

Vyhodnocení stravování ve školní jídelně

Škola Kavčí hory – Mateřská škola, Základní škola a Střední odborná škola služeb
K Sídlíšti 840
140 00 Praha 4 - Podolí

Cíl:

Cílem této práce bylo vyhodnotit, zda školní jídelna splňuje všechny náležitosti vyhlášky č. 463/2011 Sb., která mění vyhlášku č. 107/2005 Sb., o školním stravování, ve znění vyhlášky č. 107/2008 Sb., a celkově zhodnotit kvalitu a výživové hodnoty podávané stravy. Tato analýza byla zpracována na přání školní jídelny, a to za období jednoho měsíce (leden 2012).

Závěr:

Školní jídelna splňuje veškeré normy vztahující se ke školnímu stravování, dodržuje zásady spotřebního koše a poskytuje žákům optimální možnost stravování. Jsou zde podávána jídla, která z nutričního hlediska vyhovují racionální a plnohodnotné stravě, tzn. že poskytují optimální množství energie, živin, vitaminů, minerálních látek na základě dostatečného přívodu masa, ryb, zeleniny a ovoce a dalších komodit.

Jídelna úspěšně snižuje spotřebu tuků a cukrů, což je chvályhodné a v souladu s výživovými doporučeními pro obyvatelstvo ČR. Je to jeden z důležitých bodů v rámci prevence obezity a dalších civilizačních onemocnění.

Školní jídelna nemůže nabízet pouze „oblíbená“ jídla - „Školní jídelny se musí řídit výživovými normami, průměrnou spotřebou a rozpětím finančních normativů na nákup potravin stanovených vyhláškou. Při přípravě pokrmů se vychází z „Receptur pokrmů školního stravování“. (SVAČINA, Štěpán. Klinická dietologie. 1. Praha: Grada, 2008, 384 s. ISBN 978-80-2256-6.) Jídelnu navštěvuje široké věkové spektrum studentů (dětí mladšího školního věku, středního školního věku a adolescenti), proto není možné individualizovat stravu dle preferencí každého z nich a návyků z domácího prostředí. Stejně tak nemůže na základě individuálních zvyklostí studentů ochucovat pokrmy výrazným kořením či používat větší množství soli a pepře - Pro děti mladšího školního věku musí být pokrmy méně výrazné. Nadměrné solení se obecně nedoporučuje - z vysoké spotřeby soli plynou zdravotní rizika (např. hypertenze).

Hodnocení vypracováno studentkami 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy v Praze, oboru
Nutriční terapeut, 2. ročník, Anetou Sadílkovou a Hanou Svobodovou pod odborným
dohledem nutriční terapeutky Bc. Jitky Laštovičkové a MUDr. Martina Matoulka, Ph.D.

Aneta Sadílková

Aneta Sadílková

Hana Svobodová

Hana Svobodová

MUDr. Martin Matoulek, Ph.D.

Matoulek

Bc. Jitka Laštovičková

Laštovičková