

**Tytuł:** Normy żywienia zdrowych dzieci w 1-3. roku życia – stanowisko Polskiej Grupy Ekspertów Część I – Zapotrzebowanie na energię i składniki odżywcze. / Nutritional guidelines for healthy children aged 1-3 years – Polish Expert Group statement Part I – Energy and nutrient requirements.

**Słowa kluczowe:** białko normy żywieniowe witaminy D i E węglowodany wapń tłuszcze składniki odżywcze dzieci w 1-3. r.ż.

**Keywords:** protein nutritional norms nutrients vitamin D and E lipids children aged 1-3 years carbohydrates nutritional guidelines

**Autorzy:**

Grupa Ekspertów

**Streszczenie:**

Aktualizacja rekomendacji żywieniowych – europejskich, amerykańskich i polskich – w ostatnich latach sprawiła, że konieczna stała się aktualizacja polskich zaleceń dla dzieci. Dokument przedstawia aktualne (2012) stanowisko Grupy Ekspertów na temat ilości i jakości wybranych składników odżywczych (białka, tłuszczów, węglowodanów oraz wapnia, witamin D i E) niezbędnych w żywieniu dzieci w 1-3. r.ż. W tym celu eksperci dokonali przeglądu istniejących danych naukowych, czyli aktualnych norm, wytycznych i rekomendacji, piśmiennictwa, stanowisk ekspertów oraz oryginalnych publikacji, z uwzględnieniem specyfiki polskiej populacji.

**Abstract:**

Recent updates of the European, American and Polish nutritional recommendations requires updates of the nutritional norm for children. We present the Polish Expert Group statement (2012) on the intake of selected nutrients (proteins, lipids, carbohydrates, vitamin D and E) essential for nutrition in children aged 1-3 years. For this purpose the Expert Group reviewed available scientific data consisting of there cent guidelines, nutritional norms and recommendations, systematic reviews and expert opinions as well as original publications, in relation to the specific requirements for the Polish population.