

MĚŘENÍ KONCENTRACE SOLI V POLÉVKÁCH ŠKOLNÍHO STRAVOVÁNÍ V JMK V ROCE 2023

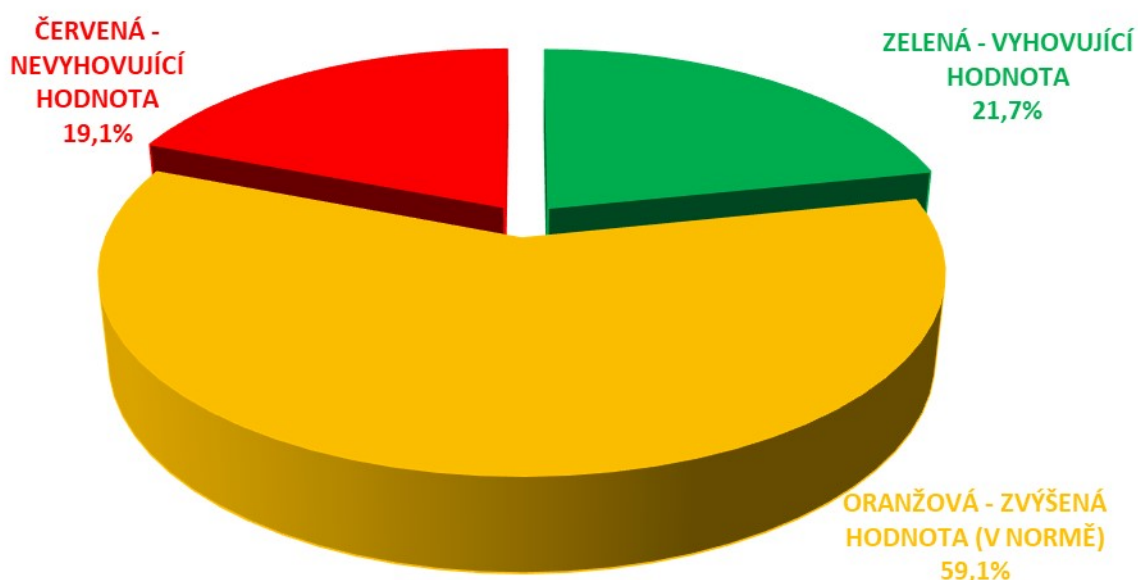
Školní stravování významným způsobem ovlivňuje stravovací návyky dětí, kompenzuje nedostatky stravování v rodině a zároveň je cestou k získání zkušenosti, která může být přenášena zpět do rodin. Nadměrné solení ve školním stravování se opakovaně ukazuje jako problém, který je nutné řešit, nejen popisovat. Nejedná se „pouze“ o zdravotní hledisko, ale i fakt, že děti jsou vždy považovány za zranitelnou skupinu ve společnosti s malým vlivem na rozhodnutí o jejich stravování. Nadbytek soli je jedním ze zásadních faktorů pro vznik a rozvoj vysokého krevního tlaku a souvisejících zdravotních komplikací, jakými jsou náhlé mozkové příhody, srdeční infarkty či osteoporóza.

Doporučená spotřeba soli je dle WHO u zdravé populace 5 g za den a u menších dětí je ještě nižší 1-3 roky - 2 g, 4-6 let - 3 g, 7-10 let - 4 g.

Závěr z měření:

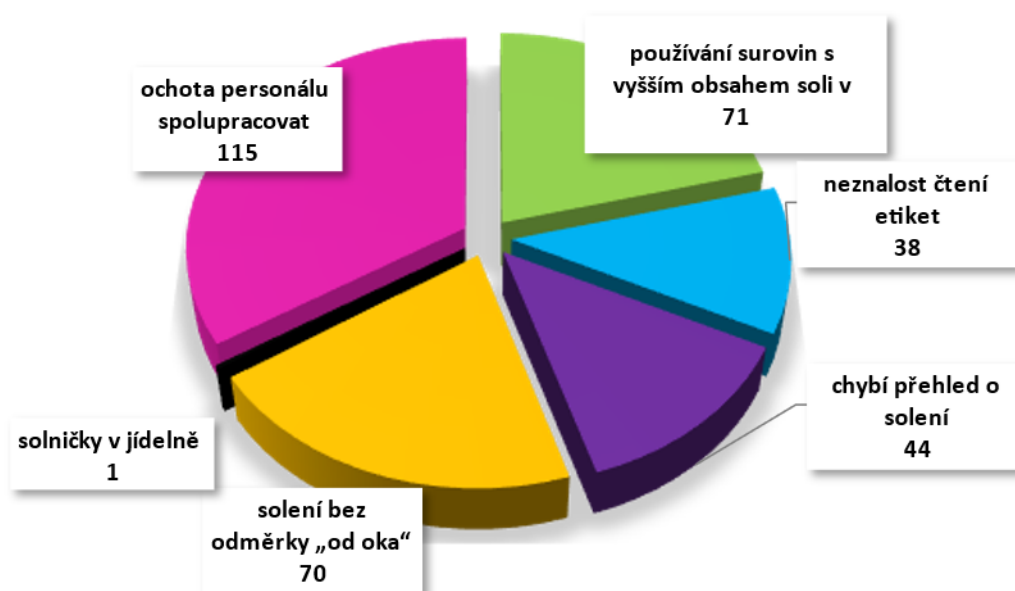
Celkem bylo analyzováno **115 vzorků** polévek ve stejném počtu školních jídelen.

Optimální **koncentrace soli je stanovena do 0,4 %.**



Dále bylo zjištěno:

obsah soli v porci polévky v %	0,22 % - 1,2 %
množství soli v polévce v g	0,33g – 2,75g
naplnění DDD v %	7,6 % - 48 %



Podstatným faktorem je i znalost praxe školní jídelny, kdy je ověřeno, že pokud se solí více polévka, je slanejší i hlavní chod, doplněk, případně přesnídávka a svačina. Argument má oporu ve studiích a v závěrech ze státního zdravotního dozoru. Rovněž je situace odvozená od faktu, že ve školním stravování stravu připravuje stabilní kolektiv v malém počtu.

Z výsledků státního zdravotního dozoru a lektorské činnosti zaměstnanců OOVZ ve školních jídelnách vyplývají tyto skutečnosti:

- při přípravě stravy je určujícím faktorem chuť finálního pokrmu, chuťová preference kuchaře, který pokrm připravuje či dochucuje
- ve školních jídelnách se používají instantní směsi a více druhová koření se solí – v této oblasti je velká rozmanitost v druzích i jejich množství použitým na přípravu pokrmu
- v nabídce školní jídelny se často jedná o vícesložkový pokrm připravovaný samostatně ve zvláštních nádobách, což zhoršuje přehlednost o množství soli ve finálním zkompletovaném pokrmu
- ve vedení dokumentace školních jídelen je častá neúplnost požadovaných informací – jednak o druhu potravin – chybí údaje o přesném množství použitých potravin, včetně soli, chybějící přesné normování na strážníka, absence počtu strážníků pro konkrétní výběr pokrmu či počet strážníků, pro který se připravuje polévka, chybějící odkaz na recepturu
- nevážení množství instantních směsí, koření a soli nebo odhad pomocí hrstí či „od oka“
- přetrvávající dochucování pomocí instantních výrobků
- ochutnávka jednou osobou bez znalosti a zkušenosti se správnou koncentrací soli
- neznalost číst etikety
- neznalost důvodu proč méně solit pro děti
- nesledování výrobní praxe personálu školní jídelny vedením školy

Cesta ke zlepšení je dlouhodobá. Dosažení cílových hodnot je výsledkem snažení více okruhů osob podílejících se na stravování dětí. V ruku v ruce by měla jít školní jídelna, pedagogové, rodiče, výrobci a dodavatelé potravin. Intervence odboru hygieny dětí a mladistvých cílí ke školní jídelně. Nástrojem ke změně výrobní praxe školních jídelen je edukace personálu přímo na místě a v okamžiku měření, po dovaření a za přítomnosti personálu, který polévku připravil a rovněž osob odpovědných za nákup a plánování jídelníčku.

*MVDr. Marcela Hadámková
ředitelka odboru HDM
KHS JmK se sídlem v Brně*