

Zpravodaj pro č. 1

školní stravování

leden a únor 2009

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, Bc. Jitka Koutová, MVDr. Pavel Otoupal, CSc., Anna Packová, J. Plzák, Bc. Alena Strosserová, MUDr. Petr Tláškal, CSc., Ing. Ludmila Věříšová, CSc.



OBSAH

Školní stravování po dvaceti letech	1	Mohou se děti v mateřských školách podílet na přípravě svačín	9
Spotřební koš - otrava, strašák nebo pomocník?	2	Komunikace s veřejností I. - tentokrát se strážníci a rodiči	10
Spotřební koš	3	Bezpečnost práce	14
Výpočet spotřebního koše ve školních jídelnách	7	Management do školních jídel	16

Školní stravování po dvaceti letech

Aby bylo jasno – školní stravování by v letošním roce slavilo 60 let od svého vzniku a 56 let od vydání první vyhlášky tehdejšího ministerstva školství a kultury, která usměrňovala jeho činnost, zavazovala orgány státní správy a samosprávy, školy a rodiče k jeho zabezpečení, rozvoji a financování. Kolik porcí obědů, večeří a dalších denních jídel vyprodukovalo od svých začátků dnes už nikdo nespočítá, ale věřte, jde to do miliard.

Mediální kampaň z poslední doby, která nebyla ke školnímu stravování zrovna vlídná, mě přiměla ke stručné rekapitulaci: Školní stravování začínalo jako víceméně dobrovolná činnost škol a místních samospráv za velice primitivních podmínek. Školním jídelnám sloužily bývalé hostince, sklepy, zaniklá hokynářství atd. Později obce začaly jídelny rekonstruovat a podle možnosti vybavovat, ale významný je zde obrat „podle možnosti“, ta totiž byla co do financí a hlavně šíře, kvality a dostupnosti strojního a varného zařízení nevalná. Stejně nevalná byla nabídka, šíře a kvalita sortimentu potravin. Přes veškerou snahu příslušných centrálních a samosprávných orgánů se situace jen velmi pomalu a s četnými omezeními zlepšovala. Školní stravování se časem stalo nejrozsáhlejším a všeobecně využívaným úsekem společného stravování.

Dramatický obrat co do kvality nastal krátce po roce 1990. Najednou bylo dost všeho: strojů, zařízení, veškerého vybavení, pracovního oblečení. O sortimentu potravin, jeho šíři, kvalitě a dostupnosti ani nemluvě.

Ale zpět k médiím. Přestože test provedený MF Dnes prokázal, že školní stravování má solidní úroveň, přestože jeho služby využívá dnes a denně cca 1 600 000 strávníků, (kteří do školních jídelen asi chodí, protože jim tam nechutná), stále se objevuje negativní hodnocení. Když nic jiného, tak alespoň vzpomínky, jak to bylo ve školní jídelně hrozné – tu namodralá koprovka, jindy rozvařené knedlíky nebo tvrdé maso ...dále si doplní laskavý čtenář sám. A že o mnoho lepší je to v té či oné restauraci zvučného jména a dobré pověsti. Nedávno to odnesly dokonce i dukátové buchtíčky při hodnocení, oč lepší jsou v nejznámější pražské kavárně Slávii, maštěné sádlem, kypřené rumem, navrch s čepicí zmrzlina.

Srovnávat školní (závodní, nemocniční) jídelnu s dobrou nebo dokonce vyhlášenou restaurací je laciné, neku-li hloupé. My ovšem máme také svoje sebevědomí a víme, že za málo peněz dokážeme dost muziky. Ale víme to jen my a naši strávníci, kteří hodnotili v různých anketách školní stravování vesměs pozitivně. Co děláme špatně – málo se o nás ví, málo prezentujeme svoje kvality, nikdo nezná naše problémy, meze našich možností. Budeme hledat cesty k širší a objektivnější informovanosti veřejnosti, především rodičovské. Chceme se tomu v průběhu roku věnovat. Máte nějaké dobré a osvědčené nápady?

EŠ

1

Spotřební koš je stále předmětem kritiky, dohadů, námětů a nechuti. Chceme v nastávajícím roce věnovat spotřebnímu koši pozornost, probrat jeho uspořádání, smysl, úskalí, přednosti a přínosy. Chceme také postupně popsat a zhodnotit jednotlivé potravinové skupiny, které tvoří spotřební koš. Jsme si vědomi, že stávající spotřební koš by bylo žádoucí podrobit novelizaci. To ovšem není účelné udělat dříve, než Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy vydá novou vyhlášku o školním stravování.

Spotřební koš – otrava, strašák nebo pomocník?

Ing. Eva Šulcová, Společnost pro výživu

Asi mnozí z vás řeknou, že od každého trochu. Zabýváme se chvíli úvahou nad smyslem tohoto fenoménu, nad tím, k čemu spotřební koš slouží a čemu pomáhá. A co a proč nám na něm vadí.

Musíme začít **doporučenými výživovými dávkami**. Není to prvně, kdy se jimi zabýváme, ale pro osvěžení paměti: Doporučené dávky energie, živin a mikronutrientů, tj. minerálních látek a vitaminů, jsou stanoveny pro jednotlivé populační skupiny obyvatel v závislosti na věku a fyzické zátěži. Takto jsou stanoveny doporučené výživové dávky prakticky ve všech vyspělých zemích a dnes již i v mnoha zemích rozvojových.

K čemu doporučené výživové dávky slouží:

- jako kritérium odpovídající výživy různých populačních skupin
- jako orientace a nástroj řízení pro adekvátní uspokojování výživových potřeb ve společném a léčebném stravování
- jako nástroj srovnání skutečné spotřeby s doporučenou spotřebou
- jako základ nutriční výchovy
- jako vodítko při uvádění nutriční hodnoty potravinářských výrobků a údajů o rozsahu krytí doporučené výživové dávky určitým množstvím výrobku

Doporučené výživové dávky mohou být stanoveny v různých úrovních a pro různé situace. Mají své výhody a svá omezení a v průběhu doby podléhají změnám tak, jak postupují znalosti o výživě a současných výživových potřebách v měnících se životních podmínkách. Ale o tom jindy.

U nás byly doporučené výživové dávky prvně zkonstruovány v r. 1954 a od té doby byly postupně revidovány a rozšiřovány. Naposled vyhlásil hlavní hygienik doporučené výživové dávky v roce 1990. V současné době se k nim přiřazuje pouze doporučení o množství vlákniny a cholesterolu.

Jak byly stanoveny doporučené výživové dávky pro školní stravování a jak byl sestaven spotřební koš

Současně platné doporučené výživové dávky použilo Ministerstvo školství při tvorbě vyhlášky o školním stravování, která vyšla pod č. 48/1993 Sb. Dávky jsou ovšem koncipovány jako celodenní, nikoli na jednotlivá denní jídla. Po dohodě s ministerstvem zdravotnictví byly dávky rozvrženy následovně:

Denní jídlo	% podíl z celodenní dávky		
	Energie, živiny a další látky	vápník	vit C
Snídaně	20	25	0
Přesnídávka	15	15	24
Oběd	35	35	40
Svačina	10	25	10
Večeře	20	15	20

Pokud se liší podíl vápníku a vitamínu C byla vzata v úvahu pravděpodobná průměrná spotřeba těch druhů potravin, které jsou nejčastěji užívány při podávání jednotlivých denních jídel, např. mléko na svačiny, saláty k obědu apod. Nutno také připomenout, že uvedené %ní podíly nebyly nikdy žádnou autoritou stanoveny, ale jde o dohodu mezi MŠMT a MZD na základě projednání s předními nutričníky. Skutečná potřeba a spotřeba každého jednotlivce je individuální a mění se podle momentální dispozice.

Jak jsme stanovili obsah spotřebního koše

Po stanovení podílů z celodenní doporučené dávky výživových hodnot obrátilo se MŠMT na tehdejší Výzkumný ústav ekonomiky zemědělství a výživy o stanovení průměrné spotřeby potravin podle skupin strávníků a počtu podávaných denních jídel. Pracovníci ústavu pořídili poměrně podrobný propočít spotřeby potravin, zaručující dodržení výživových dávek. V době vzniku spotřebního koše se školním jídelnám ani nezdálo o počítačovém zpracování skutečné spotřeby potravin a porovnání s doporučenou dávkou. Proto byl spotřební koš značně zjednodušen, především byly stanoveny skupiny jednotlivých druhů potravin, např. maso bez bližšího rozlišení druhů atd. Jsou také vybrány jen některé druhy potravin, které mají rozhodující vliv na žádoucí kvalitu stravy. Tak např. nejsou ve spotřebním koši uvedeny obiloviny, které ve školním stravování nepředstavují problém, ale jsou zařazeny luštěniny, ryby, zelenina atd., jako rozhodující representanti kvality. Spotřební koš (nebo chcete-li průměrná spotřeba potravin na strávníka za měsíc) je stanovena v hodnotách „jak nakoupeno“. Faktická spotřeba, tj. v hodnotách „jak snědno“ bude nižší o průměrné ztráty opracováním a další úpravou.

V čem je spotřební koš nedokonalý

Často slyšíme námitku, že spotřební koš nevypovídá o tom, jak jsou uspokojeny výživové potřeby každého jednotlivce. To ovšem není účelem; každý jedinec, jak bylo již uvedeno, uspokojuje svoji individuální a aktuální potřebu. Spotřební koš má zajistit, aby strávníkům byla nabídnuta strava adekvátní kvality pro každého a je na jednotlivci, do jaké míry stravu využije. Výjimku tvoří nápadní jedlíci či „nejedlíci“; pokud Vás takové dítě ve školní jídelně upoutá, máte upozornit učitele nebo ještě lépe rodiče.

Určitým problémem se jeví sledování spotřebního koše v jídelnách, kde se podávají pokrmy na výběr. Ovšem při správně sestavě jídelního lístku by se průměrná spotřeba potravin na strávníka a den v měsíci měla přibližovat v přípustném rozpětí stanoveným hodnotám.

Jisté problémy může působit zařazení směsí, dehydrovaných výrobků atd. K tomu poslouží Metodika pro výpočet spotřebního koše, zpracovaná ing. Věříšovou. Protože jsme metodiku uveřejnili počátkem r. 1998, tedy již před 11 lety, požádali jsme autorku o aktualizaci a na dalších stránkách revidovanou podobu uvádíme.

Čím nás spotřební koš zlobí

Určitě zejména tím, že nám přidělová práci. V době počítačového zpracování to však je časově zvládnutelné. Ovšem tam, kde počítač snad ještě nemáte nebo nemáte příslušný program, to jistě představuje určitý problém. Ten však lze příslušným opatřením napravit.

Někoho může zlobit také tím, že výsledky sledování neodpovídají požadovaným hodnotám. V tom případě se zamyslete především nad jídelním lístkem a vezměte na pomoc receptury pro školní stravování.

Čím je spotřební koš užitečný

Především zaručuje strávnickům nutnou kvalitu výživy. Nutí nás pořizovat stravu dostatečně pestrou, obsahující všechny žádoucí potraviny v přiměřeném množství. Tak přispívá i k dalšímu důležitému úkolu školního stravování – vychovává děti a žáky ke správnému způsobu stravování, seznamuje s potravinami, které se v mnoha rodinách opomíjejí, navozuje u nich užitečné stravovací návyky.

Školní jídelnu chrání před často neodborným kritickým hodnocením kvality stravy. Plníte to, co vám ukládá vyhláška, koncipovaná na základě požadavků odborníků – nutricionistů.

Na závěr: prakticky všechny státy, které školní stravování zavedly, ovlivňují, podporují a kontrolují, stanovily různými formami kolik a jakých potravin mají děti a žáci podle věku a konzumovaných jídel v určitém časovém období obdržet.

Spotřební koš

Bc. Alena Strosserová, SPV Praha

Doporučené dávky potravin v České republice stanoví Státní zdravotní ústav. V současné době se připravují nové doporučené dávky, ale jejich schválení a odražení ve Spotřebním koši bude ještě dlouho trvat.

Pro školní stravování je důležitý Spotřební koš. Určuje nám ho vyhláška pro školní stravování a je v podstatě zjednodušením doporučených dávek potravin do 10 sledovaných komodit. Dodržování Spotřebního koše nám přibližně zaručí dostatečný příjem všech doporučených živin.

Při hlídání Spotřebního koše je nutné mít na mysli, že se strávnicki nestravují ve školní jídelně celý den. Je spočítáno, že předškolní dítě, které odebírá ve školce tři jídla denně, pokryje tím cca 60 % doporučené denní dávky potravin a žák základní nebo střední školy, který odebírá oběd, pokryje 35 % doporučené denní dávky potravin.

Jedním jídlem ve školní jídelně, eventuálně dvěma až třemi jídly v mateřské škole, nemohou být zabezpečeny všechny potřebné živiny v optimálním množství. Rozhodující vliv na stav výživy dětí bude mít vždy domácí stravování. Přesto pravidelné zabezpečení alespoň části hlavních živin může sehrát ve výživě dětí důležitou roli. Stejně tak je důležité vědět, co je nad síly školního stravování a co je třeba doma doplnit.

Budeme-li hodnotit školní stravování z obecného měřítká, dojdeme nejspíš k závěru, že pravidelné poskytování jednoho teplého jídla denně více než 70 % školních dětí, je pro výživu dětské populace jednoznačným přínosem.

Co je to Spotřební koš?

Spotřební koš je soustava 10 skupin základních potravin, jejichž denní doporučená dávka ke spotřebě by

měla pokrýt doporučenou dávku živin pro jednotlivá odebraná jídla a určenou skupinu strávnicků.

Vyhláška o školním stravování rozděluje Spotřební koš pro kategorie strávnicků podle jejich věku:

1. 3– 6 let - rozpočteno na 3 jídla – 60 % DDD
2. 7–10 let - oběd 35 % DDD
3. 11–14 let - oběd 35% DDD
4. 15–18 let - oběd 35 % DDD

Další rozdělení se týká celodenního stravování (pro internátní MŠ, domovy mládeže apod.) a tabulka pro laktoovovegetariánskou výživu.

Pro jednoduchost si zvolíme Spotřební koš pro věkovou skupinu 7 – 10 let, tedy zhruba I. stupeň základní školy a na tomto spotřebním koši si vysvětlíme zásadní podmínky pro jeho plnění. Pro ilustraci doplníme varianty plnění Spotřebního koše v mateřských školách, kde plnění Spotřebního koše rozdělujeme do 3 denních jídel.

Spotřební koš pro všechny věkové skupiny obsahuje tyto potravinové komodity:

1. Maso
2. Ryby
3. Mléko
4. Mléčné výrobky
5. Tuhy volné
6. Cukr volný
7. Zelenina
8. Ovoce
9. Brambory
10. Luštěny

Množství potravin v jednotlivých komoditách se liší podle věku strávníků a počtu denních odebraných jídel.

Jaké potraviny vybíráme, abychom naplnili kvalitně Spotřební koš?

Maso

Při plnění komodity maso je třeba vybírat kvalitní libová masa. Do této komodity se také započítávají uzeniny, uzená masa a masné výrobky. U nich musíme být opatrní, protože kromě bílkovin jsou také vysokým zdrojem skrytého živočišného tuku a cholesterolu, což není pro výživu vhodné.

Děti mají v oblíbenosti mletá masa a výrobky z nich, ale při jejich výrobě je nutné používat kvalitní libové maso. Rozhodně je třeba dávat přednost mletému drůbežímu masu, které je dnes dostupné mrazené za velmi příznivou cenu před mletým masem z tučného vepřového nebo před uzeninou.

Je vhodné, aby nejméně 1/3 masa byla zastoupena masem drůbežím, protože je lehčeji stravitelné, ve většině případů méně tučné a u dětí oblíbené. Navíc se nám na trhu objevují nové druhy masa v dostupných cenových relacích, která by mohla být zařazena do jídelních lístků třeba jen kvůli zpestření. Je to například klokaní, pštroší, zvěřina apod.

Ryby

Ryby se v naší zemi tradičně konzumují v mnohem menším množství, než nám doporučují odborníci. Je to dlouholetá tradice, se kterou bojujeme i ve školním stravování. A nejen proto, že strávníci ryby příliš nekonzumují, ale také proto, že ani vedoucí jídelny je nezařazuje na jídelní lístek tak často, jak by měla.

Obzvláště základní školy se rybám doslova vyhýbají, neboť jejich výsledky se často pohybují okolo poloviny doporučené dávky. Víím, že jsou oproti mateřským školám v nevýhodě, že nepodávají svačiny, kde je možné využít ryb k přípravě pomazánek, ale myslím, že to není ten pravý důvod, proč se norma ryb neplní.

Norma pro ryby je poměrně nízká, 10g denně, což je asi 200g měsíčně. Tato dávka se dá splnit, pokud se rybí jídlo vyskytne na jídelním lístku 2x - 3x v měsíci (cca 60g - 100g) a 1x-2x rybí pomazánka nebo polévka, která se vyskytuje na jídelních lístcích velmi sporadicky. V současné době se dodavatelé předhánějí v nabídkách ryb v mnoha druzích a úpravách za celkem dostupné ceny, takže není důvod, proč by se jejich spotřeba neměla zvýšit.

S podáváním ryb jsou na mnohých zařízeních problémy, ale věřte tomu, že dětský organismus potřebuje pro zdravý vývoj látky, které jsou v rybách obsaženy (zejména esenciální nenasycené mastné kyseliny a jód), snažte se proto o tom přesvědčit pedagogický personál i samotné strávníky.

To, že naši strávníci nejsou zvyklí jíst ryby není pádný argument, protože náplní naší práce je mimo jiné, naučit děti jíst zdravě. Tím, že jim ryby nebudeme nabízet, jim neuděláme dobrou službu. Přesto, že se v rybím masu vyskytují kosti, lze je připravit chutným způsobem a naučit tak jíst děti tuto pro ně velmi zdravou potravinu. V poslední době se na trhu stále častěji objevují ryby bez kostí, takže tento problém se stává neobhajitelným.

Rybí maso obsahuje málo tuku a je lehce stravitelné. Je zdrojem mnoha důležitých prvků, z nichž zejména jód,

se ve stravě nové generace vyskytuje ve velmi malém množství, což může mít za následek značné zdravotní problémy.

Je ve vašich silách tuto situaci změnit, jste odborníci, tak se více snažte zapojit svoji fantazii, použijte dostupnou literaturu a začněte zařazovat ryby na jídelní lístek nejméně dvakrát do měsíce (pokud vaříte na výběr, musíte počet nejméně zdvojnásobit) a věřte, že ryby lze podávat i jinak upravené než jen jako smažené rybí prsty!

Mléko

Chceme-li zajistit plnění spotřebního koše, musí se mléko objevovat na jídelním lístku u mateřských škol každý den a nejlépe k ranní přesnídávce.

U základních škol by mělo být v nabídce alespoň 2x do týdne nebo každý den v menším množství, aby děti, které rády pijí mléko, měly možnost se napít každý den.

Pokud děti nejsou zvyklé mléko pít nebo jim nechutná, můžeme jim pomoci naučit se mléko pít tím, že jim ho vhodně ochutíme, ať už kakaem nebo jinou příchutí, kterých je na trhu nemalé množství. Nezapomínejte také na bílou kávu, která se na jídelničkách téměř nevyskytuje, přitom je to velmi zajímavé zpestření, které děti velmi dobře akceptují.

Dalšími mléčnými výrobky, které se nám započítávají do tekutého mléka, jsou výrobky typu kaší, pudinků apod. Vyskytují se tak maximálně 2x do měsíce jako mléčný pudink nebo krupicová a zcela výjimečně vločková kaše. Jedná se přitom o velmi chutné pokrmy u dětí oblíbené, a proto by se měly objevovat na jídelním lístku na svačiny alespoň 1x v týdnu v každé školce.

Myslím, že i na základní škole by strávníci uvítali jako moučník pudink, ale na jídelních lístcích se téměř nevyskytuje (myslím připravený v kuchyni, ne kupovaný hotový), ačkoliv to v dřívějších dobách byla samozřejmost, vždy velmi vítaná.

I na základních školách jsou pořád oblíbené mléčné kaše, ať už krupicové, vločkové, rýžové nebo nákypy a ostatní sladká jídla s mlékem. Mléko je také oblíbeným a nezbytným doplňkem sladkých jídel.

Mléčné výrobky

Ke splnění normy nám dobře poslouží zejména sýrové a tvarohové pomazánky, šlehané tvarohy a podobně.

Pokud podáváme jogurt, jedno 120g balení nám téměř pokryje celotýdenní doporučenou dávku pro školní stravování.

Doporučila bych nahradit tuk na mazání chleba a pečiva nízkotučnými sýry, pomazánkovým máslem a různými pomazánkami s nízkým obsahem tuku. V těchto pomazánkách lze máslo nahradit sýrem, pomazánkovým máslem, tvarohem. Zabijeme tím dvě mouchy jednou ranou – splníme mléčné výrobky a snížíme množství volných tuků.

Nezapomínejte také na hlavní jídla z tvarohu a sýrů a na sypání některých hotových jídel tvrdým sýrem.

Zelenina a ovoce

U zeleniny je velký rozdíl, zda je strávníkům podávána syrová nebo uvařená v pokrmech. Doporučenou dávku zeleniny obvykle není problém naplnit, ale většinou jde právě o zeleninu v polévce nebo vařenou přílohu.

Je potřeba nabízet dětem zeleninové a ovocné saláty. Pokud se strážníci vyhýbají konzumaci samostatně podávaného salátu, můžeme syrovou zeleninu podávat na talíři jako oblohu. Kromě výživové hodnoty pokrmu zvýšíme i jeho organoleptickou hodnotu.

Dnešní technologické vybavení kuchyní umožňuje strouhání, krouhání a další úpravy zeleniny, které nejen šetří práci, ale vytváří velmi pestré úpravy zeleniny, které mohou její podávání výrazně zatraktivnit.

Nezapomeňte věnovat pozornost technologii přípravě zeleniny a ovoce. Vitamíny jsou velmi citlivé na oxidaci a dlouhým stáním a vysokou teplotou se vitamíny ničí. Vyvarujte se chyb, které jsou často na kuchyních k vidění, např. zeleninový salát připravený již v 10 hodin dopoledne.

Tuky

Spotřeba volných tuků je trochu rozdílná u mateřských škol a u základních. Souvisí to zejména s přípravou doplňkových jídel, která jsou na spotřebu těchto potravin náročnější než jídla hlavní.

Je tu jistá závislost v překračování tuků a cukrů zároveň, což svědčí o pečení moučníků na školce. Je velmi chvályhodné, že se snažíte dětem zpříjemnit stravování moučníkem, ale snažte si vyhledávat takové recepty, kde je menší množství tuků a cukrů a naopak větší množství ovoce a mléčných výrobků. Na druhou stranu se ve Spotřebním koši neobjeví žádný tuk ani cukr, pokud jídelna koupí moučnick hotový. To ale neznamená, že je dítě těchto surovin ušetřeno.

Snižováním tuků jsme se již zabývali v kapitole mléčných výrobků, a dále můžeme snižovat dávky tuků do vaření a snižovat počet smažených pokrmů. Také při maštění příloh příliš nehyrte tukem, jsou některé pokrmy, kde se stále podle starých zvyklostí přílohy mastí máslem, i když je u pokrmu šťáva (vepřové v mrkvi, maso v zeleninové směsi apod.). Zkuste přehodnotit některé zažitě stereotypy, možná, že najdete mnoho případů, kdy můžete spotřebu tuku výrazně snížit.

Je také velmi důležité věnovat pozornost výběru kvalitních tuků. Pro mazání pečiva je pro děti vhodné máslo, i přesto, že je to živočišný tuk, má pro dětský organismus správné vitamíny. Nejlépe je k přímé konzumaci tuky střídat, nahrazovat je pomazánkovým máslem, rostlinným tukem nebo sýry.

K úpravě pokrmů je mnohem vhodnější používat rostlinné oleje, které neobsahují cholesterol. Na smažení používáme fritovací olej, pokrmový tuk určený ke smažení nebo olivový či řepkový olej. Do salátů je vhodné používat rostlinné oleje, nejlépe olivové, pokud to ovšem dovolí finanční normativ na nákup potravin.

Cukr

Cukr přečerpává buď pečení moučníků nebo pitný režim, zejména slazené nápoje.

Je důležité, aby děti během dne pily, ale musíme je naučit zvykat si na méně doslazované nápoje, které občas vystřídáme ředěným ovocným džusem nebo sirupy.

Používejte zejména přírodní ovocné čaje, které mají velmi atraktivní ovocné chuť a jsou u dětí oblíbené. Většinou jsou na bázi šípkových čajů nebo obsahují sušené

ovoce, takže mohou být i zdrojem vitamínu C a jsou přírodně sladké, což vám může pomoci při snižování spotřeby cukru.

Vyvarujte se instantních čajů a nápojů. Obvykle obsahují velké množství cukru nebo jsou naopak slazené umělým sladidlem. Ani jedna varianta není pro dětské strážníky optimální. Navíc tyto instantní nápoje obsahují velké množství chemických látek, jako například příchutě a barviva, bez kterých se ve školním stravování raději obejdeme.

Brambory

100 g ve vodě uvařených brambor obsahuje jen 60 kcal = 252 KJ.

Brambory jsou zdrojem vitamínu C. Dále obsahují vitamín H, K, B1, B2, B6 a PP.

Z minerálních látek jsou to především draslík a fosfor, v menším množství hořčík, vápník, železo, mangan, jód, fluor a síra.

U brambor si musíme dávat pozor především při jejich skladování a tepelné úpravě. Volíme takovou technologii a způsob úpravy, aby nedocházelo ke ztrátě vitamínů.

Luštěniny

Neplnění je chronický problém, ale odmítání dětí není argument!

Je nutné si uvědomit, že dávka určená ve Spotřebním koši je spodní hranicí spotřeby a není tu povolená tolerance 25 %.

Luštěniny se musí zařazovat na jídelní lístek pravidelně, aby se zajistilo plnění Spotřebního koše a také proto, aby si na ně děti zvykaly.

Malý výskyt na jídelním lístku, nepravidelnost a málo fantazie při jejich úpravě jsou pravou příčinou neplnění luštěnin ve Spotřebním koši. Dávka 10 g denně znamená 2-3 porce hlavního jídla v měsíci.

Je vhodné doplňovat luštěniny do polévek, pomazánek, mletých mas apod. – všude, kde můžeme luštěninu schovat.

Vyhýbejte se tradičním kombinacím s uzeninou, raději kombinovat se zeleninovým salátem, vejcem apod.

Pro vyšší spotřebu luštěnin je nutné vymýšlet a vyhledávat zajímavé recepty na úpravu luštěnin, musí se tato skupina neoblíbených potravin dětem zatraktivnit, aby se je naučily jíst.

Používání instantní cizrnové a hrachové mouky hodně usnadní práci, protože tyto výrobky se dají použít do většiny pokrmů, aniž by to strážníci poznali a pokrm odmítali.

Závěr

Chyby v plnění spotřebního koše se stále opakují, je nutné se nad skladbou jídelníčku zamyslet a permanentních chyb se vyvarovat.

Vyskytují se i takové chyby, které jsou způsobeny špatným používáním výpočetní techniky, které vás poškozují zkrásováním výsledků vaší práce a vy se nepokoušíte je opravit. Mnohé z vás jsou opakovaně upozorňovány na chyby a nesmysly, které se objevují na tabulkách Spotřebního koše, a přesto jen málokterá z vás si tyto chyby opraví a nesmysly zůstávají v počítači dál, přenášejí se z měsíce na měsíc.

Začněte tedy s nápravou u svého počítače. Prohlédněte si pořádně svůj program, zkontrolujte všechny příjemky, zda jsou všechny potraviny zařazeny do Spotřebního koše. A jestli jsou zařazeny správně! Pokud budete mít jakékoliv pochybnosti o nějaké potravine a jejím správném zařazení, obraťte se s tímto problémem na metodika školního stravování, jistě vám rád poradí. Budete-li mít problémy s programem a budete mít oprávněné pochybnosti o správném chodu vašeho programu, obraťte se neprodleně na správce programu, ať vám pomůže chyby odhalit a opravit. Není přece možné, aby celoroční snažení mnoha lidí bylo zničeno banální chybou výpočetní techniky.

Až si důkladně prověříte Spotřební koš v počítači, zaměřte se na jídelní lístky. Určitě najdete nějaké místo v jídelním lístku, které by šlo vylepšit.

Dobrým pomocníkem pro tvoření jídelních lístků je šablona pro tvoření jídelních lístků. Nebojte se, nejedná se o nějakou novinku, která by vám přidělala práci, ale v podstatě o zaběhnutý rituál, který každá z vás více či

méně uplatňuje. Je jen potřeba si uvědomit, podle jakého vzoru připravujete jídelní lístky a pak hledat cestu, ke změně. Je dobré mít na mysli, že při sestavování jídelních lístků se držíme určitých zásad a pravidel, která nám mohou ulehčit práci. Ale pozor, přílišná mechanizace může vést k nevyhovujícímu stereotypu.

Tak nezapomínejte do jídelních lístků zařazovat ryby, mléčné výrobky, zeleninové a ovocné saláty, mléčné moučnický, luštěniny a řadu jiných žádoucích potravin. Nebojte se experimentovat! Zařazování potravinových novinek zpestří jídelní lístek a vylepší výsledky Spotřebního koše.

Pokud si uděláte naslepo tabulku, kde se v týdnu budou pravidelně vyskytovat určité komodity potravin, pak jen k nim dosadíte různé druhy pokrmů a úprav. Tak se vám jednoduše podaří dostat na jídelní lístek všechny důležité potraviny a bude se vám lépe plnit Spotřební koš.

Přeji vám hodně úspěchů při zavádění prospěšných změn a doufám, že se výrazných změn k lepšímu dočkáme i ve výsledcích Spotřebního koše.

Výpočet spotřebního koše ve školních jídelnách

Ing. Ludmila Věříšová, CSc., SPV

Propočet měsíčního plnění spotřebního koše podle přílohy č.1 vyhlášky č.107/2005 Sb., o školním stravování by se měl stát pravidelnou přílohou měsíční uzávěrky školní jídelny. Vyplývá to ostatně i z §2 odst. 8) této vyhlášky, kde je stanoveno provozovatelům stravovacích služeb (školních jídelen) uchovávat údaje o plnění výživových norem (spotřebního koše) nejméně po dobu jednoho kalendářního roku.

Údaje o plnění spotřebního koše školní jídelnou slouží k orientaci vedoucí školní jídelny a jejích nadřízených v tom, jak jídelna plní svůj úkol tj., zda poskytuje svým strávnickům – žákům jednotlivých typů škol vhodnou stravu, podle doporučení zdravotníků. Může být i vodítkem pro sestavování jídelníčků, protože správně sestavený jídelníček musí obsahovat ve správném poměru všechny potřebné živiny.

Dále tento propočet může být užitečný k tomu, aby bylo možno zhodnotit, zda není třeba po určité době, kdy narostly ceny potravin, zvýšit finanční normativy na nákup potravin. Pokud jídelna opakovaně prokáže, že za daný finanční normativ už nemůže dostatečně naplňovat předepsanou kvalitu školních obědů, pak je nutno přistoupit ke zvýšení finančního normativu.

K tomuto kroku by mělo dojít tehdy, kdy jídelna opakovaně v několika po sobě jdoucích měsících neplní přes prokazatelnou snahu vedoucí jídelny spotřebu v komoditách maso, mléko, mléčné výrobky, ovoce a zelenina o více než 25 %.

V dobách kdy ještě fungovaly školské úřady, vypracovalo MŠMT metodický pokyn, který měl sloužit ke sjednocení postupu při výpočtu plnění spotřebního koše ve školních jídelnách.

Protože i v současné době mají především nově nastupující vedoucí školních jídelen řadu dotazů právě na téma tohoto výpočtu, rozhodli jsme se tento pokyn aktualizovat a uveřejnit jako jakousi metodickou pomůcku pro snadnější orientaci v problematice spotřebního koše a vyhodnocování jeho plnění.

Postup pro vyhodnocení spotřebního koše by měl být následující:

- Podle uzavřených skladových karet nebo výdejků zařadit spotřebované množství jednotlivých potravin za měsíc do skupin (viz tabulka)
- Převést všechny údaje (spotřebované kusy) na gramy
- Tuto spotřebu vynásobit příslušným koeficientem (viz tabulka)
- Sečíst spotřebované množství potravin v gramech v rámci celé skupiny – skutečná spotřeba
- Propočítat podle počtu připravovaných porcí jídel pro jednotlivé kategorie dětí a žáků teoretickou spotřebu podle přílohy č.1 vyhlášky č.107/2005 Sb. vynásobením počtu jídel za měsíc (uvedeno ve vzorové tabulce)
- Po sečtení teoretické spotřeby potravin v jednotlivých skupinách pro jednotlivé kategorie dětí a žáků v jídelně stravovaných se získá číslo, které se porovná se skutečnou spotřebou podle skladových karet nebo výdejků
- Podíl skutečné spotřeby potravin na propočteném normativu se přepočte na %plnění.

Většina školních jídelen je vybavena počítači s příslušným programem, který značnou část výše uvedených kroků provede sám. Je však velice důležité zkontrolovat zadaná data,

aby konečný výsledek nebyl nesmyslný. Pro jídelny, které nemají počítačové vybavení s vhodným programem pro výpočet spotřebního koše uvádíme dále vzorovou tabulku, která na základě znalostí spotřeby potravin podle výdejků za měsíc a počtu připravovaných jídel pro jednotlivé kategorie stravovaných dětí a žáků, umožní velmi jednoduše spočítat plnění spotřebního koše i bez použití výpočetní techniky.

Vyhláška č. 107/2005 Sb., o školním stravování povoluje toleranci plnění spotřebního koše v jednotlivých potravinových komoditách s tolerancí + a - 25% tj. od 75 do 125% s výjimkou tuků, kde by hranice 100% neměla být překročena, spíše by se jídelna měla dostávat pod tuto hranici. Podobný trend jako pro tuky, tj. snižování spotřeby, by měl platit i pro volné cukry, i když toto vyhláška výslovně neuvádí. Naopak u zeleniny a ovoce by se jídelna měla snažit o co nejvyšší plnění doporučeného množství.

Komentář k některým skupinám potravin:

Brambory:

Do této skupiny lze zařazovat i výrobky z brambor typu: bramborová kaše v prášku a různé druhy bramborových těst v prášku s tím, že je nutno hmotnost suroviny (prášku) přepočítat na hmotnost konečného výrobku po přidání vody a zakalkulovat podíl brambor.

S ohledem na to, že biologická hodnota čerstvých brambor je podstatně vyšší, než brambor průmyslově zpracovaných do pohotovostních výrobků, doporučuje se pokud možno tyto výrobky využívat v omezené míře, a to spíše v jarních měsících, kdy kvalita a biologická hodnota brambor je nízká.

Cukr volný:

Do této skupiny se řadí i některé výrobky z ovoce – sirupy, džemy, marmelády, v nichž je rozhodující složkou volný cukr a jejich používání ovoce nenahradí.

Podle obsahu cukru by měly být do této skupiny řazeny i instantní nápoje.

Používá –li jídelna tzv. „light“ sirupy, nezapočítává je do žádné skupiny. Doporučuje se však zvykat děti postupně na méně sladkou chuť nižšími dávkami sirupů.

Luštěniny:

K luštěninám se nezapočítávají např. fazolové lusky nebo zelený hrášek, a to jak zmrazené a sterilované, tak čerstvé. Tyto potraviny zařazujeme do zeleniny.

V poslední době se jako luštěnina výhodně uplatňuje ve školních jídelnách cizrna a výrobky z ní (mouka).

Maso:

Ve spotřebě masa je třeba se zaměřit na vyšší spotřebu masa drůbežího a uzeniny a jiné masné výrobky používat pouze ve velmi omezené míře. Do skupiny maso se zařadí např. i výrobky z živočišných bílkovin typu „Šmakoun“.

Rostlinné maso:

Tato skupina byla zařazena zvláště vzhledem k tomu, že výrobky z rostlinných surovin se ve školních jídelnách také občas používají jako určité náhrady masa. Nemohou však plně nahradit veškeré výživové hodnoty masa.

Je nutno rozlišovat, zda se jedná o texturáty např. sójové bílkoviny, kdy se musí pro kuchyňskou úpravu přidávat voda a výrobky se nechávají nabobtnat – pak se použije koeficient 3,5 nebo o výrobky dodávané přímo v kuchyňské úpravě, kdy přepočítávací koeficient bude 1.

Mléko:

Pro jednoduchost postačuje u tekutého mléka přepočet ml=g.

Do této skupiny řadíme samozřejmě i kysané mléko, mléko kefirové, různě ochucená mléka apod.

U sušeného nebo kondenzovaného mléka je třeba použité množství přepočítat na tzv. „obnovené mléko“, tj. vynásobit příslušným koeficientem.

S ohledem na snahu snižovat spotřebu živočišných tuků se doporučuje používat především mléko polotučné místo plnotučného.

Mléčné výrobky:

Pod názvem smetanové krémy se zařazují např. Pribináček, Laktík apod.

Do skupiny sýry ostatní se zařadí např. žervé, lučina, brynza apod.

Tuky:

Vzhledem k tomu, že máslo a roztíratelné rostlinné tuky obsahují určité množství vody, je třeba tuto skutečnost zohlednit vynásobením příslušným koeficientem. Výrobci mají povinnost uvést složení výrobku na obalu. Tam se také najde procento tuku, které se u různých typů roztíratelných tuků může pohybovat od 20 do 70%, u másla je to 80%. Má-li výrobek obsah tuku 70% vynásobí se jeho množství koeficientem 0,7, tam kde je tuku 40% je příslušný koeficient 0,4 apod.

Ke smažení se používají pokrmové tuky jako je např. Ceres Soft a Omega nebo speciálně upravené oleje a označené fritovací oleje. U tuku na smažení je třeba zohlednit to, že část tuku (cca 30%) se po smažení odstraňuje a do pokrmu nepřečází. Proto se při vyhodnocování spotřebního koše započítávají v tomto případě je dvě třetiny použitého tuku.

Do skupiny tuky je zařazena také 31% smetana ke šlehání, jejíž výživová hodnota jako mléčného výrobku je minimální, zato se uplatní vysokým obsahem tuku. Protože ji lze velice dobře nahradit některými jinými mléčnými výrobky s nižším obsahem tuku, doporučuje se ji použít jen ve skutečně výjimečných případech.

Z hlediska zdravé výživy je třeba se snažit o to, aby poměr rostlinných a živočišných tuků byl minimálně 1:1 nebo větší.

Vejsce:

Spotřeba vajec se uvádí a propočítává pouze tam, kde jídelna postupuje podle spotřebního koše pro laktoovo-vegetariánskou výživu.

I když jsou v tabulce uvedena vejce sušená a zmrazená, je třeba z hlediska biologické hodnoty čerstvých vajec dávat přednost jim a sušená a mražená vejce používat pouze omezeně a v souladu s hygienickými doporučeními.

Obecná doporučení:

- Do tabulek není možné zahrnout veškeré druhy potravin. Je důležité, aby vedoucí jídelny na základě svých znalostí o složení výrobku jej zařadila sama do příslušné skupiny, a to podle převažující suroviny ve výrobku.
- Uvedený propočet spotřebního koše je velice zjednodušený a nemůže postihnout všechny varianty, které přicházejí v praxi v úvahu. Doporučuje se proto, aby vedoucí jídelny pokud si je vědoma skutečností, které z nějakého důvodu mohou významně ovlivnit výsledek propočtu, uvedla tyto skutečnosti v komentáři.

Příkladem může být jídelna mateřské školy, která sama připravuje pro děti moučníky. Tato jídelna bude proti té, která je nakupuje od dodavatele, znevýhodněna vyšší spotřebou tuků a cukru. To ovšem neznamená, že bychom doporučovali moučníky kupovat – naopak! Je však nutno být si této skutečnosti při hodnocení jídelny a porovnání jejích výsledků s ostatními vědomi.

- Je např. obtížné vyhodnocení spotřebního koše v mateřských školách, kde velká část dětí neodebírá odpolední svačinu. Tomto případě je jídelna ve výsledcích znevýhodněna ve spotřebě volných tuků (nižší spotřeba) a naopak má horší výsledky ve spotřebě ovoce, zeleniny a mléčných výrobků, které jsou součástí odpoledních svačin.

Pro tento případ je možné jídla v MŠ a doporučenou spotřebu potravin přepočítat podle následujícího vzorce:

Celodenní stravování (oběd, přesnídávka, svačina)	1,000	x počet =
Přesnídávka + oběd	0,833	x počet =
Pouze oběd	0,583	x počet =
Přesnídávka	0,250	x počet =
Svačina	0,167	x počet =

Celkem přepočteno na celodenní stravování

Takovýto přepočet je náročnější, ale měl by přinést objektivnější hodnocení školní jídelny mateřské školy, kde počet jednotlivých jídel velmi rozdílný.

- Používání některých „náhrad“ masa z rostlinných zdrojů lze doporučit jako určitou změnu jídelníčku, která přinese jednak úsporu finanční, jednak sníží spotřebu skrytých živočišných tuků. Rozhodně by se to však nemělo stát masovou záležitostí a tyto suroviny by se měly používat ke školnímu stravování v rozumné míře. Větší úspěchy byly zjištěny tam, kde se tyto náhrady používají ve směsi s masem. Při hodnocení plnění spotřeby masa podle doporučeného spotřebního koše by se mělo ke spotřebě těchto výrobků přihlídnout.

Základní skupiny potravin pro výpočet spotřebního koše potravin podle vyhlášky č.107/2005 Sb., o školním stravování

skupina	název	jednotka	váhové množství	přepočítávací koeficient
Brambory	Bramborová kaše v prášku	g	g	7,0
	Bramborové knedlíky v prášku	g	g	2,0
	Bramborové těsto	g	g	2,0
	Brambory	g	g	1,0
	Brambory loupané	g	g	1,4
Cukr	Džemy	ks	g	0,6
	Sírupy	ks	g	0,6
	Marmelády	ks	g	0,6
	Cukr	g	g	1,0
Luštěniny	Čočka	g	g	1,0
	Fazole	g	g	1,0
	Hrách	g	g	1,0
	Sója	g	g	1,0
	Cizrna	g	g	1,0
	Cizrnová mouka	g	g	1,0
Sójová mouka	g	g	1,0	

skupina	název	jednotka	váhové množství	přepočítávací koeficient
Maso	Vepřové maso	g	g	1,0
	Vepřové vnitřnosti	g	g	1,0
	Uzené maso	g	g	1,0
	Hovězí maso	g	g	1,0
	Hovězí vnitřnosti	g	g	1,0
	Telecí maso	g	g	1,0
	Drůbeží maso	g	g	1,0
	Drůbeží vnitřnosti	g	g	1,0
	Ostatní masa výseková	g	g	1,0
	Masné výrobky	g	g	1,0
Rostlinné „maso“	Sójové „maso“	g	g	3,5
	„Maso“ z rostlinných zdrojů (v kuchyňské úpravě)	g	g	1,0
Mléko	Mléko	ml	g	1,0
	Mléko kondenzované	g	g	2,7
	Mléko sušené	g	g	10,0
Mléčné	Biokys	ks	g	1,0
	Jogurt	ks	g	1,0
	Jogurt bílý	ks	g	1,0
	Jogurt ovocný	ks	g	1,0
	Smetanové krémy	ks	g	1,0
	Mraž. smet. krémy	ks	g	1,0
	Podmáslí	g	g	1,0
	Smetana do 12%	g	g	1,0
	Sýry tvrdé	g	g	1,0
	Sýry tavené	ks	g	1,0
	Sýry ostatní	g	g	1,0
	Termix	ks	g	1,0
	Tvaroh	g	g	1,0
	Ovoce	Mražené ovoce	g	g
Mražené ovocné protlaky		ks	g	1,4
Ovoce sušené		g	g	10,0
Ovoce čerstvé mírného pásma		g	g	1,0
Ovoce čerstvé jižní		g	g	1,0
Džusy		ks	g	podle % na obalu
Kompoty (bez nálevu)		ks	g	1,0
Ořechy		g	g	1,0
Ovocné dřeně sterilované		ks	g	1,4
Přesnídávky ovocné		ks	g	1,4
Rozinky		g	g	1,0
Ryby		Mražené filé	g	g
	Mražené ryby ostatní	g	g	1,0
	Uzené ryby	g	g	1,0
	Ryby čerstvé	g	g	1,0
	Rybí konzervy	g	g	1,0
Tuky	Máslo	g	g	0,8
	Smetana ke šlehání (31%)	ml	g	0,3
	Oleje	g	g	1,0
	Sádlo	g	g	1,0
	Slanina	g	g	1,0
	Tuky pokrmové (na smažení) např. Omega, Ceres Soft	g	g	1,0
	Roztíratelné tuky	g	g	podle % na obalu
Vejsce	Vejsce čerstvá	g	g	1,0
	Vejsce mražená paster.	g	g	1,0
	Vejsce sušená paster.	g	g	10,0
Zelenina	Zelenina čerstvá	g	g	1,0
	Zelenina mražená	g	g	1,4
	Zelenina sterilov. (bez nálevu)	g	g	1,4
	Zelenina sušená	g	g	10,0

Pomocná tabulka k **propočtu průměrné spotřeby vybraných druhů potravin** na strážníka a den, zpracovaná podle vyhlášky č.107/2005 Sb.

školní jídelna					za měsíc	roku	
počet obědů v měsíci							
finanční normativ (příloha č.2. vyhl.107/2005Sb.)							
kategorie	3-6let celodenní norma propočet	7-10 let oběd norma propočet	11-14 let oběd norma propočet	14-18 let oběd norma propočet	norma celkem	spotřeba v měsíci	splněno v %
maso	55	64	70	75			
ryby	10	10	10	10			
mléko tekuté	300	55	70	100			
mléčné výrobky	31	19	17	9			
tuky volné	17	12	15	17			
cukr volný	20	13	16	16			
zelenina	110	85	90	100			
ovoce	110	65	80	90			
brambory	90	140	160	170			
luštěniny	10	10	10	10			
rostlinné maso							

Rubriku propočet spočítáte tak, že normu násobíte počtem obědů v měsíci

Rubriku norma celkem spočítáte součtem rubrik propočet, v kategoriích, pro které vaříte

Rubriku **spotřeba v měsíci** vyplníte podle skutečnosti z uzavřených skladových karet nebo celkových výdejků za sledovaný měsíc

Rubriku splněno % spočítáte tak, že rubrika norma celkem je 100% a spotřeba v měsíci je x%. Propočty uvádějte v gramech

Mohou se děti v mateřských školách podílet na přípravě svačiny?

V poslední době obdržela naše redakce několik dotazů na to, zda je možné, aby si děti připravovaly dopolední svačiny samy nebo alespoň se na přípravě podílely. Obrátili jsme se na hygienika a ředitelku mateřské školy, aby k problému řekli svůj názor.

K přípravě svačinek dětmi v MŠ

MVDr. Pavel Otoupal, CSc., Společnost pro výživu Praha

Na příkladu z konkrétní školní jídelny se vracíme k otázkám bezpečnosti poskytování stravovacích služeb, k analýze rizika a k platné legislativě. Byl jsem požádán o názor na možnost vzniku rizika při přípravě pomazánek ke svačinkám, které si připravují děti v mateřské škole z potravin vydaných ze školní jídelny. Z dotazu vyplývá, že paní ředitelka školy se zřejmě snaží, aby děti získávaly určité dovednosti a pravděpodobně některé užitečné stravovací návyky tím, že se ti podílejí se na přípravě své svačinky. Podle mého soudu je tato snaha jistě chválná. Je třeba si však uvědomit, že se tak děje v tomto případě jako součást poskytování stravovací služby, tedy činnosti epidemiologicky závažné.

Lze tedy chápat obavy vedoucích ŠJ, aby případný vznik onemocnění alimentárního původu u dětí v MŠ z případně kontaminované svačinky nebyl dáván do souvislosti s pokrmy připravovanými ve ŠJ. V čem

je vlastně problém? Tím, že děti pomazánky pod vedením učitelky MŠ samy připravují, stávají se osobami zúčastňujícími se procesu přípravy a podávání pokrmu. Paní učitelky, jakkoli jsou jistě pro svou práci kvalifikované, nejsou pro tento z jejich hlediska jistě triviální úkol, podle obecně závazných předpisů zdravotně způsobilé. Nemají zdravotní průkaz pracovníka v potravinářství ani prokazatelné znalosti z ochrany veřejného zdraví jak požaduje zákon. U dětí takové požadavky nelze v žádném případě vůbec uplatňovat.

Jestliže se chceme podívat na tuto praxi z hlediska hygienika, nezbyvá než se pokusit najít určité vodítko v platné legislativě. Předem lze předpokládat, že každý, kdo čte tyto řádky ví, že v žádném paragrafu předpisu přímo pro tento případ návod řešení nenajdeme. Nejbližší jsou snad ustanovení týkající se přípravy stravy dětmi v podmínkách zotavovacích akcí pro děti, ale ani

tato ustanovení nám příliš nepomohou. Popsaná praxe se dopouští toho, že vyjímá určitou část poskytování stravovací služby z procesu školního stravování. Tato činnost nebyla podrobena analýze nebezpečí, neděje se v prostorách určených pro přípravu pokrmů ani není možná její plná kontrola profesně odpovědnou osobou odpovídající za zdravotní nezávadnost pokrmů ŠJ. Popsanou praxi nelze doporučit. V případě výskytu onemocnění alimentárního původu by mohla být tato praxe podezřelá v příčinné souvislosti s jeho vznikem.

Pokud paní ředitelka MŠ chce děti seznámit s přípravou jednoduchých pokrmů a nechce porušovat ustanovení obecně závazných právních předpisů, mělo by se tak pravděpodobně stát zařazením této tematiky do výchovného plánu. Potraviny by měly být nakoupeny například po dohodě s rodiči mimo rámec školního stravování. I v tomto případě bude nutno dbát na dodržení zásad správné praxe manipulace s potravinami a dbát na zásady osobní hygieny u učitelek MŠ i dětí. Jisté zásady a opatření v podobě jednoduché analýzy nebezpečí by mohly být stanoveny pro tento případ ve spolupráci s vedoucí školní jídelny.

Stanovisko Mgr. Marie Marxové, ředitelky mateřské školy v Praze 2

V mateřských školách se musí zřizovatelé a ředitelky mateřských škol držet platných hygienických předpisů, které jsou v České republice velice přísné, a možno říci, že jsou mnohdy přísnější než v ostatních státech Evropské unie.

Děti mohou v mateřské škole konzumovat pouze pokrmy připravené v mateřské škole zaměstnanci jídelny nebo vývařovny pokud je jídlo do mateřské školy dováženo.

Z výše uvedeného vyplývá, že není možné, aby bylo jídlo připravováno za pomoci dětí.

V loňském roce jsme v rámci mezinárodního projektu Comenius spolupracovali se školami z Francie, Slovenska a Kypru. Jeden ze společných úkolů byl připravit národní jídlo země, se kterými jsme spolupracovali. Protože nebylo možno připravené jídlo konzumovat, vše jsme s dětmi připravili, děti dostaly jídlo domů a na zodpovědnost rodičů konzumovaly jídlo v šatně nebo doma s rodiči.

Tolik ředitelka mateřské školy. Podobnou praxi mají zavedenou v jiné pražské mateřince: škola pořádá pro děti například předvánoční besídku nebo letní hry s rodiči na zahradě školy. Občerstvení přinesou rodiče a děti se o ně podělí. Školní jídelny se tato praxe vůbec netýká, připraví pouze nápoje pro děti jako každý jiný den.

V tisku jsme se dočetli o jiném způsobu zapojení dětí do přípravy svačinek v jedné škole na Mladoboleslavsku: „Starší děti si chléb pomazánkou rády mažou samy“ říká ředitelka. Další zkušenost připojila kolegyně z jiné mateřinky: „Dětem jednoduše víc chutná, když si chléb s pomazánkou mohou připravit vlastnoručně“. (Mladoboleslavský deník ze dne 6. 3. 2008)

O názor jsme požádali také psycholožku dětí a mládeže, která se zabývá problematikou výživy a příjmu potravy u dětí a mládeže a kolegyni Aničku Packovou z Brna. Těšte se v příštím čísle Zpravodaje.

Toto sdělení je určeno všem, kteří mají zájem přispět ke zlepšení informovanosti veřejnosti, především rodičovské, o školním stravování a o Vaší konkrétní jídelně zvláště.

Nepochybujeme, že mnozí jste již způsoby a cesty našli a umíte je využít. Těm, kterým se to nepodařilo, nabízíme pomoc.

Komunikace s veřejností I. – tentokrát se strážníky a rodiči

Ing. Eva Šulcová, Společnost pro výživu

1. Informace o chodu školní jídelny a pravidlech styku se strážníky a jejich odpovědnými zástupci.

Rodiče dětí stejně jako dospělí strážníci, ať zaměstnanci školy nebo cizí osoby, mají právo být dokonale

informováni o tom, jak jídelna funguje, jaká pravidla má nastavena ve vnitřním provozním řádu. Důležité je informovat strážníky především o jejich povinnostech a právech. Co musí základní informace obsahovat:

- způsob přihlášení se ke stravování, např. písemná přihláška
- výši úhrady za stravování, co za příslušnou úhradu strávnick obdrží (oběd, doplňková jídla ...)
- obsahu (rozsahu) předplaceného jídla (polévka, hlavní pokrm, nápoj atd.)
- možnost předplacení doplňkového stravování (přesnídávky, mléko atd.)
- možnosti nákupu dalšího sortimentu dle vlastního uvážení (přesnídávky, nápoje, ovoce, mléko atd. ve školním bufetu)
- čas podávání obědů, popř. jednotlivých denních jídel
- pravidla a způsoby úhrady předplatného a vyrovnání přeplatků a nedoplatků
- pravidla a způsoby přihlášek a odhlášek stravování
- zajištění či omezení stravování při školních akcích
- dohled nad dětmi v době jejich pobytu v jídelně
- řešení závažných přestupků dětí v jídelně při podávání jídel

Další si doplňte podle vlastních potřeb a zkušeností.

2. Jídelní lístek jako zdroj informací

Důležitou informací pro strávnicky i rodiče je jídelní lístek. Připravujete jej zpravidla s týdenním předstihem a dáváte na vědomí buď vyvěšením na místě přístupném strávnickům i rodičům nebo prostřednictvím internetu, často kombinujete oba způsoby. Naše doporučení: uvádějte na jídelním lístku **všechno, co strávnick ten který den obdrží**. Nespokojte se s tím, že je denně automaticky k dispozici nápoj, a to třeba i pravidelně na výběr, a tak se neobjevuje v nabídce na jídelním lístku. Pokud nechcete uvádět nápoje, popř. pečivo apod. každý den, dejte do jídelního lístku nepřehlédnutelnou poznámku, že tyto součásti menu jsou denně k dispozici a jaké druhy.

Jednotlivé druhy pokrmů označujte přesnými názvy, např. z jakých potravin bude upravena pomazánka na přesnídávku, jaká polévka atd. Neuvádějte striktní informaci – ovoce, salát, ale napište jaký druh, stejně tak u moučnicků. Občas se setkáváme i když dnes již vzácně, s označením hlavního pokrmu formou „hovězí maso, omáčka, knedlík“. Sami jistě oceníte vypovídací hodnotu takového údaje.

Čas od času je nutné udělat v jídelníčku změnu. Vždy ji vyznačte nejen na vývěsce, ale doplňte i v elektronické informaci.

Proč tato doporučení? Každý, kdo hodnotí kvalitu nabídky pouze z jídelního lístku bez možnosti bližšího seznámení se s chodem jídelny (především zástupci médií, ale i rodiče, někdy odborníci v gastronomii, pracovníci odpovědných samosprávných orgánů atd.), musí z takového jídelníčku nabýt dojmu značných nedostatků ve Vaší práci a v zabezpečení

adekvátní výživy dětí, kterou si platí. A to je přece škoda, ne?

3. Doporučená pestrost stravy

Jako vodítko k dosažení žádoucí kvality stravy a jejího hodnocení slouží spotřební koš, o kterém blíže píšeme na jiném místě v tomto čísle Zpravodaje.

Spotřební koš jako průměrná spotřeba potravin na strávnicka a měsíc sice vypovídá mnoho o dosažení potřebných hodnot stravy, ale to zdaleka nestačí k uspokojení strávnicků. Protože je z praktických důvodů sestaven ze skupin potravinových surovin srovnatelného charakteru (např. souhrnně maso, zelenina atd.) nevypovídá nic o frekvenci konkrétních druhů potravin (např. vepřové, kuřecí atd.) ani o způsobu technologické úpravy pokrmů a jejich rozmanitosti.

Pokud jde o **pestrost stravy**: Ministerstvo zdravotnictví navrhlo řídit nutriční hodnotu stravy pomocí **doporučené pestrosti stravy měsíčního jídelního lístku**. Toto doporučení říká, kolikrát v měsíci má být zařazen jaký druh pokrmu: masový, mléčný, luštěninový atd. a kolikrát v měsíci má být použita ta která základní surovina (drůbež, ryby, vepřové atd.). Čili stanoví frekvenci pokrmů, ale z té nelze vysledovat množství použitých potravin a zjistit, zda jsou dosaženy požadované nutriční hodnoty. Spotřeba potravin nezávisí pouze na stanovení druhů pokrmů, protože řadu strávnicky méně oblíbených nebo dokonce zavrhaných potravin lze do stravy zařadit jako součást mnoha pokrmů. Jako příklad může sloužit zeleninový či bramborový salát s přidáním luštěnin, použití malého množství mléka do polévky, omáčky, pomazánky, sójového granulátu do mletých mas apod.

Doporučená pestrost stravy tak, jak ji navrhlo Ministerstvo zdravotnictví může vedoucím školních jídelen dobře posloužit jako metodický návod k sestavování jídelních lístků a tak také pomoci k dosažení požadovaných hodnot spotřebního koše. Doporučenou pestrost stravy jsme uvedli ve Zpravodaji č. 2/2005. Pro ty, kteří nemají k dispozici toto číslo Zpravodaje a pro opakovaní těm, kteří se s doporučením sice již dříve seznámili, ale pamět si vybírá své právo trochu vypovědět, uvádíme přehled znovu. Čtyři roky jsou přece jen dost dlouhá doba.

Doporučená pestrost aneb frekvence pokrmů za měsíc podle MZd ČR

Přesnídávky:

1x med nebo džem

1x domácí pečivo s ovocem nebo tvarohem

2x kaše (vločková, krupicová, kukuřičná, jáhlová, rýžová) nebo mléčný výrobek

3x rybí pomazánka

1x drůbeží pomazánka (nedoporučuje se v letních měsících)
2x tvarohová pomazánka
4x sýrová pomazánka nebo sýr
1x drožďová pomazánka
2x zeleninová pomazánka
1x šunka
2x dle možnosti a vlastního uvážení

Odpolední svačiny:

4x ovocný nebo zeleninový salát
3x domácí pečivo – ovocné, tvarohové, makové
3x jogurt, tvaroh s ovocem nebo puding = svačiny s mléčným základem
3x celozrnný chléb se sýrovou nebo tvarohovou pomazánkou
7x dle možnosti (celozrnné pečivo, kukuřičné lupínky apod.)

Ovoce a zeleninu střídavě zařazovat jako přílohu k přesnídávkám a odpoledním svačinám co nejčastěji. Přednost dávat ovoci a zelenině s vysokým obsahem vitamínu C.

Obědy:

Polévky: volit podle hlavního pokrmu, preferovat zeleninové polévky, určitě 1x drožďová
3x luštěninová
Jako zavářku používat více obiloviny (ovesné vločky, jáhly apod.)

Hlavní pokrmy

3x drůbež
2x ryby
max. 4x vepřové
5x podle možnosti (hovězí, králík)
4x bezmasý zeleninový pokrm (včetně zařazení luštěnin)
max. 2x sladký pokrm
nezapomente na výrobky ze sóji

Přílohy

5x brambory
2x bramborová kaše
3x těstoviny (možnost zařazovat celozrnné těstoviny)
4x rýže (možnost zařazovat rýži parboiled, rýži natural)
2x houskové knedlíky (možnost kombinace mouky a sójové mouky)
1x bramborové knedlíky
min. 1x luštěniny

Zeleninové saláty nebo ovoce, event. ovocné saláty podávat denně. Plně využívat sezonní zeleninu a ovoce. Přednost dávat ovoci a zelenině s vysokým obsahem vitamínu C.

Moučníky, dezerty: do pečiva lze využít možnosti kombinace mouky bílé a celozrnné, podávat mléčné výrobky, knackebroty.

My si dovoluujeme ještě **doplnit:**

- uzené maso podávejte v mateřských školách zcela výjimečně, max. 2x do roka. Žákům a studentům 1x za 2 měsíce. Nepoužívejte uzeniny z rozmělněného masa (párky, špekáčky), pokud budete podávat na přesnídávku či večeři uzeninu, tak zhruba 1x za měsíc. Vyhněte se laciným salámům a preferujte uzenářské výrobky ze svaloviny – kladenskou pečení, debrecínku, krutí šunku apod.
- omezte podávání smažených pokrmů, a to zejména v předškolních zařízeních, kde bohatě postačí 1x za 6 týdnů. Starším dětem smažené pokrmy podávejte 1x, max. 2x v měsíci, např. 1x kuřecí řízek, 1x palačinky, nebo 1x smažený rybí pokrm, 1x smažený květák
- doplňovat zeleninové saláty olejovou zálivkou!

4. Gastronomické zásady nebo pravidla, chcete-li

Je to kulinářský terminus technicus: **gastronomické zásady sestavování jídelního lístku aneb jak má být odborně vypracován.**

Možná to někomu zní trochu náročně, ale věřte, chce to jen zdravý selský rozum a jistě většina z vás tyto zásady dodržuje. Hlavní zásadou je to, o čem píšeme v předchozích řádcích – především pestrost a zase pestrost. Tentokrát nejen co se týká použitých surovin, ale nejméně do stejné míry technologických postupů, které určují konečný vzhled a chuť pokrmů.

Jídelní lístek je alfa a omega každého gastronomického provozu. Je to v podstatě **plán výroby** pokrmů na několik dní dopředu. Co musí zohlednit v našem případě:

- dosažení stanovených výživových hodnot, resp. hodnot spotřebního koše
- v delším časovém období dodržení průměru finančního limitu
- nabídku pokrmů, které strávnicki ochotně akceptují
- nabídku pokrmů či potravin, které strávnicki přijímají z nezvyku či neznalosti s nedůvěrou nebo neradi, ale které je z důvodů výchovy ke správnému životnímu stylu chceme naučit běžně konzumovat – to chce hodně přemýšlet a vymýšlet
- dbát na zásobovací a především provozní podmínky jídelny; myslet musíme i na podmínky spojené

s výdejem pokrmů, popř. s postupným dohotováním pokrmů nebo jejich uchováním do doby výdeje

Hodně odbornosti, znalostí a umu, včetně vcítění se do postojů dětských strážníků, vyžaduje sestavení jídelního lístku s pokrmy na výběr. Máme nabízet pokrmy stejného charakteru (čočka s vejcem, čočka s masem), aby strážník neměl úniku? Nebo úplně odlišné (čočka s masem, žemlovka)? Jak se vyrovnat s dodržáním pestrosti a spotřebního koše? Pokrmy na výběr nabízejí tolik otázek, že jsme se rozhodli věnovat tomuto fenoménu více pozornosti v našem časopise a zajistit názory odborníků souvisejících profesí. O tom tedy v dalších číslech Zpravodaje.

Vraťme se ke gastronomickým zásadám jako takovým. První zásadou je **střídání různých druhů potravin**, a to v menu jednoho denního jídla, jednoho dne i v průběhu časového období, na které jídelní lístek zpracováváte. Je nepřijatelné opakovat pokrm ze stejného druhu potravin v jednom dni, ve dni následujícím ani v týdnu. Pokud nebudete dbát této zásady, nejenže se to nebude strážníkům líbit, ale zpochybníte svoji odbornost, a vystavíte se podezření, že vaříte ze zbytků. Výjimku z této zásady tvoří zelenina, mléko a mléčné výrobky, některé nápoje a pečivo, také častější využití sezónních potravin. Ve školní jídelně by se dalo ještě přimhouřit oko dejme tomu v posledním týdnu školního roku, kdy musíte vyprázdnit sklady.

Druhou zásadou je **střídání různých druhů technologické úpravy pokrmů**: vaření, dušení, pečení, zapékání, grilování, smažení. To se týká jak úpravy mas, drůbeže a ryb, ale také příkrmů, příloh, bezmasých, zeleninových a sladkých pokrmů. Asi nebudeme připravovat smažený řízek, obložený smaženým kvěťákem s hranolky.

Chybou je také připravit např. krémovou polévku, dušené hovězí s omáčkou a zadělávanou mrkví nebo fazolkami na kyselo.

Třetí zásada říká, že **jíme také očima**. Pokrmy na talíři strážníka musí barevně ladit a vzbuzovat chuť se do nich pustit. Sestavu menu volíme tak, aby se barevně lišila polévka od hlavního pokrmu, harmonii barev může doplňovat obloha, salát, ovoce nebo moučník. Neradíme podávat např. rajčatovou polévku, maso na paprice a salát z červené řepy.

Čtvrtá zásada: dbáme, aby pokrmy **nebyly mechanicky stejně zpracovány**.

Co byste řekli třeba polévce z mletého masa, sekané pečení, bramborové kaši, jablečnému pyré, to korunováno pudinkem. Že je to vhodné pro bezzubé stařečky a ne pro děti, které se mají naučit potravu kousat.

Na pátém, ale významem nikoli na posledním místě je možná zdánlivě jednoduchá zásada – jednotlivé pokrmy v menu musí chutově ladit. To není tak těžké dodržet – ke znojemské pečení nezařadíme polévku z kyselého zelí, byť je lahodné chuti, ani jako přílohu nepodáme bramborový salát. Těžší je strefit se do chutí

strážníků, která je výsostně subjektivní věcí každého jedince.

5. Pokrm na talíři

Dovolte zmínit se ještě o poslední zásadě, která nesouvisí s jídelním lístkem, ale velice silně, s komunikací se strážníkem. Někdy i s rodiči. Nejintenzivnějším momentem komunikace je totiž setkání strážníků s vámi a s vašimi výrobky při podávání poledního menu nebo jiného denního jídla. Ano, jde o úpravu pokrmů na talíři včetně zachování konzumační teploty. Je jasné, že fronta hladových žáčků u výdejního okna a jejich nevázané projevy vám při výdeji klidu a soustředění nepřidají. Ovšem výsledek vaší namáhavé více než půldenní práce je právě na tom talíři. Vlažná polévka, špatně naporcované maso, zmáčkuté plátky knedlíků, omáčkou potřísněný okraj talíře, do toho plácnutý salát, který správně patří na misky – to dovede pokazit reputaci na celé čáře. Přicházíte o pomyslné body a vaše jídelna o dobrou pověst, vaše snaha je zmarněná. Děti i dospělí si odnášejí přesvědčení, že každé společné stravování je méněcenné, i když to, co jste jim na ten nešťastný talíř naložili, může být někdy lepší, než co stihne připravit unavená máma doma.

Další povídání o komunikaci a jejích prostředcích zase v dalším čísle Zpravodaje.



ARCUS

program pro evidenci stravování – TILLMANN software
Husova 410, Čáslav 286 01, tel.: 327 314 267, 604 253 699

Evidence skladu a normování

normování podle vzorových (součást programu)
i vlastních receptur, cokoliv lze opravit, přidat, vymazat,
tisky po pokrmech, celkem..., sledování limitů
spotřeby, stejné suroviny za různé ceny (i průměrné)
sklad. karty, až 99 sklad. míst (i pro majetek),
hodnocení spotř. koše
Cena: 6000,-

Evidence prodeje stravenek

seznamy strážníků, více druhů poplatků (jídlo,
ubytování), různé ceny (základ + příspěvek, prodej
stravenek hromadně i jednotlivě, zálohově, doplatkem,
trvalé platby; platby hotově, složenkou, fakturou,
inkasem (příkazy), komunikace disketou s ČS, KB
Cena: 2500,- (lze zakoupit samostatně)

Dále nabízíme moduly KANTÝNA (2000,-),
FAKTURACE (1500,-) a POKLADNÍ KNIHA (500,-),
VÝROBA (1000,-), KALKULACE (500,-),
a také samostatné programy
HACCP (3500,-)
pro zavedení systému kritických bodů
a SPOTŘEBNÍ KOŠ (1500,-)
pro výpočet spotřebního koše potravin

Programy nejsou náročné na počítačové vybavení.
Na požádání Vám zdarma zašleme demonstrační verzi s návodem k použití.
Uvedené ceny jsou konečné. Malým SJ poskytujeme až 50 % slevy.
Možnost jednotného upgrade z jiných programů za 2000,-.

Bezpečnost práce

Označení regálů i vyrobených svépomocí

Mgr. Eva Dvořáčková, ČMOSPS, Praha

Jak mají být správně označeny regály ve skladu, v archivu, ve sportovním skladu. Jedná se mi o to, jak určit nosnost jednotlivých polic, když je regál vyráběn svépomocí, a kde se dají koupit štítky k označení polic?

Bezpečnostní požadavky na regály obsahuje pouze nařízení vlády č. 101/2005 Sb., o podrobnějších požadavcích na pracoviště a pracovní prostředí v příloze v části 10.

Podle něj předně musí být v každém skladu umístěna tabulka určující maximální přípustnou nosnost podlahy. To platí pro všechny sklady.

Podle směrnice 89/654/EHS o minimálních zdravotních a bezpečnostních požadavcích na pracoviště jsou totiž **sklady**, kotelny a další pracoviště **považovány za rizikové, takže jsou pro ně upraveny speciální požadavky**. Příloha nařízení vlády č. 101/2005 Sb. je tedy z převážné většiny převzata přímo z citované směrnice. Podle nařízení vlády č. 101/2005 Sb. dále pak platí, že ruční ukládání do regálů ve výšce nad 1,8 m musí být prováděno z bezpečných pracovních zařízení (například žebřík, schůdky, pojízdné schody, manipulační plošina) a že zaměstnavatel zajistí, aby nebyly nadměrně zatěžovány části staveb a stavebních konstrukcí manipulovaným materiálem, pokud není prokázána dostatečná nosnost částí staveb a stavebních konstrukcí. Nakonec platí, že rozměry a druh manipulačních jednotek a způsob jejich bezpečného zakládání do regálu musí odpovídat požadavkům uvedeným v průvodní dokumentaci regálu.

Regály musí být trvale označeny štítky s uvedením

největší nosnosti buňky a nejvyššího počtu buněk ve sloupci.

Manipulační jednotky, materiál a předměty musí být skladovány a stohovány tak, aby se i při ukládání, manipulaci nebo odebírání nemohly sesunout.

Obecně platí, že regály jsou výrobky, které musí splňovat podmínky nařízení vlády č. 173/1997 Sb., kterým se stanoví vybrané výrobky k posuzování shody, ve znění pozdějších předpisů, tedy že musí mít certifikát shody.

Pokud však máte regály vyrobeny svépomocí, pak si musíte štítky s uvedením nosnosti buňky a nejvyššího počtu buněk ve sloupci stanovit sami, štítky na regály, které byly vyrobeny svépomocí se samozřejmě neprodávají.

Nakonec lze dovést, že regály jsou technickým zařízením ve smyslu nařízení vlády č. 378/2001 Sb., kterým se stanoví bližší požadavky na bezpečný provoz a používání strojů, technických zařízení, přístrojů a nářadí, a toto nařízení již uložilo před pěti lety, že **kontrola bezpečnosti provozu zařízení před uvedením do provozu je prováděna podle průvodní dokumentace výrobce a pokud není výrobce znám nebo není-li průvodní dokumentace k dispozici, stanoví rozsah kontroly zařízení zaměstnavatel místním provozním bezpečnostním předpisem**.

Pokud jste si nevypracovali tedy tento místně prozní bezpečnostní předpis již dříve, pak je skutečně třeba vybavit regály výše uvedenými štítky v souladu s nařízením vlády č. 101/2005 Sb.

Bezpečnost zaměstnankyně s trezorem

Pracuji ve firmě jako účetní, fakturantka a také pokladní. Mám na starosti jak korunovou, tak valutovou pokladnu včetně cenin apod. Příruční pokladnu uschovávám po pracovní době do trezoru, avšak samotná místnost, kde mám pokladni hotovost přes den, je průchozí, není zabezpečená a často bývám v kanceláři sama. Mám v kanceláři ještě malý trezorek, který je pouze na uzamknutí. Zajímalo by mě, s ohledem na moji bezpečnost, zda je firma povinná nějakým způsobem zajistit místnost, kde je pokladna, kde vyplácím hotovost. Zda existuje nějaký právní předpis, který toto upravuje.

Obecně závazný právní předpis o tom, jak má vypadat pokladna, skutečně neexistuje. To je věc jen a jen zaměstnavatele. Většina zaměstnavatelů si vypracovává určitý řád pokladny, který obsahuje i otázky bezpečnosti zaměstnanců zde pracujících. **Zaměstnavatel totiž odpovídá za bezpečnost zaměstnanců**, on musí vytvořit takové podmínky na pracovišti, aby eliminoval všechna možná byť jen teoretická rizika, v daném případě včetně

rizika Vašeho přepadení.

Žádný předpis tedy nestanoví, jestli má být pokladní místnost přepažena a pokladní má sedět tzv. za přepážkou nebo jestli má pokladní sedět v klasické kanceláři, nebo jestli se do kanceláře pokladny bude vstupovat jen na zazvonění. Zároveň to však je do jisté míry i věc zaměstnavance, protože vy asi máte uzavřenou dohodu o odpovědnosti k ochraně hodnot svěřených zaměstnanci k vyúčtování a Vy můžete podle § 253 zákoníku práce upozornit zaměstnavatele na závady v pracovních podmínkách, které brání Vašemu řádnému hospodaření se svěřenými hodnotami a když by Vám zaměstnavatel do 15 dnů neodpověděl nebo neučil žádné kroky ke zlepšení, pak může od dohody o tzv. hmotné odpovědnosti odstoupit.

Příklad: pokladní seděla v kanceláři ještě asi s dvěma dalšími pracovníky, takže se běžně vědělo, kde jsou klíče od trezoru apod. a pak když došlo k vloupání do trezoru, řekl zaměstnavatel, ale vždyť jste si nestěžovala, že byste neměla vytvořeny řádné podmínky.

Doporučuji Vám obrátit se na vašeho bezpečnostního technika, tedy osobu odborně způsobilou v prevenci rizik a sdělit mu, že se necítíte na pracovišti bezpečná. Nakonec přece minimálně jedenkrát do roka musí zaměstnavatel provádět prověrky bezpečnosti a ochrany

zdraví při práci, tak je možnost Vašeho vyjádření i v této souvislosti. Pokud by bezpečnostní technik s tím nic neudělal, doporučuji obrátit se písemně přímo na zaměstnavatele. Zde nejde jen o Vaši bezpečnost, ale i pro hotovost a případný schodek apod.

Může zaměstnavatel kontrolovat skřínky v šatnách zaměstnanců?

Je zaměstnavatel oprávněn provádět namátkové prohlídky šatnových skříněk zaměstnanců např. za účelem zjištění odcizeného materiálu a jaký postup a podmínky se musí při kontrole dodržet?

Toto je složitá otázka. Podle ustanovení § 248 odst. 2 zákoníku práce platí, že „Zaměstnavatel je z důvodu ochrany majetku oprávněn v nezbytném rozsahu provádět kontrolu věcí, které zaměstnanci k němu vnášejí nebo od něho odnášejí, případně provádět prohlídky zaměstnanců. Při kontrole a prohlídce podle věty první musí být dodržena ochrana osobnosti podle § 11 občanského zákoníku. Osobní prohlídku může provádět pouze fyzická osoba stejného pohlaví.“ Podle tohoto ustanovení tedy zaměstnavatel může provádět „pouze“ kontrolu věcí, které zaměstnanci k němu vnášejí a které odnášejí, případně provádět osobní prohlídky zaměstnanců.

Správně by měl zaměstnavatel např. v pracovním řádu mít stanoveny podmínky, za kterých se tyto prohlídky u něj provádí a hlavně také, kdo je provádí. Je asi jasné, že když zákon říká „zaměstnavatel“, že nemůže za zaměstnavatele tyto prohlídky provádět najatá bezpečnostní agentura, která u zaměstnavatele provádí ostrahu.

O tom, že platí ustanovení § 11 občanského zákoníku: „Fyzická osoba má právo na ochranu své osobnosti, zejména života a zdraví, občanské cti a lidské důstojnosti, jakož i soukromí, svého jména a projevů osobní povahy“ není také sporu. Zaměstnavatel musí i při prohlídkách respektovat zaměstnancovu čest a důstojnost.

K této otázce se vyjádřil Nejvyšší soud, když v rozsudku sp. zn. 21 Cdo 2172/2002 judikoval „Povinnost soustavně kontrolovat, zda zaměstnanci plní své pracovní úkoly tak, aby nedocházelo ke škodám, ukládá zaměstnavateli přijmout a soustavně uplatňovat takový souhrn způsobů a forem kontroly plnění pracovních úkolů zaměstnanci, který lze po něm vzhledem ke konkrétní časové a místní situaci rozumně požadovat a který je způsobilý co nejvíce omezit a snížit riziko vzniku škod.“

Právo na ochranu osobnosti zaměstnance nakonec vyplývá přímo i z Listiny základních práv a svobod, která je součástí ústavního pořádku, a to zejména z jejích článků 7 a 10. Článek 7 uvádí jen obecné pravidlo, že „nedotknutelnost osoby a jejího soukromí je zaručena“ a omezena může být „jen v případech stanovených zákonem“. V článku 10, který upravuje podrobněji ochranu osobnosti, je stanoveno právo každého (tedy všech fyzických osob): „aby byla zachována jeho lidská důstojnost, osobní čest, dobrá pověst a chráněno jeho jméno“.

Je nepopiratelným faktem, že by každý zaměstnanec měl mít v rámci svého pracovního prostoru u zaměstnavatele vymezen prostor (zásuvku pracovního stolu, šatní skříň apod.), která bude jeho čistě soukromým místem. Podle ustanovení § 226 zákoníku práce totiž platí: „Za-

městnavatel je povinen zajistit bezpečné uložení svršků a osobních předmětů, které zaměstnanci obvykle nosí do zaměstnání.“ Tato povinnost zaměstnavatele je oproti starému zákoníku práce dnes podstatně omezena – dříve platilo, že zaměstnavatel měl povinnost i ochrany obvyklých dopravních prostředků, pokud jich zaměstnanci používají k cestě do zaměstnání a zpět. S tím, že za obvyklý dopravní prostředek k cestě do zaměstnání a zpět se pro tento účel nepovažoval osobní automobil. Tuto povinnost měl zaměstnavatel podle starého zákoníku práce i vůči všem ostatním osobám, pokud jsou pro něj činní na jeho pracovištích. Dnes však platí, že zaměstnavatel je povinen pouze zajistit bezpečné uložení svršků a ostatních předmětů, které zaměstnanci obvykle nosí do zaměstnání, nic víc.

S tímto ustanovením pak bezprostředně souvisí ustanovení § 267 a § 268 zákoníku práce, podle kterých zaměstnavatel odpovídá zaměstnanci za škodu na věcech, které se obvykle nosí do práce a které si zaměstnanec odložil při plnění pracovních úkolů nebo v přímé souvislosti s ním na místě k tomu určeném nebo obvyklém. Ochrana soukromí zaměstnance však nebyla řešena ani starým a není řešena ani novým zákoníkem práce. Právní stav je takový, že pracoviště zaměstnance „jako takové“ je prostorem, o kterém rozhoduje zaměstnavatel a ten má k němu tudíž neomezený přístup. Zaměstnavatel má tudíž právo zaměstnanci zakázat, aby si pracovní prostor (např. kancelář či skříňku v šatně) vyzdobil podle svého vkusu obrázky, fotografiemi, květinami či jiným drobnými předměty. O vzhledu každého pracoviště má právo rozhodnout zaměstnavatel a jeho vedoucí zaměstnanci.

Právní úpravu pracoviště a tedy i jeho vzhledu máme totiž řešenou v zákoníku práce pouze z pohledu BOZP, dále v zákoně č. 309/2006 Sb., o zajištění dalších podmínek bezpečnosti a ochrany zdraví při práci (ustanovení § 2) a v prováděcím nařízení vlády č. 101/2005 Sb., o podrobnějších požadavcích na pracoviště a pracovní prostředí. Ohledně vlastního vzhledu pracovišť pak máme ještě strohé ustanovení § 224 odst. 1 zákoníku práce, z kterého mimo jiné vyplývá, že zaměstnavatel je povinen vytvářet zaměstnancům pracovní podmínky, které umožňují bezpečný výkon práce a že za tím účelem mimo jiné zajišťuje zlepšení vzhledu a úpravy pracovišť.

Tato všechna ustanovení však upravují pouze povinnosti zaměstnavatele, ale neupravují právo zaměstnance. O soukromí zaměstnance, tedy o tom, že by měl mít zaměstnanec právo na nějaký vymezený prostor, kam si třeba bude odkládat věci apod., však zákoník práce mlčí a tuto otázku neřeší ani ostatní předpisy.

Pro praxi bych však závěrem připomněla, že je třeba veškeré otázky kontroly zaměstnanců nebo kontroly věcí zaměstnanců řešit v souladu se zásadou dobrých mravů (viz § 14 zákoníku práce).

Pracovní prostředí pod lupou

Bolí vás záda od vysedávání v kanceláři? Máte unavené oči od obrazovky počítače?

Jaké jsou minimální požadavky kladené současnými právními předpisy na pracovní prostředí zaměstnanců?

Základním právním předpisem upravujícím požadavky na pracovní prostředí zaměstnanců je zákoník práce v platném znění. Zaměstnavatelé jsou povinni vytvářet pracovní podmínky, které umožňují bezpečný výkon práce, odstraňovat rizikové a namáhavé práce a zřízovat, udržívat a zlepšovat zařízení pro zaměstnance, včetně vzhledu a úpravy pracovišť.

Mimo takto všeobecně definovaných požadavků je zaměstnavatel povinen dále zajistit, aby pracoviště byla prostorově a konstrukčně uspořádána a vybavena tak, aby pracovní podmínky pro zaměstnance **z hlediska bezpečnosti, hygieny a ochrany zdraví při práci** odpovídaly bezpečnostním požadavkům a hygienickým limitům kladeným na pracovní prostředí a pracoviště.

Konkrétní úprava opatření k ochraně zdraví zaměstnanců a hygienické požadavky na pracovní prostředí a pracoviště jsou upraveny prováděcími právními předpisy,

zejména nařízením vlády č. 361/2007 Sb., kterým se stanoví **podmínky ochrany zdraví zaměstnanců při práci**. Toto nařízení stanoví mimo jiné základní požadavky na rozměry pracoviště, osvětlení pracoviště, minimální opatření v souvislosti s tepelnou zátěží zaměstnance a zátěží chladem, zajištění dostatečné výměny vzduchu větráním, vybavení pracovišť pitnou vodou, nebo např. nejvyšší přípustné hladiny hluku na pracovišti. Pokud pracovní prostředí zaměstnanců nesplňuje požadavky stanovené platnými právními předpisy, hrozí zaměstnavateli finanční sankce ze strany orgánů státního odborného dozoru, popřípadě ze strany orgánů ochrany veřejného zdraví.

Z výčtu nároků kladených na vybavení pracoviště je zřejmé, že pro zaměstnavatele bude uvedení pracovišť zaměstnanců do souladu se všemi zákonnými požadavky mnohdy představovat **značnou finanční zátěž**.

Nicméně, náklady vynaložené na úpravu pracovišť se zaměstnavateli vrátí v podobě větší spokojenosti zaměstnanců, zlepšení jejich zdravotního stavu, ve vyšších výkonech zaměstnanců a tudíž i ve zvýšené produktivitě práce. Investice do zlepšení pracovního prostředí zaměstnanců jsou navíc požadovány za daňové uznatelné náklady pro zaměstnavatele.

Management do školních jídelen

„Management je specifickým a charakteristickým nástrojem doslova každé organizace“. P. Drucker

Od akademického roku 2008/2009 probíhá v Centru školského managementu Pedagogické fakulty Univerzity Karlovy v Praze pilotní dvousemestrální **kurz „Základy školského managementu pro vedoucí pracovníky, ředitele a ředitelky školních jídelen.“**

Obsahem kurzu jsou jak teoretické, tak praktické poznatky ze školského managementu, ekonomiky a financování, práva, vedení lidí a výcvik v základních manažerských dovednostech.

Kurz je realizován distanční formou, která kombinuje prezenční výuku, řízené samostudium, on-line aktivity a manažerské praxe. Prezentační výuka probíhá cca jedenkrát za měsíc v Praze, manažerské praxe ve školních jídelnách - tři manažerské praxe (1MP//4 hod) v jednom semestru, v termínu a místě, na kterém se studenti v rámci studijní skupiny dohodou.

Kurz je ukončen obhajobou seminární práce. Po ukončení kurzu obdrží studenti osvědčení PedF UK o absolvování kurzu.

Kurz „Základy školského managementu“ je koncipován primárně jako kurz dalšího vzdělávání pro vedoucí, ředitelky a ředitele školních jídelen, současně však získané znalosti a dovednosti mohou účastníci využít při přijímacím řízení do bakalářského studia školského managementu.

Zájem o nabízený kurz je značný. Pro akademický rok 2008/2009 se přihlásilo celkem 115 zájemců. Vzhovět jsme mohli 109 uchazečům.

Ale všichni, kdo mají zájem o nabízený kurz, mohou posílat přihlášky na níže uvedenou adresu. Sejde-li se dostatečný počet zájemců (25-30), otevřeme další kurz pro nové zájemce v lednu/únoru 2009.

Adresa pro zaslání přihlášky:

Marie Hlavičková, Centrum školského managementu PedF UK v Praze, Myslíkova 7, 110 00 Praha 1

Podrobnější informace o studiu a přihlášku získáte na adrese:

studium.csm@seznam.cz

helena.cernikova@pedf.cuni.cz

kralovav@uvrs.pedf.cuni.cz

Telefon: 221 900 524

Telefon: 221 900 556