

Školní jídelna Boskovice, Na Dolech

Martina Fabiánková, vedoucí ŠJ

Plnění kritérií projektu „Zdravá školní jídelna“ – hodnocení před certifikací

Školní jídelna Boskovice, Na Dolech sídlí v budově mateřské školy. Vaří stravu pro děti v MŠ, výdej probíhá ve 4 třídách pro celkový počet 100 dětí. Jídelníček je nevýběrový. Pro děti se připravuje kromě oběda také dopolední a odpolední svačiny.

Informace o projektu ZŠJ jsou na <http://www.msboskovice.cz/zdrava-skolni-jidelna-1>.

Pitný režim:

Jídelna nabízí široký výběr nápojů podávaných dle nabídky v JL. V základní nabídce je voda a neslazené čaje (bylinkové čaje Biogena – šípkový, mátový, vanilkový, ostružina, lesní plody, broskev). U ochucených nápojů je pozornost je věnována těm se sníženým obsahem cukru („Sadařův mošt“ 10 g cukru a 100 ml). Vzhledem k tomu, že lektor nemá k dispozici refraktometr, nebylo možno ověřit na místě množství cukru v nápojích objektivním měřením. Množství spotřebovaného cukru za dané období nepřekračuje limity dané spotřebním košem. Původně kupované nápoje Řepík či Mrkvík obsahovaly 90 % cukru a byly z pitného režimu vyloučeny.

Plánování jídelního lístku:

Provedeno hodnocení JL za leden 2017 (21 dnů), únor 2017 (20 dnů) a březen 2017 (23 dnů). Všechny JL v obou výběrech hodnoceny „výborný“. Porovnáním se vstupním hodnocením jídelníčku z dubna 2016 zjištěno, že došlo k výrazné pozitivní změně v zařazování čerstvé i tepelně upravené zeleniny k hlavnímu jídlu a u svačinek větší zařazení obilných kaší a zeleniny (v dubnu 2016 byla zelenina nebo ovoce zařazena pouze 1x denně).

Jídelníček je velmi pestrý a postupně jsou do něj zařazovány nové druhy pokrmů (zejména bezmasých, s důrazem na snížení obsahu soli). Kladně je hodnocena nadlimitní nabídka ovoce a zeleniny, a to jak syrové, tak tepelně upravené.

Jídelna nabízí pestrý výběr polévek ve správném zařazení zeleninových a luštěninových. Používají se obilné zavářky, jako jsou jáhly, vločky, krupky, pohanka, bulgur, kuskus, špaldová mouka a špaldové či žitné vločky. Do polévek se také přidává cizrnová mouka, míchané luštěniny, mungo, nebo bazalkové kapání.

Nabízeny jsou různé druhy masa (krůtí, králičí, hovězí, kuřecí). Uzeniny byly z jídelníčku zcela vyloučeny. Zastoupeny jsou také pokrmy z ryb.

Součástí hlavního pokrmu je pestrá nabídka příloh. Kromě zastoupení tradičních brambor, rýže a těstovin, je nabízen např. bulgur, kuskus, bramborový knedlík s chia semínky.

Smažený pokrm (v kombinaci řízek, brambory a okurkový salát) byl v jídelníčku zařazen za 3 měsíce pouze 1x.

Jídelníček vykazuje pestrou nabídku ovoce a zeleniny a zeleninových salátů.

Tabulky hodnocení JL za 3 uvedené měsíce jsou přílohou k evaluaci.

Jídelníček je dostupný na <http://www.msboskovice.cz/archiv-jidelnicku-2>

Vedení spotřebního koše:

Již při vstupu do projektu byl způsob vedení spotřebního koše konzultován s lektorem. Na základě toho byly provedeny četné korekce, a to jak v koeficientech (konzervované ryby, cizrna, kompoty), tak ve správném zadávání hmotnostních podílů. Zařazení koblih a müsli tyčinky do kategorie ovoce s koef. 0,02 nebo 0,03 se jeví jako neefektivní, naopak bylo doporučeno zařadit do kategorie cukr. Smetana 26 % omylem zařazena v kat. cukr. Další editovanou strategií bylo provedení korekcí u zadávání do dvou kategorií (např. cukr a ovoce, kdy původně byly uváděny koef. 0,57 + 0,9 a 0,75+0,84 apod. – součet koeficientů musí být max. 1,0). Při místním šetření ve skladech bylo lektorem doporučeno zaměřit pozornost na čtení etiket - co deklaruje výrobce v názvu a ve složení a také v % obsahu. Např. „Vanilkové řezy s kousky ovoce“ v % složení výrobku neuvádí ani podíl ovoce, ani množství cukru. Paní vedoucí po celou dobu aktivně spolupracovala a byla vstřícná při provádění změn.

Omezení používání dochucovadel a soli:

Omezení používání dochucovadel se stalo prioritou. Obdobná situace je u snižování množství soli v pokrmech – viz kritérium 7.

Vzhledem k tomu, že jídelna občas používá k dochucení vegetu (bez glutamátu), bylo doporučeno započítat množství soli (47,5 %) do celkové měsíční spotřeby. Bylo doporučeno zaměřit pozornost na množství soli obsažené v sýrech (pestrá nabídka na svačinu) a omezit či vyloučit slané typy jako je niva či balkánský sýr, případně počítat se slaností sýry a již více pokrm nedosolovat.

Spotřeba soli je dlouhodobě sledována.

Spotřeba se uvádí průměrná, a to v gramech na 1 dětskou porci (včetně soli z vegety):

Září 2016: 2,98 g

říjen 2016: **2,58 g**

Listopad 2016: **2,27 g**

Leden 2017: **2,17 g**

Únor 2017: **2,08 g**

Březen 2017: 2,067 g

Údaje ze září 2016 a března 2017 ukazují na pokles spotřeby soli o 0,913 g, což je **cca 30 %**. Spotřeba soli bude nadále sledována.

Omezení používání polotovarů vysokého stupně konvence

Kontrolou skladových zásob jak v dokladech, tak také při místním šetření, bylo zjištěno, že jídelna nepoužívá polotovary vysokého stupně konvence.

Zapojení pedagogů, rodičů a žáků do projektu Zdravá školní jídelna

Jídelna je v mateřské škole součástí herny každé třídy a tomu odpovídá také výzdoba a prezentace prací dětí.

Informace pro rodiče jak ke stravování, tak k projektu „Zdravá školní jídelna“ jsou poskytovány na nástěnkách v šatnách a také na webu, např. <http://www.msboskovice.cz/zdrava-skolni-jidelna-1>. Na webu ŠJ je také fotogalerie jídel <http://www.msboskovice.cz/fotogalerie-jidel>

Školní jídelna pořádá různé aktivity k prezentaci stravy rodičům, např. degustační ráno ve školce (pomazánky). Tematicky jsou připomínány tradice a zvyklosti, na čemž spolupracuje MŠ i ŠJ.

Závěr:

Školní jídelna plní průběžně kritéria, které projekt „Zdravá školní jídelna“ nastavil jako důležité kroky pro ozdravení školního stravování. Byla vytvořena efektivní spolupráce mezi zaměstnanci školní jídelny a lektorem. Úroveň stravování v mateřské škole, a to zejména díky aktivitě a iniciativě personálu ŠJ, odpovídá kritériím, stanoveným pro udělení certifikátu „Zdravá školní jídelna“.

Na základě hodnocení všech podkladů (skladové karty, spotřební koš, jídelní lístky) a také na základě místního šetření a opakovaných konzultací s vedoucí školní jídelny p. Fabiánkovou, byly podklady předány koordinátorce projektu a školní jídelnu navrhuji na udělení certifikátu „Zdravá školní jídelna“.

Vedoucí školní jídelny po celou dobu aktivně spolupracovala, reagovala na případná zjištění lektora jak v sestavování jídelního lístku, tak také ve vedení spotřebního koše a odstranila případné nedostatky. Zajistila také technickou stránku SK (zpočátku SW neumožňoval vytisknout výpis všech surovin, paní vedoucí přizvala IT technika pro vyřešení). Postupně se zařazují nové druhy pokrmů, sleduje množství soli a cukru a údaje na etiketách výrobků. Sůl i cukr se zahrnuje do celkové spotřeby. V průběhu projektu bylo zaznamenáno významné snížení spotřeby soli, a to o 30 %. V MŠ probíhá spolupráce mezi pedagogy a ŠJ ohledně osvěty dětí i rodičů ve vztahu ke stravování. To je doplněno i ochutnávkovými akcemi pro rodiče. Na webu ŠJ je fotogalerie jídel, která jsou v MŠ podávána.

Mgr. Ivana Dvořáková

lektor projektu „Zdravá školní jídelna“

v Brně dne 22. 6. 2017