

školní stravování

březen a duben 2008

Vydává Společnost pro výživu ve spolupráci s Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy ČR. Určeno pro provozní potřeby pracovníků ve školním stravování. Řídí redakční rada v čele s Ing. Evou Šulcovou. Členové: Ing. Jarmila Blatná, CSc., Zita Dlouhá, Doc. Ing. Jana Dostálová, CSc., MUDr. Viktor Jakubík, Mgr. Dagmar Jeřábková, Bc. Jitka Koutová, MUDr. Pavel Otoupal, CSc., Anna Packová, J. Plzák, Bc. Alena Strosserová, MUDr. Petr Tláskal, CSc., Ing. Ludmila Věříšová,



OBSAH

Máte možnost profesního růstu? A vyplatí se nám?	17	Upozornění na změny některých právních předpisů, platné od 1. 1. 2008.....	22
Kde získáme na nákup pracovního oblečení a dalších osobních ochranných pomůcek finanční prostředky?	18	Správná praxe IV - Vydáváme pokrmy v ŠJ a v odložené výdejně.....	23
Ještě několik slov k finančním normativům.....	18	Jaterní dieta	27
Konference 2008.....	19	Dotazy rodičů na portálu Jídelny. cz.....	28
Nabídka kursů v roce 2008	20	Bezpečnost práce a ochrana zdraví při práci II.....	30

Máme možnost profesního růstu? A vyplatí se nám?

Pro výkon prací ve školní jídelně jsou stanoveny kvalifikační předpoklady uvedené v příslušných předpisech. Můžete se k tomuto problému vrátit přečtením článku Ing. Boženy Sukové „Odměňování zaměstnanců školních jídelen podle Nových předpisů platných od 1. 1. 2007“, který jsme uveřejnili ve Zpravodaji pro školní stravování č. 2/2007, tedy právě před rokem.

Kvalifikačním předpokladem je podle druhu vykonávané práce absolvování střední školy příslušného směru, vyučení v oboru, popř. v příbuzném oboru a rekvalifikaci. Do zařazení je rozhodující také délka praxe v oboru a míra jejího započítání.

Ve většině oborů se předpokládá a požaduje také další, tzv. celoživotní vzdělávání. Je často organizováno v jednotlivých stupních, kterými se pracovník dostává do vyšších pracovních pozic nebo platových stupňů na stálé pozici. Ve školství se např. stanovuje povinné vzdělávání pro všechny pedagogické pracovníky. A kde zůstáváme my?

S jednou nabytým vzděláním dnes nikdo nevystačí. Praxe je velmi důležitým a cenným prvkem, ale ani ta nevystačí. V rychle a často zásadně se měnících podmínkách nevystačí ani pracovníci školního stravování. Vzpomeňte, jaký byl sortiment potravin dejme tomu v sedmdesátých letech minulého století! Jak rychle se mění kvalita a sortiment pohotových potravin a polotovarů! Jaká technická zařízení jsme měli k dispozici na vybavení provozů! Jak se zpřísnily hygienické požadavky! A co nároky strážníků?

Společnost pro výživu má představu o tom, jak by mělo vypadat další vzdělávání pracovníků školního stravování. Mělo by být dobrovolné – kdo nechce nemusí, ale může to mít dopad na jeho kapsu. Druhá podmínka – zaměstnavatel bude mít právo další vzdělání vyžadovat, ale i povinnost brát na dosažené výsledky ohled při pracovním zařazení a odměňování. Mělo by být finančně dostupné jak pro účastníky, tak pro zaměstnavatele – i k tomu vedou cesty. Nemůže být také časově náročné, to znamená rozdělit je na několik částí a zkusit třeba korespondenční způsob.

Mediální hodnocení školního stravování dopadlo v podstatě kladně. Na tom máte zásluhu především vy, kteří každý všední den podstupujete hodnocení své práce od strážníků. Trochu zásluh mají jistě i metodičky školního stravování, trochu si může připsat také Společnost pro výživu a další organizace, které Vám přinášejí osvětu. Pra málo zásluh má Ministerstvo školství, které pro Vás udělá jen to nejnětější.

Tak co říkáte, pustíme se do toho spolu?

Vaše redakce

Kde získáme na nákup pracovního oblečení a dalších osobních ochranných pomůcek finanční prostředky?

Konkrétní výši částky, kterou může vedoucí školní jídelny utratit během kalendářního roku (tak je stanoven organizaci rozpočet) za pracovní oblečení a ostatní osobní ochranné prostředky, stanoví ředitel organizace.

Na základě § 160 odst. 1 písm. c zákona č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon), ve znění pozdějších předpisů, jsou ze státního rozpočtu poskytovány finanční prostředky vyčleněné na činnost škol a školských zařízení zřizovaných obcemi na platy, náhrady platů a mimo jiné také na ostatní náklady vyplývající z pracovněprávních vztahů. Do této kategorie nákladů spadají ve školních jídelnách právě náklady na nákup osobních ochranných prostředků, náklady na další vzdělávání pracovníků ŠJ, cestovné apod.

Určitě víte, že každý krajský úřad zpracovává tzv. krajské normativy v souladu se zásadami stanovenými MŠMT (§ 161, odst. 6 uvedeného školského zákona). Normativy jsou každoročně uveřejněny na internetových stránkách každého krajského úřadu. Obsahují finanční normativ stanovený pro daný kraj nejen na platy a odvody, ale i na tzv. přímé ONIV (ostatní neinvestiční náklady). Normativ

na přímé ONIV je stanoven stejně jako normativ na platy a odvody na jednoho strávnicka a rok.

V rozpisu rozpočtu na kalendářní rok obdrží organizace i částku na přímé ONIV pro školní stravování. Ředitel organizace je odpovědný za bezproblémový chod organizace jako celku a je na něm, jak přidělené finanční prostředky rozdělí.

Pokud v rámci zajištění provozu školní jídelny vyplyne vyšší potřeba finančních prostředků než má možnost ředitel čerpat z přímých ONIV, např. při nutnosti dodržení hygienických předpisů (časté výměny pracovního oblečení) nebo předpisů bezpečnosti práce (častější nákup pracovní obuvi, aby nedošlo k pracovním úrazům), může organizace čerpat i provozní prostředky, které jsou organizaci přiděleny zřizovatelem.

Zita Dlouhá, MM Praha

Ještě několik slov k finančním normativům

Ve Zpravodaji pro školní stravování č. 1/2008 jste četli dopis Bc. Aleny Strosserové, kterým se obrátila na odpovědnou referentku Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy ČR se žádostí o urychlenou novelizaci Vyhlášky 107/2005 Sb., o školním stravování, především přílohy č. 2 – finanční normativy na nákup potravin. Z MŠMT ČR se pisatelce dostalo ujištění, že novela vyhlášky je ve vnějším připomínkovém řízení (tzn. předána k posouzení a připomínkám všem orgánům, kterých se jakkoliv zamýšlené úpravy mohou dotýkat, např. některým ministerstvům, krajským úřadům apod.) a vydání novely vyhlášky se předpokládá koncem ledna. Bližší informace v době uzávěrky tohoto čísla Zpravodaje nemáme.

Dopis Bc. Strosserové obsahoval ještě jeden požadavek: zrušit sjednocení finančního normativu s věkem dětí a žáků. To přineslo nárůst administrativní práce vedoucích jídelen a stížnosti rodičů na rozdílné poplatky strávnicků byt jsou žáky stejné třídy. K tomu MŠMT ČR uvedlo: „Je třeba si uvědomit, že vyhláška 107/2005 Sb., nezavedla nové kritérium rozdělení žáků do kategorií pro určení finančního normativu. Již podle původní právní úpravy (vyhl. č. 48/1993 Sb.) bylo rovněž třeba kromě typu a druhu školy sledovat věkové kategorie strávnicků, přičemž v případě rozporu byl věk strávnicka (vzhledem ke smyslu vyhlášky – naplnění výživových potřeb strávnicků) rozhodující. Každopádně nelze v právním předpisu uplatnit dvě odporující si kritéria – toto přinášelo neustálé problémy, tj. není pravda, že systém fungoval. Jde-li o ustanovení zařazující strávnicka do věkových kategorií na dobu školního roku, ve kterém dosahují příslušného věku, pak toto ustanovení bylo do právního předpisu prosazeno metodickými školního stravování krajských úřadů.“

Tomuto požadavku tedy nebylo vyhověno.

Redakce



TILLMANN software

Husova 410, 286 01 Čáslav tel./fax: 327 314 267, 604 253 699
www.tillmann.cz e-mail: tillmannova@centrum.cz

AUTOMATIZOVANÉ NÁVRHY JÍDELNÍČKŮ PRO ŠKOLNÍ JÍDELNY

**Změňte navrhování jídelníčků v zábavu.
Netrapte se s činností, která Vás možná moc nebaví.
Nechte se návrhy programu překvapit a inspirovat.
Vaši kreativitu použijte na doladění navržených jídelníčků.
Nelíbí se Vám návrh? Nevadí! Zkuste nový kolikrát chcete!
Nelíbí se Vám jen něco? Nevadí! Změňte jen to, co chcete!
Chcete ihned vědět, jak dopadne spotřební koš?
Chcete ihned vědět, kolik provaříte nebo ušetříte?**

Nabízíme Vám zcela ojedinělý program, který navrhuje měsíční jídelníčky dle nejnovějších nutričních požadavků s okamžitou vazbou na výpočet spotřebního koše. Návrhy můžete libovolně upravovat a okamžitě sledovat, jak se projeví ve spotřebním koši a v limitech spotřeby.

Program obsahuje více než 2000 receptur s možností označení pouze těch, které používáte a s možností výběru režimu práce pro MŠ (přesnídávka, oběd, svačina), ZŠ I. (1 oběd) a ZŠ II. (2 obědy).

Možnost ovlivnění funkce programu pomocí volitelných parametrů.
Možnost exportu jídelníčků do různých formátů k dalšímu zpracování.

Cena s DPH : 3000,- Kč

Konference 2008

Program konference „Školní stravování 2008“, která se koná v jednom termínu ve dnech 20.-22. 5. 2008
ve Velkém sále Domu hudby, Sukova tř. 1260, Pardubice
V ceně vloženého je CD-R s přednáškami a po zpracování účastníci konference obdrží e-mailem i záznamy diskusí

ÚTERÝ 20. května

Dopoledne 14,00 – 17,00 hod.

Zahájení: MUDr. P. Tláškal, CSc., předseda Společnosti pro výživu

I. blok: ŠKOLNÍ STRAVOVÁNÍ V MÉDIÍCH - panelová diskuse

Moderátoři: MUDr. P. Tláškal, CSc., FN v Motole, Praha, zástupce MF Dnes

Test MF Dnes – organizace, průběh, účastníci a způsob hodnocení

Výsledky testu, posudky jídelniček, stanoviska strážníků, výsledky objektivního hodnocení

**Informace prezentované v krajských a dalších médiích
Jak využijeme výsledky mediální kampaně?**

Účastníci panelu: MUDr. P. Tláškal, CSc., FN v Motole, Praha, Bc. A. Strosserová, ÚMČ, Praha 3, MUDr. V. Kunová, NUTRADIT, s.r.o., Praha, zástupci některých zúčastněných médií, zástupci MŠMT ČR, MZD ČR,

Firma Vitana a.s. zve všechny účastníky konference od 20,00 hod. na divadelní představení. Vstupenku s programem obdrží účastníci při prezenci.

STŘEDA 21. května

Dopoledne 8,30 – 12,00 hod.

II. blok: POTRAVINY, KTERÉ NÁS ZAJÍMAJÍ - VÝHODY A PŘÍPADNÁ RIZIKA

Moderátoři: Ing. J. Blatná, CSc., SPV, Praha, Doc. Ing. J. Dostálová, CSc., VŠCHT, Praha

MUDr. B. Turek, CSc., SPV, Praha, MUDr. P. Tláškal, CSc., FN v Motole, Praha: **Bílkoviny ve výživě a bílkoviny ve stravě dětí**

N.T. T. Starnovská, FTN, Praha: **Problémy naplnění současných výživových doporučených dávek (VDD) a úskalí nově navrhovaných**

Prof. Dr. Ing. T. Komprda, CSc., MZLU, Brno: **Biopotraviny**
Zástupce rakouské SPV: **Bioprogram ve školním stravování v Rakousku**

MUDr. L. Ryšavá, Ph.D., SZÚ, Praha, N.T. E. Chocenská, FTN, Praha: **Koření a ochucovadla ve školní jídelně**

Prof. Ing. K. Kopec, DrSc., MZLU, Brno: **Ochucování pokrmů nejen kořením**

Diskuse

V průběhu dopoledního programu představení první části výrobců a distributorů potravinářského zboží, kuchyňského zařízení a strojů, čisticích a ochranných pomůcek, počítačových programů apod.

Dopoledne 14,00 – 18,00 hod.

V průběhu odpoledního programu vystoupení druhé části výrobců

Přihláška na konferenci je přiložena. Pozvánky s programem a přihláškami budou zaslány rovněž poštou.

III. blok: DISKUSNÍ ODOPLEDNE

Moderátoři: Ing. L. Věříšová, CSc., SPV, Praha, P. Gleichová, ÚMČ Praha 6,

Novela vyhlášky o školním stravování – vyhovují finanční normativy na nákup potravin?

Novelizace spotřebního koše

Několik slov k recepturám

Nabídka pokrmů aneb jídelní lístky – co můžeme dělat lépe

Informace o konkrétních finančních normativních pro školní jídelny v jednotlivých krajích

Ptejte se na cokoli aneb odpovědi na Vaše dotazy.

Prosíme o zaslání dotazů pokud možno předem, abychom mohli zajistit kvalifikované odpovědi. Budete mít samozřejmě možnost položit dotazy i v průběhu konference.

Na dotazy budou odpovídat: Zástupce MŠMT ČR a MZD ČR, Ing. O. Štiková, VÚZE, Praha, M. Zachová, ved. ŠJ, Příbram, Ing. E. Šulcová, SPV, Praha, A. Packová, OŠ, Mag. města Brna, E. Ložeková, ÚMČ, Praha 13, Z. Dlouhá, OŠ, Mag. hl. města Prahy

Firma AG FOODS GROUP a.s. Vás srdečně zve ve středu 21. května večer od 20 00 hod. na diskotéku, která se koná v restaurantu PHILADELPHIA, Dům techniky (1. patro), náměstí Republiky.

ČTVRTEK 22. května

Dopoledne 8,00 – 12,30 hod.

IV. blok: VÝŽIVA A VZDĚLÁNÍ – DVĚ STRANY JEDNÉ MINCE

Moderátoři: MUDr. L. Ryšavá, Ph.D., SZÚ, Praha, Bc. A. Strosserová, ÚMČ, Praha 3

Ing. Silvia Tokárová, MŠ SR: **Program vzdělávání pracovníků školních jídelen jako součást koncepce rozvoje školního stravování ve Slovenské republice**

MVDr. H. Matějová, Mgr. L. Suchopárová, LF MU, Brno: **Co může udělat školní jídelna ve spolupráci se školou, aby děti rozuměly správné výživě**

MUDr. L. Ryšavá, Ph.D., SZÚ, Praha: **Další vzdělávání pedagogů - co musí vědět o výživě, zdravém životním stylu a školním stravování**

Ing. O. Obermaier, ČKMMF, Praha: **SAPERÉ – systém vzdělávání dětí ve výživě a stravování – příklad z Francie**

Ing. L. Dohnalová, Mgr. H. Křístková, SOU, Brno: **Praktická škola výživy ve škole**

Ing. E. Šulcová, SPV, Praha: **Soustavné vzdělávání pracovníků školního stravování - cesta ke zvýšení kvalifikace, odměňování a společenského uznání**

Diskuse

Zhodnocení a závěr: MUDr. P. Tláškal, CSc., předseda Společnosti pro výživu

Nabídka kursů v roce 2008

Společnost pro výživu a její servisní organizace výživaservis s.r.o. nabízí v roce 2008 kurzy určené pro ty pracovníky školního stravování, kteří chtějí nebo potřebují doplnit či změnit svoji kvalifikaci pro výkon svěřené funkce a zlepšení platového ohodnocení.

V I. části nabídky naleznete kurs určený začínajícím vedoucími školní či internátní jídelny. Kurs je rozdělen na dvě části – pod označením ZVJ a) je nabídka pro částečně zapracované, pod označením ZVJ b) pro začátečníky. Prvá část kursů má shodný program, pro zájemce kursu ZVJ b) pokračuje ještě výukou o vedení evidence a účetnictví. Blížší informaci o obsahu kursů naleznete v dalším textu nabídky.

U vedoucích jídelen předpokládáme středoškolské vzdělání nebo vyučení v oboru. Absolventům odborných škol příslušného směru (hotelová škola, zdravotnická škola obor dietní sestra) a vyučeným poslouží kurs ke snadnějšímu zvládnutí požadavků na vedení školní jídelny, absolventům škol s ekonomickým zaměřením pomůže orientovat se v otázkách výživy, nauky potravinách, technologii přípravy pokrmů, hygieny, provozu atd. Kurs pomůže také těm, kteří přijali nabídku k vedení malých jídelen v částečném úvazku a jejich předchozí vzdělání s provozem takového zařízení nesouvisí.

V této části nabídky naleznete také kurs pro ty, kteří pracují ve školní jídelně bez vyučovacího listu v oboru kuchař nebo kuchař – číšník jako **zaučení**. Je určen také pro ty, kteří jsou vyučeni v **příbuzném oboru**, např. pekař, cukrář. Nabídka je označena ZR.

II. část nabídky je určena pro **skupiny**. Objednávku mohou učinit např. zaměstnavatelé – školské odbory krajských úřadů, pověřené obce, školy nebo skupina pracovníků.

Můžete požadovat kterýkoliv kurs z I. a II. části nabídky nebo dohodnout obsah výuky odpovídající místním potřebám. Organizaci zajistíme v místě a čase podle objednávky. Kurzy z II. části nabídky požadujte **alespoň 6 týdnů před zamýšleným termínem konání**.

K prvé části nabídky

1. Kdy a kde se kurzy konají

Je to ve třetím srpnovém týdnu, konkrétně ve dnech 18. – 21. 8. 2008. Místem konání je **Vyšší odborná a střední zemědělská škola v Benešově u Prahy**, kde je zajištěna nejen výuka, ale i ubytování a stravování. Benešov je velmi dobře dostupný veřejnou dopravou – autobusem a zejména vlakem s častým spojením s Prahou a dalšími městy nebo autem po dálnici D1. Je umístěn v malebné krajině s možností výletů a koupání nejen v přírodě, ale i v městském bazénu, nabízí možnost i společenského vyžití. Naleznete ve městě i v nedalekém

okolí zajímavosti i historické památky, jako např. zámek Konopiště, vzácný kostel sv. Petra z 12. stol. v blízkém Poříčí n. Sázavou a další. Proto nabízíme zájemcům možnost spojit účast v kursu s rodinnou rekreací. Vaším rodinným příslušníkem nebo přátelům nabízíme ubytování a stravování za stejných podmínek jako pro vás.

2. Přihlášky a objednávky

- 1 Dobře pročtěte nabídku
- 2 Rozmyslete si, zda využijete nabídku rodinné rekreace
- 3 **Telefonujte, pište, faxujte nebo e-mailujte žádost o přihlášku**

Adresa: výživaservis s.r.o., Slezská 32, 120 00 Praha 2
Telefon: 267311280
Fax: 271732669
E-mail: vyziva.SPV@volny.cz

Vyplněnou přihlášku zašlete na uvedenou adresu nejpozději do 13. 6. 2008.

3. Ubytování a stravování

Cena ubytování je 210,- Kč za osobu s den. Pokoje jsou dvou až 4 lůžkové, sociální zařízení, sprchy, kuchyňka s varičem a chladničkou jsou společné.

Stravování jsme po předchozích zkušenostech zajistili tak, že v ceně kursu je i cena oběda ve výši 80,- Kč vč. režie. Na požádání Vám školní jídelna připraví za úhradu snídaní, o přestávkách a po hlavním jídle podají za malý peníz kávu. Ve škole je k dispozici automat na kávu a nápoje.

Ceny kursového jsou uvedeny u jednotlivých kursů. Jsou zatím předběžné a budou upřesněny po konečné dohodě s vedením školy.

4. Jak provést úhradu

Poplatky uhradte převodním příkazem z účtu plátce na účet výživaservis s.r.o. u KB v Praze 1, číslo účtu:

- pro platební styk z jiné banky 19-2773480287/0100
- pro platební styk s KB 19 – 2773480287/0100

Variabilní symbol je pořadové číslo přihlášky

UPOZORNĚNÍ

Pokud vezmete sebou děti, zajistěte také osobu, která se jim bude věnovat po dobu Vaší výuky. Není v silách Společnosti pro výživu tuto službu poskytnout.

NABÍDKA KURZŮ I. ČÁST

Základy vedení jídelny

ZVJ -a, b

Kurz pro vedoucí jídelen, kteří potřebují pro úspěšnou práci získat základní kvalifikaci. Kurz je vhodný zejména pro vedoucí menších provozů, kteří nejsou plně kvalifikováni a pro vedoucí, kteří získali vzdělání v příbuzném oboru (např. absolventi středních ekonomických škol a obchodních akademií, vyučení v oboru apod.). Absolvování kurzu pomůže zvládnout základní problematiku provozu jídelny také provozovatelům jídelny i v případech, kdy sami jídelnu bezprostředně neřídí.

Termín: ZVJ - a) pro částečně zapracované 18. - 21. 8. do 12 hod.
ZVJ - b) pro začátečníky 18. 8. - 21. 8. do 17.30 hod.

Příjezd je možný 17. 8. 2008 po 17. hod.

Prosíme, abyste nás na příjezd dne 17. 8. 2008 včas upozornili.

Zahájení: 18. 8. 2008 registrace od 8,00 hod.

Výuka započne od 9,00 hod.

Cena: ZVJ - a) 2820,- Kč

ZVJ - b) 2920,- Kč

Pozor! Možnost rodinné rekreace ve dnech 18. – 23. 8. 2008!

Program:

1. Poslání a význam školního společného stravování

2. Výživa

- 2.1 Základy výživy, výživové potřeby podle věkových a profesních skupin

- 2.2 Doporučené výživové dávky, jejich smysl, vývoj, konstrukce, doporučené výživové dávky ve školním (a jiném společném) stravování

- 2.3 Zásady ekonomického naplnění doporučených výživových dávek

3. Suroviny

- 3.1 Hlavní potravinové skupiny a jejich význam, potravinářský sortiment

- 3.2 Základy zacházení se surovinami

- 3.3 Základy sestavování jídelníčku

4. Technologie přípravy stravy - správná výrobní praxe

- 4.1 Základy technologie přípravy pokrmů a nápojů, sestavování jídelníčků

- 4.2 Hygienické zásady při úpravě, uchování a podávání pokrmů

5. Vybavení provozů

- 5.1 Základní požadavky provozu z hlediska výstavby a dispozičního řešení

- 5.2 Vybavení stroji a zařízeními podle rozsahu služeb a produkce; vybavení provozními předměty a stolním náčiním

6. Hygiena a bezpečnost provozu

- 6.1 Legislativní požadavky na hygienu v gastronomii

- 6.2 HACCP v praxi

- 6.3 Hygiena provozu

- 6.3.1 Bezpečné potraviny a správné zacházení s nimi

- 6.3.2 Hygiena při přípravě pokrmů

- 6.3.3 Hygiena výdeje pokrmů
 6.4 Osobní hygiena pracovníků
 6.5 Úklid a sanitace
 6.6 Čistící a desinfekční prostředky
- 7. Právní předpisy pro činnost jídelny**
 7.1 Právní předpisy pro činnost školních jídelen
 7.2 Právní předpisy pro činnost závodních jídelen a zaměstnaneckého stravování
 7.3 Právní předpisy pro činnost jídelen provozovaných na komerčním základě
- 8. Organizace a financování provozu**
 8.1 Úkoly jednotlivých článků státní správy a samosprávy - povinnosti zaměstnavatelů
 8.2 Toky finančních prostředků, jejich využití, hospodaření
 8.3 Kalkulace nákladů a cen
 8.4 Povinnosti a práva vedoucího jídelny, organizace činností v jídelně, zásobování, vnitřní kontrola
 8.5 Vnější kontrolní orgány, kompetence, postihy
 8.6 Hospodářská činnost
 Jen pro **ZVJ - 16 b**
- 9. Účetnictví**
 9.1 Evidence strážníků a poplatků
 9.2 Evidence jídelny
 9.3 Skladová evidence
 9.4 Evidence majetku a další nutná evidence
 9.5 Účetnictví v jídelně s komerčním provozem

Závěrečný test a pohovor

ZAUČENÍ, REKVALIFIKACE

ZR

Kurz je určen pro ty, kteří pracují bez předchozího vzdělání alespoň v příbuzném oboru (např. cukrář, pekař apod.), kteří v jídelně příležitostně vypomáhají nebo dočasně nahrazují vyučeného pracovníka.

Kurz poskytne základní znalosti o výživě, surovinách, kuchařské technologii, hygieně a bezpečnosti práce.

Termín: 18. – 21. 8. 2008
 Cena: 3420,- Kč
 Příjezd je možný 17. 8. 2008 po 17. hod.
 Prosíme, abyste nás na příjezd dne 17. 8. 2008 včas upozornili.
 Zahájení: 18. 8. 2008 registrace od 8,00 hod.,
 výuka započne od 9,00 hod.

Pro praktickou část potřebujete ochranný oděv

POZOR! Možno spojit s rodinnou rekreací ve dnech 18. - 23. 8.!

Program:

- 1. Výživa a stravování**
 - 1.1 Výživa, doporučené výživové dávky, tabulky výživových hodnot potravin, spotřební koš
 - 1.2 Stravovací režim
- 2. Suroviny**
 - 2.1 Základní potravinové skupiny
 - 2.2 Použití surovin podle jejich složení, zacházení s potravinami
- 3. Technologie – správná výrobní praxe**
 - 3.1 Základní technologické postupy
 - 3.2 Normy a receptury
 - 3.3 Skladba jídelního lístku
- 4. Hygiena a bezpečnost práce**
 - 4.1 Hygiena provozu, osobní hygiena zaměstnanců, hygienická rizika, základy HACCP
 - 4.2 Bezpečnost práce
- 5. Praktická část - úprava běžných druhů pokrmů a nápojů, výdej hotových pokrmů a stolování**
- 6. Cíl a význam školního stravování, základy vedení evidence ve školní jídelně**
- 7. Závěrečný test a hodnocení**

NABÍDKA KURZŮ II. ČÁST

NABÍDKA PRO SKUPINY ZÁJEMCŮ! PODLE ZVLÁŠTNÍ OBJEDNÁVKY VÁM ZAJISTÍME NEJEN NÁSLEDUJÍCÍ KURZY, ALE I TAKOVÉ, JEJICHŽ OBSAH SI URČÍTE PODLE VAŠICH SPECIFICKÝCH POTŘEB

Nabízíme:

Výživa, ekonomika výživy, hygiena

VH

Suroviny, technologie, zařízení provozů

STV

Organizace, technika, financování, účetnictví

OTP

Spokojený strážník – jednodenní seminář pro vedoucí kuchaře a kuchaře určený k rozšíření znalostí o podmínkách splnění všech požadavků na oblíbenou jídelnu

K

CO MUSÍME VĚDĚT O ŠKOLNÍM STRAVOVÁNÍ

Program:

9,00 hod. Zahájení

1. Výživa může pomoci k lepším školním známkám (O skrytém nedostatku nebo nadbytku ve výživě a důsledcích na fyzický a psychický vývoj dítěte)
 2. Tloušťci a nejedlíci (Co ovlivňuje potravní chování dítěte a jak na to)
- Polední přestávka
3. Nemoci ze špinavých rukou (Alimentární nákazy a jak jim zabránit)
 4. Diskuse
- Cena a způsob platby dohodou.

HYGIENA A SANITACE ZARUČENĚ A EKONOMICKY

Program:

9,00 zahájení

- 1. Základní hygienické předpisy pro společné stravování**
 - 1.1 Hygienické předpisy
 - 1.2 Hygiena prostředí
 - 1.3 Osobní hygiena

2. Chemické a biologické prostředky pro dosažení a udržení hygienických požadavků

- 2.1 Hygiena prostředí
 - 2.1.1 Sklady
 - 2.1.2 Varny
 - 2.1.3 Výdejny
 - 2.1.4 Odpady
 - 2.1.5 Sociální zařízení
- 2.2 Osobní hygiena
 - 2.2.1 Tělesná hygiena, pracovní oděvy a obuv
 - 2.2.2 Hygiena rukou
 - 2.2.3 Hygiena vlasů

3. Výběr hygienických prostředků a jejich užití

- 3.1 Čistící prostředky
 - 3.2 Desinfekční prostředky
 - 3.3 Prací přípravky
 - 3.4 Deratizace, desinsekce
- Ukončení se předpokládá asi v 16,00 hod.
 Cena: dohodou.

Zvláštní kurs k otázkám HACCP

Program:

1. Co znamená HACCP
2. Alimentární nákazy v číslech
3. Pojmy z HACCP
4. Administrativa - evidence
5. Příklady
6. Dosavadní zkušenosti

Kurs můžeme uskutečnit při dostatečném počtu zájemců ve dnech 17. - 21. 8. 2008 ve střední zemědělské škole v Benešově nebo na základě zvláštní objednávky v místě podle dohody.
 Cena: dohodou.

Upozornění na změny některých právních předpisů, platné od letošního roku. (stravování dětí cizinců, závodní stravování)

Ing. Ludmila Věříšová, CSc., SPV

1. S účinností od 1.1.2008 platí novela školského zákona č. 561/2004 Sb., zákonem č.343/2007 Sb., kterým se významně mění pravidla poskytování školního stravování dětem z tzv. třetích zemí.

Citujeme příslušnou pasáž novely:

1. V § 20 odstavce 1 až 3 včetně poznámek pod čarou č. 13a až 13f znějí:

„(1) Občané Evropské unie a jejich rodinní příslušníci mají přístup ke vzdělávání a školským službám podle tohoto zákona za stejných podmínek.

(2) Osoby, které nejsou uvedeny v odstavci 1, mají za stejných podmínek jako občané Evropské unie přístup:

a) k základnímu vzdělávání, včetně vzdělávání při výkonu ústavní výchovy a ochranné výchovy, pokud pobývají na území České republiky,

b) ke školnímu stravování a k zájmovému vzdělávání poskytovanému ve školském zařízení pro zájmové vzdělávání v pravidelné denní docházce, pokud jsou žáky základní školy, odpovídajícího ročníku střední školy nebo odpovídajícího ročníku konzervatoře,

c) ke střednímu vzdělávání a vyššímu odbornému vzdělávání, včetně vzdělávání při výkonu ústavní výchovy a ochranné výchovy, pokud pobývají oprávněně na území České republiky,

d) k předškolnímu vzdělávání, základnímu uměleckému vzdělávání, jazykovému vzdělávání a ke školským službám podle tohoto zákona, pokud mají právo pobytu na území České republiky^{13a)} na dobu delší než 90 dnů^{13a)}, popřípadě pokud jsou osobami oprávněnými pobývat na území České republiky za účelem výzkumu^{13b)}, azylanty, osobami požívajícími doplňkové ochrany^{13c)}, žadateli o udělení mezinárodní ochrany^{13d)} nebo osobami požívajícími dočasné ochrany^{13e)}.

(3) Osoby uvedené v odstavci 2 písm. c) a d) se stávají dětmi, žáky nebo studenty příslušné školy nebo školského zařízení za podmínek stanovených tímto zákonem, pokud ředitel školy nebo školského zařízení prokáže nejpozději při zahájení vzdělávání nebo poskytování školských služeb oprávněnost svého pobytu na území České republiky. Oprávněnost pobytu na území České republiky se prokazuje dokladem podle zvláštního právního předpisu^{13f)}.

Ze zvýrazněného textu vyplývá, že od letošního 1.ledna se školní stravování poskytuje za stejných podmínek všem dětem, a to i těm, jejichž rodiče u nás nemají trvalý pobyt a statut rezidenta, jak tomu bylo dosud. I na tyto děti by tedy měly být poskytnuty normativní finanční prostředky ze státního rozpočtu.

2. S účinností od 1.února 2008 platí novela vyhlášky č. 84/2005 Sb., o nákladech na závodní stravování a jejich úhradě v příspěvkových organizacích zřízených územními samosprávnými celky, ve znění vyhlášky č. 94/2005 Sb. Tato novela má číslo 17/2008 Sb. a týká se zaměstnanců naprosté většiny mateřských, základních a středních škol, které jsou zřizovány kraji a obcemi.

Dále uvádíme její nejdůležitější změny s komentářem.

Od 1.února 2008 se tedy mění:

V § 3 odst.3 se za větu první vkládají věty druhá a třetí:

„Žákům středních škol a studentům podle věty první může být hlavní jídlo poskytnuto za sníženou úhradu pouze v případě, že je pro ně určeno používání prostředků fondu kulturních a sociálních potřeb. Pokud pro ně není používání prostředků fondu kulturních a sociálních služeb určeno, může jim být hlavní jídlo poskytnuto za úhradu ve výši pořizovací ceny surovin.“

Jedná se o upřesnění, za jakou cenu poskytnout hlavní jídlo žákům a studentům. Ve velké většině pro ně prostředky FKSP určeny nebyly a nejsou a proto stejně jako dříve budou hradit stravování ve výši pořizovací ceny potravin, jako tomu bylo dosud. Mohou

existovat výjimky, kdy jim příspěvek z FKSP bude podle kolektivní smlouvy organizace také přiznán. Týká se to ale pouze žáků, kteří byli přijati ke vzdělávání před nabytím účinnosti zákona č. 561/2004 Sb., školský zákon.

V § 3 odstavce 4 a 5 znějí:

„(4) Organizace poskytuje strážníkům uvedeným v odstavci 3 za sníženou úhradu jen jedno hlavní jídlo v kalendářním dni, pokud strážník vykonává práci pro organizaci alespoň 3 hodiny v daném kalendářním dni v místě sjednaném v pracovní smlouvě.“

Tímto se zajišťuje u zaměstnavatelů, kteří zabezpečují závodní stravování, nárok na poskytnutí závodního stravování též zaměstnancům, kteří vykonávají práci přes čas. Neplatí již dřívější podmínka „během stanovené pracovní směny“

„(5) Organizace může strážníkům uvedeným v odstavci 3 poskytnout za sníženou úhradu další hlavní jídlo v kalendářním dni, pokud strážník vykonává práci pro organizaci déle než 11 hodin v úhrnu s povinnou přestávkou v práci, kterou je zaměstnavatel povinen poskytnout zaměstnanci podle zákoníku práce, v daném kalendářním dni v místě výkonu práce sjednaném v pracovní smlouvě.“

Toto ustanovení zvyšuje délku směny, kdy má zaměstnanec nárok na druhé hlavní jídlo z 10 hodin na 11 hodin. Vzhledem k tomu, že ale jsou započítány i přestávky v práci, nedojde zřejmě k žádným velkým změnám. Ustanovení se rovněž přizpůsobuje terminologii zákoníku práce.

V § 3 odstavec 7 zní:

„(7) Organizace může zaměstnancům činným u ní na základě dohod o pracích konaných mimo pracovní poměr, pokud je to umožněno v kolektivní smlouvě nebo stanoveno ve vnitřním předpise, poskytnout jedno hlavní jídlo v kalendářním dni za úhradu ve výši pořizovací ceny surovin v případě, že jejich přítomnost v práci trvá v tomto kalendářním dni alespoň 3 hodiny.“

Tady se nejedná o nic nového proti minulosti, pouze je tam zdůrazněna minimální doba přítomnosti v práci, a to 3 hodiny. Byla vypuštěna věta o možnosti poskytovat stravování žákům a studentům, protože byla nadbytečná. Jejich stravování řeší §3 odst. 3

V § 3 odstavec 8 zní:

„(8) Zaměstnanci organizace, který vykonává práci v jejím vlastním zařízení závodního stravování a přímo se podílí na přípravě nebo výdeji jídel, se poskytuje hlavní jídlo za podmínek uvedených v odstavcích 4 a 5.

Nová formulace ruší dřívější povinnost uhradit za stravování sníženou úhradu. Vypadlo totiž ustanovení o tom, že zaměstnanec, který ji nechce uhradit, musí prokázat, že se v zařízení nestravuje. Zaměstnanec musí odpracovat min. 3 hodiny, aby se mohl stravovat a za své stravování zaplatit stejnou částku, jako ostatní zaměstnanci. Podle předkládací zprávy Ministerstva financí k této vyhlášce se zaměstnancům pracujícím ve vlastním zařízení závodního stravování stanoví stejné podmínky, jako pro ostatní zaměstnance.

V § 5 odst. 2 zní:

„(2) Organizace poskytuje strážníkům uvedeným v § 3 odst. 3 za sníženou úhradu jen jedno hlavní jídlo v kalendářním dni, pokud strážník vykonává práci pro organizaci alespoň 3 hodiny v daném kalendářním dni v místě výkonu práce sjednaném v pracovní smlouvě. Organizace může strážníkům uvedeným v § 3 odst.3 poskytnout za úhradu podle věty první další hlavní jídlo v daném kalendářním dni, pokud strážník vykonává práci pro organizaci déle než 11 hodin v úhrnu s přestávkou v práci, kterou je zaměstnavatel povinen poskytnout zaměstnanci podle zákoníku práce v místě výkonu sjednaném v pracovní smlouvě.“

Tato formulace upravuje nárok na poskytnutí hlavních jídel u zaměstnavatel zajišťujícího závodní stravování prostřednictvím jiného poskytovatele stejně, jako u organizací, které mají vlastní zařízení závodního stravování. Podle původního znění např. nemohl zaměstnanec, který odpracoval více než 3 hodiny a pak odjel na pracovní cestu odebrat hlavní jídlo u poskytovatele závodního stravování na základě smlouvy, kdežto, zaměstnanci organizace, která má vlastní stravovací zařízení, tomu nic nebránilo.

V § 6a odst. 2 písmeno b) zní: (§ 6a byl do vyhlášky vložen vyhláškou č.94/2006 Sb.)

„pokud odběr hlavního jídla, případě dalšího hlavního jídla spadá do doby, kdy vlastní zařízení závodního stravování nepracuje“

Jedná se o jinak formulované umožnění výjimky, kdy organizace, která má vlastní stravovací zařízení, může poskytnout stravování jiným způsobem např. u jiné organizace nebo poskytnutím stravenky nejen u dalšího hlavního jídla, ale již u prvního hlavního jídla.

V § 6a se doplnil odstavec 4, který zní:

„(4) Je-li závodní stravování zajišťováno a hrazeno podle § 4 a 5, může být zajišťováno a hrazeno na základě smlouvy s více organizačními složkami státu, právními nebo fyzickými osobami.“

Tento odstavec znamená určitou volnost, která dříve nebyla možná. Lze uzavřít smlouvy s několika různými poskytovateli závodního stravování i pro zaměstnance jedné školy.

Ve stejném duchu je i novela vyhlášky č.430/2001 Sb., o nákladech na závodní stravování a jejich úhradě v organizačních složkách státu a státních příspěvkových organizacích, a **to vyhláška č. 354/2007 Sb.**, která platí od 1. ledna 2008. Tato novela se týká pouze stravování zaměstnanců škol a školských zařízení zřizovaných MŠMT nebo jinými organizačními složkami státu.

Správná praxe IV

Vydáváme pokrmy v ŠJ a v odloučené výdejně

MVDr. Pavel Otoupal, CSc., Společnost pro výživu

Cílem stravovací služby školních jídelen je poskytovat dětem, žákům, studentům a ostatním strávníkům pestrou nabídku chutných pokrmů. Každodenně je proces přípravy pokrmů ovlivňován místními podmínkami a používanou praxí. Konečná fáze procesu výroby - způsob výdeje pokrmů, se může v jednotlivých ŠJ výrazně lišit a ovlivnit výslednou kvalitu poskytované služby. Je zřejmé, že samoobslužný způsob výdeje v klasické produkční kuchyni připravující i několik set porcí bude zcela jiný než u jídelny mateřské školy, kde se provoz často blíží podmínkám větší domácnosti.

Jestliže se dnes zabýváme správnou praxí při výdeji, je zcela nepochybné, že bez řádně provedených předchozích operací výroby pokrmu podle zásad správné praxe nelze očekávat na výdeji kvalitní a zdravotně nezávadný pokrm. Toho můžeme dosáhnout jen dodržáním technologických postupů a základních zásad hygieny potravin. V předchozích článcích jsme upozornili na to, jak si počínat již při příjmu a posouzení potravin, dále při jejich diferencovaném uskladnění, při důsledném oddělování hrubé přípravy rizikových potravin až po čistou přípravu a tepelné zpracování. Porušení správné praxe v kterékoliv fázi výroby vede naopak ve většině případů k narušení jakosti finálního výrobku teplé i studené kuchyně. Proto i při výdeji dbáme na **předcházení vzniku rizika**, tedy v pojmech správné praxe i HACCP bránit se možnosti uplatnění biologického, fyzikálního a chemického typu nebezpečí.

Na bezproblémový výdej mají jistě příznivý vliv dobře vyřešené prostorové podmínky místa výdeje a jeho vybavení technologickým zařízením. Ale téměř základní a rozhodující jsou pracovní a hygienické návyky zaměstnanců ŠJ, které mohou výrazně ovlivnit nejen kvalitu podávaného jídla, ale i jeho zdravotní nezávadnost. V tomto příspěvku se zaměříme na

některé skutečnosti, které bychom měli v souvislosti s výdejem znát a dodržovat. S řadou následujících informací jste se již setkali nebo je přímo používáte ve své praxi. Jistě však se mnou budete souhlasit, že je vždy co zlepšovat abychom se vyhnuli zbytečným chybám, na které by děti mohly doplatit.

Co nám říká „vyhláška“ a některé další právní předpisy?

Při poskytování stravovací služby platí, že pokrmy teplé kuchyně se musí dostat ke strávníkovi co nejdříve a musí mít při vydání **teplotu nejméně +60 stupňů C**. Vyhláška dále jmenovitě nařizuje, aby teplé pokrmy byly **udržovány v teplém stavu po dobu uvádění do oběhu, rozvozu nebo přepravy**. Výdej zde vyhláška (č.137/2004 Sb. v platném znění) označuje jako uvádění pokrmu do oběhu.

Většinou jsme zvyklí na dříve platnou zásadu, podle které je třeba organizovat denní výrobu pokrmů v pořadí podle časové náročnosti na jejich přípravu, aby mohly být pokrmy vydány nejpozději 3 resp. 4 hodiny od jejich dokončení. Dnes, podle platné právní úpravy určuje **lhůtu, do které má být pokrm vydán provozovatelem, a to na základě postupů založených na zásadách kritických bodů**. Pokrmy nevydané ve lhůtě, která byla určena provozovatelem, nelze dále skladovat, opakovaně ohřívat ani dodatečně zchlazovat nebo zmrazovat.“ (§ 25, vyhlášky).

V naprosté většině ŠJ je nadále zachovávána podmínka vydat dokončený pokrm nejpozději do 4 hodin od dohotovení, v řadě případů ve lhůtě ještě kratší. Pokud byla tato praxe potvrzena při zavádění a ročním ověřování systému kritických bodů jako správná, není důvod tuto zásadu měnit a dobu 4 hodin (nebo kratší) je v tomto případě možno považovat za dobu určenou provozovatelem ve smyslu platné vyhlášky. Pokud by

byly důvody tento čas určený k výdeji prodloužit, bylo by třeba analýzou nebezpečí řádně vyhodnotit zda všechny druhy vyráběných pokrmů budou mít požadované nutriční, smyslové vlastnosti a budou bezpečné – zdravotně nezávadné. Je třeba rovněž doložit jaká ovládací opatření pro změněnou situaci přijal poskytovatel stravovací služby. Tuto změnu ověřenou analýzou nebezpečí musí obsahovat i dokumentace systému HACCP.

Důležitým opatřením, kterým se budeme zabývat v souvislosti s výdejem pokrmů, je ochrana finálního výrobku před dodatečnou kontaminací. Tuto povinnost (ochranu potravin, včetně pokrmů) před možností jejich kontaminace ukládá Nařízení ES č. 852/2004 o hygieně potravin „**Na všech stupních výroby, zpracování a distribuce musí být potraviny chráněny proti jakékoli kontaminaci, která by mohla způsobit, že potraviny nebudou vhodné pro lidskou spotřebu, budou poškozovat zdraví nebo budou kontaminovány takovým způsobem, že by bylo nesmyslné očekávat, že by se mohly v takovém stavu konzumovat.**“

Stavební a technické řešení prostoru výdeje

Prostor výdeje pokrmů patří k čisté části kuchyně, provozně by měl navazovat na varnu, studenou kuchyň (pokud je zřízena) a umývárnu stolního nádobí. Prostor výdeje se zpravidla odděluje od varny a vybavuje se tepelnými zařízeními pro uchovávání hotových pokrmů, zařízeními pro výdej a přepravu pokrmů a chladicími zařízeními pro úchovu a výdej studených pokrmů. Pro samoobslužný způsob expedice pokrmů se instaluje výdejní linka, z níž si strážníci odebírají jídelní podnosy, příbory a nápoje. K předehřívání stolního nádobí se používají režony, častěji dnes však vyhřívání zásobníky talířů. V prostoru výdeje u větších kuchyní by mělo být umyvadlo s tekoucí teplou a studenou vodou s příslušenstvím (zásobníky mycího prostředku a papírových ručníků). Vždy by mělo být umyvadlo velmi blízko výdejního místa a pro vydávající kuchařky snadno dostupné.

Výdej kuchyně se vybavuje potřebným počtem ohřívacích stolů s lázní pro gastronádoby, pojízdnými stojany na příbory a plata, výdejními vozíky, vyhříváními zásobníky na talíře, nabídkovou vitrinou, chladicím zařízením a chlazenou vitrinou pro nabídku pokrmů studené kuchyně. Gastronádoby umístěvané do vodních lázní nebo vyhříváních výdejních vozíků musí mít poklice odpovídající rozměru gastronádoby s pokrmem. Před zahájením výdeje i v přestávkách, kdy nepřicházejí strážníci je zcela nezbytné poklicemi **zakrývat gastronádoby s teplým pokrmem**, jak z důvodu prevence ochrany pokrmu před kontaminací z prostředí, tak před snižováním teploty.

Výdejní linka by má být instalována tak, aby možno provádět řádné čištění a případnou dezinfekci podlah a stěn výdejních prostor. Důležitým jmenovitým požadavkem, který je stanoven předpisem ES, je řádné osvětlení výdejní linky (v hodnotách 540 lx

a vyšších). Je to především proto, aby bylo možno zjistit případné smyslové nežádoucí změny či cizí částice, které se přes provedená opatření mohly dostat do pokrmů.

S jakým nebezpečím se při výdeji můžeme setkat?

Biologický typ nebezpečí. Z rozboru epidemií z minulých let vyplývá, že příčinou většiny onemocnění z pokrmů bylo rozmnožení mikroorganismů nebo jejich toxinů během přípravy nebo manipulace s pokrmem. Je známo, že je téměř nemožné pracovat s potravinami, ve kterých by nebyly přítomny mikroorganismy, zejména bakterie. Mohou být obsaženy v rizikových potravinách již v syrovém stavu, nebo se dostávají do potravin a pokrmů dodatečnou kontaminací.

Nejčastějšími bakteriálními onemocněními z potravin a pokrmů velmi často hromadného, epidemického charakteru jsou u nás v posledních deseti letech **salmonelóza a kampylobakteriόza**. Primární příčinou vzniku onemocnění mohou být především nedostatečně tepelně zpracované potraviny živočišného původu, především **maso a vnitřnosti drůbeže a vejce** a pokrmy obsahující tyto potraviny. Podobné opatření - oddělené zpracování zasluhuje i maso jatečných zvířat. Zdravotní ohrožení kontaminací prostředí a pokrmů mohou způsobit také neloupané brambory, řádně neočištěná zelenina. Jejich hrubá příprava se musí provádět ve zvláštní místnosti nebo na místě odděleném od prostoru pro hotové pokrmy, a to takovým způsobem, aby nemohlo dojít ke kontaminaci. Zdálo by se to být samozřejmé, ale z praxe vím, že to tak bohužel vždy není. Uvedené potraviny musíme proto považovat za potenciálně rizikové, včetně rozpracované výroby (polotovarů). Nejúčinnější způsob jak riziku předcházet, je zacházet potravinami v souladu s jejich vlastnostmi a předpokládaným druhem nebezpečí. U teplých pokrmů důsledně dbát na jejich řádné tepelné opracování a dodržovat nepřerušovaný teplotní řetězec až do vydání pokrmu.

Fyzikální typ nebezpečí zahrnuje většinou cizí částice, které se dostaly do pokrmů během jejich přípravy nebo až při výdeji. Nežádoucí částice mohou pocházet:

- z použitých potravin, jejich obalů, z prostředí provozních místností ŠJ a od osob zaměstnaných v kuchyni,
- z potravin a jejich obalů to mohou být nejčastěji úlomky kostí, dále úlomky skla, kousky plastů, z prostředí kuchyně to může být částice malby, omítky, sklo z rozbitého okna, dřevěné nebo plastové třísky z porcovacích desek, kousky smaltu ze strojního zařízení a úlomky porcelánu ze stolního nádobí, částice z čistících pomůcek např. kovových žíněk a umělohmotných kartáčů,
- velké riziko přináší poškozené nádobí, rozbití skla, například skleněného obalu se zeleninou nebo kompotem,
- od zaměstnanců se v pokrmech nalézají do pokrmu spadlé knoflíky, nitě, vlasové sponky, kousky obvazů

a samozřejmě i vlasy, ozdoby a jejich části, kousky zdrhovadel a textilu.

Chemický typ nebezpečí. U výdeje pokrmů přichází v úvahu přítomnost toxických látek vznikajících při přípravě pokrmů. Jde o **látky vznikající přepalováním tuků, při dlouhodobém záhřevu pokrmů, při nevhodném způsobu grilování nebo pečení** atd. V takových případech by mohly být přítomny například zdravotně nežádoucí nitrozaminy, polycyklické aromatické uhlovodíky, produkty oxidace tuků, akrylamid, biogenní aminy. Na tato nebezpečí myslela již dřívější právní úprava, kterou dnes považujeme za důležitou zásadu správné praxe: „Pokrm, vykazující vady smyslových vlastností, například přepálení, nedopečení a přesolení, a pokrm, se zjištěnou nevhodnou záměnou nebo nevhodným použitím potraviny z hlediska dietních, fyziologických a specifických požadavků spotřebitelů, se hodnotí jako zdravotně závadné a nelze je uvádět do oběhu“. Takové porce pokrmů by neměly být ve ŠJ vydány.

Dalším dosti častým porušením správné praxe souvisejícím přímo s výdejem je **nedostatečné mytí syrové zeleniny a ovoce** podávané vcelku nebo ve formě salátů či oblohy na talíři. Tyto potraviny jsou často jen namočený a nikoliv důkladně omyty, přičemž mohou na povrchu obsahovat nečistoty i se zbytky agrochemikálií (jistě také i mikroorganismy).

Je vhodné také připomenout jako možné riziko chemického typu i rezidua z mycích či úklidových prostředků při poruše myčky, nebo při ručním mytí nádobí (po nedostatečně provedeném oplachu).

Bráníme se kontaminaci

U výdeje je hlavním preventivním požadavkem zachování teplotního řetězce až po podání pokrmu strávnickovi. Dalším základním opatřením u dokončených pokrmů je zamezit, případně účinně snížit možnost je kontaminovat. Toho dosáhneme, když vytváříme podmínky, které jsou pro rozmnožování mikrobů nepříznivé, které jejich rozmnožování znemožní nebo výrazně omezí. Snažíme se, aby dokončené pokrmy a jejich součásti se nedostaly do styku se zdrojem infekce. K mikrobiální kontaminaci může při výdeji pokrmů dojít:

- **křížením cest** v důsledku nevhodného členění provozovny, nevhodnou návazností nebo chyběním prostor nebo pracovišť,
- **ze strojního technologického zařízení**, a náčiní, které nebylo řádně udržováno a nebylo účinně čištěno,
- **z pracovních ploch**, u kterých není řádně provedena sanitace,
- především však **z rukou pracovníků**, kteří jsou nemocní, nebo porušují zásady osobní hygieny
- **nepoužíváním předepsaných pomůcek a postupů** při výdeji pokrmů.

Proč věnujeme takovou pozornost teplotě potravin a pokrmů?

Pokud se v pokrmech nalézají mikroby, především bakterie, nebo se tam např. křížovou kontaminací dostanou, mají splněnu řadu základních podmínek pro život a rozmnožování jako je dostatek živin, dostupnost vody, příznivé pH a přítomnost kyslíku. Zde do jisté míry záleží na nás, zda se nebezpečí uplatní, zda bakteriím poskytneme příhodnou teplotu a dostatek času k jejich pomnožení nebo vytvoření toxinu. Rychlý růst nenastane ihned po přenesení mikroorganismů např. z rukou pracovníka, z jiné suroviny, ze zařízení apod. do potraviny. Růst mikroorganismů v prostředí potraviny či pokrmu probíhá ve skutečnosti pomaleji. Vlastnímu intenzivnímu růstu předchází tzv. **adaptační fáze**, ve které si bakterie zvyká na nové podmínky a chystá se na růst. Pro praxi je tato skutečnost velmi důležitá a proto preventivními technologickými opatřeními tuto fázi adaptace prodlužujeme správným zacházením s potravinou, rozpracovaným i dokončeným pokrmem. U hotových pokrmů prodlužování adaptační fáze v případě sekundární kontaminace představují teploty požadované při uvádění pokrmů do oběhu. **Pro pomnožení jsou nebezpečné zejména déletrvající prodlevy při teplotách od + 15 do + 50 °C**, kdy je růst velkého spektra mikroorganismů, včetně patogenních.

Čas. Vliv teploty na růst bakterií přítomných z jakýchkoliv důvodů v pokrmu nemůže být posuzován bez vztahu k času. Teplota při které má bakterie možnost rozmnožování působí po určitou dobu. Čím déle je pokrm připravený k výdeji, např. teplý pokrm při teplotách pod +50 °C, pokrm studený kuchyně při teplotách vyšších než +10 °C, tím se postupně zvyšuje reálné riziko pomnožení případně přítomných bakterií. **Co nejkratší doba uchovávání potravin a co nejkratší doba prodlev při jejich výrobě, úpravě apod. znamená vyšší bezpečnost pokrmu nebo potraviny.**

Problém rozdílného chladnutí pokrmů.

Z praxe je našim čtenářkám a čtenářům jistě známo, že jednotlivé typy pokrmů chladnou velmi rozdílně. Pokrmy tekuté (polévky, omáčky, pokrmy typu gulášů) a kašovitě lze uchovávat po dobu výdeje a převážet při náležitě počáteční teplotě v odpovídajících přepravních nádobách bez větších problémů. S poměrně rychlým poklesem teplot vydávaných pokrmů nebo jejich součástí se však již setkáváme např. u houskových knedlíků, těstovin, rýže a porcovaných mas včetně ryb, která je téměř vždy nutno dohřát na teplotu, která přiměřeně zabezpečí požadavek vyhlášky o teplotě pokrmu na talíři. Na rychlost snížení teploty má jistě vliv funkčnost výdejních zařízení, naplnění výdejní nádoby pokrmem, přiměřenost velikosti výdejních nádob a teplota talířů před naporcováním pokrmu. Rychle chladnoucí pokrmy nebo jejich součásti je nejlépe před výdejem uchovávat v konvektomatu nebo temperovací skříni. *Jistě máte všude funkční vpichový teploměr abyste se mohli přesvědčit jak teplý pokrm vydáváte.*

Expedice a výdej pokrmů v odloučené ŠJ - výdejně

V řadě školních jídelen se již strava na místě nepřipravuje a pokrmy se dováží do školní jídelny, která je zařízena jako **výdejna**. Při rozhodnutí, že pokrmy budou dováženy v teplém stavu, je nezbytné vědět jaké jsou pro dovoz stanoveny podmínky z hlediska dodržení požadavků, jakosti a zdravotní nezávadnost pokrmů. Odběratel by se měl přesvědčit o tom, zda jeho dodavatel má předpoklady tyto podmínky splnit. Dovoz pokrmů z jiné provozovny společného stravování, než je školní jídelna by měl být zcela výjimečný (§ 2, odst. 2 vyhlášky č. 107/2005 Sb.) Rozhodně lze doporučit předem konzultovat takové řešení s kompetentními pracovníky orgánu ochrany veřejného zdraví (krajské hygienické stanice) nebo zdravotních ústavů.

- Jednou ze základních podmínek je dodržení bezpečného časového limitu. Strávníkům ŠJ nesmí být podán pokrm, který by překračoval dobu, kterou určil jeho výrobce (poskytovatel stravovací služby). Do této doby se započítává čas potřebný pro konečnou úpravu pokrmů, plnění do přepravních obalů, rozvoz a přepravu. Při expedici a rozvozu, a uchování pokrmů do výdeje teplých pokrmů musí být udržována taková teplota pokrmu, aby mohl být splněn požadavek + 60°C na talíři strávníka I pro dovezené pokrmy platí, že nevydané teplé pokrmy ve stanovené lhůtě od dokončení jejich tepelné úpravy musí být ihned vyloučeny z dalšího použití ve stravovacích službách; nelze je tedy po uplynutí této lhůty dále skladovat, ohřívat, zchlazovat ani zmrazovat.
- sledování zachování podmínek teplotního řetězce při dokončení, expedici, transportu a příjmu teplých pokrmů ve výdejně je jednou ze základních povinností v systémech založených na principech kritických bodů – HACCP. Teplotní a ostatní podmínky pro výdej dovezených teplých i studených pokrmů jsou stejné jako když jsou pokrmy vyráběny v místě konzumace.
- označování dodávaných pokrmů – je předepsáno, aby pokrmy dodávané do výdejny byly vhodným způsobem označovány. Minimální informace by měla obsahovat název pokrmu, počet porcí, datum a hodinu do kdy musí být pokrm spotřebován. Způsob značení není předepsán, lze použít i formu dodacího listu.
- rozvozu pokrmů lze použít jen čisté obaly a takové přepravní nádoby, výdejní obaly a vozíky, které po dobu rozvozu uchovávají pokrmy při stanovených teplotách, ochrání je před kontaminací a jsou snadno čistitelné a omývatelné.

K expedici mimo objekt, pokud se pokrmy přepravují v teplém stavu je nutno používat transportní nádoby, které tepelnou izolací zabezpečí udržení požadované teploty pokrmu během přepravy. Dosud je ještě možno se setkat s používáním termosů u kterých je jejich tepelná izolace nedokonalá. Kromě toho, že pokrmy je

nutno v místě výdeje zpravidla znovu prohřát, může dojít při poklesu teploty k rychlému pomnožení mikroorganismů nebo ke tvorbě bakteriálních toxinů s možností onemocnění strávníků Proto se v posledních letech pro expedici pokrmů mimo objekt používají mnohem vhodnější termoporty.

TERMOPORT je transportní obal pro převoz teplých i studených pokrmů a nápojů z místa výroby do místa odbytu, výdeje. Tepelná izolace všech stěn zabezpečuje jen malé změny teplot jak u teplých tak chlazených součástí po dobu přepravy. Jsou využívány typizované rozměry gastronádob, které jsou vkládány do obalu například přímo z konvektometru. Je nutno volit takový vhodný užitný objem nádoby vzhledem k počtu porcí, aby gastronádoba byla co nejvíce zaplněna teplou (studenou) součástí pokrmu.

Na závěr si připomeňme několik nejdůležitějších zásad pro výdej pokrmů v ŠJ

- pokrmy do doby výdeje se **musí uchovávat tak, aby nebyl porušen teplotní řetězec** a musí být chráněny před kontaminací (např. přikrýváním výdejních nádob),
- **pokrmy teplé kuchyně** se až do výdeje uchovávají **při takové teplotě, aby pokrm při jeho předání strávníkovi na talíři dosahoval teploty 60 °C**. Pokud dojde např. při konečné úpravě k poklesu teplot, je třeba pokrm opět zahřát, aby bylo dosaženo bezpečné teploty ve všech jeho částech,
- před umístěním studených pokrmů do chlazených nabídkových vitrín nebo přímo k výdeji strávníkům je nutno **pokrm studené kuchyně uchovávat v chladicích zařízeních**. Pro hotové výrobky a rozpracované produkty určené pro pokrmy studené kuchyně by měla být podle velikosti produkce vyčleněna samostatná chladicí zařízení,
- **potraviny vydávané v jednoporcovém balení přímo ke spotřebě** (např. mléčné výrobky, nápoje) je třeba **před jejich vydáním dětem zkontrolovat**. Všimáme si nejen neporušenosti obalu, data spotřeby, ale také po otevření obalu sensoricky posoudíme, zda výrobek nemá změněné vlastnosti pro daný druh,
- kuchařky vydávající jídlo si musí vždy **před zahájením výdeje důkladně umýt ruce a mít zcela čistý ochranný oděv**,
- Při výdeji a porcování pokrmů na talíři se nesmí zapomenout na vkusnou úpravu jednotlivých součástí jídla na talíři, při které je třeba co nejvíce **používat náčiní nebo plastovou rukavici na jedno použití**,
- **plnění přepravních nádob pokrmů určenými k rozvozu musí být prováděno v podmínkách, které zaručují, že nedojde ke kontaminaci potravin pokrmů nebo přepravních nádob**. Transportní obaly je zapotřebí uskladňovat samostatně, zabezpečit jejich mytí.

Jaterní dieta

Bc. Alena Strosserová, ÚMČ Praha 3

Jaterní dietu používáme jako základní součást léčby zejména v rekonvalescenci po infekční žloutence a mononukleóze.

Infekční žloutenka i infekční mononukleóza jsou onemocnění virového původu, která postihují játra. Rozsah postižení jater nebývá vždy stejný, podobně také projevy choroby se mohou od sebe dosti lišit. Potřeba dietního režimu závisí na stupni proběhlého poškození jater, ten však může být u jednotlivých typů odlišný.

Příčiny onemocnění a jejich průběh

1. **Infekční žloutenka (používaný název je akutní hepatitida)** může být vyvolána virem, které jsou označovány jako A, B, C, D a E, existují i viry hepatitidy G a TTV a lze očekávat, že další budou objeveny. Samotný název „žloutenka“ není zcela přesný, protože žlutavé zbarvení kůže (ikterus) se neprojevuje u nemocného vždy, spíše je možno říci, že častější bývá průběh bez zvýšení barviva bilirubinu, který toto žluté zbarvení vyvolává. Z hlediska léčby a následného dodržování diety však není důležité, zda žluté zbarvení kůže existuje, nebo nikoliv, určitá dietní opatření je však nutno dodržovat v každém případě.

a) **Hepatitida typu A** se častěji vyskytuje u mladých osob a je označována jako choroba špinavých rukou. Proto je samozřejmé, že jedním z nejdůležitějších preventivních opatření, hned za očkováním, je pečlivé dodržování běžných hygienických návyků. V naprosté většině typ A odezní zcela bez následků a prakticky nikdy nevede k chronickému stavu (chronické hepatitidě) se všemi důsledky. Podobné onemocnění je tzv. hepatitida typu E, která se však v našich oblastech vyskytuje zřídka a pouze jako onemocnění přivezené z jiných zemí, např. z Asie.

b) **Hepatitida typu B** se šíří pohlavním stykem a krví.

c) **Hepatitidy typu C, eventuálně D**, jsou v naprosté většině přenášeny krví. Přenos jinou cestou je sice možný, je však podstatně méně častý. Virus hepatitidy D nemůže existovat samotný, je schopen se množit pouze v přítomnosti viru hepatitidy B. Přítomnost viru D u hepatitidy B většinou podmiňuje závažnější průběh choroby. U těchto typů akutní začátek neprobíhá, chorobu převážně diagnostikujeme jako chronickou (vleklou) formu. Žluté zbarvení kůže bývá projevem těžkého průběhu chronické formy.

2. Mononukleóza je onemocnění vyvolané také virem, jedná se hlavně o tzv. virus Epstein-Barr (tzv. EB virus) a cytomegalovirus. Jaterní poškození však nedosahuje takového stupně, jako u virové hepatitidy.

3. Poškození jater mohou vyvolat i **jiné viry**, jako tomu bývá u žluté zimnice, vcelku vzácně u spalniček a podobně. Tyto stavy však neoznačujeme jako akutní hepatitidu, ale konkrétním názvem choroby. S výjimkou žluté zimnice jsou většinou játra postižena jen málo, prakticky v tomto směru nebývají prováděna žádná speciální dietní či jiná opatření.

Jaterní dieta

je přísná dieta, kterou je nutno držet alespoň do té doby, než se stabilizují jaterní testy, pak je zpravidla možno dietu

rozvolnit (záleží na stavu pacienta) dieta se drží minimálně 3 - 6 měsíců.

Je sestavená zhruba podle stejných zásad jako žlučnicková dieta s omezením tuku, je však méně přísná a navíc jsou do ní zařazeny v hojné míře bílkoviny mléčné, mléko a netučné mléčné výrobky, především tvaroh. Má v ní být dostatečné množství libového masa, vajec však nejvýše 1 kus denně, proto vaječná jídla jako samostatná nepodáváme. Tuky jsou omezeny; stejně jako ve žlučnickové dietě mastíme jen čerstvým, nepřepáleným máslem.

Jídlo má být lehce stravitelné a nenadýmavé. Celkově má být dieta kaloricky vydatná, čehož docílíme někdy též vhodným předkrmem nebo moučnickem. Je proto i její cena proti běžným dietám poněkud zvýšená.

Především je na místě, aby jak výběr podávaných jídel, tak jejich úprava odpovídaly dietě, která organismus šetří. Proto je vhodné dbát na vcelku pravidelné rozložení stravy v průběhu dne, tj. mimo 3 hlavní jídla (snídaní, oběd, večeři) jíst také lehčí svačiny.

1. ZAKÁZANÉ POTRAVINY

- alkohol (víno, aperitiv, pivo, koňak, vodka, apod.)
- zrnková káva, nápoje syčené CO₂
- sádlo, slanina, lůj a všechny přepálené tuky
- tučné uzeniny (vuřty, uherský salám, vysočina, česnekový salám, paprikový salám apod.)
- paštika, mětský salám, jitrnice, vinné klobásy, tučná masa, vnitřnosti, tučné vývary z mas, nakládaná, konzervovaná, smažená masa
- šproty, uzené a nakládané ryby, tučné ryby, jikry, mlíčí
- šlehačka, smetana, smetanové jogurty, tučné sýry (nad 40 %), aromatické sýry (pivní sýr, syrečky, romadúr apod.)
- luštěniny, květák, zelí, ledový salát, salátová okurka, kapusta, česnek, čerstvá cibule, nakládaná zelenina
- čerstvé pečivo, teplé koláče, kynuté buchtý a koláče, listové těsto (závin, šátečky), smažené těsto (koblihy), chipsy, oplatky
- burské oříšky, vlašské ořechy, mandle, slunečnicová semínka, mák
- ostré koření (pepř, pálivá paprika, kari apod.), masox, sójová omáčka, worcesterská omáčka, ocet
- majonéza, tatarská omáčka
- čokoláda, moučnický s tučnými krémy
- kynuté knedlíky, hranolky, smažené přílohy

2. POVOLENÉ POTRAVINY

- dušená šunka, debrecínka, šunkový salám
- libová masa (kuře, králík, vepřová a hovězí kýta, filé, kapr, štika)
- mrkev, celer, petržel, brokolice, kadeřávek, chřest, tykev, pastinák, patison, čínské zelí, rajčata dle snášenlivosti, pórek, topinambury, červená řepa

- všechny druhy ovoce, kromě nadýmavých druhů a ovoce s tvrdými slupkami a zrníčky - vhodné jsou např. jablka, mandarinky, kiwi, banány, meruňky, grep, hroznové víno, apod., kompoty, ovocné přesnídávky
- starší pečivo, chléb, nekynuté koláče a sladkosti z piškotového, bramborového, tvarohového a třeného těsta
- zelené koření (bazalka, tymián, šalvěj, oregano, libeček, zelená petrželka, meduňka, bobkový list, máta peprná apod.)
- netučné mléčné výrobky označené jako light nebo nízkenergetické
- olej (olivový, slunečnicový, řepkový), čerstvé máslo, Rama, Flora apod.

3. TECHNOLOGICKÁ ÚPRAVA POKRMŮ

- Používáme vaření, dušení, pečení ve vodní lázni, v alobalu, v mikrovlnné troubě, na grilu bez potírání tukem.
- Masa opékáme na sucho, tuk přidáváme do hotových pokrmů, aby nedocházelo k přepalování. Masa poléváme netučným vývarem z masa, zeleniny nebo vodou.
- **Zakázáno je smažení!**
- Jídlo zahušťujeme moukou rozmíchanou ve vodě nebo v mléce, strouhanými bramborami, mixovanou kořenovou zeleninou, moukou, krupicí apod. Mouku můžeme pro lepší chuť a barvu opážit na sucho do růžova.
- Nevhodné je zahušťování jíškou a příprava pokrmů na cibulovém základě.
- **Polévky** připravujeme z obilovin, pečiva, vnitřností (kromě brzlíku a mozečku, které jsou bohaté na cholesterol), masa, brambor, mléka. Používáme všech druhů zeleniny, kromě zelí, kapusty, cibule, které jsou nadýmavé. Nikdy však nedusíme s tukem, ani nesmažíme, jen vaříme. Polévky zahušťujeme moukou na sucho opraženou a až do hotových přidáváme čerstvé, nepřepalované máslo.
- **Maso** vybíráme libové, jinak možno použít všech druhů, dbáme-li správných zásad technologické přípravy. Hlavním pravidlem je, vyvarovat se přepalování tuků. Proto maso buď vaříme, nebo je pečeme i dusíme bez tuku a opékáme na suché pánvi. Šťávu zahušťujeme moukou na sucho opraženou a čerstvé máslo přidáváme těsně před podáváním. Kořeníme kmínem, majoránkou, vývarem z hub, křenem.
- Chceme-li maso vystřídat **jídlem bezmasým**, nahradíme bílkoviny **tvarohem a netučným sýrem**. Při přípravě bezmasých hlavních jídel pamatujeme na omezování vajec a tuku (nákypy, pudinky připravujeme bez třeného základu). Výběr zeleniny a ovoce k přípravě samostatných jídel je téměř neomezený, vyhýbáme se jen nadýmavým druhům.
- **Knedlíky** kypříme sodovkou, kypřícím práškem nebo sněhem z bílků, **nedoporučujeme je kypřit droždím**. Kromě houskových knedlíků připravujeme také knedlíky bramborové, které doplňujeme krupicí, krájenou houskou a strouhankou. Vhodné jsou jemné knedlíky, karlovarské a vídeňské.
- **Brambory** můžeme podat vařené nebo jako kaši. Pečeme-li je, tedy bez tuku, ať již ve slupce nebo loupané.
- **Přílohy** jsou vhodné rýže, těstoviny, kuskus, jemné knedlíky, jáhly, které dusíme obdobně jako rýži nebo kroupy.
- **Omačky** připravíme z mouky na sucho opražené, ředíme je mlékem, vývarem ze zeleniny nebo masa, případně jogurtem. Zlepšování smetanou nedoporučujeme pro zvyšování obsahu tuků. Mastíme je zásadně máslem, které přidáváme až do hotových pokrmů.
- **Výběr zeleniny** je omezený její nadýmavostí a osobní snášenlivostí. Zeleninu podáváme v nejrůznějších úpravách, kromě smažení. Zeleninové pokrmy mastíme máslem nebo olejem, které přidáváme až do hotových pokrmů, takže se při dušení nepřepalují. Přednost dáváme jidlům zeleninovým přírodním, tj. bez mouky nebo s jejím minimálním přidavkem. Saláty připravujeme ze všech druhů vařené zeleniny. Syrové saláty připravujeme z jemně strouhané mrkve, brukve, dále z hlávkového salátu a čínské zelí. Kyselíme je citrónovou šťávou, ne octem.
- **Ovoce** má být často zařazováno. V první řadě zařazujeme ovoce syrové, nebo přírodní ovocné šťávy a teprve na druhém místě ovoce kompotované. Kromě tvrdých hrušek a bobulovitého ovoce s množstvím zrníček je výběr omezený pouze individuální snášenlivostí.
- **Moučníky** dáváme přednost sladkým moučníkům tvarohovým nebo plněným tvarohovými krémy. Sortiment moučníků je široký. Velmi vhodný je pudink, zejména šlehaný s tvarohem. Vyřazujeme jedině pečivo tučné nebo to, které bylo upraveno na přepáleném tuku: těsto křehké, lístkové, kobličky, vdolky. Nedoporučujeme ani smažené omelety a palačinky (lze pouze pečené bez tuku na nepřilnavém povrchu). Kynuté pečivo připravujeme jednoduché, tj. s malým přidavkem tuku a vajec, podáváme je až druhý den po upečení. Rovněž mák, ořechy, čokoládu apod. neužíváme.
- **Nápoje** vhodné jsou zejména ovocné a černé čaje, bílá káva, mléčné nápoje, sirupy, džusy (lépe ředit), kakao, mošty, minerálky a neperlivé vody. Vyhýbáme se alkoholu, kávě, syceným nápojům, limonádám.

ZÁVĚR

Je třeba počítat s tím, že po odeznění akutního onemocnění může přetrvávat nějakou dobu horší snášenlivost některých pokrmů (nazývaná intolerancí), jako například intolerance nadýmavých potravin, někdy také přechodné mléka, jídel s větším obsahem tuku a podobně. V tomto směru je při výběru jídla nutno postupovat zcela individuálně - při postupném zvolňování počáteční diety ověříme toleranci (snášenlivost) konkrétního nového, neodzkoušeného pokrmu tak, že ho vezmeme menší porci a v případě dobré snášenlivosti pak v dalším období můžeme zkonsumovat porci celou. Většinou počáteční horší tolerance se pak příznivě upravuje.

Jaterní dieta je dietou dlouhodobou a její dodržování má významný vliv na průběh onemocnění, rekonvalescenci i případné následky. Snášenlivost potravin i technologických úprav je individuální, a proto je třeba při vaření této diety aktivně spolupracovat se strážníkem. Dodržování šetřící technologie i opatrné postupné zařazování všech potravin může trvat dlouhou dobu, ale určitě zde platí, že trpělivost přinese výsledky. Dieta se dá vařit pestrě a chutně, takže omezení strážníků je minimální.

Dotazy rodičů na portálu Jidelny.cz

Odpovědi: Ing. Eva Šulcová, Společnost pro výživu, Praha

- Stravování předškolního dítěte v MŠ. Může odebrat pouze ranní svačinu a oběd ne? A jak je to s odpolední svačinkou.
Zpravodaj: Pokud dítě není v době podávání některého denního jídla ve škole, pak je neodebírání a samozřejmě ani neplatí. Pokud ve škole je, jídlo odebírání.
- Stravování dětí s dietou v ŠJ
Zpravodaj: Podávání dietních pokrmů není povinností školní jídelny ze zákona. Jestliže jídelna může dietní stravování zajistit z provozních a odborných podmínek – ručí za to, že dietní strava bude připravena bezchybně, doporučujeme, aby rodičům vyhověla.
- Na internetu má školní jídelna, ve které se stravují naše děti, vystaven jídelní lístek. Může mi někdo, prosím, odpovědět, jestli je možná kombinace vepřový guláš s fazolemi, nápoj mléko? V mateřské škole svačina: jogurt, pečivo, mléko. Přestože naše děti mléko milují, k těmto jídlům je odmítají pít. Děkuji.
Zpravodaj: Mléko je potravina, nikoli nápoj, proto je zařazováno jako doplněk stravy. Někomu Vámi uváděná kombinace vadí, jiný ji akceptuje. Školním jídelnám doporučujeme, aby mléko podávaly zároveň s možností výběru např. čaje.
- Moje děcka chodí do ZŠ, kde i obědvají. Nabídka jídel je rozumná, ale zato nápojů je dost omezená - většinou se střídá čaj a limonáda ze sirupu. Nemyslím si, že by ani jedno bylo nějak extra zdravé - čaj ještě jakž takž, ale limonáda ze sirupu, který se ředí 1:16 - to musí být samá chemie. Protože pracuji ve firmě, která distribuuje nápoje vím, že existuje jedna firma...jméno mohu dohledat, která distribuuje ovocné koncentráty. Ovocný koncentrát je vlastně ovocná šťáva (např. z jablek), ze které se odpaří voda. Je to tedy sirup, ale na přírodní bázi - každý ho pak může zpětně zředit vodou a vyrobit džus. Při větších množstvích se cena pohybuje kolem 13 Kč/1 100% jablečného džusu, který je jistě lepší než čaj nebo „chemická“ limonáda. Chci se zeptat, zdali by bylo možné doporučit nákup takové suroviny školní jídelně, nebo je tam nějaký zádrhel (legislativa atp.) nebo je to moc drahé?
Zpravodaj: Nic proti čaji, zejména s citronem, medem. Sirupy, které jsou běžné v obchodní síti, musí být schváleny hygienickou službou a tudíž jsou vhodné i pro děti, pokud na nich není označeno jinak. Ovocné koncentráty jsou jistě velmi dobrou alternativou a jejich podávání nic nebrání. Doporučujeme projednat možnost jejich podávání přímo s vedoucí školní jídelny nebo s radou školy, event. obrátit se na příslušnou školní inspekci v kraji, která školní stravování a jeho úroveň kontroluje.
- Odpolední svačiny, obědy
Já si nemohu dát 5 leté dítě na 4 hodiny, když chodím do práce, ale končím někdy ve 13 h a beru si dítě domů - 3x týdně! Myslím si, že je vše o domluvě lidí! P. hospodářka si chce prostě ušetřit práci. Svačiny jsme si dříve odhlašovali, ale podle nařízení hospodářky to nesmíme dělat, protože je neodpočítává! Kamarádka na jiné škole dostává svačinku zabalenu k obědu, a tu jí učitelka předá i s dítětem při odchodu. Už se několik rodičů ozvalo kvůli obědům, ale prý je prostě nedostaneme domů v den nemoci, protože to není uvedeno ve vyhlášce 107, že se musí vydat, a tak jsme skončili s p. hospodářkou!
- **Zpravodaj:** Podle Vyhlášky č. 107/2007 Sb., ze dne 25. února 2005, o školním stravování, par. 4, odst. 3 má dítě v mateřské škole právo denně odebrat:
 - a) oběd, jedno předcházející a jedno navazující doplňkové (přesnídávka, svačina) jídlo, je-li vzděláváno ve třídě s celodenním provozem
 - b) oběd a jedno předcházející doplňkové jídlo, je-li vzděláváno ve třídě s polodenním provozem
 - c) hlavní a doplňková jídla s výjimkou druhé večeře, je-li vzděláváno ve třídě s internátním provozem.Podle odst. 9) téhož paragrafu se první den neplánované nepřítomnosti strávnicka ve škole nebo školském zařízení pro účely citované vyhlášky považuje za pobyt ve škole nebo školském zařízení, čili stručně a jasně česky: v první den onemocnění máte právo odebrat jídla do vhodných obalů či nádob. Podrobnosti provozu školy a jídelny musí být stanoveny ve vnitřním provozním řádu, proto se obraťte na ředitele/ku školy se žádostí o předložení tohoto předpisu, nebo na radu školy, popř. na příslušné orgány České školní inspekce. Také odbor školství krajského úřadu je povinen Vám podat informace a pomoci.
- V naší škole si děti odhlašují na týden odpolední svačinky. Některé holky chodí ve středu do tanečního kroužku, tak si většinou berou sebou náhradní svačinku (ovoce, oplatky...).
- **Zpravodaj:** Proč ne? Ale přednostně to ovoce.
- Hodně, ale opravdu hodně mě vadí, že si mé dítě nesmí odnést jogurt nebo jablko z jídelny.
Zpravodaj: Nikde není stanoveno, že součást stravy, kde nehrozí vznik alimentární nákazy, např. ovoce, balené potraviny, müsli tyčinka apod. nelze odnést z jídelny. Důvodem zákazu je možná skutečnost, že děti někdy takové potraviny pohazují v okolí školy, napichují je na větvičky v parku
Zjistěte u ředitele/ky školy, proč takový zákaz existuje a zda je uveden ve vnitřním řádu školy.
- V jiné jídelně, kam chodí mé dítě na obědy, je zavedena omezovací šikana. Nesmí se nic vynášet. Z pozice rodiče: jsem nucena platit i za jogurty, které většina dětí po obědě nesní, protože v misce jsou už teplé (těžko je někde udržet na 8st.C) a nebo zteplají, než se k nim dítě dostane po jídle. Z pozice rodiče mě spotřební koš nezajímá. Obědy platím, jogurt, müsli, banán - chci, aby dítě doneslo domů. Ale má zákaz. Tudíž si to nevezme a já vyhazuji peníze z okna. Pokud je pár chuligánů pohazuje kolem školy, tak má být před školou dozor a řešit to přímo na místě.
Zpravodaj: viz předchozí odpověď. Aby škola měla možnost hlídat okolí, nevím, nevím ... Co takhle děti (ve spolupráci se školou) lépe poučit o zacházení s potravinami?
- Prosím o radu, moje dcera se stravuje ve školní jídelně, kde mají na výběr ze dvou jídel, ale moje představa o výběru je jiná než celé školní jídelny. Chtěla bych, aby bylo do jídelního lístku zařazeno více zeleninových a tzv. lehce stravitelných jídel, ale vždy mě vedoucí stravování odbude, že musí dodržovat spotřební koš a normy evropské unie, ale proč jinde to jde, existuje pro mě jako rodiče nějaká možnost jak dokázat, že lze vařit zdravěji za dodržení všech pravidel. Prosím, poradte mi, Děkuji.

Zpravodaj: Normy EU nemají s českým školním stravováním nic společného, spotřební koš, který je součástí Vyhlášky 107/2005 Sb., o školním stravování určuje průměrné množství vybraných potravin (ve skupinách potravin, např. maso, ryby, zelenina atd.) na 1 strávnicka za měsíc podle věku. Za splnění se považuje při odchylce + - 25% stanovené dávky s výjimkou tuků, kde množství volných tuků (tzn. těch, které do pokrmů přidáváme při jejich úpravě) představuje horní hranici, kterou lze snížit, s důrazem na zvyšování spotřeby rostlinných tuků. Množství zeleniny, ovoce a luštěnin je dolní hranicí spotřeby, kterou je žádoucí zvýšit. O posouzení jídelních lístků a spotřebního koše můžete požádat příslušný orgán České školní inspekce nebo hygienické služby.

- Kdo rozhoduje o tom, která kuchyně bude vyvažovat určité škole, školce. A jak postupovat v případě nevhodného jídelníčku v MŠ. Už přes rok máme s tímto problémem, který nejde vyřešit. Zajímá mě také, jestli lze poslat nějakou tajnou kontrolu do MŠ?

Zpravodaj: Podle vyhlášky č. 107/2005 Sb., o školním stravování, par. 2, odst. 3 rozhoduje „právní osoba vykonávající činnost školy nebo školského zařízení“, jednoduše ředitelství školy nebo jiný oprávněný orgán (KÚ, MŠMT ČR – podle toho, kdo školu zřizuje a odpovídá za ni) podle místních podmínek o tom, kdo a za jakých podmínek bude stravování zajišťovat a ty vymezí ve školním nebo vnitřním řádu. Tajná kontrola? Mezi dětskými strávnickými? Požádejte o přepadovou kontrolu Českou školní inspekci, hygienickou službu nebo odbor školství KÚ. Právo do toho mluvit má také rada školy

- Je přijatelné, aby dítě, které končí školu až o půl druhé, šlo na oběd a tam dostalo vlažné jídlo? Je na to nějaké právo, které říká jak by měl vypadat školní oběd a jeho teplota?

Zpravodaj: Podle evropských i národních hygienických vyhlášek musí teplota pokrmů na talíři dosahovat + 60°C! Z toho není úniku! Obráťte se na ředitele/ku školy, vedoucí školní jídelny, popř. na orgány hygienické služby.

- Chtěla bych se vás zeptat, jak velké porce, popřípadě kolik by měly vážit gramů pro žáka deváté třídy, který za obědy platí 22 Kč.

Zpravodaj: To nelze jednoznačně říci, každý pokrm je jiný stejně jako jeho hmotnost. Např. pro chlapce ve věku 11 – 15 roků se počítá s porcí masa v syrovém

stavu 80 g, po úpravě váží porce kolem 48 g bez šťávy či omáčky, záleží na druhu masa a na technologické úpravě. Objem porcí příloh zpravidla určuje sám strávnick podle své potřeby. Pro školní stravování existují receptury, kde je průměrná hmotnost každého pokrmu uvedena. S recepturami se můžete seznámit ve školní jídelně nebo na školském odboru KÚ či v příslušné organizaci České školní inspekce. Připomínáme, že receptury nejsou závazné.

- Můžete mi prosím sdělit, kolik gramů masa je jedna porce pro žáka nižšího ročníku? Děti si stále stěžují na malé porce masa v naší školní jídelně.

Zpravodaj: Průměrná hmotnost porcí masa v syrovém stavu je následující:

pro děti ve věku 3 – 6 roků	50 g
6 – 11 roků	70 g
11 – 15 roků	80 g
15 – 18 roků a dospělí	100 g dívky 125 g chlapci

Teplou úpravou ztrácí maso cca 40 % hmotnosti. Hmotnost odpovídá zdravotnickým doporučením.

- Mám dotaz zda je někde ve vyhlášce podle čeho se rozdělují děti do kategorií (př. když ve školním roce dovrší 7 let, tak má kategorii 7-10let).

Zpravodaj: Určuje to vyhláška MŠMT ČR č. 107/2005 Sb., o školním stravování

- Mám dítě v první třídě ZŠ, a v porovnání s jídelnou v bývalé MŠ jsem mírně v šoku, Jídelní lístek na ZŠ je o mnoho chudší, proto bych ráda věděla, zda jsou nějaké normy na počet jídel s rybou během měsíce, dále na počet a skladbu přidaného ovoce, kompotů, salátů atd. během měsíce, velice děkuji za vyřízení a přeji hezký den

Zpravodaj: Vyhláška č. 107/2005 Sb., o školním stravování stanoví průměrnou spotřebu jednotlivých skupin potravin (maso, ryby, zelenina atd.) na strávnicka podle věku za měsíc. Vedle toho existují doporučení, jak tento spotřební koš naplnit, jak sestavovat jídelní lístek, kolikrát v měsíci zařadit tu kterou komoditu, aby byl spotřební koš v průměru naplněn. Pokyny lze nalézt např. ve Zpravodaji pro školní stravování č. 2/2005 nebo ve III. díle Receptur pro školní stravování, vydaných Společností pro výživu v r. 2007.

Bezpečnost práce a ochrana zdraví při práci II.

Mgr. Eva Dvořáčková, ČMKOS Praha

ZP § 104 Osobní ochranné pracovní prostředky, pracovní oděvy a obuv, mycí, čisticí a dezinfekční prostředky a ochranné nápoje

(1) Není-li možné rizika odstranit nebo dostatečně omezit prostředky kolektivní ochrany nebo opatřeními v oblasti organizace práce, je zaměstnavatel povinen poskytnout zaměstnancům osobní ochranné pracovní prostředky. Osobní

ochranné pracovní prostředky jsou ochranné prostředky, které musí chránit zaměstnance před riziky, nesmí ohrožovat jejich zdraví, nesmí bránit při výkonu práce a musí splňovat požadavky stanovené prováděcím právním předpisem.¹⁾

¹⁾ Nařízení vlády č. 21/2003 Sb., kterým se stanoví technické požadavky na osobní ochranné prostředky.

(2) V prostředí, v němž oděv nebo obuv podléhá při práci mimořádnému opotřebení nebo znečištění, poskytuje zaměstnavatel jako osobní ochranné pracovní prostředky též pracovní oděv nebo obuv.

(3) Zaměstnavatel je povinen poskytovat zaměstnancům mycí, čisticí a dezinfekční prostředky na základě zhodnocení rozsahu znečištění zaměstnanců při práci nebo jejich ohrožení dráždivými látkami a na pracovištích s nevyhovujícími mikroklimatickými podmínkami, v rozsahu a za podmínek stanovených zvláštním právním předpisem, též ochranné nápoje.

(4) Zaměstnavatel je povinen udržovat osobní ochranné pracovní prostředky v použitelném stavu a kontrolovat jejich používání.

(5) Osobní ochranné pracovní prostředky, mycí, čisticí a dezinfekční prostředky a ochranné nápoje poskytne zaměstnavatel zaměstnanci bezplatně podle vlastního seznamu zpracovaného na základě vyhodnocení rizik a konkrétních podmínek práce. Poskytování osobních ochranných pracovních prostředků nesmí zaměstnavatel nahrazovat finančním plněním.

(6) Vláda stanoví nařízením rozsah a bližší podmínky poskytování osobních ochranných pracovních prostředků, mycích, čisticích a dezinfekčních prostředků a ochranných nápojů.

Je možné za nenošení OOPP udělovat pokuty?

• **Zaměstnavatel nemá právo „trestat“ zaměstnance nějakými pokutami.** To bylo možné za „totality“, když zákoník práce obsahoval ustanovení o porušení pracovní kázně a o kárných přestupcích. Dnes zaměstnavatel může zaměstnanci srazit ze mzdy pouze zákonem stanovené srážky ze mzdy (podle ustanovení § 121 zákoníku práce).

Všechny ostatní částky – např. i náhradu škody, kterou způsobil zaměstnanec zaměstnavateli, může zaměstnavatel srazit až na základě dohody se zaměstnancem.

Pokud se ale mzda zaměstnance skládá z nějakých pohyblivých částí (např. prémie či odměn), pak je zaměstnavatel může v takovém případě zaměstnanci zkrátit či dokonce nepřiznat, neboť dotyčný – jak uvedeno dále – má zákonnou povinnost používat osobní ochranné pracovní prostředky, pokud mu byly přiděleny a pohyblivá část mzdy vyjadřuje zpravidla, jak zaměstnanec plní svoje pracovní povinnosti. Obecně totiž platí, že každý zaměstnanec – pokud mu byly osobní ochranné pracovní prostředky přiděleny – je musí používat. Tyto prostředky ho především chrání před rizikem pracovního úrazu.

Mezi základní povinnosti každého zaměstnance podle ustanovení § 135 odst. 4 zákoníku práce patří dbát o svou vlastní bezpečnost a o své zdraví i o bezpečnost a zdraví osob, kterých se bezprostředně dotýká jeho jednání, případně opomenutí v práci. Navíc pak ustanovení § 135 odst. 5 písm. d) zákoníku práce výslovně ukládá každému zaměstnanci dodržovat při práci stanovené pracovní postupy, používat stanovené pracovní prostředky, dopravní prostředky, osobní ochranné pracovní prostředky a ochranná zařízení a tato svévolně neměnit a nevyřazovat z provozu.

To jsou zákonné povinnosti každého zaměstnance a jejich neplnění se bez jakýchkoliv pochyb rovná porušení pracovní kázně. Zaměstnavatel proto v případě, když zjistí, že zaměstnanec porušil svoji zákonnou povinnost používat osobní ochranné pracovní prostředky může takovému zaměstnanci dát upozornění na možnost výpovědi podle § 46 odst. 1 písm. f) zákoníku práce pro porušení pracovní kázně. V případě, když by se takové porušení pracovní kázně opakovalo ještě dvakrát, lze při třetím porušení pracovní kázně dát bez dalšího upozornění zaměstnanci výpověď. Tento postup je nakonec účinnější než odejmutí prémie, vždyť i zaměstnavatel musí sebe chránit, zejména před tím, že na jeho pracovištích zbytečně dojde k pracovním úrazům.

Jinak je třeba upozornit, že každý zaměstnanec má svého vedoucího zaměstnance, který podle § 132 odst. 3 zákoníku práce odpovídá za bezpečnost a ochranu zdraví při práci svých podřízených zaměstnanců.

Tito vedoucí musí průběžně kontrolovat, zda jejich podřízení používají osobní ochranné pracovní prostředky a v případě, když by tak neučinili a na pracovišti byla prováděna kontrola orgány inspekce práce, může dotyčnému vedoucímu zaměstnanci být uložena pokuta za přestupek.

Zákon č. 251/2005 Sb., o inspekci práce, zná totiž dvě skutkové podstaty vztahující se k osobním ochranným pracovním prostředkům: přestupků (vůči fyzickým osobám) a správních deliktů (vůči právnickým osobám).

Podle § 17 se fyzická osoba dopustí přestupku, když:

g) neposkytne bezplatně osobní ochranné pracovní prostředky, pracovní oděvy a obuv, mycí, čisticí a dezinfekční prostředky nebo ochranné nápoje, ačkoli k tomu má povinnost podle zvláštního právního předpisu,

h) nesplní povinnost udržovat osobní ochranné pracovní prostředky v použitelném stavu nebo nekontroluje jejich používání.

U přestupku pod písm. g) je sazba pokuty až 1 000 000 Kč a u přestupku pod písm.h) je sazba pokuty dokonce 2 000 000 Kč. Stejně skutkové podstaty i sazby pokut jsou pro právnické osoby, tedy když je pokuta ukládána přímo zaměstnavateli.

Shrnutí:

Pokud má zaměstnanec OOP přiděleny, musí je zaměstnavatel na svůj náklad čistit a udržovat, kontrolovat jejich používání a zaměstnanec je musí používat.

ROVS, Poradce bezpečnosti a ochrany zdraví 5/2006
Hlaváč, Pavel. Postup pro hodnocení zdravotních rizik v podniku. Inovace, č. 1, 2006, s. VÚBP, Hrubá Kateřina
JUDr. Eva Dandová , Ing. Jan Romaněnko

Příloha:

Návrh dokumentu „Posudek o zdravotní způsobilosti“.

Možný formulář pro lékaře
– každý zaměstnavatel si doplní požadované práce a vyznačí druh prohlídky

Název školy..... IČO

POSUDEK O ZDRAVOTNÍ ZPŮSOBILOSTI K PRÁCI

Druh preventivní lékařské prohlídky

Vstupní	Periodická, řadová	Mimořádná	Výstupní
Profese, činnost:			
Příjmení, jméno zaměstnance (fyzické osoby)			
Datum narození		Zdravotní pojišťovna	

Sdělení zaměstnavatele:

Ve výše označené profesi, činnosti jde o následující zdravotní rizika /označte kroužkem/ :

- práce ve výškách nad 1,5 m
- rizikové a jiné jim podobné práce – rizikový faktor/kategorie: hluk(3), vibrace (3), prach (2), teplota – nevhodící se škrtněte,
- práce na elektrických zařízeních
- řízení motorového vozidla
- práce s většími nároky na psychiku – noční práce
- práce se zobrazovacími jednotkami (počítače u THP)
- práce u strojů: ruční brusky, obráběcí stroje na kovy, pákové nůžky, jiné
- zacházení s chemickými látkami a přípravky
- práce vykonávaná: trvale ve stoje trvale v sedě
- s trvalou zátěží páteře
- se zdviháním břemen o hmotnosti: občasné kg často.....
- a jiné dále uvedené práce: obsluha motorových pil, vyžínačů trávy, práce s pneumatickými nářadím,
-
-
-

Závěr

- prohlídky:**
A. Schopen bez omezení
B. Schopen s omezením :
C. Neschopen
D. Dlouhodobě nezpůsobilý pro výkon práce

V dne

Razítko a podpis lékaře

Poučení: Proti tomuto lékařskému posudku je možno podat podle ustanovení § 77 odst. 2 zákona č. 20/1966 Sb., o péči o zdraví lidu, ve znění pozdějších předpisů, návrh na jeho přezkoumání do 15 dnů ode dne, kdy byl posuzované osobě doručen. Návrh se podává písemně vedoucímu zdravotnického zařízení, které lékařský posudek vydalo, nebo lékaři provozujícímu zdravotnické zařízení svým jménem.

Posuzovaná osoba převzala lékařský posudek do vlastních rukou dne

Podpis posuzované osoby.....

Zaměstnavatel lékařský posudek převzal dne

Podpis osoby oprávněné k převzetí.....