E-Poster No: P-015

Improving Preschool Meals and Reducing Food Waste: In Cappadocia University Montessori Preschool Case

Hürmet KÜÇÜKKATIRCI[1], Vesile ŞENOL[1]

[1]Cappadocia University School of Health Sciences Nutrition and Dietetic Department

‘’Institutional Food Service Systems (IFSS)" is common today and many full-time preschools receive IFSS, especially for lunch (1). If IFSS isn’t suitable for group served, it causes an increase in food waste and insufficient intake of energy-nutrients for those receiving food service. Preschool children are one of risky groups in terms of malnutrition (2). The study was carried out with the aim of improving appearance and preparation methods of certain menu samples offered in preschool, making them suitable for children's consumption,contributing to adequate-balanced diet and reducing food waste. A descriptive,cross-sectional study was carried out on 22 (15 male, 7 female) students who attended Cappadocia University Montessori preschool between the ages of 2 and 6, whose body weight and height percentile values were normal but nutritional intake was low for various reasons (collecting food in mouth, coming to lunch especially late etc.). Study has been planned in two stages.In first stage, with observations of researcher and help of staff, menu samples with the highest leftovers amount (Potato Meal- Pasta with Vegetables- Mushroom Soup- Chicken with Vegetables- Spinach Meal –Meat Saute) and "Leftovers Ratio" of menus were determined. In second stage, "Improved Menu Samples", which were developed according to development characteristics (preschool children have difficulty eating whole pieces of meat while small pieces are more easily consumed) and preferences (in observation period; it has been observed that students love yogurt, don’t like to consume mixed-looking foods such as "Pasta with Vegetables" etc.) of the students were presented (Improved menus are: Meatballs and Baked Potatoes, Pasta and Vegetable Salad with Yogurt, Mushroom Soup with Tomato Paste, Boiled Chicken and Vegetable Salad with Yogurt, Spinach Pie, Meatballs and Vegetable Salad with Yogurt, respectively.) Participants average age is 50.09±11.75 months and body weight is 16.60 ± 3.22 kilograms. After menu improvement, in three of the six menu (Potato Meal - Spinach Meal –Meat Saute), the amount of leftover food decreased and food consumed increased significantly ($p<0.05$). Study results showed that menu planned according to characteristics and preferences of the target group is effective in reducing leftover meals, increasing participants' nutrient intake and reducing food waste.

Anahtar Kelimeler: food waste, menu improvement, preschool



Anaokulu Menülerinin İyileştirilmesi ve Yemek İsrafının Azaltılması: Kapadokya Üniversitesi Montessori Anaokulu Örneği

Hürmet KÜÇÜKKATIRCI[1], Vesile ŞENOL[1]

[1]Kapadokya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Yüksekokulu Beslenme ve Diyetetik Bölümü

Toplu Beslenme Hizmeti (TBH), günümüzde oldukça yaygındır ve tam gün eğitim veren birçok anaokulu özellikle öğle yemeklerinde olmak üzere toplu beslenme hizmeti almaktadır (1).TBH'nin hizmet verilen gruba uygun olarak gerçekleştirilmemesi, yemek israfının artmasına ve yemek hizmeti sunulan grubun enerji-besin öğesi alımının yetersiz olmasına neden olmaktadır. Okul öncesi dönemdeki çocuklar, yetersiz beslenme açısından riskli gruplardan biridir (2). Çalışma, anaokulunda sunulan seçilmiş menü örneklerinin görünümlerini ve hazırlama yöntemlerini iyileştirerek menüleri çocukların tüketimine uygun hâle getirmek, yeterli-dengeli beslenmelerine katkıda bulunmak ve yemek israfını azaltmak amacıyla gerçekleştirilmiştir.Tanımlayıcı nitelikteki kesitsel çalışma, Kapadokya Üniversitesi Montessori Anaokuluna devam eden 2-6 yaş aralığında, vücut ağırlığı ve boy uzunluğu persentil değeri normal aralıkta olan fakat çeşitli sebeplerle (yemek esnasında yemeği ağzında biriktirme, yemeğe özellikle geç gelerek yemek zamanını geçirme vb.) besin alımı az olan 22 (15 erkek, 7 kız) öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. İki aşamalı yapılandırılan çalışmanın birinci aşamasında; çalışmacının gözlemleri ve kurum personelinin desteği ile artık miktarı en yüksek olan menü örnekleri (Patates Oturtma - Sebzeli Makarna -Mantar Çorba - Sebzeli Tavuk – Ispanak Yemeği - Çiftlik Kebabı) ve ilgili menü örneklerinin ''Artık Miktar Oranı'' belirlenmiştir. Çalışmanın ikinci aşamasında ise artık miktar oranı yüksek olan menü örneklerinde, öğrencilerin gelişim özelliği (ilgili yaş aralığındaki çocuklar bütün parça eti tüketmekte zorlanırken, küçük parça eti daha kolay tüketmektedir vb.) ve tercihlerine göre (Gözlemler doğrultusunda öğrencilerin ''Yoğurt'' tüketmeyi çok sevdiği, ''Sebzeli Makarna'', ''Çiftlik Kebabı'' gibi karışık görünümlü besinleri tüketmeyi sevmedikleri ve en sevdikleri çorbanın turuncu renkli çorba olarak adlandırdıkları ''Mercimek Çorba'' olduğu saptanmıştır.) geliştirilen ''İyileştirilmiş Menü Örnekleri'' öğrencilere sunulmuştur (Menü örnekleri sırası ile; ''Misket Köfte ve Fırın Patates'', ''Sade Makarna ve Yoğurtlu Sebze Salatası'', ''Salçalı Mantar Çorbası'', ''Haşlanmış Tavuk ve Yoğurtlu Sebze Salatası'', ''Ispanaklı Börek'', ''Misket Köfte ve Yoğurtlu Sebze Salatası''dır.) Katılımcıların yaş ortalamaları 50.09±11.75 ay, vücut ağırlığı ortalamaları 16.60±3.22 kilogramdır. Çalışma kapsamına alınan altı menü örneğinden üçünde (Patates Oturtma- Ispanak Yemeği – Çiftlik Kebabı) menü iyileştirme çalışması sonrası artık miktar oranı istatistiksel açıdan anlamlı olarak azalmış ve öğrencilerin tükettikleri yemek miktarı anlamlı olarak artmıştır ($p<0.05$). Çalışma sonuçları, hedef grubun özellik ve tercihlerine göre düzenlenen menü örneklerinin; artık yemek oranını azalttığını, katılımcıların besin alımını arttırdığını ve yemek israfını azaltmada etkin olduğunu kanıtlar niteliktedir.

Anahtar Kelimeler: anaokulu, menü iyileştirme, yemek israfı

