

Research Article / Araştırma Makalesi

Gaziantep ve Hatay ili yöresel yemeklerinin besin ögesi örüntü profillerinin farklı yöntemlerle değerlendirilmesi

Evaluation of nutrient profiling systems of local dishes of Gaziantep and Hatay provinces by different methods

Hasibe Utku Çelik Gençoğlu  ¹

Ayla Gülden Pekcan  ²

1 Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi, Turizm İşletmeciliği ve Otelcilik Yüksekokulu, Hatay, Türkiye

2 Lokman Hekim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Ankara, Türkiye

Article info

Anahtar Kelimeler:

Geleneksel Hatay mutfağı, geleneksel Antep mutfağı, besin ögesi örüntü profili

Keywords:

Traditional Hatay cuisine, Traditional Gaziantep cuisine, nutrient profiling models

Received: 13.08.2024

Accepted: 25.10.2024

E-ISSN: 2979-9511

DOI: 10.58625/jfng-2667

Utku Çelik Gençoğlu & Pekcan; Gaziantep ve Hatay ili yöresel yemeklerinin besin ögesi örüntü profillerinin farklı yöntemlerle değerlendirilmesi

Available online at <https://jfng.toros.edu.tr>

Corresponding Author(s):

* Hasibe Utku Çelik Gençoğlu,

dyt.utkucelik@gmail.com

Özet

Bu çalışma, geleneksel Gaziantep ve Hatay mutfaklarındaki yöresel tariflerin beş farklı besin ögesi örüntü profiliyle objektif olarak değerlendirilmesi amacıyla yapılmıştır. Çalışmada NRF 9.3 modeli, FSA-Ofcom-WXY modeli, SAIN-LIM sistemi, NUTRI-SCORE ve Choices Program (Uluslararası Sağlıklı Seçimler Modeli) uygulanmıştır. Yedi yemek grubu başlığında Hatay mutfağından 48, Gaziantep mutfağından 46 tarif değerlendirilmiştir. NRF 9.3'e göre, Gaziantep iline ait yemek gruplarında en yüksek puanı mezeler-salatalar-piyazlar, en düşük puanı tatlılar - reçeller ve Hatay iline ait yemek gruplarında ise en yüksek puanı sebze yemekleri, en düşük puanı tatlılar-reçeller almıştır. FSA-Ofcom-WXY'e göre, tariflerin Gaziantep ili için %69,6'sı, Hatay ili için ise %77,1'i daha sağlıklı olarak tanımlanmıştır. SAIN-LIM'e göre; Gaziantep ili tariflerinin %36,9'u tercih edilebilir olarak tanımlanırken, bu oran Hatay ili tariflerinde %54,2'dir. NUTRI-SCORE'a göre; Gaziantep ve Hatay illerine ait farklı yemek tariflerinin sırasıyla %36,9 ve %54,2'si A, %19,6 ve %12,5'i B, %32,6 ve %18,7'si C, %10,9 ve %14,6'sı D kategorilerinde sınıflandırılmış, E kategorisinde tarif saptanmamıştır. Uluslararası Sağlıklı Seçimler modeline göre, Gaziantep ili et yemeklerinin %6,25'i, bulgurlu, pirinçli yemeklerin %37,5'i, meze, salata ve piyazların %66,7'si kriterlere uygun bulunmuş;



sebze yemekleri, çorbalar, tatlı-reçeller ve hamur işleri uygun bulunmamıştır. Hatay ili sebze yemeklerinin %80'i, bulgurlu, pırlıçlı yemeklerin %40'ı, meze, salata ve piyazların %8,3'ü, çorbaların %33,3'ü Uluslararası Sağlıklı Seçimler modelinin kriterlerine uygun olarak değerlendirilmiştir. Ancak et yemekleri, tatlı-reçeller ve hamur işleri kriterlere uygun değildir. Sonuç olarak; besin ögesi örüntü profilleri yemek tariflerinin değerlendirilmesi için bilimsel temelli araçlardır. Gaziantep ve Hatay illerine ait yöresel tarifler özellikle eklenmiş yağ, şeker, tuz, posa içeriği ve porsiyon büyüklüğü açısından ele alınmalı, tariflerde düzenlemeler yapılmalıdır.

Abstract

Introduction and Aim:

The globalizing world, developments in the field of science and technology, and an intense work tempo, particularly a lack of time dedicated to nutrition, collectively contribute to a societal shift towards a "fast food" style of nutrition. These types of foods are energy-dense, low in nutritional value, high in salt and saturated fat, and made by using unhealthy cooking methods. With the consumption of more energy-dense, ready-made products that replace the natural foods found in traditional cuisines, the incidence of chronic diseases such as obesity, diabetes, heart disease, hypertension, and cancer has been increased in society (1). It is widely acknowledged that nutrition-related non-communicable chronic diseases represent the most significant causes of mortality and morbidity worldwide. Nutrition-related chronic diseases account for approximately 60% of all deaths worldwide. It has been stated by the World Health Organization (WHO) that nutrients such as fat, saturated fatty acids, trans fatty acids, sugar, and salt/sodium consumed in excessive amounts from the diet are potential risk factors for development of chronic diseases (2). National and international strategies have been developed to reduce potential risk factors that are previously mentioned. The common objective of these strategies is to facilitate the selection of healthy foods in society, to direct society towards healthy food choices, and to raise consumer awareness in order to promote healthy food choices. In this regard, nutrient pattern plans or profiles are created to enable consumers to make healthy food choices and to clarify the term quality food. Nutrient patterning is the science of classifying or ranking foods according to their nutritional composition for the prevention of disease and promotion of health (3). Nutrient pattern

profiles have been developed to assist consumers in food selection, to define the suitability of health claims of products, to ensure better and clearer nutritional labeling, and to evaluate nutritional quality (4). When local cuisines are considered in terms of nutrition and health, they are generally evaluated subjectively in line with healthy nutrition principles. The advent of various nutrient pattern profiles in recent years has facilitated objective evaluation of the nutritional value of foods and beverages. Therefore, this study aimed to objectively evaluate local dishes in Gaziantep and Hatay cuisine using five different nutritional element pattern profiles.

Material and Method:

It is acknowledged that the local dishes that comprise the Gaziantep and Hatay cuisine are not subjected to scientific evaluation in accordance with the principles of healthy nutrition. Instead, they are assessed solely from a gastronomic perspective, with consideration given to their nutritional and health implications. This study was conducted to objectively evaluate the local recipes in traditional Gaziantep and Hatay cuisines with five different nutritional element pattern profiles. In the study, the NRF 9.3 model (Nutrient Rich Foods), FSA-Ofcom-WXY model (Food Standards Agency-FSA), SAIN-LIM system (Two-score nutrient profiling system: score of nutritional adequacy of individual foods-SAIN); score of nutrients to be limited-LIM system), NUTRI-SCORE and Choices Program (International Healthy Choices Model, International Choices Programme) were applied. Under the heading of seven food groups, 48 recipes from Hatay cuisine and 46 recipes from Gaziantep cuisine were evaluated.

Distribution of local tariffs of Gaziantep and Hatay provinces according to their categories

Food Groups	Number of Dishes Included from Hatay Region	Number of Dishes Included from Gaziantep Region
Meat Foods	5	16
Vegetable Food	5	4
Dishes with Bulgur and Rice	5	8
Soaps	3	4
Appetizers and Salads	12	3
Pastries	9	5
Desserts and Jams	9	6
Total	48	46

The ingredients in each of the recipes of both cuisines were first converted into one serving. For this purpose, the amount included in one serving was calculated by dividing the total number of servings in the recipes. Using the amount of food in a portion, the macro and micronutrient contents of each recipe were calculated with the Nutrition Information Systems Package Program 7.2 (BEBİS 7.2) program. In order to calculate the amount of energy and nutrients content in a portion of the recipes from both cuisines, the parameters commonly used in all models were selected and the amount of salt not included in the standard recipe was calculated as 0.5 g per portion, based on the Turkey Nutrition and Health Survey (TBSA) 2017 (5). The nutritional values of the recipes were calculated using five different nutrient pattern profile models. These models are NRF 9.3, FSA-Ofcom-WXY, SAIN-LIM, NUTRI-SCORE, and International Healthy Choices Model (Choices Programme).

Results:

In accordance with the findings presented in the NRF 9.3 research report, the food groups within the Gaziantep province demonstrated a notable distinction in preference, with appetisers, salads, and spreads receiving the highest scores and desserts and jams receiving the lowest scores. Similarly, within the Hatay province, a clear contrast emerged, with vegetable dishes receiving the highest scores and desserts and jams receiving the lowest scores. The FSA-Ofcom-WXY model indicates that 69.6% of local recipes in Gaziantep and 77.1% in Hatay were classified as healthier. According to the SAIN-LIM model, while 36.9% of local tariffs in Gaziantep were defined as preferable, this rises to 54.2% in Hatay province's local tariffs. A comparative analysis of the various meal tariffs in the Gaziantep and Hatay provinces revealed that 36.9% and 54.2% were classified as A, respectively, while the corresponding figures for category B were 19.6% and 12.5%. Additionally, 32.6% and 18.7% were assigned to category C, and only 10.9% and 14.6% were identified in categories D and E, respectively. According to the International Healthy Choices model, 6.25% of meat dishes, 37.5% of bulgur and rice dishes, and 66.7% of appetizers, salads, and blarneys in Gaziantep were found to meet the criteria. However, vegetable dishes, soups, desserts, jams, and pastries were not suitable. In Hatay province, 80% of vegetable dishes, 40% of bulgur and rice dishes, 8.3% of appetizers, salads, and blarneys, and 33.3% of soups were evaluated in accordance with the criteria of the International Healthy Choices model. However, meat dishes, desserts, jams, and pastries did not meet the criteria.

Discussion and Conclusion:

Local cuisines have been measured and evaluated based on their unique structures, taste, and diversity, as well as their contribution to the nutrition of societies. The cuisines of Gaziantep and Hatay are two traditional cuisines that occupy a significant position within the local culinary landscape, shaped by the distinctive cultural heritage of their respective regions. They have been recognised by the UNESCO Creative Cities Network list for their cultural significance and contribution to global gastronomy (6). Nutrient pattern profiles are scientifically based tools for evaluating food recipes. When the local recipes of Gaziantep and Hatay provinces are evaluated with their nutritional element pattern profiles, the rate of recipes that can be considered healthy choices are high in the groups of vegetable dishes, appetizers-salads-piyazes, soups, and dishes with bulgur and rice. It was found that the rate of recipes that can be considered healthy choices was low in the meat dishes, pastries, and desserts-jams groups. The main reasons are thought to be the high content of saturated fatty acids due to the amount of salt and animal food used in the recipes of the specified groups, as well as the fact that even one portion value is high in quantity. While the local recipes from both provinces were found to be adequate in terms of the five-nutrient profile used in this study and the content of the recommended nutrients, it was also highlighted that there were instances where these recommended nutrients were present in excess. In order to make the contents of the local recipes of Gaziantep and Hatay provinces healthier in the light of scientific recommendations, it is thought that it would be appropriate to re-evaluate the recipes in terms of the sources and portion sizes of the nutrients recommended to be restricted.

GİRİŞ VE AMAÇ

Küreselleşen dünya ile birlikte bilim ve teknoloji alanındaki gelişmeler, yoğun çalışma temposu özellikle beslenmeye ayrılan zamanı kısıtlayarak toplumu "fastfood (hazır yemek)" tarzı beslenmeye yönlendirmektedir. Bu tarz yiyecekler genellikle enerjisi yoğun, besleyici değeri düşük, tuz ve şeker oranı yüksek ve sağlıksız pişirme yöntemlerinin kullanıldığı yiyeceklerdir. Geleneksel mutfaklarda bulunan doğal besinlerin yerini alan daha yüksek enerjili,

hazır ürünlerin tüketimiyle toplumda obezite, diyabet, kalp hastalıkları, hipertansiyon ve kanser gibi kronik hastalıkların görülme oranı artmıştır. Özellikle sebze ve meyve tüketimine dayalı beslenme şekli olan Akdeniz mutfağı kültürünün yerine batı toplumlarının etkilerinin görülmeye başlandığı Türk mutfağında doymuş yağ tüketiminin artması bu hastalıkların görülme sıklığını arttırmıştır. Değişen hayat şartlarına rağmen öğün düzeni ve besin tercihleri konusunda sağlıklı seçimlerin yapılması hem sağlık durumunu iyileştirmede hem de hastalıklara yakalanma riskinin azaltılmasında anahtar rol oynamaktadır (1).

Beslenmeye bağlı bulaşıcı olmayan kronik hastalıkların dünya genelinde en önemli mortalite (dünya genelinde meydana gelen ölümlerin ortalama %60'ı) ve morbidite nedeni olduğu bilinmektedir. Beslenme kaynaklı fazla miktarlarda tüketilen yağ, trans yağ asitleri, doymuş yağ asitleri, tuz/sodyum, şeker gibi besin öğelerinin kronik hastalıkların oluşumunda ve gelişiminde potansiyel risk faktörü olduğu Dünya Sağlık Örgütü (WHO) tarafından belirtilmiştir (2). Kronik hastalıkların gelişimindeki potansiyel risk etmenlerini azaltmak için geliştirilmiş olan ulusal ve uluslararası stratejiler bulunmaktadır. Bu stratejilerdeki ortak amaç; toplumu sağlıklı besin seçimine yönlendirmek, toplumda sağlıklı besin seçimini kolaylaştırmak ve sağlıklı besin seçiminin teşviki için tüketicinin bilinçlenmesini sağlamaktır. Bu doğrultuda tüketicilerin sağlıklı besin seçimi yapabilmelerini sağlamak ve kaliteli besin terimini netleştirmek için besin ögesi örüntü planları ya da profilleri oluşturulmaktadır (3).

Besin ögesi örüntüsü, hastalıkların önlenmesi ve sağlığın geliştirilmesi için besinlerin besin öğeleri bileşimine göre sınıflanma veya derecelendirme bilimidir (3). Besin ögesi örüntü profili, çocuklara besinlerin pazarlanması, sağlık ve beslenme beyanlarının yapılması, ürünleri sembol veya logo ile etiketlenmesi, bireylerin sağlıklı beslenme ile ilgili bilgilendirilmesi ve eğitilmesi, tüketicilerin sağlıklı ve amaca uygun besin seçimine rehberlik edilmesi, sağlıklı bir diyetin nasıl olabileceğinin tanımlanması, tüketilen yemeğin besin ögesi örüntüsünün belirlenmesi, menülerin değerlendirilmesi, yeni ürün

geliştirilmesi ve eski ürünün revize edilmesi, kamu kuruluşlarına besin tedarik edilmesi ve besin tüketiminin yönlendirilmesinde ekonomik araçların kullanılması dahil birçok uygulamada ve ulusal otoriteler tarafından toplum sağlığı beslenme hedeflerinin geliştirilmesi amacıyla kullanılabilmektedir (4).

Yöresel mutfaklar beslenme ve sağlık açısından ele alındıklarında genellikle sağlıklı beslenme ilkeleri doğrultusunda subjektif olarak değerlendirilmiştir. Son yıllarda geliştirilen çeşitli besin ögesi örüntü profilleri, yiyecek ve içeceklerin besin değerlerinin objektif olarak değerlendirilmesine olanak sağlamaktadır. Bu nedenle, bu çalışmada Gaziantep ve Hatay mutfağında yer alan yöresel yemeklerin beş farklı besin ögesi örüntü profili kullanılarak objektif olarak değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

MATERYAL VE METOT

Araştırma Yeri, Zamanı ve Örneklem Seçimi

Bu çalışmanın örneklemini Hatay mutfağı ve Gaziantep mutfaklarına ait standart tarifler oluşturmaktadır. Veri toplama işlemi Ekim 2019 – Ağustos 2020, verilerin değerlendirilmesi Ekim 2020 – Ağustos 2021 tarihleri arasında gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın evrenini Gaziantep ve Hatay ili yöresel yemek tarifleri oluşturmuştur. Bu çalışmada yöresel olarak yapılan ve menşei Gaziantep ve Hatay'a ait olan toplam 94 yöresel yemeğe yer verilmiştir. Hatay mutfağına ait tarifler T.C. Hatay Valiliği Yayını olan "Hatay Mutfak Kültürü ve Yemekleri" (6), Hatay Keşif Yayınları yayını olan "Çok Kültürlü Bir Geleneğin Mutfağı Antakya Yemekleri" (7) ve "Antakya Mutfağı" (8) kitaplarından alınmış olup; toplam 48 tariftir. Gaziantep mutfağına ait tarifler Yapı Kredi Yayını olan "Güneşin ve Ateşin Tadı: Gaziantep Mutfağı" (9) ve YCM Yayınları yayını olan "Dört Mevsim Gaziantep Yemekleri" (10) kitaplarından alınmış olup; toplam 46 tariftir. Menşei Gaziantep veya Hatay olmayan, özellikle civar şehirlerden etkilenerek bu iki ilin mutfağında yer almış yemekler kapsama dâhil edilmemiştir.

Hatay mutfağında ve Gaziantep mutfağında yer alan yemeklerin kategorilerine göre dağılımları Tablo 1.'de verilmiştir.

Araştırmanın Genel Planı

Tablo 1.'de yemek türlerine göre dağılımları verilen toplam 94 adet yemeğe ait tarif üzerinden bir porsiyon miktarları hesaplanarak veri toplama ve analiz işlemleri yapılmıştır. Bir porsiyona giren miktar hesaplamaları tariflerde yer alan toplam porsiyon sayısına bölünerek hesaplanmıştır. Bir porsiyona giren yiyecek miktarları kullanılarak her tarifi makro ve mikro besin ögesi içerikleri Beslenme Bilgi Sistemleri Paket Programı 7.2 (BEBİS 7.2) programı ile hesaplanmıştır.

Her iki mutfağa ait tariflerde bir porsiyona giren miktar hesaplamaları yapılırken; analizi yapılacak parametreler tüm modellerde kullanılan enerji ve besin öğelerini kapsayacak şekilde seçilmiş ve standart tarifte yer verilmemiş tuz miktarları için Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması (TBSA) 2017 baz alınarak porsiyon başına 0.5 g olarak hesaplanmıştır (11). Tariflerin besin değerleri, beş farklı besin ögesi örüntü profili modeli kullanılarak hesaplanmıştır. Bu modeller NRF 9.3, FSA-Ofcom-WXY, SAIN-LIM, NUTRI-SCORE ve Uluslararası Sağlıklı Seçimler Modeli (Choices Programme)'dir. Kıyaslama yapılan besin ögesi örüntü profili için miktarı analiz edilen parametreler Tablo 2.'de verilmiştir.

NRF 9.3 Besin ögesi örüntü plan/profilinin değerlendirilmesi (Besin Ögesi İçeriği Zengin Besin- Nutrient Rich Food, NRF)

NRF 9.3 algoritması, tüketilmesi istenilen 9 besin ögesi (protein, posa, C vitamini, E vitamini, A vitamini, demir, kalsiyum, potasyum ve magnezyum) ile sınırlandırılması önerilen 3

besin ögesi (doymuş yağ, eklenmiş şeker ve sodyum) temel alınarak oluşturulmuştur (18). Değerlendirmede bilim adamları tarafından geliştirilen, sürekli fonksiyon içeren algoritma kullanılmaktadır. Bu algoritmada pozitif alt skordan (tüketilmesi istenilen besin öğeleri), negatif alt skor (sınırlandırılması önerilen besin öğeleri) çıkarılmaktadır. Elde edilen yüksek NRF 9.3 puanı daha sağlıklı içerik anlamına gelirken, düşük NRF 9.3 skoru sınırlandırılması önerilen besin öğelerinin fazlalığına işaret eder ve daha az sağlıklı içerik anlamına gelmektedir. Bu modelin hesaplamasında besinler 100 kkal ve porsiyon miktarı başına besin ögesi içeriklerine göre değerlendirilmiştir (19).

FSA-Ofcom-WXY Besin ögesi örüntü planı/profilinin değerlendirilmesi (İngiltere Besin Standartları Ajansı- Food Standards Agency, FSA)

FSA-Ofcom-WXY modeli basit bir skorlama sistemine sahiptir. Bu model belirlenen her bir besin ögesi eşik değeri içeriğine göre her bir besine skor verir. Sonrasında elde edilen skorlar birbirinden çıkarılarak en son skor elde edilir. Bu hesaplama için kullanılan enerji değeri birimi "kJ" dur. Bu modelde yiyecek ve içeceklerin besin ögesi içeriğine 100 g miktarları üzerinden puan verilmektedir. Yiyecek ve içeceklerin alacağı toplam puan sırasıyla A puanı, C puanı ve toplam puan olmak üzere 3 aşamada hesaplanmaktadır (20). Sonuçta; bir besin "toplam puan" olarak 4 veya daha fazla puan aldıysa ve bir içecek 1 puan veya daha fazla puan aldıysa daha az sağlıklı kabul edilmektedir (21).

Tablo 1. Gaziantep ve Hatay illerine ait yöresel tariflerin kategorilerine göre dağılımları

Yemek Grupları	Hatay Yöresinden Dâhil Edilen Yemek Sayısı	Gaziantep Yöresinden Dâhil Edilen Yemek Sayısı
Et Yemekleri	5	16
Sebze Yemekleri	5	4
Bulgurlu, Pirinçli Yemekler	5	8
Çorbalar	3	4
Mezeler, Salatalar ve Piyazlar	12	3
Hamur İşleri	9	5
Tatlı ve Reçeller	9	6
Toplam	48	46

SAIN-LIM Besin ögesi örüntü plan/profilinin değerlendirilmesi (Fransız Besin Standartları Ajansı - AFSSA)

SAIN skoru 5 pozitif besin ögesi (protein, posa, askorbik asit, kalsiyum ve demir) için ağırlıklı aritmetik ortalamasının eşitliğinin yüzdesi olarak hesaplanmaktadır. Bir opsiyonel besin ögesi (D vitamini, alfa linolenik asit veya E vitamini) de bu denkleme eklenebilmektedir. Skor tabanı besinlerin 100 kkal'lık değerleri için hesaplanmaktadır (15). LIM skoru ise sağlıklı bir diyetle alımları sınırlandırılması gerekli olan üç besin ögesi (sodyum, eklenmiş şeker ve doymuş yağ asitleri) için maksimum önerilen 100 g'lık değerlerin ortalamalarının yüzdesidir (22).

SAIN-LIM hesaplaması sonucu ortaya çıkan SAIN skoru (*besinlerin beslenme yeterliliği skoru-score of nutritional adequacy of individual foods*) ve LIM (*sınırlandırılması gereken besin öğeleri skoru-*

score of nutrients to be limited) skorlarına göre dört ayrı sınıf oluşmaktadır.

- Sınıf 1 (en çok uygun – tercih edilebilir profil): Yüksek SAIN ve düşük LIM (SAIN ≥ 5 ve LIM $< 7,5$),
- Sınıf 2: Düşük SAIN, düşük LIM (SAIN < 5 ve LIM $< 7,5$),
- Sınıf 3: Yüksek SAIN, yüksek LIM (SAIN ≥ 5 ve LIM $\geq 7,5$),
- Sınıf 4 (en az uygun profil): Düşük SAIN, Yüksek LIM (SAIN < 5 ve LIM $> 7,5$) ifade etmektedir.

Sınıf 1 ve Sınıf 2 grupta yer alan besin grupları tüketilmesi önerilen besin gruplarını ifade ederken, Sınıf 3 ve Sınıf 4 grupta yer alan besin grupları sınırlı tüketilmesi gereken besin gruplarını ifade etmektedir (23).

Tablo 2. Besin ögesi örüntü profilleri ve özellikleri

NRF 9.3 (12,13)	FSA-Ofcom-WXY (14)	SAIN-LIM (15)	NUTRI-SCORE (16)	Choices Programme (17)
-	Enerji (kJ)	-	Enerji (kJ)	Enerji (kJ)
Protein (g)	Protein (g)	Protein (g)	Protein (g)	-
Posa (g)	NSP* posa (g) veya AOAC** posa (g)	Posa (g)	Lifler (g)	Posa (g)
Doymuş yağ (g)	Doymuş yağ (g)	Doymuş yağ (g)	Doymuş yağ (g)	Doymuş yağ (g)
-	-	-	-	Trans yağ (g)
-	-	α -linolenik asit	-	-
Sodyum (mg)	Sodyum (mg)	Sodyum (mg)	Sodyum (mg)	Sodyum (mg)
Eklenmiş şeker (g)	Toplam şeker (g)	Eklenmiş şeker (g)	Toplam şeker (g)	Eklenmiş şeker (g)
A vitamini (IU)	-	-	-	-
C vitamini (mg)	-	C vitamini (mg)	-	-
E vitamini (IU, mg)	-	E vitamini (IU)	-	-
-	-	D vitamini (IU)	-	-
Demir (mg)	-	Demir (mg)	-	-
Kalsiyum (mg)	-	Kalsiyum (mg)	-	-
Potasyum (mg)	-	-	-	-
Magnezyum (mg)	-	-	-	-
-	Meyve-sebze-kuruyemiş (%)	-	Meyve-sebze-kurubaklagil-sert kabuklu yemişler (%)	-

*NSP: Nişasta Olmayan Polisakkarit

**AOAC: Sindirilemeyen Polisakkarit (American Association of Analytical Chemists)

NUTRI-SCORE modelinin değerlendirilmesi (French National Institute for Health and Medical Research -INSERM)

Besin Standartları Acentesi besin profili sistemi (FSAM-NPS), 100 g besin (ya da 100 mL içecek) için nütrisyonel bileşim temelinde, enerji (kJ), toplam şekerler (g), SFA (g) ve sodyum'un (mg) dâhil olduğu kısıtlanması gereken elemanlardaki

miktara her biri için 0 ile 10 arasında olmak üzere pozitif puanlar vermektedir. Daha sonra, meyveler, sebzeler, baklagiller ve sert kabuklu yemişler (%), lifler (g) ve proteinin (g) dâhil olduğu artırılması gereken elemanlardaki miktarlara, her biri için 0 ile 5 arasında olmak üzere negatif puanlar vermektedir. Negatif puanlar pozitif puanlara eklenerek -15'ten (yüksek nütrisyonel kaliteye sahip ürünler için)

Tablo 3. Choices Program-Uluslararası Sağlıklı Seçimler Modeli Eşik Değerleri (24)

Temel Ürün Grupları İçin Kriterler		
Ürün Grubu	Kriterler	Tanımlar
Meyve ve Sebzeler		
İşlenmiş ve kurutulmuş meyveler ve sebzeler	SAFA: $\leq 1,1$ g/100 g TFA: $\leq 0,1$ g/100 g Sodyum: ≤ 100 mg/100 g Eklenmiş şeker: - (eklenmez) Toplam şeker: $\leq 10,0$ g/100 g (sebzeler) veya Toplam şeker: $\leq 17,0$ g/100 g (meyve) Posa: $\geq 1,0$ g/100 g*	Meyve ve sebze suları ile dondurulmuş veya önceden dilimlenmiş meyve ve sebzeler hariç olmak üzere, ileri işleme tabi tutulmuş her türlü işlenmiş meyve ve sebze
Ana Yemekler		
Ana yemekler***	SAFA: $\leq 2,0$ g/100 g TFA: $\leq 0,15$ g/100 g Sodyum: ≤ 240 mg/100 g Eklenmiş şeker: $\leq 3,0$ g/100 g Toplam şeker: $\leq 5,0$ g/100 g Posa $\geq 1,2$ g/100 g Enerji: ≤ 600 kkal/porsiyon	Her biri ürünün %70'inden fazlasını oluşturmayan iki veya daha fazla bileşenden oluşan kahvaltı, öğle veya akşam yemeklerinde tüketilen tüm yemekler.
Çorbalar***	SAFA: $\leq 1,1$ g/100 g TFA: $\leq 0,1$ g/100 g Sodyum: ≤ 250 mg/100 g Eklenmiş şeker: $\leq 1,5$ g/100 g Toplam şeker: $\leq 4,0$ g/100 g Enerji: ≤ 100 kkal/100 g	Bir yemek, başlangıç veya atıştırılabilir olarak kullanılmak üzere tüm müstahzarlarda özellikle temel olarak et, balık veya sebze suyu içeren ve genellikle katı gıda parçaları içeren sıvı bir gıda: yemeye hazır, soğutulmuş, konserve, dondurulmuş, toz haline getirilmiş (hazırlanmış gibi değerlendirilir).
Yardımcı (Temel Olmayan) Gıda Grupları İçin Kriterler		
Tatlı atıştırılabilirler	SAFA: $\leq 6,0$ g/100 g TFA: $\leq 0,4$ g/100 g Sodyum: ≤ 200 mg/100 g Eklenmiş şeker: ≤ 20 g/100 g Toplam şeker: ≤ 20 g/100 g Enerji: ≤ 110 kkal/porsiyon	Öğünler arasında veya bir öğünün küçük bir bileşeni olarak tüketilen tatlı bir tada sahip bir ürün.
Diğer tüm ürünler	SAFA: $\leq 1,1$ g/100 g veya ≤ 10 enerji TFA: $\leq 0,1$ g/100 g veya $\leq 1,0$ enerji Sodyum: ≤ 100 mg/100 g Eklenmiş şeker: $\leq 2,5$ g/100 g veya ≤ 10 enerji	Kategorize edilmiş ürün gruplarından herhangi birine girmeyen her türlü gıda ürünü

+40 puana (düşük nutrisyonel kaliteye sahip ürünler için) değişen ayrı bir toplam puan elde edilmektedir.

En sonunda; her bir besinin Nutri-Score hesaplanması için;

- “A” – 1 puan altı (koyu yeşil),
- “B” 0 - 2 puan (açık yeşil),
- “C” 3 - 10 puan arası (sarı),
- “D” 11 - 18 puan arası (açık turuncu) ve
- “E” 19 puan veya daha yüksek (koyu turuncu) olacak şekilde eşikler uygulanmaktadır.

İçecekler için ise eşikler;

- “A” yalnızca su için geçerli (koyu yeşil),
- “B” 1 puana kadar (açık yeşil),
- “C” 2 - 5 puan arası (sarı),
- “D” 6 - 9 puan arası (açık turuncu) ve
- “E” 10 puan üzeri (koyu turuncu) şeklindedir (11).

Choices Program-Uluslararası Sağlıklı Seçimler Modelinin Değerlendirilmesi (Choices Programme - Choices International Foundation)

Uluslararası Sağlıklı Seçimler Modeli kategorilere özgü eşik değerine göre hesaplama yapılan bir besin ögesi örüntü modelidir. Bu model belirlenmiş besin kategorileri için enerji, doymuş yağ, trans yağ, posa, eklenmiş şeker ve sodyum değerleri için eşik değerler sunmaktadır. Tablo 3.’te makale konusu ile ilintili ürün grupları ve eşik değerleri seçilerek verilmiştir (Tablo 3). Uluslararası Sağlıklı Seçimler örüntü profilinde hesaplamalar besinin 100 g değeri üzerinden yapılmaktadır (24).

Verilerin Değerlendirilmesi

Tariflerin enerji ve besin ögesi içerikleri Beslenme Bilgi Sistemleri Paket Programı 7.2 (BEBİS 7.2) analiz edilip, algoritmalar ile gerekli hesaplamalar yapıldıktan sonra elde edilen veriler SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 21.0 programı ile analiz edilmiştir.

Veriler parametrik dağılım gösterdiğinde

ortalama-standart sapma şeklinde; parametrik dağılım göstermediğinde ise ortanca (minimum-maksimum) olarak verilmiş ve/veya grafik şeklinde sunulmuştur. Değerler parametrik hipotez testi kriterlerini karşılıyor ise iki ortalama arasındaki farkın anlamlılık testi, karşılamıyorsa Mann Whitney U testi ile değerlendirilmiştir. Bu test aşaması sırasında 0.05 yanılma düzeyi ile güven aralığı %95 olarak belirlenmiştir.

Çalışma kapsamında Gaziantep ve Hatay illerine ait yöresel tariflerin Uluslararası Sağlıklı Seçimler Modeline (Choices Programme) göre değerlendirilmesi yapılırken; et yemekleri, sebze yemekleri, bulgurlu, pirinçli yemekler grupları ana yemekler (main meals) kategorisine; çorbalar grubu çorbalar (soups) kategorisine; mezeler, salatalar ve piyazlar grubu işlenmiş ve/veya kurutulmuş meyveler ve sebzeler (processed and dried fruits and vegetables) kategorisine; tatlı ve reçeller grubu tatlı atıştırmalıklar (sweet snacks) kategorisine; hamur işleri grubu diğer tüm ürünler (all other foods) kategorisine dâhil edilerek değerlendirilmiştir (24). Her iki ile ait yöresel tariflerin içerikleri, analiz için kullanılan programda standart tarifler içerisinde yer almadığı ve manuel olarak içerik tanımlaması yapıldığı için bu tariflerin değerlendirmesinde trans yağ asidi değerleri hesaba katılmamıştır.

BULGULAR

Gaziantep iline ait yöresel tariflerin NRF 9.3 besin ögesi örüntü profili hesaplamalarında en düşük NRF 9.3 puanını bastık (-14,14) alırken; en yüksek NRF 9.3 puanını Antep salatası (39,28) almıştır. Hatay iline ait yöresel tariflerin NRF 9.3 besin ögesi örüntü profili hesaplamalarında en düşük NRF 9.3 puanını patlıcan reçeli (-15,01) alırken; en yüksek NRF 9.3 puanını ıspanak boraniye (13,55) almıştır (Tablo 4).

Gaziantep iline ait yöresel tariflerin FSA-Ofcom-WXY besin ögesi örüntü profili hesaplamalarında en düşük FSA-Ofcom-WXY puanını maş çorbası ve maş piyazı (-9,00) alırken; en yüksek FSA-Ofcom-WXY puanını lebeniye çorbası ve bastık (14,00) almıştır. Hatay iline ait yöresel tariflerin FSA-Ofcom-WXY besin ögesi örüntü profili hesaplamalarında en düşük

FSA-Ofcom-WXY puanını öcçe (mücver) (-10,00) alırken; en yüksek FSA-Ofcom-WXY puanını ceviz reçeli (13,00) almıştır. Gaziantep ve Hatay illerine ait farklı yemek gruplarında yer alan yöresel tariflerin FSA Ofcom-WXY modeline sağlıklı olma durumu değerlendirilmiş, aldıkları puanlarla 'daha az sağlıklı' ve 'daha sağlıklı' olarak sınıflandırılmıştır. Değerlendirmeye alınan 46 Gaziantep ili yöresel tarifin %69,6'sı

daha sağlıklı olarak değerlendirilirken, %30,4'ü daha az sağlıklı olarak; değerlendirmeye alınan 48 Hatay ili yöresel tarifin %77,1'i daha sağlıklı olarak değerlendirilirken, %22,9'u daha az sağlıklı olarak sınıflandırılmıştır (Tablo 5).

Tablo 4. Gaziantep ve Hatay illerine ait yöresel tariflerin bir porsiyonlarına ait NRF 9.3. besin ögesi örüntü profili puanları

Gaziantep İline Ait Yöresel Tarifler	NRF 9,3 Puanı	Hatay İline Ait Yöresel Tarifler	NRF 9,3 Puanı
Et Yemekleri		Et Yemekleri	
Akıtmalı Ufak Köfte	2,14	Antakya Usulü Döner	-1,91
Alenazik (Alinazik)	-6,32	Aşur (Aşir)	1,30
Ayvalı Ekşili Taraklık Tavası	-3,21	Belen Tavası	2,44
Beyran	-1,39	Kâğıt Kebabı	1,53
Cacıklı Arap Köfte	1,40	Tepsi Kebabı	2,78
Ciğer (Cağırtlak) Kebabı	10,56		
Ekşili Ufak Köfte	2,14		
İçli Köfte (Oruk)	0,97		
Lahmacun	6,54		
Malhıtalı Köfte	-0,02		
Omaç	0,09		
Patlıcan Kebabı	6,04		
Simit Kebabı	-2,52		
Soğan Kebabı	-6,59		
Yağlı Köfte	-0,15		
Yenidünya Kebabı	-2,21		
Sebze Yemekleri		Sebze Yemekleri	
Borani	12,66	İspanak Boraniye	13,55
Erik Tavası	-5,61	Kabak Boraniye	6,84
Öcçe (Mücver)	3,89	Öcçe (Mücver)	12,41
Pirpirim Aşı	8,14	Şih Mualle	5,28
		Şih-ıl Mihşi	8,25
Bulgurlu, Pirinçli Yemekler		Bulgurlu, Pirinçli Yemekler	
Çağla Aşı	-0,95	Firikli Aş	-3,03
Firik Pilavı	0,11	Mütebli	2,03
Firikli Acur Dolması	2,01	Oruk (İçli Köfte)	-0,48
Karışık Dolma	3,84	Sraysil	1,89
Şiveydiz	3,17	Tepsi Oruğu	2,82
Yoğurtlu Dövme Çorbası	-10,28		
Yoğurtlu Patates	-2,38		

Yuvarlama	-2,68		
Çorbalar		Çorbalar	
Börek Çorbası	-3,23	Kumbursiye	3,66
Lebeniye Çorbası	-7,05	Toğga Çorbası	9,02
Maş Çorbası	7,92	Tuzlu Yoğurt Çorbası	-2,72
Öz Çorbası	-4,18		
Mezeler, Salatalar, Piyazlar		Mezeler, Salatalar, Piyazlar	
Antep Salatası	39,28	Abugannuş	10,27
Maş Piyazı	13,04	Alenazık (Alinazık)	-8,97
Muhammara	-0,57	Bakla Ezmesi	5,11
		Cevizli Biber	7,43
		Humus	2,14
		Patlıcan Yoğurtlama	-2,70
		Tahinli Tarator	2,72
		Taze Çökelek Salatası	5,45
		Taze Sürk Salatası	5,79
		Zahter Salatası	4,59
		Zengin	0,78
		Zeytin Öfelemesi	-3,36
Hamur İşleri		Hamur İşleri	
Antep Kahkesi	-2,77	Biberli Ekmek	-2,02
Nohut Dürüm	3,46	Ispanaklı Börek	5,30
Pirinçli Börek	-2,48	Katıklı Ekmek	-0,37
Şekerli Peynir Böreği	-6,33	Kaytaş Böreği	1,13
Zeytin Böreği	-3,56	Kerebiç	-1,15
		Kete	-2,36
		Kömbe	-4,73
		Külçe	0,65
		Semirsek	1,32
Tatlılar, Reçeller		Tatlılar, Reçeller	
Astarlı Sütlaç	-5,86	Ceviz Reçeli	-12,59
Aşure (Aşır)	-5,76	Cevizli Taş Kadayıf	-8,05
Baklava	-7,17	Haytalı	-8,26
Bastık	-14,14	Kabak Tatlısı	-14,68
Katmer	-5,95	Keppet Reçeli	-14,98
Zerde	-7,11	Künefe	-8,75
		Patlıcan Reçeli	-15,01
		Peynirli İrmik Helvası	-9,76

Gaziantep ve Hatay illerine ait yöresel tarifler SAIN-LIM modeline göre değerlendirildiğinde Gaziantep iline ait 46 yöresel tarifin %36,9'u Sınıf 1, %34,8'i Sınıf 3, %28,3'ü Sınıf 4 olarak değerlendirilmiştir. Gaziantep iline ait yöresel tarifler içerisinde Sınıf 2 grubuna ait tarif bulunmamaktadır. Hatay iline ait 48 yöresel tarifin ise %43,8'i Sınıf 1, %10,4'ü Sınıf 2, %8,3'ü Sınıf 3 ve %37,5'i Sınıf 4 olarak değerlendirilmiştir (Tablo 6).

SAIN-LIM modeline göre Gaziantep iline ait yöresel tariflerden akıtmalı ufak köfte, ekşili ufak köfte, içli köfte (oruk), omaç, patlıcan kebabı, yenidünya kebabı, borani, çağla aşısı, firik pilavı, firikli acur dolması, karışık dolma, şiveydidiz, maş çorbası, öz çorbası, Antep salatası, maş piyazı ve nohut dürüm tüketilmesi önerilen tarifler (Sınıf 1 ve Sınıf 2) olarak tanımlanırken; alenazik (alinazik), ayvalı ekşili taraklık tavası, beyran, cacıklı arap köfte, ciğer (çağırtlak kebabı), lahmacun, malhatalı köfte, simit kebabı, soğan kebabı, yağlı köfte, erik tavası, öcce (müçver), pirpirim aşısı, yoğurtlu dövme çorbası, yoğurtlu patates, yuvarlama, börek çorbası, lebeniye çorbası, muhammara, Antep kahkesi, pirinçli börek, şekerli peynir böreği, zeytin böreği, astarlı

sütlaç, aşure (aşır), baklava, bastık, katmer ve zerde sınırlı tüketilmesi gereken tarifler (Sınıf 3 ve Sınıf 4) olarak tanımlanmıştır.

Hatay iline ait yöresel tarifler ise SAIN-LIM modeline göre aşur (aşır), tepsi kebabı, ıspanak boraniye, kabak boraniye, öcce (müçver), şih mualle, şih-ıl mihşi, mütebli, siraysil, tepsi oruğu, kumbursiye, toğga çorbası, abugannuş, bakla ezmesi, cevizli biber, humus, patlıcan yoğurtlama, tahinli tarator, taze çökelek salatası, taze sürk salatası, zahter salatası, zengin, ıspanaklı börek, kaytaz böreği, külçe ve semirsek tüketilmesi önerilen tarifler (Sınıf 1 ve Sınıf 2) olarak tanımlanırken; Antakya usulü döner, belen tavası, kağıt kebabı, firikli aş, oruk (içli köfte), tuzlu yoğurt çorbası, alenazik (alinazik), zeytin öfelemesi, biberli ekmek, katıklı ekmek, kerebiç, kete, kömbe, ceviz reçeli, cevizli taş kadayıf, haytalı, kabak tatlısı, kebbet reçeli, künefe, patlıcan reçeli, peynirli irmik helvası ve şam tatlısı sınırlı tüketilmesi gereken tarifler (Sınıf 3 ve Sınıf 4) olarak tanımlanmıştır.

Tablo 5. Gaziantep ve Hatay illerine ait farklı yemek gruplarında yer alan yöresel tariflerin FSA-Ofcom-WXY modeline göre sağlıklı olma durumları

Yemek Grubu	Gaziantep Yöresel Yemekleri		Hatay Yöresel Yemekleri		
	Daha sağlıklı	Daha az sağlıklı	Daha sağlıklı	Daha az sağlıklı	
Et yemekleri	n	12	4	5	0
	%	75	25	100	0
Sebze Yemekleri	n	4	0	5	0
	%	100	0	100	0
Bulgurlu, Pirinçli Yemekler	n	7	1	5	0
	%	87,5	12,5	100	0
Çorbalar	n	3	1	3	0
	%	75	25	100	0
Mezeler, Salatalar, Piyazlar	n	3	0	11	1
	%	100	0	91,7	8,3
Hamur İşleri	n	2	3	7	2
	%	40	60	77,8	22,2
Tatlılar ve Reçeller	n	1	5	1	8
	%	16,7	83,3	11,1	88,9
Toplam	n	32	14	37	11
	%	69,6	30,4	77,1	22,9

Tablo 6. Gaziantep ve Hatay illerine ait farklı yemek gruplarında yer alan yöresel tariflerin SAIN-LIM modeli sınıflandırmasına göre değerlendirilmesi

Yemek Grubu	Gaziantep İli Yöresel Tarifleri				Hatay İli Yöresel Tarifleri				
	Tercih edilebilir		Tercih edilmemeli		Tercih edilebilir		Tercih edilmemeli		
	Sınıf 1	Sınıf 2	Sınıf 3	Sınıf 4	Sınıf 1	Sınıf 2	Sınıf 3	Sınıf 4	
Et Yemekleri	n	6	0	9	1	2	0	2	1
	%	37,5	0	56,25	6,25	40	0	40	20
Sebze Yemekleri	n	1	0	3	0	5	0	0	0
	%	25	0	75	0	100	0	0	0
Bulgurlu, Pirinçli Yemekler	n	5	0	3	0	3	0	1	1
	%	62,5	0	37,5	0	60	0	20	20
Çorbalar	n	2	0	1	1	1	1	0	1
	%	50	0	25	25	33,3	33,3	0	33,3
Mezeler, Salatalar, Piyazlar	n	2	0	0	1	9	1	1	1
	%	66,7	0	0	33,3	75	8,33	8,33	8,33
Hamur İşleri	n	1	0	0	4	1	3	0	5
	%	20	0	0	80	11,1	33,3	0	55,6
Tatlılar ve Reçeller	n	0	0	0	6	0	0	0	9
	%	0	0	0	100	0	0	0	100
Toplam	n	17	0	16	13	21	5	4	18
	%	36,9	0	34,8	28,3	43,8	10,4	8,3	37,5

Tablo 7. Gaziantep ve Hatay illerine ait farklı yemek gruplarında yer alan yöresel tariflerin NUTRI-SCORE puanına göre kategori dağılımları

Yemek Grubu	Gaziantep Yöresel Yemekleri					Hatay Yöresel Yemekleri					
	Nutri-Score Puanına Göre Kategoriler					Nutri-Score Puanına Göre Kategoriler					
	A	B	C	D	E	A	B	C	D	E	
Et Yemekleri	n	4	5	6	1	0	2	2	1	0	0
	%	25	31,25	37,5	6,25	-	40	40	20	-	-
Sebze Yemekleri	n	4	0	0	0	0	5	0	0	0	0
	%	100	-	-	-	-	100	-	-	-	-
Bulgurlu, Pirinçli Yemekler	n	5	1	2	0	0	3	1	1	0	0
	%	62,5	12,5	25	-	-	60	20	20	-	-
Çorbalar	n	1	2	0	1	0	2	0	1	0	0
	%	25	50	-	25	-	66,7	-	33,3	-	-
Mezeler, Salatalar, Piyazlar	n	2	0	1	0	0	10	1	1	0	0
	%	66,7	-	33,3	-	-	83,4	8,3	8,3	-	-
Hamur işleri	n	1	1	3	0	0	4	1	4	0	0
	%	20	20	60	-	-	44,4	11,2	44,4	-	-
Tatlılar ve Reçeller	n	0	0	3	3	0	0	1	1	7	0
	%	-	-	50	50	-	-	11,1	11,1	77,8	-
Toplam	n	17	9	15	5	0	26	6	9	7	0
	%	36,9	19,6	32,6	10,9	0	54,2	12,5	18,7	14,6	0

Gaziantep ve Hatay illerine ait yöresel tarifler NUTRI-SCORE modeline göre değerlendirildiğinde Gaziantep iline ait farklı yemek gruplarında yer alan yöresel tariflerin %36,9'u A kategorisinde, %19,6'sı B kategorisinde, %32,6'sı C kategorisinde, %10,9'u D kategorisinde sınıflandırılmıştır. Hatay iline ait farklı yemek gruplarında yer alan yöresel tariflerin ise; %54,2'si A kategorisinde, %12,5'i B kategorisinde, %18,7'si C kategorisinde, %14,6'sı D kategorisinde sınıflandırılmıştır. Gaziantep ve Hatay illerine ait E kategorisinde yer alan yöresel tarif bulunmamıştır (Tablo 7).

NUTRI-SCORE modeline göre Gaziantep iline ait yöresel tariflerden akıtmalı ufak köfte, ekşili ufak köfte, içli köfte (oruk), patlıcan kebabı, borani, erik tavası, öcce (mücver), pırpırım aş, çağla aş, firik pilavı, firikli acur dolması, karışık dolma, şiveydiz, maş çorbası, Antep salatası, maş piyazı ve nohut dürüm A skoru; ayvalı ekşili taraklık tavası, cacıklı arap köfte, lahmacun, omac, yenidünya kebabı, yoğurtlu patates, börek çorbası, öz çorbası ve şekerli peynir böreği B skoru; alenazik (alinazik), beyran, malhıtalı köfte, simit kebabı, soğan kebabı, yağlı köfte, yoğurtlu dövme çorbası, yuvarlama, muhammara, Antep kahkesi, pırnçlı börek, zeytin böreği, astarlı sütlaç, aşure (aşır) ve zerde C skoru alırken; ciğer (cağırtlak) kebabı, lebeniye çorbası, baklava, bastık ve katmer D skoru almıştır.

Hatay iline ait yöresel tariflerden ise aşur (aşır), tepsi kebabı, ıspanak boraniye, kabak boraniye, öcce (mücver), şıh mualle, şıh-ıl mıhşı, mütebli, sıraysil, tepsi oruğu, kumbursiye, toğga çorbası, abugannuş, bakla ezmesi, cevizli biber, humus, patlıcan yoğurtlama, tahinli tarator, taze çökelek salatası, taze sürk salatası, zahter salatası, zengin, ıspanaklı börek, kaytaz böreği, külçe ve semirsek A skoru; belen tavası, kağıt kebabı, oruk (içli köfte), alenazik (alinazik), kete ve haytalı B skoru; Antakya usulü döner, firikli aş, tuzlu yoğurt çorbası, zeytin öfelemesi, biberli ekmek, katıklı ekmek, kerebiç, kömbe ve şam tatlısı C skoru alırken; ceviz reçeli, cevizli taş kadayıf, kabak tatlısı, kebbet reçeli, künefe, patlıcan reçeli ve peynirli irmik helvası D skoru almıştır.

Gaziantep ve Hatay illerine ait yöresel tarifler Uluslararası Sağlıklı Seçimler Modeline (Choices

Programme) göre değerlendirildiğinde; Gaziantep iline ait tariflerde et yemekleri grubundan patlıcan kebabı; bulgurlu, pırnçlı yemekler grubundan firikli acur dolması, karışık dolma, şiveydiz; mezeler, salatalar, piyazlar grubundan Antep salatası Uluslararası Sağlıklı Seçimler modelinin kriterlerine uygun olarak değerlendirilmiştir. Gaziantep iline ait sebze yemekleri, çorbalar, tatlı ve reçeller ile hamur işleri gruplarından Uluslararası Sağlıklı Seçimler modelinin kriterlerine uygun tarif bulunmamaktadır. Hatay iline ait tariflerde ise; sebze yemekleri grubundan kabak boraniye, öcce (mücver), şıh mualle, şıh-ıl mıhşı; bulgurlu, pırnçlı yemekler grubundan mütebli, sıraysil; çorbalar grubundan toğga çorbası; mezeler, salatalar, piyazlar grubundan taze çökelek salatası Uluslararası Sağlıklı Seçimler modelinin kriterlerine uygun olarak değerlendirilmiştir. Hatay iline ait et yemekleri, tatlı ve reçeller ile hamur işleri gruplarından Uluslararası Sağlıklı Seçimler modelinin kriterlerine uygun tarif bulunmamaktadır.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Yöresel mutfaklar özgün yapıları, lezzet ve çeşitliliğin yanı sıra toplumların beslenmesine verdiği katkı payı ile ölçülür ve değerlendirilir olmuştur. Gaziantep ve Hatay mutfakları kendilerine özgü kültürleri ile yöresel mutfaklar arasında önemli yerlere sahip, UNESCO Yaratıcı Şehirler Ağı listesinde yer almış iki geleneksel mutfaktır (25,26). Bu çalışma Gaziantep ve Hatay iline ait yöresel tariflerin yer aldığı yedi yemek grubunun derlenmesi, bu gruplardaki tariflerin besin ögesi içeriklerinin hesaplanıp beş farklı besin ögesi örüntü profili ile objektif olarak değerlendirilmesi amacıyla yapılmıştır.

WHO "Bulaşıcı Olmayan Hastalıkların Kontrolü ve Önlenmesi Küresel Eylem Planı 2013-2020"de kardiyovasküler hastalıklar, kanserler, kronik solunum yolu hastalıkları ve diyabet gibi bulaşıcı olmayan hastalıkların dünyada büyük önem taşıdığı vurgulanmaktadır. Bu doğrultuda bulaşıcı hastalıkların yükünün azaltılıp hastalıkların, engelliliğin ve ölümlerin önlenmesi amacı ile küresel özellikli 9 hedef vurgulanmaktadır. Bu hedefler; kardiyovasküler hastalıklar, kanser, diyabet veya kronik solunum

yolu hastalıklarına bağlı prematür ölümlerde %25 azalma; zararlı alkol kullanımında %10 azalma; yetersiz fiziksel aktivite prevalansında %10 azalma; toplumun diyetle tuz/sodyum alımında %30 azalma; ≥ 15 yaş tütün kullanım prevalansında %30 azalma; yüksek kan basıncı prevalansında %25 azalma; obezite ve diyabette artışı durdurma; kalp krizi ve felçleri önlemek için ilaç tedavisi ve danışmanlık (glisemik kontrol dâhil) sağlamayı %50 karşılama; bulaşıcı olmayan hastalıkların tedavisinde temel teknoloji ve ilaç gereksinimlerini %80 karşılamadır (27). Bu amaçlar doğrultusunda, besin ögesi örüntü profillerinin geliştirilmesinde; son dönemde özellikle obezite ve ilişkili hastalıkların görülme sıklıklarının ciddi oranda artması ve bireylerin sağlıklı besin tercihi yapmalarına yardımcı olacak araçların geliştirilmesine duyulan ihtiyaç etkili olmuştur (13).

NRF 9.3. besin ögesi örüntü profili modeli halk sağlığı açısından önemli bir modeldir. Çünkü kısıtlanması gereken besin öğelerini belirttiği gibi tüketilmesi önerilen besin öğelerini de belirtmekte ve hesaba katmaktadır (28). Çalışmamızda her iki ile ait yöresel tariflerde tüketimi sınırlanması istenen besin öğeleri içeriklerinin yüksek olması düşük NRF 9.3. puanına neden olmuştur. Özellikle her iki ile ait yöresel tatlı ve reçellerde eklenmiş şeker miktarının yüksekliğine bağlı olarak NRF 9.3. puanlarının beklenildiği gibi azaldığı görülmüştür. Tüketilmesi istenen besin öğelerinden protein ve posanın içeriklerinin yüksek oluşu bazı tariflerin puanını oldukça yükseltirken bazı tariflerde kısıtlanması önerilen besin ögesi içeriğinin fazla oluşu nedeniyle istenen puan artışını sağlayamamıştır.

FSA-Ofcom-WXY skora yöntemi protein içeriği yüksek olan besinleri daha sağlıklı gibi göstermektedir. Bu durum bu modelin bir dezavantajı olarak öngörülmekte ve modele yönelik eleştiri yapılmasına sebebiyet vermiştir. Çünkü protein içeriği yüksek olan besinler açısından yanıltıcı sonuçlar verebilmektedir (29). Bu eleştiriye paralel olarak bu çalışmanın sonuçlarında da FSA-Ofcom-WXY modeline göre iki ile ait yöresel et yemekleri tariflerinin çoğu protein içerikleri nedeniyle daha sağlıklı kategorisinde yer almıştır. Bu modele yönelik

dikkat çekilen bir diğer husus ise modelin enerji, doymuş yağ ve şeker içeriklerini temel alması nedeniyle besinlerin enerji yoğunluklarıyla yüksek oranda ilişkide olmasıdır. Bu ilişki FSA-Ofcom-WXY modelinin tüm yüksek enerjili besinleri daha az sağlıklı kategorisinde değerlendirmesine neden olmaktadır (30). Bu çalışmanın sonuçlarında ise yüksek enerjili tariflerin çoğunun bu görüş ile paralellik göstermediği dikkat çekmektedir. Bu durum FSA-Ofcom-WXY modelinin yöresel tariflerin değerlendirilmesinde diğer modellere göre daha yetersiz olduğunu düşündürmektedir.

SAIN-LIM modeline göre, Gaziantep ili yöresel tariflerin %36,9'u "tercih edilebilir" olarak tanımlanırken, bu oran Hatay ili yöresel tariflerinde %54,2 olarak saptanmıştır. Hatay iline ait yöresel tarifler SAIN-LIM modeline göre daha yüksek oranda tercih edilebilir olarak değerlendirilmiştir ancak her iki ile ait yöresel tariflerdeki kısıtlanması önerilen besin öğeleri miktarlarının WHO standartlarına göre yeniden düzenlenmesi ile pozitif skor almalarının sağlanabileceği düşünülmektedir.

NUTRI-SCORE modeli Besin Standartları Acentesi besin profillemeye sistemine dayalı, renk kodlu, beş harfli dereceli bir ölçektir. Renk kodlu olma özelliği modelin sonuçlarının grafik format üzerinde görsel olarak ifade edilebilmesini sağlamaktadır (16). NUTRI-SCORE modelinin bu görsel etkinliğinin çeşitli boyutlarını değerlendirmek amacıyla yapılan iki çalışmanın sonucunda da benzer şekilde NUTRI-SCORE'un tüketiciler tarafından besinlerin beslenme kalitesini karşılaştırmak için net bir şekilde algılandığı ve sonuçlarının iyi anlaşıldığı gösterilmiştir (31,32). Bu model ile ilgili yapılmış başka bir simülasyon çalışmasına göre de bu modelin değerlendirme sonuçlarının tüketicileri daha sağlıklı besin seçimlerine teşvik ettiği ve alışveriş sepetlerinin besin kalitesini iyileştirdiği (33), son olarak daha sağlıklı diyet alımları yoluyla beslenmeyle ilişkili kronik hastalıklara bağlı ölüm oranını potansiyel olarak azalttığı gösterilmiştir (34).

NUTRI-SCORE modelinin değerlendirme kriterlerinde WHO önerilerine uygun olarak kısıtlanması gereken ve tüketilmesi önerilen

besin öğelerinin belirlenmiş olması, araştırmacı açısından diğer modellere göre pratik bir algoritmaya sahip olması ayrıca modelin değerlendirme sonuçlarının tüketici açısından anlaşılır olması ve doğru mesajlar vermesi sebebiyle (35) yöresel tariflerin değerlendirilmesi için uygun olduğu düşünülmektedir.

Uluslararası Sağlıklı Seçimler modelinin kriterleri bilim adamları tarafından WHO, 2003 uluslararası günlük besin ögesi alım hedefleri ve WHO önerilerine göre titizlikle belirlenmesine rağmen kategoriye özgü bir model olması hesaplama yaparken bazı besinlerin hangi kategoride yer alması gerektiğine karar vermek açısından bir sorun oluşturmaktadır. Modelin zorluklarından bir diğeri değerlendirmesi yapılan yiyecek ya da içeceğin "Choices" logosunu alabilmesi için gerekli görülen kriterlerdir. Uluslararası Sağlıklı Seçimler modelinde besinin "Choices" logosunu alabilmesi için model kapsamında tanımlanan her bir besin ögesinin eşik değeri kriterlerini sağlaması ve toplamda tanımlanan besin öğeleri arasından en az %20'sinin kriterlerinin karşılanması gerekmektedir. Bu durum Uluslararası Sağlıklı Seçimler Modeli'nin değerlendirme kriterlerini diğer modellere göre daha belirleyici kılmaktadır. Bu özelliğinden dolayı Uluslararası Sağlıklı Seçimler Modeli'nin yöresel tariflerin değerlendirilmesi için uygun olduğu düşünülmektedir.

Sonuç olarak; Gaziantep ve Hatay illerine ait yöresel tarifler genel olarak değerlendirildiğinde sebze yemekleri, mezeler-salatalar-piyazlar, çorbalar ve bulgurlu, pirinçli yemekler gruplarında sağlıklı seçim olarak değerlendirilebilecek tarif oranının yüksek; et yemekleri, hamur işleri ve tatlılar-reçeller gruplarında ise sağlıklı seçim olarak değerlendirilebilecek tarif oranının düşük olduğu bulunmuştur. Bunun temel nedenlerinin belirtilen gruplara ait tariflerde kullanılan tuz ve hayvansal besin içeren malzeme çokluğuna bağlı olarak doymuş yağ asidi içeriğinin yüksek olmasının yanı sıra bir porsiyon değerlerinin dahi miktar olarak fazla olması olarak düşünülmektedir. Bu çalışmada kullanılan beş besin ögesi örüntü profili ile tüketilmesi önerilen besin öğeleri içerikleri açısından her iki ile ait

yöresel tarifler yeterli bulunmasına rağmen, kısıtlanması önerilen besin öğeleri bakımından yüksek içeriğe sahip tariflerin varlığına vurgu yapılmıştır. Gaziantep ve Hatay illerine ait yöresel tariflerin içeriklerinin bilimsel öneriler ışığında daha sağlıklı hale getirilebilmesi için, tariflerin kısıtlanması önerilen besin öğelerinin kaynakları ve porsiyon büyüklükleri açısından yeniden değerlendirilmesinin uygun olacağı düşünülmektedir. Sonuç olarak, yöresel tarifeler özellikle eklenmiş yağ, şeker, tuz içeriği ve porsiyon büyüklüğü açısından ele alınmalı ve halk eğitimleri ile olumlu yaklaşımlar irdelenmelidir. Ayrıca yöresel yemek kitapları ve otoriteler de bu yaklaşımları dikkate almalıdır.

KAYNAKÇA

1. Gezmen, Karadağ, M., Çelebi, F., Ertuş, & Y., Şanlıer, N., (2014). Geleneksel Türk Mutfağından Seçmeler: Besin Öğeler Açısından Değerlendirilmesi. Ankara: Detay Yayıncılık.
2. WHO. (2021). Global Action Plan for the Prevention and Control of Noncommunicable Diseases 2013-2020; 2021 Global Nutrition Report: The state of global nutrition. Bristol, UK: Development Initiatives.
3. Rayner, M., Scarborough, P., & Kaur, A. (2013). Nutrient profiling and the regulation of marketing to children: possibilities and pitfalls. *Appetite*, 62: 232-5.
4. Rayner, M. (2017). Nutrient profiling for regulatory purposes. *Proceedings of the Nutrition Society*, 76:230-236.
5. Büyüktuncer, Z., & Yücecan, S. (2009). Türk mutfağının beslenme ve sağlık açısından değerlendirilmesi. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 37(1-2):93-100.
6. Şahin, K., (2012). Hatay Mutfak Kültürü ve Yemekleri. Hatay: Hatay Valiliği Yayını.
7. Tanrıverdi, M., (2013). Çok Kültürlü Bir Geleneğin Mutfağı Antakya Yemekleri. Hatay: Hatay Keşif Yayınları.
8. Budak, S., (2008). Antakya Mutfağı. Hatay: Antakya Rotary Kulübü Kültür Yayını.

9. Öney, Tan, A., (2014). Güneşin ve Ateşin Tadı: Gaziantep Mutfağı (2.bs.). İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.
10. Özsabuncuoğlu, Mermer, Ö. (2011). Dört Mevsim Gaziantep Yemekleri (5.bs.). İstanbul: YCM Yayıncılık.
11. Türkiye Beslenme ve Sağlık Araştırması (TBSA), 2017. T.C. Sağlık Bakanlığı Yayını.
12. Drewnowski, A. (2005). Concept of a nutritious food: toward a nutrient density score. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 82(4), 721-732.
13. Drewnowski, A. (2010). The Nutrient Rich Foods Index helps to identify healthy, affordable foods. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 91(4):1095-1101.
14. Rayner, M., Scarborough, P., Boxer, A., & Stockley, L. (2005). Nutrient profiles: development of final model final report. *Food Standards Agency*.
15. Darmon, N., Vieux, F., Maillot, M., Volatier, J.L., & Martin A. (2009). Nutrient profiles discriminate between foods according to their contribution to nutritionally adequate diets: a validation study using linear programming and the SAIN-LIM system. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 89: 1227-1236.
16. Dreano-Trecant, L., Egnell, M., Hercberg, S., Galan, P., Soudon, J., Fialon, M., Touvier, M., Kesse-Guyot, E., & Julia, C. (2020). Performance of the front-of-pack nutrition label Nutri-Score to discriminate the nutritional quality of foods products: a comparative study across 8 European countries. *Nutrients*, 12: 1303.
17. Roodenburg, A.J.C., Schlatmann, A., Dötsch-Klerk, M., Daamen, R., Dong, J., Guarro, M., Stergiou, M., Sayed, N., Ronoh, E., Jansen, L., & Seidell, J.C. (2011). Potential effects of nutrient profiles on nutrient intakes in the Netherlands, Greece, Spain, USA, Israel, China and South-Africa. *PLoS One*, 6(2): e14721.
18. Hess, J.M., & Slavin, J.L. (2017). Healthy snacks: using nutrient profiling to evaluate the nutrient-density of common snacks in the United States. *Journal of Food Science*, 82(9): 2213-2220.
19. Fulgoni, V.L., Keast, D.R., & Drewnowski, A. (2009). Development and validation of the nutrient-rich foods index: a tool to measure nutritional quality of foods. *Journal of Nutrition*, 139(8): 1549-1554.
20. Arambepola, C., Scarborough, P., & Rayner, M. (2008). Validating a nutrient profile model. *Public Health Nutrition*, 11(4):371-378.
21. Department of Health. (2011). Nutrient Profiling Technical Guidance January, UK.
22. Miller, G.D., Drewnowski, A., Fulconi, V., Heaney, R.P., King, F., & Kennedy, E. (2009). It is time for a positive approach to dietary guidance using nutrient density as a basic principle. *The Journal of Nutrition Issues and Opinions*. 139: 1198-1202.
23. Poinot, R., Vieux, F., Dubois, C., Perignon, M., Mejean, C., & Darmon, N. (2020). Nutritional quality of vegetarian and non-vegetarian dishes at school: are nutrient profiling systems sufficiently informative? *Nutrients*, 12, 2256.
24. Van Den Assum, S., Schilpzand, R., Lissner, L., Don, R., Nair, K.M., Nnam, N., Uauy, R., Yang, Y., Pekcan, A.G., & Roodenburg, A.J.C. (2020). Periodic revisions of the international choices criteria: Process and results. *Nutrients*, 12(9):2774.
25. Karakeçili, G., & Çetinsöz, B.C. (2017, 14-15 Nisan). Gaziantep yöresinde bayram yemekleri geleneği. VI. Ulusal II. Uluslararası Doğu Akdeniz Turizm Sempozyumu, Gaziantep, Türkiye.
26. Taştan, H., & İflazoğlu, N. (2018). Hatay'ın Unesco gastronomi şehri olması ile ilgili yerel restoran işletmelerinin farkındalığının değerlendirilmesi. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 6 (Özel Sayı 3): 384-393.
27. WHO (2014). Global Nutrition Targets 2025: Policy Brief Series, Geneva.
28. Mobley, R.A., Kraemer, D., & Nicholls, J. (2009). Putting the nutrient-rich foods index into practice review. *American College of Nutrition*. 28(4): 427-435.
29. Quinio, C., Biloft-Jensen, A., De Henauw, S., Gibney, M.J., Huybrechts, I., McCarthy, S.N., O'Neill, J.L., Tetens, I., Turrini, A., & Volatier, J.L. (2007). Comparison of different nutrient profiling schemes to a new reference method using dietary surveys. *European Journal of Nutrition*, 46(2): 37-46.
30. Drewnowski, A. (2007). What's next for nutrition labeling and health claims?: an update on nutrient profiling in the European Union and the United States. *Nutrition Today*, 42(5): 206-214.
31. Ducrot, P., Méjean, C., Julia, C., Kesse-Guyot, E., Touvier, M., Fezeu, L., Hercberg, S., & Péneau, S. (2015). Effectiveness of front-of-pack nutrition labels in French adults: Results from the NutriNet-Santé cohort study. *PLoS ONE*, 10 (10).
32. Talati, Z., Egnell, M., Hercberg, S., Julia, C., & Pettigrew, S. (2019). Consumers' perceptions

- of five front-of-package nutrition labels: An experimental study across 12 countries. *Nutrients*, 11: 1934.
33. Julia, C., Blanchet, O., Méjean, C., Péneau, S., Ducrot, P., Allès, B., Fezeu, L.K., Touvier, M., Kesse-Guyot, E., Singler, E., & Hercberg, S. (2016). Impact of the front-of-pack 5-colour nutrition label (5-CNL) on the nutritional quality of purchases: An experimental study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 13:101.
34. Egnell, M., Crosetto, P., d'Almeida, T., Kesse-Guyot, E., Touvier, M., Ruffieux, B., Hercberg, S., Muller, L., & Julia, C. (2019). Modelling the impact of different front-of-package nutrition labels on mortality from non-communicable chronic disease. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 16:56.
35. Dikmen, D. (2012). Ambalajlı besinlerin besin öğeleri örüntüsünün ve toplumun sağlıklı beslenme hedeflerine uygunluğunun belirlenmesi (Tez No:307957) [Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi] YÖK Tez Merkezi.