

# 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](mailto:sekretariat@khslibc.cz), ID nfeai4j, IČ 71009302

V Liberci dne 22. února 2016

## HODNOCENÍ PESTROSTI JÍDELNÍČKŮ VE ŠKOLNÍCH JÍDELNÁCH LK V ROCE 2015

Podle metodického návodu Ministerstva zdravotnictví ČR Nutriční doporučení ke spotřebnímu koši (ND) vyhodnotili v roce 2015 pracovníci odboru hygieny dětí a mladistvých celkem 78 jídelníčků - 30 na základních školách a 48 v mateřských školách.

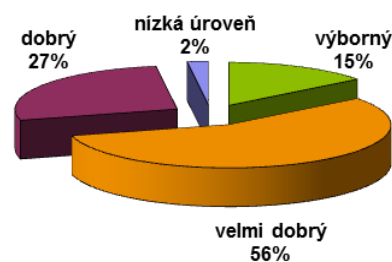
ND vychází ze spotřebního koše, je tedy v souladu s legislativou (vyhláška č. 107/2005 Sb., o školním stravování). Tento materiál doplňuje pravidla spotřebního koše, řeší také pitný režim, uzeniny, používání polotovarů, vhodné kombinace jídel či jejich úpravu.

ND je upravený, dříve používaný metodický návod Doporučená pestrost (DP), jeho požadavky byly nově nastaveny a došlo k určité změně při hodnocení jídelníčků. Za nejdůležitější považujeme **změnu filozofie hodnocení jídelníčků školních jídelen**, 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 ND již sledovány.

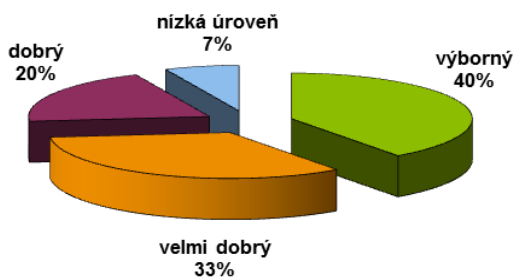
Hlavním cílem ND je vést školní jídelny směrem k nutričně vyváženému a pestrému jídelníčku.

Z hodnocení vyplývá, že jídelny plní požadované • podávání ryb • bílých druhů mas, luštěnin jako hlavního pokrmu • tepelně upravené zeleniny. V mateřských školách pravidelně zařazují rybí pomazánky v doporučeném množství.

Obědy v základních školách



Celodenní stravování v mateřských školách



I přes snahu o zlepšení se stále opakují chyby v sestavování jídelníčků

typu • málo luštěninových a zeleninových polévek • bezmasé jídlo není podáváno v doporučeném množství, min 4x za měsíc • stále jsou do hlavních jídel často zařazovány uzeniny • málo časté podávání čerstvé zeleniny k obědům.

Všechny školní jídelny obdržely písemné hodnocení měsíčního jídelního lístku, v případě nesouladu s požadavky ND s návrhem na zlepšení.

Výborným pomocníkem pro školní jídelny v jejich nelehkém úsilí vařit chutnou a pestrou stravu a současně naplňovat spotřební koš je projekt Státního zdravotního ústavu „Zdravá školní jídelna“. Projekt přináší recepty, rady a příručky v souladu s nejmodernějšími poznatky o zdravé výživě. Jako ocenění mohou školy v projektu Zdravá školní jídelna získat prestižní certifikát.

Upravený metodický návod ND je možné najít na [www.khslibc.cz](http://www.khslibc.cz) nebo na webových stránkách Státního zdravotního ústavu Zdravá školní jídelna [www.zdravaskolnijidelna.cz](http://www.zdravaskolnijidelna.cz).

MUDr. Jana Pilnáčková, Romana Tománková, DiS.  
odbor hygieny dětí a mladistvých