

## Okul Yemek Programları: Ülke Uygulamaları

### *School Meal Programs: Country Applications*

Prof. Dr. Ayla Gülden Pekcan<sup>1</sup>

#### ÖZET

Okul çevresinin çocukların beslenmesi ve genel sağlığı üzerinde önemli bir rol oynadığı bilinmektedir. Okullar, çocukların çoğu zamanlarını geçirdiği önemli bir ortamdır ve sağlıklı davranışları desteklemek için önem taşır. Çocukların yeme alışkanlıkları genellikle yetişkinliğe kadar devam eder ve okul öğünleri olarak kahvaltı ve öğle yemeği gibi okul yemekleri aracılığıyla okullar sağlıklı beslenmeyi sağlamak, iyileştirmek ve geliştirmek için anlamlı fırsatlar sağlar. Evrensel ücretsiz okul yemeği politika ve program uygulamalarının, çocuk sağlığına olumlu katkıda bulunma potansiyeline sahip olduğu rapor edilmektedir. Okul yemek programlarında, evrensel uygulama olarak öğrencilere dünya genelindeki okullarda yemekler, atıştırma malzemeleri veya diğer yiyecekler ve içecekler veya eve götürülebilecek rasyonlar sunulmaktadır. Ücretsiz okul yemeklerinin çocukların sağlıklı beslenmesi ve diyet kalitesi, besin güvencesi, fizyolojik gelişimi, okula devam ve okul başarısı, hatta beden kütle indeksi (BKİ) üzerinde olumlu etkileri çalışmalarla gösterilmiştir. Genel olarak, ulusal ücretsiz okul yemeklerinin öğrenciler için çoklu yarar sağladığı bilinmektedir. Ülkelerin, ulusal beslenme rehberlerine bağlı olarak ücretsiz okul yemeği programlarını dikkate alması ve bu sağlıklı yaklaşımı uygulaması gelecek nesiller için olumlu sonuçlar oluşturacaktır.

*Anahtar kelimeler: Okul yemeği, beslenme, program*

#### ABSTRACT

It is well-known that the school environment plays an important role in children's diets and overall health. Schools are recognized as an important setting to promote healthy behaviours, as children spend most of their hours at school. Children's eating habits often persist into adulthood and school provide meaningful opportunities to maintain, improve and promote healthier diets through school meals as breakfast and lunch. Universal free school meal policies and programs have the potential to contribute to positive child health outcomes. In school meal programs, students are provided with meals, snacks, or other foods and beverages or take-home rations in schools throughout the world. Positive effects of free school meals on children's nutrition and diet quality, food security, physiological development, school attendance and academic performance and even on body mass index (BMI) are well reported with studies. Overall, universal free school meals may have multiple benefits for students, and countries should consider and apply universal free school meal programmes depending on national nutrition guidelines.

*Keywords: School meal, nutrition, programs*

1. Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü (Emekli), Ankara, Türkiye • E-posta: info@beslenmevediyetdergisi.org  
<https://orcid.org/0000-0002-2037-3037>

## GİRİŞ

Çocukların beslenmesi ve genel sağlığı üzerinde okul çevresi ve ortamının önemli bir rol oynadığı bilinmektedir. Okullar, çocukların çoğu zamanlarını geçirdiği önemli bir ortamdır ve çocukların sağlıklı davranışları kazanmaları için önem taşımaktadır. Çocukların kazandığı olumlu yeme alışkanlıkları genellikle yetişkinliğe kadar devam etmektedir. Okul öğünleri olarak kahvaltı ve öğle yemeği gibi okul yemekleri aracılığıyla okullar, çocuklara sağlıklı beslenmeyi sağlamak ve geliştirmek için anlamlı fırsatlar sağlamaktadır. Ücretsiz sunulan ulusal okul yemeği politikaları ve programları, çocukların sağlığına olumlu katkıda bulunma potansiyeline sahiptir. Evrensel okul yemek programı uygulamalarında, öğrencilere dünya genelinde okullarda yemekler, atıştırmalıklar veya diğer yiyecekler ve içecekler veya eve götürülebilecek rasyonlar sunulmaktadır. Ücretsiz okul yemeklerinin çocukların beslenmesi ve diyet kalitesi, besin güvencesi, fizyolojik gelişimi, okula devam ve okul başarısı, hatta beden kütle indeksi (BKİ) üzerinde olumlu etkilerinin olduğu rapor edilmiştir. Genel olarak, ulusal ücretsiz okul yemeklerinin öğrenciler için çoklu yararları nedeniyle ülkelere, ulusal beslenme rehberlerine bağlı olarak ücretsiz okul yemeği programlarını dikkate alması önerilmektedir (1-4). Bu derleme yazıda, ücretsiz okul yemeği uygulamalarının önemi ve ülke uygulamaları irdelenmiştir.

## OKUL YEMEK PROGRAMLARI VE YARARLARI

Sağlıklı beslenmeye yönelik müdahalelerin, yetersiz ve dengesiz beslenme sorunlarının ve kötü beslenme alışkanlıklarının olumsuz sağlık etkilerini önlemek için çocukluk ve ergenlik döneminde erken başlaması gerekmektedir. Çocukluk ve ergenlik dönemi, beslenme kalitesi yüksek besinlere gereksiniminin yüksek olduğu kritik bir dönemdir. Ayrıca, yetişkinlik boyunca devam edebilecek sağlıklı beslenme alışkanlıkları, yaşam tarzı ve davranış kalıpları bu dönemlerde geliştirilmektedir (4).

Okullar; çocuklar, gençler, okul personeli, aileler ve toplum üyeleri de dahil olmak üzere geniş sayıda toplum grubuna ulaşılmasının en etkili yolunu sağladıkları için sorunların önlenmesi ve sağlığın geliştirilmesi için önemli bir olanak sunabilmektedir. Sağlıklı besin ve beslenme, çocukların iyilik halini olumlu yönde etkilediği için her ülkenin ve okulun gündeminde öncelikli bir konu olmalıdır. Kanıta dayalı veriler, sağlıklı beslenmenin öğrenme yeteneğini arttırdığını ve daha iyi okul başarısına yol açtığını göstermektedir (3,4).

Okul yemek programları, eğitim, sağlık ve beslenme ile tarım olmak üzere ekonomik kalkınmanın üç temel direğine bir programda yanıt vermektedir. Genel olarak, çalışmalar ve bulgular, bugün besleyici okul yemek programlarına yatırım yapmanın, yarın milyarlarca dolarlık sağlık maliyetinde kazanç yararı sağlayacağını göstermektedir (5).

Okul yemek programları birçok ülkede uygulanmaktadır ve dünyadaki en büyük güvenlik ağlarından biri olarak işlev görmektedir. En az 330.3 milyon çocuğun 2020 okul yılında, okulda bir okul yemeği tükettiği belirtilmektedir. Zor durumda olan birçok çocuk için, okul yemeği gün boyunca tek besleyici öğün olabilmektedir. Bildirildiğine göre düşük-, düşük-orta, üst-orta ve üst gelir düzeyindeki ülkelerde programların sırasıyla, %80, %72, %32 ve %21'inde zenginleştirilmiş besinlerin de kullanıldığı belirlenmiştir. Ayrıca, okul yemek programları beslenme eğitimi aktiviteleri ile de güçlendirilmektedir. Ülkelerde programların etki ve çıktılarının belirlenmesi amacı ile üçüncü "Küresel Okul Yemeği Programı Araştırması (*Global Survey of School Meal Program*)" çalışmasının 2024 yılında yapılacağı bilinmektedir ve bu çalışmanın evrensel okul yemeği uygulama yaklaşımlarının son durumunu yansıtacağı düşünülmektedir. Çalışma ülkelerde hükümet odaklı gruplarla yürütülmektedir (6). Genel olarak durum irdelendiğinde besleyici okul

yemek programlarına yatırım yapmanın gelecek için milyarlarca dolarlık sağlık maliyeti tasarrufu olarak yararlı dönüşebileceği kesindir.

Okul yemeklerinin yararlarının sadece beslenme ile de sınırlı kalmadığı görülmektedir. Okula kayıt (okullaşma), okula devam, okulda başarı ve bilişsel gelişimi artırdığı ve özellikle kızlar için okul bırakma oranını azalttığı bulunmuştur. Okul yemek programları, tüm çocukların, bireysel özelliklerinden bağımsız olarak, tüm çocuklara eşit kalitede beslenme ve eğitime erişimi sağlayarak sosyoekonomik eşitsizlikleri azaltmaktadır. Önemli olan, gezegene dost okul yemeklerinin tutarlı ve eyleme dönük besin ve beslenme eğitimi ile birleştirilmesi, gelecek nesillerin daha sağlıklı ve sürdürülebilir beslenme alışkanlıkları geliştirmelerini sağlayarak, yaşam boyu beslenme tercihlerinin ve sosyal tutumlarının şekillendiği kritik bir yaşta güçlendirilmesidir. Çocuklar bu mesajları evlerine götürerek, ayrıca ailelerinin beslenme tercihlerini etkileyebilir ve topluluğu da içeren bütünsel bir okul yaklaşımı ile birleştirildiğinde, daha geniş bir besin ve beslenme kültürü ve değerler de olumlu olarak etkilenebilir öngörüsü yapılmaktadır (5).

### **Okula Devam**

Cohen et al. (1) tarafından sistematik derleme bir yayında evrensel ücretsiz okul yemeğinin öğrencilerin okula devam oranlarını iki mekanizma aracılığıyla artırabileceği öne sürülmektedir. İlk değerlendirme, düşük gelirli ailelerden gelen öğrencilerin, mevcut besinlere erişmek için okula gitmeye teşvik edilmesidir. İkinci değerlendirmeye göre ise, okul yemeklerinden sağlanan beslenmenin hastalık insidansını azaltabileceği ve bu durumun okula devamı artırabileceği şeklindedir. Amerika Birleşik Devletleri'nde (ABD) yapılan yedi hakemli yayın ile iki hükümet raporu olmak üzere 9 kapsamlı çalışmada, okula devam incelenmiştir. Beş çalışmada ücretsiz okul yemeği ile okula devam arasında pozitif bir ilişki bulunmuş (genellikle alt gruplar arasında)

ve dördünde herhangi bir ilişkinin bulunmadığı belirlenmiştir. Diğer OECD ülkelerinde, Danimarka ve Yeni Zelanda gibi ülkeleri içeren sınırlı sayıda çalışma yapılmış (3 hakemli yayın); bu çalışmalardan hiçbirinin okula devamla ilişkisi bulunmamış ve alt analizlerde daha yüksek okul kahvaltı katılım oranlarına sahip öğrenciler arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur. Önyargı riskinin düşük olduğu düşünülen çalışmalar incelendiğinde, çalışmaların yarısında (10 çalışmadan 5'inde) pozitif ilişkilerin bulunduğu görülmüştür.

### **Okul Başarısı**

Okul başarısının, hem beslenmede potansiyel iyileştirme sağlaması ile doğrudan, hem de okula devam oranlarında potansiyel artışlar aracılığıyla dolaylı olarak ücretsiz okul yemek programı ile etkilendiği belirtilmektedir (7-11).

*Ücretsiz Kahvaltı Programı:* Ücretsiz kahvaltı sunulmasının akademik başarıyı olumlu yönde etkilediği, özellikle matematik test puanında, besin ögesi alımının iyileştiği belirlenen çocuklarda, önemli iyileşme sağladığı bulunmuştur (12). Winsonsin'de ilk okullarda ücretsiz kahvaltının verilmesi ile matematik, okuma test puanlarının yüksek gelir düzeyindeki çocuklarda anlamlı olarak yüksek olduğu bulunmuştur. Diğer bazı çalışmalarda ise önemli farklılık olmadığı rapor edilmiştir (13-16). Yeni Zelanda'da ilkökul çocuklarında ücretsiz kahvaltı ile okul başarısı arası ilişki belirlenmemiştir (17).

Okul Kahvaltı Programı, Amerika Birleşmiş Devletleri Tarım Bakanlığı tarafından yürütülen federal bir beslenme programıdır. Federal beslenme rehberlerine dayalı olarak duyarlı (risk taşıyan) çocuklara ücretsiz veya indirimli fiyatlı kahvaltı sunan okullar, okul kahvaltı programı aracılığıyla geri ödeme alabilmektedir. Okul kahvaltı programı, daha yüksek beslenme kalitesi, düşük düzeyde besin güvencesizliği ve daha yüksek okul başarısı gibi birçok yarar ile ilişkilendirilmektedir. Ancak bu yararlarına

rağmen, okul kahvaltı programının, “Ulusal Okul Öğle Yemeği Programı” ile karşılaştırıldığında yetersiz kaldığı belirtilmektedir. 2016-2017 okul yılında Ulusal Okul Öğle Yemeği Programına katılan her 100 öğrenci için kahvaltı programına katılan sadece 56.7 indirim ücretli kahvaltı programına katılan öğrenci olduğu belirlenmiştir. Geleneksel olarak okullar, kafeteryada kahvaltı servisi yapmakta bu da katılımı engelleyen bir uygulama olmaktadır. Çocukların okula geldiklerinde, derse başlamadan önce kafeteryaya gidip kahvaltı almak ve tüketmek için yeterli zamanlarının olmayabileceği, ayrıca, kafeteryaların, çocukların sınıflarına yakın olmayan bir konumda olmasının da erişimde engel oluşturabileceği belirtilmektedir (18).

**Ücretsiz Okul Yemeği:** Ücretsiz okul öğle yemeğinin etkisinin incelendiği çalışmalarda ise ilkokul çocuklarında matematik başarı puanları ile anlamlı önemli bir ilişkinin olduğu ancak okuma puanlarının etkilenmediği ve orta okul öğrencilerinde ise hiçbir test puanında farklılık olmadığı bulunmuştur (19). Yürütülen bazı çalışmalarda olumlu gelişmenin olduğu (20) bazılarında ise bir etkisinin olmadığı (21) gösterilmiştir. Bir devlet raporunda ücretsiz öğle yemeğinin akademik başarıyı 4-8 haftada benzer öğrencileri olan kontrol okullarına göre arttırdığı belirtilmiştir. Bu programların uzun dönemde yetişkinlik çağı sağlığına olumlu etki ve çıktılarının olabileceğine dikkat çekilmektedir (22).

### **Beden Kütle İndeksi**

Okulda sağlıklı yemekler servis edildiğinde şişmanlık riskini azalttığı belirtilmiştir (23-25). Okul yemeklerinin evden getirilen öğle yemeklerinden daha sağlıklı olduğu görüşü önem taşımaktadır (26,27). Ayrıca okul öğle yemeklerinin daha doyurucu olması sonucu okul dışında daha az besin tüketildiği ve belki de sağlıksız besin tüketimini azalttığı ileri sürülmektedir (28). Norveç'te yürütülen bir çalışmada 9. sınıf öğrencilerinin 4 ay izlenmesi sonrasında BKİ ile öğle yemeği programı arası ilişki saptanmıştır (29). Hollanda'da yürütülen bir çalışmada ise 4-12 yaşlarındaki çocuklara sağlanan ücretsiz öğle yemeğinin ek olarak da fiziksel aktivite

ile desteklenmesi sonucunda 2 yıllık izlem sonrasında BKİ z-skor değeri arası ters ilişki belirlenmiştir (25). İngiltere'de ise resmi hükümet raporunda BKİ ile ilişki belirlenmediği rapor edilmiştir (22).

### **Diğer yararlar**

Okul yemeğinin çocuklar için doğrudan yararlarının yanı sıra, dünya genelindeki ulusal okul yemek programlarında yapılan değişikliklerin, yerel besin sistemlerinde gezegene dost eylemlerin oluşturulmasına da yol açabileceği belirtilmektedir. Doğru tasarlandığında ve yeterli politika ve düzenleyici çerçevelerle birlikte destekleyici önlemlerle birlikte sunulduğunda, sürdürülebilir okul besin tedariki, gezegene dost üretim uygulamalarının benimsenmesini teşvik edebilir, yerel besin sepetini genişletebilir ve ürün çeşitliliğini artırabilir ve diğer sosyal ve ekonomik gelişim sonuçlarını destekleyebilir. Özellikle, okul besin talebi yerel ve küçük çiftçilik üretimi ile bağlantılı olduğunda yararlı olduğu görülmektedir. Okul yemek hizmeti ile yerel tarımsal değişim arasındaki bağlantının birçok ülkede kurulmuş durumda olduğu ve politika değişikliği için mekanizmaların zaten mevcut olduğu belirtilmektedir. Ulusal okul yemek programlarındaki hükümet ve topluluk önderliği değişiklikleri biyoçeşitliliği teşvik edebilecek ve iklim değişikliği direncini artırabilecek yenilenen tarımsal uygulamalar için çözüm bir öneri olabilir. Tedarik uygulamalarının besin egemenliğini desteklediği gösterilmiştir (30).

### **ÜLKE OKUL YEMEĞİ UYGULAMALARI**

Okul yemek programları ülkelere ve bölgesel hedefler doğrultusunda öğrencilere, yemek, atıştırma veya evde tüketilmek üzere rasyon sağlayan programlardır. Genellikle eğitime erişimi artırmayı, eğitime katılım engellerini azaltmayı, eğitime devamı ve katılımı artırmayı, öğrencilerin okul günü boyunca konsantre olma, yeteneklerini artırma ve öğrenme sonuçlarını iyileştirmeyi amaçlamaktadır. Ayrıca, özellikle kızlar için belirgin olan okullaşma engellerini ele alarak eğitimde cinsiyet eşitsizliğini azaltmayı hedeflemektedir (31,32). Özellikle düşük gelir

düzeyindeki ailelerin çocuklarında sosyal güvencenin sağlanmasına yardımcı olmaktadır (33).

Küresel olarak ücretsiz okul yemeği sağlanmasının potansiyel yararları bilinmesine karşın, günümüzde uygulandığı ülkeler sınırlıdır. Finlandiya 1943 yılında, ücretsiz okul yemeği sunan ilk ülke olmuş ve İsveç iki yıl sonra 1945 yılında uygulamaya geçmiştir (34,35). Daha yakın yıllarda Estonya 2002’de tüm öğrencilere ücretsiz okul yemeği sunmaya başlamış ve Güney Kore 2011’de ücretsiz okul yemeği programını uygulamıştır (36,37).

İngiltere 2014 yılında devlet destekli okullar için “Evrensel Okul Çocukları Ücretsiz Yemekler (UFSM - *Universal Infant Free School Meals*)” politikasını uygulamaya koymuş ve İskoçya benzer bir politikayı 2015 yılında başlatmıştır. Her iki ülkede de sadece ilkokul çocuklarına ilk üç yıl boyunca (okul yılı başında 4-7 yaşında olan çocuklar) uygulamıştır (38). Japonya’nın 1947’de uygulamaya konulan okul yemekleri programı tüm çocuklara ücretli olarak uygulanmaya başlanmış, okul yemek programına katılım zorunlu kılınmış ve düşük gelirli aileler için yerel ve/veya ulusal hükümetten mali destek sağlanmıştır (38,39).

Amerika’da 2006 yılında kurulan USDA Küresel Çocuk Beslenme Kuruluşu (*Global Child Nutrition Foundation - GCNF*) tarafından yürütülen “Küresel Okul Yemeği Programları Araştırması-2021 (*Global Survey of School Meal Programmes*)” çalışması verilerine göre Dünya nüfusunun %81’ini oluşturan 139 ülkede bir çalışma yürütülmüştür. Çalışmada 125 ülkeden elde edilen sonuçlara göre en az bir okul yemek programlarının olduğu belirlenmiş ve toplamda 183 programın verisi elde edilmiştir. Toplam 139 ülkede 330.3 milyon çocuğun okul yemek programı ile besine eriştiği belirlenmiştir. İlk ve ortaokul çocuklarının %27’sini kapsamaktadır. Okul yemek programlarının özellikleri irdelendiğinde, toplam 183 okul yemek programının %93’ünün öğrencilerde beslenme ve/veya sağlık gereksinimlerini karşılamayı amaçladığını rapor etmiştir. Programların sadece %35’inde obeziteyi önlemenin veya hafifletmenin hedeflediği

belirtilmiştir. Bu hedef daha çok yüksek gelirli ülkelerdeki programların (%70) hedefi olup, daha düşük-orta gelirli (%16) veya düşük gelirli ülkelerden (%5) daha düşük oranda bir hedeftir. Bunun nedeni çocukluk çağı obezitesinin görülme sıklığının gelir gruplarına göre değişim göstermesi olabilir. Obeziteyi önlemek için okul yemek programlarının bir strateji olarak kullanılma potansiyeli, obezitenin artış gösterdiği yerlerde bile, alt gelir seviyelerinde daha az dikkate alınmıştır. Bazı ülkelerde programların hedefi yoksulluk, besin güvencesizliği ve malnütrisyon odaklı olarak bilinmektedir. Okul menüsü veya “besin sepeti içeriği” her okul yemek programının temel ögesidir. Tahıllar (%87), sıvı yağlar (%78) ve kurubaklagiller (%75) sıklıkla kullanılan besin grupları olarak belirlenmiştir. Meyve ve sebzeler daha az (%63-65) ve hayvansal kaynaklı besinler ise daha seyrek sunulmaktadır. Yüksek gelir grubu ülkelerin %69’unda kümes hayvanları servis edilirken bu oranın düşük gelirli yerleşim yerlerinde %5 oranında yer aldığı belirtilmiştir. Bu fark meyveler için daha da büyüktür. Yüksek gelirli programlarda %97 ve düşük gelirlilerde %22.5’tir. Yüksek gelir grubundaki çocukların okul yemek programlarında ortalama olarak 8.3 farklı besin grubu yer alırken, bu değer üst-orta gelirli, alt-orta gelirli ve düşük gelirli programlarda sırasıyla 7.1, 6.5 ve 5.2 olarak bulunmuştur. Ülkelerin %70’inde maliyetin hükümet tarafından ve 53 ülkede ise %100’ünün hükümet tarafından karşılandığı bulunmuştur. Tüm ülkeler genelinde, okul yemeği çocuk başına yılda 108 Amerikan Doları olarak rapor edilmiştir. Ancak, bu rakam düşük gelirli ve düşük-orta gelirli ülkelerde 18-23 Amerikan Doları arasında değişirken, yüksek gelirli ülkelerde 400 Amerikan Doları olarak bildirilmiştir (5).

## OKUL YEMEK STANDARTLARI

Okul yemekleri, içerik olarak beslenme standartlarını karşılayacak besin türlerini ve miktarlarını karşılamak zorundadır. Okul yemek programlarını yöneten Amerika Birleşik Devletleri Tarım Bakanlığı (USDA), 2012 yılında, güncellenmiş standartları yayınlamıştır.

Standartlar, yaşa göre minimum ve maksimum enerji, azaltılmış sodyum miktarını belirlemiş ve trans yağların kullanımını yasaklamıştır. Ayrıca, sütü düşük yağlı ve yağsız çeşitlere sınırlamış ve tam tahıllı yiyeceklerin, sebze çeşitliliğinin, daha büyük meyve ve sebze porsiyonlarının ve ücretsiz içme suyunun sağlanmasını önemsemiştir. Güncellenmiş standartlar okul yemeklerinde eklenen şeker miktarını belirli bir şekilde sınırlamamış; ancak, tatlandırılmış sütü sadece yağsız süt ile sınırlamış ve öğle yemeğinde haftalık olarak sunulabilecek tahıl bazlı tatlıların sayısını sınırlamıştır. Güncellenmiş standartlar 2012-2013 okul yılında okulların kahvaltısı ve öğle yemekleri için uygulama 2014-2015 okul yılında uygulanmaya başlamıştır (40).

Okul yemekleri için güncellenmiş standartlar, yemeklerin besin değerini önemli ölçüde artırmış ve yemeklerin Amerikan Beslenme Rehberi (DGA - *Dietary Guidelines for Americans*) ile uyumluluğunu sağlamıştır. Bu sonuçlar, beslenme standartlarının çocukların okul günü boyunca sağlıklı yemeklere erişimini sağlamak için önemli olduğuna dair güçlü kanıtlar sunmuştur. Gelecekte, özellikle okulların standartlarla ilgili uygulama zorluklarını aşmaları, standartlarla ilgili yeni esneklikleri uygulamaları ve USDA'dan teknik destek ve eğitim almaya devam etmeleri sonrasında, okul yemeklerinin besin değerinin izlenmesinde önemli olabileceği belirtilmektedir. Ayrıca sunulan yemeklerin besin değerleri incelenmekte ve Sağlıklı Yeme İndeksi (HEI - *Healthy Eating Index*) puanlarındaki eğilimler değerlendirilmektedir (40).

## **TÜRKİYE'DE YÜRÜTÜLEN OKUL PROGRAMLARI**

Türkiye'de okul öncesi ve okul çağı çocuklarına yönelik okullarda beslenme ve toplu beslenme hizmetleri incelendiğinde, genellikle okul kantinlerinin ve genellikle tüm gün okullarda öğrencilere sunulan yemekhane hizmetlerinin çocukların beslenmesinde önemli rol oynadığı görülmektedir. Çocukların beslenmesine olumlu katkı sağlayacak toplu

beslenme hizmetlerinin kaliteli, yeterli ve dengeli beslenme ilkelerine uygun yürütülmesi büyük önem taşımaktadır (41).

Türkiye Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Hayat Programının "Okullarda Obezite ile Mücadelede Yeterli ve Dengeli Beslenme ve Düzenli Fiziksel Aktivite Alışkanlığının Kazandırılması" kapsamında "Çocukluk ve adölesan döneminde yeterli ve dengeli beslenmenin sağlanması için temel besin gruplarında yer alan besinlerin tüketiminin özendirilmesine yönelik beslenme programlarının yürütülmesi, beslenme hizmetlerinin periyodik olarak denetlenmesinin sağlanması" aktivitesi yer almaktadır (42).

T.C. Sağlık Bakanlığı ve ilgili bakanlıklar işbirliği ile yürütülen "Beslenme Dostu Okullar Programı", "Okul Sütü Programı" ve "Okul Kantinlerinin Denetimi ve Uyulacak Hijyen Kuralları Genelgesi" ile okullarda sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam konularında duyarlılığın artırılması ve bu konuda yapılan iyi uygulamaların desteklenmesi ile okul sağlığının daha iyi düzeylere çıkarılması hedeflenmektedir. Türkiye Beslenme Rehberi (TÜBER) 2015 ve Türkiye Beslenme Rehberi (TÜBER) 2022'de çocuk ve gençlerin günlük enerji ve besin öğeleri gereksinimleri ve günlük olarak besin gruplarından tüketmeleri gereken besin türleri ve miktarları yer almaktadır (43,44).

Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması (TBSA) 2010 verilerine göre 6-18 yaş grubu çocuklarda çok kısa (ciddi) boy uzunluğu (bodur; yaşa göre boy) %6.8, zayıf (BKİ'ye göre) olanların sıklığı ise %14.9'dur. Şişmanlık (BKİ) %8.2 (Erkek: %9.1, Kız: %7.3; Kent: %9.7, Kır: %4.5) ve fazla kilolu (BKİ) %14.3 (Erkek: %14.2, Kız: %14.4; Kent:%15.7, Kır: %10.8) görülme sıklığında belirlenmiştir (45).

Türkiye'de Okul Çağı Çocuklarında (6-10 Yaş Grubu) Büyümenin İzlenmesi (TOÇBİ) 2011 çalışmasında 6-9.9 yaş grubu çocukların %5.0'inin bodur, %21.5'inin kısa boylu, %6.5'inin şişman ve %14.3'ünün ise fazla kilolu olduğu belirlenmiştir (46). COSİ 2013 çalışmasına göre 7-9 yaş grubunda bodurluk, zayıflık, fazla kilo ve

şişmanlık görülme sıklığı sırasıyla %0.3, %1.5, %14.6 ve %9.9 olarak saptanmıştır. COSİ 2016 çalışmasına göre ise irasıyla %2.3, %1.5, %14.6 (Erkek: %13.6, %15.7) ve %9.9 (Erkek: %11.3, Kız: %8.5) olarak saptanmıştır (47,48).

Türkiye’de okul yemeği programının uygulanması ve izlenmesi okul çağı çocukların ve adölesanların sağlığına önemli katkı sağlayacaktır.

## SON DURUM: OKUL YEMEĞİ KOALİSYONU

Birleşmiş Milletler Gıda ve Tarım Örgütü (FAO) COVID-19 salgını sırasında, 2021 yılında, milyarlarca çocuğun okuldan uzak kaldığını, artan yoksulluk ve kesintiye uğramış besin tedarik zincirleriyle karşı karşıya kalan hükümetlerin, bu birbirine bağlı krizlere çözüm aradığına dikkati çekmiştir. Okul yemek programlarının, savunmasız çocuklara besleyici yemekler sağlamanın ve ailelerine ve toplumlarına destek olmanın güçlü ve maliyet etkin bir yol olduğu rapor edilmiştir. Dönüştürücü gücü düşünülerek, bir grup üye devlet, 2021 yılı “Birleşmiş Milletler Besin Sistemleri Zirvesi’nde (*UN Food Systems Summit*) her çocuğun büyüme, öğrenme ve gelişme şansının olduğu gerekçesiyle Okul Yemekleri Koalisyonunu (*School Meals Coalition*) başlattı (49). Koalisyon, yerel bağlamlara uygun şekilde düzenlenmiş ve uluslararası en iyi uygulamaların paylaşımını destekleyen bir şekilde, okul yemeklerinin kalitesini iyileştirmek ve küresel olarak okul yemek sistemlerini güçlendirmek için hükümetlere ve ortaklarına destek olacaktır. Koalisyonun iki yılı sonrasında 95^ten fazla ülkenin koalisyona katıldığı ve 41 ülkenin 2030 yılına kadar amaca ulaşmak üzere ulusal bağlılık kararı verdiği belirtilmiştir (<https://schoolmealscoalition.org/commitments/>) (50).

## SONUÇ

Evrensel ücretsiz okul yemeği politika ve program uygulamalarının, çocuk sağlığına olumlu katkıda bulunma potansiyeline sahip olduğu görülmektedir. Okul yemek programlarında, evrensel uygulama olarak öğrencilere okullarda yemekler, atıştırma

veya diğer yiyecekler ve içecekler veya eve götürülebilecek rasyonlar sunulmaktadır. Ücretsiz okul yemeklerinin çocukların sağlıklı beslenmesi ve diyet kalitesi, besin güvencesi, fizyolojik gelişimi, okula devam ve okul başarısı, hatta BKİ üzerinde olumlu etkileri çalışmalarla rapor edilmiştir. Genel olarak, ulusal ücretsiz okul yemeklerinin öğrenciler için çoklu yarar sağladığı bilinmektedir. Ülkelerin, ulusal beslenme rehberlerine bağlı olarak ücretsiz okul yemeği programlarını dikkate alması ve bu sağlıklı yaklaşımı uygulaması gelecek nesiller için olumlu sonuçlar oluşturacaktır.

## KAYNAKLAR

1. Cohen JFW, Hecht AA, McLoughlin GM, Turner L, Schwartz MB. Universal school meals and associations with student participation, attendance, academic performance, diet quality, food security, and body mass index: a systematic review. *Nutrients*. 2021;13:911.
2. Kim M, Abe S, Zhang C, Kim S, Choi J, Hernandez M, et al. Comparison of the nutrient-based standards for school lunches among South Korea, Japan, and Taiwan. *Asia Pac J Clin Nutr*. 2017;26:160.
3. Langford R, Bonell CP, Jones HE, Poulidou T, Murphy SM, Waters E, et al. The WHO Health Promoting School framework for improving the health and well-being of students and their academic achievement. *Cochrane Database Syst Rev*. 2014;16:(4):CD008958.
4. World Health Organization. Food and Nutrition Policy for Schools: A Tool for the Development of School Nutrition Programmes in the European Region; WHO Regional Office for Europe: Copenhagen, Denmark, 2006.
5. Global Child Nutrition Foundation (GCNF). 2022. School Meal Programs Around the World: Results from the 2021 Global Survey of School Meal Programs. Available at: <https://www.survey.dgcnf.org/2021-global-survey>
6. Global Child Nutrition Foundation (GCNF) Year End Report 2023. Available at: <https://gcnf.org/wp-content/uploads/2024/01/GCNF-in-2023.pdf>
7. Cohen JF, Gorski MT, Gruber S, Kurdziel L, Rimm EB. The effect of healthy dietary consumption on executive cognitive functioning in children and adolescents: A systematic review. *Br J Nutr*. 2016;116:989–1000.
8. Popkin BM, Lim-Ybanez M. Nutrition and school achievement. *Soc Sci Med*. 1982;16:53-61.

9. Moonie S, Sterling DA, Figgs LW, Castro M. The relationship between school absence, academic performance, and asthma status. *J Sch Health*. 2008;78:140-8.
10. Singh K, Granville M, Dika S. Mathematics and science achievement: Effects of motivation, interest, and academic engagement. *J Educ Res*. 2002;95:323-32.
11. Smerillo NE, Reynolds AJ, Temple JA, Ou SR. Chronic absence, eighth-grade achievement, and high school attainment in the Chicago Longitudinal Study. *J Sch Psychol*. 2018;67:163-78.
12. Bartfeld JS, Berger L, Men F, Chen Y. Access to the school breakfast program is associated with higher attendance and test scores among elementary school students. *J Nutr*. 2019;149:336-43.
13. Leos-Urbel J, Schwartz AE, Weinstein M, Corcoran S. Not just for poor kids: The impact of universal free school breakfast on meal participation and student outcomes. *Econ Educ Rev*. 2013;36:88-107.
14. Ribar DC, Haldeman LA. Changes in meal participation, attendance, and test scores associated with the availability of universal free school breakfasts. *Soc Serv Rev*. 2013;87:354-85.
15. McLaughlin JE, Bernstein LS, Crepinsek MK, Daft LM, Murphy JM. Evaluation of the school breakfast program pilot project: findings from the first year of implementation. Food and Nutrition Services, USDA. 2002. Available at: <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED481251.pdf>
16. Bernstein LS, McLaughlin JE, Crepinsek MK, Daft LM. Evaluation of the School Breakfast Program Pilot Project: Final Report. Special Nutrition Programs. Report Number CN-04-SBP; Nutrition Assistance Program Report Series; US Department of Agriculture: Honolulu, HI, USA, 2004.
17. Mhurchu CN, Gorton D, Turley M, Jiang Y, Michie J, Maddison R, et al. Effects of a free school breakfast programme on children's attendance, academic achievement and short-term hunger: Results from a stepped-wedge, cluster randomised controlled trial. *J Epidemiol Community Health*. 2013;67:257-64.
18. Soldavini J, Ammerman AS. Serving breakfast free to all students and type of breakfast serving model are associated with participation in the School Breakfast Program. *J Acad Nutr Diet*. 2019;119:1142-9.
19. Gordanier J, Ozturk O, Williams B, Zhan C. Free lunch for all! the effect of the community eligibility provision on academic outcomes. *Econ Educ Rev*. 2020;77:101999.
20. Schwartz AE, Rothbart MW. Let them eat lunch: The impact of universal free meals on student performance. *J Policy Anal Manag*. 2020;39:376-410.
21. Taylor J, Garnett B, Horton MA, Farineau G. Universal free school meal programs in Vermont Show multi-domain Benefits. *J Hunger Environ Nutr*. 2020;15:753-66.
22. Kitchen S, Tanner E, Brown V, Payne C, Crawford C, Dearden L, et al. Evaluation of the Free School Meals Pilot; Department for Education: London, UK, 2013. Available at: <https://assets.publishing.service.gov.uk/media/5a7ae157e5274a34770e7c3f/DFE-RR227.pdf>
23. Kenney EL, Barrett JL, Bleich SN, Ward ZJ, Cradock AL, Gortmaker SL. Impact of the healthy, hunger-free kids act on obesity trends: study examines impact of the healthy, hunger-free kids Act of 2010 on childhood obesity trends. *Health Aff*. 2020;39:1122-9.
24. Vericker TC, Gearing, M.E.; Kim, S.D. Updated nutrition standards for school meals associated with improved weight outcomes for boys in elementary school. *J Sch Health*. 2019;89:907-15.
25. Bartelink NH, van Assema P, Kremers SP, Savelberg HH, Oosterhoff M, Willeboordse M, et al. Can the healthy primary school of the future offer perspective in the ongoing obesity epidemic in young children? A Dutch quasi-experimental study. *BMJ Open*. 2019;9:e030676.
26. Fox MK, Gearan E, Cabili C, Dotter D, Niland K, Washburn L, et al. School Nutrition and Meal Cost Study Final Report Volume 4: Student Participation, Satisfaction, PlateWaste, and Dietary Intakes. *Math. Policy Res*. 2019. Available at: <https://fns-prod.azureedge.net/sites/default/files/resource-files/SNMCS-Volume4.pdf>
27. Farris AR, Misyak S, Duffey KJ, Davis GC, Hosig K, Atzabaporia N, et al. Nutritional comparison of packed and school lunches in pre-kindergarten and kindergarten children following the implementation of the 2012-2013 national school lunch program standards. *J Nutr Educ Behav*. 2014;46:621-6.
28. Cohen JF, Findling MTG, Rosenfeld L, Smith L, Rimm EB, Hoffman JA. The impact of 1 year of healthier school food policies on students' diets during and outside of the school day. *J Acad Nutr Diet*. 2018;118:2296-301.
29. Ask AS, Hernes S, Aarek I, Vik F, Brodahl C, Haugen M. Serving of free school lunch to secondary-school pupils—a pilot study with health implications. *Public Health Nutr*. 2010;13:238-44.
30. Pastorino S, Springmann M, Backlund U, Kaljonen M, Singh S, Hunter D, et al. School meals and food systems: Rethinking the consequences for climate, environment, biodiversity, and food sovereignty. Discussion Paper. London School of Hygiene & Tropical Medicine, London. 2023.
31. Gelli A. School feeding and girls' enrollment: the effects of alternative implementation modalities in low-income settings in sub-Saharan Africa. *Frontiers in Public Health*. 2015;3:76.



32. Bundy D, Schultz L, Sarr B, Banham L, Colenso P, Drake L. The School as a Platform for Addressing Health in Middle Childhood and Adolescence, In: Bundy D., N. de Silva, S. Horton, D. T. Jamison, and G. C. Patton, editors. Child and Adolescent Health and Development. Disease Control Priorities (third edition), Volume 8. World Bank: Washington, D.C., pp. 2017;269–285.
33. Abay KA, Tiberti MAL, Andam KS. COVID-19-induced disruptions of school feeding services exacerbate food insecurity in Nigeria. *Journal of Nutrition*. 2021;151(8):2245–54.
34. Pellikka K, Manninen M, Taivalmaa S. School Meals for All. School Feeding: Investment in Effective Learning–Case Finland. Viitattu 25.8. 2019; Ministry for Foreign Affairs of Finland: Helsinki, Finland; Finnish National Agency for Education: Helsinki, Finland, 2019.
35. European Commission. School Food Policy Fact Sheets; Sweden, 2013. [https://ec.europa.eu/jrc/sites/jrcsh/files/jrc-school-food-policy-factsheet-sweden\\_en.pdf](https://ec.europa.eu/jrc/sites/jrcsh/files/jrc-school-food-policy-factsheet-sweden_en.pdf)
36. The National Assembly of the Republic of Korea. Enforcement Rule of the School Meals Act. 2009. Available at: <http://likms.Assembly.go.kr/law/jsp/main.jsp>
37. Gaddis JE, Jeon, J. Sustainability transitions in agri-food systems: Insights from South Korea’s universal free, eco-friendly school lunch program. *Agric Hum Values*. 2020;37:1055-71.
38. Scottish Government. Maternal and Child Health: Free School Meals. Available at: <https://www.gov.scot/policies/maternaland-child-health/free-school-meals/>
39. Sihhide H. The history, current status, and future directions of the school lunch program in Japan. *Jpn J Nutr Diet*. 2018;76:S2–S11.
40. U.S. Department of Agriculture, Food and Nutrition Service. Nutrition Standards in the National School Lunch and School Breakfast Programs: Final Rule. *Fed Regist*. 2012; 77. Available at: <https://www.federalregister.gov/articles/2012/01/26/2012-1010/nutrition-standards-in-the-national-school-lunch-and-school-breakfast-programs>
41. T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Kurumu. Okul Öncesi ve Okul Çağı Çocuklara Yönelik Beslenme Önerileri ve Menü Programları. (Ed. Şanlier N. Yazarlar: Bilici S, Köksal E.). Türkiye Halk Sağlığı Kurumu. Yayın No: 915, Ankara, 2013. ISBN: 978-975-590-470-2 Erişim: [https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/saglikli-beslenme-ve-hareketli-hayat-db/Dokumanlar/Kitaplar/Okul\\_Oncesi\\_ve\\_Okul\\_Cagi\\_Cocuklara\\_Yonelik\\_Beslenme\\_Onerileri\\_ve\\_Menu\\_Programlari.pdf](https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/saglikli-beslenme-ve-hareketli-hayat-db/Dokumanlar/Kitaplar/Okul_Oncesi_ve_Okul_Cagi_Cocuklara_Yonelik_Beslenme_Onerileri_ve_Menu_Programlari.pdf)
42. T.C. Sağlık Bakanlığı. Türkiye Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Hayat Programı. Yetişkin ve Çocukluk Çağı Obezitesinin Önlenmesi ve Fiziksel Aktivite Eylem Planı 2019-2023. Sağlık Bakanlığı, Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü, Ankara, 2019. Erişim: [https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/saglikli-beslenme-ve-hareketli-hayat-db/Dokumanlar/Programlar/Eylem\\_Plani\\_.pdf](https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/saglikli-beslenme-ve-hareketli-hayat-db/Dokumanlar/Programlar/Eylem_Plani_.pdf)
43. Türkiye Beslenme Rehberi TÜBER 2015. T.C. Sağlık Bakanlığı Yayın No: 1031, Ankara, 2016.
44. Türkiye Beslenme Rehberi TÜBER 2022. T.C. Sağlık Bakanlığı Yayın No: 1031, Ankara, 2022.
45. Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması (TBSA) 2010. TC. Sağlık Bakanlığı Yayın No: 931, Ankara.
46. TOÇBİ, 2011. T.C. Sağlık Bakanlığı Temel Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü/ HÜ. SBF Beslenme ve Diyetetik Bölümü/ MEB Sağlık İşleri Daire Başkanlığı. Türkiye’de Okul Çağı Çocuklarında (6-10 Yaş Grubu) Büyümenin İzlenmesi (TOÇBİ) Projesi Araştırma Raporu. Ankara, 2011.
47. COSİ, 2013. Türkiye Çocukluk Çağı (7-8 Yaş) Şişmanlık Araştırması (COSI-TUR), 2013. Sağlık Bakanlığı, Türkiye Halk Sağlığı Kurumu, Milli Eğitim Bakanlığı, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bakanlığı Yayın No: 920, Ankara ve 2014.
48. COSİ, 2016. Türkiye Çocukluk Çağı (İlkokul 2. Sınıf Öğrencileri) Şişmanlık Araştırması - COSI-TUR 2016” Sağlık Bakanlığı, Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü, Milli Eğitim Bakanlığı, Dünya Sağlık Örgütü Avrupa Bölge Ofisi, Sağlık Bakanlığı Yayın No: 1080, Ankara 2017.
49. FAO. School Meals Coalition. 01/01/2020. Available at: <https://www.fao.org/sustainable-development-goals-helpdesk/champion/article-detail/school-meals-coalition/en>
50. School Meals Coalition. Declaration of Support. 2024. Available at: [https://schoolmealscoalition.org/wp-content/uploads/2024/03/SMC\\_Decl\\_Comm\\_COUNTRIES\\_Mar-2024.pdf](https://schoolmealscoalition.org/wp-content/uploads/2024/03/SMC_Decl_Comm_COUNTRIES_Mar-2024.pdf)