

20. mája - pripomíname si Medzinárodný deň mlieka

Význam mlieka a mliečnych výrobkov pre zdravú výživu ľudí opakovane potvrdzujú odborníci na výživu po celom svete, pričom vyzdvihujú mlieko ako jednu z najkomplexnejších potravín z hľadiska jeho výživovej hodnoty.



Svojím zložením je mlieko nenahradiiteľným pre zdravú výživu, je to potravinu s najširším účinným spektrom. Hlavné zložky – bielkoviny, tuk, mliečny cukor, minerálne látky a tiež esenciálne nutričné látky, vitamíny a iné dôležité látky – robia z mlieka komplexnú vyváženú potravinu pre všetky vekové i zdravotné kategórie ľudí. K zdravej výžive prispievajú aj živé mliečne kultúry so svojimi probiotickými vlastnosťami.

Ani v dnešných náročných časoch pre slovenských prvovýrobcov a spracovateľov mlieka, kedy zápasia s dôsledkami slintačky a krívačky a dopadmi transakčnej dane na celú vertikálu spracovania mlieka, nezabúdajú na dôležitú úlohu: na edukáciu mládeže v oblasti prvovýroby a spracovania mlieka a na účinnejšie presadzovanie zdravej mliečnej výživy práve u mládeže na školách.

Každodennú konzumáciu mlieka a mliečnych výrobkov v záujme zachovania zdravia a zdravého vývinu človeka už od útleho veku odporúča aj Svetová zdravotná organizácia (WHO), a to v množstve minimálne 220 kg na osobu za rok. Podľa údajov zverejnených MPRV SR spotreba mlieka a mliečnych výrobkov na osobu za rok 2023 (posledný zverejnený údaj) je na úrovni 191,6 kg. Propagácia konzumácie mlieka a mliečnych výrobkov je pri širokej škále ďalších potravinových druhov a pri dnešných moderných stravovacích trendoch doslova nevyhnutnosťou. Túto dôležitú rolu si už 17 rokov prisvojili slovenskí prvovýrobcovia a spracovatelia mlieka, ktorí zbierajú financie v Mliečnom fonde na realizáciu propagačných aktivít na zvýšenie znalosti benefitov mlieka a mliečnych výrobkov pre zdravie.



Organizácia Spojených národov pre výživu a poľnohospodárstvo (FAO) oslavuje Svetový deň mlieka od roku 2001 vždy 1. júna, na Medzinárodný deň detí, a to nie náhodou. Deti sú naša budúcnosť v každom smere, výchova ďalšej, mladej, zdravej generácie je prvoradou úlohou každej spoločnosti. Za 17 rokov existencie Mliečneho fondu zrealizovali slovenskí prvovýrobcovia a spracovatelia mlieka nejednu aktivitu zameranú na deti a mládež. Objav mlieko, Adoptuj si kravičku, Mliečne hliadky na školách, Dni otvorených dverí na farmách a rôzne súťaže, ktorých sa zúčastnili desaťtisíce detí potvrdzujú ich záujem sa vzdelávať o ceste mlieka od kravičky až po domáci stôl a záujem siahť po mlieku a mliečnych výrobkoch každý deň.

Z prostriedkov Mliečneho fondu aktuálne na Medzinárodný deň mlieka ponúkli slovenskí prvovýrobcovia a spracovatelia mlieka všetkým základným školám premietanie edukačno-zábavných príbehov Mliečnej hliadky – troch kravičiek, ktoré pátrajú po rôznych záhadách spojených s mliekom a mliečnymi výrobkami. Navyše, v rámci súťaže ponúkli triednym kolektívom na 1. stupni základných škôl vytvoriť ďalší takýto príbeh na animáciu a tiež na prevedenie do komiksovej podoby. Nielenže vyzývajú mládež ku kreativite v oblasti prvovýroby a spracovania mlieka, ale zároveň ich stavajú do úlohy tvorcov príbehu s ponaučením výhod konzumácie mlieka a mliečnych výrobkov. Príbehy Mliečnej hliadky nájdete na webstránke Slovenské mlieko (<https://www.slovenskemlieko.sk/mliecna-hliadka>). K príbehom patriace pracovné listy dávajú pedagógom a výživovým poradcom priestor pripomenúť deťom mlieko a mliečne výrobky v tento významný deň.

Slovenskí prvovýrobcovia a spracovatelia mlieka si prajú, aby Medzinárodný deň mlieka, ktorý tento rok pripadol na 20. mája 2025, bol považovaný za deň úcty ku všetkým, ktorí sa akoukoľvek formou podieľajú na výrobe, spracovaní, doprave, predaji, či konzumácii mlieka a mliečnych výrobkov. A napriek medzinárodným či svetovým dňom mlieka zanechávajú aj odkaz, že oslavovať mlieko mliekom by sme mali každý deň!

Na zdravie s pohárom mlieka!