

Projekt Zdravá školní jídelna

V České republice se aktivně zapojilo do projektu „Zdravá školní jídelna“ již 210 školních jídelen. Ve Zlínském kraji je zapojeno 16, certifikát o splnění kritérií projektu má už sedm z nich.

Za vznikem projektu stojí odborníci na výživu ze Státního zdravotního ústavu ve spolupráci s týmem hygieniků a zkušenými lidmi přímo z každodenní praxe – šéfkuchařem, metodičkou stravování a nutričním terapeutem. Projekt podporuje také Ministerstvo zdravotnictví a je praktickou ukázkou, jak lze plnit cíle programu Zdraví 2020.

Na základě zkušeností s realizací projektu byl inovovaný manuál, který naleznete zde: <https://www.zdravaskolnijidelna.cz/publikace>

Manuál přesně definuje kritéria projektu, srozumitelně pro každé kritérium zvlášť stanovuje cíl a popisuje požadovaný cílový stav, kdy je kritérium považováno za splněné. Manuál nabízí navíc rady a tipy pro spolupráci školní jídelny a pedagogických pracovníků.

10 kritérií projektu:

1. Z pyramidy na talíř – jednoduché zásady správné výživy v praxi
2. Pestrý jídelní lístek s každodenní nabídkou neslazených nápojů (sestavený dle Nutričního doporučení Ministerstva zdravotnictví ČR ke Spotřebnímu koši)
3. Správné a bezchybné vedení spotřebního koše
4. Čerstvé a sezónní potraviny jsou základem pokrmů
5. Střídmé solení s ohledem na dětského strážníka
6. Omezení používání dochucovadel a instantních dehydratovaných směsí
7. Podpora národních tradic a regionálních zvyklostí, seznamování s mezinárodní kuchyní
8. Pravidelné vzdělávání personálu školní jídelny
9. Zvyšování výživové gramotnosti a podpora správných stravovacích návyků dětí
10. Prezentace školní jídelny a podpora komunikace s pedagogy, dětmi a rodiči

Úspěch projektu je postaven na fungování těchto třech základních pilířů:

Vzdělaný personál

Personál školní jídelny má dobré znalosti o správné výživě člověka, zejména dětí, umí plánovat pestrý jídelní lístek, umí vařit chutné pokrmy z čerstvých surovin, jídla dochucuje s ohledem na dětského strážníka, zná a plní platnou legislativu.

Informovaný strážník

Strážník se o správné výživě dozvídá vhodným způsobem v rámci výuky, výzdoby jídelny a školy a v rámci praktických činností či mimoškolních aktivit. Strážník je tak veden ke správné volbě a skladbě potravin a pokrmů.

Motivující pedagog a vedení školy

Pedagog podporuje správné stravovací návyky, jde příkladem. Vedení školy podporuje snahy školní jídelny a zároveň propojuje spolupráci školní jídelny a pedagogů.

Z podkladů SZÚ zpracovala dne 30. 1. 2018 Mgr. Ivana Lukašiková