

6. Kontrola zahájena dne: 22.1.2016 v 11:00 hodin.

úkonem: předložením služebního průkazu kontrolované osobě přítomné na místě kontroly

7. Předmět kontroly a popř. důvod dodatečné kontroly podle čl. 28 nařízení (EU) č. 882/2004:

Plnění povinností stanovených v nařízení ES č. 852/2004 o hygieně potravin (dále jen „nařízení ES č. 852/2004“), v nařízení ES č. 178/2002, kterým se stanoví obecné zásady a požadavky potravinového práva, zřizuje se Evropský úřad pro bezpečnost potravin a stanoví postupy týkající se bezpečnosti potravin (dále jen „nařízení ES č. 178/2002“), v zákoně č. 258/2000 Sb., o ochraně veřejného zdraví a o změně některých souvisejících zákonů, ve znění pozdějších předpisů (dále jen „zák. č. 258/2000Sb.“) a prováděcích předpisů k tomuto zákonu, zejména vyhl. MZČR č. 137/2004 Sb. o hygienických požadavcích na stravovací služby a o zásadách osobní a provozní hygieny při činnostech epidemiologicky závažných ve znění pozdějších předpisů (dále jen „vyhl. č. 137/2004Sb.“), v nařízení Evropského parlamentu a Rady (EU) č. 1169/2011 o poskytování informací o potravinách spotřebitelům (dále jen „nařízení ES č. 1169/2011“) a v § 9a zákona č. 110/1997 Sb., o potravinách a tabákových výrobcích a o změně a doplnění některých souvisejících zákonů (dále jen „§9a zák. č. 110/1997Sb.“).

8. Vzorky odebrány: **ne** **ano** (č. protokolu o odběru vzorků)

~~Poučení: Podle § 11 odst. 2 kontrolního řádu a § 90 zákona č. 258/2000 Sb. za odebraný vzorek zaplatí orgán ochrany veřejného zdraví příslušný k provedení kontroly osobě, jíž byl vzorek odebrán, náhradu ve výši ceny, za kterou tato osoba věc v době jejího odebrání běžně na trhu prodává; nelze-li tuto cenu určit, pak náhradu ve výši ceny, za kterou věc pořídila, případně náhradu ve výši účelně vynaložených nákladů. Náhradu orgán ochrany veřejného zdraví zaplatí, pokud o ni kontrolovaná osoba požádá ve lhůtě do 6 měsíců ode dne, kdy byla seznámena se skutečností, že výrobek splnil požadavky stanovené právními předpisy, rozhodnutím nebo opatřením orgánu ochrany veřejného zdraví. Podle § 90 zákona č. 258/2000 Sb. se náhrada neposkytne za vzorek vody a vzorek písku z pískovišť a dále v případech upravených v § 11 odst. 3 kontrolního řádu.~~

9. Poslední kontrolní úkon předcházející vyhotovení protokolu:

šetření na místě

den jeho provedení: 22.1.2016

10. Kontrolní zjištění včetně uvedení podkladů, ze kterých vychází:

Dnešní kontrola byla zaměřena na prohlídku školní jídelny při MŠ na adrese Valkeřice 273. Školní jídelna se nachází v přízemí budovy MŠ. V kuchyni pracuje jedna kuchařka. K dispozici je kuchyně, jídelna (vybavena dvojím nábytkem), sklad potravin, včetně chladicího a mrazicího zařízení, hygienické zázemí pro pracovníci kuchyně (WC s předsíňkou a umyvadlem). Kontrola byla provedena v uvedených prostorách školní jídelny.

Školní jídelna má kapacitu 22 jídel a zajišťuje stravu pro děti a zaměstnance MŠ. Při dnešní kontrole byla připravována strava pro 10 dětí a zaměstnance. Byl dokončován oběd: hrstková polévka, pečené kuře, bramborová kaše, zeleninový salát. K ranní svačině byl podáván: rohlík s pomazánkovým másle, mléko, zelenina (okurka, rajče). K odpolední svačině bude: sladká tvarohová pěna, ovoce (pomeranč, mandarinka). Pitný režim je zajištěn po celý den: ovocný čaj, voda, každé dítě má svůj hrneček.

1) Povinnost mít u sebe zdravotní průkaz - dle § 20 písm.c/ zákona č. 258/2000 Sb. - **nebyla zjištěna závada**, neboť paní kuchařka předložila zdravotní průkaz (paní Alena Bížová).

2) Osobní hygiena personálu – dle kapitoly II článek 4 odstavec 2 a Přílohy II kapitola I a VIII nařízení ES č. 852/2004, § 20 a § 21 zákona č. 258/2000Sb. a § 50 vyhl. č. 137/2004 Sb. - **nebyla zjištěna závada**.

Při kontrole nebyly k osobní hygieně paní kuchařky připomínky. Paní kuchařka měla vhodný čistý pracovní oděv, včetně pokrývky hlavy a pracovní obuvi. U umyvadla na mytí rukou byly k dispozici prostředky na mytí a hygienické osušení rukou.

3) Provozní hygiena, kouření personálu v potravinářském provozu a požadavky na zařízení - dle kapitoly II článek 4 odstavec 2 a Přílohy II kapitola I a V nařízení ES č. 852/2004, § 20 a § 21 zákona č. 258/2000Sb. a § 49 vyhl. č. 137/2004 Sb. – **nebyly zjištěny závady.**

Při kontrole bylo zjištěno, že pracovní plochy v kuchyni, povrchy chladicího zařízení a nástroje uložené pod pracovními stoly, bílé nádoby, přístroje a omyvatelné povrchy a podlahy, včetně záskoků jsou udržovány v řádném stavu a jsou snadno čistitelné (včetně skladu potravin). V kuchyni je jeden elektrický sporák s elektrickou troubou a jedna varna na knedlíky. V provozovně nebyly zjištěny známky kouření.

4) Zásobování pitnou vodou - dle kapitoly II článek 4 odstavec 2 a Přílohy II kapitola VII nařízení ES č. 852/2004 a § 20 a § 21 zákona č. 258/2000Sb. – **nebyly zjištěny závady.**

Objekt je napojen na vlastní zdroj (studnu). Rozbory pitné vody zajišťuje Obec Valkeřice, dle vyjádření paní ředitelky odběr pitné vody byl proveden v minulém týdnu. **Požadujeme předložit protokol o rozboru pitné vody.** U dřezu a umyvadla tekla teplá voda.

5) Stavebně technický stav - dle kapitoly II článek 4 odstavec 2 a Přílohy II kapitola I, II nařízení ES č. 852/2004 – **nebyla zjištěna závada.**

Kontrolou bylo zjištěno, že plochy stěn a podlahy jsou udržovány v řádném stavu. Podlahy jsou snadno čistitelné. Na stropěch nedochází k hromadění nečistot ani kondenzaci. Povrchy, které přicházejí do styku s potravinami jsou udržovány v řádném stavu. Dveře snadno čistitelné. Okno, kterým je prováděno větrání je opatřeno sítí proti hmyzu. Nad varnou plochou je zajištěno nucené odvětrání pomocí digestoří s odtahem do venkovního prostoru. Další odvětrávání je umístěno nad varnou pro knedlíky. V kuchyni se nachází 1 nerezový dřez na černé nádoby, 1 myčka nádobí, 1 výlevka, 1 umyvadlo na mytí rukou s teplou vodou. Kuchařka má k dispozici šatnu, kde má šatní skříňku pro oddělené ukládání pracovního a civilního oděvu, dále má k dispozici sanitární zařízení (WC s předsíňkou a umyvadlem). Ke skladování potravin slouží suchý sklad, zde je i kombinované chladicí a mrazicí zařízení.

6) Skladovací podmínky potravin – dle kapitoly II článek 4 odstavec 2 a Přílohy II kapitola I, V, a IX nařízení ES č. 852/2004 a § 24 odst. 1 zákona č. 258/2000 Sb. - **nebyly zjištěny závady.**

Kontrolou bylo zjištěno, že potraviny jsou skladovány odděleně dle sortimentu a při teplotách stanovených výrobcem. V době kontroly uloženy v chladicím zařízení mléčné a mlékárenské výrobky, tuky, v mrazicích zařízeních uložena mražená zelenina a mražené maso.

Kontrolující provedla kontrolu skladovací teploty digitálním vpichovým teploměrem typ 106 kalibrační list 1033-KL-50647-15 ze dne 2.9.2015, ve skladu potravin – zjištěná hodnota +14°C, v chladicím zařízení – zjištěná hodnota +5°C a mrazicím zařízení -20°C.

7) Manipulace a křížení činností - dle kapitoly II článek 4 odstavec 2 a Přílohy II kapitola IX nařízení ES č. 852/2004 a § 24 odst. 1 zákona č. 258/2000 Sb. – **nebyly zjištěny nedostatky.**

Při kontrole bylo zjištěno, že pracovní plochy a úseky (hrubá přípravná) jsou oddělené. Vyčleněna plocha i nože a ostatní náčiní pro manipulaci se syrovými vejci a syrovým masem. Pracovní plochy v době kontroly volné, oběd byl dokončován a připravován zeleninový salát, ostatní pracovní plochy čisté a neporušené. Křížení činností v době kontroly neprokázáno.

8) Technologický postup - dle kapitoly II článek 4 odstavec 2 a Přílohy II kapitola IX a XI nařízení ES č. 852/2004 a § 24 odst. 1 zákona č. 258/2000 Sb. - **nebyly zjištěny závady.**

Při kontrole bylo zjištěno, že suroviny jsou ukládány při vhodných podmínkách. Na všech stupních výroby jsou potraviny chráněny proti jakékoli kontaminaci. Je dodržován požadavek na to, aby nebyl chladicí řetězec přerušen. Rozmrazování potravin probíhá v chladicím zařízení.

12. Poučení:

a) Podle § 13 kontrolního řádu námitky proti kontrolnímu zjištění uvedenému v protokolu o kontrole může kontrolovaná osoba podat Krajské hygienické stanici Ústeckého kraje se sídlem v Ústí nad Labem ve lhůtě 15 dnů ode dne doručení protokolu o kontrole. Námitky se podávají písemně, musí z nich být zřejmé, proti jakému kontrolnímu zjištění směřují, a musí obsahovat odůvodnění nesouhlasu s tímto kontrolním zjištěním.

b) Při postupu podle § 88 odst. 4 zákona č. 258/2000 Sb. může kontrolovaná osoba podat námitky proti kontrolnímu zjištění uvedenému v protokolu o kontrole Krajské hygienické stanici Ústeckého kraje se sídlem v Ústí nad Labem ve lhůtě 3 dnů ode dne předání protokolu o kontrole na místě kontroly. Námitky se podávají písemně, musí z nich být zřejmé, proti jakému kontrolnímu zjištění směřují, a musí obsahovat odůvodnění nesouhlasu s tímto kontrolním zjištěním.

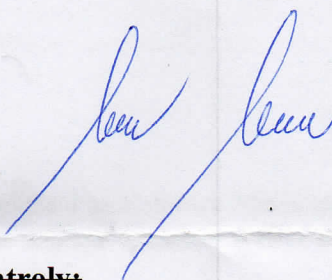
13. Protokol vyhotoven dne: 27.1.2016 v 10:00 hodin.

14. Protokol obsahuje (počet stránek protokolu, popř. přílohu): 5 stránek + 1 příloha

Protokol byl vyhotoven ve 2 stejnopisech.

15. Podpisy kontrolujících: Alena Vokůrková

Krajská hygienická stanice Ústeckého kraje
se sídlem v Ústí nad Labem
oddělení hygieny dětí a mladistvých
územní pracoviště Děčín
Březinova 3
405 02 Děčín 1



16. Potvrzení převzetí protokolu o kontrole na místě kontroly:

~~a) kontrolovanou osobou přítomnou na místě kontroly...../uvedenou výše v bodu 5.:~~

~~Potvrzuji převzetí stejnopisu protokolu o kontrole.~~

~~Dne v hodin~~

~~b) povinnou osobou přítomnou na místě kontroly...../uvedenou výše v bodu 5., které byl protokol o kontrole předán na místě podle § 88 odst. 4 zákona č. 258/2000 Sb.; předání protokolu o kontrole povinné osobě má účinky doručení protokolu o kontrole kontrolované osobě.~~

~~Potvrzuji převzetí stejnopisu protokolu o kontrole.~~

~~Dne v hodin~~

Přehled kontrolovaných parametrů při kontrole čj: KHSUL 2654/2016		Dne: 27.1.2016		
Provozovna: Školní jídelna při MŠ Valkeřice 273, 407 24 Valkeřice		vyhověl	nevyhověl	N ^o
V01	Zdravotní průkazy osob činných ve stravovacích službách	+		
V02	Osobní hygiena osob činných ve stravovacích službách	+		
V03	Požadavky na hygienu provozu	+		
V04	Zásobování pitnou vodou	+		
V06	Obecné požadavky na potravinářské prostoty, zvláštní požadavky na prostory pro manipulaci s potravinami	+		
V07	Příjem a skladování surovin a složek pro přípravu pokrmů	+		
V08	Datum použitelnosti nebo minimální trvanlivosti	+		
V09	Smyslové vlastnosti potravin a pokrmů	+		
V10	Zajištění sledovatelnosti, doklady o původu potravin			+
V11	Ochrana potravin a pokrmů před kontaminací při manipulaci, křížení činností	+		
V12	Technologický postup	+		
V13	Označování rozprac. pokrmů, polotovarů, cukrářských výrobků a pokrmů			+
V15	Bezpečnost pokrmů při uvádění do oběhu, výdej, přeprava, rozvoz	+		
V16	Zavedení stálých postupů na zásadách HACCP	+		
V20	Manipulace s odpady	+		
V21	DDD - sanitace a regulace škůdců, přístup domácích zvířat			+
V22	Obaly potravin a pokrmů			+
V25	Osvědčení o znalosti hub			+
V27	Příprava kojenecké stravy			+
V30	Strava podávaná v rámci léčebného procesu			+
V31	Kontrola přípravy a podávání zmrzliny			+
V32	Školení osob činných ve stravovacích službách	+		
V33	Oznamovací povinnost			+
V34	Kontrola dodržování zákazu kouření	+		
V37	Dodržování postupů na zásadách HACCP	+		
V38	Požadavky na stav. konstrukci a instalaci zařízení ve styku s potravinami	+		-
V39	Označení, uspořádání a větrání konzumačních prostor zařízení společného stravování v souvislosti s kouřením, soulad skutečnosti a označení			+
V40	Informační povinnost - alergenů	+		
V41	Znalosti nutné k ochraně veřejného zdraví			+
V42	Udržování potravin, surovin, složek, a meziproduktů při bezpečných teplotách, dodržení chladicího řetězce, rozmrazování potravin			+
V43	Klamání spotřebitele, záměna surovin, nekalé praktiky			+
V44	Požadavky na pojízdné a přechodné prostory			+
V45	Vyšetření vzorků			+
V46	Kontrola dobrovolných opatření			+
V47	Dodržování zákazu nabídky a prodeje potravin, které jsou v rozporu s výživovými požadavky na zdravou výživu dětí, žáků a studentů			+
V48	Nutriční hodnota pokrmů, pestrost, výživové požadavky podle skupin spotřebitelů			+
V99	jiné			+

N^o Nekontrolováno, Podpis kontrolního pracovníka: **Alena Vokůrková, č.sl.průkazu 0116**

Příloha č. 1

Krajská hygienická stanice Ústeckého kraje
se sídlem v Ústí nad Labem
oddělení hygieny dětí a mladistvých
územní pracoviště Děčín
Březinova 3
405 02 Děčín 1



KRAJSKÁ HYGIENICKÁ STANICE Ústeckého kraje

se sídlem v Ústí nad Labem

400 01 ÚSTÍ NAD LABEM, MOSKEVSKÁ 15, P. O. Box 78

khsuesf43ecc

VÁŠ DOPIS ZN.:

ZE DNE: ..

ČÍSLO JEDNACÍ: KHSUL 5813/2016

VYŘIZUJE: Alena Vokůrková

TEL.: 477755251

FAX: 477755412

E-MAIL: alena.vokurkova@khsusti.cz

DATUM: 12.2.2016

Mateřská škola Valkeřice
příspěvková organizace
Valkeřice 273
407 24 Valkeřice

Hodnocení jídelníčku ŠJ při MŠ Valkeřice 273, 407 24 Valkeřice za měsíc listopad 2015

V rámci státního zdravotního dozoru ve školní jídelně při MŠ Valkeřice 273, 407 24 Valkeřice bylo provedeno hodnocení jídelního lístku za měsíc listopad 2015.

Vyhodnocení jídelního lístku bylo provedeno dle metodiky hlavního hygienika „Nutriční doporučení ministerstva zdravotnictví ke spotřebnímu koši“, která je platná od 1.9.2015.

Nutriční doporučení Ministerstva zdravotnictví ČR (dále jen „ND“) vychází ze spotřebního koše a je tedy vytvořeno v souladu s výživovými normami stanovenými přílohou č.1 k vyhlášce č.107/2005 Sb., o školním stravování, ve znění pozdějších předpisů.

1. Výsledek vyhodnocení: dle výše uvedené metodiky hodnotím Váš jídelníček jako velmi dobrý jídelníček.

2. Popis současného stavu jídelníčku.

Jídelníček celkově hodnotím jako velmi vhodně sestavený. Oceňuji zejména vhodnou kombinaci polévek a hlavních jídel, denní podávání zeleniny a ovoce a zařazování syrové a tepelně upravené zeleniny.

Polévky:

Potěšitelné je, že výrazně převažují polévky zeleninové (12x) a v ostatních je zastoupena zelenina také. Byla dodržena doporučená pestrost týkající se zařazení polévky luštěninové (3x). Doporučujeme přidávat do polévek jako zavářku např. bulgur, jáhly, vločky. Zvláště jáhly jsou velmi vhodné, protože mají jemnou chuť a přitom jako obilovina dodávají značné množství vitamínu skupiny B, dále železa a přispívají k udržování vyrovnané hladiny krevního cukru. Můžete používat i ovesné a kukuřičné vločky a jiné netradiční obilné zavářky. Chválíme zařazení rybí polévky.

Doporučujeme podávat polévky z luštěnin a masa k hlavním jídlům, která nemají vysoký podíl masa, a to z důvodu lehčí stravitelnosti obědů.

Hlavní jídla:

V souladu s doporučenou pestrostí stravy byla dodržena frekvence i zařazování jednotlivých druhů mas. Nabídka drůbeže (5x) je na velmi dobré úrovni. Doporučujeme zařazovat i králíčí nebo krutí maso. Ryba byla zařazena (2x). Rybí maso má vysokou nutriční hodnotu, je zdrojem bílkovin a zároveň jako jediná živočišná potravina je nositelem nenasycených mastných kyselin. Mořské ryby jsou dále i zdrojem jódu. Doporučené snížení nabídky (pestrost) vepřového masa bylo dodrženo. V „Nutričním doporučení ministerstva zdravotnictví ke spotřebnímu koši“ (max. 4x za měsíc). Chválíme, že do jídelníčku zařazujete i hovězí maso.

Bezmasé zeleninové jídlo (řadíme sem také pokrmy luštěninové) zařazujete každý týden, tj. 4x do měsíce, a 2x do měsíce sladký pokrm. Bezmasý pokrm zajistí přiměřenou a požadovanou dávku vlákniny, minerálních látek a vitamínů. Pro plnohodnotnost bezmasého pokrmu je doporučeno kombinovat luštěniny s obilovinami (chléb, rýže, těstoviny). Tak získáte plnohodnotnou a stejně kvalitní bílkovinu, jako je z masa, a organismus potom není zatěžován nadbytkem tuku a cholesterolu. Naopak získává tolik potřebné vitamíny skupiny B, vlákniny a minerální látky, které obsahuje např. čočka nebo fazole s chlebem, šoulet, čočková polévka zařazená před rizoto. Jako vhodnou přílohu lze ještě doplnit zeleninový salát, kysané zelí apod. Pokud je luštěnina kombinována s masem nebo

TELEFON
477755110, 477755111

BANKOVNÍ SPOJENÍ
ČNB ÚL 8327411/0710

IČO
71009183

FAX
477755112

ID DATOVÉ SCHRÁNKY
8p3ai7n

e-mail
khsusti@khsusti.cz

ú.p. Děčín, Březinova 3, 406 83, tel. 477 755 210
ú.p. Louny, Poděbradova 749, 440 01, tel. 477 755 610
ú.p. Teplice, Wolkerova 4, 416 65, tel. 477 755 710

ú.p. Litoměřice, Mírové nám. 35, 412 46, tel. 477 755 510
ú.p. Chomutov, Kochova 1185, 430 01, tel. 477 755 310
ú.p. Most, J.E.Purkyně 270/5, 434 64, tel. 477 755 410

uzeninou, bude luštěnina využita pouze jako zdroj energie, což je pro organismus nevýhodné. Při takové kombinaci vznikají odpadní produkty, kterými jsou zbytečně zatížena játra, ledviny a klouby.

U sladkých pokrmů byly zvoleny tradiční recepty. I tyto pokrmy je možné trochu pozměnit a nabídnout sladký pokrm jinak. Příkladem inspirace jsou recepty na www.zdravaskolnijidelna.cz, např. celozrnné palačinky s banánem a sirupem nebo jahelné šišky s mákem a brusinkami či s obměnou se strouhaným perníkem a jablky. Luštěninový pokrm byl zařazen (1x). Luštěniny obsahují tři základní živiny (sacharidy, bílkoviny, tuky). Součástí takového pokrmu je plnohodnotná bílkovina formou přidání mléka, smetany, sýra, mléčného výrobku, vejce, či kombinaci luštěnin s obilovinami nebo luštěnin s bramborami.

Podáváte uzenu, i když v malém množství a u tradičních jídel (francouzské brambory, frankfurtská polévka), ale z nutričního hlediska je nevhodná. Uzeniny jsou v ČR konzumovány v nadbytku. Uzeniny jsou v první řadě významným zdrojem soli, ale i dalších látek (z hlediska výživy dětí nevhodných), které se užívají nebo vznikají při technologické úpravě masa uzením. V jídelníčku některých dětí se vyskytují poměrně často, protože jsou jim předkládány k snídani, svačině a pro mnohé jsou i pravidelnou součástí večeře. Uzeniny nejsou ve školním stravování doporučovány. Uzeninu lze v pokrmech nahradit sojovým masem, oběd tak bude zcela vyhovovat specifickým nutričním požadavkům dětského organismu na příjem rostlinných bílkovin. Sója může být zařazena i formou sojového sýru tofu (rizoto, těstoviny). Z tofu je mnohem lépe využitelný vápník a také rostlinné bílkoviny.

Přílohy:

Obiloviny:

Obiloviny byly zařazeny. V jídelníčku byly zařazeny těstoviny, rýže a pečivo. Přílohy volíte vhodně a vyrovnaně. U příloh je možné zařazovat i rýži natural. Část mouky (např. do knedlíků) může být nahrazena moukou celozrnnou, špaldovou, žitnou, a pak lze knedlíky hodnotit pozitivně z hlediska použití doporučených a požadovaných (alternativních) druhů obilovin.

Houskové knedlíky:

Frekvence nepřekročena. Houskové knedlíky byly zařazeny 2x. Při jejich přípravě je možné část mouky na knedlíky nahradit celozrnnou moukou (špaldovou či cizrnovou). Nutriční doporučení nijak nelimituje užití brambor a výrobků z nich. Nutriční doporučení se snaží o zvýšení nabídky různých druhů obilovin a o snížení nabídky kynutých knedlíků z bílé mouky.

Hodnocení zeleniny:

Tepelně upravená zelenina jako příloha byla zařazena 1x (dušená mrkev). Pokuste se zvýšit zařazování tepelně upravené zeleniny (např. dušené zelí, hrášek, zelené fazolky, plněné papriky apod.).

Chválíme zařazování syrové zeleniny a salátů ze syrové zeleniny. Čerstvá zelenina byla zařazena nejméně 5x za týden, což odpovídá min. 8x za měsíc. Za čerstvou zeleninu nelze považovat zeleninu sterilovanou (červená řepa, sterilované zelí, okurka), protože již byla tepelně upravena. Pokud k danému pokrmu zvykově patří je samozřejmě možné ji zařadit. Čerstvou zeleninou je salát, čerstvá krájená zelenina či zeleninová obloha. Pokud děti čerstvou zeleninu odmítají, je možné ji nabízet formou oblohy s postupným navyšováním na úroveň porce, a dále je při přípravě salátů možné využít i netradiční zálivky. Velmi žádoucí je zařazení salátů z nesterilovaného zelí, neboť má vysoký obsah vitamínů „C“, a tak zvyšuje imunitu dětského organismu.

Přesnídávky a odpolední svačiny :

Chválím přesnídávky jsou velmi pestré. Zařadili jste syrovou, tuňákovou, vajíčkovou, zeleninovou (špenátovou, čočkovou, mrkvovou), tvarohovou a rybí pomazánku. Krupicovou kaši jste zařadili 1x, doporučuje se min. 2x měsíčně zařazovat obilnou kaši (z různých druhů obilných vloček, jako např. ovesné, žitné, špaldové, kukuřičné, pohankové, nebo jejich kombinace). Dále může být obilná kaše připravena z jáhel, rýže, kukuřičné krupice, pohanky apod.). Chválíme podávání různých druhů pečiva z celozrnných, vícezrnných, žitných, žitnopšeničných mouk a speciálních druhů pečiva, včetně chleba (celozrnné pečivo obsahuje vyšší podíl vitamínů skupiny B a vlákniny) k přesnídávkám.

Chválíme podávání syrové zeleniny a ovoce k přesnídávkám a svačinám. Rovněž můžete zařazovat i zeleninu krátkodobě tepelně upravenou např. blanširováním nebo napařováním. Pokrmy je možné zdobit zelenými natěmi.

Odpolední svačiny jsou také velice pestré. Vhodně podáváte cereálie, mléčné i zakysané mléčné výrobky, domácí pečivo, zeleninu a ovoce. Mléko a mléčné nápoje byly v jídelníčku zastoupeny dostatečně.

Nápoje:

Pitný režim je dobře zajištěn. S mléčným nápojem nabízíte i nemléčný nápoj a pitnou vodu. Dobré je, že podáváte i ovocné čaje. Voda může být nabízena i s použitím bylinek (např máta či meduňka). Ovocné nápoje nepřeslazuje, je lépe tyto nápoje více naředit. Nápoj je „pouze“ nápojem. Hlavním zdrojem živin, minerálních látek a vitamínů je jídlo. Není vhodné podávat přeslazené nápoje. Pokud je nabízen sladký nápoj, tak doporučujeme nabídnout i nesladký nápoj

3. Pozitivně hodnocené kategorie jídelníčku.

V hodnoceném jídelníčku je velmi pěkná nabídka polévek. Převažují zeleninové polévky a v ostatních je zastoupena zelenina také. Luštěninové polévky nejsou nabízeny pouze jako jednodruhové (fazolová, hrachová), ale luštěniny jsou v malém množství (fazole, čočka, hrách) zařazovány i do ostatních druhů polévek. Chválíme zařazování červené čočky a kuskusu k zahušťování polévek.

Pochvalu si zaslouží zařazování mléčného nápoje i nápoje nemléčného.

Velmi pěkná je nabídka bílého masa (kuřecího masa). Chválíme zařazování čerstvé zeleniny a ovoce. Kombinace sladkých jídel se svačinkami a přeseňádkami je vyhovující. Pokud byl podán sladký pokrm byla zařazena slaná varianta svačiny a přeseňádky

Z Vašeho jídelníčku je patrné, že se přikláníte k moderním trendům ve školním stravování a snažíte se řídit našimi doporučeními.

4. Nedostatky jídelníčku, slabá místa.

- Nezařazovat, tak často uzeninu
- Nezařazujete tepelně upravenou zeleninu

5. Konkrétní doporučení ke změně a zlepšení.

- Uzeninu lze v pokrmech nahradit sojovým masem
- Častější zařazení tepelně upravené zeleniny v souladu s doporučenou pestrostí (tepelně upravená zelenina nejvýše 4x za měsíc)

Veškeré prováděné změny zapracujte postupně. Děti musí změny v jídelníčku přijmout, což bude vyžadovat jednak čas a jednak také zařazování nových pokrmů či možností v nabídce. Dnešní děti spousta pokrmů z domova neznají a tak jsou schopné je přijmout až po několikátém podání. Pokud by se Vám nedařilo doporučené změny ihned do jídelníčku zapracovat, neznamená to, že by se jednalo o nevyhovující skladbu jídelníčku, neboť škála jeho hodnocení je široká. Každá školní jídelna je jiná a má také jiné podmínky

Nová nutriční doporučení pouze ukazují směr a způsob, jak při sestavování jídelního lístku postupovat. Je nám jasné, že jakákoliv změna v jídelníčku dětí obnáší množství práce a snahy ze strany pracovníků školní jídelny. Dodržováním zásad správné výživy je základním předpokladem pro udržení dobrého zdravotního stavu dětí, a také se velmi významně podílí na prevenci rozvoje nemocí pramenících z neadekvátního nutričního chování.

Inspiraci, rady, recepty a nové trendy ve školním stravování naleznete na stránkách projektu Zdravá školní jídelna: www.zdravaskolnijidelna.cz

S případnými dotazy k hodnocení či s vysvětlením jednotlivých kroků se obraťte na e-mail: alena.vokurkova@khsusti.cz

Alena Vokůrková

Krajská hygienická stanice Ústeckého kraje
se sídlem v Ústí nad Labem
oddělení hygieny dětí a mladistvých
územní pracoviště Děčín
Březinova 3
405 02 Děčín I

odborný referent oddělení hygieny dětí a mladistvých
Krajská hygienická stanice Ústeckého kraje
se sídlem v Ústí nad Labem
územní pracoviště Děčín