

Výživa a potraviny 5/2016

OBSAH

Kudlová, E., Tláškal, P., Boženský, J., Procházka, B., Szirányi, N., Šebková, A.: Stravitelné sacharidy ve stravě kojenců a batolat	114
Macháčková, M., Holasová, M., Mašková, E.: Databáze složení potravin České republiky	118
Bastlová, M.: Hodnocení úrovně stravování ve vybraných zařízeních zdravotnických a sociálních služeb Moravskoslezského kraje	122
Hrubá, M., Koberová, E., Rajchl, A.: Dostupnost minimálně opracované zeleniny a ovoce v Praze a okolí	128
Zehnálek, P.: Mák – stále nedoceněný	131
Páleníková J.: Dialogem ke zdraví II	136

FROM THE CONTENTS

Kudlová, E., Tláškal, P., Boženský, J., Procházka, B., Szirányi, N., Šebková, A.: Digestible carbohydrates in the diet of infants and toddlers	114
Macháčková, M., Holasová, M., Mašková, E.: The Czech Food Composition Database	118
Bastlová, M.: Evaluation of catering in selected health and social service centers in the Moravian – Silesian Region	122
Hrubá, M., Koberová, E., Rajchl, A.: Availability of fresh-cut fruits and vegetables in Prague and surroundings	128
Zehnálek, P.: Poppy – still unappreciated	131

Stravitelné sacharidy ve stravě kojenců a batolat

MUDr. Kudlová Eva, CSc.¹, MUDr. Tláškal Petr, CSc.², MUDr. Boženský Jan³, MUDr. Procházka Bohuslav⁴, MUDr. Szitányi Natalia⁴, MUDr. Šebková Alena⁴

¹ Ústav hygieny a epidemiologie, 1. Lékařská fakulta Univerzita Karlova v Praze

² Oddělení léčebné výživy, Fakultní nemocnice v Motole

³ Dětské oddělení, nemocnice Vítkovice

⁴ Odborná společnost praktických dětských lékařů

Abstrakt

Článek uvádí výsledky týkající se konzumace stravitelných sacharidů z české průřezové multicentrické studie u souboru 823 dětí ve věku 6-35 měsíců rozdělených do čtyř věkových skupin. Hodnocen byl třídní záznam spotřeby a doplňující informace získané z dotazníku. V jednotlivých věkových skupinách dodávaly sacharidy, jejichž hlavními zdroji byly chléb a pečivo, obilné kaše, mléko a ovoce celkem 52,1–57,4 % energie, škroby, jejichž hlavními zdroji byly potraviny z obilovin a brambory 9,4–18,7 % energie. Mono a disacharidy dodávaly 33,4–44,8 % energie, z nich volné cukry kolem 15 % ve všech věkových skupinách. Hlavní zdroje cukrů kromě laktózy byly ovoce, obilné kaše a cukr přidaný do nápojů a různých potravin. Nutriční poradenství by se mělo zaměřit na snížení příjmu volných cukrů.

Abstract

Digestible carbohydrates in the diet of infants and toddlers

The article presents the results of the cross-sectional multicentre study concerning the consumption of digestible carbohydrates of 823 children aged 6-35 months divided into four age-groups. Three-day dietary records and additional information obtained from questionnaires were evaluated. In all age groups the carbohydrates supplied 52.1–57.4 % of total energy with bread and pastry, baby cereals, milk and fruit as the main sources; starch supplied 9.4–18.7 % of energy with the cereal food group and potatoes as main sources. Mono and disaccharides provided 33.4–44.8% of energy; around 15 % accounted for free sugars. The main sources of sugars (except for lactose) were fruits, baby cereals, and sugar added to beverages and various foods. Nutritional counselling should focus on reducing the intake of free sugars.

NutriDatabase.cz - Databáze složení potravin České republiky

Ing. Marie Macháčková¹, Ing. Marie Holasová², Ing. Eva Mašková²

¹Ústav zemědělské ekonomiky a informací, Praha; ²Výzkumný ústav potravinářský Praha, v.v.i.

Abstrakt

Příspěvek informuje o Databázi složení potravin České republiky (www.nutridatabaze.cz) z hlediska organizační struktury, sběru a dokumentace dat a jejich zveřejnění na internetu. Je představena stručná historie vývoje databází v zahraničí a v tuzemsku. V současné době agendu zajišťuje Ústav zemědělské ekonomiky a informací z pověření a za podpory Ministerstva zemědělství ČR (MZe). Realizace projektu je koordinována s mezinárodní sítí databází složení potravin EuroFIR (www.eurofir.org). Při sběru dat jsou využívána data získaná chemickou analýzou potravin, výpočtem, kompilací z literatury a v omezené míře i od výrobců. Je zajištěna dohledatelnost zdrojů dat pro každou hodnotu vloženou do databáze. Data jsou dokumentována na základě mezinárodní metodiky EuroFIR. Databáze je přístupná zdarma na internetu v české a anglické verzi. V aktuální verzi 5.15 jsou zpřístupněna data pro téměř 700 potravin. Struktura databáze je plně kompatibilní s požadavky EuroFIR a umožňuje transfer dat a jejich začlenění do informačních systémů EuroFIR, např. do aplikace EuroFIR FoodEXplorer - jednotného vyhledávacího rozhraní pro přístup do 28 národních databází složení potravin.

Abstract

The Czech Food Composition Database (www.nutridatabaze.cz - NDB) is characterized in relation to organization structure of the project, procedures for data collection and documentation and its dissemination on the Internet. A brief history of development of food composition databases (FCD) abroad and in the Czech Republic is presented. Currently, the NDB agenda is provided by the Institute of Agricultural Economics and Information in Prague in cooperation with EuroFIR (European Food Information Resource - www.eurofir.org). This work is supported and supervised by The Ministry of Agriculture of the Czech Republic. Data sources comprise results of chemical analyses of foods, data from other national databases, calculated and estimated values and to less extend data from producers. Data are documented according to the harmonized EuroFIR methodology. Traceability of data sources is provided for all values inserted into the database. The database is available online free of charge in Czech and English version. Data for almost 700 foods are presented. The database structure is fully compatible with EuroFIR requirements that enables its integration into EuroFIR information systems, e.g. into a unified interface EuroFIR FoodEXplorer for simultaneous assessment to 28 national food composition databases.

Mák – stále nedoceněný

Ing. Petr Zehnálek, ÚKZÚZ Hradec nad Svitavou

Abstrakt

Mák je velmi starou plodinou. V Evropě se pěstuje jako potravina od středověku. Česká republika je největším světovým producentem makového semene. Dlouhá tradice pěstování je spojena s domácím šlechtěním a následnou registrací odrůd. Situaci v pěstování máku neodpovídá stav v jeho využití ve výživě. Uplatnění máku v české kuchyni se sice zdá tradiční, ale spotřeba je nízká. Povědomost o výživové hodnotě máku je nízká a výzkum v této oblasti u nás prakticky neprobíhá. Podrobnější údaje o obsazích jednotlivých živin jsou k dispozici pouze ze zahraničních zdrojů. Mák je přitom významným zdrojem tuku, tokoferolů, kvalitních bílkovin, vlákniny a minerálních látek zvláště vápníku. Budoucnost uplatnění máku v české kuchyni je tak nejasná, bylo by třeba, aby se vědecké instituce (vysoké školy) věnovaly výzkumu v oblasti nutriční hodnoty a dalších vlastností máku a odpovědné instituce jako jsou ministerstva zemědělství a zdravotnictví více podporovaly osvětu v oblasti využití máku v lidské výživě.

Abstract

The poppy is a very old crop. In Europe it is grown as food from the Middle Ages. Czech Republic is the world's largest producer of poppy seed. A long tradition of cultivation is associated with domestic breeding and subsequent registration of varieties. The situation in poppy cultivation does not match the status of its use in nutrition. Application of poppy in Czech cuisine would appear traditional but consumption is low. Awareness of the dietetic value of the poppy is low and research in this field in our country practically does not take place. More detailed information on the contents of individual nutrients are available only from foreign sources. Poppy seed is an important source of fat, tocopherol, high quality protein, fiber and minerals, particularly calcium. Future application of poppy in Czech cuisine is so vague, it would need to make scientific institutions (universities) research efforts in the field of nutritional value and other characteristics of poppy and accountable institutions such as Ministry of Agriculture and Ministry of Health more support for public education about the use of poppy in human nutrition.

Dostupnost minimálně opracované zeleniny a ovoce v Praze a okolí

Availability of fresh-cut fruits and vegetables in Prague and surroundings (*jen pro obsah*)

Ing. Magdaléna Hrubá, Bc. Eva Koberová, doc. Ing. Aleš Rajchl, Ph.D.

Ústav konzervace potravin, VŠCHT Praha

Abstrakt

Minimální opracování ovoce a zeleniny je efektivní způsob jak zařadit ovoce a zeleninu na jídelníček konzumentů napříč populací. Výroba spočívá v omytí, odstranění nepoživatelných částí, dělení na menší dílky, stabilizaci suroviny a balení. Cílem studie bylo na základě vytvořeného dotazníku udělat průzkum trhu výrobků minimálně opracovaného ovoce a zelenin v Praze a okolí. Na základě dotazníku byly zjištěny četnost a zastoupení výrobků minimálně opracovaného ovoce a zeleniny. Mezi dále vyhodnocované parametry patřil výrobce, kategorie potravin, stav obalu a údaje na něm, složení, cena, teplota skladování, doba spotřeby po otevření, datum balení a datum spotřeby výrobků minimálně opracovaného ovoce a zeleniny.

Abstract

Minimal processing is an effective way to include fruits and vegetables in diet across the population of consumers. Production steps are washing, removal of unedible parts, dividing into smaller parts, stabilization and packaging. The aim of the study was based on a questionnaire created to do the market research of minimally processed fruits and vegetables in and around Prague. The frequency and representation of minimally processed fruit and vegetables were evaluated based on survey results. The evaluated parameters were as follows: manufacturer, category of food, packaging and status data thereon, composition, price, storage temperature, time consumption after opening, packaging date and expiry date of minimally processed fruits and vegetables products.

Hodnocení úrovně stravování ve vybraných zařízeních zdravotnických a sociálních služeb Moravskoslezského kraje

Evaluation of catering in selected health and social service centers in the Moravian – Silesian Region
(Jen pro obsah)

MUDr. Marie Bastlová, Krajská hygienická stanice Moravskoslezského kraje se sídlem v Ostravě

Abstrakt

V roce 2015 bylo provedeno šetření v provozovnách zdravotnických a sociálních služeb v Moravskoslezském kraji s cílem objektivně posoudit nutriční a energetickou hodnotu stravy a dále také zhodnotit její pestrost. Laboratorním vyšetřením týdenní stravy seniorů v kategorii mužů bylo zjištěno plnění denní doporučené dávky u tuků mírně pod limitem, u žen hodnoty energie a sacharidů mírně nadlimitní, u bílkovin v obou kategoriích výrazně nadlimitní, u soli bylo plnění téměř dvojnásobné. V jídelníčku kojících žen bylo plnění denní doporučené dávky u tuků výrazně podlimitní, u energetického příjmu mírně deficitní, bílkoviny byly plněny nadlimitně a u soli bylo plnění téměř trojnásobné. Při hodnocení pestrosti bylo zjištěno, že největší pestrost podávané stravy byla u obědů (výborný, velmi dobrý), nízký koeficient byl zjištěn u snídaní. Výsledky šetření byly použity k vypracování pokynů a doporučení směřujících k úpravě stravy.

Klíčová slova – nutriční a energetická hodnota stravy, pestrost stravy.

Abstract

In 2015, inspections aimed to evaluation of nutritional and energy value of diets and dietary reference intake diversity of served meal have been carried out in the Moravian – Silesian Region. Based on laboratory testing of one-week diet the dietary reference intake in the group of elderly men were slightly below the limit for fat, group of elderly women slightly exceeded the limit for energy and carbohydrates, both groups considerably exceeded the limit for protein, as for kitchen salt the limit was exceeded nearly twofold. The diet of breastfeeding women was considerably below the limit for fat, slightly below the limit for energy intake, above the limit for proteins and nearly threefold exceeded the kitchen salt reference intake. High dietary reference intake diversity score was found out in meals served as a lunch whereas breakfasts received poor score. The results were used to develop guidelines and recommendations aimed at modifying the diet.

Keywords - nutritional and energy value of diet, dietary diversity.