



Department of  
**Education**

[www.deni.gov.uk](http://www.deni.gov.uk)

AN ROINN

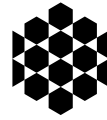
**Oideachais**

MÁNNYSTRIE O

**Lear**



INVESTOR IN PEOPLE



Department of  
**Health, Social Services  
and Public Safety**

[www.dhsspsni.gov.uk](http://www.dhsspsni.gov.uk)

AN ROINN

**Sláinte, Seirbhísí Sóisialta  
agus Sábháilteachta Poiblí**

MÁNNYSTRIE O

**Poustie, Resydènter Heisin  
an Fowk Siccar**

# BEARTAS BIA I SCOILEANNA

---

DRÉACHT LE HAGHAIDH COMHAIRLIÚCHÁIN

Meán Fómhair 2009



# DRÉACHTBHEARTAS BIA I SCOILEANNA

An Roinn Oideachas agus an Roinn Sláinte, Seirbhísí Sóisialta agus Sábháilteachta Poiblí

Meán Fómhair 2009

---

## Réamhrá

1. Is feasach go forleathan gur rithábhachtach réim shláintiúil, chothrom bia d'fhás agus d'fhorbairt pháistí agus dá sláinte agus dá leas san fhadtréimhse. Mar sin de, tá an Roinn Oideachas (RO) agus an Roinn Sláinte, Seirbhísí Sóisialta agus Sábháilteachta Poiblí (RSSSP) ag obair le scoileanna, le príomheagraíochtaí comhpháirtíochta agus le gníomhaireachtaí le blianta beaga anuas le caighdeán cothaithe an bhia a chuirtear ar fáil i scoileanna a fheabhsú agus le páistí agus daoine ógá a spreagadh agus tacú leo roghanna céillí a dhéanamh i dtaca le bia de.
2. Chuir RO treoirthionscadal i bhfeidhm in amuigh is istigh ar 100 scoil i rith na bliana 2004 mar thús ar phróiseas le bia i scoileanna a fheabhsú. Ba iad aidhmeanna an treoirthionscadail measúnú a dhéanamh ar an dóigh arbh fhéidir caighdeáin chothaithe béilí scoile a fheabhsú agus ar an dóigh a b'fhearr leis an athrú seo a chur i bhfeidhm. Mar thoradh air sin, d'fhógair RO go dtabharfaí isteach caighdeáin nua chothaithe do bhéilí scoile in éineacht le hinfheistíocht bhreise £3 mhilliún sa bhliain.
3. Leagann an doiciméad amach aidhmeanna agus cuspóirí foriomlána bheartas an Fheidhmeannais i leith bia i scoileanna agus cuireann sé síos ar an réimse straitéisí agus pleananna atá á gceapadh le cothú níos fearr a sholáthar dár bpáistí scoile.

## Aidhmeanna agus Cuspóirí an Bheartais Bia i Scoileanna

4. Is é príomhaidhm an Bheartais Bia i Scoileanna, de réir moltaí thascfhórsa 'Todhchaí Chorpacmhainneach' ar thabhairt faoin otracht i bpáistí agus i ndaoine óga, a chinntiú *"Go léiríonn bia i scoileanna cothromaíocht na sláinte maithe agus go gcuireann sé go mór le cothú na hóige agus go gcuireann scoileanna le forbairt an eolais agus na scileanna atá riachtanach le bheith ábalta roghanna sláintiúla a dhéanamh i dtaca le bia de."*
5. Aithníonn an beartas Oideachais agus an beartas Sláinte araon tábhacht na luathbhlianta i dtaca le forbairt fhisiceach, mhothúchánach, shóisialta

agus chognaíoch de. Féachfaidh an beartas seo, mar sin de, lena chinntiú go *"Soláthraíonn suíomhanna luathbhlianta deiseanna leordhóthanacha do chothú maith agus go gcothaíonn siad nósanna maithe i dtaca le hitheachán sláintiúil de."*

6. De réir chuspóirí foriomlána an Fheidhmeannais díriú ar riachtanas sóisialta tacóidh an beartas le páistí ó theaghlaigh ar ioncam íseal, le páistí a bhfuil míchumas orthu agus le páistí atá ina gcónaí i bpobail atá faoi mhíbhuntáiste.
7. Aithnítear an tábhacht le cothú a fheabhsú agus tacú le hitheachán sláintiúil i scoileanna i ról an Fheidhmeannais i gcur i bhfeidhm na straitéisí agus pleananna fadtéarmacha seo a leanas:
  - An Straitéis Dheich mBliana um Páistí agus Dhaoine Óga
  - An Straitéis um Dheiseanna Saoil
  - An Beartas um Sheirbhísí Breise
  - An Straitéis Infheistithe don tSláinte
  - An Plean Gníomhaithe 'Todhchaí Chorpacmhainneach'
  - An Beartas Scoileanna Sláintiúla
  - An Straitéis Sláinte Béal
8. Beidh ról ag ullmhú agus cur i bhfeidhm an bheartais seo, go háirithe, agus ag clár scoileanna gníomhacha atá beartaithe i mbaint amach sprice an Chomhaontú Seirbhíse Poiblí, *"Faoi 2011, an t-ardú in otracht a laghdú faoi dhó."*

### Cur Chuige sa Scoil Iomlán

9. Léirigh taighde gur féidir le cuir chuige scoilbhunaithe le tacú le sláinte agus leas pháistí a bheith éifeachtach, ach ní bhíonn ach nuair a chloítear le cur chuige sa scoil iomlán. Baineann cur chuige sa scoil iomlán i leith bia agus cothaithe le tabhairt faoin réimse iomlán ceisteanna a bhfuil tionchar acu ar chothú páistí agus ar na roghanna bia a dhéanann páistí sa scoil, lena n-áirítear:
  - Béalí scoile (agus caighdeáin chothaithe, rogha, teacht orthu, infhaighteacht agus costas san áireamh).
  - Bia eile atá ar fáil i scoileanna, m.sh. i meaisíní díola, i siopa sólaistí, smailceanna agus deochanna am sosa agus clubanna bricfeasta.

- Bia a thugtar chun na scoile (lóna pacáilte, smailceanna).
  - Teacht ar bhia ar an bhealach chun na scoile agus ag am lóin.
  - Caighdeán an tseomra bia.
  - Oideachas ar chothú agus ar itheachán sláintiúil.
  - Forbairt ullmhúchán bia agus scileanna cócaireachta.
  - Oiliúint agus forbairt foirne atá ag obair i scoileanna.
  - Dearcadh agus páirt na dtuismitheoirí.
  - Nasc le Beartas Scoileanna Sláintiúla agus Pleanáil Forbartha Scoile.
  - Fógraíocht agus cur chun cinn bia i scoileanna.
10. Pléann beartas agus infheistíocht an Fheidhmeannais le cuid de na ceisteanna seo, rud is cóir, agus tugtar fúthu go díreach sa bheartas seo. I dtaca le beartas de, áfach, ar an dóigh is fearr le dul i dteagmháil le tuismitheoirí faoi cheisteanna mar shrianta ar bhia a bhfuil cead ag páistí tabhairt chun na scoile, fhad am lóin na scoile agus rialacha ar pháistí áitreabh na scoile a fhágáil, fágfar ag scoileanna aonair é, i gcomhairle le tuismitheoirí agus le tacaíocht na gcomhpháirtithe Oideachais agus Sláinte, socrú ar an dóigh is fearr le tacú le hitheachán sláintiúil ina scoil féin, ar dhóigh atá fóirsteanach d'aoisghrúpa na ndaltaí.
11. Choimisiúnaigh RO agus RSSSSP an Ghníomhaireacht um Chothú Sláinte (an Ghníomhaireacht um Shláinte Phoiblí anois) le treoir ar chleachtas maith a sholáthar a bheidh ina cuidiú ag scoileanna glacadh le cur chuige éifeachtach sa scoil iomlán. Lena chois sin, mar atá sonrathite thíos, beidh scoileanna ábalta tacaíocht agus treoir a fháil ó na Comhordaitheoirí Caighdeán Cothaithe atá ceaptha i ngach Bord Oideachais agus Leabharlaine agus ó ghairmithe áitiúla diaitéiteacha agus cothaithe sláinte.

## Béilí Scoile

12. Is follasach le blianta beaga anuas go bhfuil barraíocht geire, salainn agus siúcra i gcothú chuid mhór páistí agus nach bhfuil go leor torthaí, glasraí ná snáithín ann. Tá sé léirithe ag taighde go bhfuil na béilí scoile a roghnaíonn páistí cosúil leis an bhia a itheann siad taobh amuigh den scoil. Socraíodh, mar sin de, go gcuirfí caighdeáin i bhfeidhm lena chinntiú go léiríonn béilí scoile treoir an Fheidhmeannais ar chothú pháistí. Leagadh na caighdeáin seo amach de chéadair sa leabhrán *"Ag Freastal ar Stíleanna Maireachtála Níos Sláintiúla"* a d'eisigh RO i mí na Nollag 2001.

13. Aithníodh, áfach, gur dhóiche gur mhór an dúshlan caighdeáin chothaithe a thabhairt isteach do bhia i scoileanna, ní hé amháin ceann is go mbeadh na roghanna teoranta do roghanna níos sláintiúla dá bharr. Sa bhliain 2004, cuireadh treoirthionscadal ar bun faoi stiúir ionadaithe ó RO, RSSSSP, Bhoird Oideachais, Bhoird Sláinte, an Ghníomhaireacht um Chothú na Sláinte agus an Ghníomhaireacht Caighdeán Bia i gcorradh le 100 scoil le breithniú a dhéanamh ar an dóigh ab fhearr le caighdeáin chothaithe béilí scoile a fheabhsú. Mar thoradh ar mheasúnú ar an treoirthionscadal, atá ar fáil ag [www.deni.gov.uk/index/85-schools/5-schools\\_meals/5-nutritional\\_standards\\_background.htm](http://www.deni.gov.uk/index/85-schools/5-schools_meals/5-nutritional_standards_background.htm), rinneadh roinnt moltaí ar an dóigh ab fhearr le caighdeáin chothaithe a chur i bhfeidhm i scoileanna. I measc na bpríomh-mholtaí, bhí:
- glacadh le cur chuige sa scoil iomlán, trí chaighdeáin chothaithe a chur i bhfeidhm ar bhia eile a chuirtear ar fáil ar scoil agus tríd oideachas éifeachtach ar chothú;
  - rannpháirtíocht phríomhoidí scoile, thuismitheoirí agus pháistí a fháil i gcur i bhfeidhm pleananna le bia i scoileanna a fheabhsú; agus
  - oiliúint, treoir agus tacaíocht a chur ar fáil don fhoireann lónadóireachta i scoileanna.
14. D'aithin an measúnú fosta gur dóiche go mbeadh impleachtaí móra costais ag baint le tabhairt isteach na gcaighdeán nua, nó tá costais níos airde ag baint le béilí níos dea-chothaithí a tháirgeadh. Sa bhliain 2005, chuir RO maoiniú breise ar fáil ionas nach mbeadh an t-íoschaiteachas ar ábhar bhia béilí ní ba lú ná 50p i Naíonraí, i mBunscoileanna agus i Scoileanna Speisialta agus 60p in Iarbhunscoileanna.
15. Le linn mhí Aibreáin 2006, ag aithint an riachtanais le gníomhaíocht láidir san fhadtéarma le caighdeáin chothaithe béilí scoile a fheabhsú agus le cur le clár 'Todhchaí Chorpacmhainneach' le tabhairt faoin otracht i bpáistí, d'eisigh RO doiciméad comhairliúcháin ag moladh caighdeán biabhunaithe agus caighdeán cothaitheachbhunaithe araon do bhéilí scoile. I ndiaidh freagairtí don chomhairliúchán a bhreithniú, tháinig na caighdeáin bhiabhunaithe in éifeacht i ngach scoil ó Mheán Fómhair 2007 agus tá siad iniata in Iarscríbhinn 1 mar eolas. Coinneofar an seasamh ar thabhairt isteach caighdeán cothaitheachbhunaithe faoi athbhreithniú.
16. Bhí an Ghníomhaireacht Caighdeán Bia ag obair go dlúth le monaróirí agus le soláthraithe bia lena chinntiú go gcomhlíonann bianna próiseáilte a sholáthraítear do scoileanna a sonruithe nua cothaitheacha agus tá caighdeáin dheonacha

foilsithe acu dá leithéid de bhianna ag  
[www.food.gov.uk/news/newsarchive/2006/may///nutrientspecs](http://www.food.gov.uk/news/newsarchive/2006/may///nutrientspecs)

17. Féadann reiligiúin agus grúpaí eitneacha riachtanais chothaithe ar leith a bheith acu mar gheall ar rialacha agus chleachtaí ar leith i dtaca le bia de. Ba chóir d'údaráis scoile a chinntiú go gcuirtear na creidimh sin san áireamh i dtaca le béilí scoile agus bia eile i scoileanna de.

## Bia diomaite de Lóna Scoile

### Bia a dhíoltar i scoileanna

18. Shainaithe measúnú an treoirhionscadail le caighdeáin chothaithe béilí scoile i dTuaisceart na hÉireann a fheabhsú imní faoi chomh héifeachtach is a bheadh feabhsú chaighdeáin chothaithe béilí scoile muna gcuirfí srianta ar infhaighteacht roghanna eile níos tearcshláintiúla, mar shampla, ó mheaisíní díola agus ó shiopaí sólaistí. Aibhsíodh an imní seo fosta le linn obair an tascfhórsa ar 'Todhchaí Chorpacmhainneach' a shainaithe an riachtanas le *Rogha Fhíor*, i.e. gur chóir do na bianna atá ar fáil a bheith i gcomhréir leis an chomhairle ar cad is cothú sláintiúil, cothrom ann agus í a léiriú.
19. Sa doiciméad comhairliúcháin a eisíodh i mí Aibreáin 2006, mhol RO tacar caighdeán do bhia a dhíoltar i scoileanna i meaisíní díola, siopaí sólaistí, agus ag amanna sosa, ag clubanna bricfeasta agus i ndiaidh am scoile. I ndiaidh na freagairtí ar an doiciméad comhairliúcháin a bhreithniú, tá na caighdeáin seo tugtha chun críche anois agus tá siad iniata in larscríbhinn 1.
20. Tá na caighdeáin seo á gcur i bhfeidhm i scoileanna ó Mheán Fómhair 2007. Mar chuid den phróiseas cigireachta scoile (féach paragraif 56 agus 57) beidh Comhpháirtithe Cothaitheacha ag déanamh monatóireachta ar bheartais agus chleachtas iteacháin sláintiúil i scoileanna.
21. Is fiú a nótáil go bhfuil beartais tugtha isteach ag roinnt déantóirí agus soláthraithe bia do scoileanna cheana féin leis na caighdeáin nua a chomhlíonadh agus níl siad ag soláthar táirgí nach gcomhlíonann na caighdeáin a thuilleadh.

### Lóna pacáilte agus ábhar sosanna

22. Ní cheannaíonn cuid mhór páistí agus daoine óga a gcuid bia ar scoil ach ina áit sin tugann siad lóna pacáilte nó smailceanna leo chun na scoile. Tá

beartais tugtha isteach ag cuid mhór bunscoileanna agus naíonraí, le tacaíocht clár 'Sosanna Sláintiúla' a bhunaigh Boird Sláinte agus Seirbhísí Sóisialta agus Comhpháirtíochtaí Infheistithe sa tSláinte, le páistí agus daoine óga a ghríosú le roghanna sláintiúla amháin a thabhairt leo chun na scoile.

23. Is féidir leis na beartais seo cur go mór le cothú maith agus le feabhsuithe I sláinte bhéil. Cuireann siad tábhacht thionchar an phiarghrúpa, go háirithe, san áireamh i gcinneadh ar roghanna bia páistí sa dóigh is gur dóchúla go roghnóidh páistí rogha shláintiúil. Is ríthábhachtach, áfach, go mbíonn comhairliúchán éifeachtach ann le tuismitheoirí ar na fáthanna agus ar an dóigh a dtugtar na beartais isteach, sula gcuirtear a leithéid de bheartais i bhfeidhm.
24. Tá clár 'Sosanna Sláintiúla' ann le roinnt blianta ach gan aon chaighdeán aontaithe faoi cad is ábhar sosa sláintiúil ann. Is léir sa phlean Forfheidhmithe 'Todhchaí Chorpacmhainneach' gur chóir do Bhoird Sláinte agus Seirbhísí Sóisialta amach anseo a chinntiú go mbeidh clár a choimisiúnóidh siad de réir na gcaighdeán nua cothaithe a bhfuil cur síos orthu sa doiciméad seo. Caithfidh baint a bheith ag an fhoireann ábhartha sna Boird Oideachais agus Leabharlainne le hullmhú clár agus ba chóir dóibh a bheith mar chuid de phleananna aontaithe bia i scoileanna.
25. Tá treoir do thuismitheoirí ullmhaithe ag an Ghníomhaireacht Caighdeán Bia ar an dóigh le lón pacáilte sláintiúil, dea-chothaitheach, tarraingteach a chruthú agus is féidir teacht air seo ag [www.eatwell.gov.uk/agesandstages/children/lunchboxsect/](http://www.eatwell.gov.uk/agesandstages/children/lunchboxsect/) agus ag [www.eatwell.gov.uk/agesandstages/teens/packedlunches/](http://www.eatwell.gov.uk/agesandstages/teens/packedlunches/).

### Uisce i Scoileanna

26. Is páirt ríthábhachtach de na caighdeán nua cothaithe go mbeadh uisce óil ar fáil go réidh gach lá. Tá Boird Sláinte agus Seirbhísí Sóisialta agus Comhpháirtíochtaí Infheistithe sa tSláinte ag obair le roinnt scoileanna lena ngríosú agus tacú leo uisce a chur ar fáil go héasca do pháistí i rith an lae scoile. Má ghríosáítear páistí le uisce a ól, mar shampla, trí bhuidéil uisce a chur ar fáil do pháistí agus iad a spreagadh le úsáid a bhaint astu, nó trí theacht a bheith ar uisce fuaraithe, is féidir leis na nithe seo, ní hé amháin cur le cothú feabhsaithe, ach cuidiú le tabhairt faoi mheath na bhfiacra agus leibhéil dírithe aire a fheabhsú.
27. Ba chóir go leanfaí de pháistí a spreagadh agus tacú leo uisce a ól nuair atá siad ar scoil mar ghné de thionscnaimh sosanna sláintiúla le tacaíocht ó Bhoird

Sláinte agus Seirbhísí Sóisialta. Ba chóir go mbeadh a leithéid de thionscnaimh mar chuid de phleananna 'Bia i Scoileanna' a aontaítear le comhpháirtithe Oideachais agus Sláinte agus ba chóir go mbeadh said dírithe ar scoileanna ina bhfuil leibhéal arda riachtanais sóisialta agus/nó drochshláinte bhéil.

28. Cinntíonn RO go bhfuil rannóirí uisce úir in áiteanna oiriúnacha taobh istigh de scoileanna. Ní cheadaítear uisce óil i leithris scoile níos mó agus nuair is amhlaidh an cás tugtar na scairdeáin uisce ar shiúl. Luann caighdeáin na Roinne (larscríbhinn 1) gur chóir go mbeadh teacht éasca ag daltaí ar uisce úr óil in aisce i gcónaí. Cuireann an láithreáin gréasáin 'Is Fionnuar, Faiseanta Uisce ar Scoil' ([www.waterischoolinschools.org.uk](http://www.waterischoolinschools.org.uk)) acmhainn úsáideach ar fáil do scoileanna.

### **Clubanna Bricfeasta**

29. Má itear bricfeasta sláintiúil, is féidir leis cur le réim bia shláintiúil, chothrom, le hullmhú páistí don fhoghlaim agus le cuspóirí níos leithne scoile ar cheisteanna mar fhreastal. Ag aithint seo dóibh, tá maoiniú agus tacaíocht curtha ar fáil ag gníomhaireachtaí Sláinte agus Oideachais do roinnt Clubanna Bricfeasta i scoileanna. Chuir Beartas nua na Scoileanna Seirbhísí Breise le forbairt Chlubanna Bricfeasta.
30. Is féidir le Clubanna Bricfeasta cur go mór le beartais oideachais agus sláinte araon nuair a chuirtear i bhfeidhm go héifeachtach iad agus tá treoir ar Chlubanna Bricfeasta curtha san áireamh sa treoir ar bhia i scoileanna atá curtha le chéile ag an Ghníomhaireacht um Chothú Sláinte. Ba chóir do gach Club Bricfeasta a chinntiú go nglacann siad leis na caighdeáin atá leagtha amach in larscríbhinn 1.

### **Cothú sna Luathbhlianta**

31. Tá feidhm ag na caighdeáin i leith béilí scoile agus bia eile a chuirtear ar fáil i scoileanna i dtaca le soláthar reachtúil náiolainne de chomh maith, agus ba chóir go gcuirfí na caighdeáin i bhfeidhm go iomlán de réir na n-amscálaí a luadh roimhe seo.
32. Níl feidhm ag na caighdeáin seo i dtaca le soláthar dheonach luathbhlianta de, nó níl aon bhonn reachtúil ann le seo a dhéanamh. Moltar na caighdeáin do sholáthraithe deonacha, áfach, agus ba chóir go gcuirfí i bhfeidhm iad má tá siad ag fáil maoiniúcháin ón Roinn. D'fhoilsigh an Ghníomhaireacht um Chothú na Sláinte treoir do sholáthraithe luathbhlianta agus fheighlithe páistí ar sholáthar bia do pháistí faoi 5 bliana d'aois. Fuair an treoir, atá i 'Cúrsaí Cothaithe',

[www.healthpromotionagency.org.uk/Resources/nutrition/numatters05.htm](http://www.healthpromotionagency.org.uk/Resources/nutrition/numatters05.htm))

tacaíocht trí oiliúint do ghairmithe cúram páistí.

33. San am i láthair, tá RO, i gcomhar le RSSSSP, ag dréachtú caighdeán molta do chúram páistí a chuirfidh san áireamh an riachtanas go mbeidh an bia a chuirtear ar fáil de réir na gcaighdeán atá leagtha amach i 'Cúrsaí Cothaithe'.

### Cur chun Cinn agus Fógraíocht Bia do Pháistí agus do Dhaoine Óga

34. Tá caighdeáin nua ag rialú fógraíochta agus cur chun cinn bia do pháistí ar an teilifís tugtha isteach ag an Oifig Chumarsáide [www.ofcom.org.uk/consult/condocs/foodads\\_new/statement/](http://www.ofcom.org.uk/consult/condocs/foodads_new/statement/). Gríosaítear scoileanna leis an dóigh a gcuirtear bianna a bhfuil leibhéal ard geire, salainn nó siúcra iontu chun cinn taobh istigh dá scoil a bhreithniú go cúramach agus le beartais a thabhairt isteach a léiríonn an riachtanas le srian a chur ar chur chun cinn roghanna nach bhfuil chomh sláintiúil do pháistí. D'fhéadfadh brandáil ar mheaisíní díola, urraíocht imeachtaí/ábhar agus scaipeadh earraí cur chun cinn a bheith i measc na réimsí a bheadh le breithniú.

### Ag Forbairt Eolais agus Scileanna

35. Léirigh an taighde agus an comhairliúchán a rinneadh mar chuid d'obair thascfhórsa 'Todhchaí Chorpacmhainneach' go soiléir an tábhacht le teachtaireacht chomhsheasmhach a chur in iúl idir fhoghlaim sa tseomra ranga agus ithe sa phroinnseomra. Ba chóir go gcinnteodh an curaclam athbhreithnithe go bhfaigheann páistí agus daoine óga go leor deiseanna le eolas agus tuigse a fháil ar chothú agus ar iteachán sláintiúil agus le scileanna a fháil in ullmhú agus i gcócaireacht bia.
36. Déanann an curaclam athbhreithnithe soláthar d'oideachas maidir le cothú agus iteachán sláintiúil mar chuid d'Fhorbairt Phearsanta ón Bhonnchéim go hEochairchéim 4. Tá CCSM ag cur ábhair threorach ar fáil do mhúinteoirí le tacú le tabhairt isteach Forbartha Pearsanta. Agus an curaclam á theagasc acu, d'fhéadfadh sé gur mhaith le scoileanna úsáid a bhaint as an tacaíocht atá ar fáil ó chomhpháirtithe sláinte agus oideachais a bhfuil réimse clár oideachais ullmaithe acu ar chothú, go minic mar chuid de chlár níos leithne shláinte. Féadann scoileanna comhairle a iarraidh ar CCSM nó ar na Boird Oideachais lena chinntiú go gcomhlíonann aon ábhair a d'fhéadfadh a bheith in úsáid acu riachtanais an churaclaim.
37. Lena chois sin, don chéad uair, éilíonn an curaclam go dteagasctar Eacnamaíocht Bhaile do pháistí ag Eochairchéim 3 mar ghné den réimse Foghlaim don Saol agus don Obair. Cuimsíonn an t-íosmhéid ábhair reachtúil d'Eacnamaíocht

Bhaile riachtanas go gcuireann scoileanna deiseanna ar fáil do dhaoine óga dóigheanna a fhiosrú le réimse shláintiúil bia a fhorbairt agus le scileanna praiticiúla a fhorbairt in úsáid sláinteach, sláintiúil, chruthaitheach bia le réimse béilí a phleanáil, a ullmhú, a chócaireacht agus a dháileadh.

38. Mar thoradh ar na caighdeáin nua bhia i scoileanna beidh deiseanna méadaitheacha ann le ceangail a dhéanamh idir beartais taobh istigh de scoileanna agus an curaclam athbhreithnithe. Ba chóir do scoileanna a chinntiú go ndéantar naisc éifeachtacha idir teagasc ar chothú agus shláinte agus teagasc maidir le corpoideachas, agus le deiseanna eile a chuireann siad ar fáil do dhaoine óga a bheith páirteach i spórt agus i ngníomhaíocht choirp.
39. Sheol an tAire Oideachas Clár Spóirt an Churaclaim i mí na Samhna 2007, agus tá 60 cóitseálaí san iomlán ó CSTÉ agus ó CLG araon ag obair anois in éineacht le múinteoirí ranga i suas le 550 bunscoil. Tá an t-aiseolas an-dearfach faoin tairbhe do na daltaí bunscoile is óige i bhforbairt a scileanna fisiceacha litearthachta ar dhóigh thaitneamhach agus i ndéanamh nasc le réimsí eile curaclaim.
40. I measc tionscnamh eile a bhfuil teacht ag scoileanna orthu tá an clár 'Déan é a Chócaráil' agus 'Clubanna Fáis'. Is clár é 'Déan é a Chócaráil' a theagascann faoi itheachán sláintiúil agus a ligeann do rannpháirtithe a scileanna cócaireachta a fheabhsú. Cumhdaíonn an cúrsa, a tháirg an Ghníomhaireacht um Chothú na Sláinte, bunphrionsabail an itheacháin sláintiúil, sláinteachas bia sa bhaile agus cócaireacht phraiticiúil. Is fóirsteanach d'éagsúlacht mhór ghrúpaí é. Tugann 'Clubanna Fáis' deis do dhaltai réimse torthaí agus glasraí a phleanáil, a chur, a ghiollacht agus a bhaint ar scoil agus féadann sé eispéireas úsáideach teagaisc agus foghlama a chur ar fáil do dhaltai.
41. Bhí comhairliúchán ag an Ghníomhaireacht Caighdeán Bia san fhómhar 2007 ar Chreat Inniúlachta Bia do dhaoine óga idir 7 mbliana agus 16 bliana d'aois. Tá sé ar intinn go mbeadh an creat seo ina chuidiú ag scoileanna agus ag eagraíochtaí pobalbhunaithe bonn a thabhairt do pháistí agus do dhaoine óga le roghanna sláintiúla bia a dhéanamh anois agus nuair a thioctas siad i méadaíocht.

Taobh istigh de na téamaí cothaithe agus sláinte, feacht tomhaltóirí cócaireachta (ullmhú agus láimhseáil bia) agus sábháilteachta bia baineann an creat le daoine óga idir 5 bliana agus 16+ bliana d'aois agus cuimsíonn sé ceisteanna níos leithne bia.

<http://www.food.gov.uk/healthiereating/nutritionschools/competencies/>

### Díriú ar Riachtanas Sóisialta

42. Is tábhachtach go speisialta go ngríosaítear agus go gcumasaítear páistí ó chúlra faoi mhíbhuntáiste le bia sláintiúil, cothaitheach a ithe ar scoil, nó léiríonn taighde gur gnách do na páistí seo níos mó bianna a bhfuil leibhéal níos airde geire, salainn agus siúcra iontu a ithe agus níos lú torthaí agus glasraí a ithe ná páistí ó theaghlaigh níos saibhre. Is rithábhachtach, mar sin de, go gceapann an tseirbhís lónadóireacht scoile agus scoileanna araon plananna lena chinntiú go mbaineann páistí, atá i dteideal béilí scoile a fháil in aisce, úsáid as an teidlíocht seo. Léirigh obair a rinneadh in áiteanna eile sa RA gur féidir le bearta leis an smál a bhaineann le teidlíocht béile scoile in aisce a laghdú, mar shampla, úsáid cártaí cliste, cuidiú le rátaí tógála a choinneáil.
43. Déanfaidh RO monatóireacht ar iarrachtaí le díriú ar riachtanas sóisialta. Fanfaidh an ceanglas ar Bhoird Oideachais agus Leabharlainne tuairisciú le RO ar bhonn bliantúil ar rátaí tógála béilí scoile acu siúd atá i dteideal béilí scoile a fháil in aisce.
44. Soiléiríonn an Plean Forfheidhmithe Todhchaí 'Chorpacmhainneach' gur chóir do Bhoird Sláinte agus Seirbhísí Sóisialta agus Chomhpháirtíochtaí Infheistithe sa tSláinte a chinntiú go ndíríonn clár a cheapann siad, le cothú a fheabhsú, ar pháistí agus ar theaghlaigh faoi mhíbhuntáiste. Beifear ag súil, go háirithe, go léireoidh Boird agus Comhpháirtíochtaí go ndíríonn tionscnaimh le tacú le scoileanna cothú páistí a fheabhsú, mar shampla trí thacú le sosanna sláintiúla, ar scoileanna a bhfuil líon ard daltaí acu a shainaithníodh a bheith faoi riachtanas oibiachtúil.
45. Díríonn Beartas na Scoileanna Seirbhísí Breise, atá ag tacú le roinnt clár cothaithe agus sláinte, lena áirítear clubanna bricfeasta agus clubanna cócaireachta, ar scoileanna a fhaigheann a gcuid daltaí ó phobail faoi mhíbhuntáiste.

### Cur i bhFeidhm an Bheartais Bia i Scoileanna

#### Cur i bhFeidhm Réigiúnach

46. Níl sa Bheartas Bia i Scoileanna ach cuid amháin de bheartas cuimsitheach atá á chomhullmhú ag RO agus RSSSSP. Tá oiread sin imní ann faoi dhroch-chothú agus leibhéal ardaitheacha otrachta i bpáistí, áfach, gurbh éigean an beartas bia i scoileanna a ullmhú roimh bheartas na scoileanna sláintiúla. Ina dhiaidh sin, is doshamhalta nach mbeidh bia agus cothú mar phríomhthosaíocht taobh istigh den bheartas seo.
47. Tá RO ag infheistiú £3 milliún go díreach i gcur i bhfeidhm an bheartais seo agus tá gealltanais tugtha acu go gcoinneoidh siad an infheistíocht seo le linn tréimhse an chéad bhabhta eile caiteachais. Cinnteoidh an maoiniú seo

infheistíocht bhreise i gcomhábhair ardcháilíochta bhia. Tacóidh sí fosta le cur i bhfeidhm an Bheartais Bia i Scoileanna trí:

- phoist nua a chruthú le cuidiú praiticiúil a chur ar fáil do scoileanna agus don fhoireann lónadóireachta i gcur i bhfeidhm an bheartais;
- infheistiú sa trealamh nua atá riachtanach le roghanna níos sláintiúla a ullmhú;
- chlár oiliúna don fhoireann lónadóireachta a fhorbairt agus a chur i bhfeidhm;
- thacú le plan cumarsáide agus margaióchta le bia sláintiúil, cothaitheach a chur chun cinn i scoileanna.

48. Tá maoiniú á chur ar fáil chomh maith le tacú le tionscadail chothaithe agus sláinte trí Scoileanna Seirbhísí Breise agus trí chlár chothaithe agus shláinte béil a d'fhorbair údaráis Sláinte agus Seirbhísí Sóisialta. Tá cion mór de na €800,000 breise sa bhliain atá á leithdháileadh do Phlean Forfheidhmithe 'Todhchaí Chorpacmhainneach' á dhíriú chomh maith ar thacú le cothú maith i scoileanna agus sna luathbhlianta.

49. Tacófar leis an obair fosta trí cheapachán diaitéithigh scoile, comh-mhaoinithe ag RO agus RSSSSP, a bheas freagrach chomh maith as treoir ar bhia i scoileanna a ullmhú agus as saintacaíocht a sholáthar do Bhoird Oideachais agus Leabharlainne ar chur i bhfeidhm an Bheartais Bia i Scoileanna.

### Cur i bhFeidhm Áitiúil

50. Ag leibhéal áitiúil, mhaoinigh RO ceapadh chomhordaitheoirí caighdeán cothaithe i ngach ceann de na Boird Oideachais agus Leabharlainne. Is é ról na gcomhordaitheoirí scoileanna agus an fhoireann lónadóireachta araon a oiliúint agus tacaíocht phraiticiúil a chur ar fáil dóibh i gcur i bhfeidhm an Bheartais Bia i Scoileanna. Tá oiliúint creidiúnaithe cothaithe faighte ag gach maor lónadóireachta mar chuid de chur i bhfeidhm an chlár caighdeán cothaithe.

51. Beidh ar na Comhordaitheoirí Caighdeán Cothaithe oibriú go dlúth le comhghleacaithe san earnáil Sláinte agus Seirbhísí Sóisialta, a thugann tacaíocht do scoileanna chomh maith ar cheisteanna bia agus cothaithe. Níl sé ar intinn ag RO agus RSSSSP seasamh ar eiseamláir ar leith do chur i bhfeidhm áitiúil an bheartais seo. Ina dhiaidh sin, táthar ag súil go mbunódh Boird agus Údaráis Oideachais agus Sláinte, cé acu trí chreataí mar Chomhpháirtíochtaí Infheistithe sa tSláinte nó trí struchtúir scoileanna sláintiúla, modh le haontú ar phleananna bliantúla le tacú le scoileanna ar cheisteanna bia agus cothaithe a bhaineann an úsáid is fearr as an saineolas atá ar fáil go háitiúil.

52. Ag leibhéal scoile, éilíonn na Rialacháin Forbartha Scoile ar scoileanna measúnú a dhéanamh ar na socruithe le sláinte agus leas foirne agus daltaí a chur chun cinn mar chuid de phróiseas pleanála fhorbairt na scoile. Aibhsíonn an treoir do scoileanna ar fhorbairt scoile go sainiúil ceist an bhia i scoileanna mar cheann de na réimsí a ba chóir do scoileanna a bhreithniú agus a leithéid de mheasúnú á dhéanamh acu. Ba chóir do scoileanna, mar sin de, a ról i gcur le cur i bhfeidhm éifeachtach an Bheartais Bia i Scoileanna a bhreithniú go cúramach mar chuid de phróiseas pleanála fhorbairt na scoile. Tá eiseamláir teimpléid do Bheartas Bia i Scoileanna scoilbhunaithe a d'fhéadfaí a oiriúnú d'úsáid scoileanna aonair iniata in larscribhinn 2.
53. Má tá an Beartas Bia i Scoileanna le feidhmiú go héifeachtach, is riachtanach go gcuirfí tuismitheoirí ar an eolas go héifeachtach agus go mbeadh baint acu leis. Go dearfa, fuair tuismitheoirí bileog cheana féin ag míniú pleananna le caighdeáin chothaithe béilí scoile a fheabhsú. Ina dhiaidh sin, is rithábhachtach gur gné de phleananna áitiúla agus scoilbhunaithe bia i scoileanna baint a bheith ag tuismitheoirí leo.

#### Airgeadas Príobháideach

54. Le linn an bheart comhairliúcháin ar 'Todhchaí Chorpacmhainneach' bhí imní ann faoi chás scoileanna a forbraíodh le hairgeadas príobháideach – cé acu bheadh siad in ann cloí leis na caighdeáin nua bhia nó nach mbeadh. Tá soláthar béilí scoile díolmhaithe ag RO i gconarthaí a leithéid de scoileanna agus níltear ag súil, mar sin de, go mbeadh tionchar ag an fhoinsé maoinithe le scoil a thógáil ar acmhainneacht scoile na caighdeáin chothaithe a chur i bhfeidhm.

#### Monatóireacht agus Measúnú

55. Beidh RO agus RSSSSP freagrach as monatóireacht a dhéanamh ar chur i bhfeidhm foriomlán an bheartais seo agus bunóidh siad córais lena chinntiú go bhfaigheann siad eolas caighdeánaithe ar bhonn rialta faoi phríomhtháscairí feidhmíochta mar thógáil béilí scoile, agus tógáil ag páistí atá i dteideal béilí scoile a fháil in aisce san áireamh. Cuireadh tús le suirbhé le linn na bliana 2008 le dul chun cinn an chuir i bhfeidhm a fhionnadh agus le aiseolas a fháil ar cad é atá ag oibriú go maith agus ar aon deacrachtaí atá ann go fóill. Táthar ag dúil le tuarascáil san fhómhar 2009.
56. Beidh ról rithábhachtach ag an Chigireacht Oideachais agus Oiliúna (an Chigireacht) i monatóireacht agus tuairisciú ar chur i bhfeidhm an bheartais seo. Tá dhá Chomhpháirtí Cothaithe (CCí) ceaptha ag an Chigireacht le bheith mar bhaill d'fhoirne cigireachta sna céimeanna speisialta, bunscoile agus iarbhunscoile le monatóireacht a dhéanamh ar fheabhsú i gcur i bhfeidhm na moltaí i Lónadóireacht do Stíleanna Maireachtála Níos Sláintiúla agus ar chuir chuige ghinearálta i leith itheachán sláintiúil a chur chun cinn.
57. Ó mhí Eanáir 2007 tá fianaise faighte ag na CCí ó chigireachtaí a bhaineann le nádúr, le réimse agus le cáilíocht bheartais agus chleachtais itheacháin sláintiúil i scoileanna. Tá cinneadh na CCí iniata i dtuarascáil chigireachta scoile. Tá tuarascálacha de chuid na Cigireachta Oideachais agus Oiliúna ar fáil ó [www.etini.gov.uk](http://www.etini.gov.uk).

**\*\*Mar eolas amháin - bhí na caighdeáin seo faoi réir ag comhairliúchán ar leith agus tá siad i bhfeidhm faoi láthair.\*\***

## CAIGHDEÁIN CHOTHAITHE DO LÓNTA SCOILE

Lúnasa 2008

## CAIGHDEÁIN CHOTHAITHE DO LÓNTA SCOILE

Biaghrúpa	Caighdeáin
<p><b>Grúpa 1:</b> Arán, rís, prátaí, pasta agus bianna stáirse eile m.sh. núdail agus gránaigh.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Caithfidh sciar nó sciarta bia ón ghrúpa seo a bheith i ngach seirbhís lóin.</li> <li>• Caithfear rís agus pasta a thairgeadh ar a laghad uair amháin sa tseachtain. Ar bhiachlár aon rogha, caithfear rís nó pasta a dháileadh ar a laghad uair amháin sa tseachtain.</li> <li>• Ba chóir go mbeadh arán ar fáil ar bhonn laethúil i ngach scoil.</li> <li>• Féach fosta riachtanais eile i leith bianna friochta – féach Grúpa 5a.</li> </ul>
<p><b>Nótaí</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Is gnách le bianna stáirse a bheith neamhchostasach agus tugann siad fuinneamh, snáithín, vitimíní agus mianraí.</li> <li>• Tugann tairgeadh ríse agus pasta éagsúlacht agus spreagann sé páistí le bianna a fhéacháil ar féidir nach mbeadh deis acu a fhéacháil sa bhaile.</li> <li>• Is foinse sláintiúil carbaihiodráití an t-arán.</li> <li>• Tá chóir a bheith gach cineál aráin inghlactha: bán, donn, caiscín, cruithneachta, gráin, arán bán agus rollóga bána le neart snáithín, béigil, arán piota, seapáití déanta gan geir.</li> <li>• Ba chóir arán a chur ar fáil gan leathán, a ba chóir a bheith ar fáil go héasca.</li> <li>• Is le cois, agus ní in áit a bhfuil ag dul leis an phríomhbhéile atá an t-arán agus ba chóir dó a bheith ag ceann deiridh an ionad freastail.</li> </ul>	

Biaghrúpa	Caighdeáin
<p><b>Grúpa 2:</b> Torthaí agus glasraí.</p> <p>Cuimsíonn an grúpa seo cineálacha úra, reoite, stánaithe agus triomaithe agus súnna torthaí.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Níor chóir go mbeadh níos lú ná dhá sciar torthaí agus glasraí ar fáil do gach páiste le linn seirbhís an lóin.</li> <li>• Díobh seo, ba chóir gur glasraí nó sailéad sciar amháin ar a laghad agus gur torthaí (úr, stánaithe i sú, sailéad torthaí, sú torthaí nó torthaí triomaithe) sciar amháin ar a laghad.</li> <li>• Caithfidh sciar amháin torthaí a bheith i ngach dáileadh píoga, mionbhruar agus miasa eile ilchodacha torthaí.</li> <li>• Caithfidh ar a laghad leathsciar glasraí a bheith i ngach dáileadh píoga, casaról, stobhach agus miasa eile ilchodacha príomhchúrsa, le cois dáileadh ar leith glasraí nó sailéid.</li> <li>• I naíonraí agus i mbunscoileanna, caithfear milseog thordhbhunaithe mar thorthaí stánaithe i sú nádúrtha, shailéid torthaí, mhionbhruar torthaí, thorthánach nó phióg thorthaí a thairgeadh ar a laghad trí huair sa tseachtain.</li> <li>• Caithfear gan pónairí bacáilte a dháileadh mar ghlasra i mbunscoil níos minice ná uair amháin sa tseachtain. Is éigean nach pónairí bacáilte an aon rogha amháin ghlasraí ar aon lá amháin in iar-bhunscoil.</li> <li>• Mas iad pónairí nó piseánach an chuid phróitéineach de phríomhchúrsa, caithfidh glasra eile a bheith ar fáil.</li> </ul>
<p><b>Nótaí</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tugann torthaí agus glasraí vitimíní, mianraí agus snáithín. Moltar go n-ithimid cúig sciar nó níos mó torthaí agus glasraí sa lá. Tá eolas ar mhéid na sciartha sa tábla seo a leanas.</li> <li>• Ní áirítear spaigití stánaithe in anlann trátaí mar ghlasra.</li> <li>• Neamhionann is bunús na nglasraí, níl aon vitimín C i bpónairí bacáilte.</li> <li>• Tugann dáileadh glasra neamhphiseánach ar leith le roghanna piseánachbhunaithe veigeatóracha éagsúlacht do veigeatóirí agus cinntíonn sé go gcuirtear meascán cothaitheach ar fáil.</li> </ul>	

**Cad is sciar ann?**

Do dhaoine fásta, is é 80g sciar torthaí nó glasraí, ach níl aon mholtaí ann i leith páistí. Go praiticiúil, molaimid gur threoir mhaith leathsciar dhuine fhásta (40g) do dhaltáí naíonra agus sciar dhuine fhásta (80g) do dhaltáí bunscoile/iar-bhunscoile. Sa tábla thíos, tá samplaí den dóigh a n-aistrítear na sciartha seo go dáiltí cistine.

	Naíonra	Bunscoil/Iar-bhunscoil
	Sciar amháin	Sciar amháin
Glasraí cócaráilte	1-2 spúnóg bhoird (spbh)	2-3 spúnóg bhoird (spbh)
Glasraí sailéid	½ babhla milseoige	1 babhla milseoige
Torthaí úra	½ -1 toradh	1 toradh
Sailéad torthaí, torthaí stánaithe i sú	1-2 spúnóg bhoird (spbh)	2-3 spúnóg bhoird (spbh)
Sú torthaí	150ml	150ml
Torthaí triomaithe	½ -1 spúnóg bhoird	1 spúnóg bhoird

Biaghrúpa	Caighdeáin
<p><b>Grúpa 3:</b></p> <p><b>Bainne agus bianna déiríochta.</b></p> <p>Cuimsíonn an grúpa seo bainne, cáis, iógart agus maróga bainne.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Caithfidh sciar nó sciartha bia ón ghrúpa seo a bheith i ngach seirbhís lóin.</li> <li>• Lena chois sin, caithfidh bainne óil a bheith ar fáil mar rogha gach lá.</li> <li>• Caithfear gan cáis a dháileadh mar an aon rogha veigeatórach níos minice ná <b>dha uair sa tseachtain</b>.</li> <li>• Is ceadaithe úsáid a bhain as cáis mar bharrán níos minice ná sin.</li> </ul>
<p><b>Nótaí</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Is foinsí sármhaithe roinnt cothaitheach, lena n-áirítear cailciam, atá tábhachtach d'fhorbairt mhaith chnámhe, próitéin agus vitimíní, bainne agus táirgí bainne.</li> <li>• Is rogha mhaith dí an bainne, nádúrtha nó blaitithe. Tá a oiread céanna cailciam i mbainne leathbhearrtha agus atá i mbainne gan bhearradh agus is é an rogha roghnaithe i mbunscoileanna agus in iar-bhunscoileanna é. Níl bainne bearrtha fóirsteanach do pháistí faoi chúig bliana d'aois.</li> <li>• Tugann roghanna eile in áit cáise éagsúlacht do veigeatóirí. I measc roghanna eile a mholtar, tá pónairí, piseánach agus lintilí.</li> <li>• Má dháiltear sciar cáise mar an príomhairteagal próitéine, áirítear fosta é mar sciar bia ó Ghrúpa 4.</li> <li>• Ní chuimsítear uibheacha, im agus uachtar reoite sa ghrúpa seo. Cuimsítear uibheacha i nGrúpa 4, áirítear im mar gheir agus cuimsítear uachtar reoite i nGrúpa 5b.</li> </ul>	

Biaghrúpa	Caighdeán
<p><b>Grúpa 4:</b></p> <p>Feoil, iasc, uibheacha, pónairí agus foinsí eile neamh-dhéiríochta próitéine.</p> <p>Cuimsíonn an grúpa seo mairteoil, muiceoil, uaineoil, circeoil, iasc, uibheacha, piseánach m.sh. piseanna, pónairí, lintilí.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Caithfidh sciar nó sciartha bia ón ghrúpa seo a bheith i ngach seirbhís lóin.</li> <li>• Caithfear béilí ar feoil dhearg cuid díobh a dháileadh: <ul style="list-style-type: none"> <li>o dhá uair sa tseachtain ar a laghad agus trí huair sa tseachtain ar a mhéad i naionraí agus i mbunscoileanna; agus</li> <li>o trí huair sa tseachtain ar a laghad agus ceithre huair sa tseachtain ar a mhéad in iar-bhunscoileanna.</li> </ul> </li> <li>• Ba chóir go mbeadh iasc ar fáil uair amháin sa tseachtain ar a laghad i mbunscoileanna agus dhá uair sa tseachtain ar a laghad in iar-bhunscoileanna.</li> <li>• Ba chóir go mbeadh iasc olúil ar fáil uair amháin gach ceithre seachtainí ar a laghad.</li> </ul>
<p><b>Nótaí</b></p> <p>Tagraíonn 'uairéanta sa tseachtain' do dheis seirbhíse i.e. seirbhís bhricfeasta, seirbhís sosa nó seirbhís lóin. Mar shampla, má chuireann iar-bhunscoil seirbhís bhricfeasta, sosa agus lóin ar fáil, thar an tseachtain scoile tugann seo 15 deiseanna seirbhíse ag a gceadófar feoil dhearg ceithre huair ar a mhéad.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuimsíonn feoil dhearg mairteoil, muiceoil agus uaineoil agus béilí a dhéantar astu.</li> <li>• Ní áirítear ispiní mar fheoil dearg ach mar tháirge feola. Ní áirítear burgair mar tháirge feola muna bhfuil ar a laghad 95% mionfheola báine iontu agus ansin áireofar mar fheoil dhearg iad. Áirítear miasa ilchodacha atá déanta as mionfheoil a bhfuil níos lú ná 95% d'fheoil bhán inti mar tháirge feola. Féach Grúpa 5b le tuilleadh eolais a fháil ar tháirgí feola.</li> <li>• Ar laethanta nuair atá feoil dhearg á dáileadh ag an lón, is féidir le níos mó ná rogha amháin a bheith ann nó ní roghnóidh daltaí ach rogha amháin.</li> <li>• Is foinse maith iarainn feoil dhearg.</li> <li>• Is príomhfhoinsé próitéine feoil, iasc agus roghanna eile mar uibheacha, pónairí agus phiseánach.</li> <li>• Ta éagsúlacht i dtairgeadh éisc agus tairgeann sé bianna do pháistí arbh fhéidir nach mbeadh deis acu a fhéacháil diomaite de sin. Chuimseodh seo líonta ceapairí agus baguettes mar thuinnín agus bhradán.</li> <li>• Is iasc olúil iasc a bhfuil aigéid sailleacha óimige 3 iontu atá ina gcuidiú ag sláinte an chroí. Cuimsíonn seo bradáin, sairdíní, pilséir, murlais agus scadáin úra, stánaithe nó reoite agus tuinnín úr nó reoite.</li> <li>• Ní áirítear tuinnín mar iasc olúil ach nuair atá sé úr nó reoite nó baintear na haigéid sailleacha le linn an phróiseas cannaithe. Ina dhiaidh sin, is féidir tuinnín stánaithe a áireamh mar cheann de na sciartha neamholúla éisc.</li> <li>• Sna seachtainí nuair a chuirtear iasc olúil ar fáil comhlíonann sin an caighdeán i leith éisc don tseachtain sin i mbunscoileanna agus cuirtear san áireamh é i leith an chaighdeáin iar-bhunscoile.</li> </ul>	

Biaghrúpa	Caighdeáin
<p><b>Grúpa 5a:</b></p> <p>Bianna friochta agus bianna eile a bhfuil leibhéal ard geire iontu.</p> <p>Cuimsíonn an grúpa seo saillí agus olaí cócaireachta, anlainn olúla sailéid, maonáis, uachtar sailéid, brioscáin phrátaí, uachtar, taosrán.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ní ceadaithe bianna domhainfhriochta na táirgí eile a bhfuil leibhéal ard geire iontu, mar sceallóga, phrátaí rósta, phrátaí eile friochta, arán gairleoige nó roghanna béile ina bhfuil taosrán, m.sh. quiche, toirtín úll, vol-au-vent a dháileadh ach dhá uair sa tseachtain ar a mhéad.</li> <li>• Lena chois sin, is féidir filléad éisc i ngrabhróga aráin a dháileadh uair amháin sa tseachtain.</li> <li>• Is ceadaithe táirgí feola nó sicín (mar bhurgair, ispíní, chnaipíní sicín srl) a dháileadh uair amháin sa tseachtain ar a mhéad i mbunscoileanna agus dhá uair sa tseachtain ar a mhéad in iar-bhunscoileanna.</li> <li>• Le rogha a thabhairt do dhaltaí ar na laethanta nuair nach bhfuil táirgí feola nó sicín ar fáil, ba chóir go mbeadh sé mar aidhm ag scoileanna 50% roghanna béilí sláintiúla a bheith acu agus ba chóir iad a chur i láthair agus a mhargáil ar dhóigh iomaíoch le roghanna eile béilí. Ní bhaineann an caighdeán seo le biachláir aon rogha.</li> <li>• Ba chóir go mbeadh ar a laghad 2 lá sa tseachtain nach mbíonn aon táirgí feola ná sicín, bianna friochta, bianna a chócaráltar i bhfuidreamh nó i ngrabhróga aráin ná bianna ina bhfuil taosrán, mar shampla, iasc i ngrabhróga aráin, sceallóga, ispíní, vol-au-vents, quiche, toirtín úll srl. ar fáil.</li> </ul> <p>Is é an fáth atá leis seo le páistí a ghríosú le réimse níos mó bianna a fhéacháil ina réim bia agus eispéiris nua bhlais a fhiosrú.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nuair a dháiltear bia stáirse le leibhéal ard geire m.sh. sceallóga nó arán gairleoige, caithfidh rogha eile gan geir bhreise a bheith ar fáil.</li> <li>• Caithfidh milseoga beagmhéathrais a bheith ar fáil ar laethanta nuair a thairgtear bianna domhain-fhriochta agus bianna eile le leibhéal ard geire.</li> <li>• Níor chóir go mbeadh smailcíní neamh-mhilse ar fáil diomaithe de chnónna agus síolta gan aon salann ná siúcra breise. Is ceadaithe brioscóga neamh-mhilse nó cipíní aráin a thairgeadh ar an choinníoll go ndáiltear iad le torthaí nó glasraí nó bia déiríochta.</li> </ul>
<p><b>Nótaí</b></p> <p>Tagraíonn 'uairéanta sa tseachtain' do dheis seirbhíse i.e. seirbhís bhricfeasta, seirbhís sosa nó seirbhís lóin.</p> <p>Mar shampla, má chuireann bunscoil seirbhís sosa agus lóin ar fáil, thar an tseachtain scoile tugann seo 10 ndeiseanna seirbhíse. Ciallaíonn seo nach féidir bianna domhainfhriochta nó bianna le leibhéal ard geire a dháileadh ach dhá uair agus tá teorainn dhá uair fosta ar tháirgí feola agus sicín thar na 10 ndeiseanna seirbhíse.</p>	

- Cuimsíonn 'bianna domhainfhriochta nó bianna eile le leibhéal ard geire':
  - o aon bhia atá domhainfhriochta, cibé acu sa chistin nó sa phróiseas monaraithe, gan fiú bianna mearfhriochta nó bianna a scuabtar nó a spréitear le hola, m.sh. prátaí rósta, sceallóga, sceallóga oighinn, vaiféil phrátaí, múnláin phrátaí.
  - o táirgí brataithe, faoi fhuaidreamh agus aránaithe réamhullmhaithe, m.sh. cnaipíní sicín, iasc friochta, méara éisc, fáinní oinniúin faoi fhuaidreamh agus taoschnónna.
- Is táirgí monaraithe ceannaithe isteach táirgí feola agus sicín a próiseáladh ar dhóigh éigin agus i gcoitinne atá réidh le cócaráil/téamh.
- Ar laethanta nuair atá táirgí feola nó sicín á ndáileadh ag an lón, is féidir le níos mó ná rogha amháin a bheith ann, nó ní roghnóidh daltaí ach rogha amháin.
- Ní áireofar greamanna nádúrtha feola nó sicín atá dipeáilte in uibh, brataithe le grabhróga baile gan aon gheir nó ola bhreise agus bÁCáilte tirim mar tháirge feola nó sicín.
- Cuidíonn teorainn ar roghanna friochta agus roghanna eile a bhfuil leibhéal ard geire iontu le ábhar iomlán geire lóna a theorannú.
- Cuidíonn tairgeadh roghanna neamhfriochta nuair atá roghanna friochta nó roghanna a bhfuil leibhéal ard geire iontu lena chinntiú go gcuirtear éagsúlacht bianna eile stáirse ar fáil.
- Le ábhar geire lóna a theorannú ná tairg barraíocht bianna ón ghrúpa seo a bhfuil geir bhreise iontu, m.sh. barráin taosráin ar phíoga nó cumhdach faoi fhuaidreamh ar iasc.
- Caithfidh táirgí feola:
  - o Cloí leis na leibhéil dlíthiúla íosábhar feola atá leagtha amach i Rialacháin Táirgí Feola (TÉ) 2004 mar atá leasaithe nó tugtha chun dáta ó am go céile. Caithfidh táirgí nach gcumhdaíonn na híosriachtanais dlíthiúla seo cloí leis na leibhéil dlíthiúla íosábhar feola atá leagtha síos do bhurgair;
  - o Gan a bheith ina "mburgair bharainne" mar atá curtha síos orthu sna Rialacháin Táirgí Feola (TÉ) 2004;
  - o Gan aon ábhar ón liosta scairtí coiscthe a bheith iontu.
- Teorannaíonn tairgeadh milseoga a bhfuil níos lú geire iontu ar laethanta nuair atá bianna a bhfuil leibhéal ard geire iontu á dtairgeadh, ábhar geire lóna. Ba chóir go mbeadh 10% geire nó níos lú sa mhias iomlán i milseoga ísealgheire. Cuimsíonn samplaí de mhilseoga ísealgheire:
  - o torthaí úra, stofa nó stánaithe (i sú torthaí) nó sailéad torthaí, leis féin nó le iógart ísealgheire nó le fromage frais;
  - o úlla bacailte le custard;
  - o iógart ísealgheire nó fromage frais;
  - o maróga bhainne, m.sh. custard, seimilín, maróg ríse, taipióca – dailte le torthaí;

- o mionbhruar torthaí le custard;
- o ciste spúinse torthaí déanta le huibh/spúinse gan geir m.sh. maróg Eves le custard;
- o brioscán torthaí (barrán grabhróga arán) le custard;
- o toránach déanta le custard/fromage frais/iógart;
- o glóthach agus torthaí;
- o uachtar reoite agus torthaí;
- o glóthach, uachtar agus torthaí;
- o prapmhilseog le torthaí;
- o maróg aráin agus ime le custard;
- o flan torthaí (spúinse uibhe/gan geir) le torthaí úra nó stánaithe agus fromage frais;
- o briosca caiscín/mine calógaí, 1/2 sciar torthaí agus bainne leathbhearrtha le hól;
- o muifín agus sú oráiste (diomaite de mhuifín sliseanna seacláide).

**NB** Is riachtanach go mbíonn na teaglaimí milseoige mar a léirítear anseo má tathar lena meas mar roghanna ísealgheire, nó is é ábhar geire **FORIOMLÁN** an airteagail bhiachláir a úsáideadh lena oiriúnacht a shocrú.

- Bí eolach ar ailléirgí cnónna. Fágfar ag scoileanna aonair a shocrú cé acu cuirfidh siad cnónna ar fáil nó nach gcuirfidh.
- Cuimhnigh go n-áirítear uachtar úr nó uachtar aithrise mar bhia ardghaire agus nar chóir a n-úsáid i milseoga ísealgheire ná mar bharráin.

Biaghrúpa	Caighdeáin
<p><b>Grúpa 5b:</b></p> <p><b>Milseogra agus Bia eile Milse:</b></p> <p>Siúcra, taosrán milis, seacláid, milseáin, deochanna boga milsithe, maróga, cistí, briosaí, subh, glóthach, uachtar reoite.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Níor chóir go mbeadh milseogra, seacláid ná táirgí brataithe le seacláid ar fáil le linn am lóin.</li> <li>• Ní féidir cistí agus briosaí a chur ar fáil ach ag am lóin agus mar chuid de bhéile.</li> <li>• Níor chóir go mbeadh cistí, briosaí agus maróga atá déanta le púdar cóc ar fáil ach dhá lá sa tseachtain ar a mhéad.</li> <li>• Ba chóir go n-úsáidfí a laghad is féidir de bharráin ardgheire agus/nó ardsiúcra mar mhaisiúchan, mar shampla uachtar, uachtar ime, siúcra reoáin agus níor chóir a n-úsáid acht nuair is riachtanach é, mar shampla le torthaí a chur ar bharr chiste spúinse. Ma úsáidtear iad, ba chóir go mbeadh milseog neamhmhaisithe nó níos sláintiúla a bheith ar fáil fosta.</li> </ul>
<p><b>Nótaí</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuimsíonn milseogra: <ul style="list-style-type: none"> <li>o Seacláid agus táirgí seaclaide, mar shampa: barraí de sheacláid bhainne, nádúrtha nó bhan; calóga, cnaipí nó uibheacha líonta seacláide.</li> <li>o Barraí brataithe le seacláid.</li> <li>o Briosaí ina bhfuil seacláid nó atá brataithe le seacláid (lena n-áirítear iad sin a bhfuil cith seacláide orthu, briosaí atá brataithe i bpáirt nó go hiomlán le seacláid mar bhriosaí caiscíneacha seacláide, brioscóga caramail cumdaithe le seacláid, méara seacláide, briosaí sliseanna seacláide).</li> <li>o Milseáin, mar shampla, milseáin bhruite, chognacha, ghuma, bhleachtphiseáin, mhiontais agus milseáin eile; lena chois sin, séirbéad, faoiste, leamhacháin, taifí agus guma coganta; cuimsíonn seo milseáin agus guma coganta gan siúcra.</li> <li>o Barraí cognacha gránaigh, barraí briosa gránaigh, barraí ciste gránaigh, barraí torthaí próiseáilte.</li> <li>o Torthaí úra nó triomaithe a siúcraíodh nó a cumhdaíodh le brat iógairt nó seacláide.</li> <li>o Oighear seacláide agus uachtar reoite eile brataithe le seacláid.</li> </ul> </li> </ul> <p><b>NB</b> Ní chuimsíonn seo púdar cóc a úsáidtear i gcistí, i maróga, i mbriosaí ná i ndeochanna ísealchalra nó deochanna teaglana déanta le coibhéisí iógairt nó déiríochta.</p>	

## RIACHTANAIS EILE

### Deochanna

Is iad na deochanna amháin a ba chóir a bheith ar fáil:

- uisce nádúrtha (uisce gan súilíní nó uisce súilíneach)
  - bainne
  - súnna neamhmhilsithe torthaí nó glasraí
  - deochanna iógairt nó bainne (le níos lú ná 5% siúcra breise)
  - seacláid the ísealchalra
  - tae
  - caife
- } níl na deochanna seo fóirsteanach don earnáil naíonra

Caithfidh 50% ar a laghad den bhainne, den iógairt nó den sú torthaí a bheith i ndeochanna teaglama, de réir mar is cuí.

Ní cheadaítear milseoirí bréige ach i ndeochanna teaglama.

Sainmhínítear seacláid the ísealchalra mar 20Kcal/100ml.

Caithfear uisce óil, i.e. uisce buacaire a chur ar fáil in aisce gach lá.

### Salann agus Tarsainn

Níor chóir go mbeadh salann tabla ar fáil i naíonraí ná i mbunscoileanna. Níor chóir go mbeadh sé le feiceáil sa tseomra bia in iar-bhunscoileanna ach is ceadaithe é a chur ar fáil ón chuntar seirbhíse ar iarratas.

Níor chóir tarsainn (citseap trátaí, anlann donn, uachtar sailéid, anlainn ghoinbhlasta srl) a chur ar fáil ach ón chuntar seirbhíse agus ba chóir dóibh a bheith faoi rialú fhoireann na cistine.

## SCOILEANNA SPEISIALTA

Ba chóir do bhéilí a chuirtear ar fail i scoileanna speisialta cloí leis na caighdeáin atá liostaithe do bhunscoileanna. Ina dhiaidh sin, ba chóir do mhéid na sciartha a bheith de réir aois an dalta.

Ba chóir a nótail fosta gur minic a bhíonn réim ar leith bia riachtanach ag daltaí i scoileanna speisialta, agus gur minic a bhíonn éiseal ag cuid acu m.sh. iad siúd a bhfuil uathachas orthu, le bianna ar leith, nó nach n-íosfaidh siad ach bianna ar leith. Ba chóir, mar sin de, na hoiriúintí cuí a dhéanamh sa tseirbhís bhéilí. Ba chóir go mbeadh bileog réim bia, ullmhaithe ag Diaiteiteach Cláraithe, le comhaontú dhochtúir, thuismitheoir agus phríomhoide an pháiste, fá réir i leith na bpáistí atá i gceist.

## CAIGHDEÁIN CHOTHAITHE I LEITH BIANNA AGUS DEOCHANNA EILE I SCOILEANNA

Baineann na caighdeáin seo a leanas le bia a dhíoltar nó a dháiltear i scoileanna trí mheaisíní díola, shiopaí sólaistí, chlubanna bricfeasta, chlubanna i ndiaidh am scoile agus ag amanna sosa agus ba chóir iad a léamh in éineacht le caighdeáin bhiabhunaithe lóin:

- (i) níor chóir aon mhilseogra a dhíol i scoileanna;
- (ii) níor chóir aon smailceanna neamh-mhilse diomaithe de chnónna\* agus shíolta (gan salann nó siúcra breise) a dhíol i scoileanna;
- (iii) ba chóir go mbeadh éagsúlacht torthaí agus glasraí ar fáil i ngach asraon bia i scoileanna. D'fhéadfadh seo táirgí úra, triomaithe\*\*, reoite, stánaithe agus súnna a chuimsiú;
- (iv) caithfidh teacht éasca a bheith ag páistí agus ag daoine óga i gcónaí ar uisce úr, fuaraithe de rogha, in aisce i scoileanna ionas nach gcaithfidh páistí a bheith ag brath ar dhul go dtí an leithreas le uisce a fháil;
- (v) níor chóir go mbeadh aon deochanna ar fáil ach uisce buidéalaithe (gan súilíní nó súilíneach), bainne, súnna neamh-mhilsithe torthaí nó glasraí, deochanna iógairt agus bainne (le níos lú ná 5% siúcra breise) nó deochanna déanta de theaghlaim díobh seo, m.sh. caoineoga, seacláid the ísealchalra, tae agus caife. Ní cheadaítear milseoírí bréige ach i ndeochanna teaglama. Caithfidh 50% ar a lagad den bhainne, den iógart nó den sú torthaí a bheith i ndeochanna teaglama, de réir mar is cuí. Sainmhínítear seacláid the ísealchalra mar 20 calra do 100 millilítear.

\*Bí eolach ar ailléirgí cnónna. Fágfar ag scoileanna aonair a shocrú cé acu cuirfidh siad cnónna ar fáil nó nach gcuirfidh.

\*\*Tá comhchruinniú níos airde siúcraí i dtorthaí triomaithe. I dtéarmaí sláinte déadaí, mar sin de, ní dhearctar air mar smailcín fóirsteanach idir béilí. Mar chuid de bhéile is fearr a ghlacadh.

Le tuilleadh eolais a fháil ar na caighdeáin seo, féach, le do thoil, na Caighdeáin Chothaithe i leith bia eile a dháiltear i scoileanna.

## CAIGHDEÁIN CHOTHAITHE I LEITH BIANNA AGUS DEOCHANNA EILE I SCOILEANNA

Baineann na caighdeáin seo a leanas leis an bhia agus leis na deochanna uile a dhíoltar nó a dháiltear i scoileanna, lena n-áirítear clubanna bricfeasta, meaisíní díola, siopaí sólaistí, clubanna i ndiaidh am scoile agus ag amanna sosa agus ba chóir iad a léamh in éineacht le caighdeáin bhiabhunaithe loin.

### Caighdeán 1

Níor chóir aon mhilseogra a dhíol i scoileanna

Cuimsíonn milseogra:

- Seacláid agus táirgí seacláide, mar shampa, barraí de sheacláid bhainne, nádúrtha nó bhan, calóga, cnaipí seacláide nó uibheacha líonta seacláide.
- Torthaí úra nó triomaithe atá siúcraithe nó brataithe le iógart nó le seacláid.
- Barraí brataithe le seacláid.
- Uachtar reoite (ach ag am loin mar chuid de bhéile).
- Oighir sheacláide agus uachtar reoite eile brataithe le seacláid.
- Brioscaí brataithe le seacláid nó faoi bhlaistiú.
- Milseáin, mar shampla, milseáin bhruite, chognacha, ghuma, bhleachtphiseáin agus mhiontais. Lena chois sin, séirbéad, faoiste, leamhacháin, taifí agus guma coganta. Cuimsíonn seo milseáin agus guma coganta gan siúcra.
- Barraí cognacha gránaigh, barraí briosca gránaigh, barraí ciste gránaigh agus barraí torthaí próiseáilte.

## Caighdeán 2

### Aon chistí ná aon bhrioscaí

Caithfear gan cistí agus brioscaí a chur ar fáil (ach ag am lóin agus mar chuid de bhéile).

Cuimsíonn cistí:

- Táirgí monaraithe, ceannaithe isteach agus bÁCáilí baile tráidire, cistí, brioscaí agus borróga déanta i gcistin na scoile.
- Cistí spúinse, ciste Maidéarach, rollóg shuibhe, ciste torthaí, builín banana, ciste úll, ciste cairéid, gateaux agus muifíní Meiriceánacha.
- Cistí milse, mar shampla, croissants, borróga Danmhargacha, toirtíní suibhe agus píoga mionra.

Cuimsíonn brioscaí:

- Gach cineál atá milis, m.sh. brioscaí tae, brioscaí caiscíneacha, brioscaí sinséir, flapjacks, brioscarán agus brioscóga.

Is féidir brioscóga neamh-mhilse a chur ar fáil ach caithfear iad a dháileadh le torthaí nó glasraí nó bia déiríochta, mar shampla, cáis.

## Caighdeán 3

Níor chóir aon smailcín neamh-mhilis diomaite de chnónna\* agus shíolta (gan salann ná siúcra breise) a dhíol.

**\*Bí eolach ar ailléirgí cnónna. Fágfar ag scoileanna aonair a shocrú cé acu cuirfidh siad cnónna ar fáil nó nach gcuirfidh.**

Cuimsíonn smailcíní neamh-mhilse:

- Brioscáin nó táirgí 'ar nós brioscán', m.sh. smailcíní práta, coirce agus gránaigh.
- Cnónna, síolta, torthaí nó glasraí le salann, siúcra nó geir bhreise, m.sh. cnónna saillte, cnónna rósta le mil agus torthaí brataithe le siúcra, seacláid nó iógart.

#### Caighdeán 4

Ba chóir go mbeadh éagsúlacht torthaí agus glasraí ar fáil i gach asraon bia scoile. D'fhéadfadh seo táirgí úra, reoite, stánaithe, triomaithe\* agus súnna a chuimsiú.

I measc torthaí agus glasraí tá:

- Gach cineál torthaí agus glasraí úra.
- Sailéad torthaí úra.
- Torthaí stánaithe i sú nádúrtha.
- Sú torthaí neamh-mhilsithe (100% sú torthaí).
- Pónairí bÁCáilte.
- Glasraí sailéid.
- Cipíní glasraí.

\* Cuimhnigh go bhfuil comhchruinniú níos airde siúcraí i dtorthaí triomaithe. I dtéarmaí sláinte déadaí, mar sin de, ní smailcín fóirsteanach idir béilí é. Mar chuid de bhéile is fearr a ghlacadh, mar shampla, don bhricfeasta.

#### Caighdeán 5

Caithfidh teacht éasca a bheith ag páistí agus ag daoine óga i gcónaí ar uisce úr, fuaraithe de rogha, in aisce i scoileanna agus níor chóir go mbeadh siad ag brath ar dhul go dtí an leithreas le uisce a fháil.

## Caighdeán 6

Níor chóir go mbeadh de dheochanna ar fáil ach:

- uisce nádúrtha (gan súilíní nó súilíneach)
  - bainne
  - súnna neamh-mhilsithe torthaí nó glasraí
  - deochanna iógairt nó bainne (le níos lú ná 5% siúcra breise)
  - deochanna ar teaglamaí iad díobh seo thuas (m.sh. caoineoga)
  - seacláid the ísealchalra
  - tae
  - caife
- } níl na deochanna seo fóirsteanach don earnáil naíonra

Caithfidh ar a laghad 50% den bhainne, den iógart nó den sú torthaí a bheith i ndeochanna teaglama, de réir mar is cuí.

Ní cheadaítear milseoirí bréige ach i ndeochanna teaglama.

Sainmhínítear seacláid the ísealchalra mar 20Kcal/100ml.

### Caighdeán 7

Caithfear an caighdeán seo a chur i bhfeidhm i dtrí pháirt

- Tá teorainn ar bhianna a bhfuil leibhéal ard geire iontu agus ar bhianna domhainfhriochta thar an lá iomlán scoile agus níor chóir iad a thairgeadh níos minice ná dhá uair sa tseachtain san iomlán.
- Tá teorainn ar táirgí feola nó sicín thar an lá iomlán scoile agus níor chóir iad a thairgeadh ach uair amháin sa tseachtain ar a mhéad i mbunscoileanna agus dhá uair sa tseachtain ar a mhéad in iar-bhunscoileanna.
- Ba chóir go mbeadh ar a laghad 2 lá gach seachtain gan aon bhianna friochta, gan aon bhianna a bhfuil leibhéal ard geire iontu agus gan táirgí feola nó sicín.

I measc bianna a bhfuil leibhéal ard geire iontu agus bianna domhainfhriochta tá:

- Aon bhia atá domhainfhriochta, cibé acu sa chistin nó sa phróiseas monaraithe, gan fiú bianna mearfhriochta nó bianna atá scuabtha nó spréite le hola.
- Sceallóga, prátaí rósta, prátaí friochta eile, sceallóg oighinn, vaiféil phrátaí agus múnláin phrátaí.
- Arán gairleoige.
- Miasa taosráin m.sh. quiche, píoga feola, píoga torthaí agus vol-au-vents.
- Táirgí éisc fhriochta.

Cuimsíonn táirgí feola agus sicín:

- Burgair.
- Ispíní, feoil ispíní agus táirgí ispíní.
- Aon táirge feola atá múnlaithe nó brataithe m.sh. cnaipíní sicín, scalóipí agus goujons.

Táthar ag súil go ndáilfear bianna atá cumhdaithe faoin chaighdeán seo go príomha ag am lóin. Má tá siad le dáileadh ag amanna eile, áfach, m.sh. am bricfeasta nó sosa caithfear an caighdeán a chur i bhfeidhm thar an tseachtain iomlán scoile. Le tuilleadh teorach a fháil féach Grúpa 5a de na Caighdeáin Chothaithe i leith Lóna Scoile.

## Caighdeán 8

Caithfear roghanna bia nó béilí ina bhfuil feoil dhearg a dháileadh dhá uair sa tseachtain ar a laghad agus trí huaire sa tseachtain ar a mhéad i naíonraí agus i mbunscoileanna agus trí huaire sa tseachtain ar a laghad agus ceithre huaire sa tseachtain ar a mhéad in iar-bhunscoileanna. Tá an caighdeán seo i bhfeidhm thar an tseachtain iomlán scoile.

- Cuimsíonn feoil dhearg mairteoil, muiceoil agus uaineoil agus béilí a dhéantar astu.
- Níl teorainn ar fheoil dhearg i gceapairí ná i bpaniní faoin chaighdeán seo. Áirítear bagún mar fheoil dhearg agus níor chóir a dháileadh ach mar chuid de phríomhbhéile, mar shampla bricfeasta nó lón. Caithfidh bagún cloí leis an chaighdeán i leith feola deirge. Is mar gheall ar an leibhéal ard geire agus salainn atá ann atá seo amhlaidh.

## IARSCRÍBHINN 2

## EISEAMLÁIR BHEARTAIS BIA I SCOILEANNA DO SCOILEANNA AONAIR

Agus a beartas féin bia i scoileanna á dréachtú aici, is féidir gur mhaith le scoil cuid de na gnéithe seo a leanas, nó iad uilig, a chuimsiú, de réir mar is cuí:

- Cúlra/réasúnaíocht/riachtanas
- Éiteas/luachanna
- Aidhmeanna/Cuspóirí
- Róil/freagrachtaí na bpáirtithe ábhartha
- Eagrú (comhordú agus seachadadh/modhanna teagaisc i leith oideachais ar chothú agus ar itheacháin sláintiúil – ag nascadh teoirice le cleachtas)
- Naisc le gníomhaireachtaí seachtracha (in amanna, cuimsíonn seo ráiteas nach nglacann an scoil le aon urraíocht ná aon naisc le comhlachtaí a d'fhéadfadh an bonn a bhaint d'éiteas na scoile ar itheachán sláintiúil)
- Cumarsáid le tuismitheoirí
- Uisce
- Bia roimh agus i ndiaidh am scoile
  - o Club bricfeasta
  - o Am sosa
  - o Dinnéir scoile
  - o Lónta pacáilte
  - o Siopaí sólaistí/meaisíní díola - áit arb ann dóibh
  - o Duaiseanna
  - o Turais scoile
  - o Clubanna i ndiaidh am scoile (Club Cócaireachta/Garraíodóireachta)
  - o Scéimeanna/Imeachtaí
- Cur in iúl agus scaipeadh an bheartais
- Monatóireacht agus measúnú

Moltar go dtéann scoileanna i gcomhairle le gach páirtí leasmhar – daltaí, múinteoirí, tuismitheoirí srl – nuair atá an beartas á dréachtú acu nó beidh seo ina chuidiú lena ghlacadh.



Dréacht le haghaidh Comhairliúcháin

---

BEARTAS BIA I SCOILEANNA