

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2025/2026-84)

DÜNYA OKUL SÜTÜ GÜNÜ (2026)

Beslenme, bireyin sağlığının korunmasında önemli bir yere sahiptir. Sağlıklı beslenme diyabet, kalp hastalıkları, inme ve kanser gibi bulaşıcı olmayan hastalıkların önlenmesine önemli katkı sağlamaktadır. Beslenme alışkanlıkları yaşamın erken dönemlerinde şekillenmeye başlamakta ve çocuklukta kazanılan alışkanlıklar çoğu zaman yetişkinlik dönemine de taşınmaktadır. Bu nedenle, çocukluk döneminde yeterli ve dengeli beslenmenin sağlanması, sağlıklı büyüme ve gelişmenin desteklenmesi açısından büyük önem taşımaktadır.¹

Çocukların günlerinin önemli bir bölümünü geçirdikleri okullar, sağlıklı beslenme alışkanlıklarının kazandırılması açısından önemli ortamlardan biridir. Okullarda çocukların sağlıklı ve besleyici yiyecek ve içeceklere erişiminin desteklenmesi, beslenme konusunda bilinçlendirilmesi ve sağlıklı seçimler yapmalarının kolaylaştırılması önemlidir. Erken yaşta kazanılan yeterli, dengeli ve çeşitli beslenme alışkanlıkları, çocukların sağlıklı büyüme ve gelişmelerine katkı sağladığı gibi bu alışkanlıkların ilerleyen yaşlarda sürdürülmesine de yardımcı olmaktadır.²

Süt ve süt ürünleri; yüksek kaliteli protein, kalsiyum, fosfor, çinko, B1, B2, B6 ve B12 vitaminleri ile niasin gibi büyüme ve gelişme açısından önemli birçok besin ögesini içermektedir. Protein, vücuttaki dokuların yapımı ve gelişimi için önemliyken; kalsiyum ve fosfor özellikle kemik ve diş sağlığının desteklenmesine katkı sağlamaktadır.³ Bu nedenle süt ve süt ürünlerinin çocukların günlük beslenmesinde yeterli miktarda ve düzenli olarak yer alması, özellikle büyüme ve gelişmenin devam ettiği okul çağında önem taşımaktadır. Süt çocukluk çağından itibaren kullanılabilen, besleyici özelliği yüksek, erişilebilir ve saklanması kolay bir besin olup, uzun yıllardır okul çağı çocukların beslenme programlarında yer verilen bir besindir.

Ülkemizde Okul Sütü Programı 2012–2019 yılları arasında Millî Eğitim Bakanlığı, Gıda Tarım ve Hayvancılık Bakanlığı ile Sağlık Bakanlığının iş birliğiyle yürütülmüştür. Program kapsamında anasınıfları ve ilkokul öğrencilerine haftada üç gün 200 mL sade UHT süt dağıtılmıştır. Günümüzde bu program devam etmemektedir.⁴ Bununla birlikte çocukların süt ve süt ürünlerine erişiminde sosyoekonomik ve bölgesel farklılıkların sürdüğü göz önünde bulundurulduğunda, okul temelli benzer uygulamaların yeniden değerlendirilmesi önem taşımaktadır. Süt ve süt ürünlerine erişimin artırılması hem sağlıklı beslenmenin desteklenmesine hem de çocuklar arasındaki beslenme eşitsizliklerinin azaltılmasına katkı sağlayacağı açıktır.⁵

Türkiye Beslenme Rehberi (TÜBER) 2022'ye göre **2 yaş üzerindeki çocukların ve adölesanların her gün 2–4 porsiyon süt ve süt ürünü tüketmeleri önerilmektedir.** Bir porsiyon bir orta boy kupa süt (240 mL), 200–240 mL yoğurt veya yaklaşık 40–60 gram peynir olarak kabul

¹ [Internet] <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet> Erişim: 08.09.2026

² [Internet] <https://www.fao.org/school-food/areas-work/food-environment/en/> Erişim: 08.09.2026

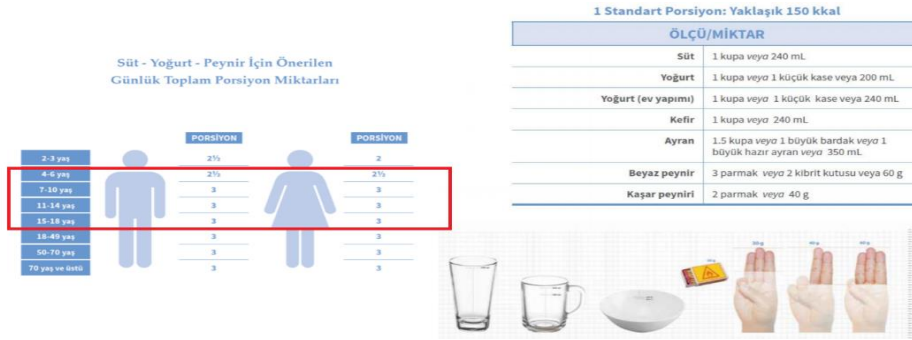
³ T.C. Sağlık Bakanlığı, Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü. *Türkiye Beslenme Rehberi (TÜBER) 2022*. Ankara: Sağlık Bakanlığı; 2022. s. 18–19.

⁴ OKUL SÜTÜ PROGRAMI UYGULAMA TEBLİĞİ (TEBLİĞ NO: 2017/28). Resmî Gazete Tarihi: 12.08.2017. Resmî Gazete Sayısı: 30152.

⁵ [Internet] <https://www.tmmob.org.tr/icerik/gidamo-saglikli-nesiller-icin-okul-sutu-projesi-yeniden> baslatilmalidir Erişim: 09.09.2026

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2025/2026-84)

edilmektedir. Süt ürünleri tercih edilirken yağ, tuz ve şeker içeriklerinin dikkate alınması; uygun ürünlerin tercih edilmesi önerilmektedir.⁶



Şekil 1. Yaş Gruplarına Göre Önerilen Günlük Süt ve Süt Ürünleri Porsiyon Miktarları (TÜBER,2022)

Türkiye’de süt ve süt ürünlerinin tüketimine ilişkin veriler, özellikle çocuklar ve adolesanlarda düzenli tüketimin yeterli düzeyde olmadığını göstermektedir. Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması (TBSA) 2017 sonuçlarına göre 15–18 yaş grubunda süt ve süt ürünleri tüketimi az bulunmuş; aynı yaş grubunda demir, çinko ve kalsiyum alımlarının da önerilen günlük miktarların altında olduğu bildirilmiştir. Süt türlerine göre tüketim sıklıkları incelendiğinde, 15–18 yaş grubunda pastörize süt, UHT süt ve açık sütün her gün/haftada 6–7 gün tüketilme sıklıklarının hem erkeklerde hem de kızlarda düşük düzeylerde kaldığı görülmektedir. Bu durum, büyüme ve gelişmenin devam ettiği adolesan dönemde süt ve süt ürünlerinin düzenli tüketiminin desteklenmesi gereğini ortaya koymaktadır.⁷

Okul ortamında süt ve süt ürünlerine erişim açısından da benzer bir tablo söz konusudur. Türkiye’de ilkokulların %6,2’sinde öğrencilere süt, yoğurt veya ayran ücretsiz olarak sunulurken, %28,4’ünde bu ürünlere ücretli olarak ulaşılabilmektedir. Buna karşılık birçok okulda süt, yoğurt veya ayrana erişim bulunmamakta ve bu durum bölgeler arasında belirgin farklılık göstermektedir.⁸ Türkiye İstatistik Kurumu 2022 Türkiye Çocuk Araştırması sonuçlarında da **6 aylık ve daha büyük çocukların %42,2’sinin her gün tüketmeleri gereken süt ve süt ürünlerine ulaşamadığı bildirilmiştir.**⁹

Süt ve süt ürünlerinin çocukların beslenmesindeki önemine dikkat çekmek ve okul sütü programları konusunda farkındalık oluşturmak amacıyla Dünya Okul Sütü Günü Birleşmiş Milletler Gıda ve Tarım Örgütü (FAO) tarafından 2000 yılında kutlanmaya başlatılmıştır. Her yıl eylül ayının son çarşamba günü kutlanan **Dünya Okul Sütü Günü, 2026 yılında 30 Eylül tarihine denk gelmektedir.**¹⁰ Bu özel günde süt ve süt ürünlerinin çocukların beslenmesindeki yerine ve okul sütü programlarının çocukların beslenmesi ve eğitimindeki önemine dikkat çekmek istiyoruz! **Sağlıklı gelecek için okullarda süt ve süt ürünlerine erişimin artırılmasını destekliyoruz!**

⁶ T.C. Sağlık Bakanlığı, Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü. *Türkiye Beslenme Rehberi (TÜBER) 2022*. Ankara: Sağlık Bakanlığı; 2022. s. 18–19.

⁷ T.C. Sağlık Bakanlığı. *Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması (TBSA) 2017*. Ankara: Sağlık Bakanlığı.

⁸ T.C. Sağlık Bakanlığı, Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü. *Türkiye Çocukluk Çağı Obezite Araştırması (COSI-TUR) 2022*. Ankara: Sağlık Bakanlığı. [Internet] <https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/cosi-tur.html> Erişim: 10.09.2026

⁹ [Internet] <https://www.unicef.org/turkiye/raporlar/t%C3%BCrkiye-%C3%A7ocuk-ara%C5%9F%C4%B1rmas%C4%B1-2022> Erişim: 09.09.2026

¹⁰ [Internet] <https://fil-idf.org/dairys-global-impact/world-school-milk-day-3/> Erişim: 10.09.2026