



Chceme zdravější dospělé? Naučme je zdravě jíst už v dětství. Takto by se dal shrnout cíl celostátního projektu Zdravá školní jídelna za jehož vznikem stojí pracovníci Státního zdravotního ústavu a poboček krajských hygienických stanic.

{jathumbnail off}

Projekt vznikl v reakci na hlasitě se ozývající kritiky školního stravování a jeho právní úpravy, hlavně spotřebního koše. Má poukázat na to, že i při dodržování současných předpisů lze v jídelnách vařit pestře, zdravě a chutně. Jídelny, které se do projektu přihlášily, byly motivovány plněním deseti kritérií:

- 1.pitný režim s omezením jednoduchých cukrů
- 2.plánování jídelníčku dle nutričního doporučení ke spotřebnímu koši
- 3.správné a bezchybné vedení spotřebního koše
- 4.omezení používání dochucovadel a instantních dehydrovaných směsí
- 5.nepoužívání polotovarů vysokého stupně konvence
- 6.veřejně dostupný jídelníček
- 7.vím, co jím - zařazování receptur s limitovaným množstvím soli
- 8.výzdoba jídelny
- 9.komunikace jídelny s rodiči, žáky a pedagogy
- 10.čtvero ročních období - zařazování sezónních potravin

Školní jídelna Základní školy Náchod-Plhov tato kritéria bezezbytku splnila. Po přihlášení do projektu v listopadu loňského roku se jejich metodičkou a rádkyní stala Ing. Tichá z Krajské hygienické stanice Hradec Králové, která podporovala motivaci vařit zdravěji a zlepšovat jídelníček školy. Hlavním "hnacím motorem" však byla vedoucí školní jídelny Alice Přibyllová. Nové recepty z ne příliš používaných surovin, jako je pohanka, jáhly, špalda či kroupy, vyzkoušela vždy doma na své rodině a podle ohlasu je přenášela do receptur školní jídelny. Její nadšení strhlo i pracovnice školní jídelny, které nové recepty ještě vylepšovaly a přinášely další.

Po půl roce práce, zlepšování receptur a zasílání jídelníčků byl školní jídelně 21. června 2016 předán certifikát Zdravá školní jídelna. A co pracovnícím kuchyně přinesl tento projekt? Jak říká sama vedoucí školní jídelny: "Z rutiny vaření a striktního dodržování spotřebního koše se stala zábava pro nás všechny."



.pagenavbar{z-index: 0;}



[zpět na článek](#)

.pagenavbar{z-index: 0;}



[zpět na článek](#)