

Informace o projektu „Zdravá školní jídelna“

Školní jídelna se připojila do celostátního pilotního projektu státního zdravotního ústavu "Zdravá školní jídelna". Jeho vizí je zlepšit slabá místa v současném systému školního stravování v ČR.

10 kritérií projektu Zdravá školní jídelna:

1. Z pyramidy na talíř – jednoduché zásady správné výživy v praxi.
2. Pestrý jídelní lístek s každodenní nabídkou neslazených nápojů (sestavený dle nutričního doporučení Ministerstva zdravotnictví ČR ke spotřebnímu koši.
3. Správné a bezchybné vedení spotřebního koše.
4. Čerstvé a sezónní potraviny jsou základem pokrmů.
5. Střídmé solení s ohledem na dětského strážníka.
6. Omezení používání dochucovadel a instantních dehydrovaných směsí.
7. Podpora národních tradic a regionálních zvyklostí, seznamování s mezinárodní kuchyní.
8. Pravidelné vzdělávání personálu školní jídelny.
9. Zvyšování výživové gramotnosti a podpora správných stravovacích návyků dětí.
10. Prezentace školní jídelny a podpora komunikace s pedagogy, dětmi a rodiči.

CÍL PROJEKTU

Projekt Zdravá školní jídelna se zaměřuje na zvýšení pestrosti a nutriční hodnoty pokrmů podávaných v rámci školního stravování. A současně se snaží edukovat a metodicky vést personál školních jídelen v zavádění cílených změn. V současné době projekt ovlivňuje, díky zapojeným školám, desítky tisíc strážníků v ČR. Veškeré informace a sada volně stažitelných publikací je na webu www.zdravaskolnijidelna.cz.

Projekt staví na třech pilířích:

1. Vzdělaný personál školní jídelny.
2. Informovaný (edukovaný) strážník.
3. Motivující pedagog a vedení školy.

Projekt reflektuje zkušenosti z minulých let. Snaží se o propojení činností školní jídelny a školy při zvyšování výživové gramotnosti dětí a formování správných stravovacích návyků, které mají vliv na zdraví a potenciál přetrvat celý život.

Školní stravování má v naší zemi desítky let trvající tradici a pro rodiče je neocenitelnou službou, protože vědí, že je o jejich děti postaráno, a jim odpadá starost se zajištěním stravy v době, kdy dítě pobývá ve škole či předškolním zařízení.

Stravovací systém v ČR je velice precizně propracován. Zařízení školního stravování (dále jen „ZŠS“) musí splňovat řadu legislativních požadavků, které se týkají podávané stravy, její pestrosti, bezpečnosti neboli zdravotní nezávadnosti, která vydává Ministerstvo zdravotnictví ČR na základě pravidelného monitorování školního stravování. Faktorem, který může komplikovat práci v ZŠS je stupeň technologického vybavení a počet personálu, který pokrmy připravuje. Z tohoto krátkého popisu je patrné, že připravovat stravu pro děti v ZŠS není tak jednoduché jako v domácím prostředí, přesto se daří v rámci školního stravování nabízet pestrou a chutnou stravu.

Školní stravování pravidelně kontrolují státní instituce a ze závěrů hygienické služby a studie Státního zdravotního ústavu „Studie obsahu nutričních složek ve školním stravování“, (SZÚ 2015/2016) vychází

doporučení, která jsou prezentována v publikaci „Zvoníme na zdravé časy - Manuál pro školní jídelny – Metodická pomůcka pro realizaci projektu „Zdravá školní jídelna“. Prostřednictvím **10 kritérií projektu Zdravá školní jídelna** vám ukážeme, jak je možné školní stravování dále zlepšovat a docílit toho, aby děti dostávaly nutričně hodnotnou, vyváženou, pestrou a chutnou stravu a školní stravování pomáhalo formovat správné stravovací návyky.

V souvislosti se zvyšováním kvality stravování by se nemělo zapomínat na systematické vzdělávání zaměstnanců školních jídelen. Tento požadavek vzniká nejen z důvodu generační obměny vedoucích školních jídelen a hlavních kuchařek, ale i potřebnosti získávat poznatky z ověřených zdrojů a ve srozumitelné podobě. Školní stravování má na stravovací zvyklosti dětí a jejich zdraví velký vliv, proto je důležité podat zaměstnancům školních jídelen ucelené poznatky z oblasti výživových doporučení srozumitelnou a v praxi využitelnou formou. Věříme, že zlepšení jejich

nutriční gramotnosti zvýší také jejich odborné sebevědomí, což se může příznivě projevit v komunikaci školní jídelny se strážníky, rodiči a zřizovateli. Dobře fungující jídelna by měla být na takové úrovni, aby se stala respektovanou autoritou, která ukazuje správnou cestu v oblasti správné výživy. A teprve za tohoto předpokladu bude školní stravování schopno plnit výživovou, výchovnou i vzdělávací funkci.

(přepsáno z publikace „Manuál pro školní jídelny – metodická pomůcka pro realizaci projektu Zdravá školní jídelna – kapitola „Cíl projektu“)

Hana Humpolíčková
vedoucí školní jídelny