

ŠKOLNÍ STRAVOVÁNÍ

NOVELA VYHLÁŠKY Č. 107/2005 SB.

20.2.2025 / Odborný panel Středního článku podpory MŠMT

Název projektu: Střední článek podpory
Registrační číslo projektu: CZ.02.02.02/00/22_005/0004237



Spolufinancováno
Evropskou unií



Střední článek
podpory

PROGRAM

10.00 – 11.00 Informace a legislativa ke školnímu stravování

- Jan Mareš / *Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy*
- Eliška Selinger / *Státní zdravotní ústav*
- Monika Dobrovodská / *Ministerstvo pro místní rozvoj*

11.00 – 12.00 Nový spotřební koš v praxi

- Alexandra Košťálová / *Státní zdravotní ústav*
- Marina Jeřábková / *Univerzita Karlova*
- Michal Hammer / *ZŠ Montessori Na Beránku*

12.00 – 13.00 Přestávka

13.00 – 14.00 Donáška vlastní stravy do prostor školní jídelny

- Jan Mareš / *Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy*
- Zdeňka Trestrová / *Ministerstvo zdravotnictví*
- Renata Lukášová / *Gastronomický nadační fond*
- Marta Mandincová / *Školní jídelna Brno, nám. Svornosti 7*



Organizační informace

- Občerstvení „čajovna“
- Zde v místnosti není dovoleno konzumovat jídlo ani nápoje

- Mikrofony



V případě dotazů se obraťte na organizátory

Jan Mareš

vrchní ředitel sekce vzdělávání a mládeže



Střední článek
podpory

ŠKOLNÍ STRAVOVÁNÍ Z POHLEDU MŠMT

Mgr. Jan Mareš, MBA
vrchní ředitel sekce vzdělávání a mládeže



ŠKOLNÍ STRAVOVÁNÍ = stravovací služby pro děti, žáky, studenty a další osoby, jimž je poskytováno stravování v rámci hmotného zabezpečení, plného přímého zaopatření, nebo v rámci preventivně výchovné péče formou celodenních služeb nebo internátních služeb. Řídí se výživovými normami a rozpětím finančních limitů na nákup potravin.

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



VÝKONOVÁ DATA ZA ŠKOLNÍ ROK 2024/2025

Počet strávníků (dětí, žáků a studentů) ve školním roce 2024/2025											
celkem	z toho v režimu dietního stravování	v tom z celkového počtu strávníků (dětí, žáků, studentů)									
		MŠ	PS, PT	1. st. ZŠ	2. st. ZŠ	nižší stupeň VLG	1.–4. roč. 8letých KON	SŠ	KON	VOŠ	ZÚV
1 597 474	5 258	359 753	5 945	529 765	355 274	34 671	267	305 388	2 186	3 716	509

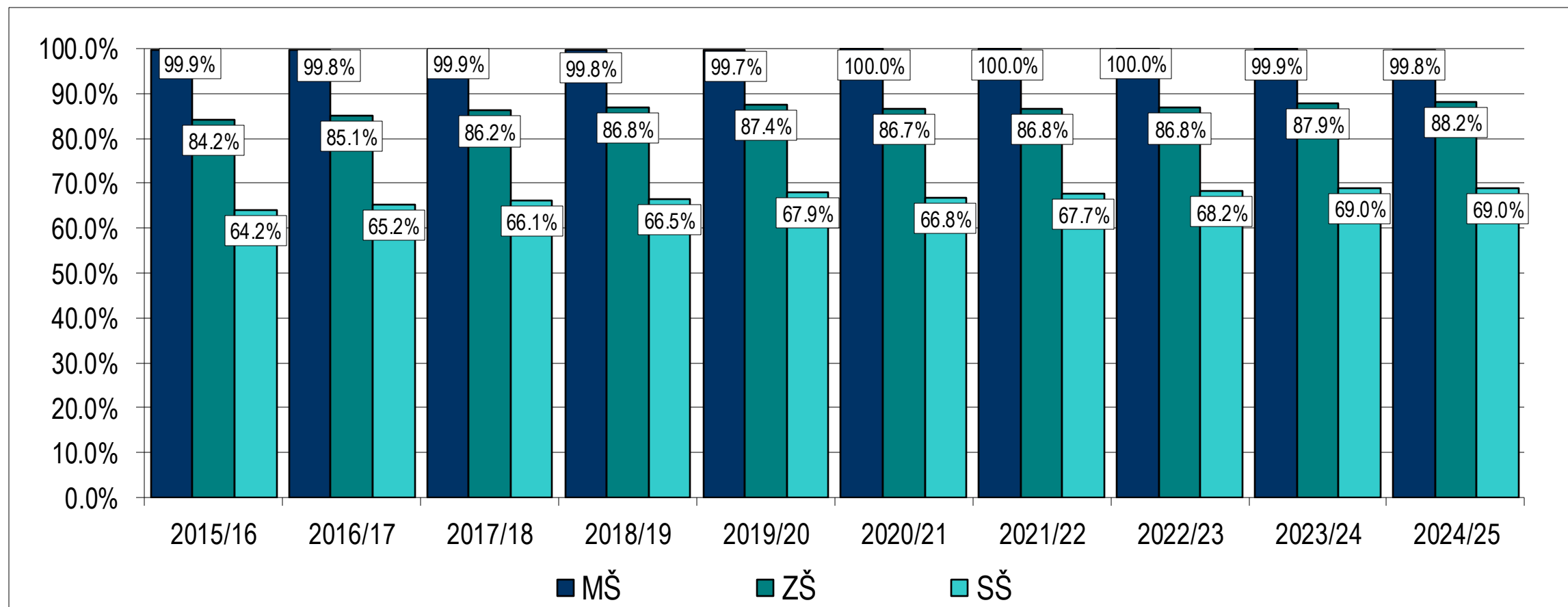
Počet zařízení školního stravování ve školním roce 2024/2025: **8 870**



+31 (oproti 2023/2024)

VÝKONOVÁ DATA - VÝVOJ

Stravovací zařízení – podíl stravujících se žáků na celkovém počtu žáků podle druhu školy ve školním roce 2015/16–2024/25



HLAVNÍ ÚKOLY ŠKOLNÍHO STRAVOVÁNÍ

- Nasytit strávnicky
- Zajistit výživu pro strávnicky podle jejich fyziologických potřeb v závislosti na věku
- Realizovat významný sociální aspekt
- Být vzorem správného stravování a stolování včetně rozvoje praktických dovedností
- Podporovat a upevňovat návyky zdravého životního stylu
- Rozvíjet partnerství škola – školní jídelna – strávnicki – rodičovská veřejnost



POZITIVA ŠKOLNÍHO STRAVOVÁNÍ

● Mateřská škola (2 až 6leté děti)

- výživa a zdraví - děti dostávají vyváženou stravu, která podporuje jejich růst a vývoj
- sociální dovednost - společné stravování pomáhá dětem rozvíjet sociální dovednosti a učí je stolování
- zvyk na pravidelnost - pravidelné stravování v určitém čase pomáhá dětem vytvořit si zdravé návyky
- úleva pro rodiče - rodiče mají jistotu, že jejich děti dostávají kvalitní jídlo, což jim ulehčuje každodenní starosti
- prevence obezity - školní jídelny často nabízejí zdravější alternativy než domácí strava, což může pomoci v prevenci obezity



POZITIVA ŠKOLNÍHO STRAVOVÁNÍ

● Základní škola (6 až 15letí žáci)

- koncentrace a výkon - vyvážená strava zlepšuje koncentraci a školní výkon žáků
- rovnost - všichni žáci mají přístup ke kvalitnímu jídlu, což snižuje sociální rozdíly
- vzdělávání o výživě - žáci se učí o zdravé výživě a správných stravovacích návycích
- podpora místních producentů - školní jídelny často spolupracují s místními farmáři, což podporuje místní ekonomiku
- bezpečnost potravin - školní jídelny musí dodržovat přísné hygienické normy, což zajišťuje bezpečnost potravin



POZITIVA ŠKOLNÍHO STRAVOVÁNÍ

- Střední škola (15letí a starší žáci)
 - příprava na dospělost - žáci se učí plánovat a vybírat si zdravé jídlo, což je připravuje na samostatný život
 - zlepšení akademických výsledků - kvalitní strava může pozitivně ovlivnit výsledky a celkovou pohodu žáků
 - sociální interakce - společné stravování podporuje sociální interakce a budování vztahů mezi žáky
 - podpora zdravého životního stylu - školní jídelny mohou nabízet zdravé alternativy a podporovat zdravý životní styl
 - ekonomická výhodnost - pro rodiny může být školní stravování finančně výhodnější než příprava obědů doma



ŠKOLNÍ STRAVOVÁNÍ NENÍ JEN OBĚD

■ Hlavní jídla

- oběd - polévka nebo předkrm, hlavní chod, nápoj, případně doplněk ve formě salátu, dezertu či ovoce
- večeře - hlavní chod, nápoj, případně ve formě salátu, dezertu či ovoce

■ Doplnková jídla

- snídaně
- přesnídávka
- svačina
- druhá večeře



ŠKOLNÍ STRAVOVÁNÍ NENÍ JEN OBĚD

- 5leté dítě v MŠ ve třídě s celodenním provozem
 - dostane přesnídávku, oběd, svačinu (zahrnuty i nápoje k dodržení celodenního pitného režimu)
 - finanční limit v rozmezí 37 Kč až 70 Kč
- 16letý žák SŠ ubytovaný na domově mládeže
 - dostane snídani, přesnídávku, oběd, svačinu, večeři a II. večeři
 - finanční limit v rozmezí 88 Kč až 195 Kč



NÁVRH – NOVELA – VYHLÁŠKA Č. 107/2005 SB., O ŠKOLNÍM STRAVOVÁNÍ

15

- Doporučení Meziresortní pracovní skupiny pro institucionální stravování, která je vedena Ministerstvem zdravotnictví a koordinována Státním zdravotním ústavem
- Věcný obsah byl konzultován s dotčenými subjekty: Ministerstvo zdravotnictví, Ministerstvo zemědělství, Ministerstvo pro místní rozvoj, Ministerstvo práce a sociálních věcí, Státní zdravotní ústav, Asociace krajů ČR, Svaz měst a obcí ČR, Česká asociace nutričních terapeutů, Pacientská rada, kancelář Vládní zmocněnkyně pro lidská práva.

NÁVRH – NOVELA – VYHLÁŠKA Č. 107/2005 SB., O ŠKOLNÍM STRAVOVÁNÍ

16

- umožňuje větší variabilitu při přípravě stravy tak, aby bylo možno pružněji reagovat na stravovací omezení žáků jak z dietních důvodů, tak i z jiných závažných a dlouhodobých důvodů
- aktualizuje nutriční hodnoty standardního spotřebního koše dle nových poznatků ve výživě
- nahrazuje laktoovovegetariánský spotřební koš flexibilním spotřebním košem
- zavádí novou věkovou kategorii pro spotřební koš, a to pro dvouleté děti v mateřské škole

NÁVRH – NOVELA – VYHLÁŠKA Č. 107/2005 SB., O ŠKOLNÍM STRAVOVÁNÍ

17

- nově stanovuje povinnost zařízení školního stravování umožnit žákům místo odebrání školní stravy konzumaci vlastního pokrmu, který neprošel výrobou, přípravou a skladováním provozovatele stravovacích služeb a doneseného do prostor provozovny školního stravování či provozovny jiné osoby poskytující stravovací služby zabezpečující školní stravování
- stanovuje pravidla pro výpočet úplaty v případě konzumace vlastní stravy
- stanovuje pravidla pro výběr spotřebního koše

ZNĚNÍ DOTČENÝCH ČÁSTÍ VYHLÁŠKY S VYZNAČENÍM NAVRHOVANÝCH ZMĚN A DOPLNĚNÍ

§ 1

Úvodní ustanovení

(1) Školním stravováním se rozumí stravovací služby pro děti, žáky, studenty a další osoby, jimž je poskytováno stravování v rámci hmotného zabezpečení¹⁾, plného přímého zaopatření²⁾, nebo v rámci preventivně výchovné péče formou celodenních služeb nebo internátních služeb³⁾ (dále jen "strávníci").

(2) Školní stravování se řídí výživovými normami stanovenými ~~v příloze č. 1~~ **v přílohách č. 1 a 1a** k této vyhlášce a rozpětím finančních limitů na nákup potravin stanovených v příloze č. 2 k této vyhlášce.

ZNĚNÍ DOTČENÝCH ČÁSTÍ VYHLÁŠKY S VYZNAČENÍM NAVRHOVANÝCH ZMĚN A DOPLNĚNÍ

§ 2

Organizace školního stravování

(4) Strávníkům, jejichž zdravotní stav podle potvrzení registrujícího poskytovatele zdravotních služeb v oboru praktické lékařství pro děti a dorost⁸⁾ 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. **Obdobně lze postupovat i u jiných strávníků, kteří mají zájem o stravu, která neodpovídá přílohám č. 1 a 1a.**

(5) Provozovatel stravovacích služeb používá při poskytování dietního stravování **podle odstavce 4 věty první** receptury schválené

ZNĚNÍ DOTČENÝCH ČÁSTÍ VYHLÁŠKY S VYZNAČENÍM NAVRHOVANÝCH ZMĚN A DOPLNĚNÍ

§ 2

Organizace školního stravování

(11) Pokud provozovatel stravovacích služeb poskytuje stravovací služby podle 1 spotřebního koše, stanoví se použitý spotřební koš na základě souhlasu nadpoloviční většiny zákonných zástupců nezletilých strávníků a zletilých strávníků. Bližší pravidla pro souhlas určí vnitřní řád zařízení školního stravování nebo ujednání podle odstavce 7.

(7) V ujednání o zajištění školního stravování mezi právnickou osobou vykonávající činnost školy nebo školského zařízení a provozovatelem stravovacích služeb je podle povahy zajišťovaných služeb obsaženo zejména

- a) vymezení rozsahu poskytovaných služeb podle § 4,
- b) výše finančních normativů podle § 5 odst. 2,
- c) organizace rozvozu nebo přepravy jídel,⁷⁾
- d) způsob zabezpečení dohledu nad nezletilými strávníky.

ZNĚNÍ DOTČENÝCH ČÁSTÍ VYHLÁŠKY S VYZNAČENÍM NAVRHOVANÝCH ZMĚN A DOPLNĚNÍ

§ 2a

Konzumace vlastního pokrmu

Provozovatel stravovacích služeb umožní strávníkovi místo odebrání pokrmu konzumaci vlastní stravy, a to za podmínek stanovených vnitřním řádem nebo v případě jiné osoby poskytující stravovací služby v souladu s ujednáním o zajištění školního stravování, v prostorách podle § 2 odst. 9.

(9) Jídla podávaná v rámci školního stravování konzumují strávníci v provozovnách školního stravování (dále jen "provozovna") uvedených v § 3 odst. 2, nebo v provozovnách jiné osoby poskytující stravovací služby, s výjimkou případu uvedeného v § 4 odst. 9 a s výjimkou výdejny lesní mateřské školy. Zařízení školního stravování může ve výjimečných případech, při splnění požadavků v oblasti ochrany veřejného zdraví stanovených zvláštními právními předpisy, zabezpečovat školní stravování mimo prostory uvedené v § 3 odst. 2.

§3 odst. 2: Zařízení školního stravování s výjimkou výdejny lesní mateřské školy provádí svou činnost v provozovnách. Provozovnou se rozumí každý samostatný soubor místností a prostor, v němž jsou uskutečňovány stravovací služby podle odstavce 3, 4 nebo 5, během nichž nedochází k rozvozu nebo přepravě jídel.

ZNĚNÍ DOTČENÝCH ČÁSTÍ VYHLÁŠKY S VYZNAČENÍM NAVRHOVANÝCH ZMĚN A DOPLNĚNÍ

§ 5

**Úplata za školní stravování v zařízeních školního stravování zřízených státem, krajem,
obcí nebo dobrovolným svazkem obcí**

(4) Při konzumaci vlastního pokrmu podle § 2a se úplata nehradí.

ZNĚNÍ DOTČENÝCH ČÁSTÍ VYHLÁŠKY S VYZNAČENÍM NAVRHOVANÝCH ZMĚN A DOPLNĚNÍ

Příloha č. 1 k vyhlášce č. 107/2005 Sb.

„Výživové normy pro školní stravování pro běžnou výživu“

Příloha č. 1a k vyhlášce č. 107/2005 Sb.

„Výživové normy pro školní stravování pro flexibilní výživu“

a) 2 % hrubé hmotnosti potravin (jak nakoupeno) produkovaných v systému ekologického zemědělství vyrobených v souladu s požadavky nařízení Evropského parlamentu a Rady (EU) 2018/848, o ekologické produkci a o označování ekologických produktů, ve znění pozdějších předpisů, a

a) ~~2 %~~ 5 % hrubé hmotnosti potravin (jak nakoupeno) produkovaných v systému ekologického zemědělství vyrobených v souladu s požadavky nařízení Evropského parlamentu a Rady (EU) 2018/848, o ekologické produkci a o označování ekologických produktů, ve znění pozdějších předpisů, a

ZNĚNÍ DOTČENÝCH ČÁSTÍ VYHLÁŠKY S VYZNAČENÍM NAVRHOVANÝCH ZMĚN A DOPLNĚNÍ

Příloha č. 2 k vyhlášce č. 107/2005 Sb.

Finanční limity na nákup potravin

Věkové skupiny strávníků,
hlavní a doplňková jídla

Finanční limity
Kč/den/strávník

1. Strávníci 2 roky

snídaně

8,00 až 18,00

přesnídávka

7,00 až 13,00

oběd

15,00 až 32,00

svačina

7,00 až 13,00

večeře

13,00 až 24,00

Celkem (celodenní)

50,00 až 100,00

na nápoje

4,00 až 8,00

DĚKUJI ZA POZORNOST



PLUS PRO NAŠE ŠKOLSTVÍ



MGR. JAN MAREŠ, MBA



posta@msmt.gov.cz



www.msmt.cz a www.edu.cz



Eliška Selinger

Státní zdravotní ústav



Proč potřebujeme novou vyhlášku?

MUDr. Eliška Selinger MSc

Státní zdravotní ústav
www.mametonataliri.cz
spotrebni.kos@szu.cz



Ideální je pít
vodu

Ovoce a
zeleninu ke
každému jídlu

Neměli bychom
tolik solit

Slyšeli jste

už někdy v životě, že...?

Rostlinné oleje
jsou zdravější
než živočišné

Sladkosti jezme
střídmě

Jezte spíše bílé
libové maso než
červené či
uzeniny

Je dobré zařadit
tučné mořské
ryby

Luštěniny by měly
být součástí
jídelníčku

Měli bychom
jíst celozrnné
pečivo

Česká populace není zdravá - A není zdravě.

Dietární rizika **jsou spojena s 23% preventabilních úmrtí** (EU průměr 17%)

Přibližně 54 % úmrtí na srdeční choroby a 44,3 % úmrtí na cukrovku 2. typu jsou v ČR spojeny s dietárními riziky, 8,1 % úmrtí na rakovinu

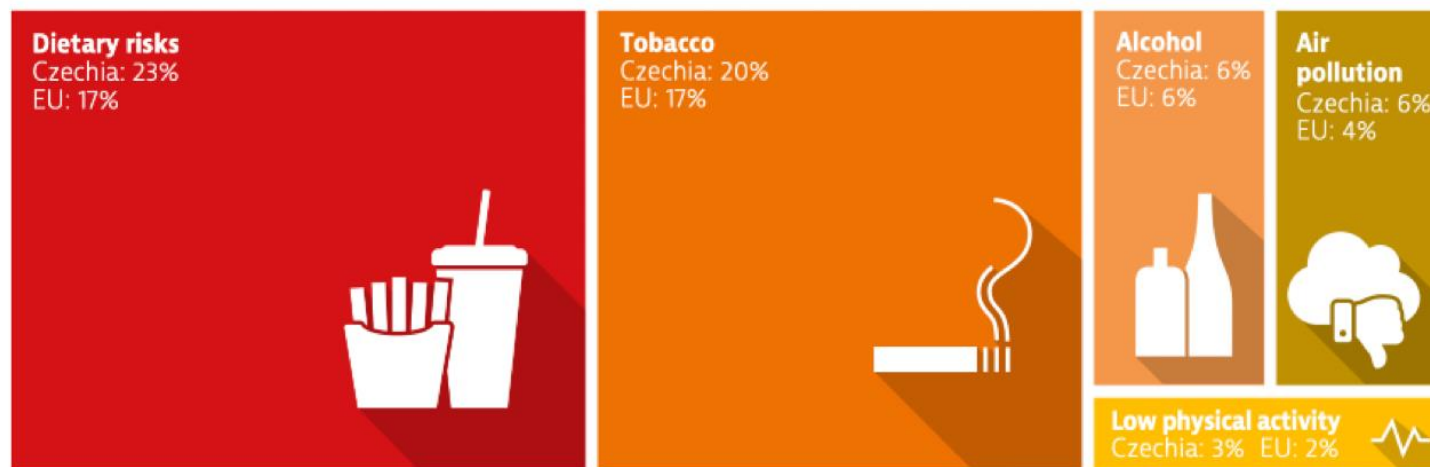
Hlavními dietárními problémy jsou např. **nadměrný příjem soli, nasycených tuků a nedostatečný příjem ovoce, zeleniny a vlákniny**

Obezitou **trpí asi 20% dospělých**

(Předpověď: 35% obezních v 2030), přes 60% má obezitu nebo nadváhu

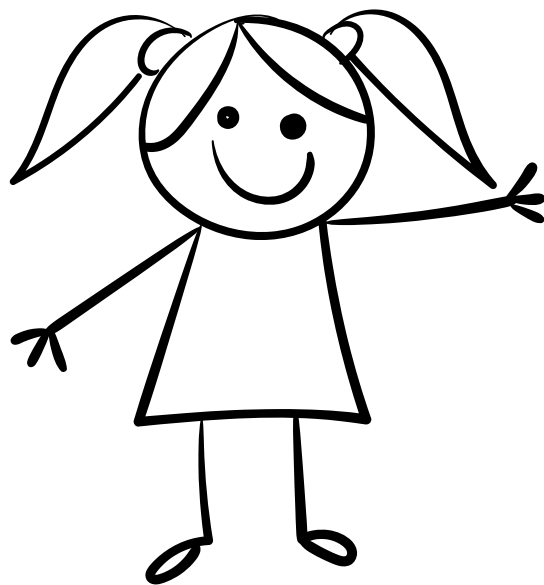
Hlavní příčiny úmrtí: ischemická choroba srdeční (20%), mrtvice (6.6%), cukrovka (3.8%), kolorektální nádor (3.1%)

Figure 5. Dietary risks and tobacco are major risk factors in Czechia



Note: The overall number of deaths related to these risk factors is lower than the sum of each one taken individually, because the same death can be attributed to more than one risk factor. Dietary risks include 14 components such as low fruit and vegetable intake, and high sugar-sweetened beverages consumption. Air pollution refers to exposure to fine particulate matter (PM_{2.5}) and ozone.
Sources: IHME (2020), Global Health Data Exchange (estimates refer to 2019).

Představme si Marušku.

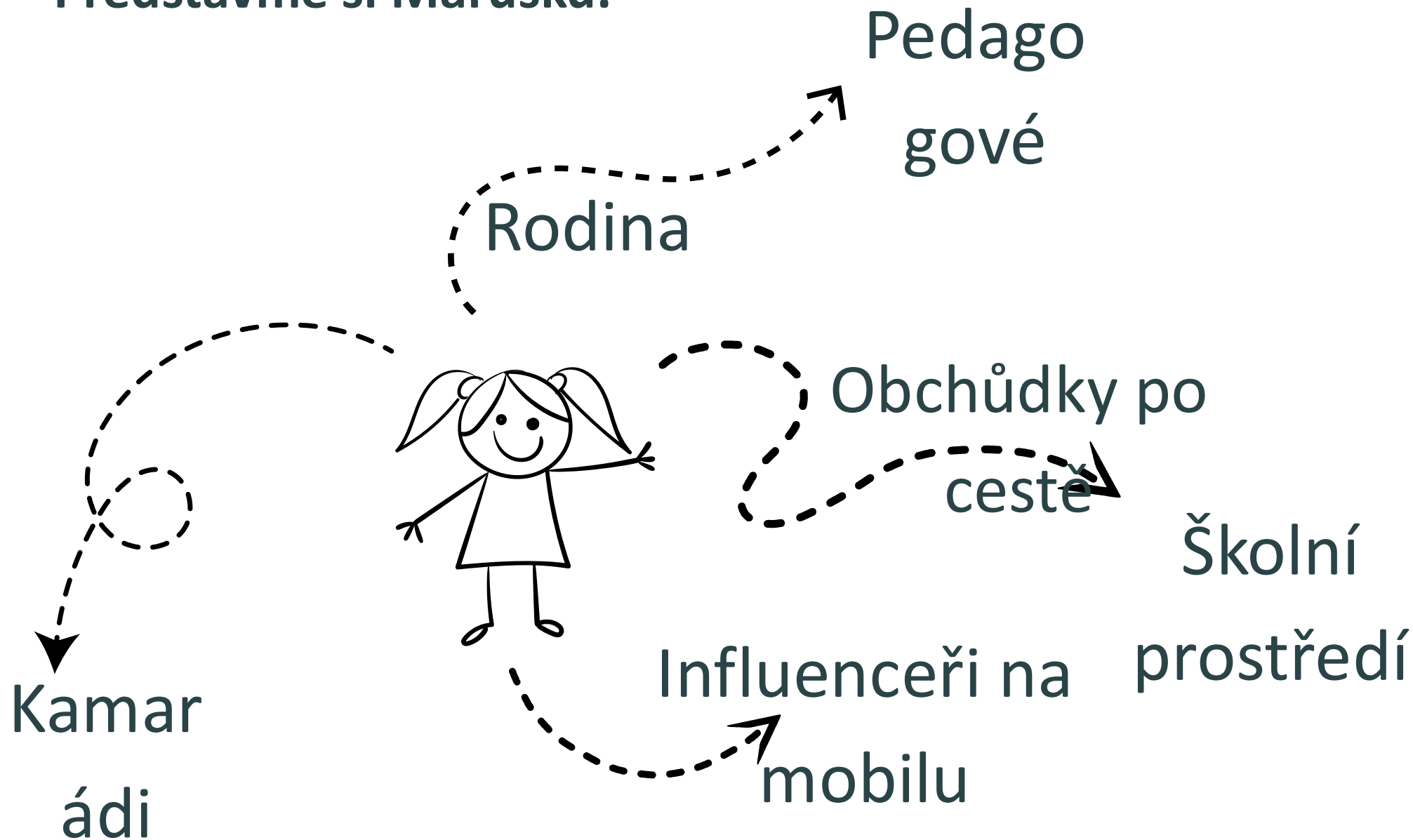


Maruška se
naučila, co je
zdravá strava

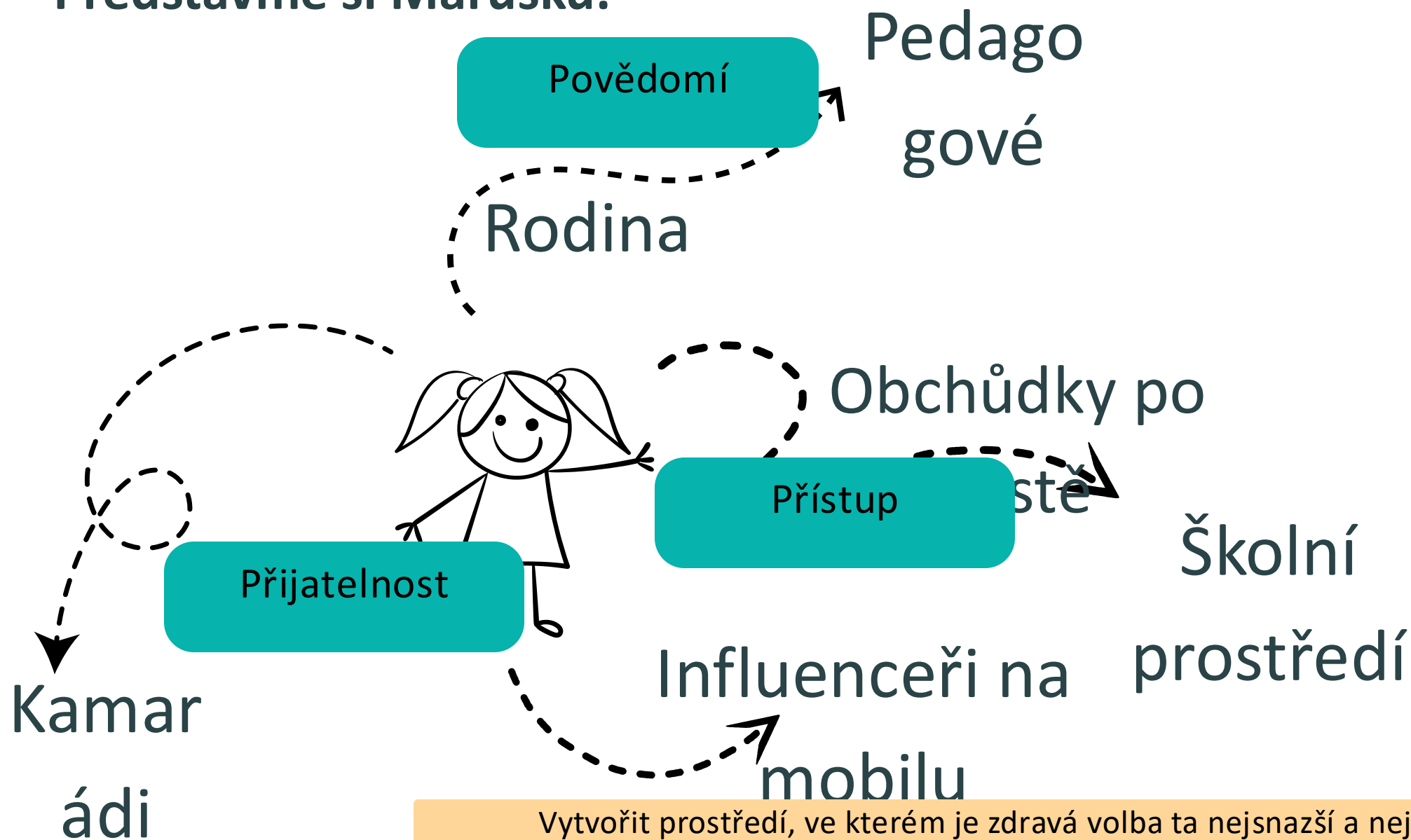


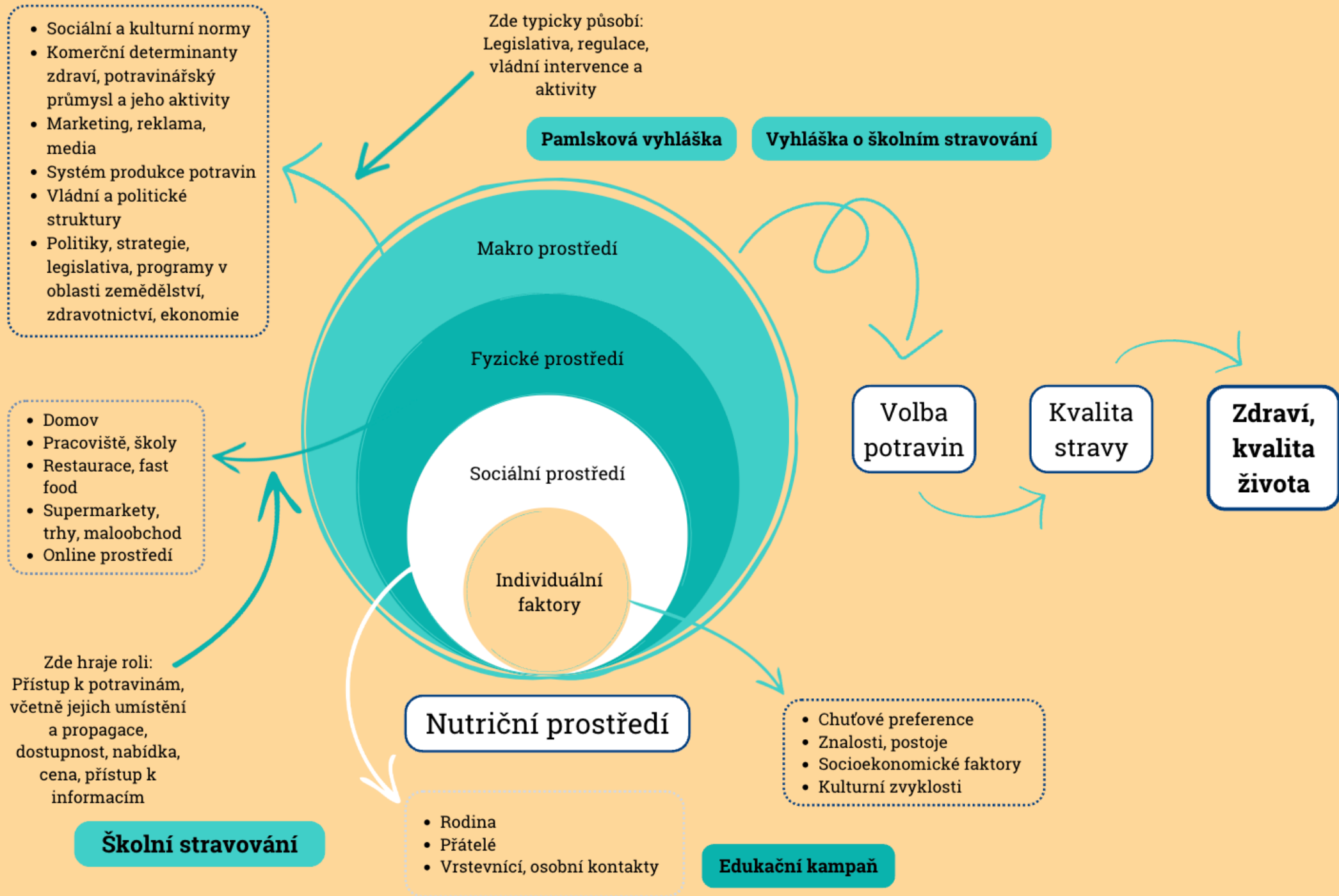
Maruška
bude jíst
zdravě

Představme si Marušku.



Představme si Marušku.





396 MILIÓNU

jídel se připraví dětem za jeden školní rok.

32 Kč

je průměrná cena
školního oběda

37 TISÍC

zaměstnanců se podílí na
chodu jídelen, z toho přes
20 tisíc kuchařů.

1,6 MILIONŮ

děti, žáků, studentů se stravuje denně ve
školních jídelnách, což je 80 % všech dětí.

Také si pro oběd chodí 248 tisíc
zaměstnanců škol a 191 cizích strávníků.

27 0713 Kč

je průměrná mzda
personálu ve školní jídelně

12 611 Kč

je rozdíl mezi průměrnou
mzdou personálu
a průměrnou mzdou v ČR

**8,7
MILIARD Kč**

vydává ročně stát
na mzdy personálu

10 MILIARD Kč

se ročně vynaloží na nákup
surovin na školní obědy

2 MILIARDY Kč

je hodnota vyhozených
potravin určených
k obědům za rok

(tj. 2000)

potravin určených k obědům za rok se vyhodí:
- 48 % jsou zbytky z talířů dětí
- 43 % tvoří nevydaná a neodhlášená strava
- 9 % je odpad vzniklý při přípravě pokrmů

Udržitelnost

**PREVENTABILNÍCH
ÚMRTÍ**

je spojeno se špatnou výživou

**Stravování
a zdraví**

JEN 37 %

děti ve věku 11-15 let jí
alespoň jednu porci zeleniny
za den a 50 % jí alespoň
1 porci ovoce za den

DĚTI

9,6 % NADVÁHA

16,4 % OBEZITA

Jen 65,4 % dětí má normální
hmotnost.

60 % DOSPĚLÝCH

má vyšší než normální hmotnost

80 %

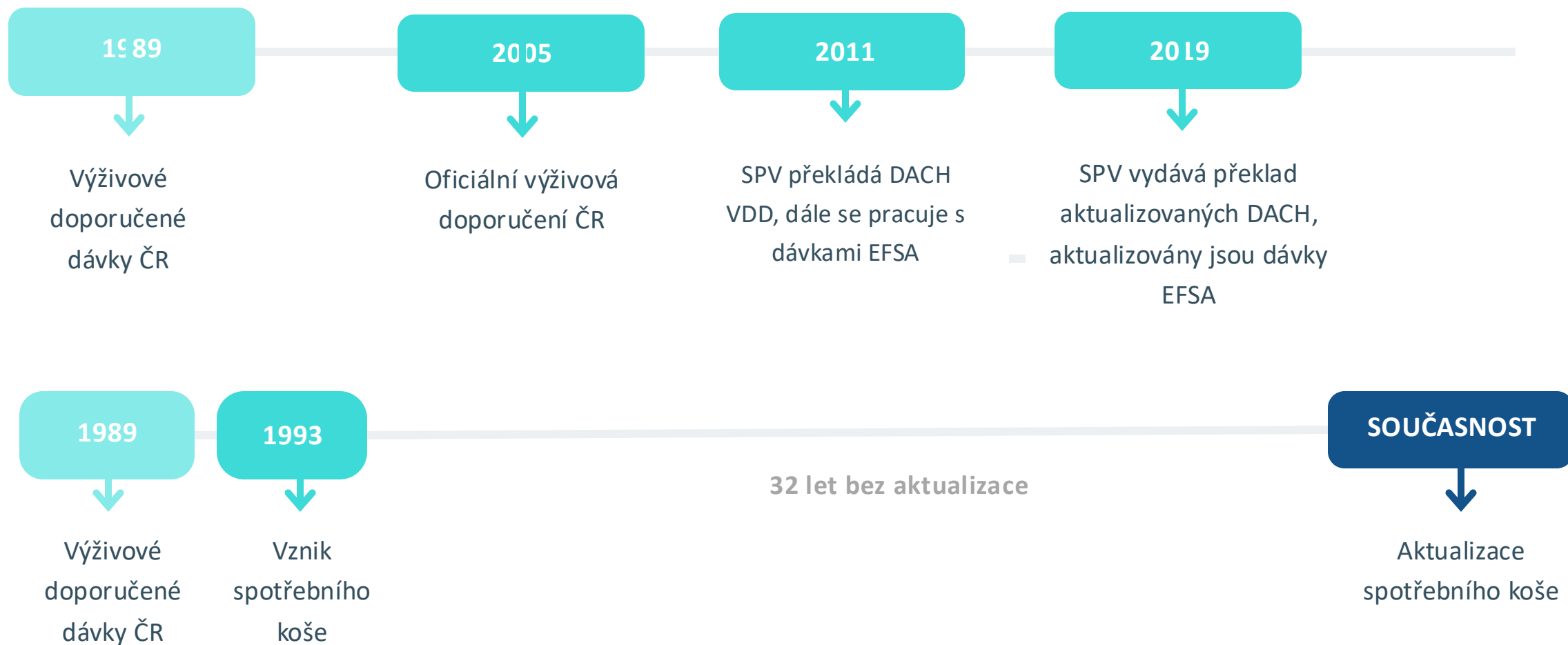
nákladů na zdravotní péči
v EU je použito na léčbu
chronických onemocnění
- Tady z nich lze předejít
zdravým životním stylem

30 MILIARD Kč

jsou roční náklady spojené
s léčbou obezity v ČR

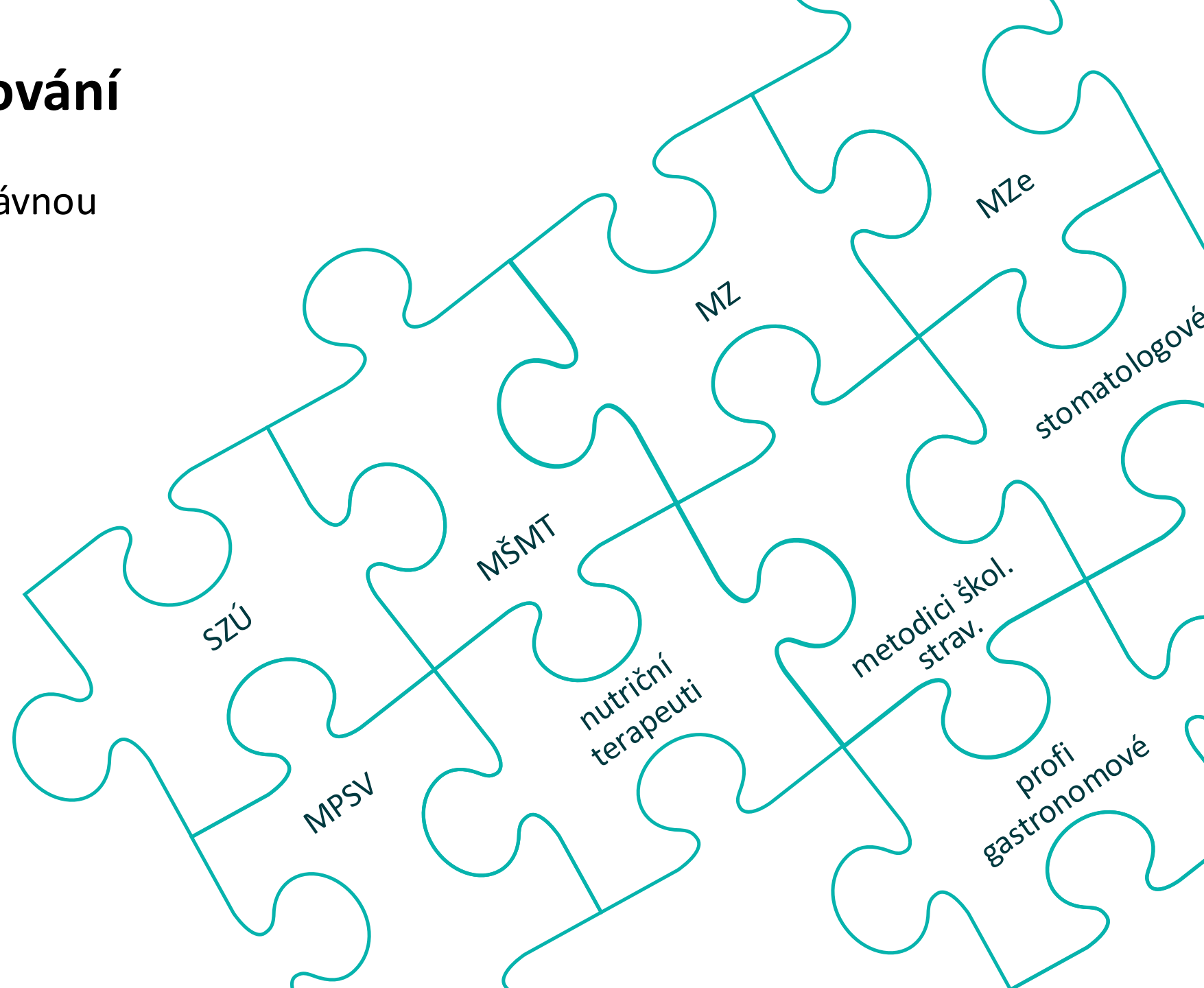
**Spotřební koš je nutriční doporučení
přepsané do vyhlášky.**

AKTUALIZACE VÝŽIVOVÝCH DOPORUČENÝCH DÁVEK A VÝŽIVOVÝCH DOPORUČENÍ VS. AKTUALIZACE SPOTŘEBNÍHO KOŠE

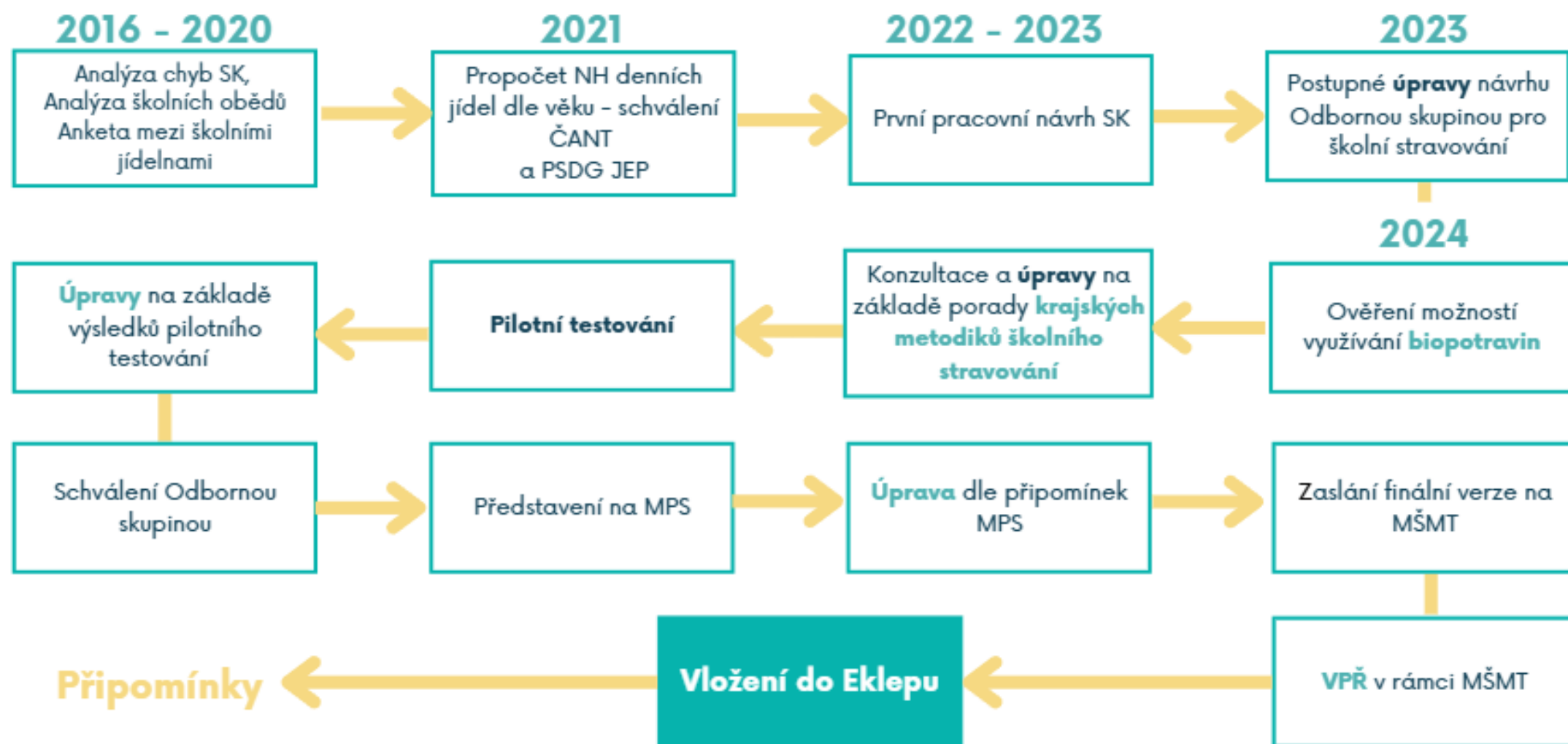


OS pro školní stravování

Bez spolupráce a víry ve správnou věc by změny nevznikaly



Postup při tvorbě návrhů



**Evoluce, nikoliv
revoluce.**



Monika Dobrovodská

Ministerstvo pro místní rozvoj

40
40



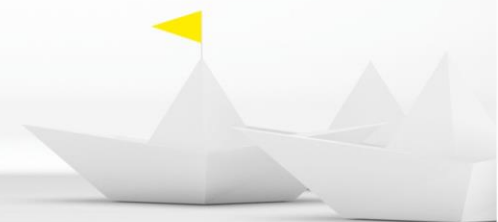
Střední člunek
podpory

40
40

Udržitelné nákupy potravin v kontextu zakázkové legislativy a připravovaných změn



- **Monika Dobrovodská**
Ministerstvo pro místní rozvoj



Režim veřejné zakázky a novinky v zakázkové legislativě

Určení potravin stejného druhu dle § 19 odst. 1 ZZVZ: obecně podle tříciferných CPV kódů v oddílu 15 – Potravin, nápoje, tabák a související produkty

ALE pokud by sčítáním potravin v tříciferné skupině mohlo dojít k narušení hospodářské soutěže nebo jde o odlišné potraviny co do charakteristiky i odpovídajících relevantních trhů, např. je odlišný zpracovatelský řetězec, JE možné sčítat potraviny na nižší než tříciferné úrovni. Klíčová je znalost dané komodity.

Odpovědnost je na organizaci veřejné správy, na jaké úrovni CPV kódů stejný druh potravin v rámci konkrétní veřejné zakázky stanoví.

Stanovisko ke sčítání potravin stejného druhu a doplňující výklad [zde](#)

Novela ZZVZ bude měnit limity VZMR ze 2 mil. Kč na 3 mil. Kč. (tisk č. 52 [Senát PČR: Historie tisku](#))

Udržitelné stravování

- formy stravování mající **nízkou environmentální zátěž**, které **přispívají k potravinové a výživové bezpečnosti a zdravému životu generací přítomných i budoucích**
- udržitelné stravování vychází z **optimálního využití přírodních a lidských zdrojů**, přičemž **respektuje a pomáhá ochraňovat biodiverzitu a přírodní ekosystémy**, je **kulturně přijatelné, přístupné, ekonomicky spravedlivé a dostupné a nutričně vyhovující, bezpečné a zdravé**

Organizace pro výživu a zemědělství (FAO) 2010

Novela vyhlášky č. č. 107/2005 Sb. o školním stravování

Průměrná měsíční spotřeba potravin provozovatele stravovacích služeb, který má zapsaných více než 180 strážníků, obsahuje minimálně



- 2 % hrubé hmotnosti potravin (jak nakoupeno) produkovaných v systému ekologického zemědělství/biopotravin vyrobených v souladu s požadavky nařízení EP a Rady (EU) 2018/848, o ekologické produkci a o označování ekologických produktů (účinnost od 1. 9. 2025)

5 % hrubé hmotnosti potravin (jak nakoupeno) produkovaných v systému ekologického zemědělství/biopotravin s účinností od 1. 9. 2028

- 10 % hrubé hmotnosti sezónního ovoce, zeleniny nebo brambor (účinnost od 1. 9. 2025)
[Sezónní kalendář ovoce, zeleniny a brambor | MZe](#)

Minimální standardy odpovědného veřejného zadávání pro dodávky potravin

- 1) **minimální podíl potravin pocházejících z ekologického zemědělství (biopotravin):**
5 % finančního objemu veřejných zakázek za rok, 10% od r. 2030



- 2) **sezónní produkce ovoce, zeleniny a brambor: procentní podíl podle dostupnosti produkce v daném období dle Sezónní kalendář ovoce, zeleniny a brambor | MZe**
prosinec - květen 20 % finančního objemu pro dodávky ovoce, zeleniny a brambor
červen - listopad 50 % finančního objemu pro dodávky ovoce, zeleniny a brambor



- 3) **káva a kakao ze spravedlivého a etického obchodu (Fairtrade®)**
- 4) **vyloučení vajec nosnic z klecového chovu označených kódem 3**

[Minimální standardy odpovědného veřejného zadávání - Portál o veřejných zakázkách](#)



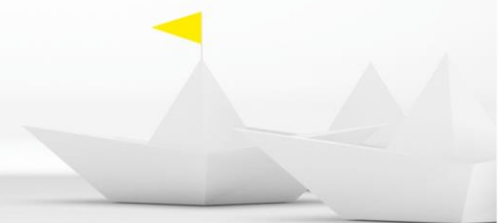
Příklady udržitelných nákupů potravin ve školních jídelnách

4 ZŠ a 5 MŠ města Jičín nakupují v souladu se Strategií odpovědného stravování
- případová studie zde

ZŠ a MŠ se stříbrnou a zlatou certifikací Skutečně zdravá škola
- kritéria programu zde

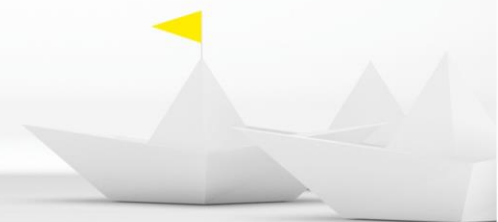
...jedna z pilotních jídelen Hvožd'any od září 2024 nakupuje obiloviny v biokvalitě (pro cca 100 strávníků)

a řada další...



Děkuji za pozornost

Monika Dobrovodská
Odbor strategií, práva a podpory veřejného investování
tel: 799 104 408
monika.dobrovodska@mmr.gov.cz



Diskuse k tématu



Alexandra Košťálová

Státní zdravotní ústav

Marina Jeřábková

3. LF UK



Co budou děti dostávat na talíř?

Mgr. Marina Jeřábková

Mgr. Alexandra Košťálová

Státní zdravotní ústav

www.mametonataliri.cz

spotrebni.kos@szu.cz



Cesta postupné a nenásilné změny

- Cílem **není** vařit zcela jiné, nové a neznámé pokrmy
- Cestou je podávat oblíbená a známá jídla, na která jsou děti zvyklá, ale zvolit **vhodné kombinace** např. s polévkou, doplňkem
- Někdy stačí **obměnit některé ingredience**
- Lépe častěji opakovat pokrmy, děti je lépe poznají, nebo se na oblíbené těší a dostanou je častěji

Zeleninová
polévka,
buchtičky s
krémem

Jíška z
celozrnné
ječné mouky

Principy nového spotřebního koše

OVOZEL, bílkoviny, sacharidy, tuky v každém jídle

- Každé denní jídlo obsahuje **zeleninu či ovoce**, zdroj **sacharidů** (obiloviny, pseudoobiloviny či brambory), zdroj **bílkovin** (maso, ryby, korýši, měkkýši, vejce, mléčné výrobky, mléko či luštěniny) a zdroj **tuků**, který je přítomen buď v potravinách samotných, nebo se do pokrmů přidává. To neplatí pro 2. večeře.

jídlo = snídaně,
přesnídávka,
oběd, svačina,
večeře



Zelenina a ovoce (plnění od 75 % výše)

- do SK se nezapočítávají slupky, pecky, jádřince
- **ke každému dennímu jídlu**
- sezónnost 10 % (včetně brambor)
- zelenina má převažovat ovoce
- v syrovém stavu či tepelně upravené
- s rozumem sterilované a mléčně kvašené

V polévce, salátu, jako součást přílohy nebo hlavního chodu, v pomazánce, jako obloha nebo ovoce jako doplněk

KLASIKA - svíčková, mrkev a cibule celoročně sezónní

Nezmizí kyselá okurka, sladká kukuřička, sterilované zelí ke kachně, ani třeba řepa



Maso - plněné 75 - 125 % (u 3 výběrů 150 %)

- pestrost v nabídce (1x týdně bílé maso, 1x červené a 1x za 14 dnů další poloviční porce libovolného masa)
- u výběrového JL se dvěma výběry možnost nabídnout maso **každý den**
- je regulována nabídka masných výrobků a polotovarů (max. 20 % ze normy skupiny maso)
- maso lze používat samozřejmě i do polévek, jak je zvykem
- do bezmasých pokrmů se používají pouze zeleninové vývary
- do SK se **nezapočítávají kosti** - děti kosti nejedí



Brambory - plnění 75-125 %

- původní spotřeba opravdu vysoká neodpovídala reálné spotřebě brambor v ČR
- je možné používat sypké směsi na bramborové knedlíky - **nejsou zakázány**
- využití brambor - jako příloha, k zahuštění polévek, do polévek, součást bezmasých hlavních chodů
- mohou být i součástí sladkých pokrmů

nezmizí klasické
přílohy (bramborové
kaše, bramborové
knedlíky, vařené,
pečené brambory...)



Mléko a mléčné výrobky - plnění

75 - 125 %

- nesnižuje se množství mléka a mléčných výrobků - ale volnost ve výběru
- není povinností podávat mléko jako nápoj
- bude plněna potřeba vápníku
- bílé (neochucené) mléčné výrobky lze libovolně dochucovat
- ochucené zakoupené varianty jsou limitovány obsahem cukrů - 11 %
- omezeně je možné nabízet mléčné nápoje s přidaným cukrem

jídlna volí varianty
podle zvyklostí
strávníků - někde děti
pijí mléko, jinde více
využijí sýry, jogurty,
smetanu



Mléko současný SK	2 roky	3-6 let	7-10 let	11-14 let	15 a víc let
snídaně			19	17	9
přesnídávka	300	300			
oběd			55	70	100
svačina					
večeře					

Mléko návrh SK	2 roky	3-6 let	7 let MŠ	7- 10 let	11-14 let	15 a víc let
snídaně	98	147	171	171	196	245
přesnídávka	133	200	234	104	119	148
oběd				78	89	111
svačina				52	59	74
večeře	65	98	114	114	130	163

Luštěniny (plnění od 75 %)

- **množství zůstává obdobné** jako ve starém koši, korekce normování oproti původnímu SK
- možnost jako hlavní chod, část hlavního chodu, součást přílohy, v polévce, salátu, na zahuštění, v dezertu, v pomazánce
- i jídlo s luštěninami je doplněno zeleninou nebo ovocem

Hummus lze připravit nejen z cizrny, je možné kombinovat se zeleninou. Řidší poslouží jako dip



Do kari lze využít různé druhy luštěnin, včetně tofu, či tempehu



zahuštění polévek – lze i luštěninovou moukou



Ryby - plnění od 75 %

- minimálně 2x za měsíc - **jako doposud**
- **důraz na větší pestrost** - poloviční množství ryba tučná - losos, makrela, sled', sardinky
- u obalovaných polotovarů je požadována **kvalita**
- není povoleno používat ryby s přidanou vodou - malá výtěžnost
- lze přidat libovolně - polévka, hlavní chod, předkrm, pomazánka



minimálně 60 %
rybího masa a
0,7 % soli



Celozrnné obiloviny

Pohanka	Ječmen	Pšenice	Oves
Kroupa • za studena loupaná (zeleno béžová - méně chuťově aromatická) • namáčet minimálně hodinu před přípravou, ideálně déle • kontrabáš s pohankou (pohanka, brambory, uzené maso - zapečené) • pohanka s brynzou (ale halušky s brynzou) • pohanka součást karlovarských knedlíků • pohanka součást mletých mas • jako příloha až pro zkušené strávníky	Kroupy • namáčet s klidem přes noc • zavářka do polévek • do knedlíků • krupetto - podobné pilafu (českému rizotu) • kuba	Špaldové kroupy • namáčet s klidem přes noc • kernotto - podobné pilafu (české rizoto) • zavářka do polévek • do knedlíků	Vločky • zavářka • kaše • sušenky k jogurtům
Lámanka • Zahušťování polévek • do mletých mas jako pojivo • zeleninovo pohankové karbanátky • pomazánky (ala směs na topinky)	Mouka celozrnná • zahušťování • lívance • palačinky • bábovky, banana bread...	Špaldová celozrnná krupice • kaše (možno kombinovat s obyčejnou krupicí) • halušky, knedlíky, noky do polévky • koláče	Krupice a mouka • zahuštění • kaše
Krupice a mouka • Krupice - klasické kaše - lépe kombinovat s pšeničnou krupicí, knedlíky, halušky • Mouka - zahuštění nebo palačinky - také lépe začít 1/3 a kombinovat s pšeničnou nebo ječnou		Špaldová celozrnná mouka • koláče, muffiny • Palačinky !!! NEVHODNÁ K ZAHUŠŤOVÁNÍ řídne!	



Celozrnný karlovarský knedlík,
rajská zahuštěná ječnou
celozrnnou moukou



Pohanka a celozrnné pečivo v
masových kuličkách, velouté –
celozrnná ječná jíška



Ječné kroupy v sekané



Celozrnný karlovarský
knedlík, rozlitaný ptáček



Wafle z ječné celozrnné mouky
1/2 (1/2 mouky obyčejné)



Špaldové kroupy v
bramborovém těstě na noky

Cukr volný - plnění 0 -100 %

- není povinnost spotřebovávat cukr - **dolní hranice byla zrušena**
- cukry lze přidat **do sladkých pokrmů** (hlavní chod, přesnídávka, svačina...), **dezertů, mléčných výrobků, salátů, omáček, polévek...**
- oslazeny mohou být mléčné nápoje, ale je omezena frekvence jejich nabízení
- řešení pro obcházení spotřebního koše u cukru (kupované sladkosti, jemné pečivo, ochucené mv., nápoje s cukrem - jsou regulovány)

OBĚDY
maximálně 1x měsíčně,

PŘESNÍDÁVKY a SVAČINY
maximálně 2x měsíčně

CELODENNÍ STRAVA
maximálně 4x měsíčně



Tuk volný - plnění 75 -100 %

- poměr tuků 2:1 ve prospěch rostlinných variant (preference řepkového, olivového...)
- příjem nasycených tuků omezen v rámci omezení používání masných výrobků, podávání doplňků formou zakoupených cukrovinek.
- volný palmový, palmojádrový a kokosový se nepoužívají
- do skupiny tuky se nově nezapočítávají mléčné výrobky (s výjimkou másla)

Preference kvalitních olejů, případně másla před vysoce průmyslově zpracovanými tuky



Pitná voda, Rostlinné oleje a tuky (řepkový olej, palmový tuk, kokosový tuk, slunečnicový olej v různém poměru), Mléčný tuk, Emulgátory (mono- a diglyceridy mastných kyselin, polyglycerylpolyricinoleát), Jedlá sůl (0, 45 %), Sušené odstředěné mléko, Konzervant (sorban draselný), Kyselina (kyselina citronová), Aroma, Vitaminy (vitamin E, vitamin A, vitamin D), Barvivo (karoteny), Obsah tuku 40 %



Sladké hlavní chody - oběd

- max. 2x měsíčně - **jako dosud**
- v kombinaci s neslazeným nápojem
- v rámci jídla (oběda) musí být doplněna zelenina, ovoce (polévka, doplněk, součást těsta), zdroj sacharidů a bílkovin



Malou část bílé mouky lze nahradit moukou CĚLOZRNNOU, pohankovou.

Prostor pro využití drobných plodů, které mají děti rádi.

i BUCHTIČKY S KRÉMEM budou



Sladké přesnídávky a svačiny

- **max. 2x týdně** - soudobá praxe je obdobná
- sladká = s volnými cukry
- v kombinaci s neslazeným nápojem



Svačiny, do kterých není přidán cukr (med, sirupy apod.) nejsou považovány za sladké (např. jogurt, nastrohané jablko, skořice).

Platí i pro štrúdl, když není přidán cukr do jablek ani na ozdobu

Nevýběrový JL dle ND	1. týden	2. týden	3. týden	4. týden
Den v týdnu	Maso bílé	Maso bílé	Maso bílé	Maso bílé
Den v týdnu	Maso červené	Maso bílé	Maso červené	Maso bílé
Den v týdnu	Ryba	Maso červené	Ryba	Maso červené
Den v týdnu	Sladký pokrm	Maso červené	Sladký pokrm	Maso červené
Den v týdnu	Bezmasý pokrm	Bezmasý pokrm	Bezmasý pokrm	Bezmasý pokrm

Nevýběrový JL	1. týden	2. týden	3. týden	4. týden
Den v týdnu	Maso bílé	Maso bílé	Maso bílé	Maso bílé
Den v týdnu	Maso červené	Maso červené	Maso červené	Maso červené
Den v týdnu	Ryba	Polomastý	Ryba	Polomastý
Den v týdnu	Sladký pokrm	Bezmasý pokrm	Sladký pokrm	Bezmasý pokrm
Den v týdnu	Bezmasý pokrm	Bezmasý pokrm	Bezmasý pokrm	Bezmasý pokrm

Výběrový JL dle ND	1. týden		2. týden		3. týden		4. týden	
Den v týdnu	Maso drůbeží / králík	Sladký pokrm	Maso drůbeží / králík	Sladký pokrm	Maso drůbeží / králík	Sladký pokrm	Maso drůbeží / králík	Sladký pokrm
Den v týdnu	Maso vepřové	Maso vepřové	Maso vepřové	Ryba	Maso vepřové	Maso vepřové	Maso vepřové	Ryba
Den v týdnu	Ryba	Bezmasý pokrm	Maso hovězí	Bezmasý pokrm	Ryba	Bezmasý pokrm	Maso hovězí	Bezmasý pokrm
Den v týdnu	Sladký pokrm	Maso drůbeží / králík	Sladký pokrm	Maso drůbeží / králík	Sladký pokrm	Maso drůbeží / králík	Sladký pokrm	Maso drůbeží / králík
Den v týdnu	Bezmasý pokrm	Maso hovězí	Bezmasý pokrm	Maso hovězí	Bezmasý pokrm	Maso hovězí	Bezmasý pokrm	Maso hovězí

Výběrový JL	1. týden		2. týden		3. týden		4. týden	
Den v týdnu	Maso drůbeží / králík	Bezmasý pokrm	Maso drůbeží / králík	Bezmasý pokrm	Maso drůbeží / králík	Bezmasý pokrm	Maso drůbeží / králík	Bezmasý pokrm
Den v týdnu	Maso vepřové	Bezmasý pokrm	Maso vepřové	Bezmasý pokrm	Maso vepřové	Bezmasý pokrm	Maso vepřové	Bezmasý pokrm
Den v týdnu	Ryba	Bezmasý pokrm	Polomasitý pokrm	Bezmasý pokrm	Ryba	Bezmasý pokrm	Polomasitý pokrm	Bezmasý pokrm
Den v týdnu	Sladký pokrm	Maso drůbeží/králík	Bezmasý pokrm	Maso drůbeží/králík	Sladký pokrm	Maso drůbeží/králík	Bezmasý pokrm	Maso drůbeží/králík
Den v týdnu	Bezmasý pokrm	Maso hovězí	Bezmasý pokrm	Maso hovězí	Bezmasý pokrm	Maso hovězí	Bezmasý pokrm	Maso hovězí

Co nepatří do stravy dětí

nealkoholické nápoje bez
obsahu mléka obsahující
volné cukry.



sladidla,
potravin y a nápoje
sladidla obsahující

polévka, přísady do polévky,
bujón, vývar, omáčka, šťáva,
základ pokrmu



1 jídelna, 1 sklad, 26 druhů
výrobků

Sůl je stále problémem

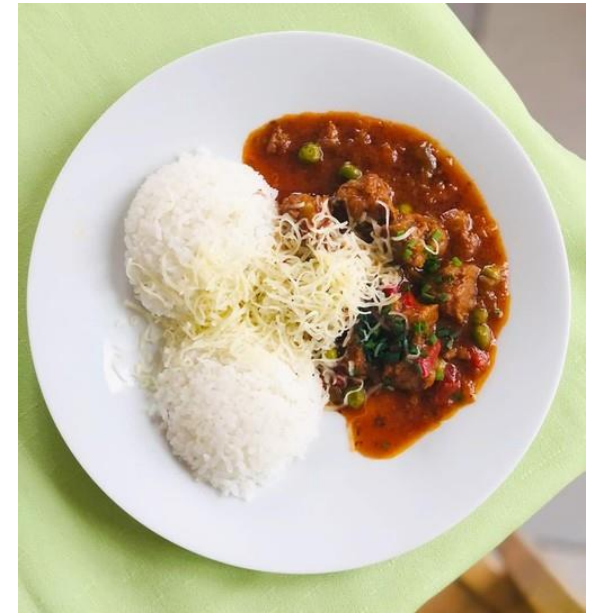
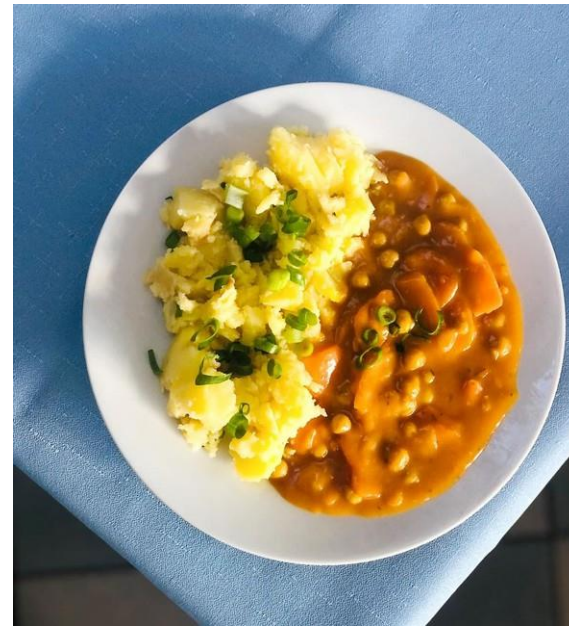




Nedostatek OVOZEL, nedostatek bílkovin, příliš cukrů, kombinace



ZŠ valašské Klobouky



ZŠ
Hanspaulka

- v současné době nemají ŠJ k dispozici oficiální státní podrobné návody, jak by takové minimální standardy kvality stravy měly vypadat
- Metodika bude podrobný průvodce tím jak plnit SK, ale také bude plná důležitých a zajímavých informací o výživě a potravinách, jejich kulinářské úpravě, nebudou chybět recepty. A také tipy do výuky



Změnu navrhujeme se zodpovědností za zdraví dětí



32

www.mametonataliri.cz

Michal Hammer

ZŠ Montessori Na Beránku































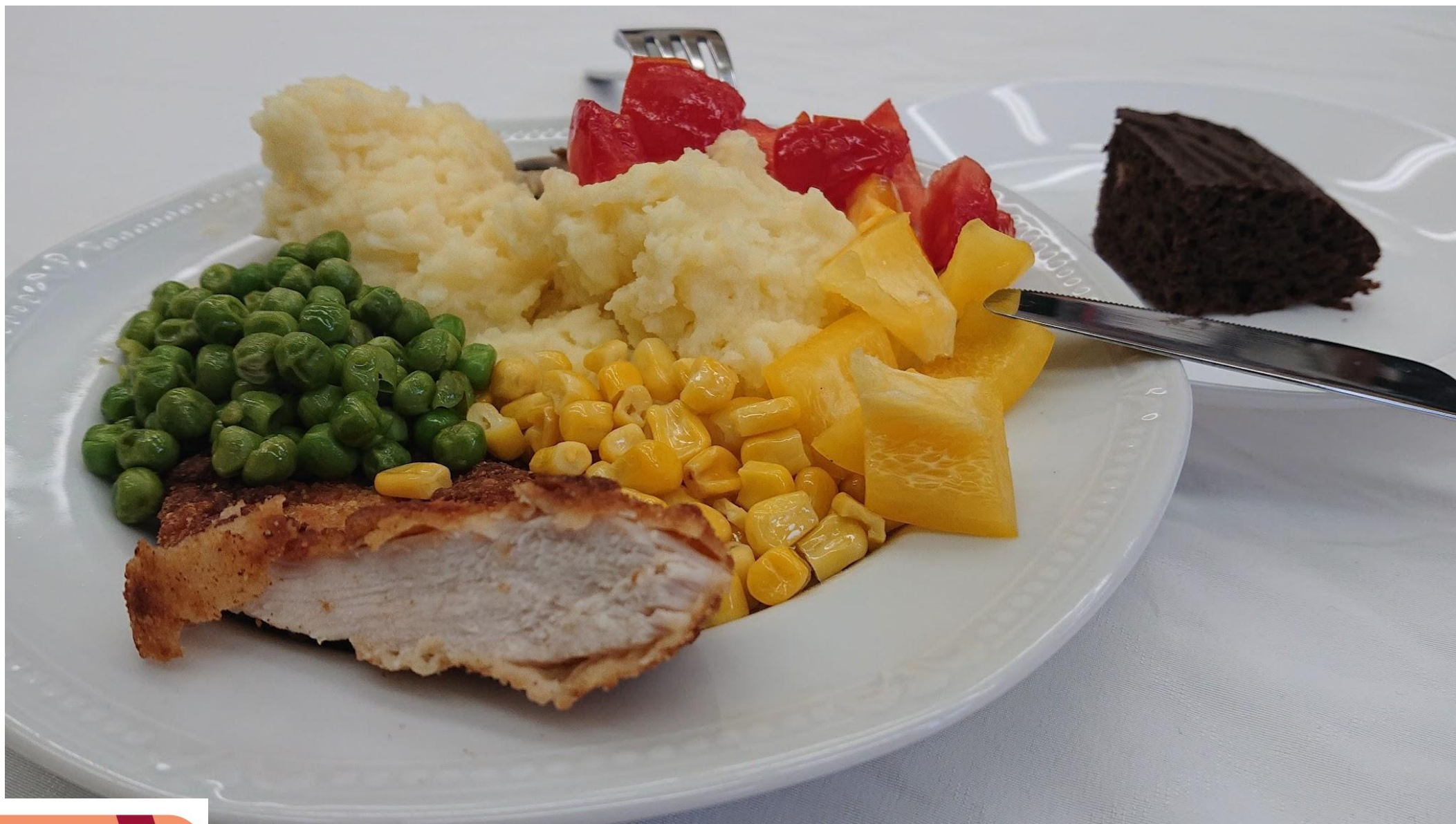










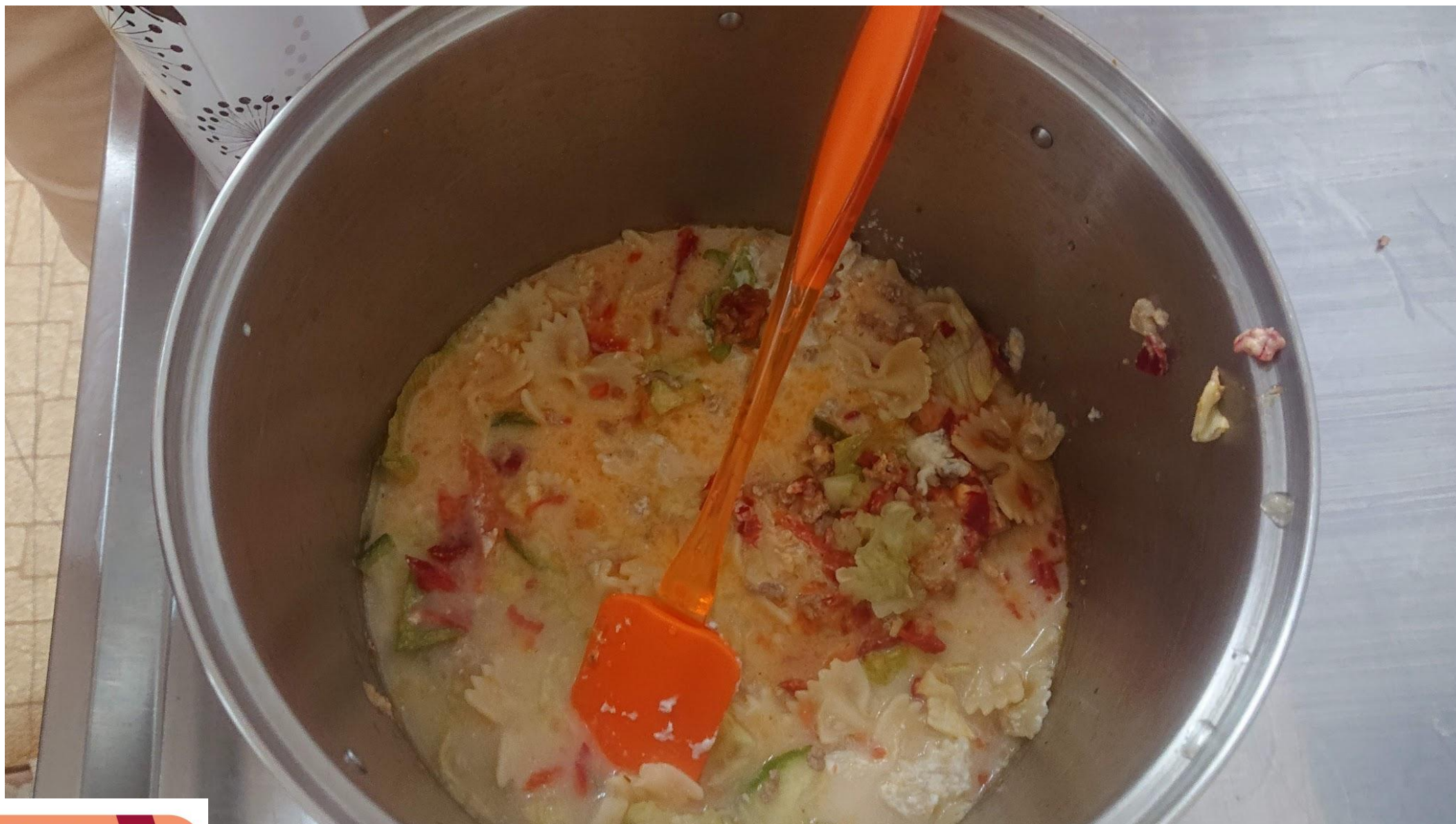














Diskuse k tématu



Přestávka



Občerstvení pro Vás připravili žáci
Odborného učiliště Vyšehrad



Jan Mareš

vrchní ředitel sekce vzdělávání a mládeže



Zdeňka Trestrová

Ministerstvo zdravotnictví



Renata Lukášová

Gastronomický nadační fond



Marta Mandincová

Školní jídelna Brno, nám. Svornosti 7



Diskuse k tématu



Děkujeme, že jste tu byli s námi!



+420 234 811 246



stredniclanek@msmt.gov.cz



facebook.com/stredniclanek



www.edu.gov.cz

Název projektu: Střední článek podpory
Registrační číslo projektu: CZ.02.02.02/00/22_005/0004237



Spolufinancováno
Evropskou unií



Střední článek
podpory

ŠKOLNÍ STRAVOVÁNÍ

NOVELA VYHLÁŠKY Č. 107/2005 SB.

20.2.2025 / Odborný panel Středního článku podpory MŠMT

Název projektu: Střední článek podpory
Registrační číslo projektu: CZ.02.02.02/00/22_005/0004237



Spolufinancováno
Evropskou unií



Střední článek
podpory