

Univerzita Karlova

Pedagogická fakulta

Katedra speciální pedagogiky

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Školní stravování pro děti s dietním omezením ve vybraném regionu

School Catering for Children With Dietary Restrictions in a Selected Region

Markéta Barešová

Vedoucí práce: PaedDr. Eva Marádová, CSc.

Studijní program: Specializace v pedagogice

Studijní obor: Biologie, geologie a environmentalistika se zaměřením na vzdělávání –
Výchova ke zdraví se zaměřením na vzdělávání

2017

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma Školní stravování pro děti s dietním omezením ve vybraném regionu vypracovala pod vedením vedoucího práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále prohlašuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze, 12. 7. 2017

.....

podpis

Poděkování

Děkuji vedoucí své bakalářské práce, PaedDr. Evě Marádové, CSc., za odborné vedení, cenné rady a připomínky při zpracování této práce.

ANOTACE

Bakalářská práce na téma Školní stravování pro děti s dietním omezením ve vybraném regionu se zabývá hodnocením přístupu školních jídelen ke stravování dětí a dospívajících ve věku od 6 do 15 let, tedy na prvním a druhém stupni základních škol, s dietním omezením v Sedlčanském regionu.

V teoretické části práce je popsán aktuální výživový stav cílové skupiny, tedy žáků na prvním a druhém stupni základních škol. K výživovému stavu jsou připojena doporučení, ale i hlavní nedostatky výživy dětí a mladistvých od 6 do 15 let. Pozornost je věnována dietologii, klinické výživě a jsou zde vymezeny a popsány nejčastěji se vyskytující alergie a intolerance. Dále je analyzována problematika školního stravování, přesněji jeho hodnocení v historickém kontextu i současnosti. Podrobně popsána je i legislativa týkající se dietního stravování.

V praktické části je zjišťováno, zda a jakým způsobem je v reálném stravovacím zařízení možné zařadit přípravu dietní stravy v rámci finančního, kapacitního a personálního hlediska. Posuzuje, zda jsou ustanovení ohledně této problematiky, zpracované v teoretické části, možná a proveditelná v běžných podmínkách maloměstských a obecních školních jídelen.

KLÍČOVÁ SLOVA

strava, děti, dieta, omezení, školní jídelna

ANNOTATION

This bachelor thesis evaluates approach of school cafeterias to handling meals for children at primary and secondary school, 6 to 15 years old, with specific dietary restrictions at Sedlčany's region.

Current nutrition status of targeted group, children at primary and secondary school, is describe at theoretical section as well as gaps definition and recommendations. Focus there is on dietology, clinical nutrition and description of common food allergies and intolerances. Additionally, there are analyses of issues with school nutrition evaluation from both historic and current context. Detail legislation overview for dietary nutrition is also cover in this part.

Practical section explores whether and how school cafeterias in real life environment could handle meals preparation within their capacity, financial budget and personal resources. Additional, it evaluates whether legislative directives in this field, covered in theoretical part, can be realistically implement in rural school cafeterias.

KEYWORDS

catering, children, diet, restriction, school cafeteria

Obsah

ÚVOD	8
TEORETICKÁ ČÁST	9
1 Výživa dětí a dospívajících od 6 do 15 let.....	10
1.1 Hodnocení výživového stavu.....	10
1.2 Aktuální výživový stav dětí na základních školách.....	11
1.3 Výživová doporučení pro děti a mladistvé od 6 do 15 let	13
1.4 Hlavní nedostatky ve výživě dětí a mladistvých ve věku 6-15 let.....	15
1.4.1 Narušení pravidelnosti příjmu potravy	15
1.4.2 Chyby ve skladbě jídelníčku.....	15
2 Dietologie	17
2.1 Genetický podklad onemocnění spjatých s dietními omezeními.....	17
2.1.1 Nutrigenetika	18
2.1.2 Nutrigenomika	18
2.1.3 Příklady geneticky podmíněných onemocnění indikujících dietní stravu.....	19
2.2 Alergie	20
2.2.1 Vysvětlení pojmu „potravinové alergie“	21
2.2.2 Diagnostika potravinových alergií	21
2.2.3 Prevence potravinových alergií	22
2.3 Rozdíl mezi alergií a intolerancí	23
2.4 Vybrané potravinové alergie, intolerance a metabolické poruchy.....	24
2.4.1 Alergie na lepek, celiakie a bezlepková dieta.....	24
2.4.2 Alergie na kravské mléko a laktózová intolerance	27
2.4.3 Alergie na ryby a mořské plody	30
2.4.4 Alergie na vejce	30

2.4.5	Fenylketonurie	31
2.4.6	Galaktosemie	32
3	Školní stravování	33
3.1	Historie školních jídelen	33
3.2	Financování školních jídelen	35
3.2.1	Využití finančních prostředků z jednotlivých zdrojů	35
3.2.2	Cena oběda pro žáky, zaměstnance i cizí strážníky	36
3.2.3	Dotáčnické programy pro zajištění náhradního školního stravování	37
3.2.4	Shrnutí problematiky financování školních stravovacích zařízení	38
3.3	Současná situace ve školním stravování	39
3.4	Vyhláška č. 107/2005 Sb., o školním stravování	40
3.5	Novela č. 17/2015 Sb. vyhlášky o školním stravování	44
3.5.1	Změny ve vyhlášce	45
3.5.2	Primární cíl	45
3.5.3	Nedostatečná propracovanost	46
3.5.4	Metodika	46
3.6	Nářízení Evropského parlamentu a Rady EU č. 1169/2011 o poskytování informací o potravinách spotřebitelům	49
4	Shrnutí teoretické části	51
	PRAKTICKÁ ČÁST	52
5	Příprava šetření	53
5.1	Cíl šetření	53
5.2	Výzkumné otázky	53
5.3	Charakteristika cílové skupiny	54
5.4	Výběr dotazovaných subjektů	54

5.5	Metody šetření	54
5.6	Rozbor otázek použitých ve strukturovaném rozhovoru	55
5.6.1	První okruh otázek.....	55
5.6.2	Druhý okruh otázek	56
5.6.3	Třetí okruh otázek.....	57
6	Šetření ve stravovacích zařízeních	61
6.1	Průběh strukturovaných rozhovorů.....	61
6.2	Vyhodnocení výsledků šetření.....	61
6.2.1	Informace o školní jídelně a využívání školního stravování	62
6.2.2	Obecné informace o jídelníčku.....	65
6.2.3	Dotazy ohledně dietního stravování	68
6.3	Shrnutí získaných informací a diskuze	76
6.4	Návrh doporučení	79
6.4.1	Rady pro vedoucí a ředitele školních jídelen	79
6.4.2	Rady pro rodiče dětí s dietním omezením.....	81
	ZÁVĚR	82
	Seznam použitých informačních zdrojů	83
	Seznam příloh	89

ÚVOD

Téma dietních omezení a s nimi spojeného stravování je v posledních letech velmi aktuální. Stále častěji se v běžném životě setkáváme s osobami, které se musí vyhýbat některým druhům potravin, kvůli přecitlivělosti, nebo alergii na jednu z jejích složek, či z důvodu autoimunitního, ale i jiného onemocnění. Mnoho lidí nemá na vybranou, přibývá ovšem i těch, pro něž je omezování například lepku nebo laktózy volbou.

Potravinové alergie a intolerance se nejčastěji objevují v dětském věku, proto jsou teoretická část bakalářské práce i praktický výzkum, zaměřeny na děti a mladistvé docházející na první a druhý stupeň základní školy. Výběr cílové skupiny souvisí též se záměrem provést šetření v jednotlivých školních stravovacích zařízeních na Sedlčansku. Kromě rodiny, je škola druhou nejčastější institucí, která se musí s dietním stravováním dětí a mladistvých potýkat.

Cílem bakalářské práce je zhodnocení přístupu školních jídelen ke stravování dětí a dospívajících ve věku od 6 do 15 let, tedy na prvním a druhém stupni základních škol, s dietním omezením v Sedlčanském regionu.

V teoretické části práce je porovnáván výživový stav dětí školního věku v České republice dle dostupných průzkumů s výživovými doporučeními pro tento věk. Dále jsou zde vymezeny jednotlivé pojmy související s potravinovými omezeními a dietním stravováním, jako je „alergie“, „intolerance“ nebo „dieta“. Zabývá se též konkrétními výživovými omezeními a s nimi spojenými dietami. Důležitou součástí práce je i nastínění historie, financování, hlavních zásad a legislativy, kterou se jídelny řídí, vystihující současnou situaci ve školním stravování.

V praktické části jsou nejprve vysvětleny a zdůvodněny jednotlivé otázky z připraveného strukturovaného rozhovoru, který byl vyhotoven pro šetření v jednotlivých školních stravovacích zařízeních. Dotazovanými jsou vedoucí či ředitelky školních jídelen. Cílem je zjistit zda, a jakým způsobem, je v reálném stravovacím zařízení možné zařadit přípravu dietní stravy v rámci finančního, kapacitního a personálního hlediska.

Výstupem práce, je návrh doporučení, dle kterých může rodič svému dítěti, či vedoucí školní jídelny žákovi, nejlépe pomoci s dietním stravováním a se začleněním do třídního kolektivu.

TEORETICKÁ ČÁST

Výživa dětí všech věkových kategorií, zejména těch školního věku, přesněji na druhém stupni základní školy, je značně ovlivněna informacemi z médií a od výrobců potravin. Děti často nekriticky přijímají vše, co vidí a jsou proto sugestivními a nepravdivými reklamami na různé nezdravé pochutiny ovlivňovány nejvíce. Jedním z řešení toho problému, je vedení dětí a mladistvých ke správnému životnímu stylu nejen v rodině, ale také zařazení obdobných témat do výuky ve školách již od nejtělejšího věku. Můžeme tím alespoň částečně docílit informovanosti a nižší ovlivnitelnosti dětí klamavou reklamou. Je důležité, aby dítě dokázalo rozlišit, z hlediska prospěšnosti pro organismus, vhodné a méně vhodné potraviny nejen pasivně, ale také aby si je na jídelníčku zvládlo vybrat, případně si je ve školní jídelně objednat. (Forť, 2007)

V teoretické části práce je popsán aktuální výživový stav cílové skupiny, tedy žáků na prvním a druhém stupni základních škol. K výživovému stavu jsou připojena doporučení, ale i hlavní nedostatky výživy dětí a mladistvých od 6 do 15 let. Pozornost je věnována dietologii, klinické výživě a jsou zde vymezeny a popsány nejčastěji se vyskytující alergie a intolerance. Dále je analyzována problematika školního stravování, přesněji jeho hodnocení v historickém kontextu i současnosti. Podrobně popsána je i legislativa týkající se dietního stravování.

1 Výživa dětí a dospívajících od 6 do 15 let

Hlavním rysem výživy dětí a mladistvých ve věku od 6 do 15 let, by měla být její pravidelnost. Ideální je dvou, až tříhodinový rozestup mezi jednotlivými jídly. Doporučeno je šest, případně sedm porcí rovnoměrně rozložených během celého dne. Důraz je kladen na snídani, ze které dítě získává spolu s obědem nejvíce energie a živin. Méně obsažná může být večeře. (Marádová, 2010) Mezi další důležité faktory související s výživou dětí a mladistvých patří jednoznačně pestrost stravy s dostatkem potřebných vitaminů a minerálních látek. Dále preference zdravého postupu při přípravě pokrmů, čímž myslíme spíše pečení, vaření, či přípravu v páře, oproti smažení. (Zlatohlávek a kol., 2016)

1.1 Hodnocení výživového stavu

Výživový stav může být hodnocen u jednotlivce, i v rámci populační skupiny, kterou spojuje věk, nebo jiný významný faktor (těhotné ženy, děti, kojenci,...). Je důležitým zdravotním aspektem v klinické medicíně, zejména pro nutriční terapeutky nebo dietology. Hodnocení výživového stavu má své uplatnění též v různých národních i mezinárodních studiích. Jeho součástí bývá anamnéza (rodinná, osobní a nutriční), různá laboratorní vyšetření, hodnocení spotřeby (příjem základních živin, energie a celkové složení stravy) a klinická vyšetření, prováděná přímo lékařem v ordinaci. (Hodnocení výživového stavu, 2016)¹Mezi klinická vyšetření zařazujeme například výpočet indexu BMI (tzv. body mass index), který byl v minulosti často používán. Jeho hodnotu můžeme vypočítat jako hmotnost jedince v kilogramech, dělenou druhou mocninou jeho výšky v metrech. Neobjektivnost metody spočívá ve faktu, že není možné pouze dle čísel vyhodnotit, zda má zvýšená tělesná hmotnost původ ve svalové hmotě, nebo například ve velkém množství viscerálního tuku. Proto musí být výpočet BMI vždy doprovázen osobní prohlídkou. (Sucharda a Zlatohlávek, 2015)

¹ dostupné z:

http://www.wikiskripta.eu/index.php/Hodnocen%C3%AD_v%C3%BD%C5%BEivov%C3%A9ho_stavu

Tabulka 1: Klasifikace tělesné hmotnosti podle BMI (Sucharda a Zlatohlávek, 2015, str. 97)

	podváha	norma	nadváha	obezita 1.stupně	obezita 2.stupně	obezita 3.stupně
BMI	pod 18,5	18,5-25	25-30	30-35	35-40	nad 40

Pro posouzení hmotnosti u dětí a mladistvých využíváme v běžné praxi promítnutí hodnot dítěte do percentilového pásma grafu BMI, nebo do percentilového pásma grafu hmotnosti vůči tělesné výšce. Pro nadváhu svědčí umístění dítěte do pásma mezi 90. a 97. percentilem. Za obézní je dítě považováno přesahují-li jeho hodnoty 97. percentil. Zařazení dítěte do obou grafů nemusí být totožné. (Vignerová aj., 2004)

Kvalitní výsledky můžeme získat z jednoduchého měření obvodu pasu, potřebujeme pouze krejčovský metr. Dle naměřených hodnot lze dobře rozlišit osoby s vyšším rizikem souběhu metabolických chorob, nazývaného metabolickým syndromem. Na rozdíl od BMI platí rozdílné kritické hodnoty pro muže a ženy. (Sucharda a Zlatohlávek, 2015)

Tabulka 2: Kritické hodnoty obvodu pasu (Sucharda a Zlatohlávek, 2015, str. 97)

obvod pasu	zvýšené riziko	vysoké riziko
muži	nad 94 cm	nad 102 cm
ženy	nad 80 cm	nad 88 cm

Za metabolický syndrom považujeme současné působení nejméně tří z pěti dobře prokazatelných rizikových faktorů aterosklerózy, mezi které patří větší obvod pasu, zvýšená glykémie, HDL cholesterol, triglyceridy a krevní tlak nad běžně stanovené normy pro muže a ženy. (Sucharda a Zlatohlávek, 2015)

1.2 Aktuální výživový stav dětí na základních školách

Studie HBSC (The Health Behavior in School-aged Children), jsou do českého jazyka překládány jako Mezinárodní výzkumné studie o zdraví a životním stylu dětí a školáků. Komplexně se zabývají životním způsobem školou povinných dětí a mladistvých ve věku 11, 13 a 15 let. Zaměření studie vychází z předpokladu WHO, že životní styl a stravovací návyky

dospělých, vycházejí ze zkušeností a zvyků z dětství. (Currie aj., 2012) Hlavním koordinátorem studií, je v České republice Univerzita Palackého v Olomouci, pracující pod záštitou WHO. Česko, se poprvé zúčastnilo průzkumů v roce 1994. V současné době, je v naší zemi do studie zapojeno 94 škol. Výzkumy se opakují ve čtyřletých intervalech. (Historie HBSC-Organizace a rozvoj výzkumné sítě, 2012)²

Nejnovější HBSC studie v České republice proběhla v roce 2014. Mezinárodní zpráva shrnující její výsledky, byla vydána o dva roky později. Jsou v ní uváděny údaje pro Českou republiku, Slovenskou republiku, Polsko, Ukrajinu a Maďarsko. (Kalman aj., 2016)

Zmiňované studie se zúčastnilo 44 členských států Evropy a Severní Ameriky, mezi nimi i Česká republika. Sběr dat byl uskutečněn ve školním roce 2013/2014 a zúčastnilo se ho 219 460 dětí a mladistvých. V Česku tvořilo reprezentativní vzorek 1574 jedenáctiletých, 1721 třináctiletých a 1760 patnáctiletých školáků. Data jsou zpracována zvláště pro dívky a chlapce. Informují též o změnách chování a životního způsobu v průběhu 11, 13 a 15 let. (Kalman aj., 2016)³

Čeští školáci zaostávají za průměrem HBSC ohledně každodenní snídaně, a to ve všech třech věkových kategoriích. V 11 letech snídá každý den pouze 66 % chlapců i děvčat, průměr HBSC v této věkové kategorii je pro dívky 70 % a pro chlapce 73 %. Ve věku 13 let, se nám procentuální zastoupení ještě snižuje, u chlapců na 60 % a u dívek na pouhých 54 %. Děti a mladistvých, kteří snídají každý den, s postupujícím věkem stále ubývá. V 15 letech pravidelně snídá méně než polovina dotazovaných dívek, tedy 44 % a 53 % chlapců. Průměr HBSC v 15 letech činí u dívek 52 % a u chlapců 62 %. (Kalman, 2016)³ Lze tedy říci, že chlapci s postupujícím věkem snídají častěji než dívky, přestože v 11 letech se jejich procentuální zastoupení neliší. Z výsledků je znát klesající tendence každodenních snídaní s přibývajícím věkem, u obou pohlaví.

V každodenní konzumaci ovoce, se žáci v České republice pohybují těsně kolem průměru HBSC. V 11 letech konzumuje ovoce každý den 49 % dívek a 40 % chlapců. Ve 13 letech 40 % dívek a 33 % chlapců a v 15 letech se ovoce vyskytuje každodenně na jídelníčku pouze u 34 % dívek a 29 % chlapců. (Kalman aj., 2016)³ Z dostupných informací vyplývá, že přestože čeští školáci vykazují v průzkumech průměrné výsledky, lze tato čísla označit za značně nedostatečná, zejména vzhledem k doporučení WHO konzumovat alespoň dvě porce

² dostupné z: http://hbsc.upol.cz/1-cestina/65-historie_hbsc/

³ dostupné z: <http://hbsc.upol.cz/download/nar-zprava-v4-2014.pdf>

ovoce denně. Opět se zde objevuje klesající trend s přihlédnutím ke stoupajícímu věku respondentů. Dívky jsou na tom s každodenní konzumací ovoce lépe než chlapci ve všech zkoumaných věkových kategoriích.

Pokud se zaměříme na každodenní konzumaci zeleniny, zjistíme, že výsledky v této kategorii, jsou u dětí a mládeže v České republice ještě žalostnější, než v případě konzumace ovoce. Pouze 33 % dívek a 27 % chlapců ve věku 11 let má na talíři alespoň jednu porci zeleniny denně. S věkem procentuálního zastoupení dívek i chlapců ubývá. V 15 letech se jedná o pouhých 29 % dívek a 20 % chlapců. Dlouhodobě nadprůměrné spotřeby zeleniny u dětí a mladistvých dosahuje ze zmíněných zemí pouze Ukrajina, a to ve všech věkových kategoriích.*(Kalman aj., 2016)*³

Studie HBSC z roku 2014 zaznamenává také výsledky ohledně každodenní konzumace sladkostí mezi dětmi a mladistvými. Česká republika se v těchto průzkumech umísťuje kolem průměru HBSC. Ve věku 11 let jí sladkosti každý den 19 % dívek a 22 % chlapců, ve 13 letech 23 % dívek a 22 % chlapců a v 15 letech 21 % dívek a 19 % chlapců. *(Kalman aj., 2016)*³ V konzumaci sladkostí není výrazný rozdíl mezi chlapci a dívkami, dokonce ani v jednotlivých letech věku. Od 11 do 13 let spotřeba mírně stoupá, v 15 letech opět mírně klesá. V průzkumech týkajících se spotřeby sladkostí může hrát velkou roli to, že školáci jejich nadměrnou konzumaci nepřiznávají. Vědí, že nejsou zdravé, proto se v dotaznících spíše podhodnotí.

Výskyt nadváhy a obezity u dětí a mladistvých v Česku odpovídá průměru HBSC. Je zajímavé, že v každé z věkových skupin, výrazně převládá vyšší váha u chlapců. V 11 letech se jedná o 15 % dívek, u chlapců je to o 14 % více, tedy 29 %. Ve 13 letech klesá zastoupení dívek s nadváhou či obezitou na 12 %, u chlapců zůstává téměř neměnné – 28 %. V 15 letech se procentuální poměr u dívek nemění, u chlapců se snižuje na 23 %. *(Kalman aj., 2016)*³ Lze tedy říci, že z dotazovaných školáků má v 11 letech téměř každý třetí chlapec nadváhu, nebo je obézní.

1.3 Výživová doporučení pro děti a mladistvé od 6 do 15 let

U dětí a mladistvých ve věku 6 až 15 let je vhodné dbát na dodržování výživových doporučení důrazněji než u dospělých. Je vhodné výrazně omezit sladkosti, slazené mléčné produkty, doslazované cereálie, limonády a jiné výrobky s vysokým množstvím přidaného

cukru. Děti si velmi snadno zvykají na sladkou chuť a poté odmítají nedoslazovaná jídla. Vysoký příjem jednoduchých cukrů iniciuje vytváření zubních kazů nebo sklon k nadváze či obezitě (spolu s nedostatečnou pohybovou aktivitou). Dále je vhodné vyhýbat se uzeninám a kynutému tukovému pečivu. Uzeniny obsahují často velké množství soli a dusitanů, čímž se stávají pro děti nevhodnou potravinou. Příjem živočišných tuků pocházejících z tučného masa, by měl být v dětské stravě snižován. Jako vhodnou náhradu je možné použít ryby nebo drůbež. Naopak o zvýšení konzumace, by mělo být usilováno u ovoce, zeleniny a luštěnin. (Fořt, 2007)

Přibližně 60 % přijaté energie má mít svůj původ v sacharidech, převážně v polysacharidech. Na tuky připadá kolem 30-35 % přijaté energie. Důležité je v rámci příjmu tuků omezovat příjem nasycených mastných kyselin a naopak preferovat ty nenasycené, nejlépe v poměru 1:3. (Zlatohlávek a kol., 2016)

Tabulka3: Výživová doporučení pro děti a mladistvé od 7 do 18 let (Zlatohlávek a kol., 2016, str. 105)

věk/pohlaví	7-10/M+Ž	11-14/M	15-18/M	11-14/Ž	15-18/Ž
energie (kcal)	2000	2400	2700	2200	2200
bílkoviny (g)	40	55	70	50	65
kys. linolová (g)	8	9	10	8,5	9
vápník (mg)	1000	1100	1200	1100	1200

Výše uvedená tabulka uvádí přehled potřeby energie, bílkovin, kyseliny linolové a vápníku ve třech věkových podskupinách. Pro žáky staršího školního věku (11-14 let) a adolescenty (15-18 let) bylo nutné doporučení rozepsat zvlášť pro dívky (Ž) a pro chlapce (M), z důvodu jejich rozdílné potřeby těchto čtyř aspektů. Samozřejmě existují doporučení i pro další makroživiny, minerální látky a vitamíny, zde jsou uvedeny nejpodstatnější z nich pro tuto část života. (Zlatohlávek a kolektiv, 2016)

Děti a mladiství v období růstu potřebují vysokou dávku kvalitních bílkovin, které jsou využity jako stavební materiál. Další potřebnou složkou potravy, jsou minerální látky, například vápník, železo a hořčík, ale také základní vitamíny A, B₁, B₂ a C. (Marádová, 2010)

Z ostatních minerálních látek, může hrozit ještě deficit jódu nebo zinku. U dívek je vhodné sledovat ztráty železa spojené s menstruačním krvácením, případně zařadit jeho doplňování. Suplementován je u dětí a mladistvých i vitamín D, zejména v zimních měsících. *(Zlatohlávek a kol., 2016)*

Neméně důležitý je pitný režim. Stanovení doporučeného příjmu tekutin je složitý proces. Záleží totiž na mnoha faktorech, jako je věk, prostředí, počasí, doba trvání zvýšené fyzické aktivity (pokud během dne nějaká je), pohlaví, hmotnost nebo způsob stravování. Obecně se doporučuje na každých 1000kcal energetického příjmu vypít 1 litr vody, u dětí a mladistvých je to zpravidla ještě o polovinu více. *(Fořt, 2007)*. Jiné publikace se omezují pouze na jednoduché doporučení, tedy 1,5 – 2 litry neslazených tekutin denně. Absolutně nevhodný je alkohol a energetické nápoje. *(Zlatohlávek a kol., 2016)*

1.4 Hlavní nedostatky ve výživě dětí a mladistvých ve věku 6-15 let

Výživa v dětském věku by neměla sloužit k pouhému pokrytí energetického výdeje, ale umožnit svým složením a pravidelnou konzumací zdravý růst a vývoj dítěte. *(Zlatohlávek a kol., 2016)*

1.4.1 Narušení pravidelnosti příjmu potravy

Nejčastější chybou ve stravování dětí školou povinných, je nepravidelnost v příjmu potravy. Můžeme se setkat i s takovými extrémy, kdy prvním jídlem dítěte za celý den je až oběd ve školní jídelně. Opomenutí snídaně je v našich podmínkách poměrně běžné. Dětem se doporučuje rozdělení jídel do 5-6 oddělených dávek, tedy 3 hlavní jídla a 2-3 svačinky. *(Zlatohlávek a kol., 2016)* Poslední pokrm, by měl být podáván nejméně hodinu před plánovaným spánkem. Pocit těžkého žaludku ve večerních hodinách ztěžuje dětem usínání a podepisuje se také na celkové kvalitě spánku. *(Marádová, 2010)*

1.4.2 Chyby ve skladbě jídelníčku

Základem jídelníčku, dětí a mládeže od 6 do 15 let, by měly být kvalitní potraviny. Uvedu jednoduchý příklad: namazané pečivo obložené šunkou. Můžeme použít řemeslný žitnopšeničný chléb z místní pekárny, kvalitní máslo a vysokoprocentní krutí šunku bez

přidaných barviv, konzervantů a glutamátu. Nebo si vybereme bagetu z bílé mouky, rozmraženou a rozpečenou z polotovaru, nekvalitní margarín a šunku s nízkým podílem masa, ale vysokým procentem různých náhražek a velkým množstvím soli. V jedné variantě kvalitní svačina, v druhém případě svačina nevhodná.

Základní a nejdůležitější chybou ve skladbě jídelníčku u dětí a mládeže, je nadměrný energetický příjem, který nebývá vyvážen dostatečným energetickým výdejem. Dochází tak k ukládání energie do tukových zásob, čímž se vytváří u dětí a mládeže nadváha, později obezita. Nadměrná tělesná hmotnost má neblahý vliv převážně na kyčelní a kolenní klouby, ale v konečném důsledku zatěžuje a rychleji opotřebovává celý pohybový aparát. Přílišné množství energie často pochází z živočišných tuků, či takzvaných „rychlých cukrů“ získaných zejména z přeslazených cukrovinek, či nápojů. Nadměrný příjem živočišných tuků na úkor rostlinných přispívá společně s nedostatkem vlákniny ke zvýšenému riziku výskytu kolorektálního karcinomu nebo ke vzniku aterosklerózy a tím i k vyšší prevalenci kardiovaskulárních chorob. *(Machová, 2010)*

Dalším problémem je přílišná spotřeba soli a to nejen u dětí, ale i u dospělé populace. *(Machová, 2010)* Příčinu můžeme hledat ve sladkých i slaných pochutinách, různých polotovarech, hotových jídlech, ale také ve fast foodech, které jsou zejména mezi mladistvými velmi oblíbené. Nadměrný příjem kuchyňské soli, tedy hlavně sodíku, způsobuje v pozdějším věku hypertenzi. Sodík přijímáme též z minerálních vod, proto by se jejich častému pití, měli děti a mladiství ve věku 6-15 let vyvarovat. *(Marádová, 2010)* Zásadou u přípravy stravy pro děti a mladistvé, by mělo být minimální využívání soli jako dochucovacího přípravku. Nahradit ji můžeme čerstvými nebo sušenými bylinkami. *(Zlatohlávek a kol., 2016)*

Typický je pro stravu dětí a mladistvých nedostatečný příjem ovoce a zeleniny a s tím spojená karence vitamínů A a C, ale také ve vodě nerozpustné vlákniny. *(Marádová, 2010)* Málo se vyskytují v dětském jídelníčku mořské i sladkovodní ryby, které jsou hlavním zdrojem jódu, minerálu pro zdravý vývoj dítěte nezbytného. *(Zlatohlávek a kol., 2016)*

2 Dietologie

Dietologie je jedním z nejstarších oborů medicíny. Již ve starověku si léčitelé uvědomovali důležitost a účinnost dietního stravování v souvislosti s určitými druhy onemocnění. V současné době se zdravé, případně dietní stravování dostává do popředí nejen v preventivní medicíně, ale také v následné nebo paliativní péči. *(Zlatohlávek a kol., 2016)* Nevhodná strava je jedním z nejzávažnějších faktorů při vzniku řady onemocnění, které se v současnosti nejběžněji označují jako civilizační choroby. Patří sem například choroby srdce a cév, nádorová onemocnění, obezita, onemocnění jater nebo žlučníku, diabetes (zejména II. typu), osteoporóza a zubní kaz. *(Machová, 2010)* Jelikož zdravá strava neovlivňuje pouze současný vývoj a zdravotní stav dítěte, ale také jeho budoucí vztah k výživě a zažití stravovacích návyků, je velmi důležité dbát na správné složení potravy přijímané dítětem, již od útlého věku. Můžeme tím předcházet rozvinutí výše zmíněných onemocnění, které se sice projeví až mnohem později, ale základ pro ně je vytvořen v mládí. *(Zlatohlávek a kol., 2016)* Na vhodné výživě školou povinných dětí a dospívajících mají podíl zejména dvě instituce, škola a rodina. Důležité je tedy doplňování školní stravy vhodnou skladbou jídel v domácnosti a naopak. *(Marádová, 2010)*

Účel diet, tedy těch léčebných, tkví ve vyloučení některých potravin ze zdravotních důvodů. Každá z nich se ale snaží co nejvíce přiblížit stravě průměrného, zdravého člověka. Omezení jsou minimalizována na formu nutnou. *(Zlatohlávek a kol., 2016)*

Vynechávání potravin bezdůvodně, nezpůsobuje-li nám jejich konzumace žádné obtíže, není na místě. Omezování lepku nebo laktózy je novým trendem, kdy si člověk sám, často chybně, diagnostikuje nesnášenlivost jedné ze složek a vyřadí ji ze svého jídelníčku. Tímto postupem je pravděpodobnější vytvoření intolerance nové, ve chvíli, kdy se tělo s vyřazovanou látkou opětovně setká po delší době. *(Slimáková, 2014)*⁴

2.1 Genetický podklad onemocnění spjatých s dietními omezeními

Genetická informace jednotlivých lidí se shoduje až v 99,99 %. Zbývá nám 0,01 %, část vypadající jako nepatrná, přesto se mezi sebou genomy mohou lišit ve více než milionech míst. Tato různorodost se dle frekvence výskytu odlišné alely v populaci, nazývá buďto

⁴dostupné z: <http://www.margit.cz/psenice-z-mody/>

polymorfismem (frekvence výskytu $\leq 1\%$), nebo mutací (frekvence výskytu $> 1\%$). Mutace není jednoznačně negativní záležitost, běžně se setkáváme i s mutacemi pozitivními. Příkladem může být přetrvávající tolerance laktózy u dospělých. Právě polymorfismy, nebo mutace DNA způsobují odlišné reakce jednotlivců na shodné složení nebo množství potravy. *(Zlatohlávek a kolektiv, 2016)*

2.1.1 Nutrigenetika

Obor zvaný nutrigenetika studuje vliv genů, nebo jejich skupin, na interakce mezi zdravím a skladbou přijímaných potravin. Pomáhá identifikovat geny ovlivňující riziko vzniku, případně intenzitu, onemocnění provázaného dietními omezeními. Je známo, že za určitých okolností, může strava významně ovlivnit vznik mnoha chorob. *(Otová a Mihalová, 2012)*

Pomocí dosavadních poznatků, získaných studiem tohoto poměrně nového oboru, můžeme například vysvětlit, z jakého důvodu shodné omezení energetického příjmu a zvýšení energetického výdeje, působí na zkoumanou skupinu lidí rozdílným způsobem. Část ubírá na váze rychleji, část hubne jen velmi pomalu a někteří z nich si pouze udržují stávající tělesnou hmotnost. Nepoměr je z jisté části způsoben interakcí mezi energetickým příjmem, tedy vnějším prostředím a genetickým podkladem. *(Zlatohlávek a kol., 2016)*

Každý jedinec má vrozené predispozice k různým onemocněním. Jedna z možností, jak tyto genetické dispozice ovlivnit, je strava, dále pohyb a celkově zdravý životní styl. Budoucnost nutrigenetiky spočívá v možnosti sestavení opravdu účinného jídelníčku a pohybového plánu, který bude připraven každému člověku na míru, dle jeho genetické informace. *(Otová a Mihalová, 2012)*

2.1.2 Nutrigenomika

Nutrigenomika se zaměřuje na vztah mezi unikátními rozdíly v jednotlivých genech jedince, tedy genomem, zdravím a přijímanou potravou. Základem oboru je předpoklad, že jednotlivé látky obsažené ve stravě jedince, ovlivňují po interakci s jeho genomem rovnováhu mezi nemocí a zdravím. Zároveň mohou chemické látky z potravy přímo či nepřímo ovlivňovat genovou expresi, či strukturu genu. *(Otová a Mihalová, 2012)*

Pracujeme tedy s vlivem výživy na lidské tělo na úrovni molekul. K tomuto zkoumání je dále potřeba znalost lidského metabolismu a přesných metabolických drah, znalost výživy jako takové a také povědomí o fyziologii těla, či o různých typech genetických studií. Tím, že identifikujeme variabilitu genu, která pozměňuje metabolismus jisté látky, například galaktózy, tedy mléčného cukru, umožníme jedinci veskrze individuální nastavení svého jídelníčku. (*Zlatohlávek a kol., 2016*) Díky tomu dojde k zamezení vytváření pro tělo škodlivé látky, v tomto případě galaktitolu, který je toxický nejen pro mozek, ale i játra, ledviny nebo oční čočky. (*Otová a Mihalová, 2012*) Příznivý vliv pro tělo může mít například zvýšený příjem polynenasycených mastných kyselin (PUFA), který pozitivně ovlivňuje genovou expresi. Bílkoviny vytvořené dle informace v těchto genech ovlivňují tvorbu a růst buněk, vykazují protizánětlivé účinky, čímž zvyšují naši odolnost vůči řadě civilizačních chorob. (*Zlatohlávek a kol., 2016*)

2.1.3 Příklady geneticky podmíněných onemocnění indikujících dietní stravu

Příkladem autozomálně recesivního onemocnění determinovaného geneticky (projevující se u recesivních homozygotů pro daný gen, obě pohlaví postižena se shodnou pravděpodobností), je fenylketonurie nebo galaktosémie. U obou onemocnění dochází ke změně, nebo přerušení metabolické dráhy určitého proteinu. Řešením je vynechání zmíněného proteinu ze stravy. (*Otová a Mihalová, 2014*)

Další monogenně děděná variabilita genu je tolerance/intolerance laktózy v dospělosti. Právě přetrvávající exprese genu způsobila, že část lidské populace dokáže laktózu tolerovat i v dospělosti. Jedná se o mutaci genu kódujícího laktasu, enzym sloužící ke štěpení laktózy, vzniklou přibližně před 9000 lety. (*Zlatohlávek a kol., 2016*)

Geneticky jsou ovlivněná i autoimunitní onemocnění spjata s dietním stravováním, konkrétně celiakie, porucha spojená s přecitlivělostí tenkého střeva na gluten, protein, který je přítomen v mnoha druzích obilí, jako je žito, pšenice nebo oves. Často se sdružuje s dalšími onemocněními, například s alergií na bílkovinu kravského mléka, onemocněním štítné žlázy, nebo diabetem mellitem I. typu, který patří také mezi autoimunitní onemocnění s genetickým podkladem. Při onemocnění diabetes mellitus I. typu jsou autoimunitní reakcí ničeny B buňky Langerhansových ostrůvků slinivky břišní, které produkují inzulin. Po jejich destrukci dochází k absolutnímu nedostatku inzulinu, který musí být po celý zbytek života dodáván

zvenčí. Nedědí se onemocnění, pouze dispozice k němu. Rozvinout se může kdykoli v průběhu života. Přesný mechanismus jeho zahájení není znám. *(Otová a Mihalová, 2014)*

2.2 Alergie

Alergické obtíže můžeme řadit mezi civilizační onemocnění obdobně jako obezitu. Jejich stoupající trend souvisí s vlivy prostředí zastoupenými výživou, stresem, nedostatkem pohybu a postupnou změnou životního stylu z aktivního na pasivnější. Základy alergií jsou podloženy genotypem člověka, za projevem ovšem stojí souhra několika okolností: genetických předpokladů, epigenetických faktorů a vlivů vnějšího prostředí. *(Zlatohlávek a kol., 2016)*

Imunita je jedním z mechanismů podílejících se na stálosti vnitřního prostředí neboli homeostáze. Organismus dokáže vytvořit imunitní reakci jako odpověď na látky, které mu připadají nebezpečné nebo škodlivé. Může se jednat o antigeny vnějšího i vnitřního prostředí. Receptory v organismu tyto látky rozpoznají a zasáhnou. Může se ovšem stát, že organismus začne rozpoznávat jako antigeny látky pro tělo neškodné, vytvoří tedy neadekvátní, prudkou imunitní reakci, jejímuž projevu se říká alergie. Antigen, který tuto reakci vyvolal, se nazývá alergenem. *(Otová a Mihalová, 2012)*

Projevy alergické reakce mohou být různé, od méně závažných jako je ekzém, potíže s dýcháním, nevolnost nebo nadýmání, až po život ohrožující anafylaktický šok. *(Machová, 2010)*

Alergeny jsou různé, pyl, srst zvířat, plísňe, roztoči nebo třeba hmyzí jed. Patří sem také široká škála potravin. Právě potravinové alergie, dříve méně zastoupené, se dnes derou na první příčky látek způsobujících přehnanou imunitní reakci. *(Fořt, 1998)*

Bakteriální mikroflóra střeva se začíná vytvářet během porodu a bezprostředně po něm a to zejména kmeny *Enterobacter*, *Staphylococcus* a *Streptococcus*, které pocházejí z matčiny fekální a vaginální mikroflóry. U dětí, které se narodily císařským řezem, se bakteriální osídlení objevuje až později. Předpokládá se, že osídlení střeva hraje důležitou roli v rozvoji imunitního systému. Je prokázáno, že alergické děti mají ve svém střevě rozdílný poměr jednotlivých kmenů bakterií, oproti dětem zdravým. *(Zlatohlávek a kol., 2016)*

2.2.1 Vysvětlení pojmu „potravinové alergie“

Potravinovou složkou, která nejčastěji vyvolává alergické reakce, jsou bílkoviny. Pozření i minimálního množství dokáže spustit velmi silný sled reakcí, které mohou skončit v nejhroším případě i smrtí. Z tohoto důvodu bylo přijato legislativní opatření č. 1169/2011 Sb., o poskytování informací spotřebitelům⁵, které nařizuje výrobcům uvedení všech potenciálních alergenů, se kterými se potravinu mohla v průběhu výroby setkat, na jejím obalu. Složek potravy, které je nutno uvádět je čtrnáct. Patří mezi ně například korýši, vejce, hořčice, sezamová semena a skořápkové plody. Novou záležitostí je povinnost uvádět potravinové alergeny, dle stanoveného očíslování, v jídelních lístcích stravovacích zařízení. (Šmídová a Košťálová, 2015)

Nejčastěji se potravinové alergie objevují v prvních třech letech života. Většina z nich spontánně odezní, některé mohou přetrvávat do dospělosti. Alergií na potraviny trpí kolem 4-5 % světové populace. Vyšší výskyt je zaznamenán v kojeneckém a batolecím věku dítěte, konkrétně 8 %. (Epidemiologie potravinových alergií, 2014)⁶ Nezralost imunitního systému je pravděpodobně jednou z příčin častějšího výskytu potravinových alergií u dětí. Po tom, co jejich trávicí trakt dozraje, přehnané imunitní reakce často vyhasínají a projevy alergií vymizí. Až u 80 % dětí se tak stane před dovršením tří let života a u většiny ostatních, před započatím školní docházky. (Šmídová a Košťálová, 2015) V případě výskytu více alergií u jednoho člověka, můžeme mluvit o takzvaných zkřížených alergiích, kdy pořadí aminokyselin v alergenu prvním nemusí být ojedinělé, může být obdobné u druhého, zdánlivě naprosto nesouvisejícího potravinového, či pylového alergenu. Například, jedinec je alergický na pyl břízy. Existuje u něj vysoká pravděpodobnost zkřížené alergie na jablko, broskev, celer nebo mandle. Střední pravděpodobnost propojení nastává s alergií na rajské jablko, arašidy, či petržel a nejnižší riziko je pro přidruženou alergii na hrušky, třešně a také brambory. Platí tedy, že pokud trpíte jednou alergií, vyplývá pro vás z toho poměrně vysoké riziko pro připojení nějaké další. (Zlatohlávek a kol., 2016)

2.2.2 Diagnostika potravinových alergií

Diagnóza spočívá ve změření množství protilátek IgE, což lze provést dvěma způsoby. Prvním z nich jsou kožní testy. Druhým, daleko nákladnějším a složitějším, je krevní

⁵ dostupné z: <http://eur-lex.europa.eu/legal-content/CS/TXT/?uri=celex%3A32011R1169>

⁶ dostupné z: http://www.wikiskripta.eu/index.php/Epidemiologie_potravinov%C3%BDch_alergi%C3%AD

vyšetření. K možnosti číslo dvě přistupujeme pouze v případě, že není možné z různých důvodů provést testování na kůži. Například u velmi malých dětí. Abychom alergii diagnostikovali správně, je pro nás důležitá i rodinná anamnéza. Další nedílnou součástí je i snaha vyzorovat, co přesně alergii způsobuje, vzpomenout si, kdy začaly první příznaky nebo třeba časový rozdíl mezi požitím potravin, kterou považujeme za alergen a počátkem reakce. Dále zjišťujeme, zda reakce nevzniká díky nižší kvalitě potravin, tedy zda ji nezpůsobují spíše aditiva či konzervanty, než samotná potravin. Posuzujeme taky, jak velké množství organismus snese, zda reaguje i při minimálních dávkách. Tohle všechno můžeme zkusit pouze v případě, že reakce organismu není příliš silná a neohrožujeme tak zdraví jedince. (Fuchs, 2009)⁷

Mezi příznaky potravinových alergií patří symptomy gastrointestinální, jako nevolnost, zvracení, průjem nebo bolesti v břiše. Dalšími jsou příznaky respirační, například opakující se kašel, chronická rýma, bronchiální astma, či otok hrtanu. Častým průvodním signálem jsou různé ekzémy, kopřivka a svědění, tedy problémy dermatologické. Mezi ostatní symptomy patří anafylaktický šok, bolesti hlavy, poruchy soustředění nebo další neobvyklé reakce spojené s fungováním CNS. (Potravinová alergie, 2015)⁸

2.2.3 Prevence potravinových alergií

Prevence potravinových alergií u dětí nezačíná fyziologickým porodem, kdy dochází k osídlení trávicí soustavy novorozence bakteriální mikroflórou, ale již v těhotenství by budoucí matky alergičky, měly důsledněji dbát na vyřazování potravin, které jim nedělají dobře. Je vhodné se vyhnout i silným alergenům, které jim osobně alergickou reakci nevyvolávají, jako jsou třeba arašídy, kravské mléko, sója a vaječný bílek. (Zlatohlávek a kol. 2016) Setkáváme se ale i s názory, že eliminovat potenciální alergeny jako preventivní opatření je zbytečné, či dokonce kontraproduktivní. Je důležité, aby se dítě setkalo se stopovým množstvím jednotlivých alergenů buďto přechodem přes placentu, nebo mateřským mlékem. Pravděpodobně toto působí jako preventivní opatření vzniku alergií. Pokud tedy těhotná žena potravinovou alergií netrpí, není žádný zvláštní důvod k vynechávání běžných potravin, pokud jí nezpůsobují obtíže například ve formě nadýmání či zadržování vody. (Šmídová a Košťálová, 2015)

⁷ dostupné z: <http://zdravi.euro.cz/clanek/postgradualni-medicina/diagnostika-potravinove-alergie-413552>

⁸ dostupné z: http://www.wikiskripta.eu/index.php/Potravinov%C3%A1_alergie

Mezi primární prevenci patří také doporučení nekouřit aktivně ani pasivně po dobu těhotenství a kojení. S tím souvisí i vyhýbání se zakouřeným prostorám. Při pobytu v uzavřených interiérech se vyvarovat vysoké vlhkosti a plísním. V přítomnosti budoucí matky, nebo malého dítěte omezit chov malých hlodavců a ptáků, případně jiných domácích zvířat. Další doporučovanou metodou prevence potravinových alergií je plné kojení a to nejméně po dobu čtyř měsíců. Pokud žena z nějakého důvodu kojit nemůže, existují vhodné náhražky ve formě umělé výživy. Speciální umělou výživu lze rozdělit na několik podtypů, dle toho, zda je učena k utlumení příznaků nějakého onemocnění, prevenci alergií, či k léčebným účelům. (*Špičák, 2009*)⁹

První z nich, kojenecká výživa na bázi sojového mléka, se používá pouze ve zvláštních případech, jako je onemocnění kojence galaktosémií. Důležité je si uvědomit, že volně prodejné nemléčné nápoje s názvem sojové mléko, jsou k výživě kojenců absolutně nevhodné. Druhou možností je hypoalergenní umělá výživa. Její snížená alergenita spočívá v částečné hydrolyze bílkovin. Doporučuje se jako prevence pro děti s vysokým počtem různých alergií v rodině, opět pouze v případě, že nemohou být kojeny. Posledním druhem speciální umělé výživy, jsou vysoce hydrolyzované preparáty, určené nikoliv k prevenci, ale přímo k léčbě, například kojenců s alergií na bílkovinu kravského mléka. Vyznačují se vysokou cenou a nepříliš dobrou chutí. (*Zlatohlávek a kol., 2016*)

Některým velmi silným alergenům by se děti měly vyhýbat nejméně do tří let věku. Jedná se hlavně o ryby, mořské plody nebo ořechy. (*Špičák, 2009*)⁹

2.3 Rozdíl mezi alergií a intolerancí

Nepřiměřené reakce organismu na potraviny dělíme na pravé potravinové alergie (imunologické) a potravní intolerance (neimunologické). Základní rozdíl tedy spočívá ve spuštění, či nespouštění imunitní reakce. (*Pavelková a Burešová, 2015*)¹⁰

Při alergiích na potraviny, většinou odpovídá organismus na alergen prostřednictvím protilátek IgE, které si vytváří jako důsledek imunologické reakce. Pravé alergie, se vyznačují poměrně jednoduchou a přesnou diagnózou, jelikož se jedná o dobře prostudované odvětví. Existuje mnoho postupů léčby. Problém ovšem nastává ve chvíli, kdy tělo vytváří alergickou

⁹ dostupné z: <http://www.szpi.gov.cz/clanek/potravinova-alergie-intolerance-a-precitlivost-na-potraviny>.

¹⁰ dostupné z: <http://www.szpi.gov.cz/clanek/potravinova-alergie-intolerance-a-precitlivost-na-potraviny.aspx>

reakci pomocí odlišných protilátek non-IgE. Tyto látky jsou uchovávány a tvořeny pouze buňkami lidské imunity. Odlišný mechanismus spuštění alergické reakce se mnohem nesejněji diagnostikuje i léčí, například z důvodu málo specifických příznaků. Dalším problémem je zdlouhavost nástupu příznaků, která se může pohybovat i v řádu týdnů od požití potravin. (Fuchs, 2016)

Intolerance potravin nejsou provázeny imunitní reakcí organismu, existuje ovšem několik mechanismů, kterými mohou být nepřiměřené odpovědi na potraviny řízeny. První z nich je mechanismus reakce. Spočívá ve schopnosti látek způsobit jedinci systémové podráždění. Tento typ nesnášenlivosti způsobuje problémy i zcela zdravým jedincům bez genetických předpokladů k intolerancím. Mezi výrazně dráždivé látky patří konzervanty, barviva, nebo antioxidanty. Běžně se setkáváme i s reakcí na glutamát sodný. (Pavelková a Burešová, 2015)¹⁰ V potravinách se mohou objevit i toxické látky s přirozeným výskytem, jako třeba tomatin v rajčatech, lektiny v luštěninách a také solanin v bramborách. (Marádová, 2010) V rámci úplnosti je třeba zmínit ještě bioaktivní aminy typu histamin, nebo serotonin, které se objevují v lécích, ale i zrajících sýrech, uzených rybách či kyselém ovoci. (Zlatohlávek a kol., 2016) Druhým možným mechanismem, který řídí reakce na potraviny je nedostatek, nebo absence enzymů metabolizujících určitou látku. Tyto poruchy mohou být vrozené, či získané v průběhu života. V povědomí veřejnosti, je nejrozšířenějším onemocněním tohoto typu, laktózová intolerance. (Pavelková a Burešová, 2015)¹⁰

2.4 Vybrané potravinové alergie, intolerance a metabolické poruchy

2.4.1 Alergie na lepek, celiakie a bezlepková dieta

Alergie na lepek a nesnášenlivost lepku, dvě různá onemocnění mající společného jmenovatele ve formě glutenu. Liší se příčinou vzniku, příznaky a rychlostí jejich nástupu i způsobem léčby. Hlavní rozdíl tkví v následné imunologické a neimunologické reakci. Indikují ovšem shodně bezlepkovou dietu. (Strosserová, 2015)

a) Lepek – bílkovina některých obilnin

Gluten neboli lepek, je celosvětově rozšířeným, původně latinským názvem, znamenajícím „lepídko“. Jedná se o bílkovinu, která se dále skládá ze dvou nerozpustných proteinů, gliadinu a gluteinu. Gluten se nachází společně se škrobem v endospermu semen mnoha obilnin, konkrétně pšenice, žita, ovsa nebo ječmene. Obsah lepku není rozdílný jen mezi druhy vyjmenovaných obilovin, kdy v pšenici je ho výrazně nejvíce, až 80 %, ale liší se i v rámci druhu, díky rozdílným podmínkám, ve kterých je obilovina pěstována. Lepek, zejména v pečivu, funguje jako prostředek držící těsto pohromadě, umožňuje jeho lepší kynutí a zabraňuje sražení po dopečení. (*Strosserová, 2015*)

b) Alergie na lepek

Alergie na lepek je výrazně méně častá než celiakie. Jejimi příznaky jsou bolesti žaludku, zvracení, průjem, nadýmání, dušnost nebo různé ekzémy. Pozření lepku může vyvolat i odpověď ve formě anafylaktického šoku. Nedochozí ovšem k narušení sliznice tenkého střeva typického pro celiakii. (*Strosserová, 2015*) Pro diagnózu onemocnění, by se pacient měl vydat za alergologem, který provede příslušné krevní či kožní imunologické testy. K potvrzení diagnózy není nutná biopsie střeva, stačí nám pouze stanovení protilátek IgE vůči lepku. Rozdíl oproti celiakii je i v době nástupu potíží po pozření potravy nevhodného složení. U alergie se jedná o jednotky, či desítky minut. (*Zlatohlávek a kol., 2016*) Stává se, že alergik nereaguje nepřiměřeně na lepek ve všech druzích obilovin, ale pouze na jednu z nich. Například gluten v pšenici nesnese, ale oves mu nezpůsobuje žádné potíže. Je tedy možné lepek ze stravy vynechat pouze částečně, v nutné míře. Alergie nemusí být celoživotní, může sama odeznít. Toleranci lepku lze u organismu znovu obnovit díky alergenové vakcinaci. (*Strosserová, 2015*)

c) Intolerance lepku

Celiakie, je autoimunitním onemocněním, při kterém jsou tvořeny protilátky ničící strukturu vlastního střeva. Je podmíněna působením glutenu na erytrocyty. Dochází k postupné atrofii klků, na sliznici se tvoří zánětlivá ložiska a je narušeno trávení a vstřebávání živin. Mezi příznaky provázející glutenovou enteropatii patří nadýmání, průjem,

snížení schopnosti tenkého střeva vstřebávat živiny a z toho vyplývající únava a neprospívání, spojené u dětí a mladistvých i s poruchami růstu. (Vitvarová, 2016)¹¹ Diagnózou se zabývají gastroenterologové. Potíže po požití lepku často přicházejí pomalu, tedy hodiny až týdny po konzumaci. Celiakie častěji postihuje ženy. Její celosvětový výskyt je průměrně 1:3350, na Českou republiku připadá kolem 40-50 000 onemocnění, kdy pouze zhruba 10 % je správně diagnostikovaných. (Zlatohlávek a kol., 2016) Intoleranci lepku doprovázejí často i jiná onemocnění. Mezi nejběžnější patří diabetes mellitus I. typu, nebo zánětlivé onemocnění štítné žlázy. (Otová a Mihalová, 2012) Intolerance lepku je podložena genetickými dispozicemi, ovšem ne každý doopravdy celiakií onemocní. Pokud by dítě inklinující k celiakii nepoživalo v průběhu života lepek, onemocnění by se u něj neprojevovalo. (Marádová, 2010) Ve chvíli, kdy k projevu dojde, je nutné celoživotně dodržovat přísnou bezlepkovou dietu, která onemocnění nevyлéčí, ale zmírní, či úplně eliminuje jeho příznaky. (Strosserová, 2015)

d) Bezlepková dieta

Bezlepková dieta je plnohodnotnou dietou, při které musí pacient vynechat ze své stravy gluten. Díky dietnímu omezení ve formě bezlepkové diety, dochází postupně u pacienta k uzdravení střevní sliznice a zmírnění, později úplnému odeznění příznaků celiakie. U alergiků, nedochází k vyvolání nepřiměřené reakce. (Strosserová, 2015) Vyloučit ze stravy musíme lepek obsažený v obilovinách typu pšenice, žito, oves, nebo ječmen, ale i skrytý lepek, který je často mnohem zrádnější. Vyskytuje se totiž v potravinách, kde by pacient mouku jako takovou neočekával. Zvýšenou pozornost musí celiak vynaložit při výběru uzenin, jogurtů, instantních káv, majonéz, různých dochucovadel, pudinků, veškerých cukrovinek nebo třeba alkoholu, či kečupu. Přirozeně bezlepkovými obilovinami jsou: kukuřice, jáhly, brambory a rýže. (Kunová, 2004) Použit lze i pseudoobiloviny typu quinoa, amarant, nebo pohanka, z kterých lze umlít i mouku. (Zlatohlávek a spol., 2016) Rozpoznání bezlepkových potravin nám usnadňuje jejich označení mezinárodním symbolem ve formě přeškrtnutého klasu. (Marádová, 2010)

¹¹dostupné z: <https://cs.medlicker.com/119-celiakie-priciny-priznaky-diagnostika-a-lecba>

e) Označení potravin nápisem „Může obsahovat stopy lepku“

Pokud je potravina označena přeškrtnutým klasem, či v ní není uveden lepek ve složení, je vhodná pro osoby trpící onemocněním, které indikuje bezlepkovou dietu. Dle Nařízení komise (ES) č. 41/2009 o složení a označování potravin vhodných pro osoby s nesnášenlivostí lepku, rozpoznáváme dva druhy povolených potravin, bez lepku (limit 20mg/kg) a s velmi nízkým obsahem lepku (do 100mg/kg). Nápis: „Může obsahovat stopy lepku“ je označením preventivním. Výrobce tím chce upozornit, že mohlo dojít k nezáměrné kontaminaci lepkem. Neznamená to ovšem, že může obsahovat libovolné množství lepku. Výrobce je i nadále odpovědný za bezpečnost potravin ve vztahu ke spotřebiteli a obsahu alergenu, i když stopové množství není upraveno zákonem. V rámci prověření potravin, byl v letech 2014/2015 proveden průzkum. Zkoumaným vzorkem bylo šedesát devět potravin s preventivním označením a dvacet dva bezlepkových. *(Rysová aj., 2016)*, „92 % hodnocených výrobků neobsahovalo lepek nad limit stanovený pro bezlepkové výrobky (<20mg lepku/kg). U šesti výrobků byl nalezen obsah lepku v rozmezí 20-80 mg/kg, z toho u čtyř z nich po opakovaném měření u jiné šarže výrobku byl nalezen pouze jeden výsledek nad 20 mg lepku/kg.“ *(Rysová aj., 2016, str. 88)* Z tohoto průzkumu se může zdát, že označení lze téměř vždy ignorovat. Důležité je vzít v potaz fázi onemocnění a osobní zkušenost, kdy u vyzkoušených potravin nemocný příliš váhat nemusí. *(Rysová aj., 2016)*

2.4.2 Alergie na kravské mléko a laktózová intolerance

Mléko spolu s mléčnými výrobky zaujímá ve stravě člověka důležité místo. Jeho pozice je ovšem podkopávána mnoha neověřenými názory o jeho produkci, zpracování a konzumaci. I přesto se jedná o jednu z nejvyváženějších potravin a v naší kultuře patří mezi významné složky jídelníčku. *(Jůzl, 2015)*

a) Alergie na bílkovinu kravského mléka

Název této alergie můžeme znát také jako zkratku ABKM. Nejčastěji se projevuje v kojeneckém věku, tedy přibližně do tří let, kdy na první rok života připadá až 95 % zjištěných případů. Nejedná se pouze o jeden typ bílkoviny, která neadekvátní reakci organismu vyvolává, je jich hned několik. Nejčastěji je imunitní odpověď způsobena syrovátkovými globuliny nebo kaseinem. Díky postupnému vyžívání trávicího systému,

dochází k postupnému vymizení ABKM u dětí do tří let, a to v 85-90 %. V předškolním věku je to již kolem 90-95 % dětí. (*Alergie na bílkovinu kravského mléka, 2016*)¹² Jako problematičtější se jeví alergie na bílkovinu bílého tvarohu, kaseinu, která je mnohem stabilnější a odolnější vůči štěpení, než bílkovina syrovátky. Často si s ní nedokáže poradit ani vyzrálý trávicí systém předškolního dítěte. K remisi dochází v době dovršení šesti let, pouze u 50 % případů. (*Zlatohlávek a kol., 2016*)

Hlavním projevem ABKM je stolice s příměsí krve či hlenu a to i u dobře prospívajícího kojence. (*Alergie na bílkovinu kravského mléka, 2016*)¹² Projevy mohou provázet dítě plně kojené i uměle živené. Důležité je správné stanovení diagnózy, dle krevních testů, reakcí na krátkodobou omezující dietu, či klinických projevů, před zahájením jakékoliv restriktce, či eliminace určité potraviny. Pokud je dítě kojeno, doporučuje se nejprve vyzkoušet eliminační dietu pouze u matky, která zároveň musí doplňovat vápník a dbát na zvýšený příjem jiných bílkovin. Pokud se již setkala s mléčnými příkrmy, opět je vyřadíme. V případě, že ani toto nepostačuje, zahájíme léčbu speciální umělou výživou, konkrétně vysoce hydrolyzovanými preparáty. Uvažovat můžeme i nad speciálními sójovými mléky, problémem je ale často přidružená alergie na sójovou bílkovinu. (*Bronský, 2010*)¹³

b) Laktózová intolerance

Přetrvávající tolerance laktózy v dospělosti vznikla v Evropské populaci bodovou mutací genu kódujícího laktázu. Tím způsobila přetrvání funkce enzymu laktázy do dospělosti. Člověk tak dokáže štěpit laktózu na glukózu a galaktózu nejen v dětském věku, ale i jako dospělý. (*Otová a Mihalová, 2012*)

Mutovaná alela umožňující toleranci laktózy, se alespoň v jedné kopii vyskytuje u obyvatel Evropy v 50-60 %. Existují etnicky i geograficky odlišné mutace tohoto genu. Intolerance laktózy může být primárním onemocněním, kdy tělo nedokáže štěpit mléčný cukr. Způsobeno je deficitem laktázy, enzymu erytrocytů, který je geneticky daný. Často se s ní můžeme setkat i jako s druhotnou poruchou doprovázející běžná gastroenterologická

¹² dostupné z:

http://www.wikiskripta.eu/index.php/Alergie_na_b%C3%ADlkovinu_kravsk%C3%A9ho_ml%C3%A9ka

¹³ dostupné z: <http://zdravi.euro.cz/clanek/postgradualni-medicina-priloha/alergiena-bilkovinu-kravskeho-mleka-452398>

onemocnění, kdy není alespoň týden po jejich průběhu doporučeno konzumovat mléčné výrobky. (*Intolerance jídla, 2017*)¹⁴

Hlavními projevy netolerance mléčného cukru, jsou projevy trávicí, tedy převážně průjemy a bolesti břicha. Vzhledem k tomu, že mléčné výrobky představují podstatnou část jídelníčku zdravého člověka, je nutné rozhodování o nemléčné dietě přenechat odborníkům. (*Březková, 2009*)¹⁵

Na rozdíl od ABKM, kdy dochází k postupnému odeznívání alergie, čím je dítě starší, výskyt laktózy intolerance progreduje spíše v dospělosti. Nesnášenlivost není možné vyléčit, řešíme ji bezlaktózovou dietou, díky které vymizí její příznaky. (*Zlatohlávek a kol., 2016*)

c) Bezlaktózová a bezmléčná dieta

V případě alergie na bílkovinu kravského mléka je nutné z jídelníčku zcela vynechat všechny mléčné produkty, tedy nasadit bezmléčnou dietu. Nedoporučuje se kravské mléko nahrazovat kozím, ani ovčím. Je důležité si uvědomit, že mléko je pro tělo zdrojem nejen kvalitních bílkovin, ale i vápníku, který je proto potřebné suplementovat ve formě tablet, nebo nahradit jinými nemléčnými zdroji vápníku. Patří k nim například mák, mandle, špenát, či sezamová semínka. (*Alergie na bílkovinu kravského mléka, 2016*)¹²

Lidé netolerující laktózu, dokážou často snést alespoň její malé množství, cca 15g, což odpovídá 250 mililitrům mléka. Pokud je nesnášenlivost částečná, je tolerance ještě vyšší. Nutným opatřením se i přesto stává bezlaktózová, či laktózu omezující dieta. (*Intolerance jídla, 2017*)¹⁴ Primárním zdrojem laktózy jsou mléčné výrobky a to nejen kravské, ale i kozí, či ovčí. Největší množství obsahují odtučněné produkty, laktóza je totiž rozpustná ve vodě, nejméně potom tučné mléko nebo sýry. Lépe snášeny bývají zakysané výrobky, kdy bakterie mléčného kvašení přeměňují laktózu na potíže nezpůsobující kyselinu mléčnou. Každý jedinec má odlišnou míru tolerance, je proto důležité si různé varianty výrobků vyzkoušet a prověřit si tak svou snášenlivost. Existují i takzvané bezlaktózové výrobky s výrazně sníženým obsahem mléčného cukru, kterého výrobci docílí jeho rozštěpením na monosacharidy. Potíže častěji způsobuje takzvaná „skrytá“ laktóza, například v pečivu,

¹⁴ dostupné z: http://www.wikiskripta.eu/index.php/Intolerance_j%C3%ADdla

¹⁵ dostupné z: https://is.muni.cz/th/60108/lf_b/bakalarska_prace.pdf

čokoládě nebo lécích. Je proto nutné řádně prostudovat obaly výrobků, či příbalové letáky. *(Březková, 2009)¹⁵*

2.4.3 Alergie na ryby a mořské plody

Původně mezi výše zmíněnými alergiemi převažovalo maso sladkovodních ryb, častěji konzumovaných. Nově, díky celosvětově rozšířenému dovozu, přibývá spíše nepřiměřených reakcí na dary moře. Hlavní alergenní látkou je protein parvalbumin, který je mimořádně stabilní a odolný nejen vůči trávicím enzymům, ale i tepelné úpravě. Jako další můžeme zmínit histaminy. Mořské ryby nejčastěji způsobující alergie jsou například tuňák, makrela, sled' či platýs. Ze sladkovodních se jedná především o kapra. Riziko zkřížených alergií na ostatní ryby je značně vysoké, více než 50 %. *(Fuchs, 2016)*

Příčinou alergie na mořské měkkýše a korýše je bílkovina tropomyozin, která se současně vyskytuje i v roztočích. Astmatikům, častějším alergikům na roztoče, mohou způsobovat astmatické záchvaty, díky častému zkřížení alergií, i mořské plody. Ani zde příliš nepomáhá tepelná úprava. Korýši a měkkýši způsobující alergie jsou kupříkladu humr, krab, ústřice nebo chobotnice. *(Zlatohlávek a kol., 2016)*

Dětem do věku tří let, tedy do té doby než alespoň částečně vyzraje trávicí a imunitní systém, se konzumace ryb, měkkýšů či korýšů vůbec nedoporučuje. *(Fuchs, 2016)*

2.4.4 Alergie na vejce

Jedná se o další z nejčastějších prokázaných potravinových alergií. Většinu diagnostikovaných tvoří malé děti, zejména ty, které rovněž trpí atopickým ekzémem. Bílek, jehož součástí jsou proteiny ovalbumin a ovomukoid, je alergenem prokazatelně častěji. Objevují se zkřížené alergie nejen mezi bílkem a ptačím peřím, ale též mezi různými druhy vajec. Dieta spojená s touto alergií zakazuje pouze vejce, na které je jedinec alergický, pokud mu jiná, druhově odlišná, nedělají potíže, může je bez problémů konzumovat. V dnešní době existuje také mnoho přípravků, kterými lze vejce, například při pečení, nahradit. Jedním z nich je kupříkladu Vajahit. *(Zlatohlávek a kol., 2016)*

2.4.5 Fenyلكetonurie

Jedná se o vrozenou metabolickou poruchu, která je vyvolána mutací genu kódujícího enzym fenylalaninhydroxylásu. Zmíněný enzym katalyzuje přeměnu aminokyseliny fenylalaninu na tyrosin. Nedostatek tohoto enzymu zapříčiňuje hromadění fenylalaninu v krvi a tkáních, protože nedochází k jeho metabolizaci. Součástí je i výrazně snížená hladina tyrosinu. Fenylalanin nepříznivě působí zejména na psychomotorický vývoj dítěte, jelikož poškozuje především centrální nervovou soustavu. (Otová a Mihalová, 2012) Preventivní vyšetření všech novorozenců je prováděno pátý den po narození. Diagnóza je provedena odběrem kapilární krve z paty a jejím rozbořením. Při zjištění zvýšené hladiny fenylalaninu, dochází k nasazení diety a tím i k zamezení jakýmkoli defektům. Onemocnění se díky včasnému záchytu nerozvine a vývoj dítěte je poté normální. (Marádová, 2010)

Léčba jako taková, neexistuje, pouze dieta s omezením fenylalaninu. Mluvíme pouze o omezení, jelikož vyloučit tuto aminokyselinu z potravy je takřka nemožné, jelikož v přírodě nenalezneme protein, který by ji neobsahoval. Je nutné vyloučit z jídelníčku stravu obsahující velké množství bílkovin. Důležitá je kombinace diety s náhradními zdroji některých aminokyselin, které jsou podávány nejčastěji v tabletách. Podstatná je zejména suplementace tyrosinu, ale i dalších aminokyselin. (Vilímovský, 2013)¹⁶Pozor by si lidé trpící fenyلكetonurií měli dát na výrobky, zejména nápoje, s označením „light“, které často bývají doslazovány umělými sladidly. Nevhodným náhradním sladidlem s obsahem fenylalaninu je aspartam. (Zlatohlávek a kol., 2016)

U dětí a mladistvých většinou stačí dodržovat dietu do věku patnácti let, kdy je vývoj centrální nervové soustavy ukončen. Poškození jejího vývoje tedy již nehrozí. Ženy, recesivní homozygotky pro gen způsobující výše zmíněné autozomálně recesivní onemocnění, musí opět přistoupit k dodržování diety před plánovaným otěhotněním a taktéž v době těhotenství. Neudělají-li tak, ohrožují tím vyvíjející se plod, kdy zvýšená hladina fenylalaninu v krvi matky může vyvolat jeho psychomotorickou retardaci a jiná poškození nervové soustavy. (Vilímovský, 2013)¹⁶

¹⁶dostupné z:<https://cs.medlicker.com/54-fenyلكetonurie-priciny-projevy-lecba-a-diagnostika>

2.4.6 Galaktosemie

Galaktosemie je autozomálně recesivní porucha, která se manifestuje pouze u recesivních homozygotů pro daný gen. Výskyt je přibližně 1 : 60 000 novorozenců. (*Otová a Mihalová, 2012*) Toto onemocnění zapříčiňuje nedostatek enzymu pro trávení mléčného cukru. Galaktosa se hromadí v organismu a je dále odbourávána alternativní metabolickou dráhou na toxický galaktitol. Neléčené onemocnění poškozuje játra, způsobuje mentální retardaci narušením chodu CNS a zapříčiňuje poškození ledvin či očních čoček. V krajních případech nedagnostikovaná porucha vede až ke smrti jedince. Částečným řešením je dieta. Nazývá se, podobně jako u alergie na bílkovinu kravského mléka, nemléčná. Na rozdíl od diety při ABKM, musíme vyřadit mléko všech savců, nejen to kravské. (*Zehnálková, 2014*)¹⁷

¹⁷dostupné z: https://is.muni.cz/th/381475/lf_b/Galaktosemie_Zehnalkova.pdf

3 Školní stravování

Stravování ve škole musí být podporováno správnou osvětou z rodiny. Rodiče, by měli mít přehled o kvalitě a chutnosti pokrmů v jídelně a zároveň vědět, zda se dítě některým potravinám záměrně vyhýbá. Základem pro informovaný výběr vhodného pokrmu dítětem v jídelně, kde je možnost zvolit si z více hlavních chodů, jsou znalosti výhod zdravého stravování vštěpované primárně v rodinném kruhu, ale také častá konzumace zdravé stravy v domácnosti. (Fořt, 2007) Pokud se v domácnosti běžně konzumuje například vařená zelenina, dítě poté nemá problém ji sníst ani ve školní jídelně. Systém školních jídel poskytuje zdravým dětem stravování v jejich prostorách za minimální příplatky. Je tedy vhodné, umožnit tento druh stravování, i dětem s dietními omezeními.

Školní stravování neplní pouze klasickou sytící funkci. Splňuje též funkci zdravotně výživnou, nebo výchovnou. V prostředí školní jídelny, se žáci učí zdravému způsobu stravování, kulturnímu, hygienickému a společenskému chování. (Jenerálová, 2014)¹⁸ Školní stravování tedy ovlivňuje školáky z psychické, sociální a společenské stránky. Ve školní jídelně se děti vzájemně setkávají a upevňují své sociální vazby. (Blatná, 2005) Pokud dítě nedochází do školní jídelny na oběd, může postupně docházet k jeho vyčleňování z třídního kolektivu. Často se jedná o první společenské vyloučení, které má závažné dopady na psychický a sociální vývoj dítěte. (Women for Women – Výroční zpráva, 2016)¹⁹

3.1 Historie školních jídelen

Školní jídelny začaly vznikat v Československé republice v padesátých letech minulého století. Hlavní snahou bylo zlepšit výživu mladé generace v poválečném období. Další pohnutkou pro jejich zřízení se stala rostoucí zaměstnanost žen a s ní i potřeba zajistit dětem z domácností, kde pracují oba rodiče, stravování v prostorách školy. Původní zaměstnance jídelen tvořily převážně ženy z domácností. Nezřídka se stalo, že kvůli nedostatku personálu, vařily i manželky učitelů. Postupně stále více odborně vzdělaných pracovníků tíhlo k tomuto oboru a probíhaly také doškolovací kurzy. Na úhradu nákladů spojených s provozem jídelny se přispívalo ze státních rozpočtů. Různé finanční prostředky věnovaly také národní výbory, horníci nebo místní organizace. Vybíralo se i prostřednictvím charitativních akcí, například tanečních zábav. (Poláková, 2016)

¹⁸ dostupné z: https://is.muni.cz/th/345929/pdf_m/DP.pdf

¹⁹ dostupné z: http://www.women-for-women.cz/vyrocní-zpravy/34497524/w4w_vyrocní_zprava_2016.pdf

V roce 1953 vznikla první legislativní úprava, která vymezovala pouze základní právní a ekonomická pravidla pro činnost jídelen. Předpis neobsahoval výživová doporučení ani normy pro stravování. O deset let později, roku 1963 vydalo Ministerstvo školství druhou vyhlášku o školním stravování. Stanovily se odpovědné orgány za zřízení a provoz jídelen, výše finančních norem na nákup potravin a poplatků za stravování. Vytvořil se též systém slev a jejich využitelnost pro sociálně slabší. Byly propočítány výživové dávky dle věku dítěte, či dle jeho času stráveného ve škole, popřípadě v jiném školním zařízení. (*Historie a současnost školních jídelen, 2013*)²⁰ V 70. letech, v souvislosti s populační vlnou a výrazným přílivem strážníků do školních jídelen, zřídilo Ministerstvo školství post krajského inspektora. Pracovník v této funkci měl za úkol poskytnout školním jídelnám ve svém okrese odbornou pomoc a metodické postupy. Kontroloval vydaná nařízení, která se jakkoliv vztahovala k výživě dětí a mládeže, či povinnostem školní jídelny, zkrátka celkově usiloval o rozvoj školního stravování. (*Historie školního stravování, 2017*)²¹

Nabízení výběru mezi dvěma jídly, se stalo nejen vstřícným krokem vůči strážníkům, ale také nutností pro zaměstnance jídelny. Vzhledem k velkému počtu strážníků, muselo stravovací zařízení vždy vařit jeden pokrm jednodušší na přípravu a druhý případně složitější. Ušetřilo se tím mnoho času. Jelikož možnost navolit si jídlo dopředu dříve nepřipadala v úvahu, fungovalo zde pravidlo „kdo dřív přijde, ten dřív mele“. Strážníci, kteří dorazili na oběd mezi posledními, si většinou již vybírat nemohli. (*Poláková, 2016*)

Jako ukazatele kvality připravované stravy původně postačovaly pouze vyhlášené normy. Nyní slouží k těmto potřebám spolu s normami také spotřební koš. Receptury pro přípravu pokrmů ve školních jídelnách byly vytvářeny pod vedením Ministerstva školství a Společnosti pro výživu. Neustále se obměňují a modernizují. (*Historie a současnost školních jídelen, 2013*)²⁰

Post vedoucí/ho školní jídelny byl v minulosti svázán s absolventy hotelových, či vyšších odborných škol výživy nebo společného stravování, ale i vyučené dietní sestry. V současné době není tato pozice omezena dosažením určitého vzdělání. Vedoucí často potřebovala k ruce ještě pomocnou sílu zabývající se administrativou. Pomocnice přepisovaly stravovací archy, kontrolovaly placení obědů nebo vyřizovaly složenky. Po roce 1993 se začaly v České republice objevovat programy umožňující zpracovávat tyto informace

²⁰ dostupné z: <https://vyzivadeti.cz/pro-rodice/hodi-se-vedet/historie-a-soucasnost-skolnich-jidelen/>

²¹ dostupné z: <http://www.vyzivaspol.cz/odborne-sekce/skolni-stravovani/historie-skolniho-stravovani/>

elektronicky. Právě přechod k elektronické evidenci strávníků a skladových zásob znamenal další velké ulehčení. (Poláková, 2016)

3.2 Financování školních jídelen

Na úvod je důležité zmínit, že školní stravovací zařízení jsou zřízena jako příspěvkové organizace. Finanční obnosy, se kterými může organizace nakládat, přicházejí z více zdrojů. Hospodaření s nimi musí být v souladu s rozpočtem zařízení, které pro dané finanční období schvaluje zřizovatel. Organizace hospodaří s penězi z několika zdrojů, konkrétně ze státního rozpočtu, z rozpočtu zřizovatele, z vlastní činnosti, ze svých finančních fondů, z peněžních darů a s financemi ze zahraničí, nebo pocházejícími z různých grantů. (Gleichová, 2017)

Zřizovatelem příspěvkové organizace je nejčastěji příslušný územně samosprávný celek, tedy obec, či kraj. Činnost příspěvkové organizace je rozdělena na hlavní, tedy tu, kvůli které byla zřízena a kterou uvádí ve své zřizovací listině, a doplňkovou, prováděnou mimo činnost hlavní. Pro školní jídelnu, je její hlavní činností poskytování stravy dětem, žákům a studentům v době jejich pobytu ve škole. Za doplňkovou činnost se považuje vydávání, případně rozvoz stravy pro cizí strávnický. (Gleichová, 2017) Stravování zaměstnanců je ukotveno ve vyhlášce o závodním stravování. (Zukalová, 2016)

3.2.1 Využití finančních prostředků z jednotlivých zdrojů

Pro financování provozu školního stravování jsou nejdůležitější tyto tři zdroje: dotace ze státního rozpočtu (tedy dotace krajského úřadu), příspěvky od zřizovatele a úplata od strávníků. (Puchinger, 2007)

Dotace ze státního rozpočtu, tedy neinvestiční dotace Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy (MŠMT), jsou použity na mzdy, odměny za pracovní pohotovost, odměny za práci vykonávanou na základě dohod o pracích konaných mimo pracovní poměr, náhrady mezd (například nemocenskou, dovolenou), nebo odstupné. Hradí se z nich též sociální a zdravotní pojištění zaměstnanců, přiděly do Fondu kulturních a sociálních potřeb a další náklady vyplývající z pracovně právních vztahů. Jídelně jsou prostředky ze státního rozpočtu poskytovány dle skutečného počtu žáků jí navštěvujících. MŠMT stanovuje výši finančních prostředků dle takzvaných republikových normativů, které odpovídají demografickému rozložení kraje a liší se dle věkové skupiny, do které strávnick patří. (Gleichová, 2017)

Zřizovatel, v tomto případě tedy obec, nebo kraj, přispívá stravovacímu zařízení na jeho provoz. Jedná se o náklady na elektrickou energii, různé opravy, nájemné, materiály (například čisticí prostředky, kancelářské potřeby, atd.), drobný majetek jako jsou talíře či hrnce a ostatní služby, zahrnující odvoz odpadů nebo kupříkladu rozbory vody. (*Puchinger, 2007*)

Peníze získané vlastní činností hlavní, tedy finance od strážníků a jejich zákonných zástupců jako úplata za stravu, se využívají k zakoupení potravin. Náklady na potraviny jsou určeny finančním normativem pro každou věkovou skupinu strážníků dle vyhlášky č. 107/2005 Sb. o školním stravování, ve znění pozdějších předpisů. Na konci účetního období by mělo docházet k vyrovnání přijatých plateb a výdajů za potraviny. Pokud je spotřeba potravin dlouhodobě vyšší než finanční normativ, mělo by dojít k navýšení cen vydávané stravy. Naopak úspora, má být převedena do následujícího období jako případná záloha, nejedná se o čistý zisk školní jídelny. (*Gleichová, 2017*)

3.2.2 Cena oběda pro žáky, zaměstnance i cizí strážníky

Celková cena stravy se skládá z finančního normativu (tedy nákladů na nákup potravin), režijních nákladů (spotřeba energie, odpisy dlouhodobého hmotného majetku, nájem,...) a nákladů mzdových neboli osobních (platy zaměstnanců, nemocenská, ochranné pracovní pomůcky, školení,...). Děti a mladiství, nebo spíše jejich zákonní zástupci nehradí plnou výši stravného. Jelikož žáci na základních školách mají ze zákona nárok na hlavní jídlo, tedy oběd nejvýše jedenkrát denně, platí pouze výši finančního normativu, ovšem pouze v době jejich pobytu ve škole. Mají-li zájem odebrat stravu i v době nepřítomnosti, hradí, s výjimkou prvního dne, plnou cenu oběda. (*Gleichová, 2017*)

Stravování zaměstnanců je upravováno vyhláškou č. 84/2005 Sb., o nákladech na závodní stravování a jejich úhradě v příspěvkových organizacích zřízených územními samosprávnými celky, ve znění pozdějších předpisů. O závodním stravování lze hovořit pouze v souvislosti se zaměstnanci dané organizace. Pokud školní jídelna zabezpečuje stravování i pro učitele, či ostatní zaměstnance jiných škol, jedná se o stravovací službu. (*Gleichová, 2017*) Závodní stravování je rozlišováno na dva typy. První z možností je strava zajištěná přímo ve vlastním zařízení, tedy školní jídelně. Zaměstnanci hradí, podobně jako žáci, pouze pořizovací cenu surovin, která může být ještě snížena o příspěvek z Fondu kulturních a sociálních potřeb (FKSP). Toto platí, má-li zaměstnanec v daný den pracovní dobu delší než

tři hodiny, v případě nepřítomnosti, či kratší doby v zaměstnání, hradí plnou cenu oběda. Druhou možností je zajištění stravování prostřednictvím organizační složky státu, nebo právnické či fyzické osoby. K tomuto přistupujeme pouze v případě, že strážníkovi nelze jinak poskytnout stravu odpovídající jeho zdravotnímu stavu (musí být potvrzeno od lékaře, spolu s doporučenou dietou), nebo je jeho pracovní doba vymezena mimo vlastní chod stravovacího zařízení, či je v tuto dobu zařízení mimo provoz (prázdniny). Zařízení přispívá na stravu zaměstnanců i v tomto případě. Dopláčí přibližně 55 % ceny za poskytnutou službu sjednanou ve smlouvě, nejvýše 70 %. Zbývající část platí zaměstnanec. Dopláčená částka, může však být ještě snížena o příspěvek z FKSP. (Zukalová, 2016)

Cizí strážníci, kteří ze školní jídelny odebírají oběd pravidelně, jsou předmětem doplňkové činnosti. Jedná se zejména o důchodce, zaměstnance poblíž pracujících firem, případně maminky na mateřské dovolené. Těmto lidem stát, ani zřizovatel školní jídelny finanční úlevu neposkytuje. Zpravidla je tato činnost pro stravovací zařízení zisková. K ceně oběda může být připočtena i přírážka za dopravu, pokud je jídlo rozváženo. (Gleichová, 2017)

3.2.3 Dotační programy pro zajištění náhradního školního stravování

Projekt s názvem „Obědy do škol“ je jedním z projektů, který v České republice pomáhá rodičům, kteří se ocitli v tíživé finanční situaci a nemohou si tak dovolit zaplatit svým potomkům školní obědy, i přesto, že se svou tíživou situací snaží všemožně řešit. Projekt funguje od roku 2013 v čele s ředitelkou Ivanou Tykač. (O Projektu, 2014)²²

Původně se jednalo o příspěvky od dárců, tedy právnických či fyzických osob. V roce 2016 se podařilo pro projekt Obědy pro děti získat v rámci dotačního programu MŠMT částku 27,5 milionů korun. Celkově v dotačním programu pro nestátní neziskové organizace k podpoře školního stravování žáků základních škol na rok 2016 uspěly tři přihlášené organizace. (Obědy pro děti získaly od MŠMT dotaci 27,5 mil. korun, 2015)²³ Na rok 2017 MŠMT vyčlenilo pro zmiňovaný projekt částku přibližně 25,6 milionů korun. (Dotaci od MŠMT jsme získali i pro rok 2017, 2016)²⁴ V současné době organizace Women for Women zaštiťující tento projekt, podepsala memorandum o spolupráci s Ministerstvem práce a sociálních věcí (MPSV), se kterým spolupracuje od roku 2014. Díky tomu byla vytvořena

²² dostupné z: <http://www.obedyprodeti.cz/o-projektu>

²³ dostupné z: <http://www.obedyprodeti.cz/obedy-pro-deti-ziskaly-od-msmt-dotaci-27-5-mil-korun>

²⁴ dostupné z: <http://www.obedyprodeti.cz/dotaci-od-msmt-jsme-ziskali-i-pro-rok-2017>

nová, efektivnější forma spolupráce, s cílem zajistit školní obědy pro co nejvíce znevýhodněných dětí a dospívajících. (Habáň, 2017)²⁵

Děti, pro které je pomoc určena, zůstávají v anonymitě. Dárce nepřispívá konkrétnímu žákovi, ale přímo neziskové organizaci. Ta neposkytuje příspěvek rodinám, ale základním školám, či školním jídelnám, tedy příspěvkovým organizacím. V rámci projektu tedy s organizací spolupracuje konkrétní škola, v níž ředitelé spolu s pedagogy vytipovávají žáky, pro které by tato finanční pomoc mohla být vhodná. Projekt je celorepublikový, tudíž se do něj může přihlásit kterákoli ze základních škol sídlící na území České republiky. (O Projektu, 2014)²²

Nespolupracuje-li škola, do které dochází znevýhodněné dítě s výše zmíněným projektem, existuje další možnost, jak na bezplatné obědy může rodina dosáhnout. Ministerstvo práce a sociálních věcí ve spolupráci s Fondem evropské pomoci nejchudším osobám, pomáhá v projektu zaměřeném na podporu školního stravování. Finanční pomoc je určena rodinám, které jsou nejméně tři měsíce závislé na dávkách hmotné nouze. Do projektu jsou zapojeny některé školy ze čtyř krajů - hl. město Praha, Vysočina, Jihomoravský kraj a Liberecký kraj. Rodič dítěte docházejícího do zapojené školy, si může od úřadu práce vyžádat potvrzení, které následně přinese do školy. Jeho potvrzením, se mu vytvoří nárok na hrazené obědy pro dítě. (Habáň, 2015)²⁶

3.2.4 Shrnutí problematiky financování školních stravovacích zařízení

Školní stravovací zařízení jsou příspěvkové organizace využívající finanční prostředky z několika zdrojů. Žáci základních a středních škol stravující se ve školní jídelně, platí pouze malou část celkové ceny oběda, tedy jen finanční normativ. Výši finančního normativu určuje vedoucí, či ředitel/ka školní jídelny, zkrátka osoba odpovědná za chod stravovacího zařízení. Odpovědnou osobou za vedení stravovacího zařízení, tedy příspěvkové organizace, je dle vyhlášky č. 107/2015 Sb., o školním stravování ve znění pozdějších předpisů, ředitel/ka jmenovaný zřizovatelem.

²⁵ dostupné z:

http://www.mpsv.cz/files/clanky/29919/TZ_Ministryne_Marksova_podepsala_memorandum_o_spolupra_ci_s_Women_for_Women_revJS.pdf

²⁶ dostupné z: https://portal.mpsv.cz/upcr/media/tz/2015/12/2015_12_22_tz_skolni_obedy.pdf

3.3 Současná situace ve školním stravování

Existují dva způsoby, jakými může v dnešní době fungovat školní jídelna. První: stravovací zařízení je samostatným právním subjektem a jejím vedením je pověřena ředitel/ka školní jídelny, kterou jmenuje zřizovatel. Druhý: jídelna je součástí školy a v čele organizace stojí ředitel/ka školy, která jmenuje vedoucí školní jídelny, osobu odpovědnou za chod pracoviště. *(Čím se musí školní jídelny řídit?, 2013)*²⁷ První možnost znamená, že si ředitel/ka sama rozhoduje o financích, nákupu potravin, provozních výdajích, sestavování jídelníčku, od koho bude odebírat suroviny a výběr personálu je také v její režii. Je tedy výkonným vedoucím a rozhoduje o provozu celého zařízení. *(Bradová, 2016)* Z druhé možnosti vyplývá, že ředitel, nebo ředitelka školy předává jmenované vedoucí část svých pravomocí, při čemž sám/a rozhoduje, jak velká tato část bude. Vedoucí se spolupodílí na rozhodování o vyšších výdajích, provozních či investičních a zároveň kontroluje finanční a všeobecný chod zařízení. Kompetence mají být jasně stanovené. *(Kumžáková Richterová, 2016)*²⁸

Hlavním úkolem školních jídelen je nasycit dítě, které se zde stravuje. Dále by měly vést strávnicka ke zdravému životnímu stylu a naučit ho vybírat si mezi potravinami nejen ty, které mu chutnají, ale také potraviny zdraví prospěšné. Neméně podstatnou složkou celkové funkce školního zařízení je i vytváření správných stravovacích návyků u žáků, a prohloubení základů správného stolování naučených v rodině. *(Poslání, cíle a působení AZŠJ, z.s., 2016)*²⁹

Kontrolou kvality školního stravování je pověřeno několik institucí a každá prověřuje jídelnu z jiného úhlu pohledu. Patří sem Česká školní inspekce (zkratka ČŠI), Hygienická stanice (přesněji orgány veřejné ochrany zdraví), zřizovatelé (nejčastěji města či obce), Česká obchodní inspekce, Veterinární správa, Protipožární ochrana a mnohé jiné. *(Čím se musí školní jídelny řídit?, 2013)*²⁷

Nutností je v prosperující školní jídelně dostatek finančních prostředků, plně kvalifikovaných pracovníků, kvalitní vedení a také moderní vybavení vyhovující provozním i hygienickým požadavkům. *(Poslání, cíle a působení AZŠJ, z.s., 2016)*²⁹

²⁷ dostupné z: <http://vyzivadeti.cz/pro-rodice/hodi-se-vedet/cim-se-musi-skolni-jidelny-ridit/>

²⁸ dostupné z: <http://az-skolnijidelny.cz/reditel-skoly-versus-skolni-jidelna-partneri-nebo-protivnici/>

²⁹ dostupné z: <http://az-skolnijidelny.cz/poslani-cile-a-pusobeni-azsj-z-s/>

3.4 Vyhláška č. 107/2005 Sb., o školním stravování

Text v této části práce vychází z přesného znění výše zmíněné vyhlášky, která je zde použita jako primární zdroj.

Vyhláška vydaná dne 25. února 2005, platí již více než dvanáct let. Po dobu své platnosti nezůstala nepozměněna. Jedná se o nejdůležitější legislativní opatření v oblasti školního stravování.

a) Vysvětlení základních pojmů týkajících se stravování ve školních jídelnách

V úvodním ustanovení je uvedeno, co se rozumí školním stravováním a pro koho je určeno, tedy hlavně pro žáky základních a studenty středních škol. Řídí se dle výživových norem, které nalezneme v příloze č. 1 a finančními limity na nákup potravin, uvedených v příloze č. 2 této vyhlášky.

b) Organizační aspekty školního stravování

Organizaci školního stravování, zajišťuje školní jídelna. Jiná osoba poskytující stravování může nabídnout své služby pouze v případě, že není možné zařídit stravování jídelnou. Stravovací služby jsou zabezpečeny v zařízení školního stravování, ve výjimečných případech provozovatelem stravovacích služeb, není-li možné jejich zřízení na prvním zmíněném místě. Škola, nebo jiný provozovatel školní jídelny je povinen zajistit pro své strávnický co nejvhodnější způsob školního stravování a to z hlediska ekonomického i organizačního. Podmínky poskytování jsou vymezeny ve školním, či vnitřním řádu. Jsou v něm také uvedeny ceny jednotlivých porcí pro různé věkové kategorie, podmínky pro přihlašování a odhlašování strávnicků i jídel, informace o tom jak je organizován výdej jídel a v neposlední řadě, jakým způsobem lze za školní stravování platit. Pokud poskytují jídelny výběr z více jídel, musí i přesto splňovat výživové normy. Údaje o plnění těchto norem je zařízení povinno uchovávat po dobu nejméně jednoho kalendářního roku.

c) Vymezení pojmů „školní jídelna“, „vývařovna“, „výdejna“ a jejich provoz

Třetí paragraf vysvětluje rozdíly mezi školní jídelnou (jídla se zde vaří i vydávají), vývařovnou (připravují se zde jídla) a výdejnou (vydávají se zde jídla). Upozorňuje na povinnost připravovat stravu dle zásad zdravé výživy a zmiňuje, že prodej tabákových výrobků a alkoholických nápojů je v prostorách školního stravovacího zařízení přísně zakázán.

d) Služby poskytované stravovacím zařízením

Paragraf číslo čtyři udává, co se rozumí hlavními jídly (oběd a večeře) a doplňkovými jídly (snídaně, přesnídávka, svačina, druhá večeře). Dále uvádí, co vše zahrnuje oběd (polévka či předkrm, hlavní chod, nápoj a případně doplněk ve formě dezertu, ovoce nebo salátu) a večeře (hlavní chod, nápoj, popřípadě salát, dezert či ovoce). Dítě v mateřské škole má právo na dvě doplňková jídla a hlavní jídlo v zařízení s celodenním provozem. Pokud dochází do školky pouze na půl dne, je nutno mu poskytnout jedno jídlo doplňkové a jedno hlavní. Práve žáků základních a středních škol do osmnácti let, je každodenní odebrání oběda. Plnoletí studenti se mohou ve školních jídelnách stravovat také, právo na jejich stravování už ovšem není ukotveno v zákoně. Nezletilí studenti ve školských výchovných či ubytovacích zařízeních a žáci, o které je pečováno pomocí celodenních či internátních služeb, mají právo denně odebrat všechna hlavní i doplňková jídla, kromě druhé večeře. Zletilému studentovi může být poskytována strava ve stejném rozsahu včetně večeře II. V případě neplánované nepřítomnosti žáka ve školském zařízení, nebo škole, jedná-li se o první den, může mu rodič jídlo/a vyzvednout. V dalších dnech dítě nemá na částečně hrazené jídlo nárok.

e) Úhrada školního stravování

Paragraf pět uvádí, že částka za školní stravování se řídí finančním normativem. Normativ je určen dle finančních limitů. Pro žáky rozdílného věku je cena různá. Přihlíží se i k cenám potravin v místě obvyklých. Existuje možnost navýšení nákladů na nákup potravin pro jednoho strávnicka, ale pouze ve výjimečných případech. V zařízeních s celodenním provozem se jedná o 300 Kč na rok.

f) Výživové normy neboli spotřební koš

Odborníci na problematiku školního stravování považují spotřební koš za velmi důležitý a praktický nástroj, který je zároveň poměrně jednoduchý pro využití v praxi. Dle něho lze zjistit, zda spotřeba specifických druhů potravin ve stravovacím zřízení odpovídá předepsaným normám. Zároveň může vedoucí využít měsíční propočty k sestavování jídelních lístků pro příští období. Díky tomu lze dodržet stanovenou pestrost pokrmů. (Bradová, 2016)

Spotřební koš, uveden v příloze číslo jedna vyhlášky č.107/2005 Sb., o školním stravování, ve znění pozdějších předpisů, jako výživové normy, má zajišťovat pestrost a vyváženost jídel ve školních jídelnách. Slouží tedy převážně ke kontrole toho, jak se vedoucím školních jídelen daří dodržovat v rámci sestavování jídelníčku doporučení zdravotníků a zároveň je jeho úkolem usnadnit vedoucím práci. Dle propočtů je možno zhodnotit, zda je potřebné navýšit finanční normativ na nákup potravin. Jídelna může ze svých zápisů dokázat, že jim již nestačí stávající finance na udržení předepsané kvality školního stravování. (Ševčík, 2015) Kvůli jednotnosti propočítávání spotřebních košů byl vydán „*Metodický materiál k propočtům spotřebního koše potravin ve školních jídelnách podle vyhlášky č. 107/2005 Sb., o školním stravování, v platném znění*“. Jsou v něm uvedeny vzorové potraviny, jejich koeficienty a také ukázka, jak je zařadit do jednotlivých skupin. Jelikož nejsou a nemohou v materiálu být poznamenány všechny existující potraviny, záleží též na znalostech vedoucí školní jídelny a její schopnosti potravinu správně umístit do tabulky. Pro propočty jsou k dispozici metodické postupy i elektronické programy, které nejsou sice nutností, ale výrazně usnadňují práci a zpřesňují ji. Hodnoty jsou propočítávány za období jednoho měsíce a měly by tedy být pravidelnou součástí uzávěrky školní jídelny. (Ševčík, 2014)³⁰

V příloze č. 1 zmíněné vyhlášky nalezneme tabulku více než deseti komodit s doporučeným množstvím jejich spotřeby v gramech na den pro jednoho strávnicka dle jeho věku. Kromě tabulky pro běžné stravování, je zde uvedena také upravená tabulka pro laktoovovegetariánskou výživu. Tento alternativní způsob stravování lze uplatnit pouze v případě, že s ním souhlasí všichni zákonní zástupci nezletilých strávníků a všichni zletilí strávníci. Průměrná spotřeba potravin může být doplněna drůbežím či rybím masem. (Příloha č. 1 vyhlášky č. 107/2005 Sb.)

³⁰ dostupné z: <http://www.vyzivaspol.cz/spotrebni-kose/>

Tabulka 3: Výživové normy pro školní stravování (*Příloha č. 1 vyhlášky č. 107/2005 Sb.*)

Doporučené množství potravin v gramech na strávnicka na den – běžná strava										
skupina strávnicků	maso	ryby	mléko	mléčné výrobky	tuky volné	cukry volné	zelenina celkem	ovoce celkem	brambory	luštěniny
3-6 let (p.+o.+s.)	55	10	300	31	17	20	110	110	90	10
7-10 let oběd	64	10	55	19	12	13	85	65	140	10
11-14 let oběd	70	10	70	17	15	16	90	80	160	10
15-18 let oběd	75	10	100	9	17	16	100	90	170	10
celodenní stravování	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3-6 let	114	20	450	60	25	40	190	180	150	15
7-10 let	149	30	250	70	35	55	215	170	300	30
11-14 let	159	30	300	85	36	65	215	210	350	30
15-18 let	163	20	300	85	35	50	250	240	300	20

pozn.: p. (=přesnídávka); o. (=oběd); s. (=svačina)

V rámci celodenního stravování, se má procentuální zastoupení výživové dávky v jednotlivých jídlech následovně: 18 % snídaně, 15 % přesnídávka, 35 % oběd, 10 % odpolední svačina a 22 % večeře. Denní výživová dávka může být navýšena až o 30 % v případě, že se jedná o strávnicky ze tříd se sportovním zaměřením, sportovce v přípravě, nebo studenty oboru tanec na konzervatoři. U nezletilých je nutný souhlas zákonného zástupce, u zletilých stačí domluva. Spotřeba jednotlivých potravin může kolísat v rozmezí +/- 25 %. Výjimkou jsou volné cukry a tuky u nichž je uvedena horní hranice množství, kterou lze dále snižovat. Poměr rostlinných a živočišných tuků má vycházet přibližně 1 : 1 s důrazem na postupné zvyšování zastoupení tuků rostlinných. U ovoce a zeleniny lze horní hranici výrazněji překročit. Při propočtech spotřeby násobíme sterilovanou a mraženou zeleninu koeficientem 1,42 a sušenou koeficientem 10. Součástí jídel, hlavních i doplňkových, je vždy nápoj. Pro dosažení minimálního limitu příjmu vitamínu C, je důležité zařazovat do jídelníčku kompoty a saláty, či různé nápoje s přídavkem zmíněného vitamínu. (*Příloha č. 1 vyhlášky č. 107/2005 Sb.*)

Stravování ve školních jídelnách je často pouze malou částí celodenního energetického a výživového příjmu dítěte. Strava v mateřské škole s dopoledním i odpoledním provozem (tedy přesnídávka, oběd a svačina) tvoří v plném rozsahu stále jen 60 % výživy dítěte. U žáků a studentů základních i středních škol, kteří dochází do jídelny pouze na oběd, tvoří školní stravování 35 % doporučené denní dávky. Hlavní vliv na zdraví dítěte má tedy i nadále strava poskytovaná v domácnosti. (Šulcová, 2009)

g) Finanční normativ pro nákup potravin

Druhou přílohu zmiňované vyhlášky tvoří finanční limity na nákup potravin. Strávníci jsou rozděleni do čtyř skupin dle věku (do 6 let, 7-10let, 11-14 let, 15let a více). Rozřazení jsou dle toho, kolika let dosáhnou v daném školním roce. Opět se setkáváme s možností navýšení horního limitu na nákup potravin pro děti se sportovním zaměřením, ve sportovní přípravě, nebo studující na konzervatoři obor tanec. Jedná se až o 50 % částky, zaokrouhlení provádíme na padesátihaléře směrem nahoru. Limity jsou uvedeny v korunách na den pro jednoho strávnicka. Zvlášť jsou rozepsána hlavní jídla (obědy, večeře), doplňková jídla (snídaně, přesnídávky, svačiny a pro mladistvé nad 15 let druhá večeře), celodenní stravování a vlastní kolonku mají i nápoje.

3.5 Novela č. 17/2015 Sb. vyhlášky o školním stravování

Následující text je zpracován dle původního znění vyhlášky č. 107/2005 Sb., o školním stravování a dle novely č. 17/2015 Sb. vyhlášky o školním stravování. Oba tyto předpisy slouží jako primární zdroj pro část 3.5.

Novela č. 17/2015 Sb. vyhlášky o školním stravování vešla v platnost k 1. 2. 2015. Jejím posláním je umožnit realizaci dietního stravování ve školních jídelnách a současně stanovuje podmínky, které musejí zařízení dodržet, chtějí-li dietní stravu připravovat. V důsledku tohoto kroku, by se měla možnost stravování ve školních jídelnách otevřít žákům a studentům s dietními omezeními, kteří tvoří nezanedbatelnou část školou povinných dětí. Autorem novely, je MŠMT ve spolupráci s Ministerstvem zdravotnictví (MZ). Svůj podíl na ní nese i Sekce výživy a nutriční péče České asociace sester, která se podílela na vytvoření jednotného metodického postupu pro školní jídelny. (Starnovská, 2015)

3.5.1 Změny ve vyhlášce

Největší proměnou prošel druhý paragraf, kdy nově vytvořené číslo čtyři a pět, byly vloženy za stávající odstavec třetí. U zbytku odstavců došlo v rámci novely k přečíslování.

„(4) Strávníkům, jejichž zdravotní stav podle potvrzení registrujícího poskytovatele zdravotních služeb v oboru praktické lékařství pro děti a dorost vyžaduje stravovat se s omezeními podle dietního režimu, může provozovatel stravovacích služeb poskytovat školní stravování v dietním režimu (dále jen „dietní stravování“), a to v případě zařízení školního stravování za podmínek stanovených jeho vnitřním řádem a v případě jiné osoby poskytující stravovací služby v souladu s ujednáním o zajištění školního stravování.

(5) Výběr potravin, receptur, sestavení jídelního lístku a způsob přípravy jídel vydávaných v rámci dietního stravování provádí nutriční terapeut.“

Další, již menší změny proběhly v celé vyhlášce. V druhém paragrafu, na konci osmého odstavce přibyla věta zmiňující, že výše uvedené nařízení neplatí pro poskytovatele dietního stravování. Úprava ve třetím odstavci paragrafu číslo tři umožňuje zařízením školního stravování vydávat dětem v rámci dietního stravování jídla připravovaná jiným provozovatelem stravování, ovšem pouze v případě, že při jejich přípravě budou dodrženy podmínky popsané v doplněném pátém odstavci druhého paragrafu. Obdobné doplnění přibýlo i v pátém odstavci třetího paragrafu. Poslední změna proběhla v rámci paragrafu pět, kam byl vložen nový odstavec tři, upozorňující na fakt, že finanční normativ na nákup potravin stanovený pro běžné strávníky je odlišný od toho pro dietní stravování. Normativ pro dietní stravování je propočítáván dle ceny potravin nutných pro danou dietu.

3.5.2 Primární cíl

V dosavadní vyhlášce č. 107/2005 Sb. nebylo do této doby dietní stravování nijak zakomponováno. Hlavním cílem bylo zpřístupnit žákům a studentům s dietními omezeními školní stravování a zároveň tento odlišný typ stravování zlegalizovat. Doposud si školní jídelna mohla vybrat, jakým způsobem žákovi s určitým onemocněním vypomůže, nyní existují předepsané postupy. (Stranovská, 2015) Odborníci se po vyhlášení novely shodovali v názoru, že stanovit právní rámec pro dietní stravování je jistě dobré, ovšem ne v podobě, jaká byla zveřejněna. Chyběl nejen návod, jak převést tuto představu do praxe, ale také přechodné

období, které mělo být jídelnám poskytnuto k adaptaci na připravované změny. Objevily se i obavy o fungování tohoto konceptu v malých jídelnách. (Ludvík, 2015)

3.5.3 Nedostatečná propracovanost

Rozeslání novely MŠMT proběhlo pouhý jeden den před datem účinnosti stanoveným na neděli 1. února 2015. Pro školní jídelny to v podstatě znamenalo přestat ze dne na den připravovat diety dle původních postupů a ihned, bez jakékoli přípravy, přejít na přípravu dietní stravy dle novely vyhlášky č.17/2015 Sb. V praxi neproveditelný úkol. Velké množství rozčarovaných reakcí a kritických poznámek donutilo tehdejšího náměstka České školní inspekce (ČŠI) a náměstka MŠMT vydat prohlášení, že školní jídelny novelu nemusí dodržovat až do začátku následujícího školního roku, tedy 1. září 2015. Tím poskytli stravovacím zařízením alespoň krátký čas na uskutečnění potřebných kroků. (Ludvík, 2015)

3.5.4 Metodika

Jako primární zdroj k popsání této problematiky slouží „*Metodické doporučení k provádění některých činností souvisejících s realizací dietního stravování v zařízeních školního stravování*“³¹.

Metodické doporučení bylo vydáno Ministerstvem školství mládeže a tělovýchovy 3. dubna 2015, tedy dva měsíce od nabytí účinnosti novely vyhlášky o školním stravování. V první části uvádí, jaké vyhlášky se metodika týká a pro koho je určena. Dále sděluje, že za dietní stravování nese plnou odpovědnost stravovací zařízení, ve kterém je připravováno, přesněji jeho provozovatel. Zařízení se může rozhodnout, zda mu personální a materiální zabezpečení postačuje k přípravě diet, nebo si dle vyhlášky nechá dovážet dietní stravu od odborně způsobilého dodavatele, který splňuje všechna potřebná nařízení v rámci vyhlášky. Odborným garantem metodiky je Sekce výživy a nutriční péče České asociace sester.

³¹ dostupné z: <http://www.msmt.cz/file/35044/>

a) Upřesnění základních pojmů týkajících se dietního stravování

Článek jedna vysvětluje nutnost sloučení znalostí dietního stravování a školního stravování, tedy spolupráci ředitelů školních jídelen a nutričních terapeutů. Dále vymezuje pojmy, jako školní stravování, dieta nebo dietní strava. Zdůrazňuje též nutnost diagnózy vyžadující dietní stravování odborným pracovníkem, tedy praktickým lékařem pro děti a dorost.

b) Diety, kterých se novela vyhlášky týká

Za nejpotřebnější dietu, považuje MŠMT, dietu s omezením lepku. K její přípravě nejsou potřeba nutriční, ani technologická omezení, pouze sortiment potravin bez lepku, nebo s jeho sníženým obsahem. Musí být zabráněno kontaminaci bezlepkových surovin, surovinami běžnými. Časově či prostorově oddělená příprava stravy je nutností. Liší se i příprava pokrmů pro školáky s intolerancí lepku a alergií na něj. Při hrozících alergických reakcích, musí být vyloučení lepku ze stravy striktní.

Další potřebnou dietou, je dieta šetřící, při které jsou omezovány některé technologické postupy při přípravě pokrmů. Zahrnuty jsou veškeré diety indukované jednou z potravinových alergií. Naopak z dietního stravování je vyloučena dieta diabetická, která je dle názoru MŠMT značně individuální záležitostí.

c) Pokyny a stanovené postupy v přípravě dietní stravy

Pokud má školní stravovací zařízení v plánu připravovat ve svém provozu dietní stravu, existuje devět po sobě jdoucích, stanovených bodů, které jim s realizací mají pomoci.

- 1) Rozhodnutí, které diety a jakým způsobem, bude zařízení poskytovat.
- 2) Vytvoření vhodného prostředí pro realizaci přípravy diet, včetně stanovení nových kritických bodů v provozu.
- 3) Zhodnocení používaných receptur a jídelního lístku ve vztahu k plánovaným dietám.
- 4) Pokud vedení potřebuje, může se zúčastnit krajského semináře, aby prohloubilo své znalosti o přípravě dietní stravy.

- 5) Má-li vedoucí zařízení pocit, že je vše podchyceno a příprava dietní stravy řádně nachystána, přihlásí se prostřednictvím online formuláře ke kontrole stávajících podmínek. Zařízení navštíví nutriční terapeut, který zhodnotí připravenost provozovny.
- 6) Nutriční terapeut překontroluje podmínky pro přípravu dietní stravy, jídelníčky a předpokládané technologické postupy. Je-li vše v pořádku, následuje zaškolení personálu.
- 7) Proškolení personálu pro přípravu dietních pokrmů, výběr potravin a úpravu receptur, provádí nutriční terapeut nejlépe ihned po dokončení kontroly provozovny, v místě pracoviště.
- 8) Provozovatel školní jídelny zaznamená stanovené postupy do vnitřního řádu zařízení.
- 9) Nutriční terapeut nadále zůstává odborným konzultantem a vedoucí školní jídelny se na něj může v případě potřeby obrátit.

Každá z diet má odlišné podmínky při výběru surovin a stanovení technologických postupů vhodných při její přípravě. Je bezpodmínečně nutné, aby veškeré receptury, jídelní lístky a způsoby přípravy pokrmů schválila dostatečně edukovaná a odpovědná osoba tedy nutriční terapeut.

Stravovacímu zařízení se doporučuje využít k odměně za práci konanou mimo pracovní poměr, tedy pro nutričního terapeuta, peníze získávané jídelnou ze státního rozpočtu.

d) Revize metodiky za školní rok 2015/2016

Na počátku prvního čtvrtletí školního roku 2016/2017 bylo přislíbeno zpětné vyhodnocení funkčnosti metodiky v předcházejícím školním roce. V případě nutnosti, dojde k úpravě metodiky stávající.

e) Orgány odpovědné za kontrolu přípravy dietního stravování

Vymezenými orgány, určenými ke kontrole přípravy dietního stravování, jsou: Česká školní inspekce a orgány ochrany veřejného zdraví.

f) Nutriční terapeut

Pro zařazení do seznamu nutričních terapeutů, vedeného sekci Výživy a nutriční péče České asociace sester (ČAS), musí žadatel splňovat několik následujících bodů. V první řadě musí být kvalifikovaným nutričním terapeutem dle platné legislativy, dále, má být vlastníkem platného osvědčení k samostatnému výkonu profese a aktivně se účastnit školicích akcí pro garantující nutriční terapeuty. Podmínkou jsou i zkušenosti v problematice výživy dětí, aktivní zájem o tuto činnost a znalost specifík školního stravování.

V metodickém doporučení je též uvedena jednotná hodinová sazba pro nutriční terapeuty uvedené ve výše zmíněném seznamu, která činí 450 Kč na hodinu. Zároveň vymezuje obvyklé časové dotace pro jednotlivé úkony nutričního terapeuta.

Náplní práce nutričního terapeuta ve stravovacím zařízení, je kontrola receptur pro přípravu dietních pokrmů, revize jídelního lístku ve vztahu k dietnímu stravování, poučení pracovníků kuchyně i jídelny v oblasti dietního stravování, konzultační a kontrolní činnost vztahující se k výše uvedeným úkolům a vytvoření nového postupu přípravy diet v případě individuální potřeby žáka. Úkolem nutričního terapeuta je též konzultovat dietní stravování a jeho možnosti v zařízení školního stravování s rodiči dietou omezených dětí.

3.6 Nařízení Evropského parlamentu a Rady EU č. 1169/2011 o poskytování informací o potravinách spotřebitelům

Nařízení, které vešlo v platnost v roce 2011, vytváří provozovateli stravovacího zařízení povinnost informovat strážníky na možné alergeny v jednotlivých pokrmech, či nápojích. Informace o alergenech ve stravě by měl strážník, nebo jeho zákonný zástupce obdržet již v době jejího objednávání. Existuje-li více možností, jak stravu navolit dopředu, je důležité mít na všech těchto místech k dispozici seznam alergenů a jejich výskyt v určitém pokrmu. Forem upozornění na alergeny je hned několik, všechny ale musí vycházet z písemného základu. V textu je běžné uvádět alergeny slovem „obsahuje“ a poté sepsat jejich jmenný, nebo číselný seznam, který je odlišen od zbytku sdělení barevně, či jiným typem písma. Pokud alergeny uvádíme číslem, nebo jinou zkratkou, je zásadní vysvětlit žákům, co jednotlivé popisky znamenají. Další variantou je ústní sdělení, kdy strážníci obdrží informaci, že pokrm obsahuje alergeny a jejich přesné znění mohou získat na vyžádání. Informace, které vedoucí školní jídelny či někdo z personálu poskytuje, ovšem opět musejí vycházet

z písemného podkladu, tedy normy, jídelního lístku s výčtem alergenů, nebo receptury s jejich popisem. Stačí, že je písemný podklad ve stravovacím zařízení opravdu vytvořen, předložen strávnickům být nemusí. Jestliže pokrm obsahuje alergen již ve svém názvu, například rybí prsty s bramborem (ryba), pokládá se žák za dostatečně informovaného a dalšího upozornění není třeba. Důležité je též sdělení, které by mělo být součástí každého jídelního lístku: „*Změna jídelního lístku a alergenů vyhrazena*“. V situaci, kdy dodavatel nepřiveze rýžové těstoviny, ale pouze pšeničné, můžete provést záměnu. Strávníci musí být na výměnu upozorněni, zvláště ti, kteří dodržují bezlepkovou dietu. Nařízení Evropského parlamentu sice přidělová vedoucím jídelen více práce, ale umožňuje tím alergikům informovaný výběr z jednotlivých pokrmů nabízených jídelnou. (Šmídová a Košťálová, 2015)

4 Shrnutí teoretické části

V teoretické části, byly představeny tři hlavní oblasti, které jsou ústředními tématy této bakalářské práce.

V první části, zabývající se výživou školou povinných dětí ve věku od 6 do 15 let, je shrnut současný výživový stav dětské populace toho věku, dle posledních výzkumů. Dále, jsou v ní obsažena výživová doporučení pro tuto věkovou skupinu, spolu s největšími nedostatky v oblasti stravování. Z dostupných informací je patrné, že výživa dětí v České republice je v zásadě srovnatelná s průměry uváděnými ve studiích HBSC pro Evropu. Děti konzumují nedostatek zeleniny, ovoce a často je v rodinách opomíjena snídaně. Výskyt obezity u dětí a dospívajících ve věku 11-15 let se u dívek pohybuje kolem 13 %, u chlapců kolísá až kolem 25 %. Obézní jsou tedy výrazně častěji v dětství a dospívání chlapci. Hlavním nedostatkem ve výživě školáků je její nepravidelnost a nevhodné složení s přílišným zastoupením jednoduchých cukrů, tuků a soli.

Druhá část, je zaměřena na dietologii. Vymezuje hlavní pojmy v této oblasti, jako je „dieta“, „dietní stravování“, „potravinová alergie“, „intolerance“ a další. Některá onemocnění indukující dietní stravování mají podklad v genetické informaci jedince. Dědí se ovšem pouze dispozice k nim. Jedná se například o fenylylketonurii či galaktosemii. Obdobně je to i s potravinovými alergiemi. Potravinové alergie vyvolávají, na rozdíl od intolerancí, v těle imunologickou reakci. Pokud se dítě s alergenem nikdy neseťká, nepřiměřená reakce se v průběhu života nerozvine. Intolerance může být způsobena systémovým podrážděním, jako reakce na konzervaty, či aroma, nebo nedostatkem některého z enzymů nutného k metabolizaci určité bílkoviny, například lepku nebo laktózy. Potravinové intolerance i alergie se nejčastěji projevují v dětském věku.

Třetí, část teoretické analýzy řešené problematiky, je zaměřena na školní stravování. Zejména jeho historii, financování, současný stav a legislativu, která ho upravuje. Zásadní je v této oblasti vyhláška č. 107/2005 Sb., o školním stravování. Oblast dietního stravování ve školních jídelnách upravuje novela č. 17/2015 Sb., již zmíněné vyhlášky. Jedná se o téměř dva roky fungující systém podložený metodickými doporučeními MŠMT, který má dětem s dietními omezeními umožnit dietní stravování ve školních jídelnách. Upravuje podmínky, pro přípravu dietní stravy v jednotlivých zařízeních školního stravování, která je díky stoupajícímu výskytu alergií a intolerancí mezi dětmi a mládeží stále potřebnější.

PRAKTICKÁ ČÁST

Téma školního stravování pro děti a mladistvé ve věku od 6 do 15 let s dietním omezením, je dle dostupných zdrojů, v posledních pěti letech stále více aktuální. Podílí se na tom zejména vyšší výskyt různých potravinových alergií a nesnášenlivostí u dětí a mladistvých, jak je potvrzeno v teoretické části, ale i preference alternativních výživových směrů ze stran rodičů. Před více než dvěma lety byla uvedena v platnost novela č. 17/2015 vyhlášky č. 107/2005 Sb., o školním stravování, která se zabývá právě implementací dietního stravování do škol a je tedy hlavním legislativním dokumentem upravujícím tuto problematiku. Její podrobnější obsah je rozpracován v rámci teoretické části práce.

V praktické části je zjišťováno, zda a jakým způsobem je v reálném stravovacím zařízení možné zařadit přípravu dietní stravy v rámci finančního, kapacitního a personálního hlediska. Posuzuje, zda jsou ustanovení ohledně této problematiky, zpracované v teoretické části, možná a proveditelná v běžných podmínkách maloměstských a obecních školních jídelen.

5 Příprava šetření

V rámci strukturovaných rozhovorů s vedoucími či ředitelkami školních jídelen zjišťuji, kolik dětí a mladistvých stravujících se v jednotlivých školních jídelnách má nějaké dietní omezení, o jaké omezení se jedná a jaké vstřícné kroky je pro ně vedení stravovacího zařízení schopné provést, nebo již provádí.

5.1 Cíl šetření

Cílem bakalářské práce je zhodnocení přístupu školních jídelen ke stravování dětí a mladistvých s dietním omezením ve věku od 6 do 15 let v Sedlčanském regionu.

Výsledky šetření by měly být podkladem pro návrh doporučení, pro vedoucí/ředitelky školních jídelen a rodiče dětí s dietním omezením, umožňující zlepšení vzájemné spolupráce stravovacího zřízení a rodiny.

5.2 Výzkumné otázky

Na základě cíle šetření, je stanoveno osm následujících výzkumných otázek, na které jsou v praktické části bakalářské práce hledány odpovědi.

Otázka č. 1: Je dietní strava připravována přímo v dotazované školní jídelně, či se stravovací zařízení jinak podílí na poskytnutí dietního oběda dítěti?

Otázka č. 2: Nabízejí školní jídelny strávnickům výběr z více hlavních pokrmů?

Otázka č. 3: Jakým způsobem se vyvíjí využívání školního stravování v posledních 5 letech?

Otázka č. 4: Pokud se školní jídelna v minulosti setkala s žádostí o poskytnutí dietní stravy dítěti, jakým způsobem vypomohla?

Otázka č. 5: Které diety jsou v zařízení v současné době připravovány?

Otázka č. 6: Do jaké míry se změnil přístup školních jídelen k přípravě dietní stravy v návaznosti na nabytí účinnosti novely č. 17/2015 Sb., vyhlášky o školním stravování?

Otázka č. 7: Jakým způsobem spolupracují se stravovacím zařízením rodiče žáků s dietním omezením, jsou ochotni si za podávanou stravu připlatit?

Otázka č. 8: Spolupracují jídelny, případně jakým způsobem, s nutričními terapeuty?

5.3 Charakteristika cílové skupiny

Cílovou skupinou pro dotazování, jsou vedoucí a ředitelky školních jídelen. Od nich jsou získávány informace o žácích stravujících se v místních školních jídelnách, ve věku od 6 do 15 let, docházející na první a druhý stupeň základní školy. Tato cílová skupina byla zvolena ke zmapování současné situace ohledně přípravy dietní stravy ve školních jídelnách, z důvodu jejich přehledu o současné situaci týkající se školního stravování a alespoň částečné znalosti problematiky dietologie.

5.4 Výběr dotazovaných subjektů

Bylo vybráno šest stravovacích zařízení, která fungují při základních školách v blízkosti města Sedlčany. Dvě z nich jsou přímo ve městě, další čtyři se nacházejí v přilehlých obcích, konkrétně na Chlumu, v Sedlci-Prčici, na Vysokém Chlumu a v Nechvalicích. Výběr jídelen nebyl náhodný, zvolila jsem je dle velikosti školy, se kterou spolupracují a dle velikosti obce, ve které se nacházejí. Informace z těchto šesti zařízení by měly postačit k objektivnímu náhledu na problematiku školního stravování pro děti a mládež ve věku 6-15 let s dietním omezením v Sedlčanském regionu.

5.5 Metody šetření

Pro potřeby bakalářské práce bylo zvoleno výzkumné šetření kvalitativní. Jako způsob sběru dat ve stravovacích zařízeních byl připraven strukturovaný rozhovor a to hned ze dvou důvodů. Prvním je malé množství subjektů, kterých se budu dotazovat – strukturovaný rozhovor umožňuje vyšší objektivitu. Druhým je poměrně velké množství informací, které chci od stravovacích zařízení získat. Pro usnadnění orientace v celém šetření je strukturovaný rozhovor rozdělen do tří částí. V první z nich jsou získávány obecné informace o školním

stravování v místním zařízení. Druhá je zaměřena na obecné informace o jídelníčku a ve třetí, je rozebrána možnost přípravy dietní stravy v jídelně. První dvě sekce mají 4 podotázky. Na přípravu dietní stravy ve školních jídelnách je zaměřena má práce, proto je zde podotázek více, konkrétně 10.

5.6 Rozbor otázek použitých ve strukturovaném rozhovoru

Otázky ve vytvořeném strukturovaném rozhovoru jsou rozděleny do tří okruhů.

5.6.1 První okruh otázek

První část strukturovaného rozhovoru nese název: *Informace o školní jídelně a využívání školního stravování*. Začínám získáváním informací spíše obecnějšího charakteru, zajímá mě současný stav. Součástí je tabulka sloužící k zapisování hodnot zjištěných v tomto zařízení a čtyři dílčí podotázky.

	<i>celkový počet</i>	<i>stravující se ve školní jídelně</i>
<i>žáci školy</i>		
<i>zaměstnanci školy</i>		
<i>zaměstnanci jídelny</i>		
<i>další strávníci</i>	-	

Tabulku jsem vytvořila pro snadnější orientaci v zapsaných číslech. Je přehledná, jasná a snadno se z ní dají vyčíst potřebné informace. Udává přehled o počtech žáků na škole, zaměstnanců školy a jídelny a také kolik procent z nich se stravuje v příslušném stravovacím zařízení.

1) *Odkud k vám další strávníci docházejí?*

První podotázka reaguje na možnost kladné odpovědi ze spodní části tabulky. Pokud do stravovacího zařízení docházejí i jiní strávníci, zajímá mě, zda přicházejí z jiné školy, mateřské školy, či úplně odlišné instituce.

- 2) *Jaké funkce zastávají zaměstnanci školní jídelny? (např. kolik je kuchařek, pomocného personálu, ...)*

Druhá podotázka rozšiřuje informace o zaměstnancích jídelny. Zjišťuji, kdo jídla připravuje, kolik zaměstnanců jim stačí na výdej určitého počtu porcí, zda v jídelně pracuje nějaký pomocný personál a tak podobně.

- 3) *Změnil se v posledních letech výrazně počet strávníků?*

Třetí podotázka má za úkol zjistit, zda se počet lidí, kteří si ve školní jídelně objednávají oběd, v posledních přibližně pěti letech nějak výrazně zvýšil, či snížil. Osobně předpokládám spíše snížení počtu strávníků například díky přípravě oběda doma rodičem. Důvodem pro tuto možnost může být dietní omezení dítěte, alternativní výživový směr rodiny, nebo to že dítě na obědy nedocházelo, tudíž bylo zbytečné mu je platit. Další možností je, že děti a dospívající, dostávají od rodičů peníze na oběd, který si následně sami kupují ve školním bufetu, či pokud mají povoleny vycházky mimo budovu školy, v přilehlé pekárně, nebo stánku s rychlým občerstvením.

- 4) *Připravuje jídelna i jiná jídla kromě oběda? Pokud ano, jaká?*

Čtvrtá podotázka směřuje zejména k tomu, zda stravovací zařízení připravuje v dopoledních či odpoledních hodinách pro děti a mládež přesnídávky, svačiny, různé nápoje, jako například čaje nebo ovocná mléka. Typické bývají tyto možnosti zejména pro stravovací zařízení při mateřských školách. Na základních školách se s tímto již téměř nesetkáváme.

5.6.2 Druhý okruh otázek

Druhá část strukturovaného rozhovoru je již zaměřena více na stravování. Její název: *Obecné informace o jídelničce*, avizuje, že pozornost se nyní bude upírat k tomu, jak jsou jídelničky v místním stravovacím zařízení tvořeny, co obsahují a jaká je možnost výběru jídel. Podotázky jsou opět čtyři.

- 1) *Mají u vás v jídelně strávníci možnost vybrat si ze dvou jídel?*

První podotázka zjišťuje, zda si strávníci v této školní jídelně mohou vybrat ze dvou hlavních jídel. Předpokládám, že ve většině stravovacích zařízení, ve kterých provedu šetření,

tato možnost bude. Možnou výjimkou jsou zařízení současně připravující jídla pro mateřskou školu, kde se výběr z jídel nepřipravuje.

2) *Nabízíte denně vegetariánské (bezmasé) jídlo?*

Druhá podotázka předpokládá výběr nejméně ze dvou hlavních jídel. Pokud tedy některé zařízení připravuje pouze jednu možnost oběda, stává se tato otázka bezpředmětnou. Nastane-li takováto situace, podotázku dvě při dotazování přeskočím.

3) *Doplňujete denní obědové menu o polévku, salát, ovoce či dezert?*

Třetí podotázka směřuje k celkovému pojetí obědového menu. Dle zákona je součástí oběda vždy polévka. Někdy je přidán ještě dezert, ovoce nebo salát. Zajímá mě, jak zařízení menu v rámci oběda sestavují a kterým doplňkům dávají kupříkladu přednost. Zjišťuji také rozsah služeb, které si rodiče pro své děti mohou objednat.

4) *Mají strážníci možnost výběru z několika nápojů v rámci oběda?*

Čtvrtá podotázka je podobného zaměření jako podotázka první, netýká se však nabídky jídel, nýbrž nápojů. K vidění jsou ve školních jídelnách například várnice s čajem, ovocným mlékem, bílou kávou, sladkou ovocnou šťávou, nebo ředěným džusem. Odhaduji, že děti a mladiství na prvním a druhém stupni základní školy dávají přednost nápojům barevným a ochuceným.

5.6.3 Třetí okruh otázek

Třetí část, tedy poslední, se zabývá *Dotazy ohledně dietního stravování*. Předpokládám, že stravovací zařízení, která jsem si vybrala, již nějaké zkušenosti v tomto ohledu mají, jelikož součástí e-mailu, v němž uvádím, na co se má práce zaměřuje, jsou i příklady otázek, které jim mohou být položeny. Stravování pro děti a mladistvé ve věku od 6 do 15 let s dietním omezením je hlavním tématem mé práce, proto jsem ve třetí části, vytvořila více podotázek, než v předchozích dvou okruzích, konkrétně deset.

1) *Byli jste v minulosti požádáni o zajištění dietního stravování? V jakém rozsahu?*

Abych mohla pokračovat v pokládání většiny dalších otázek z tohoto okruhu, domnívám se, že odpověď na podotázku číslo jedna bude kladná. Ať už v jakékoli formě, myslím, že se v dnešní době již většina stravovacích zařízení s nějakým dietním omezením setkala a byla nucena ho různými cestami řešit.

2) *Kolika žáků/zaměstnanců se výše zmíněné opatření týkalo?*

V druhé podotázce zjišťuji míru zkušeností jednotlivých zařízení s dietními omezeními. Zároveň otázku rozšiřuji i na zaměstnance školy, například učitele, ředitele nebo ostatní školní pracovníky, včetně pracovníků jídelny. I když se tedy má práce zaměřuje na děti a mladistvé na prvním a druhém stupni základní školy, v tuto chvíli mě zajímá jakákoli zkušenost s přípravou dietní stravy v dotazovaném stravovacím zařízení.

3) *O jaké diety/jaká onemocnění se jednalo?*

Ve třetí podotázce se dostávám ke konkrétním příkladům potravinových alergií či nesnášenlivostí a tedy i různým typům diet, či léčebné stravy, které s nimi souvisí. Zřejmě nejčastější zkušenost budou mít školní jídelny s přípravou stravy bezlepkové, tedy pro celiaky a jedince s alergií na lepek. Dalším častým onemocněním souvisejícím s dietním omezením je alergie na laktózu či její nesnášenlivost.

4) *Jakou formou jste vypomohli?*

Čtvrtá podotázka má získat informace o praktickém řešení situace. Co tedy následovalo po tom, co vás rodiče žáka o zajištění dietního stravování požádali? Zajistili jste přípravu jídla? Ohřívali jste dítěti v jídelně pokrm připravený z domova? Nebo jste vypomohli úplně jiným způsobem? Myslím, že odpovědi jednotlivých zařízení na tuto otázku se budou značně lišit.

5) *Od 1. února 2015 vešla v platnost novela č.17/2015 vyhlášky č. 107/2005 Sb. o školním stravování, co všechno se v jídelně v souvislosti s touto vyhláškou změnilo?*

Novela vyhlášky o školním stravování č.17/2015 Sb. mnohé v předepsaném přístupu pro stravovací zařízení k dětem s dietním omezením změnila. Proto mě v rámci páté podotázky zajímá, jak si s tím vybrané školní jídelny poradily. Pátrám po konkrétních změnách či úpravách, ke kterým muselo dojít. Již v únoru 2015, kdy vešla novela vyhlášky

v platnost pouze den po jejím rozeslání, vyvolala mezi vedoucími a pracovníky školních jídelen značnou nevoli. Pro názornost přikládám reakci jednoho z diskutujících z doby, kdy se toho o novele ještě příliš nevědělo, ale již se jí měla stravovací zařízení řídit. Pocházejí ze serveru www.jidelny.cz, který slouží ke komunikaci a sdílení nápadů či názorů pracovníků v oblasti školního stravování.

„Která škola si najme nutričního terapeuta, aby ji vybral vhodné potraviny a sestavil jídelníček? Podle mého názoru vyhláška zlikviduje vaření diet zejm. v malých školkách a školách, kde to doteď fungovalo bez problémů. Nebo se to bude dělat dál, ale tajně - jako že "my tady žádné dítě s dietou nemáme"....“

Tomu říkám podpora dietního stravování, 30. 1. 2015, autor: veed³²

6) *Zúčastnili jste se proškolení v rámci novely?*

Šestá podotázka se stále ještě týká informací kolem novely č.17/2015 vyhlášky č. 107/2005 Sb. Zajímá mě, zda se vedoucí stravovacích zařízení, popřípadě někteří zaměstnanci mající na starost přípravu dietních pokrmů, zúčastnili proškolení v rámci této novely. Školení byla, dle oznámení MŠMT k dispozici. Z informací ovšem nevyplývá, zda byla povinná. Předpokládám tak alespoň pro vedoucí školních jídelen, či jiné osoby odpovědné za chod zařízení.

7) *Spolupracujete, nebo plánujete spolupracovat s nutričním terapeutem?*

Nutriční terapeuti jsou pro stravovací zařízení, která chtějí ve svém provozu připravovat dietní pokrmy od 1. září 2015 nezbytností. V podotázce číslo sedm se ptám na stávající, nebo plánovanou spolupráci jídelny s nutričním terapeutem.

Jednou z nejasností, související s nástupem nutričních terapeutů do praxe, bylo jejich platové ohodnocení. Ohledně financí se v době uvedení novely vyhlášky v platnost hodně diskutovalo a to hlavně ze strachu, aby se peníze na platy pro nutriční terapeuty neubíraly z peněžního ohodnocení dalšího personálu. Zde opět uvádím jeden z příspěvků do diskuze zabývající se touto problematikou.

³² dostupné z: http://www.jidelny.cz/show_diskuse.aspx?clanekID=1521

„To se nedá ani komentovat, je to urážení zaměstnanců školních jídelen, celé roky ženské - chlapi vaří diety a vše bylo v pořádku a za nejnižší plat! A NT určí -hodinovou sazbu 450,-Kč. A co mi řekne, že nemám dávat mouku u bezl. diety, to my děláme zadarmo. Je mi z toho na nic!!!“

pokyny, 8. 4. 2015, autor: maty200³³

8) Jak byste zhodnotila praxi před novelou vyhlášky a po ní?

V osmé podotázce se opět dostáváme k porovnání praxe před datem 1. února 2015, respektive 1. září 2015 a po něm. Tedy, jak řešilo zařízení problém dietního stravování v době před platností novely a v době její účinnosti. Jak jsem se již zmiňovala v rámci vysvětlení podotázky číslo pět, předpokládám vyšší spokojenost se stavem před novelou vyhlášky.

9) Jak v současné době spolupracujete s rodiči?

V dotazování pokračuji otázkou o stejně důležitých, ne-li důležitějších osobách zasahujících do této problematiky, rodičích dětí stravujících se ve školních jídelnách. Předposlední podotázka zjišťuje jak spolu rodiče a osoba zodpovědná za vedení školní jídelny komunikují.

10) Jakým způsobem rodičům pomáháte řešit speciální dietní stravování pro jejich dítě?

Poslední, desátá podotázka opět získává informace o praktickém fungování zařízení ve vztahu k dietnímu stravování. Ptám se, z pohledu rodiče, co pro dítě může jídelna udělat, jak mu může usnadnit implementaci mezi ostatní děti tak, aby mohlo být součástí třídy.

³³ dostupné z: http://www.jidelny.cz/show_diskuse.aspx?clanekID=1521

6 Šetření ve stravovacích zařízeních

Připravované šetření probíhalo v časovém rozmezí čtyř dnů, což mi zjednodušilo porovnávání a vyhodnocování jednotlivých odpovědí. Dostavila jsem se do každého z vybraných zařízení a pokládala jednotlivé otázky vedoucím a ředitelkám školních jídelen. Role tazatele pro mne byla novinkou. Dotazování mi usnadňovala skvělá spolupráce, ochota a příjemné vystupování každé z dotazovaných.

6.1 Průběh strukturovaných rozhovorů

Rozhovory probíhaly vždy v prostorách daného stravovacího zařízení. Většinou se jednalo o dopolední hodiny, tedy dobu, kdy jsou obědy, případně svačiny, v jídelně připravovány. V pěti případech ze šesti, jsem vedla rozhovor pouze s vedoucí či ředitelkou školní jídelny. Pouze jednou, byla přítomna kromě vedoucí školní jídelny, také ředitelka školy, konkrétně ve stravovacím zařízení při ZŠ a MŠ Chlum. Dvě z jídelen fungují jako samostatné právní subjekty, a to Školní jídelna 1. ZŠ Sedlčany a Školní jídelna 2 při 2. ZŠ Propojení. Zbylé organizačně spadají pod školu, při které fungují. Čtyři z dotazovaných si nepřály, abych při citování jednotlivých odpovědí z rozhovoru, v rámci své práce uváděla jejich jméno, nahradím ho tedy pouze jménem zařízení, či názvem obce, ve které jsem šetření prováděla. V polovině rozhovorů, jsem musela vynechat některé otázky, jelikož se současné vedení ještě nesetkalo s přípravou dietní stravy a to z různých důvodů.

Časový rozsah rozhovorů byl původně odhadován na 30 minut. Ukázalo se, že dotazování lze stihnout v časovém úseku přibližně 10 minut. Kolem tohoto času oscilovala délka každého z rozhovorů.

6.2 Vyhodnocení výsledků šetření

V této části jsou uvedeny a porovnány informace získané vedením připraveného strukturovaného rozhovoru s vedoucími a ředitelkami školních jídelen. Součástí jsou přepisy některých odpovědí z jednotlivých zařízení. V rámci citací z rozhovorů uvedu jméno dotazované spolu s názvem jídelny, kterou má na starosti, nebo pouze název jídelny.

Porovnávání odpovědí chronologicky kopíruje postupně kladené otázky z připraveného strukturovaného rozhovoru.

6.2.1 Informace o školní jídelně a využívání školního stravování

Pro zařízení, která fungují jako samostatné právní subjekty, i když vždy stojí v blízkosti některé ze škol, byl počet studentů v místní škole těžko zjistitelný, proto jsem se spokojila s počtem žáků, kteří se stravují v jídelně. Největší počet strávníků dochází do Školní jídelny 1. ZŠ Sedlčany, konkrétně 697. Druhé místo obsadila Školní jídelna 2, která se nachází také ve městě Sedlčany, s 500 strávniky. Ředitelka zmiňované jídelny, je ovšem omezena kapacitou zařízení.

„Jsme malá jídelna do pěti set vařených jídel. Takže v podstatě máme těch pět set strávníků de facto každý rok. A ještě by byl třeba větší zájem ze strany gymnázia, ale už třeba nemůžu kolikrát ty děti přijmout, protože kapacita je naplněná.“

Zdeňka Malíčková, ředitelka Školní jídelny 2 při 2. ZŠ Propojení

Ze školní jídelny v Sedlci-Prčici odebírá stravu 436 jedinců, řadí se tedy na třetí místo. Ostatní jídelny jsou již o mnoho menší, do stravovacího zařízení při ZŠ a MŠ Chlum dochází 172 strávníků, ve školní jídelně v Nechvalicích počet kolísá kolem 95 stravujících a kapacitně nejmenší školní jídelnou je zařízení na Vysokém Chlumci s pouhými 54 strávniky.

Z celkového počtu žáků na škole, jich jen minimum nedochází do přilehlého stravovacího zařízení na oběd. V zařízeních, kde se mi podařilo tuto informaci získat (Sedlec-Prčice, Chlum, Nechvalice a Vysoký Chlumec), se většinou jedná pouze o 2-3 žáky, v Nechvalicích dokonce využívá školní stravování 100 % školáků. Pouze ve školní jídelně v Sedlci-Prčici mluvíme o číslu vyšším. Zde se nestravuje v jídelně 28 žáků z celkových 244, v přepočtu na procenta se však jedná jen o necelých 12 %. V Sedlčanském regionu je o školní stravování velký zájem. Většina žáků škol, ve kterých jsem prováděla šetření, školní jídelnu navštěvuje pravidelně.

Dále mě zajímal počet zaměstnanců školy a také kolik z nich se stravuje v místní školní jídelně. Tuto informaci opět nebylo možné získat v zařízeních fungujících samostatně, jelikož nemají k přesným počtům zaměstnanců blízké školy přístup. Zjistila jsem tedy alespoň

celkový počet zaměstnanců, pro které vaří. Ve Školní jídelně 1. ZŠ Sedlčany připravují obědy pro 68 zaměstnanců, toto číslo v rámci celého roku lehce kolísá. Školní jídelna 2 při 2. ZŠ Propojení vaří obědy přibližně pro 40 zaměstnanců. Zbylé čtyři školní jídelny uvádějí přesné počty. Škola v Sedlci-Prčici má 29 zaměstnanců, pouze jeden pravidelně neodebírání školní obědy. Škola v Nechvalicích zaměstnává 10 lidí, Chlum 22 a Vysoký Chlumeč 8. Všichni zaměstnanci posledních tří zmiňovaných škol se stravují v místních školních jídelnách. Z této části průzkumu vyplývá, že většina učitelů, i jiných pracovníků školy, využívá možnost školního stravování téměř 100 %.

Počet zaměstnanců ve školních jídelnách se mění dle kapacity zařízení. Zaměstnance uvádím včetně ředitelek a vedoucích školních jídelen. Nejvíce zaměstnanců pracuje ve Školní jídelně 1. ZŠ Sedlčany, přesněji 12. Školní jídelna 2 při 2. ZŠ Propojení využívá sil 8 zaměstnanců, stravovací zařízení v Sedlci-Prčici zaměstnává 6 lidí, v jídelně na Chlumu pracují 4 lidé a Nechvalice využívají ve svém zařízení pracovní sílu 3 zaměstnanců. Pouze 2 lidé jsou zaměstnáni ve stravovacím zařízení na Vysokém Chlumci.

Po odečtení pracovníků, kteří nezajišťují v jídelně přípravu jídla, jsem zjišťovala, kolik průměrně musí jedna kuchařka či pomocná síla připravit obědů za dopoledne v případě, že si všichni objednaní strávníci své jídlo vyzvednou. Přibližně se jedná o 50-87 obědů na osobu. Nejméně, tedy 50 jídel, musí průměrně za dopoledne připravit jeden zaměstnanec v Nechvalicích. Naopak nejvíce připravovaných pokrmů, konkrétně 87,2, připadá na jednoho zaměstnance ve školní jídelně v Sedlci-Prčici. Zajímavé je, že obě stravovací zařízení zároveň připravují přesnídávky i svačiny pro mateřskou školu. Ostatní jídelny se pohybují v číslech od 54 do 71 připravených obědů na osobu. Důležité je si uvědomit, že oběd neznamena pouze hlavní jídlo a také, že hlavní jídlo často neznamena jen jeden druh pokrmu.

Všichni zaměstnanci dotazovaných školních jídelen se v místních stravovacích zařízeních stravují. Jedná se o povinnost danou zákonem, která může být omluvena pouze v případě doložení zdravotních problémů lékařem. Ve zkoumaných zařízeních nikdo o tuto výjimku nepožádal.

V poslední části tabulky uvádím počty cizích strávníků, tedy lidí, kteří si v daném stravovacím zařízení objednávají jídlo, ale nestudují v přilehlé základní škole. Obě školní jídelny v Sedlčanech, tedy samostatné právní subjekty, poskytují stravování nejen základním

školám, v jejichž blízkosti působí, ale i dalším zařízením. Nelze tedy říci, zda se v tomto případě jedná o skutečně „cizí“ strážníky.

Školní jídelna 1. ZŠ Sedlčany zajišťuje stravování pro větší část žáků a profesorů Sedlčanského gymnázia, při kterém žádné stravovací zařízení nepůsobí a také pro 31 žáků a 9 zaměstnanců Základní školy Sedlčany, která je součástí sítě speciálních škol v České republice. Žáci a profesori gymnázia obědvají přímo ve školní jídelně, pro strážníky Základní školy Sedlčany je v zařízení jídlo denně vyzvedáváno. Do Školní jídelny 2 při ZŠ Propojení dochází zbylá část žáků a kantorů gymnázia v Sedlčanech a také učitelé ze Základní umělecké školy Sedlčany, kterých je přibližně 10. Školní jídelna Sedlec-Prčice nabízí stravování i místní mateřské škole. Připravuje stravu pro 110 dětí ze školky a 12 zaměstnanců zde pracujících. Dále umožňuje vyzvednutí oběda pro 25 dětí z MŠ Heřmaničky, což je školka sídlící v blízké vesnici. Posledními cizími strážníky jsou lidé z řad veřejnosti, například důchodci nebo maminky na mateřské dovolené. Školní jídelna v obci Chlum vaří kromě základní školy, také pro školu mateřskou. Obě tyto instituce sídlí ve stejné budově, přesto počítám 56 dětí z MŠ Chlum mezi cizí strážníky. Na Vysokém Chlumci je situace obdobná, liší se pouze počet dětí z mateřské školy. Zde jich je přihlášených 26. Jako poslední zmiňuji cizí strážníky docházející do školní jídelny Nechvalice. Opět zde vaří pro přilehlou mateřskou školu, kam dochází 22 dětí, ale také pro veřejnost. Často se v jídelně stravují zaměstnanci Agronomy Nechvalice. Množství objednaných porcí se zde liší i dle ročního období.

Nejčastějšími cizími strážníky jsou děti a zaměstnanci mateřských škol sídlících ve stejné obci, konkrétně ve čtyřech ze šesti jídelen. Dalšími jsou žáci a kantoři škol, které nemají vlastní školní jídelnu, což se děje převážně v Sedlčanech. Žádná z jídelen obědy nerozváží, tři z nich umožňují výdej s sebou. Lidem z řad veřejnosti, která nezahrnuje učitele, ani žáky jiných škol či školek, poskytují obědy dvě školní jídelny. Jedna v Sedlci-Prčici a druhá v Nechvalicích. Tímto jsem nejen porovnála údaje v tabulce, ale také odpověděla na první podotázku zajímaví se o to, odkud do zařízení cizí strážníci docházejí.

„Jaké funkce zastávají zaměstnanci školní jídelny?“

Mezi zaměstnanci školních jídelen se objevují klasické posty jako hlavní kuchařka, kuchařka nebo pomocná síla. Samozřejmostí je i vedoucí či ředitelka školní jídelny. Funkce, která nebyla příliš obvyklá, přesněji jsem se s ní u jiných jídelen nesešla, se nazývala skladová účetní. Zaměstnanec na tomto postu se věnuje kontrole skladových zásob a přijatých

potravin. Také funguje jako dozor ve školní jídelně v době oběda. Jednalo se o pracovníka Školní jídelny 1. ZŠ Sedlčany.

„Změnil se v posledních letech výrazně počet strávníků?“

Jídelna v Nechvalicích působí teprve dva roky, zde tedy žádné výrazné změny neproběhly. Stále stejný počet strávníků si z kapacitních důvodů musí hlídat Školní jídelna 2 při 2. ZŠ Propojení, i přesto, že zájem o jejich služby je často větší, než mohou uspokojit. Vysoký Chlumeck si udržuje také stále stejný počet strávníků, i když vedoucí jídelny připomíná, že dříve součástí školy bývala ještě speciální třída, která zde již nefunguje. Jednalo se tedy o skokové snížení strávníků z důvodu zrušení zmíněné třídy. Ostatní jídelny naopak hlásí stoupající trend v počtu strávníků. Vzhledem k mému předpokladu, že žáků využívající školní stravování bude spíše ubývat, je toto zjištění překvapením. Zájem o stravu ze školních jídel je zde velmi vysoký.

„Připravuje jídelna i jiná jídla kromě oběda? Pokud ano, jaká?“

Jiná jídla připravují čtyři jídelny. Nechvalice, Sedlec-Prčice, Chlum a Vysoký Chlumeck. Všechny z nich spolupracují kromě základní školy i s mateřskou školou. Příprava tedy zahrnuje přesnídávky a odpolední svačiny právě pro MŠ. Do základních škol přesnídávky ani svačiny dodávány nejsou.

6.2.2 Obecné informace o jídelníčku

„Mají u vás v jídelně strávníci možnost vybrat si ze dvou jídel?“

Stravovací zařízení na Vysokém Chlumci, v Nechvalicích ani na Chlumu výběr z více jídel neumožňují. Školní jídelna 1. ZŠ Sedlčany připravuje výběr ze tří pokrmů. Druhá Sedlčanská jídelna, fungující poblíž 2. ZŠ Propojení, nabízí denně výběr ze dvou hlavních jídel. Ve stravovacím zařízení v Sedlci-Prčici mne zaujala snaha vyhovět strávníkům a zároveň odlehčit personálu. Myslím, že toto je v malé jídelně krok správným směrem.

„Mají, ale pouze tři dny v týdnu. Úterý, středa, čtvrtek.“

vedoucí školní jídelny Sedlec-Prčice

Zařízení, která připravují pouze jeden hlavní chod, dodávají zároveň jídla do mateřských škol, kde výběr není povolený.

„Nabízíte denně vegetariánské jídlo?“

Denně nabízí bezmasé jídlo pouze jediné stravovací zařízení. Jídelna 1. ZŠ Sedlčany si toto může dovolit právě díky nabídce tří hlavních chodů. Díky tomu se jí daří plnit spotřební koš a zároveň vyhovět strávnickům preferujícím alternativní způsob stravování.

„Denně ne. Pak bychom neplnili spotřební koš, který je pro nás zásadní.“

Zdeňka Maličková, ředitelka Školní jídelny 2 při 2. ZŠ Propojení

„Denně ne, ale snažím se, většinou tak dvakrát, třikrát do měsíce na dvojce. Na jedniče to nedávám, protože by mi nevyšel spotřební koš. Takže do školky to neposílám.“

vedoucí školní jídelny Sedlec-Prčice

Není možné dodržovat spotřební koš a zároveň denně podávat vegetariánské jídlo, nejsou-li nabízeny více než dva hlavní chody. Toto lze umožnit pouze v případě, že všichni strávníci, či jejich zákonní zástupci budou souhlasit s laktoovovegetariánskou stravou. Bude-li tomu tak, lze použít předepsané výživové normy vynechávající z jídelníčku maso.

„Doplňujete denní obědové menu o polévku, salát, ovoce či dezert?“

Všechny jídelny doplňují obědové menu o polévku. Předkrm, který by případně mohl nahradit polévku, se neobjevuje. Dezert, salát, či ovoce zařazuje každé stravovací zařízení dle svého uvážení.

„Podle školského zákona musí být součástí polévka, plus by se měl plnit spotřební koš, takže je potřeba dávat ovoce, je potřeba dávat zeleninové saláty. Někdy je nějaký mléčný výrobek taky... Aby se plnil spotřební koš, musíme. A nápoje jsou samozřejmě součástí.“

ředitelka Školní jídelny 1. ZŠ Sedlčany

„Polévka je každý den, ovoce jednou až dvakrát týdně, někdy pečeme i své moučníky, to většinou bývá jednou do měsíce a saláty jsou také tak jednou, dvakrát do týdne. Záleží na tom, co se vaří... K čemu se to hodí... A také jaká je finanční situace.“

vedoucí školní jídelny Sedlec-Prčice

„Každý den něco mají, ty děti. Určitě... Já to tady mám i napsané jak vidíte, sice jen tužkou, ale... Mají salát, nebo mají ovoce, zeleninu, k pití jsem dneska dávala ochucené mléko, čínské zelí měly. Zkrátka snažíme se, jak to jde...“

vedoucí školní jídelny ZŠ a MŠ Vysoký Chlumec

„Mají strážníci možnost výběru z několika nápojů v rámci oběda?“

Jelikož je zákonem daná povinnost nabídnout dětem vždy jeden slazený a druhý neslazený nápoj, všechny jídelny se tímto nařízením řídí. Přesto, že jsem předpokládala, že děti a dospívající, se budou čisté vodě vyhýbat, čtyři ze šesti stravovacích zařízení nabízejí denně jako nápoj čistou vodu.

„Když se dělá sladké jídlo, tak mají mléko a většinou vodu k tomu. Že nemají třeba čaj a šťávu, ale čaj a vodu, šťávu a vodu, protože většinou tu šťávu, že jo, by hned vypili. Takže většinou vodu k tomu, no.“

vedoucí školní jídelny ZŠ a MŠ Nechvalice

Přesto je i z předchozí citace z rozhovoru znát jistá preference slazených nápojů.

„Určitě. Je tam sladká varianta, buď je čaj, sladký i nesladký, šťáva, čistá voda, ta je každý den a potom ochucené mléko, nebo bílá káva... Prostě mléčný nápoj.“

ředitelka Školní jídelny 1. ZŠ Sedlčany

„Ano, dáváme vždycky čaj, nebo nějaký sirup, mošt, mléko... A potom ještě mají možnost si vybrat sladký, nebo neslazený nápoj. Nebo třeba i voda s citronem se dává.“

Jana Červenková, vedoucí školní jídelny ZŠ a MŠ Chlum

6.2.3 Dotazy ohledně dietního stravování

První podotázka ve třetí části rozhovoru je naprosto zásadní. U vybraných zařízení jsem předpokládala kladnou odpověď, jelikož se tak v polovině případů nestalo, musela jsem některé z následujících dotazů vynechat.

„Byli jste v minulosti požádáni o zajištění dietního stravování? V jakém rozsahu?“

Tři z vedoucích školních jídelen se ještě po dobu svého působení ve funkci s nezbytností přípravy dietní stravy nesetkaly. Školní jídelna v Nechvalicích funguje teprve druhým rokem a zatím se s podobnou situací nepotýkala. Vedoucí školní jídelny na Vysokém Chlumci nastoupila na svou pozici teprve v září tohoto roku a s dietním stravováním zkušenosti nemá. Ani školní stravovací zařízení v Sedlci-Prčici ještě nemuselo nic takového zvažovat. Místní vedoucí uvádí: *„Nebyli. Zatím mě o to nikdo nepožádal.“* Kladné odpovědi jsem se dočkala ve školní jídelně na Chlumu a v obou Sedlčanských stravovacích zařízeních.

„Jednou sem chodila žákyně, která měla celiakii, takže jsme se jí snažili vyjít vstříc. A s rodičema jsme to tak nějak dávali dohromady, aby mohla chodit na ty obědy tady.“

Jana Červenková, vedoucí školní jídelny ZŠ a MŠ Chlum

„Byli jsme v minulosti požádáni. Jednalo se o dočasný problém, kdy třeba dítě mělo mononukleózu, nebo zkoušeli, zda bude mít bezlepkovou dietu. Bylo třeba po nějakém zánětu žaludku a podobně, tedy nic složitějšího to nebylo. V podstatě jsme se snažili vyhovět. Ale právě od té doby co ty diety musí být dané, přiznané, tak my tu teď problém nemáme, diety nevaříme. Já bych do toho dietního stravování, protože jsem původně dietní sestra, ani nešla, protože vím, co to obnáší a jak to jídlo může zapůsobit na toho nemocného člověka. Tam právě jde i o tu přípravu toho jídla. Ty kuchařky jsou strašně šikovné, ale nerozumí dietnímu stravování a nemohla bych ručit za to, že se nic nestane. Neznají všechny dietní postupy,

přípravy všech jídel a nemůžu to ani po nich chtít. I kdyby byly vyškolené, tak v podstatě to pro mě není záruka, takže bych se do tohohle bála jít. Pak je tam samozřejmě, že by to mělo být konzultováno s dietním terapeutem. Tam je zase problém, že ti dietní terapeuti nejsou místní, já sama bych to dělat nemohla, protože nemám kredity, nedělám jako dietní sestra, takže nesbírám kredity což je problém. Takže sama bych si to dělat nemohla. Pak další problém by byl platit tu dietářku, která by to teda odsouhlasila, ale ona tady v místě nebude u toho vaření, ona jen odsouhlasí jídelniček, což nestačí podle mého názoru. To je prostě špatně. Za další tedy, pakliže diety, tak na to musí být uzpůsobený prostor v kuchyni, kde to dělat, aby se ty provozy nemísily, což se prostě nesmí. Vybavení, nádobí, pak mít sporák, kde by se tyhle jídla vařila, na ty malé kastrůlky, to je... Nelze prostě říct budeme vařit diety a jedem... Na to nejsme zařízený...“

Zdeňka Malíčková, ředitelka Školní jídelny 2 při 2. ZŠ Propojení

V rámci této odpovědi byl ředitelkou Školní jídelny 2, Zdeňkou Malíčkovou, zároveň shrnut i její názor na přípravu dietního stravování v místních podmínkách. Je vidět, že pro jejich jídelnu je příprava dietní stravy téměř neslučitelné s běžným provozem, ale také s osobním postojem ředitelky.

„Kolik žáků/zaměstnanců se výše zmíněné opatření týkalo?“

Školní jídelna při ZŠ a MŠ Chlum byla po dobu své existence požádána o zajištění dietního stravování pouze jednou. Obě jídelny v Sedlčanech zmiňují pouze několik málo případů. Ředitelka Školní jídelny 1. ZŠ Sedlčany hovoří o přibližně pěti dětech.

„My jsme fakt měli jenom dočasný opatření a třeba to byl jeden dva žáci za rok... No opravdu výjimečně. Pokud bych se ale vyloženě zeptala rodičů, kolik dětí má alergii na potraviny, tak si myslím, že těch dětí by bylo celkem dost. A ty zřejmě teda na obědy nechodí. Chodí sem jeden klouček, ten teda toho posbíral hodně, ten má spoustu nemocí. Tomu rodiče jídlo nosí a my mu to tady jen ohříváme. To lze, v tom problém není.“

Zdeňka Malíčková, ředitelka Školní jídelny 2 při 2. ZŠ Propojení

V předchozí odpovědi si lze všimnout zmínky o odhadu počtu dětí a mládeže s potravinovými alergiemi. Ze získaných dat vyplývá, že ne všichni rodiče dětí s potravinovým omezením skutečně požádají jídelnu o pomoc.

„O jaké diety/jaká onemocnění se jednalo?“

Nejčastěji zmiňovaná je dieta bezlepková. Její přípravu si vyzkoušela všechna zařízení. Dalšími zmiňovanými jsou potravinové alergie na vejce a mléko, nebo šetřící dieta po zánětu žaludku či mononukleóze.

„Jakou formou jste vypomohli?“

„Tak bylo to vždycky po dohodě s rodiči. Rodiče si třeba i přispěli na nějaké suroviny.“

Jana Červenková, vedoucí školní jídelny ZŠ a MŠ Chlum

Rodiče platí svými příspěvky pouze malou část celkové ceny oběda. Mnozí z řad rodičů, by dle mého názoru, neměli problém si drobnou částkou na stravování svých dětí, trpících jedním z onemocnění indukujících dietní stravu, přispět.

„Vypomáhali jsme tak, že se dá vždycky složit jídelníček tak, aby prostě to dítě se najedlo. Aby dostalo maso, aby k tomu dostalo přílohu... A vzhledem k tomu, že je možnost vybrat si ze tří jídel, takže vždycky se to nějak podařilo.“

ředitelka Školní jídelny 1. ZŠ Sedlčany

„Od 1. února 2015 vešla v platnost novela č. 17/2015 vyhlášky č. 107/2005 Sb. o školním stravování, co všechno se v jídelně v souvislosti s touto vyhláškou změnilo?“

Na pátou podotázku jsem se dotázala všech šesti vybraných školních jídelen. Žádná z nich, od uvedení novely vyhlášky v platnost, dietní stravování nepřipravuje. Pro jídelny v Sedlčanech je zmíněna novela zřejmě nepřekonatelnou překážkou, ovšem stravovací zařízení v menších obcích spíše nemají důvod dietní stravu vařit, jelikož nebyli rodiči o zajištění přípravy diet požádání. Vedoucí většiny zařízení si žádnou změnu v souvislosti s novelou vyhlášky neuvědomují. Pouze ředitelka Školní jídelny při 1. ZŠ Sedlčany uvádí:

„Ano změnilo. My to oficiálně vlastně nevaříme. Ale zase ty děti mají možnost, když přijdou, tak že si můžou navolit... Protože většinou tam to jídlo, každý den je, které neobsahuje lepek... Anebo, prostě si řeknou kuchařkám, nechceme omáčku, takže dostanou maso, přílohu, ale nemají omáčku, která je zahušťovaná. Takže to jakoby jde zařídit. Ale není to oficiálně. Oficiálně máme vlastně jednoho cukrovkáře, takže tomu... No zase oficiálně, to

zrovna do diet zahrnutý není, do té vyhlášky, takže tomu se každý den odvažuje, kolik může čeho sníst, takže ten to má oficiální. Jakože když přijde kontrola, tak ho tady máme vedeného. Ale ten není, jak říkám zahrnutý ve vyhlášce. Na to vyhláška vůbec nemyslí.“

Je pravdou, že děti a dospívající s onemocněním diabetes mellitus I. typu v novele vyhlášky zařazení nejsou. Jejich stravování je dle metodiků natolik individuální, že jsou pro ně postupy dané vyhláškou nevhodné. Jídelna přípravu diet obchází díky velkému výběru z pokrmů, který dětem umožňuje navolit si pro ně vhodná jídla.

„Zúčastnili jste se proškolení v rámci novely?“

Školení pro vedoucí a ředitelky školních jídelen k dispozici byla, ne však povinná. Dvě z šesti vedoucích se žádného proškolení týkajícího se novely nezúčastnily. Jedna, ze zařízení v Sedlci-Prčici se o problematiku aktivně zajímala, ale jelikož se jí to zatím nedotýkalo, na žádném speciálním školení nebyla. Ředitelky jídelen v Sedlčanech a vedoucí školní jídelny na Chlumu se školení zaměřených na dietní stravování zúčastnily. Pouze ředitelka Školní jídelny 1. ZŠ uvádí, že kromě ní, si školením prošla ještě hlavní kuchařka.

„Spolupracujete, nebo plánujete spolupracovat s nutričním terapeutem?“

Podotázka svým způsobem, kromě hlavního sdělení, zjišťuje, zda o přípravě diet v budoucnosti některá zařízení alespoň uvažují. Striktní „ne“ odpověděly obě ředitelky Sedlčanských jídelen. Vedoucí v Nechvalicích a na Vysokém Chlumci o této možnosti zatím nepřemýšlely, vzhledem k tomu, že nebyly požádány, nenastal důvod o podobné situaci uvažovat. V Sedlci-Prčici a na Chlumu jsou vedoucí školních jídelen spolupráci s nutričním terapeutem příznivě nakloněny.

„V současné době to nepotřebujeme. Pokud by tedy tady nastala ta situace, že by to nějaké dítě potřebovalo, tu dietu, a rodiče by chtěli, aby se tady stravovalo, tak bychom zřejmě museli spolupracovat. Nebráníme se tomu. Víme, že je to pořád otevřené.“

Jana Červenková, vedoucí školní jídelny ZŠ a MŠ Chlum

„Zatím nespolupracujeme. Zaleží to vlastně na tom, že kdyby nás někdo požádal o to dietní stravování, tak by tu být musel, ale zatím se nás to netýká.“

vedoucí školní jídelny Sedlec-Prčice

„Jak byste zhodnotila praxi před novelou vyhlášky a po ní?“

Výše uvedenou podotázku nebylo třeba pokládat ve školní jídelně při ZŠ a MŠ Nechvalice, které funguje od září roku 2015. Vedoucí tedy nemá zkušenosti s praxí před vyhláškou. Stejná situace nastala i na Vysokém Chlumci, kde vedoucí školní jídelny pracuje teprve od září tohoto roku. Výraznou změnu v provádění praxe nepocítilo zařízení na Chlumu ani v Sedlci-Prčici, jelikož nevaří dietní stravu. Další reakce následují.

„Nedovedu si příliš představit, jak jsem již zmínila, tu praxi ve školní jídelně. Protože samozřejmě vím, o čem to je a nedovedu si tedy představit, jak by to ty kuchařky uvedly do té praxe, když nejsou zdravotníci a vůbec tomu nerozumí.“

Zdeňka Malíčková, ředitelka Školní jídelny 2při 2. ZŠ Propojení

„Tak novela vyhlášky to všechno strašně zkomplikovala.“

ředitelka Školní jídelny 1. ZŠ Sedlčany

„Jak v současné době spolupracujete s rodiči?“

Způsoby spolupráce s rodiči mi připadaly natolik přínosné a zajímavé, že zde uvedu většinu z nich.

„Máme internetové objednávání, kde je možnost si všechno zjistit, nastavit si zprávy z jídelny, takže rodiče mají přehled, jak dítě dochází do jídelny, mají přehled o platbách, vědí, když nedojdou zaplatit obědy. Můžou navolit jídelníček na čtrnáct dní dopředu. Potom je další možnost, někteří rodiče sem volají, u takových těch problematictějších dětí a my je informujeme, protože máme program, který umožňuje hlídat, kdy dítě jde na oběd a kdy nejde. Takže když se zeptají třeba, tak my můžeme říci, kolikrát za měsíc si dítě nevyzvedlo oběd, kolikrát bylo pro náhradní stravenku. To všechno lze dohledat.“

ředitelka Školní jídelny 1. ZŠ Sedlčany

„Určitě, je to asi normální, protože ty rodiče samozřejmě ten přehled mít nemůžou o tom dítěti, když je mimo domov. Takže se ptají, jestli dítě chodí, nechodí. My máme program z Plzně z VISky, kde je možnost hlídat různé věci i přes internet. Dítě má objednané obědy, může si je objednávat přes internet na stránkách té VISky, je to www.strava.cz, kde teda rodič nalezne i ten jídelníček. Malým dětem může klidně objednat ta jídla, jedničku, dvojku, prostě co se mu líbí, co ví, že to dítě jí, nebo co chce, aby jedlo. Vidí tam, jestli na ty obědy skutečně chodí, nebo nechodí. To si myslím, že je úžasná věc. Nám se stalo několikrát, že dítě hublo, jo, anorexie, bulimie. Opravdu se stává občas, že něco takového propukne mezi těmi dětmi, protože samozřejmě, nějaký ideál štíhlosti a podobně, ty děti přeberou třeba i od někoho z rodiny a není to zrovna nejlepší. Takže potom ty děti je těžké uhlídat a tímhle si to rodiče mohou ohlídat sami. Můžou se i zeptat. Pokud jsem já, do doby než jsme si pořídili ten program, zjistila, že dítě nechodí, ale i teď, volám rodičům, říkám víte, že dítě nechodí na obědy a vy to platíte... Dítě pošle i kamaráda aby kartičkou projel, i to se stává... No takže podařilo se i některé nemocné děti včas odchytit, aby se to včas léčilo. Ale i jsem se setkala s tím, že mi tatínek řekl, že to je jejich věc. Já teda jsem jim volala, že je chci jen upozornit a tatínek mi řekl, že je to jejich věc, že obědy dítěti zaplatí a jestli tam chodí, nebo ne ho nezajímá. Je to zvláštní přístup, ale stalo se mi to jen jednou. Většinou rodiče byli rádi, že se něco takového dozvěděli. A chtějí po nás třeba občas nějaké recepty, že tady dítěti chutnalo a jestli bych jim mohla ten recept prozradit, takže to člověka potěší. Takže i takové věci se tu dějí.“

Zdeňka Maličková, ředitelka Školní jídelny 2 při 2. ZŠ Propojení

„Je tedy pravda, že jak jsme malá škola, všichni se známe, tak třeba občas rodiče přijdou a řeknou, jestli tohleto, nebo támhleto. Jestli třeba můžeme dítěti vyhovět v tom, že mu nedáme tohle a podobně.“

„Vegetariánská holčička je tady. Takže si dá třeba místo masa jen brambory. Jídelníček mají na internetu, můžou si případně jídlo odhlásit podle toho, kterou potravinu nejedí třeba. Například ryby když jsou, někdo nejí, těstoviny někdo nejí, takže si můžou odhlásit. V rámci SRPDŠ rodiče taky něco řeknou. Takže tak.“

„Je to právě to, že se tady hodně známe, takže ty rodiče prostě přijdou a řeknou si. Vstřícnější no, je nás tady fakt maloučko a je to takový jako... Když mají problém, tak se zeptají a není třeba o tom vést sáhodlouhé zápisy, protože je to jednodušší.“

Jana Červenková, vedoucí školní jídelny ZŠ a MŠ Chlum

„Úplně bych neřekla, že spolupracujeme... Ale bývá třeba o rodičovských schůzkách, takový vyčleněný prostor pro mě, takže tam třeba jdu, povíme si něco o školním stravování, rodiče se mě zeptají, takže to se stává, ale není to pravidelně... Jediné co mám pravidelně, je vždycky prvního září, s rodičema prvňáčků, tak tam si vysvětlujeme, jak to školní stravování funguje, jak je potřeba platit, jak je potřeba se přihlašovat, co potřebují všechno... Takže toho prvního září to je pravidlem, zbytek tak jako různě během roku, podle toho jak se to vyvine, vyvrbí... Nebo kdokoliv má ke mně možnost přijít... Různě mi i rodiče telefonují, takže se domlouváme, nebo přijdou a domluvíme se.“

vedoucí školní jídelny Sedlec-Prčice

Zaujalo mě, že pro kontrolu toho, zda si žák ve školní jídelně vyzvedává zaplacené obědy, existuje internetový portál. Pro vedoucí a ředitelky je jistě přínosem, jelikož dříve bylo nutné veškeré dotazy rodičů vyřizovat telefonicky. Nyní mají rodiče o svých dětech větší přehled. Prospěšné mi přijde i setkávání vedoucí školní jídelny s rodiči prvňáčků, kteří potřebují získat nové informace a dozvědět se o stravování svého dítěte co nejvíce. Je záslužné, že každá z ředitelek či vedoucích uvedla, že pokud si rodič zavolá o informace, potřebuje poradit, nebo se jen na něco zeptat, není problém mu po telefonu, nebo osobně pomoci.

„Jakým způsobem rodičům pomáháte řešit speciální dietní stravování pro jejich dítě?“

Podotázka, která zakončovala mé šetření ve školních jídelnách. Z odpovědí lze vyčíst, zda je jídelna nakloněna přípravě diet, jak bylo uzákoněno, či je o této možnosti ochotna alespoň přemýšlet.

„Snažíme se prostě udělat takový jídelníček, aby měli možnost si pro to dítě nějak navolit, ten oběd. Někteří rodiče, třeba když jsou ty děti menší, tak si sem zajdou a dohodnou

se, když přesně nevědí co v tom jídle je, nebo jak... Ale prostě snažíme se obejít tu vyhlášku tímhle způsobem, aby ty děti se prostě najedly. Nenabízíme jinou možnost, nejsou na to prostory, není na to vyškolený personál, není možnost toho, aby se to vyrábělo zvlášť, je to celé strašně komplikované. Když by to dítě mělo nějakou těžkou alergii, tak bychom jim ani tohleto nenabízeli. Takže to je, když ty alergie nejsou tak těžké, když prostě jídlo může obsahovat stopy těch potravin, tak jim tohle nabízíme.“

ředitelka Školní jídelny 1. ZŠ Sedlčany

Potvrdilo se, že příprava tří hlavních jídel je sice pro ředitelku, z hlediska vymýšlení různých a často se neopakujících jídelníčků, složitý úkol, ale umožňuje žákům a jejich rodičům dostačující výběr z pokrmů tak, že si povětšinou i děti a mládež s dietními omezeními mohou zvolit vyhovující oběd.

„Tak v tuto chvíli diety nevaříme, ale je možnost si přinést z domova oběd a zde ohřát. Pokud rodiče chtějí nějakým způsobem poradit, nevědí si rady, odkážu je na lékaře specialistu, nebo pokud jsem schopná poradit sama, poradím jim sama, nějaký jídelníček doporučím. Pokud teda nemá to dítě vyloženě nějaké vážnější problémy.“

Zdeňka Malíčková, ředitelka Školní jídelny 2 při 2. ZŠ Propojení

Možnost přinést si vlastní oběd z domova a jeho ohřátí v prostorách jídelny využívá pouze jeden žák s potravinovými alergiemi. Rodiče ostatních žáků o podobné usnadnění práce nepožádali.

„Kdyby nás někdo požádal, tak jsme ochotní s tím nějak naložit. Samozřejmě, že by to bylo nějakým způsobem i omezení pro nás, nebo musela bych najít vůbec řešení, jestli bych to, nebo tedy bychom vůbec zvládli... V tom sestavení v jakém jsme. Protože ono je to nejen finančně náročné, kdy záleží na tom, odkud bychom ty peníze vzali, na toho terapeuta, ale také jestli by se to dalo zvládnout v tom časovém harmonogramu, který tady máme. My od půl jedenácté už vydáváme cizím strávníkům, takže do té doby by se to muselo všechno zvládnout. Nemůžeme přivařovat při výdeji, protože tolik lidí nemám... Ale jako snažili bychom se určitě vyjít vstříc, jsem tím chtěla říct.“

vedoucí školní jídelny Sedlec-Prčice

6.3 Shrnutí získaných informací a diskuze

Cílem této bakalářské práce bylo zhodnocení přístupu školních jídelen ke stravování dětí a dospívajících ve věku od 6 do 15 let, tedy na prvním a druhém stupni základních škol, s dietním omezením v Sedlčanském regionu. Zmíněného cíle se podařilo dosáhnout provedením strukturovaných rozhovorů v šesti zařízeních v Sedlčanech a blízkém okolí. Rozhovory byly vedeny s vedoucími a ředitelkami školních jídelen, přímo v jimi spravovaném stravovacím zařízení a posloužily k získání informací o fungování školní jídelny, obecně o jídelních lístcích a zejména o přípravě dietní stravy v jejich zařízení. V rámci praktické části bakalářské práce uvádím shrnutí výsledků spolu s přesnými přepisy některých zajímavých odpovědí, které jsem získala, vždy u každé podotázky. Podotázky jsou řazeny chronologicky tak, jak se na ně doptávám ve strukturovaném rozhovoru.

Na počátku praktické části bakalářské práce bylo položeno osm výzkumných otázek, na které jsem hledala v rámci šetření odpovědi.

Otázka č. 1: *Je dietní strava připravována přímo v dotazované školní jídelně, či se stravovací zařízení jinak podílí na poskytnutí dietního oběda dítěti?*

Můj předpoklad, že dietní stravu připravuje alespoň některá ze šesti školních jídelen, které se zúčastnily šetření, byl mylný. V současné době dietní stravu, dle platné legislativy, nepřipravuje žádné z dotazovaných stravovacích zařízení. Ředitelky školních jídelen v Sedlčanech se shodují na faktu, že vyhláška přípravu diet výrazně zkomplikovala. Na přípravu dietních jídel není, dle jejich názoru, prostor, ani čas v rámci vaření běžné stravy. O tom, že by ve svém zařízení dietní stravu v budoucnu připravovaly, neuvažují. Naproti tomu, zařízení na Chlumu, či v Sedlci-Prčici, se dietnímu stravování nebrání. V současné době ovšem nebyly žádným z rodičů o podobné služby požádáni. Zbývající vedoucí školních jídelen na Vysokém Chlumci a v Nechvalicích, jsou ve své funkci teprve krátce a o dietním stravování ve svém zařízení zatím neuvažují.

Otázka č. 2: *Nabízejí školní jídelny strávnicků výběr z více hlavních pokrmů?*

Stravovací zařízení na Vysokém Chlumci, v Nechvalicích ani na Chlumu výběr z více jídel neumožňují, zřejmě kvůli malému počtu strávnicků, kteří zde odebírají stravu. Nemožnost výběru souvisí i s faktem, že všechna tři zařízení připravují pokrmy nejen pro místní ZŠ, ale i MŠ, kde není výběr z jídel dle legislativy dovolen. Školní jídelna 1. ZŠ Sedlčany připravuje

výběr ze tří pokrmů, což umožňuje žákům s dietními omezeními, kteří se zde stravují, navolit si jídla tak, aby odpovídala jejich dietě. Druhá Sedlčanská jídelna, fungující poblíž 2. ZŠ Propojení, nabízí denně výběr ze dvou hlavních jídel. Ve stravovacím zařízení v Sedlci-Prčici mne zaujala snaha vyhovět strávnickům a zároveň odlehčit personálu. Přestože stravovací zařízení také funguje při ZŠ i MŠ, mají školáci možnost volby hlavního jídla vždy 3 dny v týdnu, úterý, středa a čtvrtek.

Otázka č. 3: *Jakým způsobem se vyvíjí využívání školního stravování v posledních 5 letech?*

Jídelna v Nechvalicích působí teprve druhým rokem. Žádné výrazné změny, v počtu zde se stravujících školáků, neproběhly. Stále stejný počet strávnicků si z kapacitních důvodů musí hlídat Školní jídelna 2 při 2. ZŠ Propojení, i přesto, že zájem o jejich služby je často větší, než mohou uspokojit, zejména ze strany studentů místního gymnázia. Vysoký Chlumec si udržuje v posledních letech stejný počet strávnicků, i když vedoucí jídelny zmiňuje speciální třídu, která zde dříve fungovala a pro kterou se již nyní nevaří. Ostatní jídelny hlásí stoupající trend počtu strávnicků. Žáků využívajících školní stravování, tedy v Sedlčanském regionu stále přibývá.

Otázka č. 4: *Pokud se školní jídelna v minulosti setkala s žádostí o poskytnutí dietní stravy dítěti, jakým způsobem vypomohla?*

Tři z vedoucích školních jídelen, se po dobu svého působení ve funkci s nezbytností přípravy dietní stravy nesetkaly. Školní jídelna v Nechvalicích v současnosti funguje druhým rokem a zatím se s podobnou situací nepotýkala. Vedoucí školní jídelny na Vysokém Chlumu zastává svou pozici od září tohoto roku a s dietním stravováním zkušenosti nemá. Ani školní stravovací zařízení v Sedlci-Prčici ještě nemuselo podobné kroky zvažovat. Místní vedoucí uvádí, že ji o přípravu dietních pokrmů zatím žádný rodič nepožádal. S přípravou dietní stravy mají z minulosti zkušenosti ve školní jídelně na Chlumu a v obou Sedlčanských stravovacích zařízeních. Vedoucí školní jídelny na Chlumu uvádí zkušenost s přípravou bezlepkové stravy, po domluvě s rodiči nemocné dívky, kteří si zároveň přispívali na potřebné suroviny. Školní jídelna 2, přesněji ředitelka Zdeňka Malíčková, má zkušenost větší. Do jídelny docházely děti s potravinovými alergiemi a intolerancemi, nebo například po mononukleóze. Příprava vhodné stravy byla prováděna po domluvě a specifikaci od rodičů. Ředitelka jídelny 1. ZŠ Sedlčany uvádí, že díky možnosti výběru ze tří hlavních jídel většinou dětem a mladistvým, či

jejich rodičům, nečiní problém si vybrat pro ně vhodný oběd. Nevyhovuje-li jim připravovaná strava na určitý den, mohou si ji odhlásit.

Otázka č. 5: *Které diety jsou v zařízení v současné době připravovány?*

Žádné ze šesti zařízení, ve kterých bylo prováděno šetření, dietní stravu nepřipravuje. V minulosti se některé z nich setkali přípravou s některých diet, například bezlepkové nebo šetrící.

Otázka č. 6: *Do jaké míry se změnil přístup školních jídelen k přípravě dietní stravy v návaznosti na nabytí účinnosti novely č. 17/2015 Sb., vyhlášky o školním stravování?*

Většina vedoucích si není žádné změny vědoma, dietní stravování v jimi spravovaném zařízení nepřipravovaly, ani nepřipravují. Obě ředitelky sedlčanských školních jídelen shodně uvádějí, že jim systém, uvedený v legislativě, znemožnil přípravu dietního stravování. Ředitelka Školní jídelny 1. ZŠ Sedlčany řeší tento problém přípravou výběru tří hlavních pokrmů. Ředitelka Školní jídelny 2 při 2. ZŠ Propojení nabízí rodičům dietně omezených žáků ohřev jejich doma připraveného jídla.

Otázka č. 7: *Jakým způsobem spolupracují se stravovacím zařízením rodiče žáků s dietním omezením, jsou ochotni si za podávanou stravu připlatit?*

V minulosti, uvádějí zařízení na Chlumu a obě v Sedlčanech, spolupráci s rodiči po domluvě. Vedoucí školní jídelny na Chlumu se zmiňuje i o přispívání rodičů na potřebné suroviny. Tři vedoucí školních jídelen, konkrétně na Chlumu a v Sedlci-Prčici uvádějí, že o přípravu dietní stravy nebyly prozatím požádány, proto o zavedení přípravy diet neuvažují. Rodiče žáků s dietním omezením zřejmě mylně předpokládají, že taková možnost není pro jejich dítě v zařízení možná.

Otázka č. 8: *Spolupracují jídelny, případně jakým způsobem, s nutričními terapeuty?*

Žádná z jídelen v současnosti nespolupracuje s nutričním terapeutem. Obě ředitelky stravovacích zařízení v Sedlčanech tuto formu spolupráce neplánují navázat. Vedoucí školních jídelen na Vysokém Chlumci ani v Nechvalicích o podobných možnostech zatím neuvažovaly. Na Chlumu i v Sedlci-Prčici, jsou vedoucí stravovacích zařízení případně

spolupráci s nutričními terapeuty příznivě nakloněny, v současné době k ní ovšem nemají důvod. Rodiče žáků o přípravu dietní stravy zřejmě nemají zájem, či o této možnosti nevědí.

Z výsledků šetření vyplývá, že příprava dietní stravy není pro školní jídelny v malých městech a obcích jednoduchou záležitostí, ať už z finančních či kapacitních důvodů. Prozatím, je ve všech šesti zkoumaných zařízeních neproveditelná. Souhrnně lze také říci, že komunikace mezi rodiči a vedoucími školních jídelen, ač na ostatních úrovních kvalitní, je ohledně možnosti dietního stravování nedostačující. Rodiče často o možnosti podobné služby pro své děti nemají ponětí.

6.4 Návrh doporučení

Z prostudované literatury, zkušeností vedoucích a ředitelek školních jídelen na Sedlčansku a také díky radám vedoucích stravovacích zařízení v jiných městech, s již zaběhnutým dietním systémem, dostupným v časopise *Výživa a potraviny*, přesněji ve *Zpravodaji pro školní a dietní stravování*, jsem připravila návrh doporučení pro vedoucí školních jídelen a rodiče dětí s dietním omezením. (*Kosečková, 2016*), (*Huclová a Bradová, 2017*) Cílem návrhu je zpřístupnit dietní stravování většímu počtu dětí a mládeže s dietním omezením v Sedlčanském regionu.

6.4.1 Rady pro vedoucí a ředitele školních jídelen

1) Zkuste kontaktovat školu, kde je vyučován obor nutriční terapie

Jen v Praze je tento obor vyučován na dvou školách. První z nich je Vyšší odborná škola 5. května, kde studenti mohou získat titul diplomovaný specialista. Druhou, je 1. lékařská fakulta Univerzity Karlovy, kde lze po třech letech studium ukončit s titulem bakaláře a pokračovat ve studiu magisterském. Požádejte školu o možnost využití jejich studentů posledních ročníků, jako garantů dietního stravování ve vaší školní jídelně. Pro studenty se jedná o užitečnou praxi, pro vaše zařízení o možnost využít bezplatně služeb budoucího nutričního terapeuta.

2) Nemáte možnost prostorového oddělení přípravy stravy? Přípravu dietních jídel lze oddělit i časově.

Pokud ve vaší malé jídelně není místo na vytvoření speciálního prostoru pro přípravu dietní stravy, můžete tento problém vyřešit časovým oddělením přípravy dietních a běžných pokrmů. To znamená, nejprve připravíte speciální stravu pro děti a mladistvé s dietním omezením a poté se budete věnovat vaření běžných jídel. Jelikož se většinou v případě diet jedná o menší množství připravovaných pokrmů, neměl by být tento postup příliš náročný nebo zdlouhavý.

3) Přípravuje některá z jídelen ve vašem okolí dietní stravu? Kontaktujte ji.

Je možné, že jídelně, která již potřebné kroky pro zavedení dietního stravování učinila, nebude vadit rozvážet pár speciálně připravených pokrmů navíc do okolních stravovacích zařízení. Případně si dietní stravu můžete ve školní jídelně sami vyzvednout a do finančních nákladů pro rodiče započíst finance potřebné na dopravu. Pokud kontaktované zařízení vaši prosbu odmítne, můžete od zdejší vedoucí alespoň načerpat rady a zkušenosti.

4) Žádná z okolních jídelen diety nepřipravuje? A chtěly by? Domluvte se.

Pokud se ve vašem okolí nenachází žádná jídelna, která by dietní stravu připravovala, ale při jejich kontaktování jste se dozvěděli, že o přípravu diet má několik z nich zájem, pokuste se domluvit. Řada vedoucích jistě ocení spolupráci. Pokuste se společně najít řešení, vyberte nejschůdnější prostory, přispějte na potřebné pomůcky a pomozte si vzájemně. Vybraná jídelna, která začne připravovat diety, poté může vařit i pro žáky s dietními omezeními docházející do ostatních blízkých škol, které byly realizaci přípravy diet nápomocné.

6.4.2 Rady pro rodiče dětí s dietním omezením

1) Zeptejte se vedoucí školní jídelny, do které vaše dítě dochází, na možnost přípravy diet.

Jedním ze stěžejních zjištění prováděného šetření bylo, že jídelny často nevaří dietní stravování, protože je o to nikdo nepožádal. Vedoucí tak mylně předpokládají, že děti a dospívající, stravující se v jejich zařízení, obdobné problémy nemají. Proto se ptejte. Zjistěte si, zda jsou ochotni zavést přípravu dietní stravy.

2) Zjistěte si, zda některá z připravovaných jídel vyhovují dietě vašeho dítěte.

Pokud alespoň některá z připravovaných jídel vaše dítě smí, objednávejte mu je. Vedoucí a ředitelky školních jídelen jistě neodmítnou váš požadavek o zkonzultování jídelníčku, v rámci zachování zdraví dítěte a jeho zapojení do třídního kolektivu.

3) Chodí vaše dítě alespoň částečně obědvat do školní jídelny, ale některá zde připravovaná jídla nesmí? Připravujete mu tedy občas obědy doma? Snažte se je sladit s obědy ve školní jídelně.

Jste s vedoucí školní jídelny domluveni, že příští týden, budou připravována v jídelně tři jídla, které neobsahují alergeny nebezpečné pro vaše dítě. Zbylé dva dny mu doma připravte jídla podobná pokrmům v nabídce, která budou uvařena z vhodných surovin, a nechte mu je ve školní jídelně ohřát. Zamezíte tak separaci dítěte od zbytku třídy a jeho kamarádů.

ZÁVĚR

Tématem práce, bylo školní stravování pro děti a mládež s dietním omezením. Jako cílová skupina byli zvoleni žáci ve věku od 6 do 15 let, docházející na první a druhý stupeň základních škol.

Cílem bakalářské práce bylo zhodnocení přístupu školních jídelen ke stravování dětí a dospívajících s dietním omezením v Sedlčanském regionu. Určeného cíle se podařilo dosáhnout provedením strukturovaných rozhovorů v šesti stravovacích zařízeních v Sedlčanech a blízkém okolí. Cílovou skupinou pro vedení rozhovorů se staly ředitelky a vedoucí školních jídelen. Rozhovory sloužily k získání informací o fungování školní jídelny, tvorbě jídelníčku a zejména o přípravě dietní stravy v jejich zařízení.

Teoretická část byla rozdělena do tří oblastí. V první, byl zhodnocen současný výživový stav populace dětí a mládeže v České republice dle posledních mezinárodních průzkumů. Dále zde byla uvedena výživová doporučení pro děti a dospívající od 6 do 15 let a vyjmenovány nejzávažnější nedostatky ve výživě, jako je nepravidelnost příjmu stravy nebo její nedostatečná pestrost. Druhá oblast obsahovala informace o dietologii. Byly v ní vymezeny důležité pojmy týkající se dietního stravování a popsány nejčastěji se vyskytující potravinové alergie, intolerance a onemocnění indukující dietní stravu. Třetí oblast byla věnována školnímu stravování, jeho historii, financování a hlavním zásadám, kterými se školní jídelny řídí. Je zde též podrobně rozepsána legislativa upravující školní stravování a dietní stravování ve školních jídelnách.

V praktické části bylo vytvořeno osm výzkumných otázek zaměřených na možnost přípravy dietní stravy v šesti zařízeních, kde bylo prováděno šetření. Byl připraven strukturovaný rozhovor pro vedoucí a ředitelky školních jídelen, jehož jednotlivé otázky jsou zdůvodněny v počátku praktické části. Cílem šetření bylo zjistit zda, a jakým způsobem, je ve stravovacím zařízení možné zařadit přípravu dietní stravy v rámci finančního, kapacitního a personálního hlediska. Nejpodstatnějším zjištěním praktické části bakalářské práce je fakt, že žádná ze školních jídelen, ve kterých bylo prováděno šetření, nepřipravuje v současné době z různých důvodů dietní stravu.

Výstupem práce, je návrh doporučení, s jejichž pomocí by mohl rodič svému dítěti, či vedoucí školní jídelny žákovi, usnadnit přípravu dietního stravování a začlenění do třídního kolektivu.

Seznam použitých informačních zdrojů

Knihy:

BLATTNÁ, Jarmila. *Výživa na začátku 21. století, aneb, O výživě aktuálně a se zárukou*. Praha: Společnost pro výživu, 2005. ISBN 80-239-6202-7.

CURRIE, Candance aj. *Social determinants of health and well-being among young people: health behaviour in school-aged children (HBSC) study: international report from the 2009/2010 survey*. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe, 2012. ISBN 9789289014236.

FOŘT, Petr. *Moderní výživa pro děti*. Praha: BETTY, 1998. ISBN 80-900993-2-8

FOŘT, Petr. *Tak co mám jíst?*. Praha: Grada, 2007. ISBN 978-80-247-1459-2.

FUCHS, Martin. *Potravinová alergie a intolerance*. Praha: Mladá fronta, 2016. ISBN 9788020437570.

KALMAN, Michal aj. *Národní zpráva o zdraví a životním stylu dětí a školáků na základě mezinárodního výzkumu uskutečněného v roce 2010 v rámci mezinárodního projektu „Health Behavior in School-aged Children“: WHO Collaborative Cross-National study (HBSC)*. Košice-Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2016.

KUNOVÁ, Václava. *Zdravá výživa*. Praha: Grada, 2004. ISBN 80-247-0736-5.

MACHOVÁ, Jitka. *Biologie člověka pro učitele*. Praha: Karolinum, 2002. ISBN 9788071848677.

MARÁDOVÁ, Eva. *Výživa a hygiena ve stravovacích službách*. Třetí. Praha, 2010. ISBN 978-80-87411-02-5.

OTOVÁ, Berta a Romana MIHALOVÁ. *Základy biologie a genetiky člověka*. Praha: Karolinum, 2012. ISBN 978-80-246-2109-8.

PUCHINGER, Zdeněk. *Úvodní kapitoly k financování školství: studijní text pro distanční studium*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2007. ISBN 978-80-244-1780-6.

SUCHARDA, Petr a Lukáš ZLATOHLÁVEK. *Základy klinické medicíny*. Praha: Karolinum, 2015. ISBN 978-80-246-3091-5.

VIGNEROVÁ, Jana aj. *6. celostátní antropologický výzkum dětí a mládeže 2001*. Praha: Státní zdravotní ústav, 2004, ISBN 80-86561-30-5

ZLATOHLÁVEK, Lukáš aj. *Klinická dietologie a výživa*. Praha: Current Media, 2016. Medicus. ISBN 978-80-88129-03-5.

Periodika:

BRADOVÁ, Jana. Spotřební koš v praxi - pomocník nebo nepřítel? *Výživa a potraviny: Zpravodaj pro školní a dietní stravování*. 2016, (2), 18-19. ISSN 1211-846X.

GLEICHOVÁ, Petronila. Finanční zabezpečení školního stravování aneb od státního rozpočtu po vidličku. *Výživa a potraviny: Zpravodaj pro školní a dietní stravování*. 2017, (1), 8-11. ISSN 1211-846X.

HUCLOVÁ, Ivana a Jana BRADOVÁ. Zkušenosti s dietním stravováním. *Výživa a potraviny: zpravodaj pro školní a dietní stravování*. 2017, (1), 13. ISSN 1211-846X.

JŮZL, Miroslav. Mléko a mléčné výrobky, význam mléka a mýty o jeho konzumaci. *Výživa a potraviny: Zpravodaj pro školní a dietní stravování*. 2015, (3), 43-45. ISSN 1211-846X.

KOSEČKOVÁ, Pavlína. Rok po té - aneb zkušenosti nutričního terapeuta s dietním systémem ve školním stravování. *Výživa a potraviny: Zpravodaj pro školní a dietní stravování*. 2016, (6), 88. ISSN 1211-846X.

LUDVÍK, Pavel. Otazníky kolem spuštění dietního stravování ve školních jídelnách. *Výživa a potraviny: Zpravodaj pro školní a dietní stravování*. 2015, (3), 40-42. ISSN 1211-846X.

POLÁKOVÁ, Stanislava. Školní jídelny - můj pohled do historie. *Výživa a potraviny: Zpravodaj pro školní a dietní stravování*. 2016, (4), 50. ISSN 1211-846X

RYSOVÁ, Jana, Eva MAŠKOVÁ, Dana GABROVSKÁ, Jitka DLABALOVÁ a Ivana LÁŠKOVÁ. Co znamená označení "Může obsahovat stopy lepku". *Výživa a potraviny: Zpravodaj pro školní a dietní stravování*. 2016, (4), 86-88. ISSN 1211-846X.

STARNOVSKÁ, Tamara. Informace k dietnímu stravování ve školních jídelnách: Novela vyhlášky o školním stravování. *Výživa a potraviny: Zpravodaj pro školní a dietní stravování*. 2015, (2), 20. ISSN 1211-846X.

STROSSEROVÁ, Alena. Bezlepková dieta. *Výživa a potraviny: Zpravodaj pro školní a dietní stravování*. 2015, (4), 52-55. ISSN 1211-846X.

ŠMÍDOVÁ, Sylva a Alexandra KOŠŤÁLOVÁ. Potravinové alergie. *Výživa a potraviny: Zpravodaj pro školní a dietní stravování*. 2015, (5), 77-79. ISSN 1211-846X.

ŠULCOVÁ, Eva. Spotřební koš – otrava, strašák nebo pomocník? *Výživa a potraviny: Zpravodaj pro školní a dietní stravování*. 2009, (1), 2-6. ISSN 1211-846X.

ZUKALOVÁ, Petra. Závodní stravování ve školách a školských zařízeních (příspěvkových organizacích). *Výživa a potraviny: Zpravodaj pro školní a dietní stravování*. 2016, (3), 39-40. ISSN 1211-846X.

Elektronické zdroje:

Alergie na bílkovinu kravského mléka. In: *WikiSkripta* [online]. 2016 [cit. 2017-06-24].

Dostupné z:

http://www.wikiskripta.eu/index.php/Alergie_na_b%C3%ADlkovinu_kravsk%C3%A9ho_ml%C3%A9ka, ISSN 1804-6517

BRONSKÝ, Jiří. Alergie na bílkovinu kravského mléka. In: *Postgraduální medicína* [online]. 2010 [cit. 2017-06-24]. Dostupné z: <http://zdravi.euro.cz/clanek/postgradualni-medicina-priloha/alergiena-bilkovinu-kravskeho-mleka-452398>

Čím se musí školní jídelny řídit? In: *Výživa dětí* [online]. 2013 [cit. 2017-06-25]. Dostupné z: <http://vyzivadeti.cz/pro-rodice/hodi-se-vedet/cim-se-musi-skolni-jidelny-ridit/>

Dotaci od MŠMT jsme získali i pro rok 2017. In: *Obědy pro děti* [online]. 2016 [cit. 2017-06-25]. Dostupné z: <http://www.obedyprodeti.cz/dotaci-od-msmt-jsme-ziskali-i-pro-rok-2017>

Epidemiologie potravinových alergií. In: *WikiSkripta* [online]. 2014 [cit. 2017-06-24].

Dostupné z:

http://www.wikiskripta.eu/index.php/Epidemiologie_potravinov%C3%BDch_alergi%C3%A9, ISSN 1804-6517

FUCHS, Martin. Diagnostika potravinové alergie. In: *Postgraduální medicína* [online]. 2009 [cit. 2017-06-24]. Dostupné z: <http://zdravi.euro.cz/clanek/postgradualni-medicina/diagnostika-potravinove-alergie-413552>

HABÁŇ, Petr. Tisková zpráva: MPSV spolupracuje s Women for Women, na obědy zdarma může dosáhnout více dětí. In: *Ministerstvo práce a sociálních věcí* [online]. 2017 [cit. 2017-06-25]. Dostupné z: http://www.mpsv.cz/files/clanky/29919/TZ_Ministryne_Marksova_podepsala_memorandum_o_spolupra_ci_s_Women_for_Women_revJS.pdf

HABÁŇ, Petr. Tisková zpráva: MPSV zveřejnilo výzvu na podporu školních obědů. In: *Ministerstvo práce a sociálních věcí* [online]. 2015 [cit. 2017-06-25]. Dostupné z: https://portal.mpsv.cz/upcr/media/tz/2015/12/2015_12_22_tz_skolni_obedy.pdf

Historie a současnost školních jídelen. In: *Výživa dětí* [online]. 2013 [cit. 2017-06-24]. Dostupné z: <https://vyzivadeti.cz/pro-rodice/hodi-se-vedet/historie-a-soucasnost-skolnich-jidelen/>

Historie HBSC. In: *Mezinárodní výzkumná studie o zdraví a životním stylu dětí a školáků: HBSC - Health Behavior in School-aged Children: WHO Collaborative Cross-National Study* [online]. 2012 [cit. 2017-06-24]. Dostupné z: http://hbse.upol.cz/1-cestina/65-historie_hbse/

Hodnocení výživového stavu. In: *WikiSkripta* [online]. 2016 [cit. 2017-06-24]. Dostupné z: http://www.wikiskripta.eu/index.php/Hodnocen%C3%AD_v%C3%BD%C5%BEivov%C3%A9ho_stavu,ISSN1804-6517

Intolerance jídla. In: *WikiSkripta* [online]. 2017 [cit. 2017-06-24]. Dostupné z: http://www.wikiskripta.eu/index.php/Intolerance_j%C3%ADla,ISSN1804-6517

KUMŽÁKOVÁ RICHTEROVÁ, Ilona. Ředitel školy versus školní jídelna – partneři nebo protivníci? In: *Asociace zřizovatelů školních jídelen, z.s.* [online]. 2016 [cit. 2017-06-25]. Dostupné z: <http://az-skolnijidelny.cz/reditel-skoly-versus-skolni-jidelna-partneri-nebo-protivnici/>

Obědy pro děti získaly od MŠMT dotaci 27,5 mil. korun. In: *Obědy pro děti* [online]. 2015 [cit. 2017-06-25]. Dostupné z: <http://www.obedyprodeti.cz/obedy-pro-deti-ziskaly-od-msmt-dotaci-27-5-mil-koron>

O projektu. In: *Obědy pro děti* [online]. 2014 [cit. 2017-06-25]. Dostupné z: <http://www.obedyprodeti.cz/o-projektu>

PAVELKOVÁ, Kateřina a Pavla BUREŠOVÁ. Potravinová alergie, intolerance a přecitlivělost na potraviny. In: *Státní zemědělská a potravinářská inspekce* [online]. 2015 [cit. 2017-06-24]. Dostupné z: <http://www.szpi.gov.cz/clanek/potravinova-alergie-intolerance-a-precitlivelost-na-potraviny.aspx>

Poslání, cíle a působení AZŠJ, z.s. In: *Asociace zřizovatelů školních jídelen, z.s.* [online]. 2016 [cit. 2017-06-25]. Dostupné z: <http://az-skolnijidelny.cz/poslani-cile-a-pusobeni-azsj-z-s/>

Potravinová alergie. In: *WikiSkripta* [online]. 2015 [cit. 2017-06-24]. Dostupné z: http://www.wikiskripta.eu/index.php/Potravinov%C3%A1_alergie, ISSN 1804-6517

SLIMÁKOVÁ, Margit. Proč vyšla pšenice z módy? In: *PharmDr. Margit Slimáková* [online]. 2014 [cit. 2017-06-24]. Dostupné z: <http://www.margit.cz/psenice-z-mody/>

ŠEVČÍK, Jan. Spotřební koše. In: *Společnost pro výživu* [online]. 2014 [cit. 2017-06-25]. Dostupné z: <http://www.vyzivaspol.cz/spotrebni-kose/>

ŠPIČÁK, Václav. Prevence a preventivní opatření v alergologii. In: *Postgraduální medicína* [online]. 2009 [cit. 2017-06-24]. Dostupné z: <http://zdravi.euro.cz/clanek/postgradualni-medicina/prevence-a-preventivni-opatreni-v-alergologii-413542>

VILÍMOVSKÝ, Michal. Fenylyketonurie: příčiny, projevy, léčba a diagnostika. In: *Medlicker* [online]. 2013 [cit. 2017-06-24]. Dostupné z: <https://cs.medlicker.com/54-fenylyketonurie-priciny-projevy-lecba-a-diagnostika>

VITVAROVÁ, Tereza. Celiakie (celiakální sprue): příčiny, příznaky, diagnostika a léčba. In: *Medlicker* [online]. 2016 [cit. 2017-06-24]. Dostupné z: <https://cs.medlicker.com/119-celiakie-priciny-priznaky-diagnostika-a-lecba>

Výroční zpráva 2016 [online]. Praha: Women for Women, 2016 [cit. 2017-07-04]. Dostupné z: http://www.women-for-women.cz/vyrocnizpravy/34497524/w4w_vyrocnizprava_2016.pdf

Akademické práce:

BŘEZKOVÁ, Veronika. *Laktózová intolerance versus laktózová tolerance* [online]. Brno, 2009 [cit. 2017-06-25]. Dostupné z: https://is.muni.cz/th/60108/lf_b/bakalarska_prace.pdf. Bakalářská práce. Masarykova univerzita v Brně. Vedoucí práce Halina Matějová.

JENERÁLOVÁ, Zuzana. *Výživa a stravování ve školních jídelnách* [online]. Brno, 2014 [cit. 2017-06-25]. Dostupné z: https://is.muni.cz/th/345929/pedf_m/DP.pdf. Diplomová práce. Masarykova univerzita v Brně. Vedoucí práce Jan Děcký.

ZEHNÁLKOVÁ, Veronika. *Galaktosémie* [online]. Brno, 2014 [cit. 2017-06-25]. Dostupné z: https://is.muni.cz/th/381475/lf_b/Galaktosemie_Zehnalkova.pdf. Bakalářská práce. Masarykova univerzita v Brně. Vedoucí práce Dagmar Procházková.

Legislativa:

Nařízení Evropského parlamentu a Rady EU č. 1169/2011 o poskytování informací o potravinách spotřebitelům

Novela č. 17/2015 Sb. vyhlášky o školním stravování, ve znění pozdějších předpisů

Metodické doporučení k provádění některých činností souvisejících s realizací dietního stravování v zařízeních školního stravování. Praha: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy České republiky, 2015.

Vyhláška č. 107/2005 Sb., o školním stravování, ve znění pozdějších předpisů

Seznam příloh

Příloha č. 1: Strukturovaný rozhovor

Příloha č. 2: Informovaný souhlas – Školní jídelna 1. ZŠ Sedlčany

Příloha č. 3: Informovaný souhlas – Školní jídelna 2 při 2. ZŠ Propojení

Příloha č. 4: Informovaný souhlas – školní jídelna ZŠ a MŠ Chlum

Příloha č. 5: Informovaný souhlas – školní jídelna ZŠ a MŠ Nechvalice

Příloha č. 6: Informovaný souhlas – školní jídelna ZŠ a MŠ Sedlec-Prčice

Příloha č. 7: Informovaný souhlas – školní jídelna ZŠ a MŠ Vysoký Chlumeč

Příloha č. 1: Strukturovaný rozhovor

Strukturovaný rozhovor: ŠKOLNÍ STRAVOVÁNÍ PRO DĚTI S DIETNÍM OMEZENÍM VE VYBRANÉM REGIONU

I. Informace o školní jídelně a využívání školního stravování

	celkový počet	stravující se ve školní jídelně
žáci školy		
zaměstnanci školy		
zaměstnanci jídelny		
další strážníci	-	

- 2) Odkud k vám další strážníci docházejí?
- 3) Jaké funkce zastávají zaměstnanci školní jídelny? (např. kolik je kuchařek, pomocného personálu,...)
- 4) Změnil se v posledních letech výrazně počet strážníků?
- 5) Přípravuje jídelna i jiná jídla kromě oběda? Pokud ano, jaká?

II. Obecné informace o jídelničce

- 2) Mají u vás v jídelně strážníci možnost vybrat si ze dvou jídel?
- 3) Nabízíte denně vegetariánské (bezmasé) jídlo?
- 4) Doplnujete denní obědové menu o polévku, salát, ovoce či dezert?
- 5) Mají strážníci možnost výběru z několika nápojů v rámci oběda?

III. Dotazy ohledně dietního stravování

- 11) Byli jste v minulosti požádáni o zajištění dietního stravování? V jakém rozsahu?
- 12) Kolika žáků/zaměstnanců se výše zmíněné opatření týkalo?
- 13) O jaké diety/jaká onemocnění se jednalo?
- 14) Jakou formou jste vypomohli?
- 15) Od 1. února 2015 vešla v platnost novela č. 17/2015 vyhlášky č. 107/2005 Sb. o školním stravování, co všechno se v jídelně v souvislosti s touto vyhláškou změnilo?
- 16) Zúčastnili jste se proškolení v rámci novely?
- 17) Spolupracujete, nebo plánujete spolupracovat s nutričním terapeutem?
- 18) Jak byste hodnotila praxi před novelou vyhlášky a po ní?
- 19) Jak v současné době spolupracujete s rodiči?
- 20) Jakým způsobem rodičům pomáháte řešit speciální dietní stravování pro jejich dítě?

Příloha č. 2: Informovaný souhlas – Školní jídelna 1. ZŠ Sedlčany

Informovaný souhlas s rozhovorem a jeho užitím

V rámci bakalářské práce s názvem „Školní stravování pro děti s dietním omezením ve vybraném regionu“, která je realizována na Pedagogické fakultě Univerzity Karlovy, jste byla vybrána a požádána o spolupráci. Cílem práce je zhodnotit praxi související s přípravou dietní stravy ve školních jídelnách a vytvořit sadu rad a doporučení pro rodiče, i vedoucí jídelen. Není Vaší povinností odpovědět na všechny otázky, naopak je zcela na Vás, jaké informace a zkušenosti v rozhovoru sdělíte.

Pro potřeby analýzy se rozhovor s Vámi bude nahrávat. Nahrávání může být na Vaši žádost kdykoliv přerušeno. Celý rozhovor, nebo jen jeho části, budou přepsány do textové podoby. Se záznamem rozhovoru lze v rámci bakalářské práce zacházet různým způsobem. Protože si nesmírně vážím Vaší ochoty spolupracovat, budu důsledně respektovat jakékoli omezení, které pro využití záznamu uložíte.

Zvolte, prosím, jednu z následujících možností.

- Souhlasím, aby byl rozhovor pro účely výzkumného zpracování použit bez zvláštních úprav; jako celek a jako interní materiál ho netřeba anonymizovat. V případě, že jeho části budou citovány v publikovaných materiálech, lze uvádět mé jméno.
- Souhlasím, aby byl rozhovor pro účely výzkumného zpracování použit bez zvláštních úprav; jako celek a jako interní materiál ho netřeba anonymizovat. Nepřeji si však, aby bylo v souvislosti s případnými citacemi tohoto rozhovoru v publikovaných materiálech uváděno moje jméno.

Jestliže budete mít jakékoli dotazy, obraťte se přímo na výzkumnici, nebo na vedoucí bakalářské práce. PaedDr. Evu Marádovou, CSc. (email:eva.maradova@pedf.cuni.cz).

e-mail: M.Baresova@seznam.cz

telefon: +420 603 527 432

Datum rozhovoru: 24.3.2017

Jméno výzkumnice: MARKÉTA BAREŠOVÁ

Podpis výzkumnice: *Markéta Baresová*

Vaše jméno: JAROSLAVA NEŘEKOVÁ

Váš podpis: *J.N.*

Příloha č. 3: Informovaný souhlas – Školní jídelna 2 při 2. ZŠ Propojení

Informovaný souhlas s rozhovorem a jeho užitím

V rámci bakalářské práce s názvem „Školní stravování pro děti s dietním omezením ve vybraném regionu“, která je realizována na Pedagogické fakultě Univerzity Karlovy, jste byla vybrána a požádána o spolupráci. Cílem práce je zhodnotit praxi související s přípravou dietní stravy ve školních jídelnách a vytvořit sadu rad a doporučení pro rodiče, i vedoucí jídelen. Není Vaší povinností odpovědět na všechny otázky, naopak je zcela na Vás, jaké informace a zkušenosti v rozhovoru sdělíte.

Pro potřeby analýzy se rozhovor s Vámi bude nahrávat. Nahrávání může být na Vaši žádost kdykoliv přerušeno. Celý rozhovor, nebo jen jeho části, budou přepsány do textové podoby. Se záznamem rozhovoru lze v rámci bakalářské práce zacházet různým způsobem. Protože si nesmírně vážím Vaší ochoty spolupracovat, budu důsledně respektovat jakékoli omezení, které pro využití záznamu uložíte.

Zvolte, prosím, jednu z následujících možností.

- Souhlasím, aby byl rozhovor pro účely výzkumného zpracování použit bez zvláštních úprav; jako celek a jako interní materiál ho netřeba anonymizovat. V případě, že jeho části budou citovány v publikovaných materiálech, lze uvádět mé jméno.
- Souhlasím, aby byl rozhovor pro účely výzkumného zpracování použit bez zvláštních úprav; jako celek a jako interní materiál ho netřeba anonymizovat. Nepřeji si však, aby bylo v souvislosti s případnými citacemi tohoto rozhovoru v publikovaných materiálech uváděno moje jméno.

Jestliže budete mít jakékoli dotazy, obraťte se přímo na výzkumnici, nebo na vedoucí bakalářské práce. PaedDr. Evu Marádovou, CSc. (email:eva.maradova@pedf.cuni.cz).

e-mail: M.Baresova@seznam.cz

telefon: +420 603 527 432

Datum rozhovoru: 22.3.2017

Jméno výzkumnice: MARKÉTA BAREŠOVÁ

Podpis výzkumnice: 

Vaše jméno: ZDENĚKA MARÁDOVÁ

Váš podpis: 

Příloha č. 4: Informovaný souhlas – školní jídelna ZŠ a MŠ Chlum

Informovaný souhlas s rozhovorem a jeho užitím

V rámci bakalářské práce s názvem „Školní stravování pro děti s dietním omezením ve vybraném regionu“, která je realizována na Pedagogické fakultě Univerzity Karlovy, jste byla vybrána a požádána o spolupráci. Cílem práce je zhodnotit praxi související s přípravou dietní stravy ve školních jídelnách a vytvořit sadu rad a doporučení pro rodiče, i vedoucí jídelen. Není Vaší povinností odpovědět na všechny otázky, naopak je zcela na Vás, jaké informace a zkušenosti v rozhovoru sdělíte.

Pro potřeby analýzy se rozhovor s Vámi bude nahrávat. Nahrávání může být na Vaši žádost kdykoliv přerušeno. Celý rozhovor, nebo jen jeho části, budou přepsány do textové podoby. Se záznamem rozhovoru lze v rámci bakalářské práce zacházet různým způsobem. Protože si nesmírně vážím Vaší ochoty spolupracovat, budu důsledně respektovat jakékoli omezení, které pro využití záznamu uložíte.

Zvolte, prosím, jednu z následujících možností.

- Souhlasím, aby byl rozhovor pro účely výzkumného zpracování použit bez zvláštních úprav; jako celek a jako interní materiál ho netřeba anonymizovat. V případě, že jeho části budou citovány v publikovaných materiálech, lze uvádět mé jméno.
- Souhlasím, aby byl rozhovor pro účely výzkumného zpracování použit bez zvláštních úprav; jako celek a jako interní materiál ho netřeba anonymizovat. Nepřeji si však, aby bylo v souvislosti s případnými citacemi tohoto rozhovoru v publikovaných materiálech uváděno moje jméno.

Jestliže budete mít jakékoli dotazy, obraťte se přímo na výzkumnici, nebo na vedoucí bakalářské práce. PaedDr. Evu Marádovou, CSc. (email:eva.maradova@pedf.cuni.cz).

e-mail: M.Baresova@seznam.cz

telefon: +420 603 527 432

Datum rozhovoru: 22.3.2017

Jméno výzkumnice: MARKĚTA BAREŠOVÁ

Podpis výzkumnice: Barešová

Vaše jméno: JANA ČERVENKOVÁ

Váš podpis: ČČ

Příloha č. 5: Informovaný souhlas – školní jídelna ZŠ a MŠ Nechvalice

Informovaný souhlas s rozhovorem a jeho užitím

V rámci bakalářské práce s názvem „Školní stravování pro děti s dietním omezením ve vybraném regionu“, která je realizována na Pedagogické fakultě Univerzity Karlovy, jste byla vybrána a požádána o spolupráci. Cílem práce je zhodnotit praxi související s přípravou dietní stravy ve školních jídelnách a vytvořit sadu rad a doporučení pro rodiče, i vedoucí jídelen. Není Vaší povinností odpovědět na všechny otázky, naopak je zcela na Vás, jaké informace a zkušenosti v rozhovoru sdělíte.

Pro potřeby analýzy se rozhovor s Vámi bude nahrávat. Nahrávání může být na Vaši žádost kdykoliv přerušeno. Celý rozhovor, nebo jen jeho části, budou přepsány do textové podoby. Se záznamem rozhovoru lze v rámci bakalářské práce zacházet různým způsobem. Protože si nesmírně vážím Vaší ochoty spolupracovat, budu důsledně respektovat jakékoli omezení, které pro využití záznamu uložíte.

Zvolte, prosím, jednu z následujících možností.

- Souhlasím, aby byl rozhovor pro účely výzkumného zpracování použit bez zvláštních úprav; jako celek a jako interní materiál ho netřeba anonymizovat. V případě, že jeho části budou citovány v publikovaných materiálech, lze uvádět mé jméno.
- Souhlasím, aby byl rozhovor pro účely výzkumného zpracování použit bez zvláštních úprav; jako celek a jako interní materiál ho netřeba anonymizovat. Nepřejí si však, aby bylo v souvislosti s případnými citacemi tohoto rozhovoru v publikovaných materiálech uváděno moje jméno.

Jestliže budete mít jakékoli dotazy, obraťte se přímo na výzkumnici, nebo na vedoucí bakalářské práce. PaedDr. Evu Marádovou, CSc. (email:eva.maradova@pedf.cuni.cz).

e-mail: M.Baresova@seznam.cz

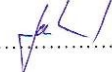
telefon: +420 603 527 432

Datum rozhovoru: 23.3.2017

Jméno výzkumnice: MARKĚTA BAREŠOVÁ

Podpis výzkumnice: ^{Marádová}

Vaše jméno: MICHAELA JAKEŠOVÁ

Váš podpis: 

Příloha č. 6: Informovaný souhlas – školní jídelna ZŠ a MŠ Sedlec-Prčice

Informovaný souhlas s rozhovorem a jeho užitím

V rámci bakalářské práce s názvem „Školní stravování pro děti s dietním omezením ve vybraném regionu“, která je realizována na Pedagogické fakultě Univerzity Karlovy, jste byla vybrána a požádána o spolupráci. Cílem práce je zhodnotit praxi související s přípravou dietní stravy ve školních jídelnách a vytvořit sadu rad a doporučení pro rodiče, i vedoucí jídelen. Není Vaší povinností odpovědět na všechny otázky, naopak je zcela na Vás, jaké informace a zkušenosti v rozhovoru sdělíte.

Pro potřeby analýzy se rozhovor s Vámi bude nahrávat. Nahrávání může být na Vaši žádost kdykoliv přerušeno. Celý rozhovor, nebo jen jeho části, budou přepsány do textové podoby. Se záznamem rozhovoru lze v rámci bakalářské práce zacházet různým způsobem. Protože si nesmírně vážím Vaší ochoty spolupracovat, budu důsledně respektovat jakékoli omezení, které pro využití záznamu uložíte.

Zvolte, prosím, jednu z následujících možností.

- Souhlasím, aby byl rozhovor pro účely výzkumného zpracování použit bez zvláštních úprav; jako celek a jako interní materiál ho netřeba anonymizovat. V případě, že jeho části budou citovány v publikovaných materiálech, lze uvádět mé jméno.
- Souhlasím, aby byl rozhovor pro účely výzkumného zpracování použit bez zvláštních úprav; jako celek a jako interní materiál ho netřeba anonymizovat. Nepřeji si však, aby bylo v souvislosti s případnými citacemi tohoto rozhovoru v publikovaných materiálech uváděno moje jméno.

Jestliže budete mít jakékoli dotazy, obraťte se přímo na výzkumnici, nebo na vedoucí bakalářské práce. PaedDr. Evu Marádovou, CSc. (email:eva.maradova@pedf.cuni.cz).

e-mail: M.Baresova@seznam.cz

telefon: +420 603 527 432

Datum rozhovoru: 24.3.2017

Jméno výzkumnice: MARKĚTA BAREŠOVÁ

Podpis výzkumnice: Baresová

Vaše jméno: MONIKA ŠÁROVÁ

Váš podpis: Šárová

Příloha č. 7: Informovaný souhlas – školní jídelna ZŠ a MŠ Vysoký Chlumec

Informovaný souhlas s rozhovorem a jeho užitím

V rámci bakalářské práce s názvem „Školní stravování pro děti s dietním omezením ve vybraném regionu“, která je realizována na Pedagogické fakultě Univerzity Karlovy, jste byla vybrána a požádána o spolupráci. Cílem práce je zhodnotit praxi související s přípravou dietní stravy ve školních jídelnách a vytvořit sadu rad a doporučení pro rodiče, i vedoucí jídelen. Není Vaší povinností odpovědět na všechny otázky, naopak je zcela na Vás, jaké informace a zkušenosti v rozhovoru sdělíte.

Pro potřeby analýzy se rozhovor s Vámi bude nahrávat. Nahrávání může být na Vaši žádost kdykoliv přerušeno. Celý rozhovor, nebo jen jeho části, budou přepsány do textové podoby. Se záznamem rozhovoru lze v rámci bakalářské práce zacházet různým způsobem. Protože si nesmírně vážím Vaší ochoty spolupracovat, budu důsledně respektovat jakékoli omezení, které pro využití záznamu uložíte.

Zvolte, prosím, jednu z následujících možností.

- Souhlasím, aby byl rozhovor pro účely výzkumného zpracování použit bez zvláštních úprav; jako celek a jako interní materiál ho netřeba anonymizovat. V případě, že jeho části budou citovány v publikovaných materiálech, lze uvádět mé jméno.
- Souhlasím, aby byl rozhovor pro účely výzkumného zpracování použit bez zvláštních úprav; jako celek a jako interní materiál ho netřeba anonymizovat. Nepřeji si však, aby bylo v souvislosti s případnými citacemi tohoto rozhovoru v publikovaných materiálech uváděno moje jméno.

Jestliže budete mít jakékoli dotazy, obraťte se přímo na výzkumnici, nebo na vedoucí bakalářské práce. PaedDr. Evu Marádovou, CSc. (email:eva.maradova@pedf.cuni.cz).

e-mail: M.Baresova@seznam.cz

telefon: +420 603 527 432

Datum rozhovoru: 23.3.2017

Jméno výzkumnice: MARKĚTA BAREŠOVÁ

Podpis výzkumnice: *Markéta Baresová*

Vaše jméno: VAČLAVA VANČŮROVÁ

Váš podpis: *Vančurová*