

The illustration features several hands holding cutlery and plates of food. At the top left, a hand holds a fork over a plate of roasted chicken. Below it, another hand holds a knife and fork over a similar plate. In the center, a hand holds a knife and fork over a plate of spaghetti. To the right, a hand holds a knife and fork over a plate of roasted chicken. There are also several whole fruits (apples and oranges) scattered around the plates. The background is white with a green vertical line on the right side.

Metodika

Poskytování dietní
stravy v rámci školního
stravování

Máme
to na
talíři
a není nám to jedno

*Joó super.
Proste mám
dietu*

*Kámo, to je
super, že si tu
taký. A cože
to jíš?*

Výstup Meziresortní pracovní skupiny
Ministerstva zdravotnictví pro
institucionální stravování

Pilotně otestováno na reprezentativním
souboru MŠ, ZŠ, SŠ

Autorský tým

Mgr. Alexandra Košťálová

Mgr. Martin Krobot

MUDr. Zdenka Trestrová

Mgr. Ivana Hába

MUDr. Michaela Pavelková

MUDr. Marie Nosková

Mgr. Michaela Remešová

Mgr. Karin Petřeková, Ph.D.

Bc. Lenka Vlčková

MUDr. Eliška Selinger, MSc.

Hana Zajícová

Jiří Roith

**Metodika byla připomínkována Meziresortní pracovní skupinou pro institucionální stravování
Odbornou skupinou pro školní stravování.**

*Metodika vznikla na základě spolupráce s Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy a Ministerstvem zdravotnictví.
Metodika byla pilotně testována na reprezentativním vzorku zařízení školního stravování.*

Vydal Státní zdravotní ústav, Šrobárova 49/48, 100 00 Praha 10.

© Státní zdravotní ústav, 2023

1. vydání 2024 | ISBN 978-80-7071-445-4

Jak s Metodikou poskytování dietní stravy pracovat

OBECNÁ ČÁST - aneb, co je potřeba vědět

CO JE DIETNÍ STRAVOVÁNÍ?

NUTRIČNÍ HODNOTA DIETNÍ STRAVY

LÉKAŘSKÉ POTVRZENÍ - co v něm nemá chybět, kdo ho může vystavit

VÝŠE STRAVNÉHO U DIETNÍ STRAVY

DOPORUČENÁ SPOLUPRÁCE SE ZÁKONNÝMI ZÁSTUPCI - deklarace náhrad potravin

FINANČNÍ OHODNOCENÍ PERSONÁLU

FUNKCE NUTRIČNÍHO TERAPEUTA A HYGIENIKA

VNITŘNÍ A PROVOZNÍ ŘÁD, HACCP

NEJČASTĚJŠÍ DIETNÍ OMEZENÍ - vyberte si, jakou dietu je u vás poptávka

Bezlepková

Při alergiích

Při
nespecifických
střevních
zánětech

Bezlaktózová

Při cukrovce

MIKROMETODIKY - vyberte si, jakým způsobem budete zajišťovat dietní stravování ve vašem ZŠS

Donáška vlastní stravy - „krabička“

Příprava dietní stravy v ZŠJ „in house“

Dovoz dietní stravy ihned po dohotovení

Dovoz dietní stravy po zchlazení

Letáky pro rodiče

VŠECHNY MIKROMETODIKY OBSAHUJÍ:

Stručné grafické shrnutí

Informace o personálním zajištění

Informace o potřebném vybavení a prostorách

Informace o dietní stravě a gastronomické tipy

Informace o péči o strážníka

Informace o dodavateli dietní stravy



Obecná část

Metodika

Poskytování
dietní stravy
v rámci školního
stravování

Základní informace potřebné pro zajištění
dietní stravy jakýmkoli způsobem

Co je dietní stravování

Dietou je v kontextu této metodiky míněna taková strava, pro jejíž dietní úpravu existuje **zdravotní důvod**.

Dietním stravováním se rozumí příprava nebo jiný způsob zajištění pokrmů pro strávníky, kteří prokazatelně (tzn. na základě diagnózy stanovené lékařem k tomu způsobilým) trpí onemocněním, kvůli kterému nesmějí konzumovat některé potraviny nebo musí omezovat jejich množství.

Společným jmenovatelem valné většiny diet, se kterými se ve školním stravování setkáme, je **eliminace** rizikových potravin – u celiakie potravin obsahujících lepek, u alergií potravin vyvolávajících alergickou reakci.

Kromě toho, že tyto potraviny při přípravě vynecháme, je zapotřebí zajistit co nejplnohodnotnější **technologickou i nutriční náhradu** těchto potravin a zároveň se v maximální možné míře **vyhnout kontaminaci dietního pokrmu** eliminovanou složkou.

Postup při zavádění dietního stravování

LÉKAŘSKÉ POTVRZENÍ

ZŠS se rozhodne, jakým způsobem dietní stravu zajistí

Donáška
vlastní stravy-
„krabička“

Příprava dietní
stravy v ZŠS
- „in house“

Dovoz
dietní stravy
ihned po
dohotovení

Dovoz
dietní
stravy po
zchlazení

SPOLUPRÁCE
S NT není nutná

Smlouva
se zákonnými
zástupci
o donášce
vlastní stravy

SPOLUPRÁCE S NT
Provozovatel
stravovacích služeb
používá
při poskytování
dietního stravování
receptury schválené
nutričním
terapeutem.*

SPOLUPRÁCE DODAVATELE S NT
Provozovatel stravovacích služeb
používá při poskytování dietního
stravování receptury schválené
nutričním terapeutem.*

Smlouva s dodavatelem
Smlouva o dovozu

FORMULÁŘ Deklarace zákonných zástupců o náhradách potravin
ÚPRAVA Vnitřního řádu, provozního řádu a HACCP

NUTRIČNÍ TERAPEUT

Schvaluje dietní varianty receptů nebo náhrady potravin.

Doporučujeme, aby zkontroloval sestavení jídelního lístku.

Doporučujeme, aby proškolil personál v principech jednotlivých diet a zásadách jejich bezpečné přípravy.

HYGIENIK

Dietní stravování patří do školního stravování, z hlediska bezpečnosti tedy spadá pod dozor hygienické služby. Informace, jak dietní stravu poskytovat bezpečně, by měly být obsaženy v rámci školení správné hygienické a výrobní praxe.

* Z praxe školních jídelen vyplývá, že receptury schvalují pouze NT, naopak schvalování receptur lékaři není využíváno.

Dietna ve škole



Lékařské potvrzení

Toto potvrzení může vydávat **praktický lékař pro děti a dorost**, u zletilých strávníků **praktický lékař pro dospělé**. Je ale samozřejmostí, že potvrzení může vydávat i **lékař specialista**, ke kterému praktický lékař pro děti a dorost či praktický lékař pro dospělé dítě (zletilého) zasílá pro potvrzení diagnózy.

Lékař se specializací v oboru gastroenterologie
(např. bezlepková dieta, dieta při Crohnově chorobě či ulcerózní kolitidě)

Lékař se specializací v oboru endokrinologie
(např. diabetická dieta)

Lékař se specializací v oboru diabetologie
(např. diabetická dieta)

Lékař se specializací v oboru alergologie
a imunologie (např. diety při alergiích a intolerancích)

Lékař se specializací v oboru vnitřní lékařství
(např. nízkobílkovinná dieta, různé specifické diety)

Lékař se specializací v oboru hepatologie
(např. diety při onemocnění jater)

Lékař se specializací v oboru nefrologie
(např. nízkobílkovinná dieta, dieta při dialýze)

Lékař se specializací v oboru psychiatrie, neurologie
(dietní omezení v rámci poruch příjmu potravy či poruch autistického spektra)

Lékařské potvrzení

Lékařské potvrzení **platí po dobu trvání diagnózy** daného onemocnění. Případné změny diety zákonní zástupci (zletilý) doloží novým potvrzením.

Doložit potvrzení je potřeba i **při přestupu** žáků z jednoho školského zařízení na druhé nebo dle pravidel, které si stanoví zařízení školního stravování v rámci svého vnitřního řádu.

LÉKAŘSKÉ POTVRZENÍ BY MĚLO OBSAHOVAT:

- 1. správný název diety,**
- 2. přesnou specifikaci dietního omezení.**

Pokud nastane situace, že NT potřebuje konzultovat z důvodů nejasností navrženou dietu, poskytně po předchozí domluvě kontakt na lékaře zákonný zástupce.

U intolerancí, či některých forem alergie se může časem objevit **individuální snášenlivost** některých druhů potravin, nebo potravin tolerovaných po tepelné úpravě. A to i přes to, že v prvotním potvrzení diety nebyly tyto skutečnosti popsány.

Pro doplnění a upřesnění informací o dietě je vhodné, aby zákonný zástupce vyplnil formulář (**DEKLARACE O NÁHRADÁCH POTRAVIN V RÁMCI DIETNÍHO STRAVOVÁNÍ**), ve kterém individuální specifika diety popíše. Tato deklarace se vztahuje na **alergie** a **intolerance**.

Nevztahuje se na celiakii, kdy je potřeba lepek ze stravy vyloučit zcela a nevystavovat organismus ani na první pohled "tolerovaným" malým množstvím, jelikož u celiaka může k poškození střevní stěny a následnému rozvoji komplikací docházet i bez akutních příznaků (např. bez průjmů, bolestí břicha apod.).

Může však nastat situace, kdy se sejde více strávníků se stejnou diagnózou, kteří však tolerují jiné potraviny, či jiná množství.

Doporučená spolupráce se zákonnými zástupci



Pokud ZŠS zhodnotí, že příprava takovéto individualizované diety pro každého zvlášť je nerealizovatelná, pak připravuje jeden dietní pokrm dle základních principů bez zařazování tolerovaných potravin.

Deklarace o náhradách potravin v rámci dietního stravování

V případě, že onemocnění vašeho dítěte vyžaduje eliminaci alergenu nebo netolerované látky ze stravy (např. bílkovina kravského mléka, laktóza, vejce apod.), zvolte jedno z následujících tvrzení (A nebo B).

- A** Je zapotřebí přísná eliminace veškerých potravin obsahujících danou složku ze stravy. Moje dítě netoleruje ani malé množství některých potravin, např. pečené mléko při alergii na bílkovinu kravského mléka nebo zakysané mléčné výrobky při intoleranci laktózy či pečené vejce při alergii na vejce atp.

ANO

NE

Pokud jste na otázku A odpověděli ANO, na další dotaz již neodpovídejte.

- B** Moje dítě i přes svou diagnózu toleruje následující potraviny. (Prosím specifikujte potraviny, případně jejich potřebnou technologickou úpravu a množství, např. zapečené vejce, 1 dcl mléka atd., které dítě bezpečně toleruje.)

Deklarace

POTRAVINA	MNOŽSTVÍ	TECHNOLOGICKÁ ÚPRAVA

V případě bodu B prohlašuji, že souhlasím s podáváním těchto potravin svému dítěti (ve výše specifikovaných množstvích a technologických úpravách), přestože by jinak na základě jeho diagnózy a standardního nastavení diety nebyly do jeho stravy zařazeny.

Jméno a příjmení zákonného zástupce

Podpis zákonného zástupce

Datum

--	--	--

Nutriční terapeut

S NUTRIČNÍM TERAPEUTEM SPOLUPRACUJE:

ZŠS připravující diety
ve svém provozu

Dodavatel připravující
diety pro jiná ZŠS

Spolupráce s nutričním terapeutem může mít více podob:

①

SCHVÁLENÍ DIETNÍCH VARIANT RECEPTŮ NUTRIČNÍM TERAPEUTEM

Využívány jsou pouze recepty schválené nutričním terapeutem

Recepty může vypracovat např. smotná školní jídelna, dodavatel či nutriční terapeut

②

SCHVÁLENÍ NÁHRAD POTRAVIN NUTRIČNÍM TERAPEUTEM

ZŠS či dodavatel si tvoří recepty pouze s využitím schválených náhrad potravin

Pro zajištění co nejvyšší bezpečnosti doporučujeme proškolení nutričním terapeutem v principech diet. Personál tak získá potřebné znalosti pro správnou volbu surovin a případně technologickou úpravu při konkrétní dietě. O takovém proškolení je vhodné vést záznam.

Vyhláška č. 107/2005 Sb., o školním stravování, ve znění pozdějších předpisů, stanovuje, že provozovatel stravovacích služeb **používá** při poskytování dietního stravování **receptury schválené nutričním terapeutem**.

SPOLUPRÁCE S NUTRIČNÍM TERAPEUTEM
NENÍ NUTNÁ V PŘÍPADĚ:

- 1. zajištění dietní stravy formou donášky vlastní stravy,**
- 2. zajištění dietní stravy od jiného dodavatele (v případě příjemce).**

Je vhodné, aby nutriční terapeut zároveň **proškolil** personál školních jídelen, protože dostatek informací a porozumění principům diet může minimalizovat pravděpodobnost jakékoli nežádoucí události. Proškolení je zcela logické, protože právě díky pochopení principů jednotlivých diet a znalosti vhodných náhrad

Školení zaměstnanců školní jídelny by mělo zahrnovat minimálně následující body:

- **charakteristika onemocnění** – čím je způsobeno, jak se projevuje, co může hrozit při nedodržení diety;
- **potravin** nebo **technologické postupy**, které jsou **nevhodné** pro danou dietu;
- **vhodné náhrady** vyloučených potravin nebo **technologických postupů**;
- obecné upozornění na **místa v procesu přípravy pokrmů**, kde by mohlo dojít ke kontaminaci, a konkrétní návody, jak se jí vyvarovat.

Rozsah a frekvence spolupráce mezi školní jídelnou a nutričním terapeutem je výhradně na jejich dohodě.



Hygienik dětí a mladistvých

Hygienická služba je orgánem ochrany veřejného zdraví, který **dozoruje (kontroluje) i poskytování dietní stravy.**

V rámci zajištění co nejvyšší bezpečnosti je potřeba v rámci provozu zamezit kontaminaci dietní stravy. Toto je ošetřeno správnou hygienickou a výrobní praxí.

V rámci své příručky HACCP si zařízení školního stravování stanoví i frekvenci potřebného proškolení svých zaměstnanců v zásadách správné hygienické a výrobní praxe.

Nedílnou součástí těchto školení by měly být informace o pravidlech bezpečného zajištění dietní stravy.

Nutriční hodnota dietní stravy

Poskytovat pestrou a nutričně vyváženou stravu většinou není problém ani při dietním stravování. Dietní pokrm by měl být ostatně co nejvíce podobný standardnímu pokrmu.

S výjimkou potravinových skupin, které musí strávník eliminovat, **není objektivní důvod k tomu, aby dietní pokrmy nenaplňovaly normy stanovené vyhláškou.**

V případě bezlepkové diety je pak dodržování spotřebního koše reálné v plném rozsahu.

Plnění výživových požadavků dle skupin strávníků navíc požaduje i zákon č. 258/2000 Sb., § 24, odst. 1, písmeno c.

“zajistit, aby podávané pokrmy měly odpovídající smyslové vlastnosti a splňovaly výživové požadavky podle skupiny spotřebitelů, pro které jsou určeny”

Na základě tohoto zákona lze říci, že při vynechání skupiny potravin, která je sledována v rámci SK, by měly být významné nutrienty této skupiny v maximální možné míře nahrazeny skrze jiné potraviny. **I z tohoto důvodu je žádoucí spolupráce s NT.**

Stanovení ceny stravného u dietní stravy

Výši úhrady za dietní pokrm si určuje zařízení školního stravování samo na základě kalkulace nákladů na jeho přípravu. **Nákladnější jsou vždy ty diety, ve kterých je potřeba nahradit tradiční potravinu jinou, speciální pro daný typ diety.**

V případě, že je dietní strava dovážena z jiného zařízení (jiná školní jídelna, lázně, nemocnice aj.) **nesmí náklady na přípravu a dovoz hradit strávník** (nezapočítává se do ceny stravného – ta se vztahuje pouze na suroviny).

V případě, že stravu zajišťují zákonní zástupci formou donášky vlastní stravy, **nehradí strávník žádné stravné, pokud neodebírá žádnou součást stravy nabízenou zařízením školního stravování.** Pokud odebírá například pouze nápoje, platí pouze pitný režim.

Finanční ohodnocení personálu školní jídelny

Kuchař připravující či podílející se na přípravě diet má tuto činnost popsánu v pracovní náplni. Práci spojenou s přípravou diet však nemusí provádět celoročně. I v případě, že ji vykonává pár dní v roce, má právo být zařazen minimálně do **6. platové třídy**.

Šéfkuchař (hlavní kuchař, vedoucí kuchař) spadá do **7. platové třídy**.

Kvalifikace

§ 2 NV č. 341/2017 Sb., tzn. stupeň vzdělání, **nikoliv vzdělání v oboru**

- Pokud nedosáhl požadovaného stupně vzdělání, odečítají se mu roky ze započitatelné praxe.
- Nemá-li zaměstnanec požadované vzdělání v oboru, může ho zařadit do

platové třídy, pro kterou nesplňuje potřebné vzdělání
a) až na dobu 4 roků,
b) na dobu delší, jestliže předchozí praxí nebo po dobu výjimečného zařazení podle písmene a) prokázal schopnost k výkonu požadované práce.

Platový stupeň

Zařazení do platového stupně (12 platových stupňů) ovlivňuje doba dosažené praxe.

Vnitřní řád, provozní řád a HACCP

VNITŘNÍ ŘÁD ŠKOLNÍ JÍDELNY

Vnitřní řád je veřejným dokumentem a slouží jako komunikační **nástroj k informování žáků, studentů a jejich zákonných zástupců** mj. i o podmínkách, za jakých je poskytováno dietní stravování.

Slouží rovněž ke specifikaci některých aspektů dietního stravování, které nejsou podrobněji řešeny vyhláškou.

- Informace o tom, **jaká dietní strava je připravována**
- **Výdej stravy** - například upřesnění, u jakého okýnka je dietní strava vydávána.
- **Cena** dietního stravného
- Postup, jakým zákonný zástupce **přihlásí** strávnicka k dietnímu stravování, používá-li školní jídelna specifické postupy či formuláře.
- **Způsob zveřejňování jídelního lístku, značení alergenů.** Instrukce, jak mohou zákonní zástupci vybírat vhodné pokrmy pro strávnicky s dietním omezením, pokud například kombinují donášku vlastní stravy a výběr vyhovujících pokrmů standardně připravovaných v zařízení školního stravování.
- **Situace, ve kterých je příprava dietních pokrmů omezena**, příp. se od ní upouští úplně (nemoc personálu apod.), a opatření, jež jídelna v daný moment přijímá.

PROVOZNÍ ŘÁD

Provozní řád slouží pro potřeby organizace provozu. Může popisovat i povinnosti jednotlivých pracovníků, a tudíž zodpovědnost za daný úsek či každodenní činnost i v rámci poskytování dietní stravy.

Obecně informace v provozním řádu nejsou užitečné přímo pro strážníky samotné, ale naopak jsou **nezbytností pro činnost zaměstnanců.**

1. požadavky na zdravotní stav pracovníků a jejich **osobní hygiena**,
2. popis povinností provozovatele,
3. organizace provozu kuchyně (povinnosti pracovníků, účetní evidence, prodej stravenek),
4. **zásady provozní hygieny** – zde jsou informace o principech zajištění bezpečnosti dietní stravy nezbytností,
5. povinnosti pro splnění požadavků BOZP.

HACCP

V souvislosti s dietním stravováním bude ale nutné řešit i další oblasti:

- **proškolení personálu v zásadách poskytování**
- **dietní stravy,**
- **úpravy provozního řádu (případně i sanitačního),**
- **pravděpodobně i označování nebo balení potravin.**

Orgán ochrany veřejného zdraví bude v rámci kontrolní činnosti sledovat naplňování zásad uvedených v systému HACCP včetně jeho aktualizace.

Rozšíření postupů založených na zásadách kritických kontrolních bodů (HACCP) o podmínky zajištění dietního stravování:

Donáška vlastní stravy - „krabička“

Úprava rozsahu činnosti

Zajištění odděleného skladování dietní stravy

Způsoby zabránění kontaminaci

Manipulace s pokrmem (oddělené náčiní, pomůcky, čistý pracovní oděv)

Požadavky na obaly (obaly vhodné pro styk s potravinami, obaly vhodné pro ohřev v mikrovlnné troubě), požadavky na značení krabičky

Proškolení personálu

Výdej pokrmů



Příprava dietní stravy v ZŠS - „in house“

Úprava rozsahu činnosti

Odkaz na recepty

Křížení provozu

Způsoby zamezení kontaminaci

Analýza rizika (příjem surovin, skladování, výdej do výroby, příprava a výroba pokrmů, konečná úprava, výdej):

Náhrady dietních potravin a surovin určených pro výrobu dietních pokrmů

Způsoby manipulace s dietními surovinami či pokrmů (oddělené náčiní, pomůcky, čistý pracovní oděv, úklid) a jejich označení a skladování

Dodržení teplotního řetězce

Proškolení personálu

Výdej pokrmů

Dovoz dietní stravy ihned po dohotovení nebo ve zchlazeném stavu

Úprava rozsahu činnosti

Způsob značení pokrmů

Způsob přepravy

Dodržení teplotního řetězce

Zajištění odděleného skladování dietní stravy

Manipulace s pokrmem (oddělené náčiní, pomůcky, čistý pracovní oděv)

Požadavky na obaly (obaly vhodné pro styk s potravinami, obaly vhodné pro ohřev v mikrovlnné troubě)

Regenerace pokrmů u dovozu zchlazených pokrmů

Proškolení personálu

Výdej pokrmů

haccp

Nejčastější dietní omezení

Metodika

Poskytování
dietní stravy
v rámci školního
stravování

Metodika popisuje diety, se kterými se setkáváme v rámci školního stravování nejčastěji.

Nejčastější dietní omezení

ELIMINAČNÍ DIETY

Bezlepková

Bezlaktózová

Při alergiích

NT schvaluje náhrady potravin nebo recepty.

Eliminace lepku

Poměrně jednoduchá na přípravu. Je možné připravovat v každém ZŠS.

Neovlivní plnění SK, i kdyby v něm byla skupina Obiloviny.

Bez možnosti individualizace.

Eliminace laktózy

Poměrně jednoduchá na přípravu. Je možné připravovat v každém ZŠS.

Neovlivní plnění SK v případě používání bezlaktózových výrobků.

Deklarace rodičů - individuální míra tolerance (např. zakysané výrobky).

Eliminace alergenů

Náročnost závisí na alergenu - velmi jednoduchá (ořechy), mírně náročná (mléko) až náročná (kombinované alergie).

Plnění SK závisí na alergenu - beze změny (ořechy) až po nenaplnění celé skupiny (mléko, ryby).

Deklarace rodičů - individuální míra tolerance (např. tepelně upravené mléko).

JINÉ DIETY

Při diabetu 1. typu

Při Crohnově chorobě, ulcerózní kolitidě

Nutná intenzivní spolupráce s rodiči. NT poučí o principech diabetické diety.

Úprava množství sacharidových potravin

Velmi jednoduchá na přípravu - v možnostech všech ZŠS.

Neovlivní plnění SK.

Může se lišit mezi jednotlivci.

NT kontroluje náhrady potravin a vhodné technologické úpravy nebo schvaluje recepty s přesným postupem.

Eliminace potravin, technologická úprava, úprava množství

Velmi individuální, dle toho náročnost na přípravu.

SK nemusí být na individuální úrovni plněn, avšak celkový SK nebývá ovlivněn.

Může se lišit mezi jednotlivci a v období remise a vzplanutí.

62 Dietní omezení



Základní principy diet

ELIMINAČNÍ DIETY

JINÉ DIETY

Principy jsou odlišné

Bezlepková dieta

Bezlepková dieta je nejčastěji připravovanou dietou v rámci školního stravování.

Celiakie a alergie na bílkovinu obilovin

Bezlepková dieta patří mezi **eliminační**.

Bezlepková dieta je **plnohodnotná**, poskytuje tedy dostatek živin a energie. Měla by být pestrá, protože neomezuje možnost zvolit potraviny ze širokého spektra.

Možná kombinace se šetřící dietou

Ze stravy se vylučuje:

Pšenice všechny druhy rodu Triticum, tj. pšenice tvrdá (durum, semolina), pšenice špalda, pšenice dvouzrnka, pšenice kamut (obchodní název khorasan)

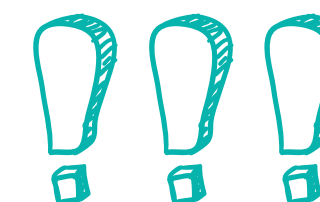
Žito

Ječmen

Kříženci obilovin žitovec/triticales (pšenice x žito), tritordeum (tvrdá pšenice x ječmen)

Oves

Na celiakii se nevztahuje **Deklarace se zákonnými zástupci**



Povinné označování

Lepek jako alergen **musí být** ve složení výrobku vždy **označen** (tučně, kurzívou, podtržením, podbarvením apod.).

Bezlepková dieta

Dobrovolné označování



Ingredience, na které bychom si ve složení zejména vysoce průmyslově zpracovaných potravin měli **dávat pozor**, mohou být např. následující:

- **lepek (gluten)** – ve vysoce průmyslově zpracovaných potravinách může být používán přímo jako ingredience sám o sobě;
- **pšeničný škrob** – ve složení potraviny je povinností uvádět původ rostlinného škrobu, pokud byl vyroben z plodiny, která je alergenem. Pokud je ve složení uveden pouze škrob, pochází z plodin, které nejsou obsaženy v evropském seznamu alergenů. Výrobek však může obsahovat deproteinovaný škrob, tedy upravený tak, aby v něm nebyl obsažen lepek.
- **zápara** – může, ale nemusí obsahovat lepek (v závislosti na tom, z jaké plodiny je vyrobena). Zápara vzniká spařením semen, rozdrčených zrn nebo části mouky.
- **slad** – většinou ječný slad se může používat za účelem dosažení hnědé barvy, např. v pečivu;

Bezlepková dieta

OBILOVINY A VÝROBKY Z NICH

Problematické potraviny

Mouka pšeničná
Mouka žitná
Mouka ječná
(hladká, polohrubá, hrubá, celozrnná)

Krupice (hrubá, jemná pšeničná)
Vločky
Trhanka
Kroupy (perličky, lámanka, malé kroupy)
Klíčky (pšenice, žito, ječmen)

Směsi z obilovin
(müsli, sypké směsi)

Snídaňové cereálie
(s pšenicí, žitem, ječmenem)
Pufovaná obilná zrna (pšenice, žito, ječmen)
Extrudované výrobky (pšenice, žito, ječmen)

Obilné kaše
(krupičná, špaldová, celozrnná pšeničná...)

Vhodné potraviny

Kukuřičná, rýžová,
pohanková mouka, hraška,
luštěninové mouky,
bezlepkové směsi

Kukuřičná krupice,
jáhly,
pohankové vločky,
quinoové vločky,
amarantové vločky

Bezlepkové varianty – pohankové vločky,
quinoové vločky, amarantové vločky.

Kukuřičné lupínky, cereálie
z bezlepkových obilovin a pseudoobilovin,
pufovaná rýže (burizony), pufovaná
pohanka, amarant

Jáhlová, rýžová,
pohanková kaše

PEKAŘSKÉ A CUKRÁŘSKÉ VÝROBKY

Problematické potraviny

Pekařské výrobky
(z pšeničné, ječné, žitné mouky)

Cukrářské výrobky
(z pšeničné, ječné, žitné mouky)

Strouhanka (chlebová, rohlíková, panko)

Vhodné potraviny

Bezlepkové pekařské výrobky

Bezlepkové cukrářské výrobky

Kukuřičná strouhanka, kukuřičné lupínky,
strouhanka z bezlepkového pečiva, hraška
na obalování, panko strouhanka japonského
stylu – bezlepková

Bezlepková dieta

KNEDLÍKY

Problematické potraviny

Houskový knedlík
Tvarohové knedlíky
Bramborové knedlíky
Noky
Gnocchi
Halušky
Šišek,
Škubánky
Špecle

Vhodné potraviny

Knedlíky
vyrobené
z bezlepkových
mouk

TĚSTOVINY A OBILOVINY JAKO PŘÍLOHA ČI VLOŽKA, ZAVÁŘKA DO POLÉVEK

Problematické potraviny

Pšeničné těstoviny,
Kuskus
Bulgur
Krupoto
Špaldoto
Smažené kuličky („hrášek“)

Vhodné potraviny

Kukuřičné, rýžové, pohankové, amarantové těstoviny, luštěninové těstoviny, např. z červené čočky (s ohledem na vyšší obsah bílkovin nepodáváme k masitým pokrmům)

Bezlepkové vložky do polévek, např. vlasové bezlepkové nudle, osmažená bezlepková žemle, pohanka, rýže, jáhlové noky, kukuřičné nachos, kukuřičný popcorn

DALŠÍ PŘÍLOHY

Problematické potraviny

Krokety
Polotovary typu placičky
bramboráky

Vhodné potraviny

Polentové hranolky, polentová kaše, placičky či bramboráky spojené bezlepkovým škrobem či bezlepkovou moukou

Bezlepková dieta

NÁHRAŽKY MASA

Problematické potraviny

Robi
Seitan
Klaso

Vhodné potraviny

Náhražky masa neobsahující lepek,
např. tofu, tempeh, sójové maso,
sójové granuláty bez lepku

NÁPOJE

Problematické potraviny

Kávinové nápoje
(Bikava, Vitakáva, Caro)

Vhodné potraviny

Karo (cikorková kávinovina)
TopKaro (topinambury)
Chicory cup (Pražená kávinovina z cikorky)
Pampelišková káva mletá
Čekankové kafe instantní

CUKROVINKY

Problematické potraviny

Čokoládové tyčinky
Plněné čokolády
Čokoládové bonbony (lentilky, pralinky)
Zmrzliny
Sladké pomazánky ze sušenek

Vhodné potraviny

V případě použití ve formě doplňku k obědu
zkontrolujte složení a vybírejte bezlepkové
varianty, nicméně nedoporučujeme zařazovat
ani u nedietních pokrmů.

CUKRÁŘSKÉ PŘÍSADY

Problematické potraviny

Kypřicí prášek
Prášek do perníku
Pudinky
Krémy

Vhodné potraviny

Kypřicí či pudinkový
prášek bez obsahu
pšeničné mouky či škrobu

Bezlepková dieta

DEHYDRATOVANÉ (INSTANTNÍ) VÝROBKY A SMĚSI

Problematické potraviny

Polévky (dehydratované)
Bujóny (dehydratované, bujóny
v kostce, v pastě)
Vývary (dehydratované)
Omáčky (dehydratované)
Šťávy pod maso (dehydratované)
Jíšky (instantní)
Kořenici směsi
atp.

Vhodné potraviny

Vzhledem k tomu, že tyto výrobky obsahují vysoké množství soli, často obsahují nasycené tuky a celé spektrum aditivních látek, není vhodné je v rámci školního stravování využívat vůbec.

Vhodné je připravovat polévky, vývary, omáčky a šťávy pod maso od základu. Pokrmy ochucovat bylinkami a sensorickou atraktivitu dosáhnout správně prováděnou kulinářskou technikou.

VYSOCE PRŮMYSLOVĚ ZPRACOVANÉ VÝROBKY Z MASA (VČETNĚ RYB)

Problematické potraviny

Uzeniny
Paštiky
Obalované výrobky z masa
(v trojobalu, krustě, těstíčku)
Masové konzervy
Karbonátky
Sekané
Prejty
Jitrnice
Jelita
Marinovaná masa a ryby
Surimi
(krabí tyčinky)

Vhodné potraviny

Uzeniny bez lepku – kontrola složení (z uzenin je možné zařazovat šunku s vysokým obsahem masa, ostatní uzeniny není vhodné v rámci školního stravování zařazovat, s výjimkou občasného použití špeku či slaniny do pokrmů, pro které jsou typické)

Paštiky – občasné použití, nejlépe vlastní výroba
Směsi na obalení z bezlepkových mouk
Karbonátky a sekané vlastní výroby – jako pojídlo bezlepkový škrob či bezlepkové mouky

Prejty, jitrnice, jelita není potřeba v rámci školního stravování zařazovat.

Bezlepková dieta

DOCHUCOVADLA, MAJONÉZY, TATARKY, DIPY

Problematické potraviny

Majonézy a tatarské omáčky
(obsahující škrob)
Worcestrové omáčky
(některé obsahují sladový ocet)
Sójové omáčky včetně Shoyu

Vhodné potraviny

Majonézy a tatarské omáčky bez lepku
Tatarské omáčky lze nahradit dipy vyrobenými
z mléčného výrobku a natí.
Worcestrové omáčky bez lepku
Sójová omáčka Tamari

VÝROBKY Z OVOCE A ZELENINY

Problematické potraviny

Ovocné přesnídávky
(např. s přídavkem piškotů, sušenek)
Kečupy (s pšeničným škrobem)

Vhodné potraviny

100% ovocné přesnídávky
bez přídavků dalších surovin
Kečupy bez lepku

MLÉČNÉ VÝROBKY

Problematické potraviny

Ochucené varianty
Light varianty
(k zahuštění ochucovací složky či výrobku
celého může být použitý pšeničný škrob)

Vhodné potraviny

Neochucené varianty mléčných výrobků
Polotučné či plnotučné mléčné výrobky



Bezlepková dieta

PRAKTICKÉ ZKUŠENOSTI V PŘÍPRAVĚ DIETY

Dokument u každé popisované diety zmiňuje i praktické zkušenosti s přípravou. typy zahrnují např.:

Polévky

Polévky s vložkou či zavářkou

Polévky z bešamelu

Polévky zahuštěné jíškou

Zahušťování pokrmů, příprava omáček

Příprava masa

Příprava příloh

Pečivo

Dieta s vyloučením mléka a mléčných výrobků

Omezení mléka a mléčných výrobků je z hlediska potravinových alergií v dětském věku zdaleka nejčastější.

V případě alergie na jakoukoli bílkovinu kravského mléka je zapotřebí se vyhnout mléku samotnému i jakýmkoli mléčným výrobkům.

Pokud je ve složení potraviny uvedena některá z následujících přísad, není možné tuto potravinu použít pro přípravu pokrmů pro osoby s alergií na bílkovinu kravského mléka:

Kasein

Je bílkovina mléka – může se vyskytovat také jako kaseinát (např. v některých sušených rostlinných nápojích, pozor při nahrazování) či (hydrolyzovaný) kaseinový (proteinový) izolát.

Syrovátka

Rovněž jde přímo o bílkoviny – může se vyskytovat také jako (hydrolyzovaný) syrovátkový (proteinový) izolát, alfa-laktalbumin nebo beta-laktoglobulin.

Laktoferrin

Sušené mléko, mléčná sušina

Sušené podmáslí

Dieta s vyloučením mléka a mléčných výrobků

Suroviny pocházející z mléka **musí být ve složení vždy zvýrazněny** (tučně, kurzívou, podtržením, podbarvením apod.).

Matoucí názvy **kyselina mléčná, laktát.**



Při přípravě bezmléčných pokrmů je potřeba dodržovat stejná hygienická pravidla jako u eliminační diety v případě celiakie. I drobná kontaminace dietního pokrmu může mít pro alergika zdravotní důsledky.

Mléko a mléčné výrobky jsou velice výhodným zdrojem **vápníku**. Právě vápník je prvek, který je potřeba nahradit jinými na vápník bohatými potravinami.

- sardinky s kostmi,
- košťálová zelenina (brokolice, květák, zelí, kapusta, kedlubna),
- ořechy a olejnatá semena (mák, mandle, sezam),
- luštěniny,
- tvrdá pitná voda

V praxi se může stát, že se v jedné jídelně setkají strávníci s ABKM a laktózovou intolerancí zároveň. Pokud pro jídelnu není reálné připravovat zvlášť pokrm se sníženým obsahem laktózy a s omezením kravského mléka, je možné připravovat jeden pokrm, který bude splňovat podmínky diety strávníka s nejpřísnějším omezením.

Vyloučením léka

Problematické potraviny

Mléko, smetana
(plnotučné, polotučné, nízkotučné, bezlaktózové, zahuštěné slazené i neslazené mléko, sušené mléko, smetana čerstvá s různým obsahem tuku, smetana trvanlivá, zahuštěná slazená a neslazená smetana, sušená smetana)

Ostatní živočišná mléka a mléčné výrobky z nich

Vhodné potraviny

Rostlinné alternativy (obohacené o vápník - nápoj sójový, rýžový, ovesný, mandlový aj., rostlinné alternativy smetany)

S ohledem na počet připravovaných porcí se může stát, že jídelna (většinou litrové) balení rostlinného nápoje nestihne spotřebovat a za 3 dny musí zbytek vylít. V tomto případě je možno používat sušené rostlinné nápoje a z nich připravovat přesně potřebné množství tekutiny. Zde je potřeba hlídat kvalitu nápoje - v některých byly dříve prokázány vysoké hladiny transnenasyčených mastných kyselin z důvodu obsahu **částečně ztužených tuků** a některé mohou obsahovat **kaseinát**, což je mléčná bílkovina.

Problematické potraviny

Kysané mléčné výrobky
(jogurt, jogurtové mléko, kysané podmáslí, kysané odtučněné mléko, kysané mléko, kysaná smetana, acidofilní mléko, kefir, kefirové mléko, kysaný mléčný výrobek s bifidokulturo)

Tvaroh
(měkký - odtučněný, nízkotučný - jemný, polotučný, tučný, tvrdý tvaroh)

Vhodné potraviny

Rostlinné alternativy
(sójové, jáhlové, pohankové, ovesné, mandlové, kešu; kokosové nepoužíváme kvůli skladbě tuku)

Místo měkkého tvarohu rostlinné alternativy, např. **soft (silken) tofu, zakysaný mandlový krém** (bývá poměrně aromatický, nemusí být tolerován).

Místo tvrdého tvarohu **strouhané tofu, strouhaný šmakoun**.

Vyloučení mléka

Problematické potraviny

Sýry

(přírodní - nezrající, zrající, extra tvrdé, tvrdé, polotvrdé, poloměkké, měkké, vysokotučné, plnotučné, polotučné, nízkotučné, odtučněné,

tavené sýry – vysokotučné, nízkotučné syrovátkové sýry)

Vhodné potraviny

Místo měkkých sýrů rostlinné alternativy, např. **soft (silken) tofu, zakysaný mandlový krém** (bývá poměrně aromatický, nemusí být tolerován)

Pro posypání např. rizota nebo těstovin volíme z důvodu obsahu vápníku **semena** (dýňová, slunečnicová, sezamová), **nasekané ořechy, strouhané tofu** (srážené vápenatou solí), **strouhaný šmakoun**.

Pro gratinování nebo zapékání **strouhané tofu** či **stouhaný šmakoun s vejcem**.

Z důvodu nevhodného složení nezařazujeme rostlinné alternativy sýrů vyráběné z kokosového tuku.

Problematické potraviny

Máslo, ghí (přepuštěné máslo), **mléčná pomazánka** (tradiční pomazánkové)

Mražené krémy (mražené smetanové krémy, mléčné mražené krémy)

Margaríny, roztíratelné rostlinné tuky (s obsahem mléčné složky)

Pekařské výrobky (mléčné suroviny nepatří k základním složkám všech pekařských výrobků)

Cukrářské výrobky

Vhodné potraviny

Pro studenou kuchyni **rostlinný roztíratelný tuk bez obsahu sušeného podmáslí**
Do pomazánek – např. zeleninových, luštěninových přidávat **olivový olej**.
Pro teplou kuchyni **rostlinné oleje**.

Mražený krém vodový (bez čokoládové či jiné polevy)
Mražený krém ovocný (bez čokoládové či jiné polevy)

Mražený sorbet

Dle složení – bez mléčné složky.

Pekařské výrobky bez mléčné složky.

Nejsou obecně vhodné k podávání v rámci školního stravování. Při výjimečném podání – pouze takové druhy, které neobsahují mléko, mléčnou složku ani mléčný výrobek.

Vyloučení mléka

Problematické potraviny

Cukrovinky

(celé spektrum výrobků včetně čokolád, nugátů, polev)

Mražené výrobky

(např. špenát se smetanou, rybí prsty - trojobal, tvarohové knedlíky atp.)

Masné výrobky

(s přídavkem sýrů, paštika se smetanou...)

Bramborové polotovary

(sušené bramborové polotovary, které obsahují sušené mléko)

Vysoce průmyslově zpracované potraviny - dehydratované (instantní výrobky)

(omáčky, polévky, instantní obilné kaše se sušeným mlékem, instantní bramborové kaše se sušeným mlékem atp.)

Sladké pomazánky (ořechové, čokoládové...)

Nutella a podobné

Vhodné potraviny

Nejsou obecně vhodné k podávání v rámci školního stravování.

Vždy varianty bez mléčné složky

Masné výrobky není vhodné v rámci školního stravování zařazovat.

Bramborová kaše z vařených brambor, s rostlinným tukem, bramborové knedlíky, noky atp. připravené bez mléka, másla.

Tyto potraviny není vhodné využívat v rámci školního stravování.

Výrobky bez mléčné složky - například 100% ořechové pomazánky.

Dieta **s vyloučením** **mléka** **a mléčných** **výrobků**

PRAKTICKÉ ZKUŠENOSTI V PŘÍPRAVĚ DIETY

Polévky

Omáčky

Maso - sýry, trojobal, těstíčko, máslo

Přílohy

Saláty

Dieta s omezením laktózy

Dieta, při níž je ze stravy vyloučen nebo omezen příjem mléčného cukru laktózy.

V případě LI **nemusí být dieta natolik striktní**. Mléko a mléčné výrobky jsou do určité míry snášeny.

Denní konzumace 12 g laktózy rozložená rovnoměrně v průběhu dne u většiny laktózově intolerantních nevede ke zdravotním obtížím

Velký smysl zde má **Deklarace se zákonnými zástupci**.



1. U některých laktózově intolerantních jsou lépe snášeny **fermentované mléčné výrobky** – bakterie přítomné v těchto výrobcích laktózu rozkládají a fermentují (neplatí však paušálně).
2. Laktóza může být tolerována v malých množstvích, zejména pak v **kombinaci s jinými potravinami**.

Velmi orientačně může posloužit pomůcka „čím tekutější výrobek, tím více laktózy“.

Bezlaktózové potraviny

S nízkým obsahem laktózy

Obsah laktózy
do **10** mg/kg potraviny

Obsah laktózy
do **1** g/kg potraviny

Dieta s vyloučením vajec

Alergie na některou z bílkovin vejce patří v dětském věku rovněž k těm rozšířenějším

V případě této diety je potřeba **vyloučit vejce v jakékoli podobě** (vařená, míchaná, pečená, jako součást pokrmu), a to jak bílky, tak žloutky, jelikož nelze zajistit jejich dokonalé oddělení bez kontaminace.

Není možné používat vaječnou **melanž či sníh** vyrobený z bílků.

Zároveň je potřeba vyhnout se jakýmkoliv potravinám vyrobených z vajec, např. **Šmakoun, Bílkoun aj.**

Stejně jako u mléka **nelze slepičí vejce nahrazovat vejci jiných živočišných druhů**, např. křepelčími, kachními či husími, z důvodu rizika zkřížené reaktivity.

U alergiků na vejce se naopak můžeme setkat rovněž s reakcí na drůbeží maso, bývá však vzácná

Pozor na ingredience:

**vaječná bílkovina/vaječný protein,
albumin,
globulin,
ovalbumin,
ovoglobulin,
livetin
ovomucin,
ovomukoid,
vitelin,
vaječný lecitin,
vaječný lyzozym.**

Vyloučení vajec

Problematické potraviny

Samostatně podávané vejce
(např. koprová omáčka
či fazolky na kyselo, čočka nakyselo,
pomazánka z vajec...)

Vejce jako závěrka

Vejce jako pojídlo

Vhodné potraviny

V závislosti na charakteru pokrmu lze nahradit porcí masa, luštěninovým karbanátkem bez použití vajec, tofu, příp. zcela vynechat (např. u luštěninových pokrmů).

Z receptury zcela vynechat.

Lněná nebo chia semena
v poměru 1 : 4 s vodou, nechat odstát do vzniku želatinové hmoty (1 lžičce semen = 1 vejce).

Banán nebo jablečné pyré
(zde je potřeba brát v úvahu možný vliv na chuť výsledného pokrmu).

Želatina
v poměru 1 : 1 s vodou (1 lžičce želatiny = 1 vejce), sáček želatiny nahradí až 3 vejce.

Náhrady vejce (např. vajahit)
- obsahuje kukuřičnou mouku, sójovou bílkovinu, sójový lecitin, syrovátku.
1 vejce může být nahrazeno 10 g vajahitu se 40 ml vody, 1 žloutek lze nahradit 10 g vajahitu a 20 ml vody.

Problematické potraviny

Sníh z vaječného bílku (nadýchanost pečiva)

Vhodné potraviny

Vegavajo
- bezlepková směs, 10 g směsi (1 zarovnaná polévková lžičce) a 2 lžičce vody, 5 minut odstát.
Nahradí 1 vejce velikost M.
Je-li v receptu vejce velikost L, použijte 15 g směsi (1 vrchovatá polévková lžičce) a 3 lžičce vody.

Hraška
- bezlepková směs z hrachových bílkovin. Existuje řada variací - na obalování, na zahušňování, na přípravu sladkých těst.

Palačinky, lívance
- 1 vejce nahradí 1 polévkovou lžičku škrobu.

Kynutá těsta
- místo vejce přídavek tuku a/nebo tekutiny.

Těsta na bábovku, bublaninu
1/2 kypřicího prášku odpovídá 1 vejci.

1 kypřicí prášek nahradí 1-2 vejce.

Problematické potraviny

Vejsce jako součást trojobalu

Vejsce pro zalévání francouzských
brambor, zapékaných těstovin...

Vejsce jako náplň do jemného
pečiva, moučníků

Vhodné potraviny

Bílý jogurt místo vejce.

Hrachová mouka (hraška)
v poměru 1 : 2 s vodou
(1 lžice mouky = 1 vejce).

Náhrady vejce (např. vajahit).

Těstíčko - 1 polévkovou lžici škrobu s 250 ml
mléka a špetkou soli, dle potřeby zahustit
polohrubou moukou. Poté obalit ve strouhance.

Náhrady vejce
(např. vajahit, vegavajo).

Tvarohová náplň:
místo vejce pudink.

PRAKTICKÉ ZKUŠENOSTI V PŘÍPRAVĚ DIETY

Polévky

Omáčky

Maso

Palačinky, lívance, placičky, karbanátky

Dieta při diabetu 1. typu

Základní pomůcka školní jídelny je váha. Nutná kooperace s rodiči.

Diabetická dieta nevyžaduje úpravu stravy ve smyslu výše uvedených eliminačních diet, tedy vylučování konkrétních potravin z jídelníčku.

V diabetické dietě jsou sledovány SACHARIDY a vždy jsou u nich důležité tři parametry – množství, typ a frekvence.

PRAKTICKÉ ZKUŠENOSTI V PŘÍPRAVĚ DIETY

1. Zákonní zástupci každý týden **zasílají školní jídelně jídelníček s doplněným množstvím potravin**, které je potřeba přesně odvážit.
2. Zákonní zástupci dodají školní jídelně **dokument se specifikovanými porcemi** nejčastěji podávaných potravin a kontaktují jídelnu v případě konkrétních pokrmů, které je potřeba upřesnit.
3. Zákonní zástupci naučí personál školní jídelny pracovat s **výměnnými jednotkami** a ten následně stanovuje porci bez přímého vstupu rodičů.
4. Starší strážníci (spíše na střední škole), kteří již mají s diabetem zkušenosti, **hlásí hmotnost porce u okénka přímo při výdeji.**

Ostatní diety

Jiné potravinové alergie - ořechy, ovoce...

Diety při onemocnění jater

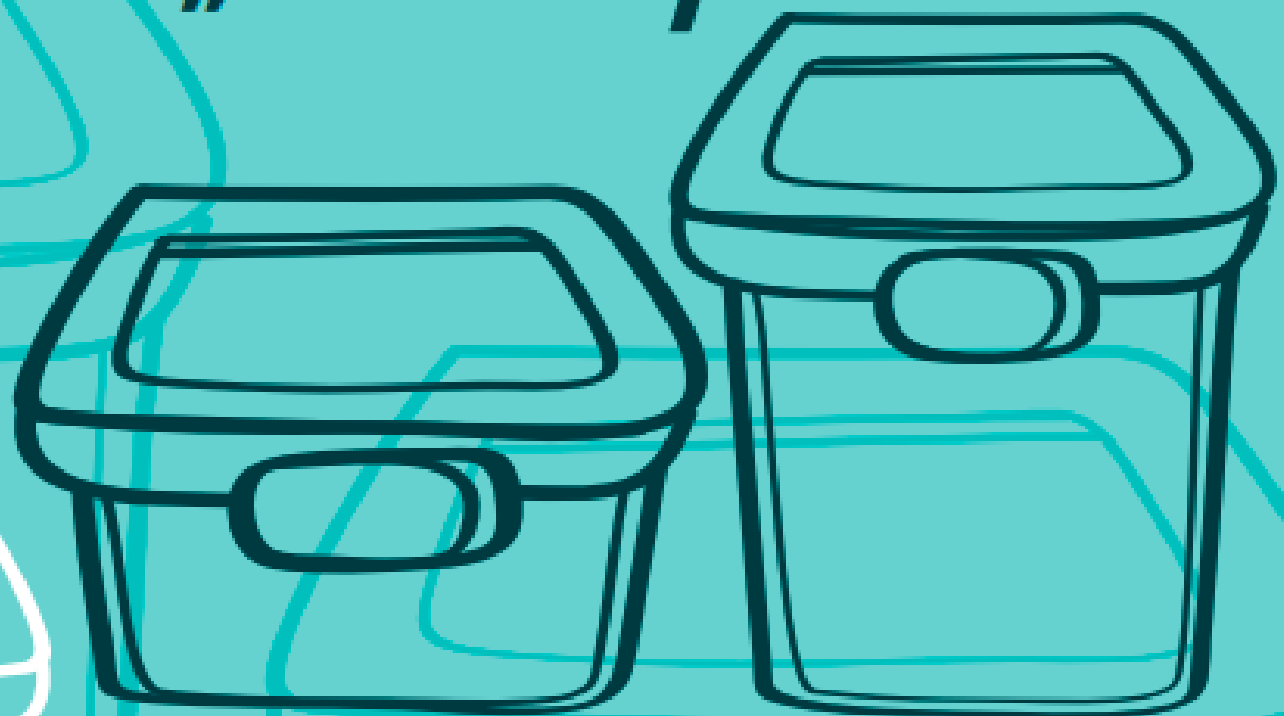
Diety při nespecifických střevních zánětech

V dokumentu jsou vloženy **zásady první pomoci**. Nikoli pro strašení, ale pro jistotu, co dělat v okamžicích, které mohou nastat v jakoukoli chvíli u jakéhokoli strávníka, který byl či dosud nebyl diagnostikován na potravinovou alergii.

Zajištění dietního stravování formou donášky

vlastní stravy tzv.

„krabičky“



V případě, že zařízení školního stravování není z nějakého důvodu schopné připravovat dietní stravu a ani ji zajistit od jiného dodavatele, je umožněno dietní stravu zajistit formou donášky vlastní stravy.

Tento způsob zajištění dietního stravování **nevyžaduje spolupráci s nutričním terapeutem.**

K donášce vlastní dietní stravy (na základě lékařského potvrzení) bylo vydáno stanovisko hlavního hygienika č.j. 34059/2011, ze dne 3. května 2011.

Tento typ zajištění dietního stravování může být **každodenní**, nebo může být takto zajištěno **pouze ve dnech**, kdy strávník nemůže konzumovat stravu nabízenou v rámci běžné nabídky.

Donáška vlastní stravy „krabička“

Požadavek na zajištění dietní stravy

Předložení lékařského potvrzení

Smlouva mezi rodiči (zákonnými zástupci) a školní jídelnou

Smlouva s rodiči (zákonnými zástupci)

Leták o vhodných nádobách

Leták o bezpečném transportu stravy

Úprava vnitřního, provozního řádu a HACCP

v souvislosti s donáškou
vlastní dietní stravy

Vlastní donáška

1
**Rodič
(zákonný zástupce)
přináší krabičku**

Pokrmu donáší zákonný zástupce v den výdeje. Nádoba vhodná pro styk s potravinami, vhodná pro zvolený způsob ohřevu, označená jménem, příjmením, datem výroby, názvem pokrmu.

2
**Personál
přebírá stravu
a kontroluje**

Kontrola krabičky, čistota, materiál, popis krabičky (jméno, datum výroby, název pokrmu). Kontrola senzorické nezávadnosti při čichnutí, pohledem.

3
**Uložení stravy
do chladicího
zařízení**

Samostatná lednice s označením DIETA nebo těsnící, omyvatelný a dezinfikovatelný box do lednice s provozními potravinami na skladování krabiček.

6
**Bezpečný
výdej**

Vždy je potřeba zajistit a ohlídat, aby strážník dostal svůj dietní pokrm. Zejména v případě, kdy se ohřívá více krabiček různých diet pro více strážníků. Je vhodné mít pokrmy po regeneraci označené cedulkou se jménem a při výdeji jméno ověřit, pokud personál bezpečně strážníky nezná.

5
**Manipulace
s pokrmem**

Vždy odděleně místem či v čase tak, aby nedošlo ke kontaminaci. Manipulace s nástroji, které jsou určeny a označeny pro dietní stravování (konkrétní dietu).

4
**Regenerace
pokrmu**

Doporučujeme regenerovat tak, aby bylo ve středu potraviny (pokrmu) do jedné hodiny po jejím vyjmutí z chladničky dosaženo teploty minimálně 75 °C. Pokrm je neprodleně po ohřevu vydán. Teplota při výdeji nepoklesne pod 60 °C. Teplota se měří teploměrem či sondou, které jsou před i po měření řádně desinfikovány.

7

Vrácení krabičky, zbytků

Vrácená či nevydaná strava se likviduje. Vrací se rodičům pouze ve specifických případech, kdy je potřeba sledovat sněžené množství stravy.



Přestože se jedná o způsob zajištění dietního stravování, který klade na personál nejmenší nároky, je potřeba, aby měl personál dostatečné informace v následujících bodech:

1. Senzorické zhodnocení zdravotní nezávadnosti pokrmů

Jelikož stravu od zákonných zástupců přebírá, je potřeba znát sensorické znaky závadnosti potravin.

2. Obaly, nádoby vhodné pro styk s potravinami

Personál by měl být schopen zkontrolovat a doporučit vhodné nádoby, ve kterých je strava zákonným zástupcem dodávána. Ne všechny nádoby jsou určeny pro styk s potravinami či pro ohřev v mikrovlnné troubě. Zařízení školního stravování může odmítnout přijímat např. skleněné nádoby a rovněž nádoby ušpiněné nebo s porušeným obalem.

3. Principy nejčastěji se vyskytujících diet.

Je potřeba, aby personál i v tomto případě znal základní principy jednotlivých, nejčastěji se vyskytujících diet (či diet, které jsou tímto způsobem zajišťovány v daném zařízení školního stravování), a to zejména pro případy, kdy by tímto způsobem poskytovalo více typů diet, aby se předešlo záměnám.

4. Zajištění bezpečného způsobu poskytování tohoto typu dietní stravy v rámci konkrétního provozu

POTŘEBNÉ PŘÍSTROJOVÉ VYBAVENÍ, NÁSTROJE, NÁDOBÍ, NÁČINÍ

Samostatná lednice

Lednice na provozní potraviny v ní box

Vhodný pro styk s potravinami,
uzavíratelný, omyvatelný, dezinfikovatelný
označený DIETA

Mikrovlnná trouba

Omývání poklopu

Teploměr, sonda

Řádná očista a dezinfekce při měření
různých pokrmů.

Nástroje

Označené - příbory, vařečky, naběračky,
prkénka atp., kterými si personál pomáhá
při manipulaci s dietní stravou, při její
regeneraci či výdeji.

Samostatné mycí prostředky a nástroje

Pokud nádobí určeno pro diety, není
umýváno v myčce.

Nádobí

Hrnce, rendlíky, pánvičky – objemově
menší pro variantu ohřevu na plotnách.



PROSTOROVÉ NÁROKY

Prostor pro bezpečnou manipulaci při přebírání dietní stravy od zákonných zástupců

Není povinností, ale z praktického hlediska je lepší.

Samostatná lednice nebo samostatně vyčleněná část lednice (box)

Místo ve skladu, uzavíratelné, označené nádoby

Samostatný regál označený, že se jedná o suroviny určené pro diety, a také uzavíratelné, omyvatelné a dezinfikovatelné nádoby



Prostor pro kompletaci pokrmů, přemístění pokrmů na talíře před či po regeneraci

Při přemísťování pokrmu na talíře, případně misky je potřeba mít k tomu prostor, kde nebude docházet k riziku kontaminace běžnou stravou.

Prostory výdeje

Při výdeji není potřeba oddělený prostor. Zde jde spíše o maximální pozornost a kontrolu

OBALY VHODNÉ PRO STYK S POTRAVINAMI

Materiály, které jsou určeny pro styk s potravinami, jsou v EU, Severní Americe a některých státech Asie označovány symbolem **skleničky a vidličky**.



Tento symbol může být nahrazen i pouhým textem: „pro styk s potravinami“.



Zařízení školního stravování může **odmítnout přijímat** např. **skleněné nádoby** a rovněž nádoby **ušpiněné** nebo **s porušeným obalem**.

PŘEVZETÍ STRAVY OD ZÁKONNÉHO ZÁSTUPCE



Kdy, kde Místo (vhodný prostor) a čas převzetí je vhodné specifikovat ve vnitřním řádu.

Kdo Vhodné specifikovat v rámci povinností v provozním řádu. Ten, kdo krabičku přebírá, pozná, jak vypadá senzoricky závadný pokrm.

„Krabička“ (obal, ve kterém je pokrm dodán) musí být na obale popsána **jménem strávnicka**, kterému je pokrm určen, **druhem pokrmu** a **datem výroby**. Je vhodné, aby popis nebyl na víčku krabičky. (v případě, že školní jídelna ohřívá z domova donesenou stravu více strávnickům – aby se eliminovala záměna).

KONTROLA SENZORICKÉ NEZÁVADNOSTI

Při převzetí stravy je personál povinen překontrolovat senzorickou nezávadnost (pohledem a přičichnutím).

Barva, vzhled, vůně, cizí předměty, hmyz a larvy.

Za bezpečnost a zdravotní nezávadnost pokrmu až do okamžiku předání personálu zařízení zodpovídá zákonný zástupce, který přinesený pokrm zabezpečil, a toto je vhodné **uvést ve smlouvě.**



Pokud i navzdory senzorické kontrole vzniknou později v rámci další manipulace s pokrmem pochybnosti o kvalitě pokrmu (vzhled, vůně, nález cizího předmětu, výskyt hmyzu, plíseň apod.), je nezbytné pokrm **zlikvidovat.**

Jak řešit náhradní pokrm, případně jak informovat zákonné zástupce, by mělo být vždy součástí vnitřního řádu.

USKLADNĚNÍ PŘEVZATÉ STRAVY

Dietní pokrm je uložen v **lednici** (určené pro dietní stravu), kde se pokrm nadále uchovává při teplotě **max. 4 °C**. Pokrm se pro uchovávání v lednici z krabičky **nepřemísťuje** do jiné nádoby.

Pokud pro dietní stravu není možno vyhradit lednici, nebo je to z hlediska malé poptávky zbytečné, je možné do lednice s provozními potravinami umístit **označený, těsnící, uzavíratelný, omyvatelný a dezinfikovatelný box**, kam se přinesená strava v „karbičce“ uloží.



REGENERACE STRAVY DONESENÉ Z DOMOVA

Regenerace pokrmu je tepelná úprava již dříve tepelně opracovaného pokrmu, jejímž smyslem je zahřát pokrm na teplotu podávání a současně inaktivovat případně přítomnou vegetativní mikroflóru, která by jinak mohla vyvolat onemocnění.

Z tohoto důvodu doporučujeme záhřev na nejméně 75 °C ve všech částech ohřívaného pokrmu.

Tato hranice je stanovena z důvodu, že pokrmy byly připraveny v domácím prostředí, den předem, následně zchlazeny a tato teplota je bezpečnější pro eliminaci potenciálních patogenů.

Horká lázeň, konvektomat, mikrovlnný ohřev, jiný způsob.



Mikrovlnný ohřev

Pokrmy lze ohřívat v obalech, ve kterých byly přineseny, ale pouze v tom případě, že jsou obaly vhodné pro mikrovlnný ohřev. Pokud ne, je nutností pokrmy přemístit na talíře, misky atd. a následně ohřát.

Kontrola teploty - desinfekce teploměru či sondy před každým použitím. Záznam teploty

Manipulace s pokrmem označenými nástroji.

Očištění poklopu

REGENERACE STRAVY DONESENÉ Z DOMOVA

Ohřev na sporáku, plotýnce...

V tomto případě je potřeba pokrmy přemístit do nádob (hrnců, kastrolů, pánviček aj.), ve kterých se budou ohřívat

Manipulace označeným náčiním, nádobím.

Kontrola teploty - desinfekce teploměru či sondy před každým použitím. Záznam teploty



Pokrmy, které není potřeba regenerovat a podávají se chlazené, je potřeba uchovávat od zchlazení do doby výdeje do **4 °C** (pokud se jedná o zchlazené pokrmy), pokud se jedná o studené pokrmy, tak uchovávat do doby výdeje do **8 °C**.

VÝDEJ STRAVY

Je rovněž potřeba pokrm vydávat neprodleně po regeneraci, aby teplota neklesla pod požadovanou mez.

Při výdeji je potřeba nejen zkontrolovat dostatečnou teplotu pokrmu (**minimálně 60 °C**), ale i to, zda strážník dostává svou dietu, která mu náleží.

Za další manipulaci s vydanou stravou již školní jídelna nezodpovídá.



ZBYTKY, VRACENÍ NÁDOB, VE KTERÝCH BYLA STRAVA DONESENA

Veškeré nespotřebované potraviny se **zlikvidují**, znovu se neohřívají ani se nevracejí do chladicích či mrazicích úložných prostor.

Výjimkou však mohou být strávníci s dietním omezením, kdy je potřebné přesně vědět, jaké množství stravy dítě zkonsumovalo (například u některých dětí s diabetem, nechutenstvím atd.).

V tomto případě je vždy **nutné se se zákonnými zástupci dohodnout**, komu a kdy ZŠS nahlásí množství zbytků, případně jakým způsobem budou zbytky vráceny, pokud je to nezbytné.





Při tomto typu zajištění dietního stravování **nezaručuje zařízení školního stravování to, že je strava pro strávnicka s dietním omezením pestrá a vyvážená.** Toto je čistě v zodpovědnosti zákonných zástupců.

Mnoho zákonných zástupců však nechce své dítě jakkoli vylučovat z kolektivu i třeba rozdílným pokrmem.

Proto je vhodné zákonným zástupcům navrhnout možnost, že se mohou **řídít jídelním lístkem a dietní stravu pro své dítě připravovat v podobném duchu.** Někteří zákonní zástupci budou souhlasit, jiní budou chtít připravovat stravu, na kterou je dítě zvyklé z domova, nebo ani připodobnění stravě ve školní jídelně nebude možné.



Velice důležitá je i oboustranná komunikace zařízení školního stravování a zákonných zástupců či strávnicka samotného. Podrobnější informace o Vnitřním řádu, Provozním řádu a úpravách HACCP jsou uvedeny v Obecné části metodiky.

Smlouva zákonných zástupců strávnicka či strávnicka se zařízením školního stravování

Obsahuje informace - komu je strava určena, zda je stravou zajištěno kompletní jídlo nebo zda bude dodávána pouze část pokrmu, povinnosti zákonného zástupce, povinnosti provozovatele stravovací služby, práva a zodpovědnosti, ohlašovací povinnost zákonným zástupcům v případě, že strávnick

zkonsumoval potravinu, která se neslučuje s jeho dietním omezením. Provozní a praktické náležitosti jsou ošetřeny ve vnitřním a provozním řádu ZŠS.

Cena stravného

Pokud je dítěti z domova zajišťována **kompletní strava**, neplatí **žádné stravné**. Pokud však ve školní jídelně odebírá nápoj či jinou část pokrmu, např. salát, ovoce atd., je cena stravného stanovena poměrně dle odebraných částí pokrmů. Komunikace se školní jídelnou je nezbytná. Cenu stravného je potřeba popsat v rámci **vnitřního provozního řádu** nebo ve smlouvě se zákonnými zástupci.

Důležité informace v jídelním lístku

Jídelní lístek je popsán detailně, protože ne všechny alergeny je povinné značit číselným kódem.



DOKUMENTY A MATERIÁLY, KTERÉ OBDRŽÍ ZÁKONNÝ ZÁSTUPCE

Smlouva mezi zákonnými zástupci a zařízením školního stravování

Leták – **Bezpečný pokrm**

Leták – **Bezpečný transport** dietní stravy do školní jídelny

Kontakty do školní jídelny – pro rychlou komunikaci



Dodavatelem stravy je v tomto případě zajištění dietního stravování rodina (zákonní zástupci). Ti zodpovídají za bezpečnost přinesené stravy.

Společná schůzka se zákonnými zástupci

Kromě uzavření smlouvy se zařízením školního stravování, kde budou pravidla přesně a detailně popsána, je také potřeba si společně jednotlivé body smlouvy (které by měly sloužit k eliminaci rizika) vysvětlit.

Check list

Donáška vlastní dietní stravy

	ANO	NE
Potvrzení od lékaře.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Dokument upravující účast dítěte na dietním stravování, je-li vyžadován (např. písemná přihláška).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Smlouva s rodiči (zákonnými zástupci).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Úprava vnitřního řádu.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Úprava provozního řádu.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Úprava HACCP.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Proškolení personálu = znalost informací z Metodiky pro poskytování dietní stravy v rámci školního stravování - donáška vlastní stravy - „krabičky“.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vyhrazení prostoru pro předávání stravy.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vyhrazení a označení chladicích zařízení, skladovacích prostorů včetně boxů pro uchovávání dietní stravy.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Funkční teploměr, sonda - pro kontrolu teploty pokrmů.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Seznam dětí, pro které je takto zajištěno dietní stravování (datum, jméno, typ diety, název pokrmu), aby nedošlo k záměně pokrmů při větším počtu takovýchto strávníků.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Bezpečný pokrm

Bezpečný pokrm

Milí rodiče,

Vaše dítě má dietní omezení, které mu nedovoluje jíst se spolužáky stejnou stravu, jako nabízí školní jídelna.

Bylo by však škoda, kdyby si vaše dcera nebo syn nemohli užít příjemné chvíle na obědě se spolužáky a kamarády. Školní jídelna ohřeje vašemu dítěti stravu donesenou z domova. Ve školní jídelně platí velmi přísná pravidla pro zachování bezpečnosti pokrmů včetně těch, které donášíte vy. Na vás je zajistit bezpečnou přípravu doma a také bezpečný transport. Prosím dbejte těchto bodů:

1 Udržujte čistotu

- Před manipulací s jídlem a během jeho přípravy si často umývejte ruce.
- Umývejte si ruce po použití toalety.
- Omývejte a dezinfikujte všechny povrchy a zařízení používané pro přípravu pokrmů.
- Chraňte potraviny a prostory v kuchyni před hmyzem, hlodavci a jinými škůdci.

Proč?

V půdě, vodě, na zvířatech i lidech se mohou nacházet mikroorganismy, které jsou pro člověka nebezpečné. Přenášejí se na rukou, utěrkách, nádobí a zvláště na krájecím prkénku. Jednoduše se tak mohou přenést na pokrm a způsobit onemocnění z potravin.

2 Oddělujte syrové a uvařené pokrm

- Oddělujte syrové maso, drůbež a mořské plody od ostatních potravin.
- Pro manipulaci se syrovými potravinami používejte zvláštní nářadí a nádoby, jako jsou nože a krájecí prkénka.
- Uchovávejte pokrm a jiné potraviny tak, abyste zabránili kontaktu mezi syrovými a zpracovanými potravinami.

Proč?

Syrové potraviny, především maso, drůbež, mořské plody a jejich šťávy, mohou obsahovat nebezpečné mikroby, které se mohou během přípravy a skladování jídel přenášet do ostatních potravin.

3 Pokrm důkladně vařte

- Pokrm, zvláště pak z masa, drůbeže, vajec a mořských plodů, důkladně vařte.
- Polévky a dušené pokrmy přiveďte k varu a vařte tak dlouho, aby uvnitř celého pokrmu bylo dosaženo teploty alespoň 70 °C po dobu 10 min. Ujistěte se, že šťávy z masa a drůbeže jsou číré, nekrvavé. Nejlépe, když použijete teploměr.
- Pokrm vždy řádně ohřívejte.

Proč?

Důkladné vaření, při dosažení teploty 70 °C uvnitř celého pokrmu po dobu 10 min., zabíjí téměř všechny nebezpečné mikroby. Mezi pokrm, které vyžadují zvláštní pozornost, patří sekané maso, masové rolády, velké kýty a drůbež vcelku.

4 Uchovávejte pokrm při bezpečných teplotách

- Uvařené pokrm nenechávejte při pokojové teplotě déle než 2 hodiny.
- Hotové pokrm a zkráje podléhající potraviny včas uložte do ledničky (5 °C a méně).
- Servírujte pokrm velmi horké (více než 60 °C).
- Neskladujte pokrm příliš dlouho, ani v ledničce.
- Nerozmrazujte pokrm při pokojové teplotě, ale pozvolna v ledničce.

Proč?

Je-li pokrm uchováván při pokojové teplotě, mikroby se mohou rychle rozmnožovat. Pokud se však jídlo udržuje při teplotě nižší než 5 °C nebo vyšší než 60 °C, rozmnožování mikrobů se zpomalí nebo zastaví. U některých nebezpečných mikrobů však dochází k jejich rozmnožování i při teplotě nižší než 5 °C.

5 Používejte nezávadnou vodu a suroviny

- Používejte nezávadnou vodu nebo ji upravte tak, aby závadná nebyla.
- Vybírejte čerstvé a nezávadné potraviny.
- Volte zpracované potraviny, jako například pasterované mléko.
- Omývejte ovoce a zeleninu, zvláště důkladně, pokud je jíte syrové.
- Nepoužívejte potraviny po uplynutí doby jejich trvanlivosti a data použitelnosti.

Proč?

Suroviny, včetně vody a ledu, mohou být kontaminované nebezpečnými mikroby a chemikáliemi. Toxické chemikálie se mohou tvořit ve zkažených a zplsnivělých potravinách. Pečlivý výběr surovin a jednoduchá opatření, jako jsou mytí a odstraňování slupek, mohou riziko snížit.

Bezpečný transport

Bezpečný transport pokrmu do školní jídelny

Dali jste si práci a svému dítěti jste do školy připravili bezpečný a zdravotně nezávadný pokrm (nebo celodenní stravu do mateřské školy). Nyní je potřeba zabezpečit poslední a nesmírně klíčový krok. Tedy transport „krabičky“ se stravou do školní jídelny tak, aby nedošlo k jejímu znehodnocení.

1 ZCHLAZENÍ

Pokrm jste dostatečně tepelně upravili. Po uvaření jste pokrm nejpozději do dvou hodin uložili do lednice tak, abyste zamezili růstu mikroorganismů. V lednici skladujte i svačiny, pokud jsou z potravin, které vyžadují, aby byly uchovávány v chladu (máslo, mléčný výrobek, masný výrobek, vejce, pomazánka, tuňák atd.). Zkontrolujte zda v lednici máte max. 4 °C.

2 TERMOOBAL

Pořídte si na „krabičku“ termoobal, který pomůže udržet stabilní teplotu. Těsně před transportem, přesuňte krabičku do termoobalu.

3 POZOR NA SLUNCE ČI NA JINÉ ZDROJE TEPLA

Krabička by neměla být transportována na přímém slunci nebo v například přímo u zdroje tepla v automobilu.

4 POZOR NA ZDRŽENÍ

Nezapomeňte, že teplotní řetězec se může velice rychle přerušit a teplota pokrmu stoupnout. Například, když nejedete rovnu do školy, ale ještě před tím k lékaři. Nebo uvíznete v koloně atp.

5 BEZPEČNÉ PŘEDÁNÍ

Pokud je vaše dítě již dostatečně velké, aby svou stravu předávalo ve škole každý den samo, a jste na tomto domluveni s personálem školní jídelny, pak vždy zkontrolujte, zda dítě stravu předalo ihned po příchodu do školy.

6 NEJVĚTŠÍ NEBEZPEČÍ

Nejrizikovějšími potravinami je maso, vejce, ryby, rýže a výrobky z nich.

7 ČERSTVÉ

Připravujte dětem pokrmy vždy čerstvé.

8 ODPOVĚDNOST

Za zdravotní nezávadnost a bezpečnou přípravu a transport jste zodpovědní vy. Pokrmy vykazující senzorické známky závadnosti (zápach, barva, hniloba, plíseň, larvy...) zařízení školního stravování od vás nemůže přebrat.

VZOR SMLOUVY O ZAJIŠTĚNÍ DIETNÍHO STRAVOVÁNÍ Formou donášky vlastní stravy

Provozovatel stravovacích služeb.....

Zastoupen jméno a příjmení funkce.....

Sídlo.....

IČO.....

(dále jen „provozovatel“)

a

Jméno a příjmení zákonného zástupce.....

Adresa trvalého bydliště.....

(dále jen „zákonný zástupce“)

UZAVÍRAJÍ TUTO SMLOUVU

o zajištění dietního stravování formou donášky vlastní stravy pro....., narozenou/ného....., bytem.....

(dále jen „strávník“), a to z důvodu, který mu neumožňuje konzumovat stravu připravovanou zařízením školního stravování.

Strávníkovi bude formou donášky zajišťována strava kompletně. V případě odebrání pouze některých součástí (např. nápoje), bude strávníkovi vypočítáno stravné ve výši poměrné části.

CENA JEDNOTLIVÝCH SOUČÁSTÍ STRAVY:

Pitný režim..... Kč

Polévka..... Kč

Příloha..... Kč

Doplňek - salát, zelenina, ovoce..... Kč

Hlavní chod bez přílohy..... Kč

Zajištění dietního stravování formou přípravy

ve vlastním
provozu tzv.
„in house“



Pro tento způsob zajištění dietního stravování se zařízení školního stravování (provozovatel stravovacích služeb) rozhoduje v případě, že má pro přípravu dietní stravy v rámci svého provozu podmínky jak **personální**, tak **prostorové**, případně i **finanční** pro spolupráci s nutričním terapeutem.

Příprava dietní stravy v ZŠS „in house“

Požadavek na zajištění dietní stravy

Předložení lékařského potvrzení

Deklarace o náhradách potravin

Schválení receptů či náhrad potravin nutričním terapeutem

Proškolení personálu nutričním terapeutem

Proškolení ve správné hygienické a výrobní praxi

Úprava vnitřního, provozního řádu a HACCP



152

Vlastní provoz

1

Náčiní,
nádobi

Před zahájením přípravy dietní stravy je provedena revize náčiní a nádobi, které je potřeba pro diety vyčlenit, označit a umístit na oddělené, označené místo. Případně je potřeba chybějící dokoupit.

2

Prostor v chladicím
zařízení, ve skladu

Pro dietní potraviny je potřeba vyčlenit prostor v chladicím zařízení (buď samostatná lednice, nebo samostatný označený box pro umístění do lednice). Ve skladu je potřeba rovněž vyčlenit prostor a zároveň opatřit uzavíratelné, omyvatelné a desinfikovatelné nádoby, aby nedošlo ke kontaminaci potravin.

3

Prostor pro
přípravu pokrmů

Ve varně je potřeba vyčlenit prostor, kde bude dietní strava připravována či dohotovována. Pokud není možné prostor vyčlenit, je třeba přípravu dietních pokrmů oddělit alespoň časově za předpokladu mechanické očisty a desinfekce pracovní plochy před počátkem manipulace s dietním pokrmem.

6

Úklid

Pro úklid jsou vyčleněny houbičky, hadry určené pouze na úklid prostoru pro dietní stravu (např. nádobi, pracovní plochy atd.).

5

Bezpečný výdej

Výdej je zorganizován tak, aby nebyla dietní strava kontaminována konvenční stravou (pořadí nádob na výdeji, poklice atd.). Výdej např. na barevně odděleném nádobi (tácy, misky, talíře).

4

Pracovní oděv

Pracovník, který je pověřený přípravou dietní stravy, si před zahájením manipulace s dietní stravou vymění pracovní oděv za čistý.

153



V případě, kdy se zařízení školního stravování (provozovatel stravovacích služeb) rozhodne připravovat dietní stravu přímo na místě, je potřeba ohlídat celý proces od objednání surovin, přes jejich příjem, skladování, přípravu dietních pokrmů, až po jejich výdej strávnickovi.

1. **Základní informace o onemocnění strávnicků**, pro které budou dietní pokrmy připravovat (rozsah postižení, symptomy, rizika při nedodržování diety, zásady první pomoci)
2. **Vhodné a nevhodné potraviny** pro příslušné diety
3. **Vhodné náhrady** za eliminované potraviny, příp. technologické rozdíly ve zpracování
4. **Riziková místa v průběhu celého výrobního procesu** pokrmu a prevence kontaminace dietního pokrmu



Školení

Teoretické

Doporučujeme proškolit nutričním terapeutem a hygienikem veškerý personál zařízení školního stravování tak, aby se minimalizovalo riziko chyb při přípravě dietních pokrmů a aby byla zajištěna zastupitelnost v případech nepřítomnosti vybraných pracovníků.

Školení doporučujeme opakovat vždy, když školní jídelna přijme nového zaměstnance, který na daném pracovišti ještě neprošel školením nutričního terapeuta o dietním stravování.

Praktické

S ohledem na rozdíly v postupech a práci s dietními potravinami je velmi vhodné, aby mělo zařízení školního stravování vyčleněného jednoho pracovníka, který absolvuje rozsáhlejší (ideálně praktické) školení v přípravě dietní stravy a tomuto se pak přednostně věnuje.



Pro poskytování dietního stravování touto cestou je potřeba v zařízení školního stravování zajistit takové **podmínky, aby se připravovaná dietní strava nekontaminovala.**

Je tedy potřeba disponovat **dostačujícím prostorem pro výrobu i skladování, nebo přípravu diet oddělit alespoň časově.**

Dále je zapotřebí počítat s **náčiním a nádobím**, které bude potřeba využívat i skladovat zvláště, a v konečné fázi také s **úklidovým náčiním**, které je určeno pouze pro nádoby, náčiní a prostory určené pro přípravu dietních pokrmů.

POTŘEBNÉ PŘÍSTROJOVÉ VYBAVENÍ, NÁSTROJE, NÁDOBÍ, NÁČINÍ

Náčiní a nádoby

Řádně označeny (pro každou dietu jinak – popisek, štítek, barevné označení aj.)

Uloženy samostatně v označeném prostoru (například šuplík, skříňka, police aj.) mimo běžné nádoby a náčiní.

POZOR na nádoby (např. pekáče či gastronádoby), které mají „švy“. V nich může ulpívat alergen nebo například lepek.



Dietní strava se většinou připravuje nebo dohotovuje v menších porcích; je proto zapotřebí doplnit i **menší hrnce, kastroly**.

POZOR, aby nebyly opomenuty **nádoby** (nejlépe uzavíratelné), ve kterých se **ve skladu** budou potraviny určené pro dietní stravování uchovávat.

Vyčlenit je potřeba také **úklidové náčiní a pomůcky**.

POTŘEBNÉ PŘÍSTROJOVÉ VYBAVENÍ, NÁSTROJE, NÁDOBÍ, NÁČINÍ

Přístrojové vybavení

Není zapotřebí speciálního přístrojového vybavení.

Při velkém množství připravovaných diet přichází v úvahu pouze chladicí vybavení (lednice, mrazák).

Ve většině případů však postačí v lednici či mrazáku vyčlenit **samostatný regál** na diety (potravinu pro jednotlivé diety), řádně jej označit a potraviny na těchto regálech uchovávat v uzavíratelných, omyvatelných a dezinfikovatelných **nádobách** vhodných pro styk s potravinami.



Při používání přístrojového vybavení, které je současně využíváno i pro standardní stravu (mlýnky, mixéry, kuchyňské roboty atp.), je potřeba **důkladné mechanické očištění a sanitace** před jeho použitím.

Na zvažení je pořízení přístrojového vybavení určeného pro menší počet porcí, např. **ruční ponorný mixér**

Pokud zařízení školního stravování využívá **fritézy**, pak není možné smažit potraviny pro dietní stravu (zejména bezlepkovou a bezvaječnou) v oleji, který je využíván pro stravu konvenční (s lepkem či vejci).

POTŘEBNÉ PŘÍSTROJOVÉ VYBAVENÍ, NÁSTROJE, NÁDOBÍ, NÁČINÍ

Teploměr, sonda

Pokud zařízení školního stravování připravuje více dietních pokrmů, je potřeba teploměr **vyčistit a vydezinfikovat** (přípravky vhodnými pro potravinářské provozy) před každým dalším použitím.



NUTNÉ PROSTOROVÉ ODDĚLENÍ

Nevyžaduje stavební úpravy



Místo pro náčiní a nádobí určené pro dietní stravu

Skladování odděleně - samostatná skříňka či uzavíratelný, omyvatelný a dezinfikovatelný box.

Srozumitelné označení nástrojů a náčiní pro jednotlivé druhy diet.

Pro přípravu diet je potřeba vyhradit i **prostor – pracovní místo**, kde nedojde ke křížení se stravou standardní.



Tam, kde prostor nedovoluje vyhradit samostatné místo, je potřeba přípravu dietní a standardní stravy **oddělit časem**.

- nejdříve dietní pokrmy, poté standardní
- nebo nejdříve standardní, poté řádná sanitace a následně dietní

Samostatná lednice nebo samostatně vyčleněná část lednice

Samostatná lednice - označena nápisem DIETA

Lednice s provozními potravinami - označený, těsnící, uzavíratelný, omyvatelný a dezinfikovatelný **box**.

NUTNÉ PROSTOROVÉ ODDĚLENÍ

Místo ve skladu, uzavíratelné, označené nádoby

Samostatný regál s označením, že se jedná o suroviny určené pro diety, a zároveň **uzavíratelné, omyvatelné a dezinfikovatelné nádoby.**

Nádoby je potřeba **označit** – buď názvem diety či jménem konkrétního strávnicka a jeho diety.



Prostory výdeje

Není potřeba oddělený prostor

Maximální pozornost a kontrolu, jakému strávnickovi je vydávána jaká dieta,

System této kontroly záleží na každém provozu.



V rámci provozu je nezbytné a povinné přesně **definovat rizikové body**, kde může dojít ke kontaminaci a znehodnocení pokrmu neboli k narušení bezpečnosti. V jednotlivých bodech je potřeba přesně **stanovit podmínky, které musí být dodrženy a kontrolovány**, aby byla zaručena bezpečnost. Právě tyto body je potřeba přesně zanást do systému **HACCP**, který má zařízení školního stravování pro svůj provoz zpracován.

V případě eliminačních diet platí, že **v každém kroku výrobního procesu** musí být **zabráněno kontaminaci či křížové kontaminaci** alergenem nebo látkou vyvolávající intoleranci.

NÁKUP A PŘEVZETÍ POTRAVIN

Složení potravin

Jiným stylem písma (tučně, kurzíva, podbarvením) uvedeny **alergeny**. Pozor, seznam povinně značených alergenů není kompletní.

Z toho důvodu je nezbytná - **Deklarace se zákonnými zástupci**, přesná definice v **lékařské zprávě, spolupráce s NT**.

Datum spotřeby

Všímat si data spotřeby a pokynů pro uchování výrobku po jeho otevření (např. velmi krátká spotřební lhůta po otevření u tekutých rostlinných nápojů při malém počtu porcí bezmléčné diety).



Velikost balení

Údržnost potraviny po otevření obalu (např. bezlepkový chléb při malém počtu porcí bezlepkové diety).

USKLADNĚNÍ

Suroviny a potraviny musí být skladovány za podmínek, které deklaruje výrobce na obalu.

Suroviny a potraviny určené pro diety je možné skladovat **v samostatném regálu**, pokud jsou **uzavřeny v neporušeném originálním obalu** a nemůže dojít k jejich kontaminaci.

Rozbalené speciální suroviny jsou skladovány tak, aby nemohly být kontaminovány surovinami, které musí být z diety vyloučeny, ideálně tedy v **uzavíratelném, omyvatelném a dezinfikovatelném boxu**.

Speciální suroviny pro různé diety **nejsou skladovány v bezprostřední blízkosti** jejich standardních ekvivalentů (např. bezlepková mouka hned vedle mouky pšeničné).



Speciální suroviny pro různé diety je možné skladovat rovněž v příručním skladu, pokud to provozní podmínky školní jídelny dovolí, avšak dle podmínek výše popsaných.

Pokud jsou potraviny přemísťovány z originálních obalů, je vhodné originální **obaly uchovat** pro zajištění jejich sledovatelnosti (měly by být uchovány informace o názvu výrobce, šarži, datu spotřeby/minimální trvanlivosti).

Mražené potraviny určené pro dietní stravování je nejlepší uchovávat v nádobách nebo dvojitých obalech a vždy je zřetelně popsat či označit, že se jedná o potraviny určené pro konkrétní typ diety.

PŘÍPRAVA DIETNÍ STRAVY

Oddělení místem nebo časem

Jsou-li pokrmy připravovány zároveň, pak musí být vařeny např. na jiném sporáku.

Jsou-li pokrmy připravovány např. na jednom sporáku, pak musí být vařeny s časovým odstupem.

Plochy pro přípravu dietních pokrmů jsou buď odděleny a označeny, nebo musí být jako první připraven dietní pokrm a teprve po něm pokrm standardní. Pokrmy mohou být připraveny i v opačném pořadí, nicméně mezi přípravou standardního a dietního pokrmu musí proběhnout důkladná mechanická očista a následně sanitace povrchu, obsahoval-li standardní pokrm složku, kterou je třeba z dietního pokrmu vyloučit.



Nádobí pro přípravu dietních pokrmů není zapotřebí vyčleňovat, je-li zajištěno důkladné umytí; to neplatí pro dřevěné nádobí, které (je-li používáno) je zapotřebí vyčlenit vždy.

Je-li dietní pokrm připravován v konvektomatu či spotřebiči podobného charakteru, může být připravován spolu se standardním pokrmem, nicméně dietní pokrm musí být vždy umístěn **v nejvyšší etáži**.

Fritování, smažení - není možné smažit potraviny pro bezlepkovou stravu v oleji, který je využíván pro stravu konvenční.

VÝDEJ STRAVY

Zaměstnanci školní jídelny, kteří dietní pokrmy vydávají, musí být **obeznámeni s totožností** dietních strávníků.

Pokud před výdejem vykonávali pracovníci jinou činnost či manipulovali s klasickými pokrmy, měli by se **převléct do čistého** pracovního oděvu

Pokrmy jsou nabírány pouze **náčiním určeným pro dietní pokrmy**.

Zabezpečení před kontaminací:

- přikrytím pokrmů či jejich součástí poklicí či **potravinářskou fólií**,
- umístěním do **nejvzdálenější gastrónadoby** v ohřívacím stole,
- nabíráním pokrmu na **samostatném místě** ve školní kuchyni,
- výdejem **mimo výdejní okénko**.



MYTÍ NÁDOBÍ

U strojového mytí není potřeba oddělovat nádobí pro přípravu dietní stravy.

U ručního mytí umýváme toto nádobí zvlášť, tedy tak, abychom používali samostatnou pro toto nádobí určenou **mycí houbu** nebo **hadr**.

Umyté nádobí pro dietní stravu vždy **skladujeme odděleně** od běžného



ÚKLID

Čisticí prostředky musí být skladovány v **originálních obalech** mimo prostory manipulace s potravinami.

Při úklidu musí být uplatněna **správná hygienická praxe**.

Je potřeba zvláště **vyčlenit úklidové pomůcky** pro úklid prostorů, kde se manipuluje s dietami.



ZAJIŠTĚNÍ OSOBNÍ HYGIENY

Osoba, která manipuluje s potravinami, musí udržovat **vyšoký stupeň osobní čistoty** (mytí rukou, vyloučení nehygienického chování, udržovat ostříhané nehty, ruce bez ozdobných předmětů)

Musí nosit **vhodný, čistý a podle potřeby ochranný oděv** (při vyšším riziku kontaminace používat jednorázové ochranné rukavice).

Doporučuje se vyměnit pracovní oděv při přechodu z nečisté práce na čistou. Při přechodu od standardní práce k přípravě diet se doporučuje **vyměnit pracovní oděv za čistý.**

Je nutné ukládat použitý pracovní oděv i občanský oděv na místo k tomu vyčleněné; **ukládat pracovní oděv a občanský oděv odděleně**





I u dietní stravy je důležité dodržování podobných **zásad pestrosti** a skladby jednotlivých pokrmů (zařazování masitých a bezmasých apod.). Pokrmy by měly být v co největší míře připravovány ze **základních**, případně **minimálně průmyslově zpracovaných potravin** vhodných pro danou dietu.

S výjimkou potravinových skupin, které musí strávník eliminovat, **není objektivní důvod k tomu, aby dietní pokrmy nenaplňovaly normy stanovené vyhláškou.**

V případě bezlepkové diety je pak dodržování spotřebního koše reálné v plném rozsahu.

Základním principem, který by měl být dodržován, je příprava pokrmu, který je **co nejbližší pokrmu nedietnímu.**

V zásadě se tedy nejčastěji uchylujeme k následujícím úpravám:

- záměna přílohy
- záměna suroviny
- vynechání suroviny
- u jiných než eliminačních diet – jiný technologický postup, případně jiná gramáž sacharidových potravin atp.



Velice důležitá je i **komunikace** zařízení školního stravování a zákonných zástupců či strávnicka samotného.

Přestože má totiž systém přípravy dietní stravy obecně platná pravidla, je vždy potřeba brát v úvahu i **individualitu každého případu**, kdy omezení jednoho se nemusí shodovat s omezením druhého, byť mají podobnou či shodnou diagnózu.

Zařízení školního stravování si zároveň musí **vymezit své hranice toho, co je pro něj zvládnutelné** a za jakých podmínek, aniž by utrpěla kvalita vydávaných pokrmů.

Podrobnější informace o **Vnitřním řádu**, **Provozním řádu** a úpravách **HACCP** jsou uvedeny v **Obecné části** metodiky



DOKUMENTACE

Vnitřní řád

Informace v jídelním lístku

Provozní řád a HACCP

Deklarace se zákonnými zástupci

Check list

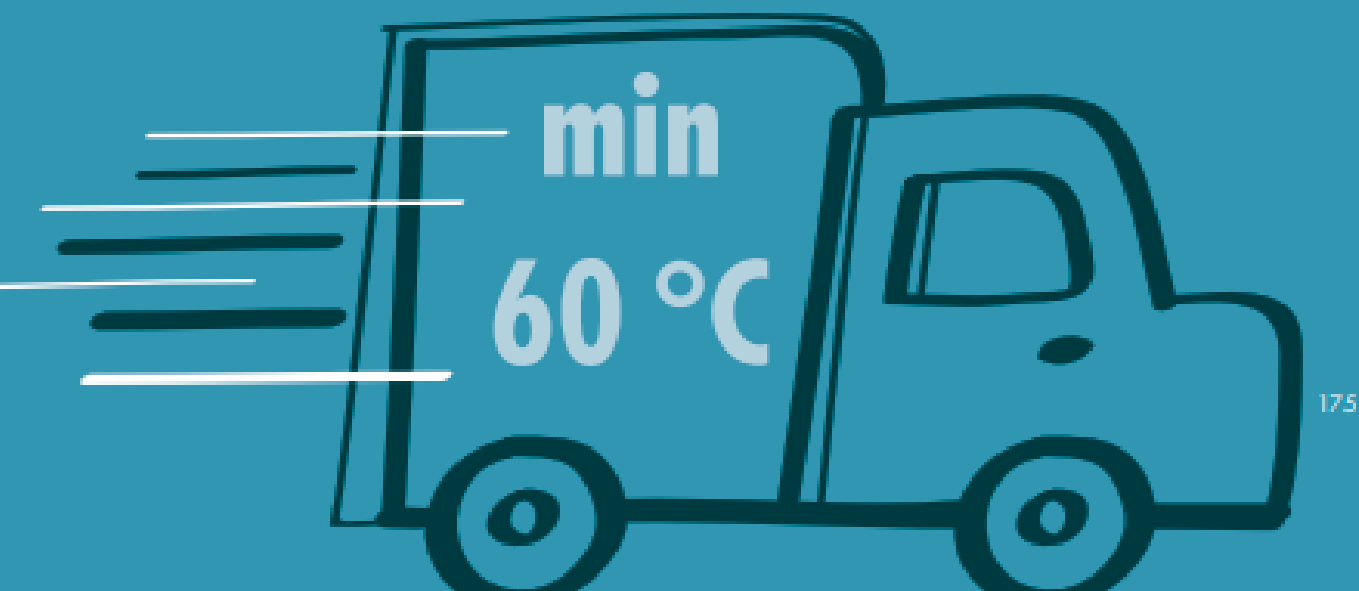
Příprava dietní stravy zařízením školního stravování

	ANO	NE
_____ Potvrzení od lékaře.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
_____ Dokument upravující účast dítěte na dietním stravování, je-li vyžadován (např. písemná přihláška).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
_____ Úprava vnitřního řádu.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
_____ Úprava provozního řádu.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
_____ Úprava HACCP.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
_____ Schválení náhrad surovin či receptů NT pro jednotlivé typy diet.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
_____ Proškolení personálu hygienikem o bezpečnosti poskyto- vání dietní stravy v rámci školení správné hygienické a vý- robní praxe.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
_____ Proškolení personálu NT o principech jednotlivých diet.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	ANO	NE
_____ Vyhrazení prostoru pro náčiní, nádobí.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
_____ Označení náčiní, nádobí určených pro přípravu dietních pokrmů.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
_____ Vyhrazení prostoru ve skladu, lednici, mrazáku.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
_____ Vyhrazení prostoru pro přípravu dietní stravy. Oddělení prostorem či časem.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Zajištění dietního stravování formou dovozu

**druhým subjektem
přímo po dohotovení**



Dovoz dietní stravy do zařízení školního stravování může probíhat každý den nebo pouze některé dny v týdnu. Pokrmy jsou dováženy od dodavatele v bezpečné teplotě minimálně 60 °C.

V zařízení školního stravování jsou udržovány do doby výdeje při bezpečné teplotě min. 60 °C (nebo vyšší dle nastaveného HACCP) a následně vydávány.

Stravu je možné dovážet například z jiného zařízení školního stravování, ale i například z nemocnice.

Dodavatelem stravy je druhá strana, která je provozovatelem potravinářského podniku (poskytovatelem stravovacích služeb).

POVINNOSTI DODAVATELE DIETNÍ STRAVY

1. Dodržování principů popsaných v Metodice pro zajištění dietní stravy – „IN HOUSE“.
2. Spolupráce s NT a jeho garance správnosti a bezpečnosti přípravy dietní stravy.
3. Dodržování zásad správné výrobní a hygienické praxe.
4. Správně vytvořený HACCP zahrnující výrobu dietní stravy a distribuci.
5. Smlouva s odběratelem.

Dovoz dietní stravy přímo po dohotovení

Požadavek na zajištění dietní stravy

Předložení lékařského potvrzení

Smlouva s dodavatelem

Smlouva o dovozu

Proškolení ve správné hygienické a výrobní praxi

Úprava vnitřního, provozního řádu a HACCP

Dovoz po dohotovení

1

Náčiní, nádoby

Před zahájením přípravy poskytování dietní stravy je provedena revize náčiní a nádobí, které je potřeba vyčlenit, označit a umístit na oddělené místo pro manipulaci s dietní stravou.

2

Přebírání a kontrola stravy

Kontrola při dodání dietní stravy – kontrola teploty, data výroby, data spotřeby, neporušení obalu, kontrola správnosti označení. Kontrola správnosti diety (druh, počet).

3

Uchovávání při požadované teplotě

Pokrm po tepelném dohotovení až po výdej musí být uchováván při teplotě min. 60 °C nebo vyšší dle nastavení v HACCP. V případě salátů či doplňků uchovávání v chladu dle teplot stanovených výrobcem. V tomto případě je potřeba vyčlenit samostatnou lednici či samostatný regál v chladicím zařízení a označit je slovem DIETA. To samé platí pro potraviny, které se ukládají ve skladu (pečivo, snídaňové cereálie, výrobky z obilovin aj.). Ty je vhodné navíc uchovávat i v samostatných uzavíratelných označených nádobách.

6

Bezpečný výdej

Vždy je potřeba zajistit a ohlídat, aby strážník dostal svůj dietní pokrm. Zejména v případě, kdy se vydává více druhů různých diet pro více strážníků. Je vhodné mít pokrmy označené cedulkou se jménem a při výdeji jméno ověřit, pokud personál bezpečně strážníky nezná.

5

Manipulace s pokrmem

Vždy odděleně místem či v čase, aby nedošlo ke kontaminaci. Manipulace pouze s nástroji, které jsou určeny a označeny pro dietní stravování (konkrétní dietu) a uloženy samostatně.

4

Regenerace pokrmu

Ve výjimečných případech, pokud teplota pokrmu poklesne pod 60 °C, je potřeba pokrm neprodleně zregenerovat. To je možné v mikrovlnné troubě – v originálním obalu (který je určený pro mikrovlnný ohřev) či na talířích. Pokud není k dispozici mikrovlnná trouba, pak na standardních přístrojích. Teplota se měří teploměrem či sondou, který je před i po měření řádně očištěn a vydesinfikován.

U všech pokrmů musí být zajištěna sledovatelnost, resp. musí být doložen původ.



Do zařízení školního stravování je dodávána dietní strava **druhým subjektem**, personál školního stravování se stravou dále **manipuluje**. Proto pro zachování maximální bezpečnost je potřeba, aby personál měl správné a dostatečné znalosti v těchto oblastech:

1. **Přejímka dietních pokrmů**
2. **Zajištění bezpečného způsobu další manipulace** s dietní stravou v rámci konkrétního provozu
3. **Principy nejčastěji se vyskytujících se diet**

Pro poskytování dietního stravování touto cestou je potřeba v zařízení školního stravování zajistit **bezpečné přebrání, uchování pokrmů v předepsané teplotě (minimálně 60 °C nebo vyšší dle nastavení HACCP) a bezpečné vydání.**



POTŘEBNÉ PŘÍSTROJOVÉ VYBAVENÍ, NÁSTROJE, NÁDOBÍ, NÁČINÍ

Ohřívací vana, udržovací skříně, holdomat nebo konvektomat

Teplota pokrmu je udržována minimálně na teplotě **60 °C v celém objemu pokrmu** (nebo jak je nastaveno v HACCP), a to až do výdeje. Je naprosto nezbytné, aby teplota nepoklesla pod 60 °C.

Pokud je u dovezené stravy naměřena teplota nižší než 60 °C, pak lze pokrm dle nastaveného HACCP **neprodleně regenerovat**. Nemělo by se však stávat, že je opakovaně přivezena strava neodpovídající požadované teplotě. Ohřívání musí probíhat **rychle**.

Teploměr (sonda)

Nástroje pro manipulaci s pokrmy

Nádobí

Samostatné mycí prostředky a nástroje - ruční mytí

PROSTOROVÉ NÁROKY

Místo ve skladu, uzavíratelné, označené nádoby

Prostor pro kompletaci pokrmů, přemístění pokrmů na talíře

Prostor, kde nebude docházet k riziku kontaminace běžnou stravou.

Prostory výdeje

Maximální pozornost a kontrolu, jakému strážníkovi je vydávána jaká dieta a zda si strážník nebere žádné nepovolené potraviny (ze samoobslužné zóny).





Principem tohoto zajištění dietního stravování je **smluvně podložená dohoda o přípravě dietní stravy mezi dvěma stranami**. Jednou je zařízení školního stravování (odběratel) a druhou dodavatel.

Podle § 3, odst. 3 vyhlášky č.107/2005 Sb., o školním stravování ve znění pozdějších předpisů, lze vydávat jídla připravená jiným provozovatelem, pokud je připravuje na základě receptur schválených nutričním terapeutem.

Je-li dodavatelem jiné školské nebo **nezdravotnické zařízení**, doporučujeme, aby se rovněž řídil touto metodikou.

Jedná-li se o **zdravotnické zařízení**, účastní se nutriční terapeut samotného řízení stravovacího provozu a dietní stravu takové zařízení zajišťuje dle svých zvyklostí.

Za zajištění **následné bezpečné manipulace** se stravou dovezenou do provozovny je zodpovědné **zařízení školního stravování (odběratel)**. Proto je potřeba v rámci provozu přesně definovat rizikové body, kde může dojít ke kontaminaci a znehodnocení pokrmu neboli k narušení bezpečnosti (**HACCP**)

SMLOUVA O ZAJIŠTĚNÍ STRAVY DRUHÝM SUBJEKTEM

Ve smlouvě by mělo být přesně popsáno:

- jaká dietní strava je zajišťována,
- ve které dny je dodávána,
- v jakém počtu,
- v jaký čas musí být dovezena,
- jaká teplota pokrmů je garantována,
- jak má být strava správně označena,
- jaká je cena,
- jak má být hrazena atd.

Dále se smluvně zajišťuje, jak je řešeno **financování** (stravné, mzdové a režijní náklady).



DOVOZ

Dovoz **není možné hradit** z plateb zákonných zástupců určených na **stravné**, které slouží výhradně k nákupu surovin.

Náklady spojené s dovozem či rozvozem této stravy jsou vždy **náklady na hlavní činnost organizace** (školy; školní jídelny).

Spadají však do nákladů, na které **není možné čerpat přímé výdaje na vzdělávání**, a musejí tak být **hrazeny z jiných zdrojů**.

- z provozního rozpočtu školy
- prostřednictvím daru dané organizaci



Přepravu dietní stravy může zajistit dodavatel sám v rámci smluvních vztahů.

Mnohdy je ale zapotřebí nasmlouvat třetí subjekt-smlouva.

PŘEVZETÍ STRAVY

Do **provozního řádu** je vhodné přesně popsat, kdo tuto stravu přebírá, co kontroluje a kdo je zodpovědný za daný úsek

Co kontroluje?

Kontrola **teploty a informací uvedených na obalu** – datum spotřeby, způsob uchovávání, počet porcí, druh diety, pro jistotu seznam alergenů.

Po převzetí se **neprodleně strava umístí do zařízení, která slouží k udržení teploty.**



Přepravu dietní stravy může zajistit dodavatel sám v rámci smluvních vztahů.

Mnohdy je ale zapotřebí nasmlouvat třetí subjekt-smlouva.

PŘEVZETÍ STRAVY



Vyhláška č. 137/2004 Sb., o hygienických požadavcích na stravovací služby a o zásadách osobní a provozní hygieny při činnostech epidemiologicky závažných,

„Teplé pokrmy, dodávané mimo provozovnu, a zchlazené a zmrazené pokrmy ve víceporcovém balení se označují obchodní firmou nebo názvem výrobce a jeho sídlem, jde-li o právnickou osobu, nebo místem podnikání, jménem, popřípadě jmény a příjmením, jde-li o fyzickou osobu; názvem pokrmu, údajem o množství porcí, datem výroby a datem spotřeby u zchlazených a zmrazených pokrmů a hodinou spotřeby u teplých pokrmů.

Dietní pokrmy se označují druhem diety. Jde-li o zchlazené nebo zmrazené pokrmy, musí výrobce uvést na obalu nebo dodacím listu skladovací podmínky a způsob ohřevu. Zchlazeným pokrmem se pro účely této vyhlášky rozumí teplý nebo studený pokrm, který byl po ukončení výroby neprodleně zchlazen na teplotu +4 °C a nižší ve všech částech pokrmu.“

UCHOVÁVÁNÍ PŘEVZATÉ STRAVY

Pro uchování pokrmu při předepsané teplotě (**minimálně 60 °C**) je možné využít různá zařízení. Od **holdomatu**, přes **udržovací skříně**, **ohřívací vany** až po **konvektomat**.

Teplota se na většině těchto přístrojů nastavuje na vyšší teplotu, aby nedošlo k neočekávanému poklesu teploty dovezené stravy.

Teplota je průběžně **kontrolována** až do výdeje stravy.



REGENERACE STRAVY

Při správném udržování pokrmů by regenerace nemělo být vůbec potřeba.

Podmínky případné regenerace jsou stanoveny v HACCP.

Mikrovlnný ohřev

Pokrmu lze ohřívat v obalech, ve kterých byly přivezeny, ale pouze v tom případě, že jsou obaly vhodné pro mikrovlnný ohřev. Pokud ne, je nutností pokrmu přemístit na talíře, misky atd. a následně ohřát.

Manipulace **označeným náčiním.**

Měření a záznam teploty, očištění, dezinfekce sondy.



Ohřev na sporáku, plotýnce aj.

Přemístění do nádob (hrnců, kastrolů, pánviček aj.), ve kterých se budou ohřívat.

Manipulace **označeným náčiním.**

Měření a záznam teploty, očištění, dezinfekce sondy.

Pokrmu, které se podávají chlazené, je potřeba udržovat do doby výdeje do **8 °C nebo** dle nastaveného HACCP či pokynů výrobce.

VÝDEJ STRAVY

Obezřetnost, aby nedošlo k záměně či případné kontaminaci.

Kontrola teploty

Kontrola, zda strážník dostává dietu, která mu náleží.





Nutriční vyváženost a pestrost nabídky dietní stravy zajišťuje dodavatelský subjekt.

Pokrmby by měly být připravovány ze **základních** či **minimálně průmyslově zpracovaných potravin**, strava by měla co nejméně zatěžovat organismus nekvalitními tuky, cukry a nadměrným množstvím soli nebo přídatných látek.



Velice důležitá je i **oboustranná komunikace** zařízení školního stravování a zákonných zástupců či strávnicka samotného. Podrobnější informace o **Vnitřním řádu**, **Provozním řádu** a úpravách **HACCP** jsou uvedeny v **Obecné části metodiky**.

Vnitřní řád

Provozní řád a HACCP

Deklarace se zákonnými zástupci

V případě, že je možné individuálně dodavatelem uzpůsobit konkrétní typ diety.

Podrobné složení i u standardních pokrmů

Může samozřejmě fungovat i zajištění dietní stravy tak, že jsou zkombinovány různé způsoby, tedy například **dovoz** od jiného provozovatele stravovacích služeb v kombinaci s konzumací s **konzumací vhodné stravy, která je připravována v zařízení školního stravování jako běžný výběr pro všechny strávnicky.**



Dodavatelem stravy je v tomto případě zajištění dietního stravování jiný provozovatel stravovací služby (může se jednat o jiné zařízení školního stravování, nemocnici, lázně atd.).

Dodavatel je povinen řídit se zásadami platnými pro přípravu dietní stravy v rámci školního stravování.

Check list

Dovoz dietní stravy hned po dohotovení

	ANO	NE
_____ Potvrzení od lékaře.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
_____ Dokument upravující účast dítěte na dietním stravování, je-li vyžadován (např. písemná přihláška).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
_____ Smlouva zákonných zástupců nebo zařízení školního stravování s dodavatelem.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
_____ Smlouva o dovozu dietní stravy.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
_____ Deklarace o náhradách potravin, předání dodavateli.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
_____ Úprava vnitřního řádu.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
_____ Úprava provozního řádu.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
_____ Úprava HACCP.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
_____ Přístroje vhodné pro uchování dietní stravy tak, aby nedošlo ke kontaminaci stravou běžnou.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	ANO	NE
_____ Vyčlenění a označení skladovacích prostorů (a nádob) pro uchování dovezené stravy - součásti, které nejsou zchlazené a nevyžadují chlazení.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
_____ Funkční teploměr, sonda - pro kontrolu teploty pokrmů.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
_____ Proškolení personálu nutričním terapeutem v principech jednotlivých diet.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
_____ Proškolení personálu hygienikem v bezpečnosti provozu při poskytování dietní stravy.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Zajištění dietního stravování formou dovozu

**druhým subjektem
po zchlazení**



Dovoz dietní stravy do zařízení školního stravování v tomto případě nemusí probíhat každodenně.

Pokrmy jsou dováženy ve zchlazeném stavu – mají tudíž **prodlouženou lhůtu spotřeby**.

V zařízení školního stravování jsou řádně uskladněny a postupně každý den regenerovány a vydávány.

POVINNOSTI DODAVATELE DIETNÍ STRAVY

1. Dodržování principů popsaných v Metodice pro zajištění dietní stravy – „IN HOUSE“.
2. Spolupráce s NT a jeho garance správnosti a bezpečnosti přípravy dietní stravy.
3. Dodržování zásad správné výrobní a hygienické praxe.
4. Správně vytvořený HACCP zahrnující výrobu dietní stravy a distribuci.
5. Smlouva s odběratelem.

Dovoz po zchlazení

Požadavek na zajištění dietní stravy

Předložení lékařského potvrzení

Smlouva s dodavatelem

Smlouva o dovozu

Proškolení ve správné hygienické a výrobní praxi

Úprava vnitřního, provozního řádu a HACCP

Dovoz po zchlazení

1

Náčiní, nádobí

Před zahájením přípravy poskytování dietní stravy je provedena revize náčiní a nádobí, které je potřeba vyčlenit, označit a umístit na oddělené místo pro manipulaci s dietní stravou.

2

Přebírání a kontrola stravy

Kontrola při dodání dietní stravy - kontrola teploty, data výroby, data spotřeby, neporušení obalu, správnosti označení, správnosti diety (druh, počet).

3

Uchovávání při požadované teplotě

Zchlazené pokrmy se uchovávají v chladicích zařízeních při teplotě do 4 °C (nebo dle pokynů výrobce), a to do doby regenerace a bezprostředního výdeje.

Pro dietní pokrmy je potřeba vyčlenit lednici či minimálně regál v lednici a označit je nápisem DIETA.

6

Bezpečný výdej

Vždy je potřeba zajistit a ohlídat, aby strážník dostal svůj dietní pokrm. Zejména v případě, že se vydává více druhů různých diet pro více strážníků. Je vhodné mít pokrmy po označené cedulkou se jménem a při výdeji jméno ověřit, pokud personál bezpečně strážníky nezná.

5

Manipulace s pokrmem

Vždy odděleně místem či v čase, aby nedošlo ke kontaminaci. Manipulace s nástroji, které jsou určeny a označeny pro dietní stravování (konkrétní dietu) a uloženy samostatně.

4

Regenerace pokrmu

Doporučujeme regenerovat tak, aby bylo ve středu potraviny (pokrmu) do jedné hodiny po jejím vyjmutí z chladničky dosaženo teploty minimálně 75 °C. Pokrm je neprodleně po ohřevu vydán. Teplota při výdeji nepoklesne pod 60 °C. Teplota se měří teploměrem či sondou, které jsou před i po měření řádně očištěny a desinfikovány.

U všech pokrmů musí být zajištěna sledovatelnost, resp. musí být doložen původ.



Do zařízení školního stravování je dodávána **zchlazená dietní strava** druhým subjektem, personál zařízení školního stravování (odběratele) se stravou dále **manipuluje**. Proto pro zachování maximální bezpečnosti je potřeba, aby personál měl správné a dostatečné znalosti v následujících oblastech:

1. **Bezpečná přejímka dietních pokrmů, kontrola označení, kontrola teploty**
2. **Bezpečné uchování a lhůta spotřeby**
3. **Principy nejčastěji se vyskytujících se diet.** Je potřeba, aby personál i v tomto případě znal základní principy jednotlivých nejčastěji se vyskytujících diet (či diet, které tímto způsobem zajišťuje), aby při skladování, regeneraci a výdeji nedošlo ke kontaminaci pokrmů
4. **Zajištění bezpečného způsobu další manipulace** (regenerace a výdeje) s dietní stravou v rámci konkrétního provozu

Pro poskytování dietního stravování touto cestou je potřeba v zařízení školního stravování zajistit **bezpečné přebrání, uskladnění, následnou regeneraci** (v případě obědů či teplých pokrmů) a **bezpečné vydání**.

POTŘEBNÉ PŘÍSTROJOVÉ VYBAVENÍ, NÁSTROJE, NÁDOBÍ, NÁČINÍ

Lednice

Dle Codex alimentarius uchovávat **do 4 °C**, většina chlazených potravin se pak může uchovávat až do 8 °C, resp. od 4 °C do 8 °C. Skladováním v jedné lednici tak nemusí být zajištěny podmínky skladování pro zchlazené pokrmy. **Doporučujeme tedy lednici, do které se budou umísťovat do samostatného regálu zchlazené pokrmy a je společná pro jiné chlazené potraviny, nastavit na 4 °C.**

Mikrovlnná trouba

Teploměr (sonda)

Nástroje

Nádobí

Samostatné mycí prostředky a nástroje



PROSTOROVÉ NÁROKY

Samostatná lednice nebo samostatně vyčleněná část lednice

Místo ve skladu, uzavíratelné, označené nádoby

Prostor pro kompletaci pokrmů, přemístění pokrmů na talíře před či po regeneraci

Regenerovaný pokrm by měl být vždy ihned přemístěn na talíř a vydán a teprve poté by měla být zahájena regenerace druhého pokrmu (pokud zařízení školního stravování připravuje touto cestou více dietních pokrmů).

Pokud by se ohřívalo více pokrmů za sebou, odkládaly se a následně kompletovaly hromadně ve stejné chvíli, mohlo by dojít k záměně nebo k zanesení části jednoho dietního pokrmu do druhého (kontaminaci). Také by dříve ohřáté pokrmy vychladly.

Prostory výdeje





SMLOUVA O ZAJIŠTĚNÍ STRAVY DRUHÝM SUBJEKTEM

DOVOZ

PŘEVZETÍ STRAVY kdy, kdo kontroluje, co kontroluje (teplota, ozančení)

USKLADNĚNÍ PŘEVZATÉ STRAVY

REGENERACE STRAVY

Proces ohřívání musí být odpovídající:

- ve středu potraviny je třeba do jedné hodiny po vyjmutí potraviny z chladničky dosáhnout teploty minimálně **75 °C**.
- Nižší teploty lze při ohřívání použít za předpokladu, že použité kombinace teploty a času budou odpovídat podmínkám likvidace mikroorganismů při ohřevu na teplotu 75 °C.

VÝDEJ STRAVY



Nutriční vyváženost a pestrost nabídky dietní stravy zajišťuje dodavatelský subjekt.

Pokrmby by měly být připravovány ze **základních** či **minimálně průmyslově zpracovaných potravin**, strava by měla co nejméně zatěžovat organismus nekvalitními tuky, cukry a nadměrným množstvím soli nebo přídatných látek.



Velice důležitá je i komunikace zařízení školního stravování a zákonných zástupců či strávnicka samotného. Komunikace by měla být oboustranná. Podrobnější informace o **Vnitřním řádu, Provozním řádu** a úpravách **HACCP** jsou uvedeny v **Obecné části metodiky**.

Vnitřní řád

Provozní řád a HACCP

Deklarace se zákonnými zástupci

V případě, že je možné individuálně dodavatelem uzpůsobit konkrétní typ diety.

Podrobné složení i u standardních pokrmů

Může samozřejmě fungovat i zajištění dietní stravy tak, že jsou zkombinovány různé způsoby, tedy například **dovoz** od jiného provozovatele stravovacích služeb v kombinaci s konzumací s **konzumací vhodné stravy, která je připravována v zařízení školního stravování jako běžný výběr pro všechny strávnicky.**



Dodavatelem stravy je v tomto případě zajištění dietního stravování jiný provozovatel stravovací služby (může se jednat o jiné zařízení školního stravování, nemocnici, lázně atd.).

Dodavatel je povinen řídit se zásadami platnými pro přípravu dietní stravy v rámci školního stravování.

Check list

Dovoz zchlazené dietní stravy

	ANO	NE
Potvrzení od lékaře.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Dokument upravující účast dítěte na dietním stravování, je-li vyžadován (např. písemná přihláška).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Smlouva zákonných zástupců nebo zařízení školního stravování s dodavatelem.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Smlouva o dovozu dietní stravy.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Deklarace o náhradách potravin, předání dodavateli.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Úprava vnitřního řádu.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Úprava provozního řádu.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Úprava HACCP.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vyčlenění a označení prostoru pro uchování dovezené zchlazené stravy. Nastavení teploty maximálně 4 °C.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	ANO	NE
Vyčlenění a označení skladovacích prostorů (a nádob) pro uchování dovezené stravy - součásti, které nejsou zchlazené a nevyžadují chlazení.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Funkční teploměr, sonda - pro kontrolu teploty pokrmů.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Proškolení personálu nutričním terapeutem v principech jednotlivých diet.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Proškolení personálu hygienikem v bezpečnosti provozu při poskytování dietní stravy.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Následující kroky:

- A.** 7.2. předpokládaná tisková konference ministra zdravotnictví
- B.** Uveřejnění metodiky na webu SZÚ, MTNT
- C.** Systematické vzdělávání a zajištění jednotného výkladu:
 1. školení hygieniků HDM
 2. školení nutričních terapeutů
 3. online semináře pro personál školních jídelen (od dubna)

Metodika

Poskytování dietní
stravy v rámci školního
stravování

Máme
to na
talíři

a není nám to jedno

*Joó super.
Proste mám
dietu*

*Kámo, to je
super, že si tu
taký. A cože
to jíš?*

Děkujeme za pozornost
Děkujeme za spolupráci

Při jakýchkoli nejasnostech, pochybnostech,
prosím o kontaktování:

alexandra.kostalova@szu.cz

605 883 418