



DZIENNIK USTAW

RZECZYPOSPOLITEJ POLSKIEJ

Warszawa, dnia 20 lutego 2026 r.

Poz. 197

ROZPORZĄDZENIE MINISTRA ZDROWIA¹⁾

z dnia 16 lutego 2026 r.

w sprawie grup środków spożywczych przeznaczonych do sprzedaży dzieciom i młodzieży w jednostkach systemu oświaty oraz wymagań, jakie muszą spełniać środki spożywcze stosowane w ramach żywienia zbiorowego dzieci i młodzieży w tych jednostkach

- 7) w przypadku żywienia całodziennego oraz w przypadku żywienia realizowanego w jednostce systemu oświaty, w której są podawane co najmniej 3 posiłki: śniadanie, obiad, podwieczerek, każdego dnia były podawane:
- a) środki spożywcze pochodzące z różnych grup środków spożywczych,
 - b) co najmniej dwie porcje mleka lub produktów mlecznych, przy czym obie porcje mogą być zastąpione napojami roślinnymi lub roślinnymi alternatywami produktów mlecznych, o których mowa w § 1 ust. 1 pkt 7,
 - c) co najmniej jedna porcja z grupy: mięso, ryby, jaja, orzechy, nasiona roślin strączkowych, alternatywy roślinne dla mięsa, w tym produkty na bazie nasion roślin strączkowych lub zbóż,
 - d) warzywa lub owoce w każdym posiłku, przy czym udział warzyw musi być większy niż udział owoców,
 - e) co najmniej jedna porcja produktów zbożowych, w tym pełnoziarnistych, w śniadaniu, obiedzie oraz kolacji; w przypadku obiadu jedna porcja produktów zbożowych może być zastąpiona porcją ziemniaków,
 - f) co najmniej raz w tygodniu w ramach obiadu była podawana porcja ryby, a w przypadku osób niespożywających produktów odzwierzęcych – alternatywna potrawa roślinna, w szczególności na bazie nasion roślin strączkowych,
 - g) co najmniej raz w tygodniu w ramach obiadu była podawana potrawa przygotowana na bazie nasion roślin strączkowych bez dodatku produktów odzwierzęcych,
 - h) dwa razy w tygodniu w ramach obiadu była podawana porcja mięsa, przygotowana z mięsa świeżego, a w przypadku osób niespożywających produktów odzwierzęcych – alternatywna potrawa roślinna, w szczególności na bazie nasion roślin strączkowych;
- 8) w przypadku podawania w jednostce systemu oświaty wyłącznie obiadu uwzględniał on:
- a) 20 % całodziennego zapotrzebowania energetycznego w ujęciu dekadowym przy posiłku jednodaniowym typu drugie danie,
 - b) 30 % całodziennego zapotrzebowania energetycznego w ujęciu dekadowym przy posiłku dwudaniowym – zgodnie z aktualnymi normami żywienia dla populacji polskiej, opracowywanymi przez Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego PZH – Państwowy Instytut Badawczy, przy wyliczeniu średnioważonej normy dla danej grupy wiekowej,
 - c) alternatywną potrawę roślinną dla osób niespożywających produktów odzwierzęcych, w szczególności na bazie nasion roślin strączkowych,
 - d) wymagania określone w pkt 7 lit. a, d–h przy podawaniu posiłku jednodaniowego typu drugie danie lub posiłku dwudaniowego;