

**KRAJSKÁ HYGIENICKÁ STANICE
JIHOMORAVSKÉHO KRAJE SE SÍDLEM V BRNĚ
JEŘÁBKOVA 4, 602 00 BRNO**

Tel. 545113091

e-mail: sekretariat@khsbrno.cz

ID jaaai36

Číslo jednací: KHSJM 10824/2016/VY/HDM
Spisová značka: S-KHSJM 01148/2016
Vyřizuje: Danuše Kolarzová
ÚP: Vyškov
Tel: 516 777 516
Mob.: 603 759 326
Mail: danuse.kolarzova@khsbrno.cz

Ve Vyškově dne 4. 3. 2016

Záznam z šetření

1. Místo a čas šetření: Základní škola a mateřská škola Holubice, okres Vyškov, příspěvková organizace, Holubice 20, 683 51 Holubice, IČO:71005013
23.2.2016 v 10.45 hod.

2. Předmět šetření: Metodické doporučení ke spotřebnímu koši

Nutriční doporučení Ministerstva zdravotnictví ČR (dále jen ND) vychází ze spotřebního koše a je tedy vytvořeno v souladu s výživovými normami. Nástrojem, který slouží provozovně školního stravování k průkazu naplňování výživových ukazatelů je tzv. "spotřební koš", jakožto souhrn měsíční spotřeby vybraných druhů potravin, kde jsou stanoveny výživové normy pro vybrané komodity potravin, vztažené na strávnicka a den v závislosti na jejich věkové kategorii. ND je doplňující metodikou k metodice výpočtu výživových norem prostřednictvím spotřebního koše. **ND je souborem doporučení, která mají usměrňovat a vést školní jídelny směrem k nutričně vyváženému a pestrému jídelníčku. Doporučení obsažená v metodice ND nejsou myšlena direktivně.**

3. Výsledek šetření – zhodnocení jídelníčku

Dne 23.2.2016 byl proveden státní zdravotní dozor ve školní jídelně při ZŠ+ MŠ Holubice. Současně byly odebrány jídelníčky za měsíc leden 2016 k podrobnému rozboru dle metodiky Nutričního doporučení ke spotřebnímu koši.

Jídelní lístek byl celkově vyhodnocen jako **VELMI DOBRÝ JÍDELNÍČEK**

Rozsah hodnocení: výborný – velmi dobrý- dobrý – nízká úroveň - nevyhovující

Polévka:

hodnocená kritéria – zeleninová polévka / 12x / , luštěninová polévka / 3- 4x/ , obilné zavářky / 4x/, vhodná kombinace polévky a hlavního jídla.

Hodnocená kritéria byla splněna u polévek, kdy zeleninových polévek bylo v měsíci leden dáno 11, ale i v dalších polévkách byla také zelenina, luštěninová polévka byla podána 4x, za což uděluji dvojnásobný počet bodů. Mám však jednu připomínku, nedávejte do nich uzeninu, nejsou ve školním stravování doporučovány . Místo uzenin přidávejte do polévek vhodné obilné zavářky – vločky, kuskus atd.

Většina polévek byla vhodně přiřazena k hlavním jídlům, nezařazujte masové polévky ve dnech po sobě, ale vhodně je zařadte během celého měsíce.

Hlavní jídlo:

Hodnocená kritéria byla splněna u ryb, za což chválím a doporučuji v tomto zařazování pokračovat. Dále u kuřecího masa, kde doporučuji zařadit i maso krůtí, králíčí z důvodu pestrosti bílého masa.

Omezte používání vepřového masa, zaměřte se na používání i jiných druhů masa a hlavně podávání jídel bezmasých, které by měly být v měsíci podávány alespoň 4x. Surovin pro bezmasá jídla je velké množství, taktéž i kombinací. Luštěninové jídlo bylo podáno 2x- / 1x s masem a 1x s tofu /. Luštěniny jsou hodnotným zdrojem vitamínů, minerálních látek a vlákniny, proto je žádoucí podávat luštěniny jako hlavní jídlo nebo doplněk hlavního jídla častěji.

Zařazení nápaditých pokrmů a regionálních pokrmů hodnotím jako celkem nápaditý.

Přílohy:

Požadované obilovinové přílohy byly použity 8x, ale střídaly se jen těstoviny z bílé pšeničné mouky / nutriční přínos je shodný s nutričním používáním houskových knedlíků z bílé mouky / a rýže. Je žádoucí nabídku zpestřit používáním i jiných druhů obilovin nebo jejich vhodnou kombinací. Houskové knedlíky byly podány jen 1x, chválím za zařazení bramborových knedlíků. Doporučuji však vyzkoušet i celozrnné, špaldové, cizrnové atd.

Zelenina :

Čerstvá zelenina není dostatečně plněna, ve vašem případě byla podána 5x, měla by být podávána 8x měsíčně jako zeleninový salát nebo velká zeleninová obloha. Místo sladkých doplňků zařadte více syrové zeleniny.

Tepelně upravená zelenina je plněna i více než je doporučováno. Velice chválím.

Nápoje:

Ke každému jídlu byl podáván nápoj, z jídelníčku však není patrné zda mají děti každý den přístup k vodě či jinému neslazenému nápoji. Doporučuji na jídelníček uvést zda je k dispozici více nápojů.

Základem pitného režimu dětí by měla být voda a jiné neslazené nápoje. Pokud je nabízen slazený nápoj, nabízejte i neslazený. Doporučuji podávat nápoje bez nadbytku barviv a aromat. Nápoje nepřislazujte.

Přesnídávky a svačiny:

4x byla podávána zeleninová pomazánka, luštěninová pomazánka v tomto období nebyla podána, rybí pomazánka 3x za což chválím, bylo splněno podávání obilných kaší. Používejte více druhů pečiva – celozrnné, vícezrnné, špaldové atd. Nežádoucí je používání uzenin a paštik.

Ve svačinkách a přesnídávkách omezte podávání sladkých svačinek, také se zaměřte na opakování jídel po sobě / ovocný salát, ovocný talíř/.

POZITIVNĚ HODNOCENÉ KATEGORIE JÍDELNÍČKU

- dodržování frekvence podávání sladkých hlavních jídel
- dodržování frekvence u ryb a rybích pomazánek
- pravidelné zařazování tepelně upravené zeleniny
- použití obilných kaší jiných než krupicová

NEDOSTATKY JÍDELNÍČKU

- používání paštik a uzenin k výrobě svačin, přesnídávek a do hlavních jídel
- nevyužívání různých obilných zavářek do polévek
- malá pestrost bílého masa
- větší frekvence vepřového masa
- málo druhů obilovinových příloh
- málo druhů pečiva
- nízká frekvence syrové zeleniny k hlavnímu jídlu
- používání dochucovadel k přípravě hlavního jídla, zaměřte se na používání bylinek
- nedostatek bezmasých jídel
- větší množství sladkých svačinek a přesnídávek
- na jídelníček uvést zda je k dispozici více nápojů.

DOPORUČENÍ KE ZLEPŠENÍ:

Využijte zjištěné výše uvedené nedostatky Vašeho jídelníčku a postupně odstraňujte jednotlivé body. Cílem Nutričního doporučení je vést školní jídelnu k zdravějšímu jídelníčku, proto si metodiku znovu důkladně prostudujte. Nutriční doporučení vychází z doporučení postupných změn, nikoliv radikální okamžité změny celého stravovacího způsobu. Neměňte vše najednou, zkuste to postupně krok po kroku. Využijte i jiné stejně zaměřené materiály a také informace na www.zdravaskolnijidelna.cz

Případné nejasnosti tohoto hodnocení konzultujte s odbornými zaměstnanci ÚP Vyškov, odd. HDM – Danuše Kolarzová / mobil 603759326/ a MUDr. Alena Dvořáková/ mobil 728022818/

4. Šetření se zúčastnili:

- za KHS JmK: Danuše Kolarzová
vrchní referent
oddělení hygieny dětí a mladistvých KHS Jmk

OTISK ÚŘEDNÍHO RAZÍTKA

- za školu: ZŠ + MŠ Holubice Mgr. Milena Vodičková - ředitelka

Šetření bylo skončeno 4.3.2016

Záznam byl vyhotoven ve 2 stejnopisech, z nichž 1 vyhotovení bylo zasláno do datové schránky pí.ředitelce ZŠ + MŠ Holubice.