

KRAJSKÁ HYGIENICKÁ STANICE LIBERECKÉHO KRAJE SE SÍDLEM V LIBERCI

Husova tř. 64, 460 31 Liberec 1, P.O.Box 141, tel. 485 253 111, sekretariat@khslibc.cz, ID nfeai4j, IČ 71009302

V Liberci dne 20. ledna 2015

Tisková zpráva

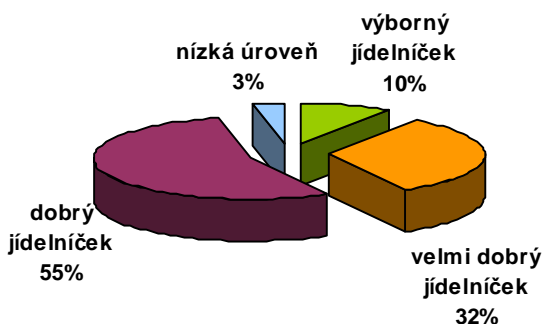
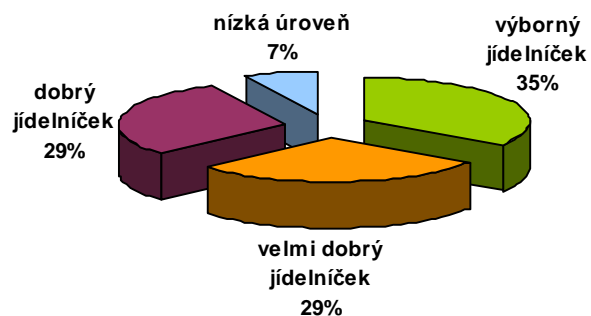
HODNOCENÍ PESTROSTI JÍDELNÍČKŮ V ZAŘÍZENÍCH PRO DĚTI A MLADISTVÉ ZA ROK 2014 V LK

Dle metodického návodu Doporučená pestrost (DP) bylo v roce 2014 zhodnoceno celkem **72 jídelních lístků** (okres Česká Lípa – 17; okres Jablonec nad Nisou - 20; okres Liberec – 20; okres Semily – 15).

Ve srovnání s hodnocením školních jídelniček v roce 2013, je třeba školní jídelny pochválit, vzhledem k tomu, že stoupá podíl jídelniček, které se dostaly do kategorie výborné (v roce 2013 jich bylo 27%, v roce 2014 již 35%). Všechny školní jídelny obdržely písemné hodnocení měsíčního jídelního lístku, v případě nesouladu s požadavky DP též návrh na zlepšení.

Doporučená pestrost je souborem doporučení, která mají vést školní jídelny směrem k nutričně vyváženému a pestrému jídelníčku. Vychází ze spotřebního koše (je v souladu s vyhláškou č. 107/2005 Sb., o školním stravování) a hlavním cílem je snížit počet pokrmů z vepřového masa, snížit nabídku knedlíků, vyřadit nebo omezit paštiky, uzeniny, nabízet nesladký nápoj. Místo těchto pokrmů připravit dětem více zeleniny, luštěnin, jiných obilovin..., které jsou zdraví prospěšnější. V neposlední řadě stále přetrvává snaha naučit děti od nejútlejšího věku zásadám zdravého stravování tím, že se s ním budou denně setkávat ve škole.

Z celkového počtu bylo **41 hodnocení** provedeno ve školních jídelnách připravujících pouze oběd. Výsledky jsou rozděleny do 4 kategorií ✓ **výborný jídelniček** – 14x ✓ **velmi dobrý jídelniček** – 12x ✓ **dobrý jídelniček** – 12x ✓ **nízká úroveň, nevyhovující jídelniček** – 1x.



31 hodnocení bylo provedeno ve školních jídelnách mateřských, základní škol, které připravují pro děti kromě obědů i dopolední přesnídávky a odpolední svačiny - ✓ **výborný jídelniček** – 3x ✓ **velmi dobrý jídelniček** – 10x ✓ **dobrý jídelniček** – 17x ✓ **nízká úroveň, nevyhovující jídelniček** – 1x.

Nejčastěji zjišťované nedostatky při sestavování jídelniček:

- nedostatečné zařazování zeleninových a luštěninových polévek
- nadměrné zařazování vepřového masa
- nedodržení frekvence bezmasého jídla.
- u svačin malá nabídka obilných a luštěninových pomazánek a obilných kaší

V roce 2014 byl metodický návod Doporučená pestrost inovován, jeho požadavky byly nově nastaveny a došlo k určité změně při hodnocení jídelniček. Za nejdůležitější považujeme **změnu filozofie metodického návodu Doporučená pestrost**, kdy v minulých letech bylo přesně dáno, kolikrát se má který pokrm v nabídce měsíčního jídelníčku objevit. Současný metodický pokyn se

snaží nastavit směr při sestavování jídelního lístku, nemá být přesným návodem jak sestavit jídelníček každý den v měsíci, ale u žádoucích potravin udává minimální frekvence (např. u ryb) u méně žádoucích potravin udává maximální frekvence (např. u vepřového masa). Neurčuje tedy vše, co má být v jídelníčku obsaženo, ale snaží se usměrňovat, ne diktovat či striktně vyžadovat. Položky, které nečiní z hlediska výživy žádný problém, např. brambory, nejsou prostřednictvím DP již sledovány. Při úpravě metodického návodu Doporučená pestrost se vycházelo ze zkušeností pracovníků KHS s hodnocením jídelníčků a z opakujících se nedostatků nalezených při této činnosti.

Většina školních jídelen základních i mateřských škol se s tímto již setkala, principy metodického návodu DP byly přednášeny na poradách vedoucích školních jídelen.

Upravený metodický návod Doporučená pestrost je možné najít na [www.khslbc.cz/ke stažení](http://www.khslbc.cz/ke_stažení).

Zuzana Balašová
tisková mluvčí KHS LK