyelések alapján*

Az ebédlő mérete és a tanórák, szünetek rendje adja azt a térbeli és időbeli keretet, amelyben a gyerekek napi étkezéseit meg kell szervezni. Ehhez az iskola szigorú rendet kell, hogy tartson, percre pontosan behatárolja, hogy ki és mikor mehet étkezni, és mikor kell az ebédlőt elhagynia.

A reggeli a szolgáltatótól 7 órakor az iskolába érkezik, ahol azt a konyhai személyzet tálalja: a felszeletelt, félbe vágott kenyeret megkenik, tálcákra rendezik. Mellé egy tálba feldarabolt zöldséget helyeznek. Innivalót a pultra, a kenyeres tálcák mellé készítenek, műanyag poharakba. (4. kép) A gyerekek fél



4. kép A reggeli az iskolai menzán. (Fotó: Báti Anikó, Budapest, 2014)

8-tól háromnegyed 8-ig kisebb csoportokban érkeznek az étkezőbe. Belépve köszönnek és beállnak sorba a kiszolgáló pult elé. Két-háromfős csoportokban beszélgetnek, halkán. A pultról egy kenyeret és egy poharat vesznek el. Reggel nincs kötött ülésrend, a pulthoz közeli asztalokhoz ülnek a kis csoportok, van, aki társul hozzájuk, van, aki egyedül étkezik. Tányér vagy szalvéta nincs számukra kikészítve, így a terítőre pakolnak. Az elsősök nagyobb csoportja együtt érkezik: a tanítónő hoz nekik szalvétát, kiosztja, így ők arra teszik a kenyерüket. Megkérdezi őket, hogy kezet mostak-e. A felszeletelt zöldséget (egy karika paradicsom, máskor egy negyed vajretek) szinte senki nem veszi el, pedig erre

a napra a menüben ennyi volt a nyers, friss zöldség. A menzán reggeliző gyerekek kb. egyharmada csak a poharat veszi el a pultról, a kenyeret nem, bár nem is kínálja senki. Az aznapi reggelije egy pohár tea, melyet a mosogatópult felé menet fel is hajt. Az ebédlőben szinte csend van, látszik, hogy sietnek. A legkorábban érkezők reggelije sem tart tovább 5 percnél. A mosogatópulton lévő, lepattogott zománcú tálban gyűlnek a két falattal megrágott kenyerek, a fél szeletből is mindössze ennyi fogyott. (5. kép) Az együtt érkező elsősök együtt is távoznak, kifelé menet elköszönnek. A nagyobbak, ahogy jöttek, egyesével mennek ki az ebédlőből.



5. kép A reggeli maradéka. (Fotó: Bági Anikó, Budapest, 2014)

## Tízórai

A tanulók közül szinte mindenki (a válaszadók 93%-a) hoz magával az iskolába tízórait, uzsonnát. Az „ellátmány” nem csak élelmiszer, hanem folyadék is: a megkérdezett tanulók 95%-a innivalót is hoz mindennap.

2. táblázat A menza keretein kívüli étkezések az iskolában  
a kérdőíves minta alapján

	Év	Összes válaszadóból (%)	Alsós válaszadóból (%)	Felső válaszadóból (%)
Az iskolai büfében vásárol	2013	50	13	65
	2014	62	37	84
Az italautomatából vásárol	2013	25	0	52
	2014	30	5	57
Visz magával tízórait, uzsonnát	2013	92	68	92
	2014	93	90	95
Visz magával innivalót	2013	84	88	76
	2014	95	92	97
Az iskolába vitt innivaló víz	2013	74	77	38
	2014	61	65	43

Az országos felmérések adataival szemben a leginkább kedvelt folyadék a víz, melyet a tanulók 61/74%-a otthonról visz magával, mert az épületben a WC-ék kézmosóin kívül nincs más vízvételi lehetőség. Tízórait, uzsonnát még akkor is csomagolnak a szülők, ha a gyermek az iskolában kap háromszori étkezést, illetve otthon is reggelizett. Ezzel mintegy „bebiztosítják”, hogy a gyermek tényleg egyen is valamit, mivel elsősorban a kedvencek kerülnek a dobozba, így például (gyakorisági sorrendben): kakaós csiga, pizzás csiga, sonkás szendvics, csokoládé, gyümölcs. Mindez kétélű fegyver, mert egyrészt alternatívát kínál a menza egész napra tervezett, változatosságra törekvő fogásai, köztük akár újszerű, akár „nem szeretem” fogásaival szemben. Másrészt a becsomagolt ételek többnyire nagy szénhidrát-, és sótartalmúak, kevésbé felelnek meg az egészséges étel fogalmának, nem igazán változatosak; egy tartalmas reggeli után, tízóraitként fogyasztva pedig szinte el is veszik az ebéd helyét.<sup>68</sup>

Az alsósok napi felszereléséhez hozzátartozik a kis uzsonnás zsák, benne a dobozba csomagolt étel, műanyag palackban az innivaló és egy kis terítő, melyet a padjukra terítenek az étkezéshez. A szülők a kézmosáshoz rendszeresen küldenek be folyékony szappant, és mindenkinek van otthonról hozott, saját

<sup>68</sup> Egy kakóscsiga energiatartalma felér egy ebédvel! A menzán kívüli étkezések vizsgálatáról további adatokkal szolgál: BÉNYI – VARGÁNE KONYHA – KACSUR – JUHÁSNÉ CZULEK, 2014. A tanulmány tanulságát nem lehet eléggé kihangsúlyozni: a közétkeztetés rendeleti szabályozása mellett az élelmiszeripari termékek összetételét is szabályozni kell, mert a lakosság napi élelmiszerfogyasztásának jelentős hányadát az teszi ki, s többek között a menzán is megjelennek.

törölközője is a teremben. De az idő rövidege miatt nem mindig tudják használni. A tanteremben névvel ellátott műanyag poharak és egy kancsóban víz is a rendelkezésükre áll, ha napközben megszomjaznak, bár többnyire a saját, otthonról hozott üvegükből isznak. A felső tagozat azonban ezeket az otthonos, alapvető kényelmi elemeket is nélkülözni kénytelen a tanterem rendje miatt. A folyosókon, tantermekben étkeznek. A mosdókban a kézmosáshoz szappantartók vannak, de üresek, mert az iskolának erre nincs anyagi kerete, és emiatt nincs kéztörlesztésre sem lehetőség. Az ebédlő előtti kézmosónál van egy törölköző, de a nap végén már nem használható. Az óvodai előzményekre építve az alsó tagozatban szépen megtanult, megszokott, hosszú távon is fenntartható minta, igényesség itt nagyon gyorsan megtörik.

Az iskolai büfé a közétkeztetés másik fontos szereplője a menza mellett, amely különösen a felsősök körében bír nagy jelentőséggel. Az alsósok esetében a pedagógusok egy része nem javasolja, hogy ott vásároljanak, amíg a pénzzel és a nagy számokkal nem tudnak biztosan bánni. Ez a vizsgálati mintán is jól nyomon követhető. Ugyanakkor felsőben részben ennek ellenpontozásaként is nagy népszerűségnek örvend a büfé árukínálata.<sup>69</sup> A kérdőívet kitöltők 50/62%-a rendszeresen vásárol a büfében, 14/17%-uk naponta; 36/44% hetente többször is. Azok a szülők, akiknek nincs elég ideje reggelit, tízórait csomagolni, pénzt adnak gyermekeiknek, 200–500 Ft-ot, hogy maguknak vásároljanak, maguk válasszanak. A menzai étkezések, melyet ugyan szintén a szülők finanszíroznak, de a gyerekeknek a menübe nincs beleszólásuk, ennek éppen ellenkezőjét jelentik számukra. Ez a fajta önállóság, függetlenség sokaknak vonzó, kifejezi a kamaszok törekvéseit. A vásárolt áruk a környezetük felé ezt az önállóságot szimbolizálják. A felsősök csoportján belül megfigyelhetők az egyes osztályok közötti eltérések, van, ahol nagyobb „divat” a büfében vásárolni, míg máshol a közösségi életnek ez kevéssé része. A vásárolt termékek közül a kedvencek: meleg szendvics, pizza szelet, croissant, Mexicorn pörkölt kukorica, chips, csoki, üdítő, kóla.<sup>70</sup> A kínálatban az ÁNTSZ ajánlások nyomán egészséges áruk is szerepelnek, de közel sem olyan népszerűek, mint az előbbiek. Az eladó pedig igyekszik a vásárlói igényeknek megfelelni. A büfének az iskola életében betöltött szerepe vitathatatlan. A megvásárolt termékek a kamaszok tiltakozásának az eszközei, bár tudják, hogy mi lenne a számukra egészséges. A szülőknek nincs rálátásuk ezekre a vásárlásokra. A tanulók napi

<sup>69</sup> „Voltak osztályok [alsóban], ahol megengedték, és ott a menzának nem volt olyan sikere, meg szerepe. Mert volt alternatíva, hogy nekem van pénzem, és megveszem. Ez egy kilépési helyzet volt, és ha lehetett meg is lépték. Én már más vagyok, mint ti. Ti csak üljetez itt a vályúnál, mert nekem megengedik, hogy egyek meleg szendvicset, és az milyen finom. El tudta magát ámitani, és szülői támogatás kellett hozzá, mert a pénzt megkapta.” Tanítónő 1.

<sup>70</sup> A dán gyermekek körében sem a gyümölcs a legkedveltebb áru a büfében, hanem a sült krumpli, amelynek hasonló szerepe van az önállósodási törekvésekben, mint a fent ismertetett példában. SYLOW, 2008.

étkezéseit a kérdőívek nyomán áttekintve többségüknek ezek az ételek teljesen fölöslegesek, üres, nélkülözhető kalóriák. Van azonban, aki az otthoni gondoskodás hiányában csak így tudja a saját ellátását megoldani.

A büfé mellett az italautomata is a rendelkezésükre áll az épületben. A válaszadók 25/30%-a vásárol itt rendszeresen (hetente többször 36/42%-uk), üdítőt, cappuccino-t, forró csokit, édességet. A büfé esetében megfigyelt korosztályos tagolódás itt is érvényes, az italautomatából is elsősorban felsősök vásárolnak. Bár az automata közel sem olyan népszerű, mint a büfé, a nagyobbak körében kedvelt „presztízs fogyasztás” ezen formáját azok is megengedhetik maguknak, akik egyébként a büfében nem vagy csak ritkán vásárolnak. Előfordul, hogy barátok kölcsön is adnak egymásnak, hogy együtt üdítőzzenek.

### *A tízórai menete*

Az alsósok a tízórait a saját termükben, a padban ülve fogyasztják el a tízperces délelőtti szünetek egyikében. Kezet mosni csak kevesen mennek előtte. Van, aki már a reggelit is a tanteremben fogyasztotta, és ilyenkor annak a maradékát eszegeti. Van, aki otthon reggelizett, és a kis dobozából szendvicset, almát szed elő, de mire belefog, már pakolhatja is vissza. Aki korábban a menzán reggelizett, az is az otthon csomagolt péksüteményt és teát fogyasztja. A felsősök a rövidke szünetekben a szaktantermek között vándorolnak, óriási a forgalom a folyosókon. A tízórazásra számukra nem megoldás az sem, hogy padjukba üljenek, ezért csak futtában látni étkezőket. A többség az otthoni szendvicset harapdálja gyorsan, van, aki a menzára szalad le, mert a reggeli maradékot, fél szelet kenyeret, egy-egy almát el lehet hozni. Az étkezők legnagyobb csoportja a földszinti büfé körül tömörül, főként abban a szünetben, amikor a pizzafutár meghozza a kész pizzákat, melyeket szeletenként árusítanak. Szalvétán egyensúlyozzák a szendvicset, úgy étkeznek és közlekednek egy időben. Sem étkezés előtt, sem étkezés után nem mosnak kezet azok a csoportok, akiket figyelemmel kísértem, csupán a szalvétát használják.

### *Ebéd*

Ebédet a kérdőívet kitöltők háromnegyede fogyaszt a menzán. A felső tagozatra a kötelező menza-előírás már nem vonatkozik, ezzel együtt jelentősen le is csökken az iskolában szervezett keretek között étkező kamaszok létszáma, csak kb. az 50%-uk étkezik és csak a déli főétkezésen az iskolában. A felsősök között megfigyelhető tendencia figyelmet érdemlő: a közétkeztetés igénybevétele osztályonként jelentős eltérést mutat. A menzától való távolmaradás egyfajta „divat” a felsős tanulók körében, a kortárs csoport véleménye a meghatározó ezen a téren is. Így van olyan osztály, ahol a 60%-uk az iskolán kívül ebédel.



Az alsósokra vonatkozó kötelező menza-rendszer „ellenhatása” lehet ez, mert a kiskamaszok (5. osztály) körében ez a szám még jóval kisebb: 15%. Minél nagyobbak, annál inkább eltávolodnak a korábban kötelező menzától. Önmaguk számára is magyarázatként korábbi rossz élményeiket túlhangsúlyozzák, azt általánosítják. A megreformált menza ezt a növekvő számú csoportot ezért nem éri el, ebben a formában. Az iskolán kívül ebédelők nagy része otthon étkezik, főként egyedül vagy testvér társaságában. Sokan azonban közülük délre is csak szendvicset fogyasztanak, mert a délutáni órák miatt nincs mód másra. Számukra a menza lehetne a megoldás, ha versenyképes tudna lenni.

A menzán kínált fogások közül a legkedveltebbek sorrendben: paradicsomleves, gyümölcsleves, bolognai spagetti/milánói makaróni,<sup>71</sup> tejbegríz, piskótakocka csoki öntettel, rántott hús rizs körettel, tojásleves, sajtkrémleves. Ezeket a fogásokat sorolták többnyire ott is, ahol a hazai ízekre hasonlító fogásokat kellett megnevezniük. A szolgáltató felé ez egy fontos jelzés lehet. Nem szerepel ugyanakkor ezen a listán egyetlen zöldségleves, húsleves és főzelék sem! Ez komoly kritika ezen ételosztályokkal szemben, bár az étlapokon nagyon sokszor ott vannak.

### *Az étlapok*

A vizsgált kétéves időszak szinte összes heti menüjét összegyűjtöttem az iskolából, ezeket azonban nem tudom dietetikus szemmel elemezni, nem is céлом, azt megteszik a táplálkozástudományi hatóságok. Bár ők csak 10 napos ciklusokat elemeznek, én a teljes rendelkezésemre álló mintát, mert a gyerekek egész évben ezt eszik. Az étlapot a fogyasztói oldal szemszögéből láttatom, hogy mit olvashat ki mindebből egy gyermek vagy egy szülő. A tanulmány keretei között most csak a leves helyét, szerepét emelem ki, mert azzal kapcsolatban merült föl a legtöbb probléma minden forrásban.

Az adott hétre vonatkozó étlap elérhető az iskola kapujában, a menzaajtóban, valamint az iskola honlapján keresztül is. 2014-től az étlap tartalmazza a tápanyag-összetételre és az allergénekre vonatkozó legfontosabb adatokat is. A főzőkonyha élelmezésvezetője állítja össze, olykor intézményenként is differenciálva az étlapot,<sup>72</sup> majd a szolgáltató központjába küldi, ahol dietetikus ellenőrzi a tervezetet. A szolgáltató az orvosi igazolások alapján a speciális diétára vonatkozó igényeket is ki tudja elégíteni, számukra egy másik konyháról, külön, névre szólóan csomagolva szállítják az ételt.

<sup>71</sup> A kérdőívre adott válaszokban a spagetti, makaróni, bolognai, milánói minden formában keverve szerepelt, a gyerekek egy része a kedvencét sem tudta pontosan megnevezni, az ételről még ezzel a minimális ismerettel sem rendelkezett.

<sup>72</sup> A főzőkonyhának otthont adó iskola előnyt élvez: számukra például a rakott zöldséges ételek is a menüben szerepelnek, mert ott nem kell szállítani, míg ugyanerről a konyháról ugyanaznap a többi iskola azonos alapanyagból, de valamilyen főtt ételt kap, rakott krumplici helyett krumplifőzeléket.

Az étlapokon az ételek elnevezése a gyerekek szempontjából nem túl fantáziadús, elsősorban az alapvető alkotóelemek megnevezésére korlátozódik. (Személyes kedvencem a „Bakonyi pulyka betyár leves”, mely bölcsészként sokféle asszociációt ébreszt.) A jól megtervezett, változatos étlap fölkeltheti az érdeklődést. Ha kellő figyelmet kap a családon belül és a tanítónők körében, akkor motiválttá, kíváncsivá teheti a gyermeket, hogy megismerje az ételleket.<sup>73</sup> Nagy jelentősége van a fogások elnevezésének is (MINEK NEVEZZELEK? 2013), hiszen bár az alapanyagok hasonlóak, de az ízek mások. A névvel, amely akár mesefigura is lehet – a brokkoli krémleves neve Shrek leves például –, érdekessé, különlegessé lehet tenni a fogásokat. Erre tett javaslatot Buday Péter is (lásd fentebb).

Az étlapokból a levesek, hangsúlyozottan a gyermekek szemszögéből elemezve: ha a nevek alapján nézzük, akkor a két év alatt 39 féle leves fordul elő, ami igen jelentős szám. Ha jellegadó alapanyagok szerint nézzük, akkor szerepel 7 féle tésztalesves, amely mind közül a legolcsóbb, 5 féle húsos leves, 2 féle gyümölcsleves, 8 féle zöldségleves és újításként 5 féle krémleves. A gyerekek, még ha ismernek is közülük jó párat – bár a tapasztalatok nem ezt mutatják –, nem fogják tudni megkülönböztetni a kertész levest, a húslevest és a csontlevest zöldséggel.<sup>74</sup> Mivel mindháromban, illetve minden további levesben is az azonos méretűre darabolt leveszöldségekkel találkozunk, ránézésre nagyon könnyen arra a következtetésre jutunk, hogy már megint ugyanaz a leves van, mint tegnap. Hasonló a helyzet a levesbetétekkel is: a gyerekek nem feltétlenül veszik észre a különbséget, ha nem hívjuk fel rá a figyelmet, a vajgaluska, a grízgaluska és a korpagaluska között, holott ezek egy-egy leves név- és jellegadói is. Az étlapban a rendeleti előírások miatt is törekednek a változatosságra, ennek lehet sajátos eszköze a következő: csak a receptek ismeretében tudhatjuk, hogy a Dubarry krémleves és a karfiol krémleves vagy a pirított tészta és a lebbencsleves tulajdonképpen ugyanaz, bár az étlapon így is, úgyis előfordul. A gyerekek tányérján viszont ugyanolyannak látszik! Nem volt túl szerencsés a szerkesztés szempontjából az a hét, amikor egyik nap hagymakrémleves, rá két napra sajtkrémleves, a többi napokon pedig zöldborsóleves és sárgaborsóleves, végül zöldséges korpagaluska leves szerepelt. Ezeket a példákat csak azért emeltem ki, mert az étlapokat nézve meg lehet érteni a gyerekek visszajelzéseit: ha csak a kitalált levesekre ránéznek, akkor kevésbé tűnik változatosnak

<sup>73</sup> „Várják-e azt a napot, amikor a kedvenc ételük vagy amit jobban szeretnek, és elviselik-e azokat viszonylag egyszerűen, amikor nem a kedvencük van, vagy nem szeretem dolgok is elé kerülnek, azt hogyan élik meg. Ide nem kérdőjel kellene? Én fontosnak tartottam, hogy rendszeresen a nap várható étkezéseit közöljem velük.” Tanítónő 1.

<sup>74</sup> Tanulságos volt a következő, szemem előtt zajló esemény: a levest a gyerekek nem ismerték fel, a tanítónőt kérdezték, mi ez. A tanítónő a tálalás közben szintén nem tudta meghatározni a látottak alapján, hogy mi is lesz a mai menü. Odament a falon lógó étlaphoz és onnan olvasta fel: kertész leves.

a kínálat. Talán emiatt is többen már el sem jutnak oda, hogy megízleljék, és észrevegyék a különbséget a tejfölös és a magyaros burgonyaleves között.

Minden vizsgált közösségben, úgy az óvodában, mint az iskolában, a gyermekérkeztetésről szólva az egyik leginkább hangsúlyozott megállapítás az volt, hogy a gyerekek nem szeretik és nem ismerik a leveseket. A legtöbb ételhulladék is ebből keletkezik. Ezt a tényt nem lehet figyelmen kívül hagyni. A szolgáltatók és a táplálkozást vizsgáló hatóságok mégis kulcsszerepet szánnak a déli étkezésen belül a levesnek. A kérdés összetettsége miatt érdemes ezt bővebben is körüljárni. A probléma megoldása egyben a megújítás alapelveit is meghatározza, melynek az anyagi vonzata is jelentős lehet.

„A levesekről élettani szempontból egy sor pozitívumot lehet leírni. Jellegtől függően első fogásként lehetnek étvágyfokozók, de egytálételként is fogyaszthatjuk őket. Közétkezésben általában első fogásként kínálják. A mennyisége 2,5–3,5 dl között van.” (BÉNYI, 2014) A leves, mint folyadék-szükségletünk kielégítéséhez hozzájáruló elem, szintén nem elhanyagolható (SZIRÁKI, 2014; GYURICZA, 2013).

A déli főétkezésben a levesnek, mint bevezető első fogásnak a közép-európai és azon belül a magyar táplálkozáskultúrában betöltött szerepe több mint 300 éves múltra tekint vissza (KISBÁN, 1997, 2009a, 2009b, 2010). Az 1970-es évektől azonban a hétköznapi déli étkezéseken a helye és szerepe megváltozott. A női munkába állással párhuzamosan az otthoni főzés és étkezések hangsúlyai eltolódtak, mindinkább a vacsora lett a napi közös főétkezés. Ezen azonban korábban sem volt kizárólagos szerepe a főtt ételeknek, kenyérré alapozott hideg ételek ugyanúgy szerepelhettek. A levesekkel szemben ebben a tanulmányban is többször megfogalmazott szeretem/nem szeretem hozzáállás ezekre a négy, négy és fél évtizede elindult folyamatokra vezethető vissza. A mai családanyák már ebben nőttek föl, körükben is ez a megosztottság figyelhető meg, ezt tükrözik csak vissza az iskolában a gyerekek is. A megkérdezett felnőttek úgy nyilatkoztak, nevetve, hogy gyerekkorukban ők sem szerették a levest, még ha ma másként is gondolják. Mindezzel azt szeretném hangsúlyozni, hogy a probléma nem mostani keletkezésű, nem feltétlenül a mai családokkal van gond ezen a téren. A probléma sokkal inkább az, hogy a közétkezésben a menüszerkesztés ezt a változást nem követte, az étkeztetési cégek vezetőjétől az egészségügyi hatóságok szakemberéig mindenki a leves jelentőségét hangsúlyozza. De ha nem eszik meg a gyerekek, akkor mindegy, hogy milyen előnyei vannak, akkor az csak veszteség. (A későbbiekben hozok egy vizsgálati eredményt, amely az el nem fogyasztott leves előnyét is megfogalmazza.) A nemzetközi konyháról számos példával lehet azonban igazolni, hogy lehet attól egy menü teljes értékű, hogy nem leves vezeti be. A leves mindennapos szerepe helyett a hideg és meleg előételeket, továbbá a valódi gyümölcsből készült gyümölcsleveket, salátákat is nagyobb mértékben kellene bevonni, ezzel is kínálatot bővít-

ve. Megítélésem szerint ez nem csökkentené a levesek pozícióját a menüben, sőt, egy-egy újdonság mellett egy valódi, friss alapanyagokból készült, nem egy sablonra ízesített leves jobban is hasznosulna. A gyerekek ezen a téren is az újdonságokat keresik, a változatosság nem merülhet ki csak a névadásban.

A levesekre vonatkozó kitérő után az étlapokat tovább elemezve: a menzán kínált ételek mennyiségével a tanulók közel fele elégedett, a megítélés ugyanakkor nagyban függ a korosztálytól (lásd *1. táblázat*). A legkisebbek 13/23%-ának sok a föltálat étel, míg a felsősök 32/46%-ának kevés. Az adagolási útmutatóban ezt figyelembe kellene venni, ahogy ez az ajánlásokban is szerepel.

Az iskolai válaszadók többsége nagyon komolyan vette azt a kérdést, hogy ha módja lenne, akkor mit változtatna a menzán. Itt egyrészt megerősítették a fenti kedvenceket, azok legyenek gyakrabban. Másrészt felsorolták, hogy milyen alapanyagokat nem szeretnek (sóska, spenót, gomba, brokkoli, mák), melyek ugyan egyéni vélemények, de a változatos, sokféle igénynek megfelelő étrend összeállításához fontos ismerni ezeket is. A tudományos vizsgálatok eredményeitől függetlenül is meglepően jól megjelölték azokat a változásra váró tételeket, melyekre a miniszteri rendelet is kitér.<sup>75</sup> A tanulók által javasolt változtatások közül a leghangsúlyosabbak, melyek túl mutatnak az egyéni igényeken:

*több gyümölcs, ne csak alma; sokkal több hal, sajt legyen; reggeli változatosabb legyen; túl sok a főzelék, leves csak hetente kétszer legyen, helyette 100%-os gyümölcslé; fűszerezzenek változatosabban; legyen rántott sajt, rántott zöldség; levesekbe kevesebb sót[!], többfajta ételt ebédre[!]; több desszert legyen; melegen kellene tartani az ennivalót; tisztább legyen a konyha; a konyhások ne beszéljenek durván.*

A menzai étkezésekről főként az alsó tagozatos szülők tájékozódnak a gyermekeikkel való beszélgetésekből (a válaszadók 83%-a), felsőben erre már kevesebb figyelmet fordítanak, illetve sokan ki is maradnak. Az iskola kapujában és a honlapjukon is elérhető étlapok iránti érdeklődés is ezzel áll párhuzamban: az alsósok szülei olvassák inkább, a válaszadók 24%-a.<sup>76</sup> (Érdekes viszont, hogy a szülők 62%-a kíváncsi a tápanyag-összetételre vonatkozó adatokra az étlapokon.) A vizsgált családok körében nagyon kevés példát találtam, ahol a vacsora megtervezésekor figyelembe veszik a gyermek ebédjének milyenségét – szereti-e a gyermek az aznapi fogásokat, evett-e elegendő tápanyagot mindenből – az étlap előzetes tanulmányozása után.

---

<sup>75</sup> Ezek a megállapítások annak tükrében is érdekesek és elgondolkodtatóak, hogy a szolgáltató már 2 éve a Mintamenza program tagjaként szigorúbb minőségi elvárásoknak igyekszik megfelelni.

<sup>76</sup> A menzai étlapok és az otthoni étrend kapcsolatáról lentebb még szólok.

A menzákra vonatkozó miniszteri rendeletről a szülők többsége egyáltalán nem hallott. Aki értesült róla, az is csak a sajtó által kiemelt, például a rántott hús fogyasztás korlátozásáról szóló pontokat ismerte.<sup>77</sup> Az OETI „Stop-Só” programja, valamint az erre utaló reformtörekvések még ennyire sem ismertek a szülők körében. Ennek ellenére 59%-uk úgy véli, hogy ők ezt már meg is valósították az otthoni étkezéskor, hangsúlyozták, hogy tudatosan kevesebb sót használnak. Ezt azonban az általam használt módszerek nem igazolhatták, csak a szavaikra támaszkodhattam.<sup>78</sup>

### *Az ebéd menete*

Az iskolai ebédelés rendjében minden osztályra maximum 20 perc jut!<sup>79</sup> Ez idő alatt kell a legkisebbeknek is például az épület tulsó felén lévő termük mellett a mosdóban kezet mosni, együtt idevonulni, az ajtón belépve soraikat rendezni, köszönni, majd helyet foglalni, levest enni, sorban állni az üres tányérral, majd egy újabb sor a második féléért, enni, asztalt törölni, széket pakolni. A felsősöknek pedig a szaktantermek közötti vándorlás után kell lerohanni, többszörösen sorban állni, enni és 6–7. órára csengetésre visszaérni.

Az alsósoknál minden osztályban az asztaltársaságból van egy-egy napos, aki a szülők által bevitt szalvétával megteríti a többieknek. 5. osztálytól ez a rendszer teljesen megszűnik, minden kényelmi elemével, szervezettségével együtt. Az addig megkövetelt normát nagyon hamar felülírják a rendelkezésre álló rövid idő miatt az igénytelenebb megoldások.

<sup>77</sup> Válaszok a szülők által kitöltött kérdőívből, vélemények a rendelet megvalósíthatóságáról: „*Jó lenne, ha működne, de tartok tőle, hogy még kevesebb dolog fog ízleni nekik.*” „*Az étkezés nem csak tápanyagbevitel, hanem közösségi élmény is. Ha a gyerekek kedvencét elveszik, az nem tesz jót!*”

<sup>78</sup> Meg kell azonban említeni, hogy a vizsgálatba bevont mesterséf és két másik szakács is megerősítette, hogy a magyar szájíz sósabb, a fűszerezés kicsit más, mint általában véve Európában. Volt, akit külföldi szakmai gyakorlata során szembesítettek ezzel. Kiemelték, hogy a nátrium-glutamát élelmiszeripari használata teljesen általános, az ízérzékelésünket viszont becsapja: az ízfokozó nélkül a természetes ízeket elégtelennek érezzük. Ez az egyik összetevője a Vegetának is. A WHO ajánlásokra épült hazai előírások erre bizonyára kevésbé voltak tekintettel, az új ízek elfogadtatásához, a minimális só mennyiség behatárolásához viszont fontos, de nehezen meghatározható információ lehet.

<sup>79</sup> 3. táblázat Az ebédlő beosztása a 2013/14-es tanévben:

Időpont	Ebédlő eleje	Ebédlő hátulja	Kis folyosó
12.00–12.20	2a	2c	3c
12.20–12.40	1c		3a
12.40–13.00		felsősök	
13.00–13.20	1a	1b	3b
13.20–13.40	2b	4a	4b
13.40–14.00		felsősök	

A régebbi gyakorlat szerint az első gyermekcsoportoknak a konyhás nénik terítették meg az asztalt az általános normáknak megfelelően: mélytányér, evőeszközök, szalvéta szalvétatartóban. A visszaemlékezések szerint egy tanévben az volt a gyakorlat, hogy minden osztály számára a konyhások készítették elő az asztalt, de a rendszer nem volt fenntartható a csökkenő személyzeti létszám miatt, a feladatok jelentős részét így a pedagógusokra és a gyerekekre hárították át.<sup>80</sup> Az iskolai konyhai személyzet létszáma, összetétele sokat változott az utóbbi években, folyamatosan csökkent, cserélődött – első körben akkor, amikor a főző/befejező konyha tálalókonyhává lépett vissza<sup>81</sup> –, ezzel az elvégzendő feladatok köre változott ugyan, de a gyermeklétszám folyamatosan nőtt, mert évfolyamonként több osztályt indítottak.

Minden alsós osztály maga terít saját magának a mai gyakorlat szerint. (6. kép) Az asztaltársaságon belül a napos feladatát heti váltásban osztják meg egymás között a gyerekek. Az óvodában elsajátított technikákat hasznosítják. Míg a többiek helyet foglalnak, addig a naposok evőeszközöket, poharakat, mélytányérokat készítenek oda mindenkinek. A mélytányérok a konyhaszekrényen, az evőeszközök, poharak a csoport vonulási útvonala mellett, egy alacsony asztalkán vannak elhelyezve: egyetlen, nagy átmérőjű műanyag edényben állnak a kések, villák, kanalak vegyesen. A naposok nem tudják kivenni anélkül, hogy a kanalak, villák „fejét” ne érintenék. Az evőeszközök tisztaságának kérdése nem megoldott.

<sup>80</sup> A terítés gondja nem megoldott: „Újabb ötlet volt, minden csapat oldja meg a következő csoportnak, hogy ők is terített asztalhoz érkezzenek. De az már nem volt olyan, mint az első, mert szedett-vedett, mosogatóronggyal összevizezett. Sőt, ami nekem szívt: a kanalakat, az evőeszközöket hogy fogja meg az a kisgyerek, aki már siet, mert ott a következő csoport. Kézmosás nélkül, evés után van, ki tudja, mi van a kezén. Neki az a praktikus, ha az evőeszközt a legnagyobb felületén ragadja meg. Pont annál, amit a következő gyerek a szájába vesz.” Tanítónő 1.

<sup>81</sup> 2011. januártól az önkormányzat új szolgáltatóval kötött szerződést. A korábbi személyzetből csak egy fő dolgozik most is itt, a többség egy-két éve dolgozik csak ebben a munkakörben, melynek a szakmán belül a legkisebb a presztízse. A tálalókonyhán való munkához a szakképesítés sem feltétel. Az iskola állami fenntartású intézmény lett 2012-től, a konyhai személyzettel együtt. (Más oktatási intézményekben a tálalókonyhán dolgozók az ételt készítők, szállító cég munkatársai lettek, amely számukra kedvezőbb jogi-anyagi helyzetet teremtett.) A szerződésben foglaltak szerint a konyhát az új szolgáltató felújította az iskolában, de használaton kívül van. Helyette egy másik iskolából szállítják az ételt, egy 3500 főt ellátó nagy konyháról. A korábbi gyakorlattól ez teljesen eltér. A felső tagozatosak és a pedagógusok – akik mindkét konyha főztjét ismerik – egyértelműen a korábbi szolgáltatót találták jobbnak: izletesebb ételeket, több gyümölcsöt és desszertet kínált. Számukra nagyon hiányzik a konyhai személyzettel, az ételt elkészítő szakáccsal való személyes kapcsolattartás. Az új szolgáltató esetében alapvető minőségi kifogások merültek fel, melyet az iskola a tanárok és a gyerekek véleménye alapján rendszeresen jelzett a szolgáltató felé írásban. Ezeket a problémákat igyekeztek orvosolni. Sokat jelentett például 2014-től az új főszakács személye. A főszakács most igyekszik az ebéd kiszállításakor a konyhásokkal is beszélgetni, véleményüket kikérdezni. Ugyanakkor ezek a problémák nagyban hozzájárultak ahhoz, hogy a mai felsősök amúgy is ingatag bizalma megrendült a közétkeztetésben.





6. kép A leves tálalása. (Fotó: Báti Anikó, Budapest, 2014)

Az ebédeltetés rendjében többnyire az első-második osztályosok érkeznek először. Számukra a konyhás nénik segítettek régen az ételek kiszedésében. Az elmúlt években már a tanító nénik vették át ezt a feladatot: a fém leveses tálakat az asztalra helyezik, az ételt kiszedik. A gyerekek többsége igyekszik önállóan megoldani a leves tálalását,<sup>82</sup> de ehhez a székekre térdelnek fel, hogy biztonságosan elérjék és bele is lássanak a tálba. A tanítónő jó étvágyat kíván, és egyszerűen kezdik az evést. A teremben mindenki csak halkán beszélget,<sup>83</sup> inkább siet. A legnagyobb zaj a székek folyamatos mozgatásából,

valamint a mosogatásból fakad.<sup>84</sup> Az első fogás után a gyerekek a leveses tányérokat egyesével a mosogatóhoz viszik, ott a pultra teszik. Előtte azonban

<sup>82</sup> „... a tetejéről szedtek. Én próbáltam tréfásan, hogy a 'kincs' alul van – a zöldségek, a tészta stb. –, keverjük csak fel az állóvizet kicsit. ... a tapasztalat az, hogy a gyerekek nem nagyon szeretik a levest.” Tanítónő 1.

<sup>83</sup> A szülők egy része értetlenül áll az előtt a kérdés előtt, hogy miért kell evés közben csendben lenni. A pedagógusok valójában nem követelnek meg teljes csendet, csupán halk beszédet. Ugyanakkor szülői elvárás, hogy a gyermek ebéd közben ne maradjon éhes, tehát a cél az, hogy inkább egyen, mint beszélgessen. A hangulatos, vidám ebédnek egyébként legnagyobb ellensége az időbeosztás, mert végezni kell, mire jön a következő osztály. Továbbá nem szerencsés az étkezés szempontjából, ha 60 együtt étkező gyermek egymást akarná túlkiabálni. Az osztályok között azonban jelentős eltérések voltak a tanítónők egyéni gyakorlata miatt, az alapzaj szintje nagyon különbözőt korosztályonként is.

<sup>84</sup> „Amikor a tányérokat teszik a mosogatóba, az igen nagy zajjal jár. Egy kicsi gyereknek, aki nincs ehhez hozzászokva, mert egy nyugalmasabb családi légkörből jön, a nagy tányércsörömpölés már eleve bizonytalanságot kelt.” Tanítónő 2.

a tanító néni felé fordulnak, aki rápillant a tányérra, és engedélyezi a kivitelét vagy szerencsétlen helyzetben további levesfogyasztásra biztatja kis növendékét. A második fogást már mindenki saját maga veszi el a konyhapultról, tálca nélkül, csak a tányért fogva viszik az asztalukhoz, majd evés után újra a mosogatópulthoz. Ha gyümölcs vagy sütemény is van, hetente egyszer, azt nem külön tányérra tálalják, csak szalvétára. Ebben az esetben a tányér mellett ezt is a kezükben szorongatják visszafelé, így kerülhet például hámozatlan kivi a tejbegrízbe... Inni az asztalokon lévő vizeskancsóból, műanyag poharakból tudnak, de nem mindenki iszik ebéd után. A legtöbben megköszönik az ételt. Az asztalt a naposok törlik le az asztaltársaság után. Ehhez vizes törlőruhák vannak számukra kikészítve, melyeket a konyhas nénik minden turnus után kimosnak. Közben az osztály már sorakozik, elkészön a konyhas néniktől. Kifelé menet többen, de közel sem mindenki, a bejárat közelében lévő almásládából vesz egy-egy almát.<sup>85</sup> A naposok feladata azzal zárul, hogy ha az ebédlőhasználat rendjében az ő osztályuk az utolsó az ebédlő azon térfelén, akkor a székeket is fel kell rakniuk az asztalra. (7. kép) Az osztályterembe indulva magukkal viszik a nagy műanyag dobozokba készített uzsonnát is.

Az iskola dolgozói a vizsgált időszakban csak nagyon kis létszámban vették igénybe a menza szolgáltatásait: 2013-



7. kép Naposok munkában.  
(Fotó: Báti Anikó, Budapest, 2014)

<sup>85</sup> Az almát, a sulí gyümölcs program keretében, hetente egyszer hozza ki az ebédet szállító cég, nagy ládába öntve. A minősége a vizsgálat ideje alatt igen változó volt. A válogatós gyerekeket nem igen biztatta a fogyasztásra a nagyrészt éretlen, a szállítástól többnyire ütődött gyümölcs. A ládából az alma nem kerül ki, például tálcákra, nem is kínálja senki. A következő hétig az ebédlő oldalfalánál állnak az almás ládák, mellette halad el több száz gyerek naponta, ott porosodik, romlik a melegben. A következő szállításig az előző adag vége már tönkre megy, a konyhasoknak ki kell önteni. Az étlap alapján valóban van minden nap friss gyümölcs, de ebben a formában azt csak nagyon-nagyon kevesen fogyasztják.

ban a 43 dolgozóból csak 8-an étkeztek itt. A régebbi szolgáltató ideje alatt ez a szám magasabb volt, de pontos adat nem áll rendelkezésemre. A konyhások közül senki nem ebédel, nem is kóstolják azt az ételt, amit kitálalnak. Az alsós tanítónőknek nincs ebédejük: aki befizetett ebédre, az a gyerekekkel egy időben próbál maga is enni. De láthatjuk, hogy rájuk az ebédeltetés rendjében sok-sok feladat is hárul. Ha egy asztalhoz ül a gyerekekkel, akkor is tálal nekik, felügyeli közben a rendet, a levesfogyasztást, a maga köré gyűjtött tanulókat az evőeszköz helyes használatára tanítja, saját példáján keresztül is. A legtöbben nem is esznek közben, az asztalok között sétálnak, csak a munkaidő után, otthon estebédelnek. Van, aki leül a tanári asztalhoz, és onnan kiabálva próbál rendet tartani. Van olyan pedagógus, aki otthonról hoz magának ételt, melyet a mikrohullámú sütőben megmelegít, és azt fogyasztja a gyerekek társaságában. A gyerekek mindebből azt szűrhetik le, hogy vannak kiutak, más megoldások: a felnőttek, akik döntési helyzetben vannak, ezt kihagyják, akkor nekik miért kellene a menzán enni, ha nem muszáj.

A felsős osztályoknál az ebéd szervezetlenebb, mint a kisebbeké, nem működik a napos rendszer, nincs szalvéta, nincs előkészített teríték, nincs levesestál. Az alsó tagozatban nehéz munkával, évek alatt felépített, megszokott rend hiánya 5. osztály elején a tanulóknak komoly konfliktust okoz. A két megjelölt időszámban kell és lehet csupán csak étkezniük, az osztálykeretek viszont nem kötik szorosan őket. Az ebédlőbe kisebb csoportokban, illetve egyesével érkeznek. A tálalópulthoz mennek először, leadják a névre szóló ebédjegyüket. Menet közben felmarkolják az evőeszközöket. Többen nem visznek kanalat, kést, poharat. A pulton csak néhány tányérban van leves kikészítve, de szinte senki nem veszi el, igaz nem is nagyon kínálják. A leveses tányérokat ezután nem is pótolják. A felsősök talán emiatt, de lehet, hogy már előre eldöntötték, többnyire csak a második félét viszik az asztalukhoz, megspórolnak az amúgy is rövid időből két sorban állást! Az asztaltársaságok az érkezés sorrendjében szerveződnek, alkalmilag, a terem hátsó részében. Eközben az alsósok naposai nagyon hangosan zörögve pakolják a székeket egymásra az asztalok mellett, egyre kevesebb ülőhelyet hagyva a még érkezőknek, a konyhai személyzet pedig folyamatosan mosogat (8. kép). Az asztaltársaságok ezt az alapzajt túlharsogva beszélgetnek. A hangulat meghittnek semmiképpen sem mondható. Aki nem vesz részt a társalgásban, egyedül ül, azok közül van, aki levest nem hozott, a második félelől is csak a feltétet ette meg (két halrudacsakát), a köretet (párolt rizs) pedig már viszi is vissza a mosogatópulthoz, miközben az utolsó falatot még le sem nyelte. Az egész ebédlőbeli tartózkodása, mert ebédnek nem nevezhetjük, 3 perc sem volt! A többség vidáman beszélgetve, de tempósan fogyasztja el az ebédet. Vizet nem mindenki iszik ebéd után. A mosogatópultnál néhányan megköszönik az ételt. Az együtt étkező kisebb csoportok együtt is távoznak.



8. kép Ebédelő felsősök. (Fotó: Báti Anikó, Budapest, 2014)

14 órakor vége az ebédnek, a konyhai személyzet a mosogatás újabb fázisába és a hulladékok összegyűjtésébe kezd. A tálalókonyhában ugyan van melegentartó-pult, de nem használják, az ételek a konyháról érkezett 10–12 badellában állnak, abból tálalnak.<sup>86</sup> A lezárt badellák melegen tartják az ételt, a kitálalt leves például még gőzölgött. (A gyerekeknek, akik viszont sietnének, ez nagyon kedvezőtlen, ez is oka lehet annak, hogy egy-két kanál után már viszik is vissza.) A tészták (melyek alapanyaga durumliszt), a párolt rizs és a rántott halszeletek esetében viszont ez a módszer minőségromlást is eredményezhet: egyszerűen túlfőnek a tálalásig, nehezen szétkavarható, nagy gombócokká állnak össze, a halról leválik a panírozás.<sup>87</sup> Ezek a gondok a helyi főzőkonyhával is csak részben oldódna meg, a pultot akkor is minden nap fel kellene forró vízzel tölteni és a nap végén el kellene mosogatni.

<sup>86</sup> A kiszállításkor a sofőrnek a dolga az is, hogy az étel átadása/átvétele során a minőséget ellenőrizze, a badellát bevigye és a melegentartó-pultba beöntse az ételt. De a pult mosogatása újabb, nehéz feladat lenne a konyhásoknak, ezért ettől eltekintenek, senki nem kéri számon.

<sup>87</sup> Az esetlegesen előforduló, a konyhai személyzet által kifogásolt, a tálalás előtt észrevett minőségi problémákat a főzőkonyha igyekszik gyorsan megoldani, például ha a virsli nyers, a fasírt túlsült vagy a tarhonyalevesnek nincs leve. Az iskola vezetése pedig folyamatosan küld a minőségre vonatkozó írásos visszajelzéseket a szolgáltató felé.



Nagyon sok hulladék maradt az ebéd végén! A főzőkonyháról 105 l leves és 80 l párolt rizs érkezett délre. Ebből 150 l a moslékos hordókban végezte, a nagy része a leves, de rizs is van közte. (Csak a felnyitása után derül ki, hogy a kiosztott, nagy csomókba összeállt rizs helyett ebben az edényben szép, pergő rizs volt, de hát hiába...) Az étel kb. egyharmada el sem jutott a gyerekekhez, ahogy a konyháról elhozták, úgy öntötték ki a bontatlan badellákból. (9. kép) A hulladék – mely innentől veszélyes hulladéknak számít, szállítása pedig további költség – a dunaújvárosi kommunális gyűjtőbe kerül.<sup>88</sup>



9. kép A ki sem tálalt étel mint hulladék. (Fotó: Bági Anikó, Budapest, 2014)

Az étkezés végén keletkező nagy mennyiségű hulladék nem egyedi eset, méretei az ételmezéstudományi hatóságok érdeklődését is felkeltették. 2013-ban több budapesti iskolát mértek föl: napi, havi szinten mennyi hulladék keletkezik (BÉNYI, 2013). Az egyik kutatásban egy hónapig figyelték az étkezéseket egy intézményben: például a levesekből 20 nap alatt 11-szer maradt meg tetemes mennyiség, 50–70% (a legtöbb a daragaluska, a zabgaluska, a magyaros burgonya- és a lencselevesből maradt, 80–84%). A nyers rágórépából a vizsgált

<sup>88</sup>A konyhán keletkező hulladékok kezeléséről lásd: NEBEHAJ, 2014b.

időszakban semmi nem fogyott el. Egy másik vizsgálatban ugyanazon szolgáltató ebédjének sorsát követték nyomon hat iskolában, 3 napon keresztül (BÉNYI, 2014). A tendenciák hasonlóak voltak, még a legjobban fogyó sárgaborsó levest is csak a gyerekek egyharmada ette meg. A levest egyáltalán nem fogyasztók aránya 36–52% volt! Nem volt nagy eltérés abból a szempontból sem, hogy a hagyományos, magyaros jellegű, vagy újszerű, krémleves volt-e az ebéd. Tanulságos viszont az a megállapítás, hogy azokban az iskolákban sem fogyott jobban az ebéd, ahol nagyobb arányban vannak azok, akik nem fizetnek az ételért, tehát kevésbé tehetősek! Volt azonban a vizsgálatnak egy pozitív eredménye is: az el nem fogyasztott levesmennyiségek miatt a számított só-értékek kedvezően alakultak! Azok, akik csak kevés leves ettek 1,5–2,5 g-mal, azok, akik egyáltalán nem ettek levest 3–5 g-mal kevesebb sót fogyasztottak azon a napon. A vizsgálat végén a dietetikus által megfogalmazott általános javaslatok: a receptúrák továbbgondolása, mert az ízek elég egysíkúak és a kivitelezéskor a minőség javítása, a tálaláskor a leves hőmérsékletének optimalizálása; továbbá a pedagógusok mintaadó szerepét emelte ki. Fölvetődött azonban a leves helyének, szerepének átgondolása is.

## Uzsonna

Az iskola oktatási rendjében, szervezett keretek között csak az alsó tagozatosak uzsonnáznak az iskolában, 15.30-kor. Az étkezés helyszíne minden osztálynak a saját tanterme. (10. kép) A délutáni közös leckeírás után van 10–15 percük az evésre. Aki otthonról hozott tízórait, az most is a kis uzsonnás zsákját veszi elő, van, aki a reggeli és a tízórai után immár harmadszor, a könyvek, füzetek mellett megteríti magának. Akinek napi háromszori étkezésre fizettek be, az a napos által felhozott menzás uzsonnát fogyasztja.<sup>89</sup> (11. kép) A tanítónő ehhez szalvétát oszt. A gyerekek mindegyikének most cserélődik a tejfoga, így igen nehezen boldogulnak a kiflivel. A tízóraitra szánt kifli ugyanis kiszáradt: a reggelivel együtt érkezett, egész nap ott állt a konyhán, anélkül, hogy letakarták volna. A mellé kínált kefir sem sok jót ígér: a műanyag poharak fóliái fel vannak púposodva. A kefir szintén a melegben állt napközben. Evőeszközt a konyha nem ad mellé, ne kelljen mosogatni, így azt is szülői segítséggel, műanyag evőeszközökkel oldják meg. Ahogy kinyitják a poharat, a kefir töb-

<sup>89</sup> „Az 1990-es évekig a tanító néninek is tettek egy szelet kenyeret az uzsonnához egy kistányéron. Majd ez megszűnt, nem járt már a napközis tanító néninek egy szelet kenyér. Ő nem uzsonnáztatott együtt a gyerekekkel. Ezt az iskolavezetés meg is erősítette. Ezt úgy érzem, hogy visszalépés. Nem az, hogy a tanító néni majd ingyen eszik egy szelet kenyeret, hanem a társadalmi megbecsülés. ... Amikor ez megszűnt, onnan éreztük, hogy a pályánk csúszik lefelé.” Tanítónő 1.





10. kép Uzsonna az osztályteremben. (Fotó: Báti Anikó, Budapest, 2013)



11. kép A menzán kínált uzsonna. (Fotó: Báti Anikó, Budapest, 2014)

beknek ráfröccsen a ruhájára, a padlóra. A tanítónő a gyerekek segítségével még kefir ruhákat törölget, padlót mos hazaindulás előtt. A kezdeti nehézségek után azonban a gyerekek gyorsan leülnek, az evés rövid ideje alatt mesét hallgatnak. Ez a tíz perc az, amely a jó hangulatú étkezést megidézi, ha nem nézzük a tankönyvkupacokat az ételek mellett. Bár a felső tagozatosoknak még ennyi sem jut.

### Családok hétköznapi és hétvégi étkezései

A családi étkezések összegzéséhez a szülők által kitöltött kérdőíveket és a szülők által készített családi heti étrendeket vettem forrásként, ezt egészítik ki a tanulók kérdőívei, melyeken szintén szerepelnek ide is utaló tételek a reggelire, tízórára és a vacsorára vonatkozóan.<sup>90</sup> A kutatás során készített 9 teljes háztartásfelmérés, táplálkozásvizsgálat pedig további elemzési lehetőségeket kínál a vásárlási szokásoktól a heti étrendek formálódásáig; bár mindez az összegyűjtött adatoknak csupán csak töredékét öleli fel, a további munkákhoz jelenthet majd alapot.

A felső tagozatos gyermekek 50–60%-a nem az iskolában ebédel. E nagyszámú csoportból a kérdőívet is kitöltők 82%-a otthon eszik. A déli étkezés azokban a családokban a leginkább teljes értékű, ahol a szülő vagy a nagyszülő otthon van: ez az otthon ebédelők 35%-ára igaz. Bár az időpont a tanítási órák és az utazás miatt nagyon kitolódik, a legtöbben 15 óra után tudnak csak enni! Ez nagyon felborítja az egész napi energia-bevitel természetes rendjét. Az otthon étkezők jelentős csoportja egyedül vagy a testvére társaságában ebédel, szintén 15 óra körül. A kérdőíveken csupa egyfogásos, többnyire főtt ételből álló menü szerepel, amelyet vagy az előző esti vacsora maradékából vagy a hétvégén előre elkészített fogásból melegítenek meg, így nem friss étel. A megkérdezett szülők úgy vélik, hogy még ez a nem frissen főzött étel is jobb, mint amit a menzán kínálnak. A helyzet azoknál sem sokkal jobb, akik sem az iskolában, sem otthon nem fogyasztanak főtt ételt délre, sokan a délutáni órák miatt ekkor is csak szendvicset esznek, van, aki útközben, az autóban.

Uzsonnát szinte mindenki fogyaszt otthon, még akkor is, ha alsóként az iskolában is evett már, és a napot vacsorával zárja. A kérdőívet kitöltők körében

---

<sup>90</sup> Ez utóbbi nagyon hasznos felmérési eszköznek bizonyult, mert a család minden tagjának otthoni és házon kívüli összes étkezését együtt láttatja. Az étrendet kitöltő szülők közül többen maguk is rácsodálóztak a heti ételmiszerfogyasztásra. Szinte senki nem figyelte ezt így eddig egyben. Számukra is feltűnt, hogy milyen sok péksütemény, tészta, kenyér alapú étel és milyen kevés gyümölcs szerepel. A fogyasztási szokások felméréséhez, tudatosításához ez egy nagyon egyszerű, de informatív módszer.

a leggyakoribb ételek az otthoni kísétkézésen, sorrendben: csoki, szendvics felvágottal, keksz, péksütemény, gyümölcs, chips, fagy. Az otthoni, szénhidrát alapú, tartalmaz kiegészítésre feltételezhetően az el nem fogyasztott vagy csak részben elfogyasztott ebéd miatt lehet a gyerekeknek szüksége. Az édesség, csemege iránti igényt bele kellene tervezni a déli menübe – nem elég egy félig zöld, ütődött alma vagy egy hámozatlan kivi szőröstől-bőröstől –, mert abban az esetben a desszert, amelyre általános igény van a napi energia-bevitel részeként, tervezetten és ellenőrizhetően lenne jelen: valódi tejtermékek, friss gyümölcsökkel kombinálva például, annak összes élettani hasznával. A levessel kidobott zöldségek, élelmisztok, a krémlevesekkel kiöntött kalcium forrása lehetne ez is.

A válaszadó szülők 91%-ánál a vacsora az az étkezés hétköznap, amikor a család együtt étkezik. 88%-uknál megterítik az asztalt, 91%-ban van állandó ülésrend. Az időpont azonban nagy szóródást mutat az esti órákban. Előfordul viszont olyan is, ahol hétköznap egyetlen alkalommal sem, hétvégén is csak ritkán ül egy asztalhoz a család. A pedagógusok ismerik a gyerekeket, tudják, hogy kik azok, véleményük szerint a közösség kb. 15%-a[!], a kérdőívet kitöltő gyerekek 16%-a[!], aki egyedül, a tv előtt, fotelban ülve vacsorázik, akkor, amikor ő megéhezik. Van példa azonban arra is, hogy sem reggelit, sem uzsonnát, sem vacsorát nem eszik otthon a gyermek. A családok mindennapjainak megértéséhez még további vizsgálatokra van szükség, a miértekre itt most még nincs válasz.

A családok heti étrendjének – hétköznap és hétvége együtt – 27%-ában hetente hétszer; 20%-uknál hetente 5 alkalommal; 30%-uknál hetente 3–5 alkalommal; míg 9%-uknál ebédre és vacsorára is főtt, meleg ételt tálalnak. A kérdőívek és családi menüsorok alapján vacsorára a családok 38%-a tálalt főtt ételt, szinte kizárólag egy fogást. Gyakorisági sorrendben: rántott hús rizs körettel, főzelékek virsli feltéttel, rakott zöldségek (krumpli, kel), csirkepörkölt tészta körettel, tejbegríz, gulyásleves, húsleves második fogás nélkül, illetve húsleves majd utána rántott hús. A hideg ételek közül a szendvics, meleg szendvics, nutellás kenyér a legkedveltebb.

A hétköznapokon a kérdőívet kitöltő családok 14%-a reggelizik otthon, együtt. Az otthon reggel elfogyasztott ételek köre részben megegyezik a vacsorára tálalt hideg fogásokkal, csak a kedvencek köré péksütemények és a tejre, kakaóra épülő gabonapelyhek, müzlik egészítik ki. Az otthon reggelizők egyharmada viszont csak meleg folyadékot, kakaót, teát iszik. A gyerekek többsége, ahogy korábban láttuk, az iskola menzáján vagy az osztályteremben reggelizik.

A hétféle étkezéseket mind a gyerekek, mind a felnőttek szervezettebbnek látják a hétköznapokhoz képest. A legtöbb család ilyenkor többször is együtt étkezik: a hétféle reggeli közös a válaszadók 79%-ánál, az ebéd a 94%-uk-

nál, a vacsora a 82%-uknál. Ez utóbbi szám viszont kisebb, mint a hétköznapokon. Hétfvégén inkább a déli ebéd a kiemelt főétkezés, ezt a menüsor is igazolja. A válaszadók 50%-a hétfvégén délre legalább két fogást talál. Ezen a körön belül itt és most csak a leveseket emelném ki: a leggyakoribb a húsleves, majd sorrendben borsóleves, gyümölcsleves, zöldségleves, paradicsomleves, babgulyás, sajtkrémleves, hagymaleves, tojásleves. Az iskolai menüben leggyakrabban szereplő levesekhez képest alig van eltérés, bár a tésztalevések száma minimális. A levesekkel kapcsolatban fentebb megfogalmazottakat ezek az adatok is megerősítik: a déli főétkezésem elvesztette kizárólagos szerepét, mint bevezető fogás. A családi szokások a hétfvégén még az esetek felében éltetik, de teljes értékű – és itt most nem a biológiai, élettani szempontokra utalok – lehet nélküle is egy vasárnapi ebéd az ő normáik szerint.

A hétfvégi vacsora az ebédhez képest kevésbé kidolgozott, kevésbé tartalmaz. A válaszadók közül többen nem is ettek, volt, aki csak süteményt, volt, aki ropit. Meleg ételt csak 20%-uk fogyasztott, a csoport fele a déli maradékból, másik fele főtt tésztát, tejbegrízt, pizzát talált. A hideg ételek a hétköznap vacsorákhoz közel hasonló arányban, minőségben szerepeltek.

A válaszadók felének szándékában áll változtatni a családi étkezéseken, a legtöbben a reggelit pótolnák: „*nyugisabb reggelit, hétköznap rendszeresen reggelit, együtt reggelizni, ne csak egy kakaóra jutna idő*”. Akik változtatnának, azok körében igen sokan egészségtudatos lépéseket tennének: a hal, zöldség, gyümölcs, teljes kiőrlésű lisztből készült termékek fogyasztását növelnék, illetve vannak, akik az édesség, a liszt mennyiségét csökkentenék. Kérdés, hogy miért nem teszik. A sófogyasztást illetően viszont a döntő többség úgy ítélte meg, hogy kevés sót használnak, tudatosan, bár a „Stop-Só” programról közülük senki nem hallott. A kényelmi termékek viszonylag magas arányban, hetente többször (3–4 meleg étkezésem) is az asztalra kerülnek sok helyen, de a válaszadó szülők 30%-a tudatosan törekszik arra, hogy a piacról beszerzett, feldolgozatlan, friss alapanyagokból főzzön. Vásárlásnál a válaszadók 40%-a számára a termék összetétele, majd a származás helye és csak ezek után a termék ára a döntés szempontja, tehát itt is tetten érhető az egészségtudatosság a válaszaik alapján, ezt azonban a teljes táplálkozáskultúra felmérése árnyalhatja.

A válaszadó családok körében nem merült föl olyan érzékelhető anyagi gond, amely az ételmiszerfogyasztásukat kirívóan korlátozná. Így a kimaradt vagy szervezetlen, elégtelen étkezéseket inkább a családi szokások indokolhatják: a napi időbeosztás, a családi munkamegosztás, a vásárlási szokások és azzal összefüggésben a családi menüsor léte vagy hiánya. Az iskolai menüt, ahogy arról korábban szó volt, csak kevesen követik figyelemmel, a menzáról, ha beszélgetnek is, akkor is csak utólag, este. Így nem lehet a családi étkezéseket, vacsorákat úgy tervezni, alakítani, hogy az kiegészítse az iskolait, ha esetleg valami „nem szeretem” étel volt délre. Már csak azért sem, mert a követ-

kező heti ételsor megtervezését, ehhez a nagybevásárlást a családok többnyire hétvégén intézik. Az iskolai menü pedig csak a következő hét elején kerül nyilvánosságra. Így nem sok esély van a hosszú távú összehangolásra, ezért kaphat szegény gyerek délre borsófőzeléket, vacsorára pedig zöldbabfőzeléket.

A családok és a menza kapcsolatát még tovább kell majd vizsgálnom, a források köre nagyon sokrétű: a kapcsolódó internetes adatok tömege óriási, például van, ahol a menzaszolgáltatással elégedetlen szülők blogot szerveztek, ahol folyamatosan gyűjtik az észrevételeiket, sajtóanyagokat;<sup>91</sup> egy-egy cikk kommentjeiben is rengeteg adat lapul például a szülők által csomagolt uzsonnákról, saját gyerekkori emlékeikről.<sup>92</sup> Amerikában ez a fajta szülői civil szerveződés már a menzareform szintjét is elérte (KALAFÁ, 2011). Nálunk a menza egyelőre csak a kortárs szépirodalmat ihlette meg a retró jegyében (LACKFI, 2014).

### A kutatás társadalmi hasznossága, hasznosíthatósága

A gyermekétkeztetés magyarországi jelenének rövid áttekintésére, a pillanatnyi helyzet több szempontú összegzésére eddig még nem került sor a téma irodalmán belül. A néprajzi szemléletű kutatás révén kiemelt megállapítások, a felvetett újszerű kérdések és az azokra adott lehetséges válaszok tanulságosak lehetnek mind a fogyasztók, a gyerekek, mind az iskola, a szolgáltató és a szakhatóságok felé is. A tanulmány az átalakulóban lévő rendszer működésének mindennapjaiba enged rövid bepillantást egyetlen óvoda és iskola példáján keresztül. Eredményeinek elsősorban ezen a közösségen belül lehet kihatása a jövőben, a lentebb felsorolt megállapítások, javaslatok elsősorban őket célozzák meg. A kutatás minden résztvevője érdeklődéssel várja az összegzést, a megkezdett párbeszédet a jövőben jó lenne folytatni, kiterjeszteni. De a feltárt problémák jó része nem a helyi sajátosságokból adódik, hanem magából a gyermekétkeztetés általános struktúrájából. Országos tendencia, hogy a menzán étkezők száma csökken, a jól megtervezett étrend egyre kisebb csoportokhoz jut el. Ennek okait sorolhatnánk: a menza nem divat, időre kell enni, a részvétel kötelező, az étel nem olyan, mint otthon. Ezért az itt felvetett megoldandó kérdések, az újszerű látásmód szélesebb körben is hozzájárulhat ahhoz, hogy a fenntartható, a gyermekek számára is vonzó közétkeztetést eredményesebben szervezzék.

<sup>91</sup> <http://atalakulowekerle.blogspot.hu/2013/01/kispesti-menzafigyelo-osszegyujtott.html> – utolsó letöltés: 2014. február 12.

<sup>92</sup> <http://bezzeganya.postr.hu/rothado-uzsonnak-a-kisparna-alatt> – utolsó letöltés: 2014. február 12.



A menzával kapcsolatos általános vélekedéseknek többnyire érzelmi okai vannak. Az alapvető konfliktus abból adódhat, hogy a sokszínű egyéni ízlés-világnak nem tud, nem is felelhet meg egy több száz, esetünkben több ezer főre főző nagykonyha. Az esetleges csalódásokat pedig könnyen általánosítják. A közétkeztetés működését, az étkezés menetét, de még az ételek ízét is meg kell szokni, meg kell tanulni. A magyar közoktatási rendszer ezen a téren a 3–10 éves korosztály számára ezt kötelezővé is teszi, az intézményi keretek között az étkezés alól nincs kibúvó. A felsőbb évfolyamokon viszont a rendszer egyre nagyobb mozgásteret enged a gyermekeknek és szülőknek. Élve ezzel a lehetőséggel sokan ki is lépnek, mintegy jelezve, hogy az addig megszerzett tapasztalataik alapján ők ennél jobb megoldásokat is tudnak. Magán az intézményen belül is léteznek ilyen kiskapuk, melyek a változtatás lehetőségét kínálják: a büfé, az italautomata, az otthonról hozott tízórai, a tanári példák. A menzának ezekkel kellene felvenni a versenyt.

#### A menza szervezeti keretei

A nemzetközi példák arra hívják fel a figyelmet, hogy a piaci alapon működő nagy étkeztető cégek helyett a kis, helyi főzőkonyhák a valóban életszerűek. A tágabb közösség és az intézmények érdekeit is ezek tudják leginkább szolgálni. A kis főzőkonyhák azok, amelyeknek az igényeit a helyi kisgazdaságok ki tudják elégíteni. Így lehet a szállítás, a csomagolás árát csökkenteni, és a szezonalitást a menüben leginkább megjeleníteni. Ebben viszont a piacorientált szemlélet, a közbeszerzési pályáztatás, a csak a legolcsóbb megoldásokat – az élelmiszerminőség rovására – preferáló rendszer ellenérdekelt. Az élelmiszerbiztonsági előírások (raktározásra, konyhai gépekre vonatkozóan) szinte teljesíthetetlenek iskolai szinten, csak a nagy szolgáltatók elég tökéresek ezek kivitelezéséhez. Hiányzik továbbá egy általánosan elfogadott nyersanyagnorma, amely meghatározná azt a minimális összeget, melyből a menzai menüket ki kell állítani.

A konyhán dolgozó személyzet szakmai presztízse, anyagi megbecsülése nagyon alacsony, sokan képzés nélkül végzik munkájukat. Ezen a téren a minisztériumi rendelet hozhat hosszabb távon előrelépést. A személyzet létszámát igyekeznek a lehető legminimálisabbra csökkenteni, holott az elvégzendő feladatok köre sokrétű. Ebből adódhatnak konfliktushelyzetek a gyerekekkel töltött mindennapok során, de ezek mindenki számára vállalható kezelése nagyon fontos a menza működése, hangulata szempontjából. Az iskola fenntartójának és az iskolának is nagyon nagy felelőssége van ebben. A konyha technikai felszereltségének színvonala (mosogatógép, megfelelő számú teríték) is nagyban meghatározza a munkavégzés színvonalát.



A 2014. évi menzákra vonatkozó miniszteri rendelet a közétkeztetés alapvető minőségbiztosítását szolgálja. A menza rendszer szélesebb körű átalakításához fontos, de nem elégséges lépés. A közétkeztetésben kínált ételek a meghatározott értékek mentén egészségesebbé válhatnak, ez a rövidtávú eredmény vitathatatlan. Félő azonban, hogy ezzel egy időben megnő a menzát messze elkerülők száma a drasztikusan megváltozott ízvilág miatt. Ennek kihatásait további vizsgálatoknak kell feltárni. A vélt pozitív hatás csak hosszú idő után válhat valóra. Másrészt a rendelet az élelmiszeripari termékek körére nem vonatkozik, holott a lakosság napi élelmiszerfogyasztásának jelentős részét az teszi ki.

A kimeneti oldalt, a hosszú távon tudatos fogyasztóvá formálást, mintaadást, mint a közétkeztetés egyik legfontosabb feladatát ez a rendelet és a ma működő struktúra egyáltalán nem szolgálja. A svéd példát, illetve Buday Péter programját, az óvodában megkezdett komplex képzést lehet ellenpontként említeni. Az oktatási rendszernek a családoktól egyre több feladatot kell átvállalniuk: már nem csak az evőeszközök használatát kell megtanítani, mint 40 éve, hanem az élelmiszerekről, az alapanyagokról, a háztartás működtetéséről a tervezéstől a főzésig egyre több mindent csak ezen keretek között tanulhatnak meg a gyerekek. Nagyon fontos lenne, hogy a táplálkozástudomány kampányai ne csak néhány iskolát érjenek el, hanem az ismeretek, gyakorlati tudással párosulva az iskolai tananyagba épüljenek be, élethosszig tartó igényt és tudást adjanak. Ehhez az óvoda az első lépéseket meg is teszi a saját keretei között. De az iskola alsó tagozatában már csak a heti egy környezetóra ad alkalmat a tapasztalatszerzésre, illetve felsőben a technika és biológia, egészségtan óra keretében tanulnak röviden a terítésről, tálalásról; illetve a táplálkozás élettani hatásairól. Az iskola a tanév végén egészségnapot szervez, ahol a délutáni foglalkozásokon az alsósok részvételével sok mindenről tanulhatnak, de csak röviden. A felsősök, akiktől viszont már tudatos döntéseket is elvárhatunk, szinte teljesen kimaradnak ebből is. Amit addig tanultak, azt is felülírják a sürgető kényszerek. A szakemberek által megfogalmazott általánosítások a családi étkezések hiányosságairól ennyire egyszerűen nem oldhatók fel. Ehhez sok idő és sok-sok munka kell, táplálkozástudományi szakemberek, tanárok és szülők összefogásával, ahogy ez a korábban mutatott példákban áll.

### Az iskolai menza működése

Az iskolai étkezések időbeli kereteit a tanítási órák rendje határozza meg. Az ebédlő mérete miatt viszont korlátozott azoknak a gyermekeknek a száma, akik egyszerre, egy időben együtt ehetnek. 20 perc egy ebédre nagyon kevés, ahhoz, hogy ne csak „belapátolják” az ételt, hanem az étkezést, mint öröm-

forrást a társas kapcsolatok építésére is fölhasználják, több idő szükséges. Az ebédlő hosszabb nyitva tartása és ezzel együtt az egy-egy osztályra szabott időkeret meghosszabbítása lenne az optimális. A tanítási időt és az ebédelés rendjét rugalmasabban kellene összehangolni, hogy a déli főétkezés valóban délben legyen. A takarítást, a székek pakolását pedig nem lenne szabad az idő alatt elkezdeni, amíg valaki is étkezik, mert a nyugodt, zavartalan evés a felső tagozatosakat ugyanúgy megilleti, mint a kicsiket.

Az ebédlő térhasználatát is át kellene ezzel együtt gondolni, mert a helyiség nagyon zsúfolt, falakkal tagolt. A hasznos teret is konyhabútorok, gyümölcstárolók, háztartási gépek foglalják el részben. A meglévő asztalok száma tulajdonképpen elegendő, de a köröttük lévő mozgásteret átjárhatóbbá lehetne tenni. Mivel folyamatosan vannak kisebb gyerekek is az ebédlőben, ezért az asztalok, székek egy részét kisebb méretűre lehetne cserélni, és így a kicsiktől elvárt önálló étkezés kevesebb frusztrációt okozna nekik. A gyerekeknek három-négyeszer kell sorban állniuk, a tányérokkal való közlekedés valójában az evéstől veszi el az időt és a kedvet. A tálalás menetét komfortosabbá lehetne tenni, ha a konyhai személyzet tagjai részt tudnának ebben venni. Erre más iskolában van példa: zsúrkocsin viszik ki az ételt az asztalokhoz. A terítéshez az evőeszközöket nem állítva, hanem fektetve, egymástól szétválogatva kellene tárolni, ezzel is segítve a naposok munkáját.

A napközbeni étkezések helyszínéként ki lehetne alakítani olyan kis sarkokat az épületben, ahol nyugodt körülmények között elfogyaszthatnák az otthonról hozott vagy a büfében vett ételeket. Ahol le tudnak ülni és a kézmosás, a folyadékvételei lehetőség is megoldott. Ez egyben a közösségi élet központja is lehetne. Az ivóvízhez való hozzáférés minden korosztály számára nagyon fontos, mert ha bárki tudna vizet inni igénye szerint, akkor az egyébként is súlyos iskolatáskákat nem kellene még a palackjaikkal is terhelni.

Az étkezések „sikerében” jelentős szerepe van a pedagógusoknak. Türelmük, emberismeretük, szociális érzékenységük, személyes példájuk nagyon fontos elemei az egész menzahasználat tanulási folyamatának. Ez a szerep azonban nem tanulható főiskolán, egyetemen, csak személyes tapasztalatok útján, értékét és jelentőségét azonban minden érintett fél számára kiemelten hangsúlyozni kell. Ez a fajta gondoskodás, odafigyelés lehet például az étel kínálása, a kézmosásra való figyelemfelhívás. Mindezt a felső tagozatosok sem nélkülözhetik, a tanári jelenlét nem szorítkozhat csak a rend fenntartására. A példaadásnak pedig része az is, hogy ők is együtt étkeznek a gyerekekkel. Ez abból a szempontból is fontos lenne, hogy nagyobb érdekérvényesítő képességeik révén az esetleges minőségi kifogásoknak is komolyabban hangot tudnának adni. Jobban, mint a kívülálló szülők.

A büfé áru kínálatát át kell gondolni, az ajánlások mentén újraszervezni, de nem lenne szerencsés a drasztikus, hirtelen, kompromisszumok nélküli váltás,

mert azzal éppen az önálló választásnak-vásárlásnak a közösségi életben betöltött szerepe sérülne.

### A közétkeztetési cég az iskola életében

A közétkeztetési szolgáltató felé a gyerekek által kedvelt ételek sora az egyik fontos visszajelzés. De az érem másik oldala a sok hulladék. A keletkező hulladék mennyiségét naponta figyelni kellene mind az iskolának, mind a szolgáltatónak, mert az okokat ott és akkor lehetne csak tisztázni. Hosszú távon a Minta-menza-folyamat, az új fűszerezés, az új fogások bevezetése színesebbé teheti a menüsört, de a receptúra bővítésének folyamata itt nem állhat meg, új ételosztályok: előételek, saláták és főként a desszert bevezetése különösen indokolt, az adagolás korosztályokhoz való igazításával együtt.

Az étlapokat a jelen gyakorlatnál hosszabb távra, akár egy évre előre is kellene tervezni, 3 hétnél hosszabb forduló ciklusokkal. Ebben a formában, egyben nyilvánosságra hozva már több esély lenne a családok és a menza étkezéseinek összehangolására. Ez fontosabb lenne, mint a tápanyagok feltüntetése a menüben, melyek valóságértéke – mint a laboreredmények mutatják – egyébként is kérdéses lehet.

A szolgáltató nagy főzőkonyhája helyett az iskola számára kedvezőbb volna – ahogy korábban is volt – egy befejezőkonyhát működtetni, mert így az ételválasztékot nem korlátozná a szállíthatóság. A konyhai személyzettel való közvetlen kapcsolattartás pedig az otthonosság alapját jelentené.

A szolgáltató részéről más iskolák felé megvalósított kommunikációs stratégiák itt is jól használhatóak lennének. Nagy igény van a szülők részéről, hogy jobban rálássanak a menza működésének egészére, a kérdéseiket fórumokon folyamatosan feltehessék, az ételeket bármikor megkóstolhassák, megvitathassák. De akár korszerű ételkészítési technikákat is elsajátíthassanak. Ebben a folyamatban az iskolának egyfajta közvetítő, koordináló szerepe kell hogy legyen, ő a közös láncszem a szülők, a gyerekek és a szolgáltató között. A szolgáltató részéről a fogyasztói igények és vélemények folyamatos monitorozására, folyamatos visszacsatolására lenne szükség, például a hasonló felmérések, a gyerekek számára egy vélemény-levelezőláda eszközként szolgálhatnak ehhez.

### A szülői felelősség kérdése

A családi étkezések heti tervezése, a bevásárlások ütemezése, az időbeosztás a háztartásszervezés egyik kulcsproblémája ma a vizsgált otthonokban. A szülőknek át kellene látniuk azt az ételmennyiséget és -minőséget, melyet a gyer-

mekük egy nap elfogyaszt, vagy ami a hulladékba kerül tőlük, hogy belássák hiányosságait, aránytalanságait. Ennek ismeretében tudnák a tízórait és a vacsorát az iskolai ebéd mellé úgy összeállítani, hogy az a gyermek egészséges fejlődését szolgálja hosszútávon. Nem is beszélve a közös családi étkezések jelentőségéről.

Nagyon hasznos lenne egy internetes fórum, amelyet minden érintett fél láthat, ahol például a szolgáltató felé jelezhetnék véleményüket, vagy akár a dietetikusuktól tanácsot, a szakácsuktól korszerű recepteket kérhetnének. Mindez a személyességet, a közvetlenséget, és ezáltal az elfogadást nagyban segíthetné.

Az első néprajzi szemléletű menzavizsgálat esettanulmánya a kommunikáció és az étkezések szervezése, lebonyolítása terén számtalan olyan pontot tárt fel, ahol változtatni lehetne a fenntartható, hosszú távon is működőképes, a gyermekek egészségvédelmét valóban szolgáló, szerethető iskolai közétkeztetés érdekében. A kutatást azonban nem tekintem lezártnak, mert a változások még napjainkban is zajlanak, azok kihatásait a jövőben is érdemes és hasznos lehet vizsgálni.

## IRODALOM

ARNAIZ, Mabel Gracia

2009 Learning to Eat. Establishing Dietic Normality in the Treatment of Eating Disorders. *Food, Culture & Society*, 12, 2, 191–215.

BARBRO, Johanson (et al.)

2009 Nordic Children's Foodscapes. *Food, Culture & Society*, 1, 25–51.

BÉNYI Mária

2013 Mennyit esznek meg a gyerekek? *Élelmezés*, 10, 11, 34–35.

2014 Levesek moszlékban. *Élelmezés*, 11, 1, 10.

BÉNYI Mária – VARGÁNÉ KONYHA Edit – KACSUR Margit – JUHÁSZNÉ CZULEK Katalin

2014 Kisétkezések – nagy eltérésekkel. *Élelmezés*, 11, 5, 13–14.

BUDAY Péter

2010 *MENZAREFORM*. Kézirat.

ETN

2008 *ETN: JOB. Etnologisk skriftserie*. FREDRIKSSON, Cecilia – JÖNSSON, Håkan (szerk.). Lund, Etnologiska institutionen, Lunds universitet. <http://lup.lub.lu.se/luur/download?func=downloadFile&recordId=4285811&fileId=4285820> – utolsó letöltés: 2014. február 15.

GYURICZA Ákos

2012 Élelmezési norma – vagy mindennapi normá(la)tlanságok? *Élelmezés*, 9, 1, 12–13.

2013 Folyadékszükséglet – (tév)hitek. *Élelmezés*, 10, 10, 36–37.

HADEN, Roger

2006 „Pandora’s Lunchbox” on Esthetic Education, Children, and Food. *Food, Culture & Society*, 9, 3, 265–274.

JÖNSSON, Håkan

2008 The Cultural Analyst. An Innovative Intermediary? In: FREDRIKSSON, Cecilia – Jönsson, HÅKAN (szerk.): *ETN: JOB. Etnologisk skriftserie*. 75–82. Lund, Etnologiska institutionen, Lunds universitet. <http://lup.lub.lu.se/luur/download?func=downloadFile&recordOID=4285811&fileOID=4285820> – utolsó letöltés: 2014. február 15.

2012 Ethical Aspects of Applied Ethnological Food Research. In: LYSAGHT, Patricia (szerk.): *Time for Food. Everyday Food and Changing Meal Habits in Global Perspective*. 29–43. Abo, Abo Akademi University Press.

KALAFÁ, Amy

2011 *Lunch Wars. How to Start a School Food Revolution and Win the Battle for Our Children’s Health*. New York, Penguin.

KISBÁN Eszter

1997 A főétkezés újkori szerkezetének kialakulása Magyarországon: a levesfogás. In: CSOMA Zsigmond – GRÁFIK Imre (szerk.): *Kapcsolat és konfliktusok Közép-Európa vidéki életében*. 105–115. Szombathely, Vas Megye Önkormányzata.

2009a Az étkezések szerkezetéről. In: BALI János – TURAI Tünde (szerk.): *Élet/Út/Írások*. 408–417. Budapest, MTA Néprajzi Kutatóintézet – ELTE BTK Néprajzi Intézet.

2009b Táplálkozáskultúra. In: PALÁDI-KOVÁCS Attila (főszerk.): *Magyar Néprajz. Táj, nép, történelem I.2*. 406–425. Budapest, Akadémiai Kiadó.

2010 Arranging the Meal: The Middle-Class Three-Course Meal in Central Europe – The Soup Course in Hungary, from the Eighteenth to the Twentieth Centuries. In: LYSAGHT, Patricia (szerk.): *Food and Meals at Cultural Crossroads*. 82–91. Oslo, Novus Press.

KOVÁCS Ildikó – LELOVICS Zsuzsanna

2014 Kitekintés. Nemzeti sócsökkentő programok Európában. *Élelmezés*, 11, 6, 15–16.

KÖZÉTKEZTETÉSI

2013 PSCs [szerző nélkül]: Közétkeztetési rendelet születik. *Élelmezés*, 10, 5, 6.

LACKFI János

2014 *Paradicsomleves betűtésztával. Etető versek a menzáról Megyeri Annamária tálalásában.* Budapest, Betűtészta Kiadó.

MATALAS, Antonia-Leda – LAZAROU, Chrystalleni – B. PANAGIOTAKOS, Demosthenes

2012 Meal Habits of Schoolchildren: Associations with Socio-Economic Factors. In: LYSAGHT, Patricia (szerk.): *Time for Food. Everyday Food and Changing Meal Habits in Global Perspective.* 237–245. Abo, Abo Akademi University Press.

MARTOS Éva – LUGASI Andrea (szerk.)

2012 *Az Országos Élelmezés- és Táplálkozástudományi Intézet története 1949-től napjainkig.* Budapest, OÉTI.

MIKKELSEN, Bent Egbert

2013 Can healthy eating at school be considered a human right? In: RÖCKLINSBERG, Helena – SANDIN, Per (szerk.): *The ethics of consumption: The citizen, the market and the law.* 412–415. Wageningen, Wageningen Academic Publishers.

2014 School – a multitude of opportunities for promoting healthier eating. *Public Health Nutrition*, 17, 06, 1191–1193.

MINEK NEVEZZELEK?

2013 [Szerző nélkül] Minek nevezzelek? – a nagy menzateszt. Az ét-lapon sonkás, a tányéron darálékos a tészta. <http://fn.hir24.hu/itthon/2013/04/26/minek-nevezzelek-a-nagy-menzateszt/> – utolsó le-töltés: 2013. március 10.

MINTAMENZA

2013 [szerző nélkül] Mintamenza – segítség, nem teher! *Élelmezés*, 10, 1, 15–16.

MORGAN, Kevin – SONNINO, Roberta

2007 Empowering Consumers: The Creative Producement of Schools Meals in Italy and UK. *International Journal of Consumer Studies*, 31, 1, 19–25.

2008 *The School Food Revolution. Public Food and the Challenge of Sustainable Development.* London, Eartscan, Taylor & Francis Group.

NEBEHAJ Tímea

2013a A menza nem laboratórium. Az élelmezés nem patkánykísérlet. *Élelmezés*, 10, 3, 9–11.

2013b Tükör a közétkeztetésnek. *Élelmezés*, 10, 4, 17.

2013c Az oviban még van remény. *Élelmezés*, 10, 11, 36–37.

2014a Levél az olvasóhoz. *Élelmezés*, 11, 6, 5.

2014b Hulladék a konyháról – környezettudatosan? *Élelmezés*, 11, 3, 41–43.



## ORSZÁGOS ISKOLAI MENZA KÖRKÉP

2008 Országos iskolai MENZA Körkép. Iskolai táplálkozás-egészségügyi környezetfelmérés. [http://oeti.hu/download/iskolai\\_taplalkozas-egeszsegugyi\\_kornyezet\\_felmeresenek\\_első\\_eredmenyei.pdf](http://oeti.hu/download/iskolai_taplalkozas-egeszsegugyi_kornyezet_felmeresenek_első_eredmenyei.pdf) – utolsó letöltés: 2014. február 6.

2013 Országos iskolai MENZA körkép. Iskolai táplálkozás-egészségügyi környezetfelmérés <http://www.oeti.hu/download/menza2013.pdf> – utolsó letöltés: 2014. augusztus 24.

## ORSZÁGOS HELYZETKÉP AZ ÓVODAI KÖZÉTKEZTETÉSRŐL

2009 Országos helyzetkép az óvodai közétkeztetésről. Óvodai táplálkozás-egészségügyi felmérés. <http://www.oeti.hu/download/ovoda2009.pdf> – utolsó letöltés: 2014. február 6.

2013 Országos helyzetkép az óvodai közétkeztetésről. Óvodai táplálkozás-egészségügyi környezetfelmérés. <http://www.oeti.hu/download/ovoda2013.pdf> – utolsó letöltés: 2014. augusztus 24.

## AZ ORSZÁGOS TISZTIFŐORVOS AJÁNLÁSA

2011 Az országos tisztifőorvos ajánlása. A rendszeres étkezést biztosító, szervezett ételmezési ellátásra vonatkozó táplálkozás-egészségügyi ajánlás közétkeztetők számára. [https://www.antsz.hu/data/cms26880/szervezett\\_elelmezési\\_ellatasra\\_vonatkozó\\_taplalkozas\\_egeszsegugyi\\_ajanlas\\_kozetkeztetoknek\\_20110805.pdf?query=t%C3%A1pl%C3%A1lkoz%C3%A1s](https://www.antsz.hu/data/cms26880/szervezett_elelmezési_ellatasra_vonatkozó_taplalkozas_egeszsegugyi_ajanlas_kozetkeztetoknek_20110805.pdf?query=t%C3%A1pl%C3%A1lkoz%C3%A1s) <http://www.oeti.hu/download/1222-1-mell-ajanlas.pdf> – utolsó letöltés: 2014. január 12.

## Roos, Gun

2012 Organic Food in the Canteen: Perceptions of Organic Food among Cadets in Norwegian Defence. In: LYSAGHT, Patricia (szerk.): *Time for Food. Everyday Food and Changing Meal Habits in Global Perspective*. 321–329. Abo, Abo Akademi University Press.

## SYLOW, Mine

2008 Tempting French Fries. Cultural Analysis as an Approach in the Development of Healthy Fast Food. In: FREDRIKSSON, Cecilia – JÖNSSON, Håkan (szerk.): *ETN: JOB. Etnologisk skriftserie*. 13–26. Lund, Etnologiska institutionen, Lunds universitet. <http://lup.lub.lu.se/luur/download?func=downloadFile&recordOid=4285811&fileOid=4285820> – utolsó letöltés: 2014. február 15.

## SZIRÁKI Zsófia

2014 A leves helye és szerepe. *Élelmezés*, 11, 3, 20–21.

## VÍGNÉ SÁGI Katalin

2012 Kívánalmak, ésszerűség, trendek... *Élelmezés*, 9, 1–2, 4.

2013 Közétkeztetési szakácsverseny. *Élelmezés*, 10, 12, 13–14.

WIEGELMANN, Günter

1971 Was ist der spezielle Aspekt ethnologischer Nahrungsforschung?  
*Ethnologia Scandinavica*, 1, 6–16.

7/2014. (IV.30.) EMMI rendelet <http://www.kozlonyok.hu/nkonline/MKPDF/hiteles/MK14061.pdf> – utolsó letöltés: 2014. augusztus 25.

ANIKÓ BÁTI

## FROM TOMATO SOUP TO QUAIL EGG

### AN ETHNOGRAPHIC STUDY OF CHILDREN'S NUTRITION IN BUDAPEST

The possible health deteriorating effects of nutrition, and one of its sub-forms, school food is one of the most widely disputed topics among experts and consumers in Hungarian and in international media alike. The nationwide surveys of the responsible authorities (in 2008–2009 and in 2013) informed of a dramatic situation of children's public catering in Hungary: there was not one institution or dish that was able to match the optimal requirements set for various age groups.

These negative results formed a basis for the questions raised by the author in her research project, which has approached school food, cafeteria and meal habits from the aspect of ethnographic interpretation of nutrition. It was not the formerly investigated meals that were in the focus of this research, but, rather, the eating habits: the scene, setting, serving, social relations and temporal framework provided for food consumed in the canteen. The field sites were a kindergarten, a primary school and a supplier kitchen in Budapest. Not only pupils who ate at the canteens of kindergartens/schools and the service providing organisation, but the parents and the households of families were also involved in this micro-research. Former surveys identified the meal habits of families as a possible source of problems, but fine details did not become visible in large-scale nationwide surveys.

In the first part of the present article the author gives an overview about the reform experiments of school food, evaluates their major objectives and sustainability with regard to similar international examples. The second part analyses the outcome of the fieldwork and surveys conducted in Budapest. It focuses on the process and schedule of eating, emphasizing the negative effects of community norms, for instance the insufficient time given for lunch at the institutions under survey. After meal habits at home are presented, it becomes

understandable that the renewal program for school food in some cases is not really well-established, or even mistaken, for example in the case of soup offered for lunch. Pupils beyond the age of ten either use or reject school food in canteens primarily in compliance with the opinion of their peers. Buying the foods (chocolate bar, candy, snack, burger, coke etc.) in the tuck shop of the school is primarily an issue of prestige for them. Altogether, authorities trying to reform the system of school food should take into consideration not only healthy foods and dishes, but also the role eating plays in the life of communities. This case study is the first pilot study in order to reach a better understanding of meal habits at cafeteria via ethnographic research. The new aspects introduced by the article may help the participants to get involved in a more wholesome communication and to effectively implement the proposed reforms.