

Informace ke školnímu stravování

Školní jídelna připravuje stravu podle receptur vydaných pro školní stravování, vlastních receptur a receptur, které využívají přípravu pokrmů z nových, zdravějších potravin, doporučených ministerstvem zdravotnictví ke spotřebnímu koši.

Strava poskytovaná školní jídelnou musí být vyvážená a pestrá, což vyjadřují výživové normy. Výživové normy jsou dané v příloze 1 vyhlášky č. 107/2005 Sb., o školním stravování. Rozdělují spotřebované potraviny do skupin a uvádějí, kolik gramů potravin v každé skupině musí strávník v průměru za měsíc dostat. Pro celý mechanismus výpočtu spotřeby a porovnání s normami se vžil název „spotřební koš“ – ten se stal důležitým ukazatelem kvality práce jídelny a předmětem kontrol.

Nově od října 2015 doplňuje vyhlášku č. 107/2005 Sb. Nutriční doporučení Ministerstva zdravotnictví ČR ke spotřebnímu koši, které sleduje četnost použití jednotlivých surovin v měsíci – potraviny jsou rozděleny do skupin a u každé skupiny potravin je uvedeno množství gramů, které musí strávník v průměru za měsíc dostat.

Každá jídelna při plnění výživových norem a pestrosti stravy musí současně dodržet i finanční limit, který má na přípravu jídel daný. Nákup potravin se pohybuje v rozmezí finančního limitu, ale tak, aby naplnil spotřební koš.

Porci masa danou vyhláškou ukazuje tabulka:

| Věk strávníka | Hmotnost masa v syrovém stavu | Minimální hmotnost masa po tepelné úpravě |
|---------------|-------------------------------|---|
| 7 – 10 let | 60 g | 38 g |
| 11 – 14 let | 70 g | 45 g |
| 15 – 18 let | 80 g | 50 g |

Pokrmý se dělí na masité, polo masité (obsahují ½ doporučené dávky masa a ½ jiné přísady – zelenina, sýr, luštěniny...) a bezmasé (slané, sladké).

Součástí oběda jsou i nápoje – ve školní jídelně je vedle slazeného nápoje nabízen i nápoj neslazený nebo mléčný.