

Informace pro strážníky, rodiče a pedagogické pracovníky ke změnám ve školním stravování

V letošním školním roce jsme jistě všichni zaznamenali, že se zařízení pro školní stravování snaží uplatňovat pravidla Nutričního doporučení Ministerstva zdravotnictví ČR ke spotřebnímu koši (dále jen „ND“), viz <http://www.zdravaskolnijidelna.cz/nutricni-doporuceni>, které je vytvořeno v souladu s výživovými normami stanovenými přílohou č. 1 k vyhlášce č. 107/2005 Sb., o školním stravování, ve znění pozdějších předpisů.

V jídelnách základních škol se snaží vyjít strážníkům vstříc a nabídnout možnost výběru ze dvou nebo více druhů pokrmů. Při výběru ze dvou či více jídel se musí hodnotit každý výběr zvlášť. Zodpovědnost za skladbu jídelního lístku je tedy na školní jídelně, ale při výběru z široké nabídky pokrmů je odpovědnost zejména na strážníkovi nebo jeho zákonném zástupci. Bezpochyby se nejlépe dodržuje spotřební koš tam, kde se vaří pouze jeden druh jídla. Tento trend však zůstal převážně jen v jídelnách mateřských škol.

Postupně se tudíž ve školních jídelnách objevují nové a neobvyklé kombinace jídel. Při přípravě pokrmů přizpůsobují sestavování jídelníčků k ročnímu období, dávají přednost čerstvým potravinám z místních zdrojů a volí vhodné technologické postupy s využitím moderních technologií. Změny, které se musely v jídelních lístcích provést, aby se dodržela zmíněná doporučení a předpisy, jsou v zájmu zdraví dětských strážníků. Ve školních jídelnách se snaží dětem nové pokrmy vhodně nabízet a motivovat je k ochutnání. Děti logicky přebírají chuťové preference ze své rodiny (od rodičů, sourozenců nebo prarodičů), a to nejen z důvodu, že pokrmy připravované v jejich rodině jsou jim chuťově známé. Děti, které jsou z domova zvyklé na zcela odlišnou stravu, budou mít samozřejmě více potíží zvyknout si na školní stravu. Když si Vaše dítě stěžuje, že mu oběd nechutná, bylo by dobré promluvit si s ním, co mu přesně nechutnalo. Pokud mu jídlo připadalo např. málo slané nebo kořeněné nebo zda je to proto, že měl k obědu jídlo, na které není zvyklé. K tomu, aby dítě přijalo potraviny za svou, ji potřebuje podle výzkumů přibližně 9 - 10x ochutnat. Děti si nejnázne oblíbí potraviny, které si vědomě i podvědomě spojují s příjemnými pocity.

Z průzkumů školních jídelen, které jídlo mají oblíbené, u mladších dětí vyplynulo (s vyplňováním dotazníků pomáhali rodiče), např. smažený řízek s bramborovou kaší, špagety, palačinky, lívance, rajská omáčka, svíčková s knedlíkem, smažený sýr, karbanátky, buchtičky s krémem apod., u starších dětí byla oblíbená jídla např. pizza, kebab, hamburger, smažené řízky, hranolky atd., což nemá s doporučenými jídly zdravé výživy, jak vidno, moc společného. Zařízení školního stravování je povinno řídit se výše zmíněnou vyhláškou a tudíž není možné a jistě ani žádoucí, aby sloužilo jako stánek s rychlým občerstvením.

Zařízení školního stravování jsou pravidelně kontrolovány orgány ochrany veřejného zdraví, které sledují spotřebu soli. Podrobnosti lze nalézt na www.mene-solit.cz, www.mzcr.cz nebo www.szu.cz.

Pro účinnou motivaci je potřebná spolupráce a komunikace pedagogických pracovníků, zaměstnanců školního stravování a rodičů. Pokud budete mít jakékoliv přání, podněty a požadavky doporučujeme Vám je řešit přímo s vedoucí školní jídelny, která se jimi bude zabývat a využívat k rozvoji a zvyšování kvality školního stravování. Snahou by mělo být vytvoření co nejlepších podmínek pro výsledný efekt, tj. optimálně nasycené a spokojené děti.