

# Úvodní slovo

V úvodníku Zpravodaje pro školní stravování se zabývám dvěma tématy, která mě zaujala hned na začátku školního roku a mají vliv na dění ve školním stravování.

Začnu tedy mým zjištěním, jak vysoké % vás nesouhlasí s pořádáním soutěže o Nejlepší školní oběd, které se minulý týden (pozn. na konci měsíce září) jasně profilovalo v anketě na stránkách [jidelny.cz](http://jidelny.cz). Byla jsem překvapena, a pravda trochu i zklamána. Není to však proto, že patřím mezi organizátory tohoto klání (i když po pravdě řečeno příprava a organizace této akce je tak náročná, že si to stěží dovedete představit, a tak nás to asi i trochu mrzí ☹), ale spíše je to tím, že jsme předpokládali, že jste vděční za toto zviditelnění vaší těžké práce. Víím, že kladné ohlasy z této akce mají v médiích tzv. jepičí život, a že sláva ŠJ po soutěži trvá jen pár týdnů, ale možná díky za to, ne? Mne samotnou trochu zlobí, že si na tom výsluní nepobudeme trošku déle, ale na druhé straně si uvědomuji - kdepak za celý rok slyšíme něco potěšitelného a v takovém rozsahu o naší práci?

Další velmi zajímavou aktivitou v tomto podzimním čase byl návrh, že by do školních jídelen měli přicházet ze všech koutů naší krajiny „kontrolóři“ a „rádci“ a začít „léčit“ školní stravování. Zde je tedy nasnadě otázka – potřebuje to tato *Dáma v letech* (jak bylo trefně nazváno školní stravování v návaznosti na svoje 50. výročí) či nikoliv? Odpověď zní proč ne, avšak tato postupná náprava musí mít svůj řád, musí být vedena **poučenými lidmi s praxí a zkušenostmi v tomto oboru**. Jistě víte, že Ministerstvo školství a Ministerstvo zdravotnictví pracuje na koncepci, jak přizpůsobit pravidla stravování naší mladé generace současným výživovým trendům a přitom nepoškodit jejich zdravý vývoj a stravovací návyky. Práce to není jednoduchá a jistě bude chvíli trvat, než se najdou cesty, jak vše uspořádat k všeobecné spokojenosti. Návrhů a názorů je mnoho, zainteresovaných stran také, ale je důležité, aby vše bylo ustaveno nejen ke spokojenosti strávníků, navrhovatelů změn, odborníků na výživu dětí a mládeže a v souladu s legislativou. Je též zapotřebí mít na zřeteli, zda vše bude proveditelné v praxi a ne pouze na papíře, a rovněž s ohledem na obrovský počet strávníků (.....), jichž se tyto změny budou týkat.

To však neznamená, že mezitím budeme nečinně čekat se založenými rukama, rozčilovat se, jak to či ono nejde a jak nám to či ono vadí. Možná jsme si příliš zvykli na to, že za nás tyto „bitvy“ vybojuje někdo jiný a my zůstaneme za bukem a počkáme si se založenými rukama. Máme pořád co zlepšovat a vůbec to nezávisí od předpisů či nařízení. Jako příklad lze uvést - stačí se mnohdy jen podívat na jídelní lístky vyvěšené na webových stránkách některých školních jídelen a máte dojem, že se v tom konkrétním zařízení zastavil čas. Pokrmy se opakují, jsou fádny, bez nápadu a jiskry, chybí zelenina a ovoce, apod..... A přitom víme, že to takto nemusí být, jsou školní jídelny, a není jich málo ☺, které to dokazují.

Takže co Vy na to, nestálo by za to, začít třeba už teď a sami?

AP

## OBSAH

Úvodní slovo .....	81
Skutečně poustevnická škola .....	82
Kapr a jiné tradice na vánočním stole.....	86
Soutěž o Nejlepší školní oběd 2014.....	89
Není bageta jako baguette .....	92
Problematika koordinátorů sdružení Skutečně zdravá škola.....	93
Rozlobený dopis občanského sdružení Skutečně zdravá škola ministrom školství.....	94

**Zpravodaj**  
pro školní stravování

**ČÍSLO 6/2014**

**listopad • prosinec**

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 Bc. Alenou Strosserovou. Členové: MUDr. Miroslava Adamcová, Ing. Jarmila Blatná, CSc., Mgr. Veronika Březková, prof. Ing. Jana Dostálová, CSc., Bc. Jitka Koutová, RNDr. Jitka Krmíčková, Mgr. V. Neklapilová, MVDr. Pavel Otoupal, CSc., Bc. Anna Packová, Ing. Eva Šulcová, MUDr. Petr Tláškal, CSc., Ing. Ludmila Věříšová, CSc., Ing. Petra Zukalová.



# Skutečně poustevnická škola

Bc. Pavel Grasgruber

Fakulta sportovních studií, Masarykova univerzita Brno

*V uplynulých měsících se u nás rozhořela vcelku horká debata o kvalitě stravování na českých školách. Iniciativa Skutečně zdravá škola, jejímiž vůdci jsou Margit Slimáková a Bohuslav Sedláček, žádá kromě úplného odstranění automatů na sladkosti z českých škol také aktualizaci údajně zastaralého jídelníčku, a to podle tzv. Zdravého talíře Harvardské školy veřejného zdraví. V praxi by to vedlo k navýšení podílu rostlinných potravin a snížení podílu potravin živočišných. Živočišných bílkovin prý máme nadbytek, takže vůbec neuškodí ani snížení podílu mléka. S tím však nesouhlasí experti Ministerstva zdravotnictví, kteří prohlašují naše současné normy za zcela přiměřené. Existují tu vůbec nějaká spolehlivá fakta, o která by se bylo možno opřít?*

## Tělesný vzrůst a spotřeba potravin: Klíč k pochopení základů lidské výživy

Během našeho výzkumného projektu „Fyzická aktivita v ČR“, který byl v letech 2011-2014 realizován na Fakultě sportovních studií v Brně, jsme se věnovali také antropometrickým měřením a základním příčinám pozitivního trendu tělesné výšky v Evropě. Jeho počátek se datuje do druhé poloviny 19. století, kdy došlo vlivem průmyslové revoluce k pozvolnému zlepšování životních podmínek. Od 80. let 19. století tak kupříkladu čeští muži „vyrostli“ o téměř 17 centimetrů – z 164,6 cm na 181,3 cm, což byl průměr u 315 mladých mužů v námi měřeném vzorku populace. Neuvěřitelně nízké hodnoty zjištěné u našich prapradědek reflektují ořesnou bídu a podvýživu, kterou si dnes můžeme prakticky přiblížit pouze osobní návštěvou zemí jako např. Guatemala, Jemen nebo Kambodža, kde dospělí muži dosahují vzrůstu 13letých hochů z ČR. Protože v dnešní době už vymírají generace, které takové podmínky na našem území osobně zažily, někteří mladí lidé, trpící pocitem odcizení se přírodě, si začínají život v předindustriální éře naivně idealizovat a odkazují nostalgicky na „stravu našich prababiček“ složenou z obilovin, ořechů a zeleniny, díky níž prý byli lidé zdraví a dožívali se dlouhého věku.

Námi shromážděné údaje o aktuální výšce mladých mužů v 45 evropských zemích (a také Austrálie, Nového Zélandu a USA), porovnané s průměrnou spotřebou bílkovin v letech 2000-2009 (podle FAOSTATu), však o žádném obzvláštním zdraví dětí krmených tímto středověkým müsli rozhodně nesvědčí. **Optimální tělesný růst totiž jednoznačně závisí na příjmu živočišných bílkovin, a to zejména z mléčných produktů a vepřového masa, zatímco podvýživa (nízká průměrná výška) je spjata s rostlinnými bílkovinami, a to obzvláště**

Zdroje bílkovin	g/den	r	p
Mléčné produkty celkem	19.0	0.47	0.001
Vepřové maso	8.1	0.42	0.004
ŽIVOČIŠNÉ BÍLKOVINY	53.1	0.41	0.005
Ryby celkem	3.1	0.33	0.028
Maso celkem	23.2	0.29	0.054
BÍLKOVINY CELKEM	96.3	0.17	0.28
Vejsce	3.2	0.16	0.29
Hovězí maso	6.0	0.12	0.42
Brambory	3.2	0.11	0.47
Drůbež	7.0	0.04	0.79
Zelenina celkem	3.7	-0.35	0.017
ROSTLINNÉ BÍLKOVINY	43.3	-0.50	0.0005
Obiloviny celkem	29.3	-0.59	0.00002
Pšenice	24.5	-0.68	0.000000

*Pozn.: Hodnota r vyjadřuje linearitu (sílu) vztahu, a to buď pozitivní nebo negativní. Hodnota p vyjadřuje pravděpodobnost, že je takový vztah náhodný. Kupříkladu p=0.001 znamená, že k takovému jevu může teoreticky dojít pouze v 1 z 1000 případů. Konvenčně jsou všechny p-hodnoty nižší než p=0.05 považovány za statisticky významné (v tabulce zvýrazněny tučně).*

**pšeničnými (viz tabulku).** Na tuto analýzu v blízké budoucnosti naváže rozsáhlejší srovnání, které zahrne i Asii a Severní Afriku. Jeho předběžné výsledky jsou už k dispozici (Obr. 1-3), takže nám umožní nahlédnout vztahy mezi výživou a tělesným růstem ve více než osmi desítkách zemí.

## Aminokyselinové skóre

Výše vypočítané vztahy nejsou nijak překvapivé. Odpovídají totiž kvalitě bílkovin v uvedených potravinách, která je posuzována podle tzv. **aminokyselinového skóre** (amino acid score, AAS). Aminokyseliny jsou stavební složkou bílkovin a 9 z nich je považováno za esenciální

(nezbytné), protože lidský organismus si je nemůže sám vytvořit. AAS se vypočítává z obsahu nejhůře zastoupené (limitní) esenciální aminokyseliny v konkrétní bílkovině, v porovnání s „ideálním“ standardem vypracovaným světovými organizacemi FAO a WHO. Podle standardu FAO/WHO z roku 1985 by kupříkladu 1 gram bílkoviny měl obsahovat 58 mg aminokyseliny lysinu. Jeden gram bílkoviny v pšeničné mouce však obsahuje jen cca 28 mg lysinu, takže její AAS je 0.48. Pouze bílkoviny s AAS 1.00 a vyšším lze považovat za kompletní. Celou věc dále komplikuje stravitelnost bílkovin, posuzovaná prostřednictvím skóre PDCAAS (*protein digestibility corrected amino acid score*). Zatímco stravitelnost živočišných bílkovin je velmi dobrá a dosahuje až 100% u vařeného masa, rostlinné bílkoviny jsou stráveny většinou jen z 80-90%. Jejich reálná biologická kvalita tedy dále klesá.

Aminokyselinové standardy ani výpočty stravitelnosti stále nejsou dokonalé a průběžně se zpřesňují. Je zajímavé, že výsledky naší analýzy souhlasí více se starším standardem z roku 1985 založeným na studiu dětí zotavujících se z chronické podvýživy, než s novým standardem z roku 2007, který evidentně nadhodnocuje biologickou kvalitu ryb. Nejnověji (2007) bylo zavedeno ještě přesnější skóre DIAAS, které udává kvalitu bílkoviny na základě stravitelnosti u každé esenciální aminokyseliny. Takové výpočty jsou ovšem pochopitelně náročnější a stále narážejí na nedostatek potřebných dat.

Údaje o AAS a PDCAAS různých potravin jsou uvedeny v další tabulce. Tato data většinou pocházejí ze souhrnu nutričních studií FAO, který byl naposled vydán v roce 1981. Zájemci o novější a podrobnější informace mohou nahlédnout např. do zpráv FAO z let 1991 a 2013, kde je však počet vybraných potravin mnohem menší. (Rozdíly v hodnotách jsou v každém případě zanedbatelné.) Jak vidno, **čelo pořadí okupují mléčné produkty, maso a vejce, zatímco u řady rostlinných zdrojů lze hovořit o kvalitě vyložené katastrofické.** Rostlinné

Potravina	gramů bílkovin na 100g	Standard FAO/WHO 1985 (děti ve věku 2-5 let)			Nejlépe zastoupená aminokyselina a její AAS	
		AAS	PDCAAS	Limitní aminokyselina		
Vaječný žloutek	16,1	1.29	1.25 (0.84*)	lysin	isoleucin	1.82
Platýzovitě ryby	16,0	1.25		tryptofan	isoleucin	1.84
Čerstvé kravské mléko	3,5	1.25	1.21	tryptofan	isoleucin	1.65
Špenát	2,2	1.25		lysin	fenyloalanin/tyrosin	1.76
Pasterizované kr. mléko	3,5	1.22	1.18	lysin	isoleucin	2.24
Vejce	12,4	1.20	1.16 (0.78*)	lysin	methionin/cystein	2.31
Vepř. vnitřnosti (vařené)	16,0	1.18	1.18?	tryptofan	isoleucin	2.16
Měkkýši	10,0	1.17		lysin	valin	1.79
Sterilizované kr. mléko	3,5	1.17	1.13	methionin/cystein	isoleucin	2.17
Skopové maso (vařené)	15,6	1.15	1.15	tryptofan	isoleucin	1.78
Vaječný bílek	11,1	1.15	1.11 (0.75*)	lysin	methionin/cystein	2.55
Vepř. maso tučné (vařené)	11,9	1.14	1.14	leucin	isoleucin	1.83
Sója (semena)	38,0	1.13	1.03	methionin/cystein	isoleucin	1.78
Mateřské mléko	1,2	1.11 (1.19)		histidin (lysin)	isoleucin	1.96
Sýry (průměr)	18,0	1.10	1.08	tryptofan	valin	2.21
Čerstvé bizoní mléko	4,0	1.09 (1.32)		histidin (tryptofan)	isoleucin	1.88
Makrely, tuňáci	27,0	1.03		tryptofan	histidin	2.63
Čerstvé kozi mléko	3,8	1.08		tryptofan	histidin	1.90
Korýši	16,0	1.05		tryptofan	methionin/cystein	1.67
Sójové mléko	3,2	1.05		lysin	isoleucin	1.91
Ryby (průměr)	18,8	1.02		tryptofan	histidin	1.86
Hovězí maso (vařené)	17,7	1.02	1.02	tryptofan	histidin	1.79
Tresky	17,0	1.02		tryptofan	methionin/cystein	1.82
Lososovitě ryby	18,0	1.01		tryptofan	isoleucin	1.62
Pivovarské kvasnice	38,8	1.00	0.84	methionin/cystein	valin	2.10
Parmice, okouni	17,0	0.99		tryptofan	histidin	1.87
Sledí, sardinky	20,0	0.97	0.93	tryptofan	isoleucin	1.89
Kuřecí maso (vařené)	20,0	0.93	0.93	tryptofan	isoleucin	1.91
Kaprovité ryby	18,0	0.93		tryptofan	methionin/cystein	1.97
Koňské maso (vařené)	20,0	0.92	0.92	tryptofan	isoleucin	2.32
Úhořovitě ryby	20,0	0.92		tryptofan	isoleucin	1.54
Žampiony	3,4	0.88	0.79	methionin/cystein	isoleucin	1.45
Hrách	22,5	0.81	0.71	methionin/cystein	isoleucin	1.53
Lněná semena	18,0	0.77	0.65	lysin	valin	1.83
Fazole	22,1	0.76	0.62	methionin/cystein	isoleucin	1.50
Brambory	2,0	0.76	0.68	methionin/cystein	tryptofan	1.50
Slunečnicová semena	12,6	0.73	0.60	lysin	isoleucin	1.80
Kokos (sušené jádro)	6,6	0.72	0.57	lysin	valin	1.84
Čočka	24,2	0.69	0.58	methionin/cystein	isoleucin	1.54
Hlávkový salát	1,3	0.66		lysin	valin	1.56
Mrkev	1,1	0.66		tryptofan	valin	1.30
Pohanka	12,2	0.66		lysin	valin	1.91
Konopná semena (loupaná)	35,9	0.64	0.61	lysin	methionin/cystein	2.28
Jablka	0,4	0.64		fenyloalanin/tyrosin	isoleucin	1.16
Žito	11,0	0.63		lysin	valin	1.46
Předvařená rýže	7,1	0.63	0.55	lysin	valin	2.22
Lískové ořechy	19,2	0.60		methionin/cystein	isoleucin	2.72
Konopná semena (celá)	24,0	0.60	0.51	lysin	methionin/cystein	1.65
Sezamová semena	18,1	0.56	0.46	lysin	methionin/cystein	2.18
Pšeničná mouka 80-90%	11,7	0.48	0.46	lysin	methionin/cystein	1.57
Banány	1,2	0.48		lysin	histidin	3.84
Mandle	16,8	0.47		lysin	valin	1.79
Kukuřice	9,5	0.46	0.42	lysin	leucin	1.90
Řasa (Hijikia)	5,6	0.45** (0.50)		histidin (lysin)	valin	2.89
Pomeranče	0,8	0.42		leucin	valin	1.11
Rajčata	1,1	0.41		leucin	histidin	0.81
Jahody	0,8	0.40		methionin/cystein	histidin	1.05
Hrozny	0,7	0.30		leucin	methionin/cystein	1.94
Řasa (Undaria)	12,7	0.26** (0.63)		histidin (lysin)	valin	1.96

Zdroj: Vypočítáno autorem podle údajů FAO (<http://www.fao.org/docrep/005/AC854T/AC854T03.htm#ch1.1>). Konopná semena podle House et al. (2010). Data stravitelnosti u bílkovin rýže a pšeničné mouky byla doplněna podle zprávy FAO (1991). \*Vejce za syrova \*\*První skóre se týká aminokyseliny histidinu, která je kriticky důležitá hlavně u dětí.

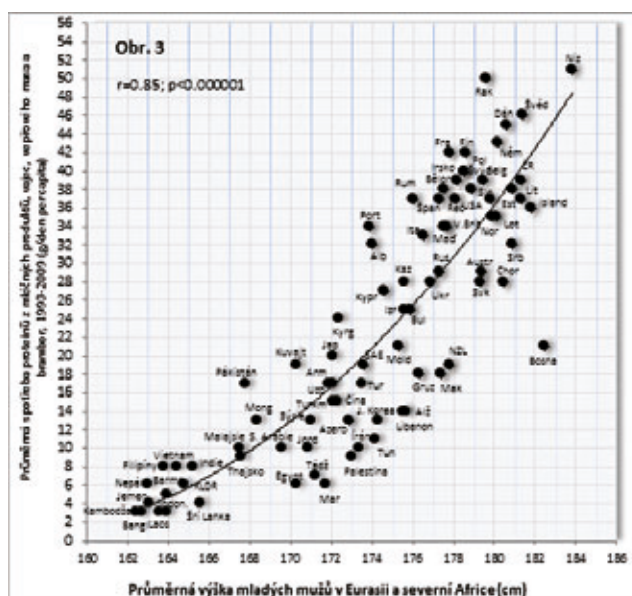
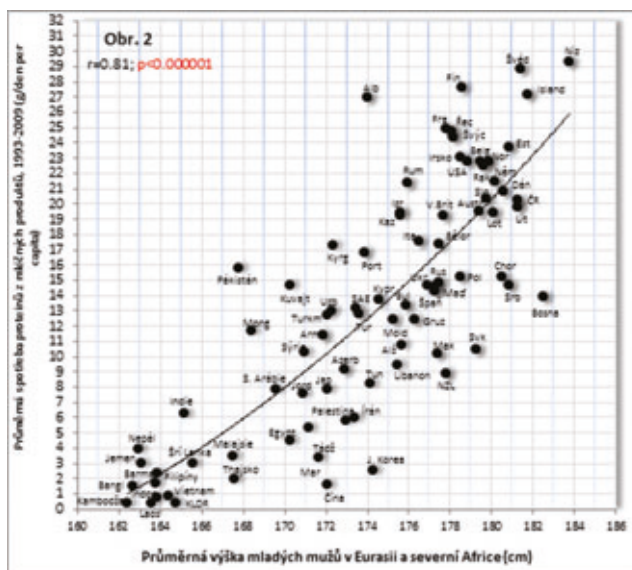
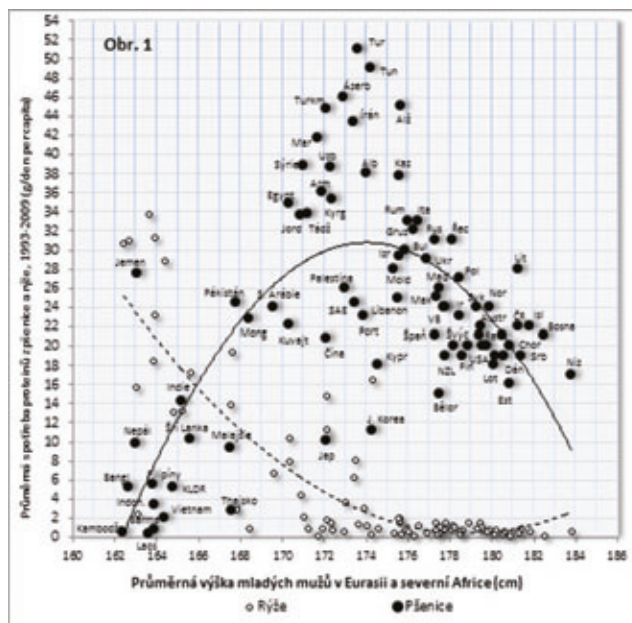
bílkoviny všeobecně trpí zoufalým deficitem lysinu, který hraje klíčovou roli při syntéze tělesných bílkovin a je tedy nezbytný u dětí v období růstu. V případě tzv. „zdravých“ svačinných cereálií jako jsou obilné vločky a burizony dochází dokonce během výroby k takovému narušení stravitelnosti lysinu, že jejich proteinová kvalita se silně blíží nule.

Vegani se sice vytrvale zaštiťují tím, že nedostatek lysinu pohodlně pokryjí z luštěnin, ale nedochází jim jedna velmi podstatná věc: **Získávání živin z rostlinných zdrojů je nesmírně neefektivní a obsahuje obrovská kvanta „prázdných kalorií“.** Počty to nejsou složité: Vezmeme-li jako standard 3,2 gramu bílkovin ze 100 ml polotučného pasterizovaného mléka (190 kJ), pak na stejnou kvalitu esenciálních aminokyselin potřebujeme přimnout přibližně 21 g (79 kJ) kuřecích prsou, 18 g (97 kJ) libového hovězího masa, 12 g (105 kJ) sýru Eidam s 30% bílkovin, 17 g (157 kJ) sardinek, 25 g (180 kJ) vařených vajec a 25 g (190 kJ) libového vepřového masa. Pokud budeme mít k dispozici jen zdroje rostlinné, odpovídá to 21 g (285 kJ) hrachu, 17 g (438 kJ) loupáných konopných semen, 32 g (779 kJ) lněných semen a dokonce 40 g (1100 kJ) sezamových semen, 112 g (1160 kJ) pšeničného chleba a 95 g (1344 kJ) loupané rýže. Kompletní bílkoviny sice obsahuje špenát a sója, nicméně ve špenátu jsou velmi slabě koncentrovány a sója je pro změnu proslulá obsahem problematických fytoestrogenů a tzv. antinutričních faktorů, které blokují využitelnost aminokyselin. Skóre DIAAS proto není k sóji nijak milosrdné a nejkvalitnějším živočišným bílkovinám ve skutečnosti nemůže konkurovat.

Nejde však jen o kvalitu a stravitelnost bílkovin, ale i o zavádějící „papírový“ obsah minerálních látek, které se z řady rostlin velmi špatně vstřebávají. Jinou samostatnou kapitolou jsou vitamíny řady B a D. Důsledky takové stravy tedy mohou být v zásadě dvojí: Při běžném příjmu energie je to podvýživa (často vydávaná za „zdravou štíhlost“) a při nadměrném příjmu energie obezita, přičemž ani v tomto případě nemůže být celková kvalita výživy srovnatelná se živočišnými zdroji.

### Klíčové složky lidské výživy

Názorně si tento problém můžeme ilustrovat na obr. 1, který zobrazuje vliv denního příjmu bílkovin z rýže a pšenice na průměrný vzrůst mladých mužů v 81 zemích Eurasie a Severní Afriky. V chudých rozvojových zemích je i nekvalitní pšeničná bílkovina přínosem, protože je poměrně slušně koncentrovaná (cca 12 g/100 g). Naproti tomu rýže obsahuje mnohem více kalorií a její bílkoviny jsou přitom koncentrované velmi málo (cca 7 g/100 g). V žádné ze studovaných zemí nepřekračuje denní spotřeba rýžových bílkovin 34 gramů na osobu, což odpovídá půl kilogramu rýže denně. (Víc toho prostě za den nesníte.) Klesající spotřeba rýže a rostoucí spotřeba pšenice tedy vede k poklesu podvýživy v populaci a k nárůstu tělesné výšky. To však platí jen do určitého bodu (~173-174 cm), který symbolizují Turecko, Tunisko a další státy, které se



v současnosti potýkají s epidemií ženské obezity. Další zvyšování tělesné výšky je možné jen za předpokladu nárůstu bílkovinné kvality, což se v praxi rovná konzumaci živočišných bílkovin ve vyspělých státech. Pšeničné bílkoviny se v nich naopak stávají symbolem podvýživy.

**Zdaleka nejsilnější vztah k tělesné výšce na severní polokouli má spotřeba bílkovin z mléčných produktů** (obr. 2), což samozřejmě vyplývá z jejich excelentní kvality. V kontextu tohoto zjištění není těžké pochopit, jakou ohromující evoluční výhodou musela být tolerance vůči mléčnému cukru laktóze, která dovoluje konzumovat i v dospělosti mléko ve velkém množství. Zatímco v severní Evropě je dnes tolerantní vůči laktóze 95+% populace, v jihovýchodní Asii je to méně než 10%. To samozřejmě vysvětluje, proč Jihoasiát patří k nejvíce podvyživeným národům na světě.

Za mlékem následuje s velkým odstupem spotřeba bílkovin z brambor, vajec, vepřového, hovězího a kuřecího masa. (Na rozdíl od Evropy tu chybí ryby, jejichž konzumace je všeobecně velmi nízká a kvalita bílkovin se značně liší druh od druhu.) Vzájemné kombinace těchto bílkovinných zdrojů ještě dále zvyšují korelační koeficient. Ten dosahuje vůbec nejvyšší hodnoty, pokud je sečtena spotřeba bílkovin z mléčných produktů, vajec, vepřového masa a brambor (Obr. 3). Zatímco u tří prvně jmenovaných potravin je takový výsledek pochopitelný, role brambor je dost nečekaná, vzhledem k nízké kvalitě a koncentraci bílkovin. Přitom se těžko bude jednat o náhodnou závislost, protože spotřeba brambor není na jiné potraviny nijak úzce vázána. V této souvislosti je zajímavé, že mezi všemi studovanými potravinami z databáze FAO vynikají bílkoviny z brambor pouze v jediném směru: Jsou nejbohatším zdrojem tryptofanu – nejvýznamnější esenciální aminokyseliny v lidské stravě, která je limitní u mléka, masa a ryb. Ačkoli je takové vysvětlení zatím pouze spekulativní, je možné, že přidání brambor do mixu kvalitních živočišných bílkovin může dále zvýšit jejich celkovou biologickou hodnotu.

### Harvardský talíř a matky-biomatky

Na závěr bychom se samozřejmě měli ještě přesvědčit, jak si ve srovnání s nutričními požadavky mládeže vede osvědčený „Harvardský talíř“. Srovnáme-li doporučený podíl živin na tomto talíři, který sestává ze zdrojů bílkovin (24 %), polysacharidů (obilovin, brambor) (23 %), zeleniny (30%) a ovoce (20 %), s jejich spotřebou v 82 zemích v roce 2009, zjistíme, že žádná světová kuchyně mu neholduje, ale **nejblíže stojí převážně rozvojové státy Předního Východu a jihovýchodní Asie (Thajsko, Libanon, Jižní Korea, Čína, Filipíny)**. To přitom platí za předpokladu, že všechny zdroje bílkovin budou živočišného původu. Odečteme-li od nich čtvrtinu ve prospěch zeleniny (resp. luštěnin), z talíře se stává rostlinný extrém, který svým poměrem živin zřejmě nemá na zeměkouli obdoby, a podíl živočišných potravin klesá na úroveň

Tádžikistánu a Jemenu. Osobně se domnívám, že nízká popularita Harvardského talíře ve Sluneční soustavě nevyplývá ani tak z nezdravých stravovacích návyků jako spíš z toho, že strava založená z jedné poloviny na potravinách postrádajících bílkoviny (zelenina a ovoce) je u fyzicky aktivní populace dlouhodobě neudržitelná.

Testování tohoto „poustevníckého talíře“ na českých dětech v každém případě nelze doporučit, protože by to znamenalo návrat zpátky do minulosti o 100-150 let. Nutriční studie se sice shodují, že stravování založené na rostlinných zdrojích nemusí způsobit dětem žádnou dramatickou újmu, ale platí to pouze v případě vegetariánství, které zahrnuje v dostatečné míře mléčné výrobky a vejce. Pokud jsou živočišné potraviny dramaticky redukovány (jako u vyznavačů makrobiotiky) nebo zcela vyloučeny (u veganů), následky bývají velmi neradostné – a to navzdory opojným ódám o tom, jak jsou „rostlinožravé“ děti zdravé a čilé.

Jak to ve skutečnosti s jejich zdravím je, to v 80. a 90. letech názorně ukázal výzkum nizozemských lékařů P. Dagnelieho a W. van Staverenové na 243 dětech dlouholetých vyznavačů makrobiotiky, které byly od útlého věku krmeny obilovinami, zeleninou, luštěninami a sezamovými semínky: **Trpěly opožděným motorickým a řečovým vývojem, nedostatkem bílkovin, vápníku, železa, vitamínů B<sub>2</sub>, B<sub>12</sub> a D, 30 % z nich jevílo příznaky svalové atrofie, v zimě mělo 55% klinické příznaky křivice, a ve věku 8 let byla výška chlapců o 7 cm a dívek o 5 cm pod referenčním průměrem.** Teprve když bylo lékaři výslovně doporučeno, aby byly do stravy zařazeny mléčné výrobky a maso, zaznamenali bezbranní mučedníci zdravého stravování výrazný růstový spurt a po několika letech se dokonce téměř dotáhli na své vrstevníky.

Setkáme-li se dnes s výstředními názory tzv. matek-biomatek, které se domnívají, že mléko a maso dětem škodí, a proto svým potomkům předkládají krmnou směs pro terarijní a hospodářské zvířectvo, lze to označit za vrchol nutričního surrealismu. Českým dětem přitom přebytek bílkovin rozhodně nehrozí. Stejně jako v řadě bohatých západních států u nás totiž od začátku 90. let dochází k pozvolnému úpadku nutriční kvality, který je spojen s klesající konzumací mléka, vepřového a hovězího masa, a naopak stoupající spotřebou obilovin, kuřecího masa a sýrů. Poslední tři složky jsou samozřejmě známými komponenty fast-foodové a „bagetové“ stravy. Pokud u nás trend zvyšování tělesné výšky stále pokračuje – na rozdíl od států jako Norsko, Německo nebo Dánsko, kde se už v 90. letech zastavil kolem 180 cm -, lze to možná vysvětlit právě takzvaným nadbytkem bílkovin ve školních jídelnách, se kterým se ovšem osvědčení ze Skutečně zdravé školy hodlají rázně vypořádat. Nelze sice nic namítat proti boji s automaty na brambůrky a je vcelku možné, že Harvardský talíř může některým dospělým lidem vyhovovat, ovšem servírovat dětem v růstu středověké menu založené na obilninách, zelenině, semínkách nebo dokonce řasách je naprosto zcestné. Zelenina by měla sloužit jen jako zdravotní doplněk stravy a rozhodně na ní

nelze postavit celé stravování (jak je tomu na Harvardském talíři). Pokud existuje nějaký další rostlinný zdroj se smysluplným přínosem pro růst dětí, tak je to ovoce, ovšem v tomto případě to spíše souvisí s obsahem vitamínů a jiných prospěšných látek.

Co se týče případných rizik vysokého příjmu živočišných bílkovin, naše data plně souhlasí se zjištěními, že taková rizika se týkají lidí středního věku, u nichž může nadbytek živin kombinovaný s nedostatkem fyzické aktivity vést k nadměrným hladinám růstového

faktoru IGF-1, který je klíčovým spouštěčem rakoviny prostaty, prsu, kůže či rakovin bílých krvinek. Živočišné bílkoviny jsou naopak spojeny s nižším rizikem kardiovaskulárních chorob, protože vysoké hladiny IGF-1 souvisí s koncentrací „hodného“ HDL cholesterolu. Pokud lze ukázat na nějakou černou ovci lidské stravy, tak jsou to jednoznačně obiloviny, s jejichž konzumací není spojeno prakticky nic pozitivního. O tom všem ale až třeba někdy příště.

*Literatura k dispozici u autora.*

# Kapr a jiné tradice na vánočním stole

Bc. Alena Strosserová, SPV, Praha



*Vánoční kapr je tradiční zdroj masa pro přípravu štědrovečerních pokrmů v České republice i v některých dalších zemích střední Evropy (Slovensko, Rakousko, Alsasko). Nejčastěji se připravuje jako obalovaný a osmažený s bramborovým salátem, z jeho části se dělá tradiční polévka. A zatím, co na Moravě je smažený kapr tradicí v téměř 80 % domácností, v Čechách ho z talíře začíná vytlačovat vepřový řízek, a kapra tak konzumuje jen polovina domácností. Stále častěji je také vytlačován sumci, štikami, pstruhy, ale také lososem, anebo i mořskými rybami či plody moře.*

O tom, že kapr je vhodný nejen k jídlu, ale velmi dobře se hodí k chování v umělých nádržích, se přesvědčili už starověcí Římané. Tuto rybu objevili v Dunaji na území dnešního Maďarska, tehdy to byla římská provincie Panonia. Kapra si přivezli s sebou do Říma a jeho chov postupně rozšířili i v dalších provinciích. V celé oblasti Středozemního moře se o rozšíření kapra postarali právě Římané, kteří jej dováželi i do Malé Asie. Tímto způsobem se kapr dostal i na území dnešního Bavorska a jeho chov zde pokračoval dále i po pádu Římské říše.

V Čechách byl kapr dlouho neznámou rybou. První kapři k nám dorazili až s příchodem mnišských řádů v 11. století. Cisterciáckí mniši uměli stavět vodní nádrže a rybníky. Od svých řádových bratrů z bavorských klášterů dostali násadu i cenné rady pro chov. Rybí maso bylo totiž to jediné, které mohli mniši jíst ve dnech náboženského půstu. Současně byl jeho chov, kromě zemědělství, pro kláštery výnosnou činností.

V době Karla IV. se už rybníky zřizovaly nejen na klášterních pozemcích, ale i na panstvích podnikavých šlechticů nebo na královských statcích. Z těch nejstarších

dosud existuje jihočeské Dvořiště nebo Velký rybník v Doksech, dnes známý jako Máchovo jezero. Rybníků v renesanci stále přibývalo a zkvalitňovaly se metody chovu kaprů. Plocha rybníků v 16. století na našem území dosáhla 180 000 ha. V jižních Čechách byla vybudována v rožmberských državách dokonalá rybníční soustava. Na hradeckém panství bylo před vypuknutím třicetileté války tisíc rybníků. Ryby z panských, měšťanských, farních, cechovních a selských rybníků se prodávaly na trzích „na džbery“. Kapr stál o polovinu méně, než třeba štika, a drobné ryby (tj. ryba plevelná a bílá) byly téměř zadarmo. Přebytky, které se neprodaly na domácích trzích, putovaly hlavně do německých zemí. Rozsah exportu kaprů byl v 16. a 17. století obrovský.

Ryby byly na jídelníčku častěji, než některým bylo milé. Například čeled' vyšehradské kapituly si v čelední smlouvě vymínila, že ryby nebude dostávat víc jak třikrát týdně. V 17. století však přestaly být ryby běžnou potravou chudých lidí. Vrchnost na sebe převedla všechna práva rybolovu a pytláctví se tvrdě trestalo. Následně historické události v podobě třicetileté vál-

ky, rušení klášterů Josefem II. a Napoleonova tažení vyvolaly postupný úpadek rybníkářství. K rušení rybníků přispěl i rozvoj zemědělství, zvláště v úrodných oblastech, jako jsou Polabí nebo jižní Morava. Kdysi běžné postní jídlo se stávalo postupně drahou a vybranou lahůdkou. Ryby mizely z vánočních stolů, kde se dříve hojně objevovaly právě pro svůj postní charakter.

Ryba byla tradičním symbolem křesťanství (Ichthys) a postním jídlem, proto se při klášterech od středověku zakládaly rybníky. Pojídání ryb o vánočních svátcích je doloženo v 17. století, ale prostý lid tento zvyk moc nedodržel. Vůbec nejstarší zmínka o kaprovi, pojídaném na Vánoce, se váže k roku 1253, kdy jej vlámský mnich Vilém z Rubruku jedl na dvoře mongolského chána Möngkeho, jehož manželka byla nestoriánská křesťanka.

Ke štědrovečerní hostině patřilo ve středověku a raném novověku hlavně množství chodů symbolizující hojnost, byť šlo většinou o jídla velmi prostá: zelná polévka (hlavně na východní Moravě), houbový kuba, pučálka (naklícený a opražený hrách), muzika, na Moravě zvaná chamula (kaše ze sušeného ovoce), vánočka, vinná klobása; v bohatších rodinách se na Vánoce jedli hlemýždi. Ryba byla často na stole zastoupena symbolicky pečivem ve tvaru ryby.

Teprve v 19. století se v měšťanském prostředí prosadil kapr obecný jako jídlo, které běžně patří k těmto svátkům. Mezi venkovany a nižšími vrstvami obyvatelstva se tento zvyk rozšířil až po První světové válce. Zpočátku se podával v úpravách na modro (vařený ve zředěném octě nebo bílém víně s kořenovou zeleninou) či na černo (ve sladké omáčce z povidel a perníku), až po druhé světové válce získal největší oblibu kapr smažený, ačkoli samotný recept na smažení kapra pochází již z 19. století. Důvodem byla finanční dostupnost kapra z velkochovů i dobová popularita smažených jídel.

Recept na smažený kapra pocházející z Rakouska uvádí již Magdalena Dobromila Rettigová a od těch dob se prakticky nezměnil. Kapr se zbaví hlavy a ocasu (z těch se uvaří rybí polévka, podávaná v poledne či jako první chod večerní hostiny) a nakrájí příčně na podkůvky, které se obalí v trojbalu (mouka, vejce, strouhanka) a usmaží v oleji nebo sádle. Hotové řízky se ubrouskem zbaví přebytečného tuku a servírují se s citronem.

Pokud vám po Vánocích zůstanou usmažené kapří řízky, je nejlepší je naložit do sladkokyselého nálevu, spolu s cibulí. Po několika dnech z kapra vznikne obdoba pečenáčů a jeho drobné svalové kůstky v octě změkknou.

Dalším vánočním jídlem z kapra je kapr na černo, což je vařený kapr v husté sladkokyselé omáčce, obsahující sušené švestky, mandle, rozinky, mrkev, celer, smetanu, strouhaný perník a černé pivo. Podává se s knedlíkem nebo s chlebem. V současné době se však pro složitost a poněkud nezvyklou chuť kapr na černo připravuje jen výjimečně.

Tento recept má velmi starou tradici a jeho obdobu uvádí již Bavor Rodovský z Hustiřan ve své kuchařské

knize z 16. století. Zachované středověké kuchařské recepty dokládají, že ryby s kaprem v čele se připravovaly spíše na sladkokyselo a voněly také perníkem a medem. Receptury uvádějí také „padesátery způsob krmí rybích“, například rybu „odpečenou v predlíku, obtuženou v žluté jíše, mandlovou v černém koření, s máslem, se slaninou, štokfišové chuti, s cibulí, křenem nebo česnekem“.

## Kapr ve světě

Ne všude ve světě je však kapr tak populární rybou, jako u nás. Například do USA byl dovezen až v roce 1876 na žádost četných přistěhovalců ze střední Evropy, pro které byl kapr sváteční rybou. Podařilo se mu však uniknout z rybníků a dostal se do většiny vod USA, kde je považován za škodlivý druh. V USA není kapří maso považováno za chutné a je i na seznamu ryb nevhodných ke konzumaci. V Austrálii měla invaze kapra do sladkých vod podobu ekologické katastrofy. Přesto na talířích v některých zemích Evropy a Asie jsou kapří velmi vítáni a u nás patří jeho konzumace k neodmyslitelné vánoční tradici.

## VÁNOČNÍ ZVYKY SPOJENÉ S KAPREM

### Kapří šupiny pro štěstí

U štědrovečerní večeře se dodržuje několik zvyků – chystá se talíř navíc pro náhodného hosta či se pod talíře dávají kapří šupiny pro štěstí, aby bylo příští rok dostatek peněz. Ze stejného důvodu si někteří kapří šupinu z vánočního kapra schovávají do peněženky.

### Kapr ve vaně

V některých domácnostech patří ke koloritu Vánoc přechovávání živého kapra ve vaně, které je atraktivní především pro děti. Pro kapra je však pobyt v chlorované vodě společně s teplotním šokem (rozdíl teplot vody v kádích a ve vaně) je velmi stresující. Pokud si domů přinesete živého kapra, tak je nejlépe ho co nejdříve usmrtit a vykuchat, abyste ho ušetřili dalšího strádání, případně by měl být pobyt ve vaně co nejkratší. Kapr by se nikdy neměl nechávat ve vaně přes noc.



## Pouštění kaprů na svobodu

Někteří lidé v dobrém úmyslu zakoupeného vánočního kapra na Štědrý den pouští na svobodu do rybníka či do řeky. Tímto způsobem však kapra vystavují dalšímu strádání, díky kterému s největší pravděpodobností zahyne. V rybníce kapr zimu přečkává zimním spánkem, kdy pobývá u dna rybníka v nehybném stavu. Pokud je však na podzim vyloven a pak sádkován, je neustále v pohybu a ztrácí zásobní látky, není tudíž připravený na přezimování. Navíc, pokud kapra, kterého jste měli ve vaně, vypustíte do rybníka, tak ho vystavíte teplotnímu šoku.

## VÁNOČNÍ RECEPTY SPOJENÉ S KAPREM

### Rybí polévka

*Tradiční recept na českou klasiku.*

Kapří vnitřnosti se dobře vyperou, zalijí mlékem a dají do chladna. Z kapřích hlav se odstraní žábry (skřele), aby polévka nezhořkla. Hlavy se vymnou v soli, dobře vyperou čistou studenou vodou a vložíme do maličko okyselené a osolené vařící vody s cibulí, bobkovým listem, novým kořením a pepřem.

Chvilí vaříme drobným varem. Vývar scedíme a z hlav po vychladnutí obereme maso. Na oleji nebo másle zpěníme cibuli a osmahneme kořenovou zeleninu nakrájenou na kostičky nebo nudličky. Zalejeme vývarem z hlav a krátce povaříme, přidáme muškátový oříšek nebo květ, zázvor a polévkové koření. Po chvíli varu žlutou máslovou jíšku dobře rozmíchanou ve studené vodě. Vnitřnosti (játra a mlíčí) uvaříme v osolené vodě zvlášť. Uvařené vnitřnosti pokrájíme na drobno a přidáme do polévky. Pěkně vyzrálé jikry upečeme osolené na másle, rozmícháme v trošce mléka nebo vody a vložíme do polévky spolu s masem z hlav. V závěru můžeme rybí polévku zjemnit smetanou s rozšlehaným žloutkem a dochutit posekanou zelenou petrželkou a lžičkou másla. K rybí polévce připravíme na kostky pokrájenou, a na másle osmaženou zemli.

### Kapr na černo

*Takto upravené ryby patřily ve středověku k nejčastěji konzumovaným. O Vánocích se takto připravovala plotice, lín, štika nebo sumec. Od druhé poloviny 19. století se tento recept přenesl převážně na kap-*

*ra. Omáčka se vařila den předem, protože rozleželá byla nejlepší. Podle Magdaleny Dobromily Rettigové příprava probíhala takto:*

Do hrnce se nalil litr vody, přidaly 4 lžice octa (nejlépe vinného nebo jablečného), půlka cibule a půl lžice rozkrájené mrkve, celeru a petržele, jeden bobkový list, hřebíček, 3 zrnka nového koření a 4 zrnka černého pepře, lžička soli, lžice piva a vše se nechalo vařit na mírném ohni. Když zelenina změkla, dal se do hrnce naporcovaný a osolený kapr a vše se pomalu vařilo ještě asi čtvrt hodiny. Hotové maso se vyndalo a do šťavy na omáčku se přidalo několik vlašských ořechů, tři tabulky perníku a vše se za stálého míchání vařilo, dokud omáčka nezhoustla. Potom se dochutila špetkou nastrouhané citrónové kúry a trochou citrónové šťavy, dvěma lžicemi červeného vína a malinovou zavařeninou. Vše se nechalo ještě za stálého míchání vařit, a když měla omáčka podle hospodyňky správnou chuť, barvu a hustotu, procedila se. Pak se do ní vložila ryba, přidala lžice hrozninek a nakrájených mandlí a mohla se podávat.

### Kapr na modro v rosolu

Tato vánoční rybí pochoutka se připravovala hlavně v 19. století. Stejným způsobem se pro štedrovečerní stůl upravoval i pstruh, štika nebo úhoř.

Ryba se nejprve zbavila šupin a nakrájela na kusy, které se urovnaly do pekáče kůží dolů a polily se vařícím osoleným octem (nejlépe jablečným), aby kůže zmodrala. Den předem si hospodyňka začala připravovat rosol. V osolené vodě uvařila telecí a vepřové nožičky spolu s vepřovou kůží do měkka. Druhý den z polévky sebrala mastnotu, procedila ji, přidala do ní ocet z kapra, sůl, na plátky nakrájenou mrkev, petržel, celer, cibuli, zrnka pepře podle chuti, čtyři zrnka nového koření, malý bobkový list, proutek tymiánu

a vše nechala povařit. Potom se kapr (nebo jiná ryba) vložil do marinády namodralou stranou dolů a uvařil se v ní do měkka (20 – 25 minut). Kapr se nechal v odvaru vychladnout, opatrně se vyndal a vložil do pekáče. Odvar se procedil, zamíchaly se do něj kousky želatiny, dva rozšlehané bílky a za stálého šlehání se přivedl do varu. Potom se rychle odstavil na nahřátou plotýnku nebo okraj kamen. Po čtvrt hodině se rosol přecedil přes čisté plátno a nalil se do pekáče na kapra tak, aby v něm byla ryba celá ponořená. Když rosol na rybě ztuhl, nakrájely se porce, urovnaly na mísu a ozdobily se zbytkem sekaného rosolu, citrónem, různě vykrajovanou zeleninou a zelenou petrželkou.





# Soutěž o Nejlepší školní oběd 2014

## V. ročník



Bc. Alena Strosserová, SPV, Praha;  
Bc. Anna Packová, MMB

V letošním roce se soutěž o Nejlepší školní oběd konala už po páté. Mám na mysli její celorepublikovou verzi, protože v Brně se soutěžilo již několik let před tím. Pátý ročník byl plný změn, zejména v organizační sféře, ale na průběh soutěže to nemělo vliv.

Zásadní a velká změna byla v tom, že skončil projekt VZP „Žij zdravě“, jehož součástí byla několik let i soutěž o Nejlepší školní oběd. Pro náš projekt bylo problémem to, že VZP neinvestuje dvakrát do stejné akce, a proto se již nemůže podílet na dalších ročních kláních našeho klání.

A tak, abychom zachovali velmi dobře rozjetou soutěž, která podporuje školní stravování, museli jsme napnout síly při hledání jiných subjektů, které by akci podpořily. Hledání nebylo lehké. Za dosavadního trvání soutěže jsme získali mnoho sponzorů, pro které je školní stravování partnerem a rádi soutěžní klání podpoří. Ale jen toto nestačilo, proto jsme museli hledat velkého strategického partnera, který by byl ochoten financovat celý průběh soutěže. I přes to, že se snažíme vše dělat skromně a vlastními silami, přece jen jsou finanční prostředky klíčovým nástrojem pro tuto akci.

Nakonec se na organizátory soutěže přece jen usmálo štěstí a přišla nabídka od významného partnera – firmy Makro. Jedná se o silného partnera, který může poskytnout soutěži zázemí na zajištění všeho k soutěži potřebného a zároveň je to firma, která je partnerem pro školní jídelny ve všech směrech. Od špendlíku k lokomotivě, jak se říká, i když zrovna tyto produkty nepatří v jídelnách k těm nejfrekventovanějším ☺.

Makro tedy letošní ročník podpořilo a chce se stát generálním partnerem na dalších 5 let. To je zárukou toho, že se v budoucnu bude opět pořádat soutěž o Nejlepší školní oběd.

V letošním roce se opět přihlásila téměř stovka soutěžících. Počet přihlášených jídel každoročně stoupá, ale nelze si nevsimnout, že přibývá jen málo nováčků. Většinou se jedná o zkušené soutěžící, někteří z nich byli i opakovaně ve finále. Protože výběr korespondenčního kola probíhá u jednotlivých porotců samostatně, je vždy hodně napínavé, které jídelny se do finále dostanou. Výsledky, i to, že se některé jídelny dostávají do finále opakovaně, hovoří o tom, že tyto jídelny nabízejí atraktivní menu, které je posune na vrchol. To by ale nemělo odradit ostatní školní jídelny od soutěžení, protože šanci mají opravdu všichni.

Byli bychom velmi rádi, kdyby i další školní jídelny našly odvahu a příští rok se do korespondenčního kola přihlásily. Vždyť je to tak jednoduché! Nastudují si téma, nikdy nebývá složité, a hlavně vychází z možnosti každé školní jídelny. Zamyslí se, které oblíbené jídlo strážníků by tématu nejlépe odpovídalo, a pak ho zařadí na jídelní lístek. Uvařený oběd vyfotí a pošlou přihlášku s receptem, fotografií a jídelním lístkem. To je vše! Je to opravdu snadné, bude Vás to stát tak hodinu času navíc, ale může to Vaši školní jídelnu proslavit. Ale nejde o nějakou pomíjivou slávu, která po 15 minutách na výsluní zmizí a nikdo si na ni nevpomene. Takle soutěž má pro jídelnu širší dosah. Vaši strážníci, vedení školy, rodiče, zřizovatelé – ti všichni budou vědět, že děláte něco navíc, že se chcete pochlubit, co dobrého umíte uvařit, a pozornost, těch, kterým na školní jídelně záleží, stojí za to.

My organizátoři bychom byli velmi rádi, kdybyste se nad přihlášku v příštím roce zamysleli a řekli si, půjdeme do toho! Nemůžeme přece nic ztratit, můžeme jen získat! A už nyní se těšíme, že bude mnohem více přihlášek než v uplynulých letech a my budeme mít opravdu zamotanou hlavu, jak vybrat jen 10 nejlepších soutěžních týmů.

Ale vraťme se k letošnímu ročníku. Určitě je zde několik postřehů, u mě z pohledu člena hodnotící komise, které stojí za zmínku. Jak jsem již říkala, někteří finalisté nebyli určitě v soutěži nováčky, ale byly tu i jídelny, které se přihlásily do soutěže poprvé, a hned se probjovaly mezi prvních deset. Letošní téma bylo na jednu stranu velmi jednoduché, ale na druhou stranu i hodně široké: **MODERNĚ A ORIGINÁLNĚ** – pestrá strava pro děti ve školní jídelně.



Nakonec, i když jsme jako komise věděli, do čeho jdeme, přece jen jsme byli překvapeni. Pod pojmem moderně si lze opravdu představit leccos. A možná si to ani soutěžní týmy neuvědomují, ale současné dění, které hýbe školním stravováním, ovlivnilo i naši soutěž. Při hodnocení soutěžních menu si komisaři uvědomili, jak silný vliv na smýšlení lidí o školním stravování má například současný boj o spotřební koš. Veřejnost, laická i odborná, je v poslední době pod vlivem diskuzí, co je pro děti a školní stravování zdravé a co ne. A tak se stalo, že i tito aktéři podlehlí novým názorům a přijali za moderní a originální takové pokrmy, které by se ještě před několika lety asi na jídelních lístcích sotva vyskytly.

Stále poslední dobou slyšíme, jak úžasné, zdravé, prospěšné a chutné jsou jáhly, pohanka, bulgur, kuskus, ovesné vločky a další, převážně obiloviny. Ano, tyto výrobky jsou moderní a je jim věnována mimořádná pozornost. V tomto bodě splnily všechny přihlášené jídelny soutěžní podmínky na sto procent. A skutečně, nebylo jediné menu ze soutěžního dne, které by neobsahovalo nejméně jednu tuto populární surovinu. Komisaři si během ochutnávání uvědomili, jak jsou tyto potraviny protěžovány a „vytahovány“ na vrchol gastronomie, až je to vedlo k otázce, jestli

vlastně nejsou přeceňovány. Z hlediska pestrosti, modernosti a zajímavosti se jim opravdu nedá nic vytknout, ale z hlediska zdravotního přínosu pro zdraví, už to taková senzace není. Jsou to obiloviny, které se svým obsahem živin zase příliš neliší od ostatních příloh podávaných k pokrmům, ale mají prostě punc originality. Možná získala komise velmi silný dojem z tohoto letošního objevu tím, že ochutnala všech 10 menu v 1 dnu, a dávka těchto moderních a originálních surovin byla opravdu silná, ale skutečnost, že každý tým nějakou z těchto surovin do menu zařadil, hovoří jednoznačně o jejich popularitě.

Nejmarkantnější použití těchto surovin bylo u moučníků, které byly mnohdy velmi neobvyklé a originální. Napadlo nás, že je to trochu na úkor dezertů z mléčných výrobků, které se snažíme do školních jídelen doporučovat, protože je to jeden z mála způsobů, jak naplnit komoditu mléka a mléčných výrobků ve spotřebním koši. Ale musíme to brát tak, že když se jídelny hlásily do soutěže, chtěly naplnit téma moderně a originálně, a tvarohový pohár nebo pudink se jim pro tato kritéria nezdál příliš atraktivní.

Naproti tomu v letošním menu přímo excelovaly polévky. Zde přišly jídelny s opravdovými lahůdkami. Pokud

Základní škola Mánesova, Otrokovice	Mrkvovo-zázvorový krém s pažitkou	Pošírovaný filet mahi-mahi na smetanovém špenátu s cizrnou a opečeným bramborem	Bulgur s tvarohovým krémem a malinami
Novolišenská 10, Brno	Rybí s frittátovými nudlemi a zeleninou	Hovězí krk na houbách, bulgur se zeleninou	Vločkový dezert s medem, čerstvým ovocem a mandlemi
Gymnázium, Zlín - Lesní čtvrť	Rajčatová s kousky rajčat a mozzarelou	Přírodní vepřová panenka, bramborové pyré s mrkví a rozmarýnem, smetanové žampiony	Čokoládový krém
Mateřská škola, Praha 8, Na Korábě 2	Dýňová polévka	Pečená králičí stehýnka na rozmarýnu a šalvěji, šťouchané brambory, zelené fazolky	Špaldový koláč s borůvkovým tvarohem
Mateřská škola, Praha 8, Na Korábě 2, odl. prac. MŠ Lindnerova	Chřestová polévka	Korféna s balsamikovo-zázvorovou glazurou, grilovaná polenta, mladý špenát	Jáhlové kuličky s mixovanými jahodami
T. G. Masaryka, Svitavy	Mrkvový krém s kapkami rukolového oleje a krutonky	Kuřecí roláda s červenou čočkou a špenátem, květákové pyré s bramborami, teplá zelenina	Tvarohový nákyp, hruškové ragú s rakytníkem
Základní škola a mateřská škola, Velké Svatoňovice	Z celé mrkve (i s natí) s čočkovými noky	Roláda z mahi-mahi plněná lososem, barevné brambory, jogurtovo-koprový dressing, polníčkový salát	Polentový koláč se švestkami
Domov mládeže a školní jídelna, Písek, Budějovická 1664	Krémová z červené čočky a pohanky	Tilapie s krustou z červené řepy s omáčkou choron a zelenám hráškem, šťouchané brambory	Písecké vločkové pusinky s citronovým sorbetem
Fakultní základní škola a mateřská škola dr. M. Horákové, Olomouc, Rožňavská 21	Z červené čočky a zeleniny	Pečený králičí s bylinkami a česnekem, grilovaná cuketa s lilkem, kuskus se zeleninou	Jogurtový koláč s ovocem a drobenkou
Školní jídelna Generala Píky, Ostrava	Dýňový krém se špenátovým svítkem a nočkem zakysané smetany	Kuřecí prsíčko plněné bylinkovo-sýrovou fází a omáčkou z červených paprik, jáhlový nákyp se zeleninou	Pohankové flameri s pečenými hruškami, skořicí a medem



by nebyly další součásti menu, bylo velmi těžké vybírat vítěze. I přes to, že se například mrkvová a dýňová polévka objevila hned u několika finalistů, každé provedení bylo originální a bezvadné. Myslím, že trendem moderních, zajímavých a chutných polévek je motivovat dětské strávníky k větší konzumaci této složky oběda.

Je škoda, že v našich zeměpisných šířkách, kde polévka patřila vždy k tradiční součásti oběda, o ni přestává být zájem, a to zejména u dětí

Hlavní pokrmy byly velmi různorodé a také velmi nápadité. Třetinu z nich tvořily ryby, dále králík, kuře, hovězí i vepřové. Výběr skutečně rozmanitý a je vidět, že i při limitovaném množství finančních prostředků lze vybírat suroviny téměř neomezeně. V žádném menu nechyběla zelenina, ať už tepelně upravená, tak i čerstvá. Myslím, že kritiky školních jídelen, o malém množství zeleniny v podávaných pokrmech jsou opravdu neopodstatněné, protože vybrané soutěžní pokrmy jsou jasným důkazem, že opak je pravdou. A navíc, podávaná zelenina byla upravena velmi chutným a atraktivním způsobem, což je pro školní obědy více než důležité.

V tabulce si můžete přečíst menu 10 týmů, se kterými se dostaly do finále. Doufáme, že vás to naladí a příští rok se k nám přidáte. Těšíme se na vás.

### A kdo letošní menu hodnotil a vybral vítěze?

Ing. Zdeněk Hladík

Bc. Alena Strosserová

RNDr. Jitka Krmíčková

Ing. Vladimír Adam

Ing. Jana Bohuňovská

Olga Johanidesová

prof. Ing. Jana Dostálová, CSc.

MUDr. Zdeňka Trestrová

MUDr. Eva Lysá

Lukáš Fajmon žák

Vojtěch Pařil žák

Markéta Hrubešová

Bc. Miroslav Kubec

MUDr. Petr Tláškal, CSc.

Asociace kuchařů  
a cukrářů

SPV - organizátor

MŠMT ČR

Magistrát města Brna

Magistrát města Brna

KÚ Vysočina

Společnost pro výživu

MZ ČR

KHS Brno

ZŠ Milénova

ZŠ Milénova

VIP osobnost - herečka

prezident Asociace  
kuchařů a cukrářů

Společnost pro výživu

Petr Stádník  
Mgr. Alena Fůrstová  
Petra Hanzlová

šéfkuchař MAKRO  
Česká školní inspekce  
editorka deníku Rovnost

### A kdo podpořil soutěžící:

Generální partner:



Hlavní sponzoři:



Odborný garant soutěže:



Sponzoři:



**Poradenský projekt**  
**Dodávkový servis**

**MAVA**

Optimalizace  
a snižování nákladů

MAVA spol. s r. o., Sovova 1291/5, 703 00 Ostrava- Vítkovice  
TEL(FAX): 596 783 677(360), info@mava-t.cz, www.mava-t.cz

# Není bageta jako baguette

PhDr. Olga Štěpničková, SPV, Praha

Bageta, přesněji řečeno „*baguette*“ je nejenom symbolem francouzské gastronomie, ale i u nás si již získala širokou oblibu. Samotný výraz „*baguette*“ vznikl jako zdvojnásobení od slova *bacchio* – *bacchetta* – v překladu *malá tyčka*.

Jak má originální francouzská bageta vypadat? Přesná definice není nikde vymezena. Výrobky pekařů se liší velikostí – měří kolem 70 cm, váží 200 až 250 g, občas i tvarem, v každém případě povrch by měl být zlatavý, ozdobený šikmými zářezy – ty mají praktický význam, protože při pečení napomáhají úniku přebytečného vzduchu a výsledkem je vláčná střídka a křupavá kůrka. Pro nezaměnitelnou charakteristiku je nejdůležitější mouka. Klasická mouka na bagety je téměř výhradně bílá pšeničná, i když své uplatnění získává i celozrnná nebo kombinace. Každý mlynář vyrábí různé směsi mouky pro chleba a pečivo, které pak dodává pekařům. Na jejich „umění“ poradit si s kvalitou konkrétní směsi záleží. To je také jeden z důvodů, proč u nás vyráběné bagety se nikdy nemohou vyrovnat těm francouzským. Vlastní postup výroby je poměrně jednoduchý, mouka se promíchá s droždím a vodou, osolí, vše se pěkně prohněte a nechá uležet. Naporčují se stejně velké kusy, ty se, v *bagetovači* nebo-li ve stroji jménem *faconneuse*, vytvarují do válců, nechají vykynout, na povrchu nařiznou a 20 až 25 minut pečou při teplotě 220 až 240 °C. Nadýchaná a současně křehká bageta je nejlepší hned po upečení, s každou přibývajícím hodinou se křehkost snižuje. K tomu přispívá i nevhodné uchování v mikrotenovém sáčku – nejvhodnější je papírový sáček nebo košík zakrytý utěrkou. S čím bychom se ve Francii nesetkali, je bageta pečená ze zmrazeného polotovaru. Zmrazením se totiž těsto vysušuje a upečená bageta je jako čerstvá maximálně 3 hodiny, poté už rovnou ztvrdne.

Kde se vlastně *baguette* vzala? Ve středověké Francii pekli pekaři chleba kulatý - *boule* – proto se také pekařům říkalo *boulangier*. Teorii příčin proč začali péci chleby dlouhé je mnoho, jedna z nejzajímavějších, ale nepřiliš důvěryhodných, uvádí, že pekaři v Napoleonově armádě vymysleli

dlouhý tvar proto, aby si vojáci mohli denní příděl chleba pohodlně zastrčit do dlouhé holínky a nepřekážel jim při pochodu. Tvar se rozšířil i do běžného života, svým dílem k tomu v roce 1803 přispěl zákon, kterým vláda upravila cenu potravin. Nařízení se vztahovalo na nejběžnější druh chleba – o hmotnosti 2 kg a délce maximálně 70 cm.

Chleby a pečivo, které těmto mírám neodpovídaly, označoval zákon jako „*pečivo dle fantazie*“ – „*pain de fantaisie*“ a pekař ho mohl prodávat za ceny podle svého uvážení. Označení *pečivo dle fantazie* navazovalo na starý středověký zvyk: upekli-li pekař pečivo tedy i chleba nějak odlišný či výjimečný, ať už svými tvary nebo z lepších surovin, mohl ho vystavit v okně a pochlubit se tím všem kolemjdoucím. K revolučním změnám přispěla v 19. století i nová technologie, umožňující zbavit mouku otrub a tím právě bylo dosaženo křupavé kůrčičky. Kůrka z celozrnné mouky až tak pěkně nekřupne. Ke dvěma již uvedeným důvodům, proč začali pekaři místo kulatých bochníků tvarovat protáhlé vky (neochota pekařů nechat si zákonem diktovat ceny a docílení křupavé kůrky) se připojil i třetí – moderní pekařské dílny začaly používat plynové trouby a v těch se lépe pekly protáhlé vky.

V současnosti nabízí a prodává bagety mnoho pekařství, kvalita výrobků se liší i v samotné Paříži. Gastronomické průvodce dávají tipy, kam stojí za to pro bagety zajít. Každoročně se také koná soutěž *O nejlepší bagetu Paříže*, její vítěz získává výsadu dodávat pečivo do kuchyně prezidenta Francie v Elysejském paláci.



# Problematika koordinátorů sdružení Skutečně zdravá škola

## Redakce

V srpnu 2014 vyzvalo občanské sdružení Skutečně zdravá škola širokou veřejnost, aby se stala koordinátory zavádění jejich programu do školních jídelen. Ve výzvě, viz. níže, oslovuje rodiče, aby navštěvovali školy, kontrolovali chod školních jídelen a následně opravovali jejich činnost podle pravidel občanského sdružení Skutečně zdravá škola.

Protože školní stravování v ČR je státem řízené, není přípustné, aby školní jídelny kontroloval a metodicky vedl někdo jiný, než instituce k tomu státem určené.

Z tohoto důvodu se proti postupu sdružení MŠMT ohradilo a upozornilo školy prostřednictvím krajských odborů školství, kdo je kompetentní k vykonávání kontrol, metodiky a dalších změn ve školních jídelnách.

Je nepřipustné, aby někdo prosazoval ve státní školní jídelně své soukromé aktivity. Podobných skupin a občanských sdružení je v celé republice velký počet, a každá skupina propaguje svůj plán na změnu výživy a školního stravování. Kdyby každá tato skupina vstupovala do škol a jídelen, a snažila se prosazovat svá stanoviska, nastala by ve školním stravování naprostá anarchie.

Školní stravování je velmi ucelený a propracovaný systém, který vznikl pod dohledem odborníků. Odbor-

níci dále pracují na příslušných ministerstvech a vytvářejí koncepčně shodné odborné materiály pro školní stravování. Je dáno legislativou, jaké podmínky mají školní jídelny plnit, a kontrolu nad jejím plněním opět mohou vykonávat jen orgány pro tuto činnost státem určené.

Názory rodičů, jejichž děti se ve školách stravují, jsou pro školní stravování přínosem a inspirací. Proto ve školách fungují stravovací komise a žákovské parlamenty, které mají možnost se ke kvalitě stravování vyjadřovat. Samozřejmě není vždy možné přáním strážníků a jejich zástupců vyhovět, ale je vždy otázkou diskuze, jak najít společný kompromis, který bude vyhovovat jak platným předpisům, tak požadavkům strážníků. Prostor pro změny je opravdu široký a ochota pracovníků jídelen vyjít strážníkům vstříc je nepopíratelná.

Předpokládáme, že se tento dopis dostal do všech školních jídelen, a ty jsou s jeho obsahem seznámeny a chápou jeho závažnost. Přesto ho zde otiskujeme, protože je pro činnost školních jídelen velmi důležitý.

Občanské sdružení Skutečně zdravá škola se proti tomuto dokumentu důrazně ohradilo, proto Vám ve Zpravodaji pro školní stravování přinášíme zprávy i o tomto dalším kroku.



### Číslo jednací

MSMT-31467/2014-1

### Vyřizuje/linka

Jitka Krmíčková / 1538

Datum 3. 9. 2014

## Věc: Stanovisko Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy

Vážená paní vedoucí,

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy (MŠMT) se distancuje od aktivit, v rámci kterých společnost „Skutečně zdravá škola“ vytváří síť placených koordinátorů a koordinátorek, kteří budou oslovovat ředitele škol, vedoucí školních jídelen, zřizovatele apod. a současně Vás žádám o distribuci tohoto stanoviska všem ředitelům a zřizovatelům škol a školských zařízení Vašeho kraje. Cílem jejich činnosti by měl být mimo jiné vstupní audit, posouzení kvality podávaných jídel, posouzení zařazení tématu

výživy do školního vzdělávacího programu, metodická podpora, poradenská a lektorská činnost v oblasti zdravé výživy, příp. v oblasti výchovy a vzdělávání o zdravé výživě. Na kvalifikovanosti koordinátorů dle dotazníku nezáleží.

Velmi náročná a fyzicky namáhavá práce pracovníků školních jídelen předpokládá znalost mnoha předpisů a dodržování zásad zdravé výživy. Rozhodně se nejedná jen o obyčejné vaření. Problematika školního stravování je vysoce odborná záležitost a metodickou podporu v této

Odbor dalšího vzdělávání a institucionální výchovy  
Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy  
Karmelitská 7  
118 12 Praha 1

oblasti vykonává MŠMT, Ministerstvo zdravotnictví (MZ), Krajské hygienické stanice (KHS), Česká školní inspekce (ČŠI), krajské metodičky školního stravování. MŠMT ve spolupráci s MZ v rámci celoplošného, jednotného metodického vedení v souladu s materiálem č.j.: MSMT-13268/2014-1: „Vyhodnocení plánu realizace Dlouhodobého záměru vzdělávání a rozvoje vzdělávací soustavy ČR 2011-2015“ zahajuje v letošním roce ško-

licí akce, které budou realizovány místně příslušnými KHS. Tato celoplošná metodická podpora bude dále pokračovat.

Dále upozorňujeme ředitele škol a školských zařízení, že tvorba Školního vzdělávacího programu (ŠVP) je při dodržení Rámcového vzdělávacího programu v kompetenci školy, **kontrola a implementace ŠVP je pouze v kompetenci ČŠI.**

## Příloha: Formulář společnosti „Skutečně zdravá škola“

**Mgr. Lenka Šmídová**

Digitálně podepsal Mgr. Lenka Šmídová  
DN: c=CZ, cn=Mgr. Lenka Šmídová,  
o=Ministerstvo školství, mládeže a  
tělovýchovy, ou=Skupina II, title=Ředitel  
odboru, serialNumber=ICA - 10313707  
Datum: 2014.09.03 12:45:59 +02'00'

**Mgr. Lenka Šmídová**

ředitelka odboru dalšího vzdělávání a institucionální výchovy

## DOTAZNÍK PRO KOORDINÁTORY a KOORDINÁTORKY SKUTEČNĚ ZDRAVÉ ŠKOLY

Jméno a příjmení

Telefon\*

E-mail\*

Region působení (kraj, město)

Zúčastníte se setkání koordinátorů:

v Praze 13. 9. 2014

v Brně 27. 9. 2014

nezúčastním se

Práce koordinátorů bude spočívat zhruba v následujících činnostech (míra zapojení je dobrovolná a závisí na rozhodnutí jednotlivce): 1. Oslovování škol (ředitelů, vedoucích školních jídelen), zřizovatelů škol a provozoven školního stravování (ideálně osobně), představování a vysvětlování programu Skutečně zdravé školy s nabídkou podpory při jeho zavádění. 2. Aktivní podpora při zavádění programu Skutečně zdravá škola dle místní situace: a. Úvodní posouzení situace na místě (vstupní audit), tj. návštěva školní jídelny, zjištění úrovně kultury stravování, posouzení kvality podávaných jídel, analýza jídelníčku, posouzení zařazení tématu výživy do školního vzdělávacího programu, úroveň spolupráce s rodiči a dalšími aktéry. Diskuse o možnostech zlepšení, konkrétní návrhy. K realizaci vstupního auditu bude existovat metodický materiál. b. Metodická podpora při zavádění změn, poradenská a lektorská činnost v oblasti zdravé výživy, příp. v oblasti výchovy a vzdělávání o zdravé výživě. c. Aktivní zapojení do akční skupiny pro zdravé stravování na škole, pomoc s koordinací (návody budou k dispozici).

### JAKOU DALŠÍ AKTIVITU V RÁMCI SKUTEČNĚ ZDRAVÉ ŠKOLY NAVRHUJETE? CO JINÉHO MŮŽETE NABÍDNOUT?

Za svou práci budou koordinátoři odměňováni menšími částkami. Výše odměny je ještě v jednání.

Prosím uveďte, který způsob odměňování Vám vyhovuje: dohoda o provedení práce (odměna je zdaněna 15% daní a příjem není nutné nikde hlásit ani uvádět do daňového priznání) smlouva o dílo (odměna není zdaněna, příjem je potřeba uvést do daňového priznání, případně konzultovat s daňovým poradcem) fakturace (pro držitele ŽL)

Jaká je Vaše kvalifikace (v oblasti výživy, vzdělávání, pěstování /zahradnictví/, vaření, řízení projektů, facilitace)?\*

**\*NEJDE o podmínku pro vykonávání činnosti koordinátor Skutečně zdravé školy**

Váš zaměstnavatel a pracovní pozice:

Zdroj: [https://docs.google.com/forms/d/13tzbGgqyxJHC-JzH0\\_163yl8EhqcQIDj0oae4AHgNQc/viewform?edit\\_requested=true#\\_\\_](https://docs.google.com/forms/d/13tzbGgqyxJHC-JzH0_163yl8EhqcQIDj0oae4AHgNQc/viewform?edit_requested=true#__)

# Rozzlobený dopis občanského sdružení Skutečně zdravá škola ministrowi školství

Vážený pan PhDr. Marcel Chládek, MBA  
ministr školství, mládeže a tělovýchovy

V Brně 10. září 2014

Vyjádření ke stanovisku Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy kritizujícímu snahu rodičů o lepší stravování ve školních jídelnách (dopis ředitelky odboru Mgr. Lenky Šmídové, č.j. MŠMT-31467/2014-1, ze dne 3. září 2014)

Vážený pane ministře,

s velkým zklamáním jsme si přečetli výše uvedené stanovisko, které nabádá zřizovatele a ředitele škol k bojkotu aktivit Skutečně zdravé školy, tj. k bojkotu iniciativy rodičů.

Cílem iniciativy Skutečně zdravá škola je zlepšení stravování dětí ve školních jídelnách v mantinelech současné (byť nevyhovující) vyhlášky. Prostřednictvím koordinátorů bude iniciativa nabízet konzultace a know-how z pilotních programů ve školách, se kterými již spolupracuje. Koordinátoři budou vybaveni odbornými informacemi a podklady inspirovanými mimo jiné britským programem Food for Life. Jejich cílem bude ukázat, že školní stravování lze zlepšit bez zvýšení nákladů, a nabídnout školám pomoc a podporu, pokud budou mít zájem.

Takovou službu má poskytovat stát, ten však bohužel tuto svou funkci neplní. Přitom právě chybějící vědomosti a dovednosti jsou společně se zastaralými doporučeními tím, co podle kuchařek a vedení školních jídelen zlepšení stravování dětí brání nejvíce. Svědčí o tom množství dokladů o nedobré úrovni nabízeného stravování ve školách, které máme k dispozici. Situace v oblasti zdravotního stavu dětí (obezita, diabetes, alergie a další výživou ovlivnitelné choroby) je však natolik alarmující, že již nelze dále jen pasivně čekat.

Naším cílem není nic jiného, než aby se školní jídelny staly vzorem kvalitního a zdraví prospěšného stravování a místem, kde se děti stravují nejen chutně, ale také v souladu s aktuálními stravovacími potřebami reagujícími na změněný životní styl. A kde také získávají potřebné informace a správné stravovací návyky do dalšího života. Domníváme se, že v tomto spočívá nezastupitelná role školních jídelen a nabízíme zde svou odbornost, zkušenosti a podporu.

O to více nás mrzí kritika ze strany MŠMT, která je navíc zpracována bez znalosti kontextu, pouze na základě předběžného dotazníku pro potenciální podporovatele a v rozporu s vyjádřením ústředního školního inspektora Tomáše Zatloukala, který naopak rodiče vyzývá k aktivitě. Ve stanovisku je kritizována neprofesionalita koordinátorů, kteří však v rámci připravovaného programu ještě ani nebyli ustanoveni, natož aby jednali se školami. Ředitelka odboru ve svém dopise a priori odmítá spolupráci s občanskou iniciativou, která má zájem podílet se na nápravě současného stavu. Ze stanoviska vyplývá, že ministerstvo nemá o komunikaci na téma potřebných změn zájem, a dokonce jim svým útokem na občanskou iniciativu brání. Tento přístup ministerstva nás udivuje tím více, že naše odborná garantka je členkou pracovní skupiny pro zdravý životní styl na MŠMT a právě ustanovované pracovní skupiny řešící výživu v rámci programu Zdraví 2020 na Ministerstvu zdravotnictví a byla přizvána mimo jiné na jednání Fóra zdravé výživy v Institutu klinické a experimentální medicíny. Velmi bychom uvítali, vážený pane ministře, Váš názor k této věci.

Se srdečným pozdravem

*PhDr. Helena Burianová, předsedkyně*

## Odpověď MŠMT na otevřený dopis

**Mgr. Jaroslav Fidrmuc**

**náměstek ministra školství, mládeže a tělovýchovy**



V Praze dne 3. října 2014  
Č. j.: MŠMT-31467/2014-2

Vážená paní doktorko,

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy (MŠMT) na svém stanovisku trvá. MŠMT se distancovalo od aktivity, v rámci níž se má vytvářet síť placených koordinátorů a koordinátorek, cílem jejichž činnosti by měl být mimo jiné vstupní audit na školách a školních stravovacích zařízeních, posouzení kvality podávaných jídel, posouzení zařazení tématu výživy do školního vzdělávacího programu, metodická podpora.

Tuto činnost na školách a školských zařízeních dle zákona č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon), ve znění pozdějších předpisů, vykonává MŠMT prostřed-

nictvím České školní inspekce, školských poradenských zařízení, Národního ústavu pro vzdělávání, Národního institutu dalšího vzdělávání a Ministerstvo zdravotnictví prostřednictvím Krajských hygienických stanic.

Vaše odborná garantka je členkou ve třech pracovních skupinách. Tento fakt je dostatečným důkazem toho, že stát velmi pečlivě a zodpovědně přistupuje k této oblasti a při stanovování strategií komunikuje s neziskovými organizacemi a odbornou veřejností. Členství v těchto pracovních skupinách však nezakládá právo přejímat na sebe pravomoci státních orgánů.

MŠMT podporuje iniciativy rodičů a sleduje činnost školských rad, které jsou na školách zřizovány dle § 167 školského zákona, jako orgánů školy umožňující zákonným zástupcům nezletilých žáků, zletilým žákům a studentům, pedagogickým pracovníkům školy,

zřizovateli a dalším osobám podílet se na správě školy.

MŠMT se ve svém stanovisku nevyhranilo proti iniciativě Skutečně zdravá škola, ale proti postupům, jež pro svou činnost zvolila.

Vážená paní

PhDr. Helena Burianová, předsedkyně iniciativy Skutečně zdravá škola

Bendlova 150/26

Černá Pole - 613 00 Brno

## NÁZOR SPOLEČNOSTI PRO VÝŽIVU

na dopis, ve kterém Skutečně zdravá škola obviňuje MŠMT z bojkotu jejich aktivit. Domníváme se, že se ze strany MŠMT nejedná o bojkot, ale o ochranu státních školních jídelen. Bylo to občanské sdružení Skutečně zdravá škola, které překročilo své kompetence, když se samozvaně jmenovalo kontrolním a metodickým orgánem státních školních jídelen, což naše legislativa neumožňuje. Bylo povinností ministerstva upozornit školy na tuto skutečnost.

V dopise nebyla kritizována neprofesionalita koordinátorů, ale požadavky výzvy samotné. Nejvíce zarážející na výzvě Skutečně zdravé školy bylo, že od koordinátorů jejich iniciativy nepožadují žádné vzdělání v oblasti výživy. Sami si je proškolí podle manuálu připraveného magistrou Slimákovou. A toto má být zárukou odborné způsobilosti kontrolovat stravování ve školní jídelně a vynuocovat u nich změny jídelních lístků? Nikdo nezná obsah zmíněného manuálu, ale pokud bude v intencích vize Skutečně zdravé školy, bude se výrazně lišit od platných předpisů. To by vneslo zmatek do práce vedoucích školních jídelen, a mohlo by jim to způsobit značné problémy při plnění závazných ukazatelů. V tomto bodě musíme souhlasit s ministerstvem školství, že kontroly školních jídelen a metodiku mohou vykonávat jen orgány státní správy, určené k tomu legislativou a s předepsaným odborným vzděláním.

Stejně tak není pravdivá informace, že stát neplní svou funkci v oblasti školního stravování. Státní orgány nepřetržitě monitorují práci školních jídelen, pracují s nimi metodicky a následně kontrolují jejich činnost. Tento systém je zde 70 let a osvědčil se jako funkční. To, že se jeho obsah liší od představa občanského sdružení a části veřejnosti, neznamená, že si může kdokoliv do něj zasáhnout a svévolně ho měnit. Změna systému školního stravování může proběhnout jen na úrovni státních orgánů, a to ještě ve shodě kooperací ministerstev a jejich složek. Není možné, aby si laická veřejnost ustanovila program, a bez konzultace a schválení ho aplikovala do škol. Nabídka ke změnám školního stravování se strany občanského sdružení je problematická, protože k jeho obsahu mají odborníci značné výhrady. To, že jejich názor sdružení nerespektuje, neznamená, že nejsou oprávněné.

Pan ústřední inspektor Tomáš Zatloukal skutečně vyzývá rodiče k aktivitě. Vyzval je k tomu, aby hovořili se svými školními jídelnami, vzájemně si vyměňovali názory na konkrétní jídelní lístky a konkrétní situaci ve své jídelně. Osobně se k celé situaci vyjádřil takto:

„Česká školní inspekce se v rámci své hodnotící a kontrolní činnosti ve školách a školských zařízeních také věnuje činnosti školních jídelen. Zaměřujeme se v nich nejen na dodržování právních předpisů, ale také hodnotíme, jak se daří školám podporovat své žáky ve zdravém životním stylu jehož zásadními složkami jsou stravování a pohybové aktivity. V této oblasti, ale také v jiných je důležitá otevřenost školy a její schopnost komunikovat s veřejností a to zejména rodičovskou.

Česká školní inspekce získává při kontrole a hodnocení dostatek relevantních informací, které jsou využitelné pro školy, MŠMT, zřizovatele a širokou odbornou a rodičovskou veřejnost. Jsme připraveni takové informace poskytnout nebo ve specifických případech realizovat tematické šetření, které může na požadované otázky odpovědět. Při návrhu plánu hlavních úkolů vždy také dáváme možnost školským asociacím, zřizovatelům a další odborné veřejnosti předložit návrhy témat, na která by se mohla inspekce v daném školním roce zaměřit.

Mé vyjádření ve zmiňovaném diskusním pořadu DVTV se týkalo výše zmíněného požadavku na otevřenost škol v komunikaci s veřejností. O konkrétní aktivitě uvedené ve Vaší zprávě se v pořadu nehovořilo, proto jsem jí ani nemohl vyjádřit jakoukoliv podporu.“

Ministerstvo školství se nebrání spolupráci s občanskými sdruženími ani jinými odbornými společnostmi. Proto také vznikla meziresortní skupina, která má připravit změny, které povedou k lepšímu vzdělávání v oblasti zdravého životního stylu. Členy komise je více odborníků, nejen odborná garantka sdružení SZŠ, a každý zástupce může přinést svůj názor na změnu. Komise je tu pak od toho, aby návrhy posoudila a vytvořila následně program, který bude odpovídat současným trendům a vědeckým poznatkům.

Tvrzení v dopise, že je odborná garantka sdružení SZŠ členkou ustanovované pracovní skupiny řešící výživu v rámci programu Zdraví 2020 na Ministerstvu zdravotnictví, se nezakládá na pravdě.

Jak jsme řekli, členy meziresortní komise je mnoho zástupců různých organizací, ale žádná z nich, kromě sdružení Skutečně zdravá škola, nezneužila účast v komisi k tomu, aby se tímto zaštiťovala při prosazování svých vizí. Nikdo jiný nenabádal rodiče, aby se stali koordinátory jejich učení a šli do škol, aby šířili program, který žádný kompetentní orgán neschválil. Víte sami, že k Vašemu pojetí výživy, nyní podle britského vzoru, dříve to byl americký, mají odborníci na výživu a pediatrii vážné výhrady, takže jeho schválení by bylo přinejmenším problematické. Nikdo nedal občanskému sdružení mandát, aby šířil nové názory po školách a zaštiťoval se při tom odborným garantem, který je jen jedním z mnoha účastníků meziresortní komise.

Jednání s Fórem zdravé výživy, kterým se sdružení SZŠ zaštiťuje, je opět jen informativní schůzka, která automaticky neznamená, že Fórum zdravé výživy se ztotožňuje s programem Skutečně zdravé školy. Pokud je známo, bylo Fórum zdravé výživy mezi těmi, které se podepsalo pod dopis ministerstvu, ve kterém byl vyjádřen nesouhlas s programem sdružení SZŠ a výživovými názory jeho odborné garantky. Fórum zdravé výživy se od vyjádření v tomto dopise distancovalo dopisem ministru školství.