

Plánované změny spotřebního koše

Mgr. Alexandra Košťálová, MUDr. Eliška Selinger, Mgr. Marina Heniková –
Státní zdravotní ústav, Mgr. Martin Krobot – Česká asociace nutričních terapeutů

V roce 2023 založil ministr zdravotnictví Vlastimil Válek Meziřesortní pracovní skupinu pro institucionální stravování. Ta se zabývá zlepšením stravování ve třech oblastech – v nemocnicích, sociálních službách a ve školách.

Jedním z úkolů Odborné skupiny pro školní stravování je i aktualizace vyhlášky o školním stravování, včetně rekonstrukce spotřebního koše (SK).

SK je nástrojem, který je často spojován s kvalitou školního stravování. Před 30 lety byl sestaven jako výčet 10 komodit, které musí být obsaženy ve stravě dětí v určeném množství, aby byl zajištěn jejich zdravý vývoj.

V posledních letech však na základě studií Státního zdravotního ústavu a na základě kontrol rozkladů SK bylo zjištěno, že jako spolehlivá pomůcka sledování adekvátnosti nutriční hodnoty stravy neslouží a obědy, i přes dodržování ve vyhlášce stanovené normy, neposkytují dětským strávníkům doporučené množství některých živin. To je dáno dvěma hlavními faktory:

1. Do spotřebního koše je v současnosti snahou vykázat všechny používané potraviny, včetně vysoce průmyslově zpracovaných. Původně byl ale SK vypočítán a sestaven pouze ze základních potravin a nepředpokládal využití jiných surovin, které v době vzniku spotřebního koše ještě neexistovaly nebo nebyly tak rozšířeny. Ve školních jídelnách se za posledních 30 let zvýšilo využívání polotovarů různého stupně opracování a tyto potraviny řada jídelen rozkládá na jednotlivé ingredience, které pak zapisuje do SK. Jednotná a oficiální metodika k takovému postupu však neexistuje, což je důvodem nejen pro výraznou diskrpanci ve vykazování jednotlivých potravin jídelnami, ale i jednou z příčin nutričně chybného vykazování plnění některých potravinových skupin.
2. Oficiální státem garantovaná pravidla, jak postupovat při výpočtu SK, včetně případného využití přepočtových koeficientů, nejsou dostatečně detailní, jasná a jednoznačná, což také zvyšuje riziko chyby a způsobuje rozdíly mezi jídelnami.

SK čelí již řadu let kritice stran veřejnosti, byť často neoprávněně. Kritizují ho však i samy školní jídelny, kdy dlouhá léta upozorňují na problémy s plněním určitých skupin potravin, které děti v tak vysokém množství, jaké je vyžadováno, nekonzumují a potravinami se zbytečně plýtvá. Příkladem takové skupiny jsou Mléko a Mléčné výrobky, které jsou sledovány zvláště, tedy nelze ani v případě potřeby mléko nahradit mléčnými výrobky. Taková limitace z nutričního hlediska nedává smysl, protože obě dvě skupiny jsou pro děti zejména zdrojem vápníku. To samé platí u skupin Ovoce a Zelenina, kdy ovoce nelze nahradit zeleninou a naopak. Mnohé jídelny si stěžují, že jsou rovněž znevýhodněny, pokud samy připravují jemné pečivo (buchty, koláče) či dezerty – jogurty, šlehané tvarohy atd., před těmi, které tyto hotové výrobky obsahující přidané cukry nakupují. Ty, které je samy připravují, totiž vykazují cukr ve SK. Limit pro cukr má ve SK určitý strop, ten však neplatí, pokud školní jídelna nakupuje potraviny s obsahem přidaného cukru. Až na pár výjimek se jejich spotřeba ve SK ve skupině Cukry neprojeví.

V rámci školního stravování se ve školní jídelně denně nají necelé 2 miliony dětí. Další stovky tisíc zákazníků tvoří pedagogové a cizí strávníci. Školní stravování je proto velmi

důležitým nástrojem zdravotní prevence, který má navíc stát regulačně v rukou. V době, kdy má více jak polovina obyvatel ČR vyšší než normální hmotnost a čtvrtina dětí v některých věkových kategoriích po covidové pandemii spadá do kategorie obezity, je takový nástroj více než potřebný. Stát skrze školní jídelny může zajistit minimálně jedno denní jídlo, které bude spolehlivě nutričně vyvážené.

Aby se tak stalo, je ale potřeba spotřebnímu koši vtisknout jinou podobu. Nemůže jen stanovovat, kolik gramů dané skupiny potravin má být za měsíc spotřebováno. Je potřeba mu dát takové vlastnosti, které školní jídelny povedou k tomu, aby každodenně na talíři nabízely pokrmy, které jsou nutričně hodnotné, pestré a připravené v maximální míře ze základních či minimálně průmyslově zpracovaných potravin.

S jakými změnami tedy návrh pracuje:

1. Sledování potravin v čisté hmotnosti – pokud má SK sloužit jako nástroj ke sledování nutriční hodnoty, pak je potřeba sledovat potraviny ve stavu, v jakém jdou „do hrnce“. Ideální by samozřejmě bylo sledovat nutriční hodnoty pokrmů po kulinární úpravě, ale to není v současné době technicky možné.
2. Doplnění hodnot SK pro dvouleté děti a sedmileté děti, které zůstávají v MŠ.
3. Úprava samotných gramáží v tabulce SK, a to tak, že každá věková kategorie má pro jednoduchost stanoveny normy pro každé denní jídlo. Sloučeny jsou skupiny Mléko a Mléčné výrobky v jednu skupinu, stejně tak Zelenina a ovoce. Nově je vytvořena



Nevýběrový JL	1. týden	2. týden	3. týden	4. týden
Den v týdnu	Maso bílé	Maso bílé	Maso bílé	Maso bílé
Den v týdnu	Maso bílé nebo červené	Maso bílé nebo červené	Maso bílé nebo červené	Maso bílé nebo červené
Den v týdnu	Ryba tučná	Rybí pokrm nebo libovolný pokrm + polévka s rybím masem	Ryba tučná	Rybí pokrm nebo libovolný pokrm + polévka s rybím masem
Den v týdnu	Bezmasý pokrm - sladký	Bezmasý pokrm	Bezmasý pokrm - sladký	Bezmasý pokrm
Den v týdnu	Bezmasý pokrm	Bezmasý pokrm	Bezmasý pokrm	Bezmasý pokrm

Výběrový JL	1. týden		2. týden		3. týden		4. týden	
Den v týdnu	Maso bílé	Bezmasý	Maso bílé	Bezmasý	Maso bílé	Bezmasý	Maso bílé	Bezmasý
Den v týdnu	Maso bílé nebo červené	Bezmasý	Maso bílé nebo červené	Bezmasý	Maso bílé nebo červené	Bezmasý	Maso bílé nebo červené	Bezmasý
Den v týdnu	Ryba tučná	Bezmasý	Rybí pokrm nebo libovolný pokrm s polévkou s rybím masem	Bezmasý	Ryba tučná	Bezmasý	Rybí pokrm nebo libovolný pokrm s polévkou s rybím masem	Bezmasý
Den v týdnu	Bezmasý pokrm sladký	Libovolný	Bezmasý pokrm	Libovolný	Bezmasý pokrm	Libovolný	Bezmasý pokrm	Libovolný
Den v týdnu	Bezmasý pokrm	Libovolný	Bezmasý pokrm	Libovolný	Bezmasý pokrm	Libovolný	Bezmasý pokrm	Libovolný

skupina Celozrnné obiloviny a pseudoobiloviny. Mírně je sníženo požadované množství u masa, také u brambor. Naopak je mírně zvýšeno množství ryb a luštěnin. U ryb i luštěnin je to díky korekci současných hodnot, kdy mají všechny věkové skupiny stejné předepsané množství a při reálném správném normování pak stejně dochází ke zvýšení spotřeby.

4. Specifikace potravin, které se do SK zapisují – tento krok by měl zamezovat tomu, že se polotovary budou dělit na jednotlivé ingredience. Do SK se budou zapisovat potraviny dle kategorií, do kterých spadají dle zbožiznalství. Jako příklad uvedeme polotovar jogurtové knedlíky (syká směs) – nejsou mléčným výrobkem a nebudou se do mléčných výrobků ani podílem zapisovat. Pokud by však školní jídelna připravovala od základů své jogurtové či tvarohové knedlíky a na přípravu použila jogurt (tvaroh), pak množství jogurtu (tvarohu) použitého na přípravu do SK zapíše. Nebo příklad cheddaru. I když se jedná o tučný sýr, stále je to sýr, a nikoli Tuk volný. Započítává se tedy celou hmotností pouze do skupiny Mléko a mléčné výrobky. Potraviny, které ve specifikacích nejsou, se na výpočtu SK nepodílejí. Uvádějí se tudíž do skupiny Ostatní.

5. Plnění výživových doporučení na každodenní bázi. I před 30 lety byl SK sestaven na základě denních výživových dávek a výživových doporučení. Cílem navrhované změny je propisat výživová doporučení do každodenní činnosti školních jídel. K tomu slouží body uvedené pod SK. Ty nabádají například k tomu, že každé denní jídlo (s výjimkou 2. večere) se musí skládat ze zdroje bílkovin, sacharidů, tuků a ovoce či zeleniny. Nebo definují, že sladký pokrm je nabízen v případě celodenní stravy pouze 1x denně. Cukry jsou omezeny i dalšími kroky, aby nebylo možné nakupovat potraviny obsahující vysoké množství cukrů, a obcházet tak SK. Preferována je příprava jemného pečiva, mléčných výrobků či dezertů s menším obsahem cukrů a například s využitím celozrnných mouk, obilovin, ořechů či semen. Do těchto bodů jsou popsány i některé základní principy, které byly dříve popsány v rámci Nutričního doporučení ke spotřebnímu koši.

Návrhy definují i skladbu jídelního lístku (JL) v rámci obědů (viz tabulky). Nevýběrový JL (nebo výběr, který odebírá pravidelně nejvíce strávníků) je přesně definován. U výběrového

je jediné pravidlo, že v rámci všech nabízených hlavních chodů za den z nich lze každý den vybrat jeden bezmasý pokrm.

Pilotní testování změn

Není zvykem, že by se před změnou vyhlášky návrhy pilotně testovaly a dle výsledků ještě upravovaly. My se pro tuto cestu rozhodli po velmi dobrých zkušenostech s pilotním ověřením Metodiky pro poskytování dietní stravy a také s respektem k dobré odborné praxi, která nabádá chystané změny ověřit před plošnou aplikací. Právě ověření v každodenní praxi školních jídelen může ukázat nejen srozumitelnost návrhů, ale také potvrdit, zda navrhované změny tvoří logický celek, který lze plnit v rámci každodenního provozu. Zda jsou limity dostatečné, zda je možné saturovat plnění potravin z nabídky trhu a zda lze kompletně nový SK plnit i v rámci současných finančních limitů stravného.

Do pilotního testování byly vybrány mateřské školy malé i větší, mateřské školy pod základními školami, základní školy i střední školy a internáty. Jsou zařazena i zařízení školního stravování jako samostatné právnické subjekty.

Klíčové bude nejen sledovat, jak si pracovníci školních jídelen poradili se skladbou JL a jak nakonec, bez intenzivní metodické podpory, vyšlo plnění nově navrhovaných hodnot SK, ale nesmírně důležité bude zhodnocení praktických postřehů, poznámek a návrhů, které vzejdou od pilotních jídelen. Pilotní ověření by mělo být vyhodnoceno do konce srpna 2024.

Doprovodné materiály

Oficiální státní metodiky, jak při plnění SK postupovat, v České republice dlouhodobě chybí. Takové dokumenty by měly jasně stanovit, jak si stát představuje standardy kvality stravy v rámci školního stravování, a vymezit tak určité nepodkročitelné minimum kvality.

Právě tyto materiály budou v rámci odborné skupiny zpracovány jako doprovodné materiály, které se budou týkat jak jednotlivých skupin SK, tak budou probrány principy výživových doporučení, jak je SK bude sledovat a co je jejich cílem. Nedílnou součástí ale budou i praktické materiály – jako tabulky čisté hmotnosti potravin nebo recepty na bezmasé a rybí pokrmy, které je ve školních jídelnách tradičně náročně připravovat. Až doprovodné metodiky tak přinesou

ucelený obraz o tom, jaká strava má být v rámci školního stravování podávána, včetně vlivu na zdraví. Doprovodné materiály také přinesou jasné a v praxi aplikovatelné kroky, jak tohoto optimálního stavu dosáhnout.

Tyto materiály budou volně dostupné nejen pro školní jídelny, ale i pro veřejnost s cílem vyjasnit, co od školního stravování lze očekávat, a co již je nad realistický rámec. Metodiky ale mohou sloužit i jako návod pro rodiny, jak by strava dítěte mohla vypadat i v domácích podmínkách. Stravovací návyky dětí totiž začínají v rodinách a bez jejich aktivnějšího zapojení se tak v dohledné době zlepšení zdravotního stavu populace nedočkáme.

Proškolení

Školní jídelny budou v navrhovaných změnách proškoleny. Pro správnou aplikaci je ale nezbytné sjednotit i přístup

dozorových orgánů. Stejně jako u Metodiky poskytování dietní stravy tak budou informace jednotně předány hygienikům, České školní inspekci i metodikům školního stravování.

Je také třeba chápat, že změna spotřebního koše je sice intenzivně diskutovaným, ale pouze malým dílkem skládky kvalitního školního stravování. Významným prvkem, který může věci pohnout kupředu, nebo naopak zbrzdit, vždy byl a bude lidský faktor. Školní stravování nemůže řešit pouze vedoucí školní jídelny. Je potřeba, aby bylo školní stravování důležité i pro vedení školy a aby i na úrovni zřizovatele byl jasný koncept, kam má směřovat a jak je možné toto směřování erudovaně podpořit. Existence jednotných jasných pravidel však může být začátkem, který řadu současných problémů pomůže vyjasnit a celý přístup systematizovat na národní úrovni.