

Krajská hygienická stanice Zlínského kraje se sídlem ve Zlíně

Havlíčkovo nábřeží 600, 760 01 Zlín

Tel. 577210266, fax: 577006746, e-mail: khs@khszlin.cz, podatelna@khszlin.cz, ID: xwsai7r

Č.j.: KHSZL 04861/2017

V Uherském Hradišti, dne 28. 2. 2017

Spisová značka: S-KHSZL/04861/2017/5.11/HDM/UH/JIŘ-01

Vyřizuje:

Jana Jiříková, tel.: 572 430 725, e-mail: jana.jirikova@khszlin.cz

Základní škola a Mateřská škola Prakšice, příspěvková organizace

IČ: 70943311

Prakšice 100

687 56 Prakšice

Hodnocení jídelníčku dle Nutričního doporučení Ministerstva zdravotnictví ČR ke Spotřebnímu koši

Krajská hygienická stanice Zlínského kraje se sídlem ve Zlíně převzala podklady nutné pro hodnocení jídelníčku dle Nutričního doporučení Ministerstva zdravotnictví ČR ke Spotřebnímu koši za měsíc leden 2017 (21 stravovacích dnů). Školní jídelna základní školy připravuje obědy, dopolední přesnídávky a odpolední svačiny pro děti mateřské školy, obědy pro žáky základní školy. Hodnocení provedla Jana Jiříková – odborný referent v oddělení hygieny dětí a mladistvých.

K předmětnému hodnocení se sděluje následující:

Hodnocení polévek

Z počtu 21 stravovacích dnů v měsíci lednu jsou v jídelníčku 12x zařazeny zeleninové polévky a 4x luštěninové polévky. Dle sdělení vedoucí ŠJ se do zeleninových polévek přidává čerstvá zelenina i mražená zelenina, 3x je zařazena polévka s různou obilnou zavádkou, např. bulgur, kroupy.

Ve většině případů před sladkým či bezmasým slaným pokrmem je zařazena polévka bez masa.

Hodnocení hlavních chodů

Za uvedené období byla podána 3x drůbež, 2x ryby, 7x vepřové maso, 2x bezmasé jídlo, 2x sladké jídlo a 1x luštěnina. Uzenina se v pokrmu vyskytovala v polévce a hlavním jídle: polévka hajducká (párek, zelí), žapečené těstoviny se šunkou, sterilovaný okurek.

V průběhu hodnoceného měsíce ledna jsou zařazeny různé druhy masa (např. vepřové, hovězí, kuřecí a krůtí maso) s různou technologickou úpravou (např. maso vařené, dušené, pečené) a normované dle stanovených receptur. Pokrmy jsou připravovány způsobem smažení, a to ve velmi nízké četnosti.

Hodnocení příloh

Obiloviny jsou podávány v přiměřené četnosti, zařazovány jsou tradiční druhy obilovin, jako je chléb, rýže, těstoviny z bílé mouky. Houskové knedlíky byly podávány celkem 4x za měsíc, a to 2x z bílé mouky a 2x z celozrnné mouky.

Hodnocení zeleniny

Za hodnocené období se vyskytuje čerstvá zelenina celkem 4x, a to formou zeleninového salátu - míchané zeleniny. Tepelně upravená zelenina byla podána celkem 2x (např. vepřové na celeru, dušená rýže).

Hodnocení nápojů

Ke každému obědu jsou nabídnuty většinou 2 druhy nápoje – čistá voda a minimálně slazený čaj (ovocný, bylinkový). K mléčnému nápoji je v nabídce vždy i nemléčný nápoj (např. voda, čaj).

Hodnocení přesnídávek a svačin

Za hodnocený měsíc leden jsou nabízeny 4x zeleninová pomazánka, 2x luštěninová pomazánka, 3x rybí pomazánka. Obilná kaše v měsíci lednu byla zařazena 1x. Jako součást dopolední přesnídávky či odpolední svačiny je vždy podáváno ovoce nebo zelenina.

Pečivo je nabízeno v pestré nabídce, a to běžné bílé pečivo (rohlík), tak 5x v měsíci bylo zařazeno pečivo celozrnné (grahamový rohlík), ale také nabídka jiného druhu pečiva (např. toustový chléb s chia semínky, toustový kornspitz chléb). Dětem je v nízké četnosti nabízeno jemné sladké pečivo (vánočka, plněný perník). Ke sladkému hlavnímu jídlu již nebyla zařazena sladká přesnídávka či svačina. K zařazenému mléčnému výrobku ke svačině nebyl zařazen mléčný nápoj. Kombinace slané svačiny a ovoce za měsíc leden nebyla ve většině případů zařazena.

Pochvala:

Ve školní jídelně jsou nabízeny různé druhy zeleninových polévek (např. zelná s bramborem, krémová brokolicová, kyselica, květáková s bramborem, zeleninová s bulgurem, krémová pórková) a různé druhy luštěninových polévek (např. čočková, fazolová, hrachová, hrstková). U polévek typu masový vývar je vždy podíl čerstvé kořenové zeleniny. V nabídce jsou zařazovány i obilné zavářky.

V jídelníčku je u hlavních jídel ve vhodné četnosti zařazena drůbež, ryby, sladké jídlo, luštěnina jako hlavní jídlo.

Kladně hodnotíme přípravu knedlíků jako přílohy k hlavnímu jídlu s použitím celozrnné mouky.

Pozitivně hodnotíme také nápaditost některých jídel.

U přesnídávek a svačin kladně hodnotíme nabídku různého druhu pečiva, četnost zařazení zeleninových a rybích pomazánek, vhodnou kombinaci sladkého pokrmu a ovoce, zařazení ovoce nebo zeleninu ke každé přesnídávce a svačině.

Slabá místa:

Za hodnocené období měsíce ledna je v nižší četnosti nabídnuto slané bezmasé jídlo, čerstvá zelenina k hlavnímu jídlu, a to ve formě salátu či oblohy a tepelně upravená zelenina k hlavnímu jídlu.

Ve vyšší četnosti byly nabídnuty knedlíky jako příloha k hlavnímu jídlu.

V měsíci lednu byla k přesnídávce či svačině zařazena v nižší četnosti obilná kaše.

Prioritní body k doporučené úpravě jídelníčku:

1. Zvýšit četnost zařazení čerstvé zeleniny k hlavnímu jídlu, a to ve formě salátu, zeleninové oblohy, kysaného zelí či mléčně kvašené zeleniny (pickles) a tepelně upravené zeleniny k hlavnímu jídlu.
2. Zařadit více plnohodnotných bezmasých slaných pokrmů, a to nejlépe 1x za týden, tj. plnohodnotných zeleninových, luštěninových, zeleninovo-luštěninových, obilovinovo-luštěninových nebo obilovinovo-zeleninových pokrmů. To se dosáhne tím, že bude v receptuře použito vejce, sýr, tvaroh či jiný mléčný výrobek nebo bude správně zkombinována luštěnina s obilovinou.
3. U přesnídávek či svačin postupně zvýšit četnost nabídky obilné kaše.
4. Zvýšenou opatrnost věnovat zařazování uzenin do jídelníčku, a to zejména z důvodu zvýšeného obsahu soli.

Celkové hodnocení: Jídelníček za měsíc leden 2017 lze hodnotit jako velmi dobrý jídelníček.

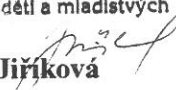
Krajská hygienická stanice

Zlínského kraje

se sídlem ve Zlíně

Havlíčkovo nábreží 600, 760 01 Zlín

oddělení hygieny dětí a mladistvých


Jana Jiřiková

odborný referent

oddělení hygieny dětí a mladistvých

Počet listů: 2

Rozdělovník:

1x adresát (doporučeně do vlastních rukou)

1x KHS ZK – odbor HDM