

KRAJSKÁ HYGIENICKÁ STANICE Ústeckého kraje

se sídlem v Ústí nad Labem

400 01 ÚSTÍ NAD LABEM, MOSKEVSKÁ 15, P. O. Box 78

khsuesf45d66

VÁŠ DOPIS ZN.:

ZE DNE:

ČÍSLO JEDNACÍ: KHSUL 12715/2016

VYŘIZUJE: Mgr. Miroslava Pešková

TEL.: 477755351

FAX: 477755312

E-MAIL:miroslava.peskova@khsusti.cz

DATUM: 6.4.2016

Základní škola Kadaň, ul. Chomutovská
1683, okr. Chomutov
příspěvková organizace
IČ 46789952
Chomutovská 1683

432 01 Kadaň

Hodnocení jídelníčku Základní školy Kadaň, Chomutovská 1683 za měsíc leden 2016 dle Nutričního doporučení MZ ke spotřebnímu koši

Podle metodického návodu nového Nutričního doporučení Ministerstva zdravotnictví ČR ke Spotřebnímu koši bylo podle odebraného jídelního lístku za měsíc leden 2016 provedeno hodnocení pestrosti pokrmů podávaných ve školní jídelně Základní školy Kadaň, ul. Chomutovská 1683.

Při celkovém hodnocení jídelníčku byla jednotlivě sledována pestrost podávaných polévek, hlavních jídel, příloh, dále podávání čerstvé a tepelně upravené zeleniny a rovněž i podávání nápojů. Přihlédnuto bylo k tomu, že v měsíci lednu r. 2016 byl pro zpestření nabídky hlavních jídel označených č.1 zařazen 7x i pokrm č. 2.

Polévky:

Luštěninová polévka byla ve vašem jídelníčku v měsíci březnu zařazena 3x, obilné zavářky byly podány 4x v měsíci (vločky, pohanka, bulgur, kuskus). To je chvályhodné a odpovídá to zásadám nutričního doporučení. Zeleninové polévky však byly v měsíci lednu připraveny jen 9x, v příštích jídelnících je doporučujeme zařadit 12x v měsíci.

Hlavní pokrmy:

Chválíme za četnost podávání bílých druhů mas (4x v měsíci), ryb (2x v měsíci) a luštěninových pokrmů (2x v měsíci). Dále chválíme kombinaci luštěnin s obilovinami, čímž vytváříte plnohodnotný pokrm s plnohodnotnou bílkovinou (např. fazolový kotlík a chléb, čočka a chléb).

Pokrmy z vepřového masa však byly oproti doporučenému zařazení 4x zařazeny 6x v měsíci, což není příliš vhodné. Při hodnocení jídelníčků oceňujeme to, že v jídelníčku vůbec není zařazena uzenina či uzené maso. Ke křenové omáčce však bylo dne 26.1.2016 zařazeno uzené maso, i když pouze pro 31 konzumentů, zatímco 246 strážníků konzumovalo ovocné knedlíky s tvarohem.

V příštích jídelnících by mělo být zařazeno méně pokrmů z vepřového masa.

Za povšimnutí také stojí zpestření nabídky hlavních pokrmů značených č.1 pokrmy č.2, jimiž je doplňována především nabídka zeleninových a rybích pokrmů. Například dne 5.1.2016 byl nabízen salát šopský a cereální rohlík, dne 11.1.2016 zeleninové lečo a chléb, dne 19.1.2016 zeleninový salát s tuňákem a krutóny a s dresingem, dne 20.1.2016 byl podán nápaditý pokrm, zeleninový salát s cizrnou, sýrem, vejcem a dresingem, podaný s cereálním rohlíkem. Z nutričního pohledu je vhodné, že tyto saláty obsahují např. cizrnu, tuňáka apod.

TELEFON
477755110, 477755111

BANKOVNÍ SPOJENÍ
ČNB ÚL 8327411/0710

IČO
71009183

FAX
477755112

ID DATOVÉ SCHRÁNKY
8p3ai7n

e-mail
e-podatelna@khsusti.cz

ú.p. Děčín, Březinova 3, 406 83, tel. 477 755 210
ú.p. Louny, Poděbradova 749, 440 01, tel. 477 755 610
ú.p. Teplice, Jiřího Wolkerova 1342/4, 416 65, tel. 477 755 710

ú.p. Litoměřice, Mírové nám. 35, 412 46, tel. 477 755 510
ú.p. Chomutov, Kochova 1185, 430 01, tel. 477 755 310
ú.p. Most, J.E.Purkyně 270/5, 434 64, tel. 477 755 410

Přílohy:

V měsíci lednu byly obiloviny dle jídelníčku zařazeny 5x (4x těstoviny, 1x rýže), houskové knedlíky 1x, což je v souladu s doporučením. V příštích jídelničkách doporučujeme kromě těstovin zařadit pokrmy i z dalších obilovin, např. kuskusu, bulguru, krupce a pod.

Zelenina:

Čerstvá zelenina byla zařazena 8x, tepelně upravená 3x, opět dle našeho doporučení. Velice chválíme za zařazení salátu z čínského zelí (podaného dne 6.1.2016) a salátu vitaminového (obsahujícího zelí, mrkev a bílý jogurt, podaného dne 12.1.2016).

Nápoje:

Nabídka nápojů je velmi bohatá a pěkná. Strávníci mají denně možnost výběru mezi slazeným a neslazeným nápojem a mezi nápojem mléčným a nemléčným. Chválíme možnost volby mezi minerální vodou perlivou, jemně perlivou či neperlivou. Mléko či mléčný nápoj jsou nabízeny každý den, což je optimální.

Výsledek hodnocení :

Jídelniček sestavený ve Vaší školní jídelně pro měsíc leden 2016 hodnotíme celkově jako **jídelniček s výbornou úrovní pestrosti pokrmů**. Je velmi pěkný a vyvážený.


Doporučení ke zlepšení :

Při sestavování příštích jídelniček je z důvodu optimálního přísunu živin do dětského organismu vhodné respektovat Nutriční doporučení, zejména při volbě druhu polévek. Z důvodu dostačujícího příjmu tepelně upravené zeleniny je vhodné alespoň 12x v měsíci zařadit polévku zeleninovou.

V případě potřeby Vám nabízíme odbornou konzultaci, kontaktovat nás můžete i na e-mailových adresách : miroslava.slavikova@khsusti.cz, nebo miroslava.peskova@khsusti.cz. Inspiraci při dalším sestavování jídelních lístků můžete čerpat m.j. na portálu www.zdravaskolnijideln.cz.

Děkujeme Vám za spolupráci a přejeme hodně spokojených strávníků.

Krajská hygienická stanice Ústeckého kraje
se sídlem v Ústí nad Labem
hygienu dětí a mladistvých
územní pracoviště Chomutov
Kochova 1185
430 12 Chomutov


Mgr. Miroslava Pešková
odborný referent hygieny dětí a mladistvých
územní pracoviště Chomutov, Kochova 1185
Krajská hygienická stanice Ústeckého kraje
se sídlem v Ústí nad Labem