

**ОДЛУКУ
О ДОНОШЕЊУ ПРОГРАМА КОНТРОЛА
НУТРИТИВНЕ И ЕНЕРГЕТСКЕ
ВРЕДНОСТИ ОБРОКА ИЗ КОЛЕКТИВНЕ
ИСХРАНЕ ДЕЦЕ И ОДРАСЛИХ**

I Доноси се Програм Контрола нутритивне и енергетске вредности оброка из колективне исхране деце и одраслих (у даљем тексту: Програм), који је предложио Институт за јавно здравље Крагујевац, као носилац активности у области деловања јавног здравља за територију града Крагујевца.

Програм ће се реализовати током 2026.године, представља програм из области јавног здравља и саставни је део ове одлуке.

II Спровођење Програма прати Савет за здравље града Крагујевца, даје мишљење на Извештај о остваривању Програма и предлаже мере за његово унапређење.

III Ову одлуку објавити у „Службеном листу града Крагујевца“.

СКУПШТИНА ГРАДА КРАГУЈЕВЦА

Број: 50-89/25-I

У Крагујевцу, 25. децембар 2025. Године

ПРЕДСЕДНИК,

Ивица Момчиловић, с.р.



ИНСТИТУТ ЗА ЈАВНО ЗДРАВЉЕ КРАГУЈЕВАЦ
INSTITUTE OF PUBLIC HEALTH KRAGUJEVAC



Датум / Date 02.12.2025.

Наш знак / Our ref 01-3340

ГРАД КРАГУЈЕВАЦ

ГРАДСКОЈ УПРАВИ ЗА ДРУШТВЕНЕ ДЕЛАТНОСТИ
ОДЕЉЕЊЕ ЗА ЈАВНО ЗДРАВЉЕ

ПРОГРАМ

КОНТРОЛА НУТРИТИВНЕ И ЕНЕРГЕТСКЕ ВРЕДНОСТИ ОБРОКА ИЗ КОЛЕКТИВНЕ ИСХРАНЕ ДЕЦЕ И ОДРАСЛИХ

У Крагујевцу,
31.10. 2025.



В.д. директора ИЗЈЗ Крагујевац
Проф. др Снежана Радовановић

Никола Пашић 1, 34000 Крагујевац, тел: 034/504-501, факс: 034/331-344, info@izjzkg.rs
www.izjzkg.rs жиро рачун: 840-340667-22 ПИБ: 102135344

1 Nikola Pasic Street, 34000 Kragujevac, phone: +381 34 504 501, fax: +381 34 331 344, info@izjzkg.rs
www.izjzkg.rs giro account: 840.340667.22



ИНСТИТУТ ЗА ЈАВНО ЗДРАВЉЕ КРАГУЈЕВАЦ
INSTITUTE OF PUBLIC HEALTH KRAGUJEVAC



УВОД

Исхрана људи је основни чинилац здравља али као што је основни здравствени ресурс тако може бити и основни здравствени ризик за настанак не само акутних обољења већ и бројних хроничних незаразних болести. Доказано је да је неправилна исхрана ризик за настанак кардиоваскуларних болести, шећерне болести тип 2, неких малигних обољења, метаболички и ендокриних поремећаја. Здравље је уско повезано са правилном исхраном. Кроз исхрану добијамо све што нам је неопходно за одржавање живота и здравља, јер нам обезбеђује и структуру и функционисање организма.

Добро здравље и заштиту од болести пружа само избалансирана, мешовита, правилна исхрана која садржи све потребне макро и микро нутријенте. Енергију за одвијање свих активности добијамо из хране. Ова енергија је хемијског типа и садржана је у хемијским везама. Енергетске потребе сваког појединца зависе од енергије неопходне за одвијање базалног метаболизма, физичке активности, специфичног динамичког дејства хране, раста, развоја и регенерације. Основни поремећаји здравља који се могу јавити због неизбалансиране исхране су: протеинско-енергетски дефицит, малнутриције и гојазност.

Утврђена је повезаност високог уноса енергеије, zasiћених масти, транс-масти и соли, као и ни за унос воћа, поврћа и рибе са ризиком за настанак хроничних незаразних болести. Истраживања су показала да је недовољан унос воћа и поврћа одговоран за настанак 20% свих болести срца и крвних судова. Прекомерна телесна маса и гојазност у децем узрасту повећавају ризик за настанак срчаног и можданог удара пре 65. Године живота за 3 до 5 пута. Када је енергетски унос повећан у односу на енергетске потребе и расходе (учестало конзумирање високо-енергетских намирница, као што су прерађене намирнице богате мастима и шећерима) настаје најстарији метаболички поремећај-гојазност. Висок унос zasiћених масти и транс-масних киселина је повезана сасрчаними малигним болестима, док елиминација транс-масти из исхране и замена zasiћених масти са полинезасићеним биљним уљима смањује ризик од настанка ових обољења. Правилна исхрана може да допринесе

одржавању доброг здравља, адекватне телесне масе, одржавању у прописаним границама биохемијске параметре крви: нивое укупног холестерола и његових фракција, триглицерида, глукозе, јетриних трансаминаза, урее, креатинина и др.. Гојазност је уско повезана са осталим факторима ризика за настанак КВБ као што су повишен крвни притисак, нетолеранција глукозе, дијабетес типа 2 и дислипидемија. Према Резултатима истраживања здравља становништва Србије 2013. године, на основу измерене вредности индекса телесне масе, више од половине становништва узраста од 15 година и више било је прекомерно ухрањено (56,3%), односно 35,1% становништва је било предгојазно и 21,2% становништва гојазно. Гојазност је код оба пола била приближно исто распрострањена (мушкарци 20,1% и жене 22,2%). Резултати истог истраживања показали су да је 70,1% деце и адолесцената узраста 7–14 година било нормално ухрањено, 15% је било прекомерно ухрањено, а 4,9% је било гојазно, док је 5,0% било потхрањено.

Прекомерна ухрањеност и гојазност, како у популацији одраслих, тако и у популацији деце и адолесцената представља поремећаје здравља од изузетног епидемиолошког и клиничког значаја и један је од највећих јавно здравствених проблема данашњице. Ако се непредузму одлучне мере у Циљу смањења превенције и лечења гојазности, предвиђа се да ће до 2025. године 50% светске популације бити гојазно. Анализе енергетске вредности оброка подразумевају: одређивање укупне енергетске вредности по obroку и по дану узорковања, одређивање садржаја масти, беланчевина, угљених хидрата, zasiћених масних киселина, простих шећера, дијетних влакана и кухињске соли.

Правилна исхрана је основа здравља као и адекватног раста и развоја деце у свим узрастима. Здрави стилови живота у првом плану имају правилну исхрану која се увек комбинује са адекватном физком активношћу (интензитет и учесталост су индивидуалне и зависе од узраста, професионалних активности-захтева и здравственог стања сваког појединца).

Прве навике у исхрани се стичу у породици те је најзначајније развијати овај сегмент-правилну породичну исхрану, зато је неопходно

едуковати родитеље о значају правилне исхране за живот и здравље

Обавезан сегмент безбедности хране су дезинфекција, дезинсекција и дератизација свих простора у којима се храна производи, прерађује, припрема, дистрибуира и конзумира. Неопходно је редовно обављати ове послове према стручним препорукама.

ЦИЉЕВИ ПРОГРАМА

Општи циљ:

Очување и унапређење здравља деце и одраслих са територије града Крагујевца који користе колективну исхрану у основним или средњим школама и Црвеном крсту контролу здравствене енергетске вредности оброка.

Специфични циљеви:

- Обезбедити адекватну колективну исхрану деце у основним школама
- Обезбедити адекватну колективну исхрану деце у средњим школама
- Обезбедити адекватну колективну исхрану одраслих у Црвеном крсту

АКТИВНОСТИ ПРОГРАМА

У циљу спровођења активности дефинишу се приоритетни програмски задаци за 2025. годину и то:

1. узорковање оброка у основним школама, домовима ученика-интернатима у средњим школама и Црвеном крсту Крагујевца
2. анализе енергетске вредности хране
3. стручно мишљење

ИНДИКАТОРИ И МЕТОДОЛОГИЈА СПРОВОЂЕЊА ПРОГРАМА

Узорковање оброка ће се вршити адекватним, стручним методама. Анализе ће се вршити акредитованим лабораторијским методама одговарајућим за ову врсту узорака. Лекар специјалиста хигијене даје стручно мишљење о енергетским вредностима оброка на основу анализираних параметара и лабораторијских извештаја.

Индикатори који ће се пратити:

1. Број узорака оброка
2. Број хемијских анализа

ОЧЕКИВАНИ ЕФЕКТИ

- Смањење броја оброка који не одговарају акутелним Правилницима

- Смањење броја неадекватно ухрањене деце
- Боље здравље опште популације

РИЗИЦИ ПО ПРОЈЕКАТ

- Недостатак финансијских средстава
- Недостатак реагенаса

ПРАВНИ ОКВИР

- Закон о јавном здрављу ("Сл. гласник РС" бр. 15/16),
- Правилника о ближим условима за организовање, остваривање и праћење исхране ученика у основној школи (Сл. гл. бр. 68/18)
- Правилника о стандардима квалитета исхране ученика и студената (Сл. гл. бр. 67/11)

ОДРЖИВОСТ ПРОЈЕКТА

- Континуирана сарадња стручних служби града Крагујевца и ИЗЈЗ Крагујевац
- Опредељење додатних финансијских средстава за превентивне активности на нивоу локалне заједнице
- Превентивне програме спроводити као едовне радне активности

ПОТРЕБНА ФИНАНСИЈСКА СРЕДСТВА

Финансијска средства која се потражују од Града Крагујевца за реализацију програма „Контрола нутритивне и енергетске вредности оброка из колективне исхране деце и одраслих“ у 2026. години износе **1.442.100,00 динара**.

- Врста анализе – хемијске анализе

Врста узорака	Број узорака	Цена по узорку	Укупна цена
Оброци за децу у продуженом боравку у основној школи	16 (16 објеката-школа*15 узорака оброка=240)	76.450,00	1.223.200,00
Целодневни оброци за ученике медицинске школе	2 (2 пута у току школске године*15 узорака оброка=30)	76.450,00	152.900,00
Оброци које припрема Црвени крст	2 (2 пута у току године*5 узорака оброка=10)	33.000,00	66.000,00
Укупно			1.442.100,00

ПОДАЦИ О УЧЕСНИЦИМА ПРОГРАМА

Лекарспецијалистахигијене – 4
 Доктор медицине - 2
 Дипломирани хемичар, специјалиста
 санитарне хемије - 4
 Дипломирани хемичар - 2
 Санитарни/ медицински техничар - 9
 Хемијски техничар – 6
 Дипломирани економиста – 1
 Дипломирани правник – 1
 Економски техничар - 1
 Перач лабораторијског посуђа - 1

РУКОВОДИЛАЦ ПРОГРАМА

Проф. др Нела Ђоновић, руководилац
 Одељења школске хигијене Института за
 јавно здравље Крагујевац.

НОСИЛАЦ ПРОГРАМА

Институт за јавно здравље Крагујевац,
 Николе Пашића 1, 34000 Крагујевац; в.д.
 директора проф. др Снежана Радовановић.