

# DREJTORIA ARSIMORE E FILADELFIAS

## ZYRA E EDUKIMIT TE FEMIJERISE SE HERESHME

QENDRA MESIMORE  
440 N. BROAD STREET, 2<sup>nd</sup> FLOOR- PORTAL C  
PHILADELPHIA, PENNSYLVANIA 19130-4015

### **POLITIKA E SHERBIMIT TE USHQIMIT**

Koha e ushqimit është pjesë integrale e ditës së shkollës, ku duhet të jetë edhe pjesëmarrja e personelit të shkollës. Të gjithë pjestarët e vaktit të ushqimit, duhet të lajnë duart, përpara se të asistojnë fëmijët me ushqim. Nëse gjatë kësaj kohe do të ketë prindër të cilët vullnetarisht duan të shërbejnë në kohën e ushqyerjes, ata duhet të heqin palltot, kapelet dhe duhet të lajnë duart. Fëmijët duhet të lejohen të shërbejnë dhe të ushqehen vetë. Fëmijët me nevoja speciale, duhet të asistohen, nëse është e nevojshme. Nuk lejohet që ushqimi, përfshirë edhe vaktin e pasdrekës, të merret në shtëpi. I gjithë ushqimi, duhet të shërbehet dhe të konsumohet të qendër.

Të gjitha pjesët e politikës të renditura më poshtë janë në përputhje me kërkesat e “CACFP, Head Start Performance Standards, Early Childhood Environment Rating Scale (ECERS), Keystone Stars position statements for ECERS, Caring for Our Children Healthy and Safety Performance Standards, and the Building Mealtime Environments and Relationships Inventory”.

### **MENGJESI**

Ç do fëmije i shërbehet mëngjesi menjëherë që ai/ajo vjen në klasë. Një fëmijë që ka ngrënë në shtëpi, mund të hajë edhe në qendër, nëse ai dëshiron. Fëmijët duhet të nxiten të hanë. Ç do fëmije që ha, duhet t’i shërbehet një mëngjesi i plotë. Mëngjesi i plotë konsiderohet lëngu i frutave në masën 4 ounces, 1 ounce cereal i ftohtë, ose një ushqim i ngrohtë dhe 6 ounces me 1% (low-fat) ose (fat-free) qumësht. Koha e ngrënies së mëngjesit është 30 deri në 45 minuta. Mëngjesi i plotë është për të gjithë fëmijët dhe ata kanë mundësinë të hanë cilindo porcion të ushqimit që ata zgjedhin. Fëmijëve të cilët vijnë me vonesë, gjithashtu u ofrohet mëngjesi. Mëngjesi nuk ofrohet për personelin, prindërit, ose fëmijët, që nuk janë të regjistruar në programet e Fëmijërisë së Herëshme (Early Childhood).

### **DREKA**

Dreka shërbehet gjithmonë në qendër, edhe në rastet e një dite mësimore të shkurtuar. Dreka shërbehet për të gjithë fëmijët e pranishëm. Ndihmësja e ushqimit (Noontime Aide), e ngroh drekën dhe e shërben atë në klasat. Fëmijët e caktuar dhe personeli, janë aty që të asistojnë të tjerët që të ulen në tavolina.

- ◆ Fëmijët nxiten për të ngrënë, por nuk detyrohen me forcë që të hanë.
- ◆ Frutat janë pjesë e vaktit të ngrënies dhe mund të hahen në çdo kohë.
- ◆ Ngrënia nuk mund të përdoret si stimul vlerësimi, ose dënimi..

◆ Personeli dhe vullnetarët do të ulen me fëmijët gjatë drekës dhe do të hanë të njejtin ushqim, që u serviret fëmijëve. Sodat dhe ushqimi që nuk serviret për fëmijët, nuk mund të shërbehen gjatë drekës.

Dreka konsiston në 1 ½ ounces mish, ose alternativë të mishit, ½ cup perime dhe/ose fruta (dy ose më shumë lloje), ½ fetë buke, ose alternativë të bukës dhe 6 ounces me 1% (low-fat) ose (fat-free) qumësht të bardhë. **Komponentët e vaktit të ushqimit duhet të serviren të gjitha.**

- ◆ Ushqimi duhet të konsumohet i gjithi në qendër.
- ◆ Ushqimi nuk mund të merret në shtëpi, ose të ruhet.
- ◆ Të gjitha mbetjet e vaktit të ushqimit hidhen në plehra.
- ◆ Fëmijët nxiten të ndihmojnë në pastrimin e vendit të ngrënies.
- ◆ Ndihmësja e ushqimit (Noontime Aide) pastron vendin e ngrënies dhe largon mbetjet e ushqimit dhe qumështit. Qumështi i mbetur duhet larguar nga klasa.
- ◆ Dreka shërbehet për 30 deri 45 minuta.

### **USHQIMI I PASDITES**

Pasdite shërbehet një ushqim i lehtë (zemër) për të gjithë fëmijët. Ushqimi i lehtë (snack) konsiston në dy nga komponentët e mëposhtëm: 4 ounces të 1% (low-fat) ose (fat-free) qumësht të bardhë, 4 ounces lëng frutash, ½ cup fruta ose perime, ½ ounce mish, ose alternativë të mishit (yogurt, string cheese, etj.), ose ½ ounce bukë, ose alternativë të bukës (crackers, cereal, etj.).

- ◆ Ushqimi i pasdites duhet të konsumohet në qendër. Ai nuk mund të merret në shtëpi.
- ◆ Të gjitha festimet në klasa, duhen planifikuar pasdite dhe duhet të plotësojnë ushqimin e pasdites, jo të zevëndësojnë atë.
- ◆ Të gjitha ushqimet që shërbehen për mbrëmjet e fëmijëve, ose evente të tjera speciale, duhet të jenë të paketuara me paketimin e prodhuesit, si për ushqimin edhe për pijet.