

## Vyjádření k aktivitám spol. Cook for life na ZŠ Generála Janouška

Školní stravování se stává velice populárním tématem (také díky médiím) a snahu vstupovat do něj má řada subjektů. Hovoří se o tom, co je dobře, co špatně, co je nutné změnit. Chybí však informace a důkazy, jak moc jsou konkrétní snahy slučitelné s realitou a zda reflektují odborná doporučení pro tuto oblast. Koncept Cook for life je postaven na reálných datech, vychází z komplexních analýz na mnoha úrovních (výživová, dodavatelská, personální, technická). Základem je strava respektující závazné normy dané vyhláškou č. 107/2005 sb. O školním stravování, ve znění pozdějších předpisů. Strava bez konveniencí sestavená na základě Doporučené pestrosti stravy pro ŠJ kuchaři a nutričním terapeutem, konzultovaná s metodičkou pro školní stravování. Strava reflektující odborná výživová doporučení i doporučení výše uvedené vyhlášky ve smyslu pestrosti a vyváženosti, s důrazem na zvýšení podílu zeleniny, luštěnin a ryb a naopak na snížení podílu tuku a cukru. Pestrost a vyváženost je řešena na řadě úrovní – spektrum druhů masa, technologických úprav (včetně těch nejmodernějších), barevnost, tradiční vs. méně tradiční jídla a suroviny. V neposlední řadě je velkým nutričním plusem používání prioritně čerstvých surovin s důrazem na sezónnost a jejich zpracování, tedy otázka technologických postupů. Díky zmiňovaným komplexním analýzám byl předpoklad, že půjde tento způsob přípravy stravy nastavit i s nezměněným počtem personálu a za dodržení finančních limitů. Během tříměsíčního trvání projektu se tyto předpoklady bezezbytku potvrdily. Těší mě, že jsem tohoto projektu součástí. Více než deset let se při své práci specializuji zejména na problematiku prevence tzv. civilizačních onemocnění (resp. neinfekčních chorob hromadného výskytu). Tato onemocnění a jednotlivé rizikové faktory jsou v ČR velkým problémem (bohužel se nevyhýbají ani dětem) a ukazuje se čím dál častěji, jak důležitá je, v souvislosti s jejich výskytem, strava a celková životospráva dětí a dospívajících. Kvalitu školního stravování, které na ZŠ pokrývá u dětí 35 energetických procent, proto považuji za velice důležitou.

Věra Boháčová, DiS., nutriční terapeut