

## Školní stravování I.



Fotografie dostupné z: <https://www.zdravaskolnijidelna.cz/jidel>

V ČR je zaveden dobře propracovaný systém školního stravování. Školní oběd hradí zhruba třetinu nutričních potřeb dítěte a v rámci celodenního stravování v mateřské škole se jedná až o 60 % z celkového denního příjmu. Školní jídla tak hrají klíčovou roli při zvyšování dostupnosti zdravé výživy. Neplní se pouze sytící funkce, ale nabídka vyváženého jídla se stává součástí nutriční výchovy a podpory zdraví. Školní stravování může oslovit nejen samotného strávníka, ale i celou rodinu.

Důslednost ve stravování dětí je opodstatněná, protože ve školním věku dochází ke změnám metabolismu, růstu a vývoje. Vyvážená strava je nezbytností. Dlouhodobé pochybení v této oblasti může vyústit do zdravotních potíží některých dědičně podmíněných i jiných onemocnění.

Školní jídelny vznikly v České republice z iniciativy obcí a škol po 2. světové válce. V roce 1953 byla vydána první vyhláška o školním stravování a v roce 1963 byly zveřejněny první výživové normy. Od této doby, kdy byla funkce školních jídelen zejména sytící má školní stravování jako propracovaný systém mnohem širší význam.

Ve školních jídelnách, se dlouhodobě daří plnit všechny požadované funkce školního stravování a přitom nabízet pokrmy v souladu s moderními trendy. Z kontrol Krajské hygienické stanice Zlínského kraje se sídlem ve Zlíně vyplývá i poznatek, že jsou pokrmy připravovány v souladu se správnou výrobní a hygienickou praxí a případné nedostatky se řeší obratem tak, aby nedošlo k ohrožení zdraví strávníků. Školní jídelny mateřských a základních škol jsou kontrolovány pravidelně, a to v intervalu ne delším než 2 roky.

Další požadavky na školní stravování plynou z tzv. spotřebního koše, tj. průměrné měsíční spotřeby vybraných druhů potravin na strávníka a den v gramech. Průměrná spotřeba potravin je vypočtena ze základního sortimentu potravin tak, aby bylo zajištěno dosažení příslušných výživových norem. Je uvedena v hodnotách "jak nakoupeno" a je do ní proto zahrnut i přirozený odpad čištěním a dalším zpracováním. Spotřeba potravin musí odpovídat měsíčnímu průměru s přípustnou tolerancí.

Cena školního oběda se skládá ze tří částí:

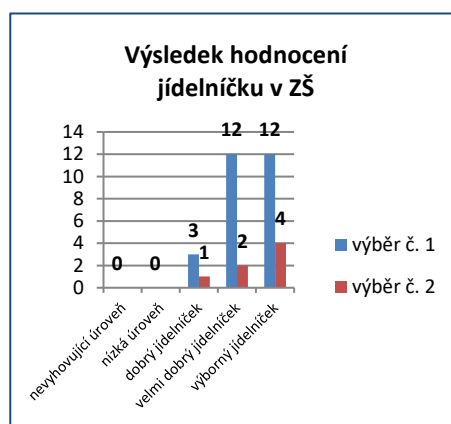
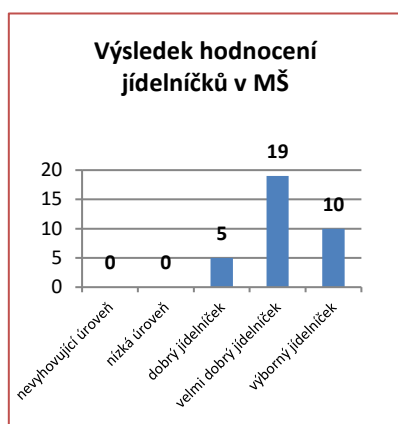
- finančních nákladů na potraviny – platí rodiče a jejich výše vychází z finančního limitu stanoveného ve vyhlášce č. 107/2005 Sb., v platném znění,
- mzdové režie plynoucí z veřejných prostředků (rozpočtu státu),
- věcné režie (náklady na provoz školní jídelny), které hradí zřizovatel.

Jak je patrné z výše uvedeného, jídelníček není jednoduché sestavit. Školní jídelna nesmí překročit finanční normativ, musí plnit výživové normy, nesmí zapomínat na pestrost a respektovat všechny bezpečnostní a hygienické pravidla. Jídlo se připravuje v zařízeních školního stravování vybaveného na různé technologické úrovni a s minimálním personálním obsazením. K těmto požadavkům je nutné přidat ještě jeden důležitý faktor, a tím je náročný dětský strávník, kterému vše nemusí chutnat. Pro věk školních strávníků je totiž typický vývoj chuťových preferencí a modelování stravovacích návyků. Mnoho jídel dítě nezná z domácího stravování, k novinkám přistupuje velmi obezřetně

a s nedůvěrou. Dítě je významně ovlivněno prostředím, ve kterém žije, ale i podmínkami, ve kterých se stravuje. Stravování je totiž jedním z nejpodstatnějších vazebných mechanismů na vnější prostředí. Dítě vnímá zejména špatné hodnocení dospělým nebo vrstevníkem, vytváří si náhodné asociace s jídlem (sladkost – odměna) a rovněž čerpá z rodinných preferencí a averzí k jídlu.

Z pohledu ochrany veřejného zdraví se Krajská hygienická stanice Zlínského kraje se sídlem ve Zlíně věnuje hodnocení jídelniček pravidelně již mnoho let. V roce 2017 bylo zkontrolováno 34 jídelniček v mateřských školách a 34 jídelniček ve školách základních - zde hodnocen výběr č. 1 (27x) a výběr č. 2 (7x), pokud strážníci využívali všechny výběry srovnatelně. V mateřských školách si zvláštní pozornost zasloužila příprava přesnídávek a svačin. V některých odůvodněných případech se posuzovaly k celkovému hodnocení zvlášť.

Výsledky za rok 2017 shrnují následující dva grafy:



Při podrobnějším hodnocení pouze přesnídávek a svačin lze konstatovat, že mezi hodnocenými jídelnami se objevilo u 5 měsíčních jídelniček opakované používání uzeniny a paštik, rovněž chybějící luštěninové a zeleninové pomazánky, u 12 z nich chyběly obilné kaše a dále nebyla ke každé přesnídávkce a svačince podávána zelenina nebo ovoce. V základních školách je nejčastější problém v nízké četnosti zařazování zeleninových polévek, zeleniny v rámci hlavních chodů (čerstvé a tepelně upravené) a plnohodnotných slaných bezmasých jídel. Sporadicky se objevují u jídel vyšší četnosti zařazení sladkých jídel. Pokud jídelna připravuje více nabídek v rámci školního oběda, tak se opakovaně vyskytuje problém s plnohodnotností obou menu.

Příklady dobré praxe školních jídelen:

1. Příprava pokrmů z čerstvých, zdravotně nezávadných a kvalitních potravin.
2. Pravidelná nabídka ovoce, zeleniny a luštěnin ve vhodné kombinaci s obilovinami.
3. Pravidelná nabídka ryb v rámci hlavního jídla nebo v mateřských školách i ve formě pomazánek.
4. Nabídka neslazeného nápoje ke slazenému.
5. Minimální zařazování smažených pokrmů.
6. Veřejně dostupný jídelniček, který umožní rodičům plánovat další podávání jídla dětem během dne.
7. Nepoužívání dochucovadel a polotovarů vysokého stupně konvence.
8. Organizování různých akcí – ochutnávka pro rodiče, zařazení jednorázových akcí do stravovacích dní, např. dny mezinárodní kuchyně.

Mezi oblastmi, ve kterých je nutné dále pracovat, patří komunikace mezi školní jídelnou a pedagogy a školní jídelnou a rodiči. Jedná se tedy o oblast, na které musíme pracovat všichni.

Zpracovala dne 11. 5. 2018 Mgr. Ivana Lukašíková