

Kvalita potravin na českém trhu, jak vybírat potraviny.

Jana Dostálová

VŠCHT Praha

- V současné době je kvalita potravin tématem velmi diskutovaným. Většinou se konstatuje, že je špatná
- Kvalita potravinářských výrobků na našem trhu je **velmi různá** – od výrobků s **velmi nízkou kvalitou** až po výrobky **vysoce kvalitní**
- Je nutné si umět kvalitní výrobek vybrat
- Cena těchto výrobků je samozřejmě vyšší. Není ale lepší koupit menší množství kvalitnějšího výrobku a pochutnat si a ve většině případů i více prospět zdraví než konzumovat velká množství levných nekvalitních potravin?
- Všechny potraviny na trhu musí být bezpečné

BEZPEČNOST POTRAVIN

- znamená, že potravinu pokud je připravena a/nebo konzumována podle jejího zamýšleného použití, spotřebiteli neuškodí
- bezpečnost potravin souvisí s výskytem nebezpečí v potravině a nezahrnuje jiné aspekty zdraví člověka související například s podvýživou či nevyváženou dietou (stravou)

BEZPEČNÝ VÝROBEK

- je takový, který za běžných podmínek užití nepředstavuje po dobu stanovenou výrobcem, nebo po dobu obvyklé použitelnosti nebezpečí, nebo jehož užití představuje pro spotřebitele vzhledem k ochraně zdraví pouze minimální nebezpečí při užívání výrobku

- **Jakostí** se podle zákona č. 110/1997 Sb. rozumí soubor charakteristických vlastností jednotlivých druhů, skupin a podskupin potravin a tabákových výrobků, jejichž limity jsou dány tímto zákonem, prováděcím předpisem nebo přímo použitelným předpisem Evropských společenství.

JAKOST

- **NORMATIVNÍ**
 - vychází z technologického procesu
 - dána normami
- **SPOTŘEBITELSKÁ**
 - určena užitnou hodnotou
 - oceněna spotřebitelem

KONTROLNÍ ÚŘADY

- Státní zemědělská a potravinářská inspekce

www.szpi.gov.cz

- Státní veterinární správa

www.svscr.cz

- Česká obchodní inspekce

www.coi.cz

- Hygienická služba (pouze stravovací služby)

www.hygp Praha.cz

- Orgány ochrany veřejného zdraví www.mzcr.cz
- RASFF – Systém rychlého varování pro potraviny a krmiva
- www.bezpecnostpotravin.cz
- www.potravinynapranyri.cz
- ZDRAVOTNĚ NEZÁVADNÉ POTRAVINY splňují chemické, fyzikální a mikrobiologické požadavky na zdravotní nezávadnost stanovené zákonem
- FALŠOVANÉ POTRAVINY - výrobcem jsou vydávány za něco jiného než ve skutečnosti jsou

Počty a výsledky kontrol SZPI

- **v 1. pol. roku 2017** – 22 063, nevyhovujících **1537** šarží potravin a ostatních výrobků
- **v roce 2016** – 45 159, nevyhovujících **4 233**
- **v roce 2015** - 43 483 , nevyhovujících **3 841**
- *Kontroly se v roce 2017 zaměřily na:* semolinové těstoviny (falšování), fermentované masné výrobky (obsah tuku) - vyhovovaly, med, ovoce (původ) – někde špatně uveden, olivové oleje, přídatné látky aj.
- Kontroly společného stravování
- **v roce 2016** – 6247 kontrol, **2111** pochybení, především v hygieně

Situace v oblasti bezpečnosti potravin

- Z hlediska bezpečnosti potravin (obsahu cizorodých látek v potravních řetězcích) je možno považovat situaci u nás jako příznivou
- ve Zprávě o výsledcích sledování a vyhodnocování cizorodých látek v potravních řetězcích v rezortu zemědělství v roce 2016 vydané odborem bezpečnosti potravin MZ bylo SZPI zjištěno 0,94 % nadlimitních vzorků, SVS 0,12 % a ÚKZÚZ 2,2 % nevyhovujících vzorků.

Jak hledat kvalitní potravinu

- Sledovat surovinové složení – uvádí se v sestupném pořadí. Množství složky, která je zvýrazněna v názvu potraviny je uvedeno v %
- U masných výrobků sledovat obsah masa, u šunek třídu jakosti – standard, výběrová, nejvyšší jakosti
- Nakupovat výrobky od osvědčených firem (privátní značky mívají nižší kvalitu) zaměřit se i na zemi původu

OZNAČOVÁNÍ VÝŽIVOVÉ HODNOTY

- Označování výživové hodnoty (výživové údaje) je povinné u téměř u všech výrobků od 13. prosince 2016 (výjimka např. koření, sůl, kvasné octy, žvýkačky aj.)

OZNAČOVÁNÍ VÝŽIVOVÉ HODNOTY

- Energetická hodnota
- Tuky
- Nasycené mastné kyseliny
- Sacharidy (celkové)
- Cukry (jednoduché sacharidy)
- Bílkoviny
- Sůl
- Uvedeno na 100 g (ml), případně v porci v % RHP (dříve DDD)

OZNAČOVÁNÍ VÝŽIVOVÉ HODNOTY

- **Označení může zahrnovat doplnění o další živiny (uzavřený seznam):**
- Mononenasycené mastné kyseliny
- Polynenasycené mastné kyseliny
- Polyalkoholy
- Škrob
- Vlákna
- Vitaminy a minerální látky ve významném množství (> 15% RHP)

(trans mastné kyseliny se značit nesmí)

Údaje povinně uváděné na obalu

- Obchodní jméno výrobce a jeho sídlo
- Název potraviny
- Seznam složek (suroviny, přídatné látky)
- Alergenní látky
- Množství složky nebo skupiny složek
- Čisté množství potraviny
- Datum minimální trvanlivosti nebo datum použitelnosti
- Podmínky uchování nebo podmínky použití
- Jméno nebo obchodní název a adresa PPP
- Země původu nebo místo původu
- Návod k použití
- Obsah alkoholu – nápoje nad 1,2 % alkoholu
- Výživové údaje

Další povinné údaje dané národní legislativou

- baleno v ochranné atmosféře
- „se sladidlem“
- „obsahuje aspatram (zdroj fenylalaninu)“
- „obsahuje lékořici“
- „obsahuje kofein“
- „s přidanými steroly“
- „datum zmrazení“
- ošetření potravin ozářením (UV, ionizační)
- třída jakosti
- označení šarše
- GMO
- a další

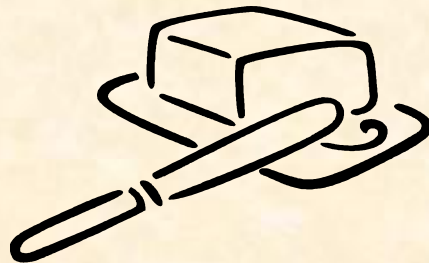
Vše v jazyce českém, předepsána velikost písma, zorné pole aj.

Co dále najdeme na obalu ve vztahu ke kvalitě

Výživová a zdravotní tvrzení – mohou být použita pouze schválená tvrzení

Pro usnadnění orientace: různá loga

MÁSLO



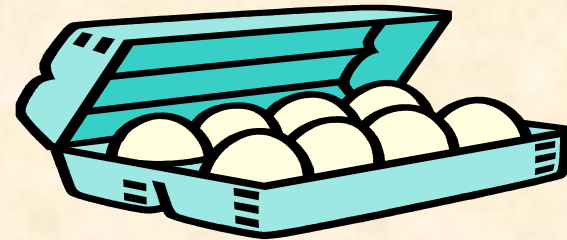
- **Máslo** – mléčný výrobek obsahující výhradně mléčný tuk
- **Čerstvé máslo** – máslo do 20 dnů od data výroby
- **Stolní máslo** – máslo skladované nejdéle 24 měsíců od data výroby při teplotách – 18° C a nižších
- **Tradiční pomazánkové** – mléčný výrobek ze zakysané smetany obohacené sušeným mlékem nebo sušeným podmáslem, obsahující nejméně 31 % mléčného tuku a nejméně 42% sušiny
- Pozor **AB není máslo**, ale směsný roztíratelný tuk

Mražené krémy

Skupina	Sušina (%)	Mléčný tuk (%)	Ovocná složka (%)
smetanový		8,0	
mléčný		2,5	
s rostlinným tukem		5,0	
vodový	12,0		
ovocný	12,0		15,0
sorbet	12,0		25,0



Vejce



Třída jakosti A

- Čerstvá EXTRA A
- Čerstvá A

Uchovávají se při
nekolísavé teplotě
do 18° C

Hmotnostní skupina

XL - velmi velká

L - velká

M - střední

S - malá

kód	
1	Vejce nosnic ve volném výběhu
2	Vejce nosnic v halách
3	Vejce nosnic v klecích
0	Vejce nosnic z ekologického zemědělství

Požadavky na jakost šunky

Třída jakosti	Charakteristika	Surovina
Nejvyšší jakosti	Obsah čistých svalových bílkovin min.16 %	Nepřipouští se použití vlákniny, škrobu, barviv a rostlinné a jiné živočišné bílkoviny
Výběrová	Obsah čistých svalových bílkovin min.13 %	Nepřipouští se použití vlákniny, škrobu, barviv a rostlinné a jiné živočišné bílkoviny
Standardní	Obsah čistých svalových bílkovin min.10 %	

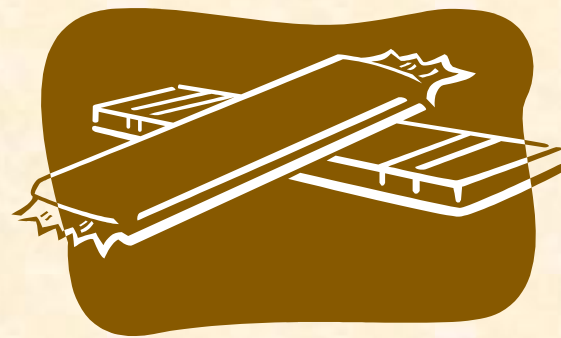
Pečivo



- Preferovat pečivo z tmavých mouk před bílým pečivem z důvodu vyššího obsahu vitaminů, minerálních látek a vlákniny
- Pečivo cereální nemusí být nutričně hodnotnější. Cereálie a obiloviny jsou synonyma
- Pozor! Pečivo z bílých mouk se barví karamellem nebo praženými obilovinami
- Některé druhy jemného a trvanlivého pečiva mají vysoký obsah, často nekvalitního, tuku

Müsli tyčinky, cereální snídaně

- **Müsli tyčinky** vybíráme přednostně bez polevy – poleva má vysoký obsah tuku, většinou nevhodného složení

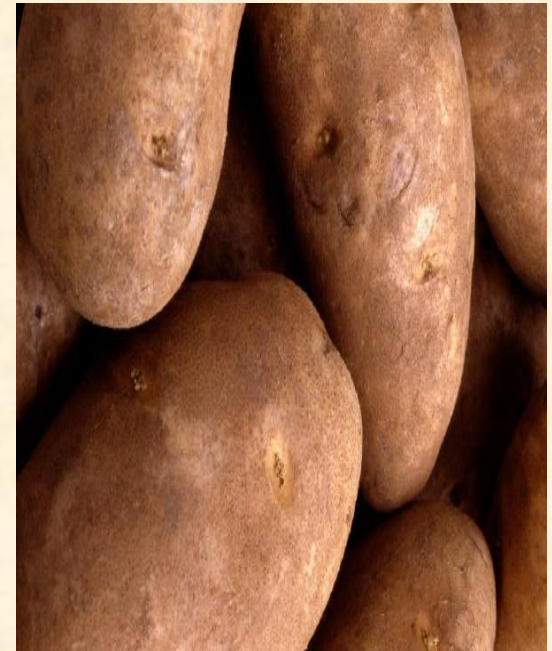


- U cereálních snídaní sledujeme především obsah cukru

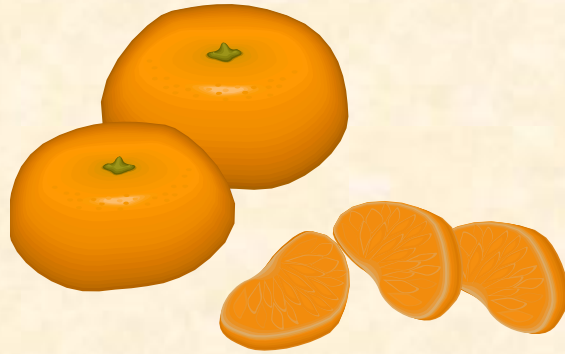


Varný typ	Konzistence	Použití
A	pevná, nerozvařivá, lojovitá	do salátů, jako příloha
B	polopevná, polomoučná, nerozvařivá nebo slabě rozvařivá	pro přípravu jídel všeho druhu, jako příloha
C	měkká, moučná, středně rozvařivá	především pro přípravu těst a kaší

Brambory

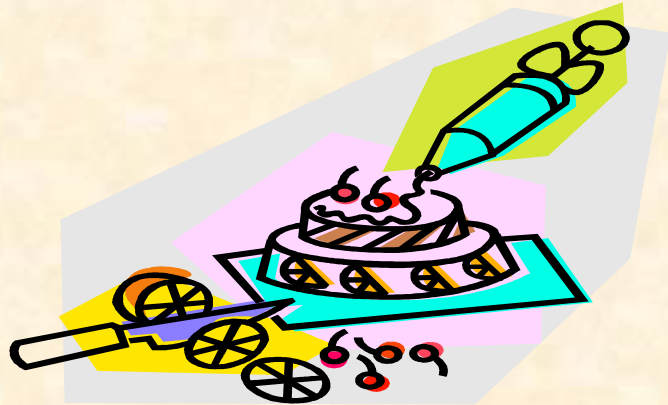


Mandarínky



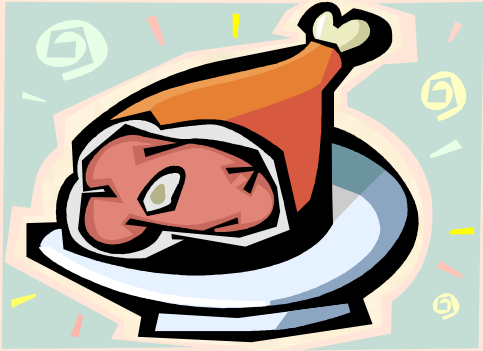
- Právě mandarínky – tenká, snadno loupateľná kůra, velké množství semen, výrazné aroma, části dužiny se snadno oddělují
- Klementýnky – nemají semena, kůra se špatně odlupuje, chuťově shodné s mandarínkami
- Satsumas – snadno se loupají, semena pouze výjimečně, mdlá, sladká chuť.

Čokoláda

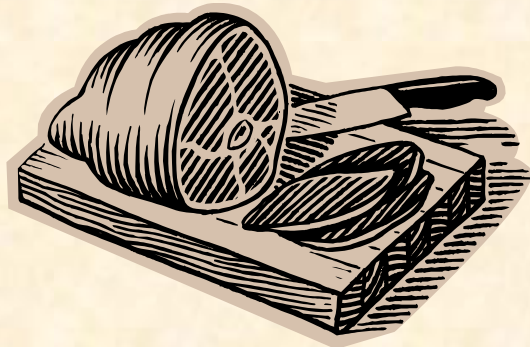


- Čokoláda musí splňovat požadavky na jakost podle zákona č.110/1997 Sb. o potravinách např.
hořká čokoláda – 35% kakaové sušiny
mléčná čokoláda - 25% kakaové sušiny
- Pokud se název „čokoláda“ (hořká čokoláda) doplní označením „poleva“, musí výrobek obsahovat nejméně 35% celkové kakaové sušiny, nejméně 31% kakaového másla a nejméně 2,5% tukuprosté sušiny.

Křehčené maso



- Obsahuje až o 20 % více vody



- Má vyšší obsah soli a fosfátů

Stále platí doporučení:

- **PESTRÁ STRAVA
ZÁKLAD ZDRAVÍ**
- **STŘÍDMĚ Z BOHA-
TÉHO STOLU**

