

Proč jídelna vaří hrachovou kaši

Mnozí strážníci školních jídelen, včetně rodičů a učitelů, se domnívají, že kuchařky vaří jídla, jak uznají za vhodné. A vedoucí jídelen nedokážou vysvětlit, že to tak není. Přijměte zavděk dnešním článkem, který vám představuje některé možnosti, jak strážníkům tuto problematiku představit.



Školní jídelna má svou činnost a úkoly docela přesně popsány v legislativě, nebo se to z ní alespoň dá odvodit. Podobně jako škola má v Rámcovém vzdělávacím programu popsány znalosti, které mají děti získat v jednotlivých obdobích školní docházky, má i školní jídelna v právních předpisech stanoveny určité ukazatele, které její strava musí splňovat.

Co prakticky znamenají výživové normy

Školský zákon jídelně v § 122, odst. 4 přikazuje dodržovat určité nutriční parametry stravy: „*Školní stravování se řídí výživovými normami.*“ Ty jsou připraveny pro jednotlivé věkové kategorie strávnicků a určují, jaká množství potravin je třeba měsíčně spotřebovat v zadaných skupinách.

Ve výživových normách se například dozvíme, že každý strávnick ve věku nad 15 let má za měsíc zkonzumovat v obědech kolem 20 dkg luštěnin. Čtenář, který doma vaří a luštěninám se nevyhýbá, si jistě dokáže domyslet, jak se takové množství odrazí ve skladbě jídelníčku. Představuje to dvě luštěninová jídla za měsíc a nějaké polévky k tomu. Bude-li luštěninový pokrm pouze jeden, pak polévka tohoto druhu musí být každý týden a ještě to možná nebude stačit. Pokrmy z čočky, hrachu, cizrny, fazolí sice nepatří ve školách k oblíbeným, ale je nutné je do jídelníčku zařazovat.

Z norem rovněž vyplývá, že součástí obědů by mělo být za měsíc asi 2 kg zeleniny a 1,8 kg ovoce na strávnicka. To není právě málo a praktickým dopadem je, že tyto potraviny musí být v jídelníčku téměř denně. Pro mnohé evropské národy je to zcela běžné a jejich děti si zeleninu samy, bez nucení a ve velkém nandávají na talíř. Není to výzva i pro nás?

Jídelna nemá jen nasytit děti

Navíc platí ještě další ustanovení školského zákona – § 7 popisuje školní jídelnu jako zařízení, jež „*poskytuje služby a vzdělávání, které doplňují nebo podporují vzdělávání ve školách nebo s ním přímo souvisejí.*“ Z něho vyplývá, že školní jídelna má povinnost strávnicky nejen nasytit, ale že má také doplňovat vzdělávání ve třídách. Jak a v čem? Např. v oblasti potravin, biologie, výchovy ke zdraví, zeměpisu apod. Uplatňování výživových norem tedy musíme chápat nejen jako plnění požadavků práva, ale i jako doplnění školní výuky.

Chcete pár příkladů?

1. Čočka nakyselo se neobjevuje v jídelníčku jen z důvodu dodržení výživových norem, ale i proto, že odkazuje na výuku biologie a strávnickům ukazuje, že existuje strava rostlinná a živočišná a že luštěniny jsou významnou skupinou potravin.
2. Když je v jídelně na oběd fazolový guláš, není na vině nedostatek invence kuchařek, které „už neví, co by vařily.“ Do jídelníčku se zařazuje i proto, aby doplnil hodiny zeměpisu a ukázal, že fazole se nejjí jenom u nás, ale že ve spoustě zemí tvoří podstatnou část stravy jejich obyvatel.
3. Konzumují-li strávnicki cizrnu na paprice, navazují na hodiny dějepisu a připomínají si, že luštěniny byly pravidelnou součástí stravy našich předků.

Jde o zdraví nás všech

Když jídelna uvaří hrachovou kaši a nepřidá k ní klobásu, jak dříve bývalo zvykem, není to proto, aby naštvála pana ředitele. Podobně když odmítá podávat uzeniny nebo uzené maso, není to její pouhý rozmar. Jen v duchu pokynů školského zákona takto doplňuje hodiny výchovy ke zdraví a snaží se žáky upozornit na přemíru soli v uzeninách a vůbec ve stravě. Ta se podepisuje na jejich zdraví a vede k významnému množství nemocí srdce a cévní soustavy.

Oběd bez uzeniny je také připomínkou toho, že náhlé srdeční příhody mladých lidí ve věku 20 a 30 let nejsou dnes již žádnou výjimkou.

V České republice se konzumuje hodně soli. V jiných evropských zemích se solí podstatně méně a vy, kdo navštěvujete příbuzné v zahraničí nebo častěji pobýváte v cizině, to můžete dobře posoudit. Tamní jídla přitom nejsou nechutná, jak občas tvrdí strážníci českých jídelen, když dostanou jídlo, které je sice ochucené, ale jinak než za pomoci soli.

Výživové normy ve školním stravování tedy musíme posuzovat i z těchto pohledů a ne je pouze kritizovat, jak je nyní obvyklé, a to i mezi vedoucími jídelen. Také je potřeba výživové normy strážníkům vhodně představovat a přibližovat, a ne strážníkům pouze tvrdit „*nařizuje nám to vyhláška*“.

Autor: Ing. Pavel Ludvík

8. ledna 2024