

Společně o školním stravování

Milí rodiče, milé děti,

ve školní jídelně nám jde pochopitelně v první řadě o to, aby našim dětem chutnalo, ale také aby se cítily dobře a zároveň jedly zdravě.

Od září 2025 začala platit nová pravidla pro školní stravování, která mají děti vést ke zdravějším návykům. Společně s našimi paními kuchařkami zavádíme dané změny postupně, abychom si všichni na nové chutě a úpravy mohli zvyknout pozvolna a plynule.

Chceme vás každopádně ujistit, že naším cílem není jen „splnit vyhlášku“, ale hlavně nabídnout dětem jídla, která budou chutná, zdravá a připravená z kvalitních surovin.

Vaše připomínky a podněty ohledně školního stravování jsou pro nás důležitým signálem a motivací, které nám pomáhají se zlepšovat.

Pokud budete mít k jídelně jakékoli otázky nebo připomínky, neváhejte se obrátit na vedoucí školní jídelny paní Lydii Pešinovou – tel.: 730 432 151, e-mail: jidelna@zscerekvice.cz.

Níže najdete přehled toho, jaké změny přinesla nová vyhláška a jak se tyto změny budou krok za krokem promítat do provozu naší školní jídelny.

Změny ve školním stravování na naší škole

Od 1. září 2025 začala platit novela vyhlášky, kterou připravilo Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy ve spolupráci s Ministerstvem zdravotnictví a Státním zdravotním ústavem.

Přináší nejzásadnější změny za posledních třicet let – aktualizuje pravidla tak, aby odpovídala lépe moderním výživovým doporučením. Tyto změny se budou zavádět postupně – na jednotlivé úpravy má tedy naše škola čas do září roku 2026.

Cílem nové vyhlášky je, aby děti ve školách jedly zdravě a v souladu s aktuálními poznatky o výživě, a vytvořily si tak zdravý životní vztah k jídlu i svému zdraví.

Školní jídelny budou více využívat lokální a čerstvé potraviny. Přednost dostanou kvalitní zdroje masa, ryb a celozrnné přílohy. Omezí se vysoce průmyslově zpracované výrobky.

Co konkrétně novela upravuje a mění:

- méně soli, cukru a průmyslově zpracovaných potravin (omezení množství soli v jídlech, omezení sladkých jídel a slazených nápojů, omezení polotovarů – větší podíl čerstvých potravin a potravin z lokálních zdrojů)

- více čerstvé zeleniny, luštěnin a celozrnných výrobků
- flexibilita ve skladbě jídelníčku – důraz na kvalitu, ne na striktní tabulky
- možnost donášky vlastního jídla za jasně definovaných podmínek.

Jako největší změnu vnímáme úpravu spotřebního koše, který si můžeme představit jako soubor potravinových skupin a jejich doporučených měsíčních spotřeb (v gramech na strážníka a den), který má zajistit, aby strava podávaná dětem splňovala základní nutriční požadavky pro zdravý vývoj.

Oproti minulému spotřebnímu koši se v tomto novém změnilo např. množství červeného masa (snížení jeho množství), zvýšil se podíl ryb a luštěnin. Základem pitného režimu je voda, přibýlo více čerstvé zeleniny i ovoce. Mléko se zařadilo do skupiny Mléčné výrobky, a lze ho tak nahradit jogurtem či sýrem. Snížilo se množství brambor, které jsou nahrazeny nutričně významnějšími přílohami, jako např. bulgur nebo kroupy.

Tyto změny se s největší pravděpodobností odrazí i v cenových kalkulacích, a z tohoto důvodu se patrně v příštím roce zvýší i výsledná cena jednotlivých žákovských obědů.

Od 1. září 2025 jsme také upravili řád školní jídelny v bodě o možnosti donášky vlastního jídla, což znamená, že si naši žáci za daných podmínek mohou od letošního školního roku nosit k obědu své vlastní jídlo.

S účinností od 1. září 2028 upravuje vyhláška používání BIO potravin ve školním stravování, které mají více než 180 strážníků.

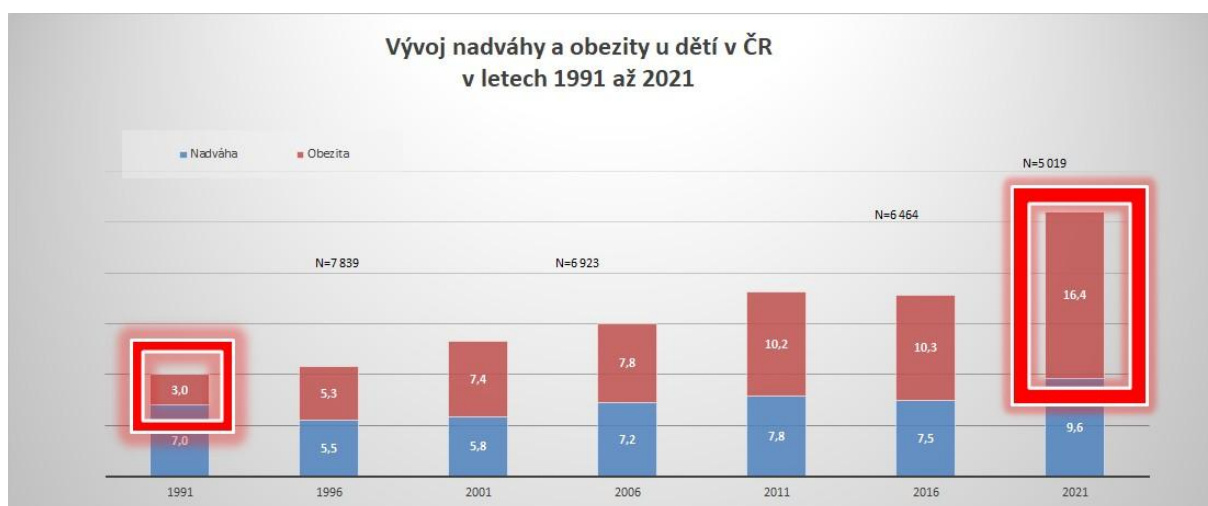
Průměrná měsíční spotřeba těchto potravin obsahuje minimálně:

- a) 2 % hmotnosti potravin 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 a o zrušení nařízení Rady (ES) č. 834/2007, ve znění pozdějších předpisů, počítáno v hmotnosti jak nakoupeno a
- b) 10 % sezónního ovoce, zeleniny nebo brambor počítáno v hmotnosti jak nakoupeno. Do sezónních produktů se nezapočítávají mražené a sterilované ovoce a mražená a sterilovaná zelenina.

Jasným cílem těchto úprav je změna stravovacích návyků v naší společnosti. Konkrétním cílem je snížit výskyt nadváhy a obezity u dětí a podpořit jejich zdravý růst a vývoj.

Z níže uvedeného grafu, který sleduje nadváhu a obezitu (riziková nadváha z hlediska velkého množství tělesného tuku) našich dětí, je patrné, že v současné době trpí více než čtvrtina dětí v naší populaci nadváhou (9,6 %) a obezitou (16,4 %). Nejvíce alarmující je pak velký nárůst

obézních dětí, který v roce 2021 dosáhl 16,4 %, což je ve srovnání s rokem 2016 u těchto dětí nárůst šedesátiprocentní.



Z toho jednoznačně vyplývá, že změny ve stravovacích návycích dětí (i nás dospělých) jsou z hlediska zachování našeho zdraví nutné. Je také jasné, že musí jít o změnu komplexní.

Všichni ve škole víme, že změna ke zdravějšímu stravování ve škole je pouze částečný krok, kroky další jsou potřeba provést i ve stravovacích návycích v rodinném prostředí, abychom dosáhli celkového úspěchu ve smyslu komplexního zdravého stravování našich dětí.

Je tedy potřeba malé strávníky „naučit se“ stravovat zdravěji (zde má společný úkol škola i rodina) jinak „zdravější“ obědy nebudou končit v žaludcích našich dětí, ale v odpadkových koších a všechny změny a úpravy budou mít pouze formální charakter. A to není cílem nikoho z nás.

26. 9. 2025

Dušan Simonides
ředitel školy