



Zborovice, 15. dubna 2015

## Ptali jste se, odpovídáme Vám

Mateřská škola zprostředkovala školní jídelně několik připomínek nebo otázek rodičů dětí. V zájmu dobré vzájemné komunikace zde uvádíme odpovědi. Cílem školního stravování je zajistit dětem čerstvé, zdravé, chutné, pestré a vyvážené jídlo. Očekává se (legislativa a její výkonné orgány, např. ČŠI nebo KHS), že se bude školní jídelna podílet na **výchově dětí ke zdravému životnímu stylu**. Příprava jídla se řídí tzv. **spotřebním košem**. **Spotřební koš** stanovuje, jaké výživové požadavky mají splňovat jídla podávaná ve školní jídelně. Legislativně jsou stanoveny určité skupiny potravin (brambory, maso, ovoce, zelenina, luštěniny atd.) a jejich doporučená spotřeba na dítě či žáka za den. Výpočtem spotřebního koše pak jídelna dokumentuje, jak tato doporučení plní. Spotřební koš se počítá za měsíční období v hodnotách „jak nakoupeno“. Podrobnosti k výpočtu spotřebního koše jsou uvedeny ve vyhlášce č. 107/2005 Sb., v příloze 1 (Výživové normy pro školní stravování). Pokud byste se chtěli zajímat o problematiku školního stravování více, můžete nahlédnout např. na <http://www.rodiceaskolnijidelny.cz/>

a) Vnitřnosti (játra) v pondělí – nepodávat v pondělí, nemohou být čerstvá.

Odpověď: *Játra zařazujeme do jídelníčku kvůli obsahu vitamínů a bílkovin, pestrosti stravy a ceně – jde o levnější oběd, pokud je připravíme v týdnu, mnoho žáků si oběd odhlásí a k úspoře nedojde. Nestalo se, že bychom v minulosti předložili k jídlu nekvalitní vnitřnosti.*

b) Hlavní jídlo bez obloh, raději podávat zeleninové a ovocné saláty.

Odpověď: *Zeleninu mají děti konzumovat nejlépe syrovou - saláty se zvyšuje spotřeba cukru a soli.*

c) Ohlas na jogurt – rodiče nepotřebují, aby si děti nosily domů zabalený mléčný výrobek, chtějí, aby jej zkonsumovaly na místě, podobně s neoloupaným ovocem (pomeranče, banány).

Odpověď: *Jogurt je podáván jako dezert a má být zkonsumován přímo v jídelně, je nutno jej mezi jinými výrobky podávat při nedostatečném množství mléčných výrobků ve spotřebním koši. Také ovoce má být zkonsumováno již v jídelně, je zařazeno, aby se zvyšovala spotřeba ovoce a zeleniny. Pokud dítě už „nemůže“, těžko si odloží na později oloupaný banán nebo nastrohané jablko. Pokud bude jogurt podán v misce, zbytek se vyhodí. Snažíme se předcházet plýtvání potravinami.*

d) Dopoledne čokokuličky na přesnídávku – nabízet raději odpoledne nebo vůbec?

Odpověď: *Čokokuličky jsou dětmi oblíbené, jsou podávány 1 x za měsíc nebo i méně a to kvůli pestrosti stravy. Patří mezi cereální výrobky obsahující vlákninu a jsou považovány za zdraví prospěšné, odpoledne je není možno podávat - problém s výdejem, výdejnice má po pracovní době.*

e) Řízek vs. luštěniny, častost zařazování (proč není řízek častěji).

Odpověď: **Luštěniny** se střídají – hrách, fazole, cizrna, čočka, musíme je vařit, jsou zdraví prospěšné, spotřeba se sleduje ve spotřebním koši. Musíme podávat luštěninovou polévku každý týden a luštěniny upravené jako hlavní jídlo 1x do měsíce, což není dostatečné – pro dosažení potřebného efektu na trávení by bylo třeba jíst je častěji. **Smažený řízek** je zařazován tak, abychom se vešli do rozpočtu a když to dovolí množství spotřebovaného tuku (musíme smažit ryby, neboť pečené ryby nejsou vůbec oblíbené, což je špatně) a ztěžuje nám to plánování jídelníčku, chceme podávat i jiná smažená jídla (smažený sýr, sýrový řízek, květák, zeleninové řízečky, obalované sýrové špízy a cordon bleu, koblihy nebo bavorské vdolky). Jde to obtížně, frekvenci zařazování smažených pokrmů přísně sleduje „hygiena“, proto se některá uvedená smažená jídla v posledních letech ani nedostala na jídelní lístek.

Zajímá nás, jak jste se školním stravováním Vašeho dítěte spokojeni, a to po celý školní rok.

Připravujeme proto anketu o spokojenosti a námětech klientů ŠJ.

Tento text najdete také na [www.zsborovice.cz](http://www.zsborovice.cz) – odkaz Školní jídelna.