



Warszawa, 17 kwietnia 2013 r.
Informacja ekspercka

Dieta z wieprzowiną PQS dla najmłodszych

Prawidłowe żywienie dzieci jest ważnym czynnikiem warunkującym ich rozwój fizyczny i umysłowy. Warto zadbać o kreowanie dobrych nawyków żywieniowych u naszych pociech, włączając do codziennego menu wieprzowinę PQS.

Dieta dziecka staje się wykładnikiem stanu zdrowia w okresie dorosłości. Poprzez właściwe odżywianie dzieci należy rozumieć przede wszystkim odpowiedni dobór składników odżywczych, zapewniający zaspokojenie potrzeb energetycznych, jak również zapewnienie wysokiej jakości spożywanych produktów. Komponując dietę dla dzieci musimy pamiętać o zapewnieniu różnorodności spożywanych produktów. Jak wskazuje piramida zdrowego żywienia, promowana przez Instytut Żywności i Żywienia w Warszawie, jadłospis dziecka powinien zawierać wszystkie grupy produktów warunkujących odpowiedni rozwój oraz funkcjonowanie młodego organizmu.

Jednym z głównych elementów zdrowej diety jest białko, będące podstawowym składnikiem budulcowym komórek i tkanek. Wśród produktów zapewniających pokrycie zapotrzebowania organizmu na białko wyróżniamy mięso, ryby, jaja oraz nasiona roślin strączkowych. Produkty z tej grupy zawierają cenne witaminy z grupy B, witaminy rozpuszczalne w tłuszczach (A, D, E, K) oraz składniki mineralne takie, jak: żelazo, cynk oraz selen. Składniki te są niezbędne dla prawidłowego funkcjonowania układu nerwowego, krwionośnego, pokarmowego oraz mięśniowego. Właśnie ze względu na zawartość tych cennych składników należy zapewnić odpowiednią podaż mięsa w diecie każdego dziecka. Zaleca się, aby 60% całkowitej ilości spożywanego białka stanowiło to pochodzenia zwierzęcego, zawarte w chudym mięsie.

Idealnym produktem białkowym w diecie dziecka jest wieprzowina wyprodukowana w Systemie Jakości Wieprzowiny PQS – Pork Quality System, którego celem jest produkcja mięsa wieprzowego o niskiej zawartości tłuszczu, przy zachowaniu istotnych dla konsumenta parametrów jakości mięsa.



KAMPANIA FINANSOWANA
PRZY WSPARCIU UNII EUROPEJSKIEJ
ORAZ RZECZYPOSPOLITEJ POLSKIEJ.



Polskie Mięso



KAMPANIA WSPÓLFINANSOWANA
RÓWNIEŻ Z FUNDUSZU PROMOCJI
MIĘSA WIEPRZOWEGO.



Produkcja w Systemie PQS zapewnia wysokie walory smakowe spożywanego mięsa oraz wiarygodne źródło jego pochodzenia. Ma to ogromne znaczenie w żywieniu dzieci, które od najmłodszych lat są otoczone wysokoprzetworzoną żywnością, zawierającą ogromne ilości nienaturalnych dodatków. W dobie alergii oraz chorób dietozależnych, naturalność oraz niski stopień przetworzenia produktów jest ważnym czynnikiem warunkującym wybór konsumenta.

W trosce o zdrowie, już od najmłodszych lat, warto zadbać o wysoką jakość serwowanych posiłków. Na szczęście wciąż wzrastająca świadomość żywieniowa rodziców pozwala na dobór pełnowartościowych produktów w menu dzieci. Dzięki temu zapewnimy im prawidłowy rozwój oraz funkcjonowanie organizmu, warunkujące wysoki potencjał zdrowotny w dorosłym wieku.

**Wsparcie merytoryczne: mgr Maciej Jaśkiewicz
dietetyk, instruktor kulturystyki, trener personalny**

System Jakości Mięsa Wieprzowego PQS (Pork Quality System) jest zgodny z art. 32 ust. 1 lit. B rozporządzenia Rady (WE) nr 1698/2005 z dnia 20 września 2005 r. w sprawie wsparcia rozwoju obszarów wiejskich przez Europejski Fundusz Rolny na Rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich (EFRROW) i spełnia wymogi określone w art. 22 rozporządzenia Komisji (WE) nr 1974/2006 z dnia 15 grudnia 2006 r. ustanawiającego szczegółowe zasady stosowania rozporządzenia Rady (WE) nr 1698/2005 w sprawie wsparcia rozwoju obszarów wiejskich przez Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich (EFRROW). Spełnienie wyżej wymienionych wymogów pozwoliło Ministrowi Rolnictwa i Rozwoju Wsi w dniu 11 grudnia 2009 r. uznać **System Jakości Mięsa Wieprzowego PQS (Pork Quality System) za krajowy system jakości żywności.**

www.wieprzowinapqs.pl

Kontakt prasowy:

Joanna Kowalczyk

e-mail: joanna.kowalczyk@propublic.pl

tel. 606 301 983



KAMPANIA FINANSOWANA
PRZY WSPARCIU UNII EUROPEJSKIEJ
ORAZ RZECZYPOSPOLITEJ POLSKIEJ.



Polskie Mięso



KAMPANIA WSPÓLFINANSOWANA
RÓWNIEŻ Z FUNDUSZU PROMOCJI
MIĘSA WIEPRZOWEGO.