

# KRAJSKÁ HYGIENICKÁ STANICE Ústeckého kraje

se sídlem v Ústí nad Labem

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

khsuesf5203a

VÁŠ DOPIS ZN.:

ZE DNE:

ČÍSLO JEDNACÍ: KHSUL 56873/2016  
VYŘIZUJE: Mgr. Miroslava Pešková  
TEL.: 477755351  
FAX: 477755312  
E-MAIL: miroslava.peskova@khsusti.cz

DATUM: 14.12.2016

Mateřská škola, ul. Kláštorecká 1557  
příspěvková organizace  
ul. Kláštorecká 1557  
IČ 70698457  
**43201 Kadaň**

## Hodnocení jídelníčku Mateřské školy Čtyřlístek, v Kadani, ul. Kláštorecká 1557, dle Nutričního doporučení MZ ke spotřebnímu koší za měsíc únor 2016

Podle metodického návodu Nutričního doporučení Ministerstva zdravotnictví ČR ke Spotřebnímu koší bylo podle odebraného jídelního lístku za měsíc únor 2016 provedeno hodnocení pestrosti pokrmů podávaných ve školní jídelně Mateřské školy v Kadani, ul. Kláštorecká 1557.

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.

### Polévky:

Obilné zavářky byly ve vašem jídelníčku v měsíci únoru podány 6x v měsíci (kuskus, krupky, ovesné vločky, kapání ze žitné mouky, rýže), rybí polévka 1x. Zajímavé bylo také použití cizrnového kapání nebo tofu. To je chvályhodné i nápadité a odpovídá to zásadám Nutričního doporučení. Zeleninové polévky však byly v měsíci lednu připraveny jen 9x, v příštích jídelníčcích je doporučujeme zařadit 12x v měsíci. Polévka s luštěninou byla zařazena 4x (s cizrnou, ze sojových bobů, z míchaných luštěnin s tofu, hrachová) a dále 1x bylo přidáno cizrnové kapání. To je velmi pestrá a zajímavá nabídka polévek s luštěninou.

### Hlavní pokrmy:

Chválíme za četnost podávání bílých druhů mas (3x kuřecí, 2x králičí a 1x krůtí maso), vepřového masa (4x v měsíci), ryb (2x v měsíci) a luštěninových pokrmů (1x v měsíci). Při hodnocení jídelníčku především **oceňujeme značnou a velmi přínosnou nápaditost zařazovaných pokrmů**, např. luštěninové rizoto, hovězí pražská pečeně s bulgurem, králičí hřbet na kmíně s těstovinami, krůtí závitek s rýží, jáhly a rukolou, vepřové nudličky na kapičkách s tarhoňou, kuřecí maso na zázvoru s ananasem podávané s rýží a spoustu dalších zajímavých kombinací. Chvályhodné je i to, že mezi nabízenými pokrmy vůbec nebyla zařazena uzenina.

Bezmasý pokrm byl však v měsíci únoru podán jen 1x (luštěninové rizoto). V příštích jídelníčcích doporučujeme z důvodu dostatečné nabídky zeleniny zařadit bezmasý pokrm 4x v měsíci, tedy alespoň 1x týdně.

### Přílohy:

Velmi oceňujeme to, že v měsíci únoru byly obiloviny zařazeny 12x: 5x byly nabízeny těstoviny, 4x rýže, 2x bulgur a 1x tarhoňa, zatímco houskové knedlíky nebyly podávány vůbec. Nápaditost vedoucí školní jídelny při volbě příloh k hlavním pokrmům by mohla být pro ostatní vedoucí jídelny vzorem.

### Zelenina:

TELEFON	BANKOVNÍ SPOJENÍ	IČO	FAX	ID DATOVÉ SCHRÁNKY	e-mail
477755110, 477755111	ČNB ÚL 8327411/0710	71009183	477755112	8p3ai7n	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, Řečkovská 1242/4 416 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

Tepelně upravená zelenina byla v měsíci únoru podána 5x, což je v souladu s Nutričním doporučením. Ovšem **zařazení čerstvé zeleniny nebylo dostatečné**. Čerstvá zelenina byla při obědech v měsíci únoru nabízena jen 4x, ačkoliv je doporučeno její zařazení min. 8x v měsíci. Je žádoucí, abyste z důvodu dostatečného přísunu vitaminů a flavonoidů přísun čerstvé zeleniny svým strávníkům v příštích měsících navýšili.

Nápoje:

Děti mají každý den možnost výběru mezi nápojem slazeným a neslazeným a mezi nápojem mléčným a nemléčným, což je optimální.

Přesnídávky a svačiny:

V měsíci únoru byla volba pokrmů podávaných ve výše uvedené mateřské škole k přesnídávkám a svačinám vhodná: celozrnné pečivo bylo zařazeno 9x v měsíci, zeleninová pomazánka 10x, rybí pomazánka 7x, uzenina nebyla zařazena vůbec. Za to vám náleží velká pochvala, neboť jste ještě navýšili počet pokrmů doporučovaných v Nutričním doporučení. Pro dosažení úplné dokonalosti při volbě přesnídávek a svačin už chybí jen to, aby v příštích jídelníčcích byly zařazeny alespoň 2 obilné kaše v měsíci.

Výsledek hodnocení :

Jídelníček sestavený ve vaší školní jídelně pro měsíc únor 2016 hodnotíme celkově jako **jídelníček s výbornou úrovní pestrosti pokrmů**. Velice si vážíme vašeho profesionálního přístupu při volbě pokrmů pro děti.

Doporučení ke zlepšení :

**Bezmasý nesladký pokrm nabízejte každý týden** (do této kategorie jsou řazeny i bezmasé luštěninové pokrmy). Z důvodu dostačujícího příjmu zeleniny je vhodné alespoň 12x v měsíci podávat polévku zeleninovou a zeleninu čerstvou k hlavním pokrmům nabízet min. 8x v týdnu.

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.zdravaskolnjidelna.cz](http://www.zdravaskolnjidelna.cz).

Děkujeme Vám za spolupráci a přejeme hodně spokojených strávníků.

Krajská hygienická stanice Ústeckého kraje  
se sídlem v Ústí nad Labem  
hygiena 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