

Metodická podpora pro zařízení školního stravování

Inspirace v oblasti sestavování jídelních lístků

Jedním z cílů České školní inspekce v rámci inspekční činnosti v oblasti školního stravování je poskytovat školám, resp. pracovníkům školních jídelen, **inspiraci při sestavování jídelních lístků** tak, aby **škola nabízela stravování**, které bude nejen **respektovat předepsané výživové normy**, ale **nabízené pokrmy** budou zároveň **dostatečně atraktivní, pestré, nestereotypní** a založené na **využívání čerstvých surovin**. Takto koncipované jídelní lístky pak mohou významně podpořit zvýšení počtu dětí a žáků, kteří se ve školních jídelnách každodenně stravují.

K využití v tomto směru je **soubor vzorových jídelníčků** vydaných **Státním zdravotním ústavem** v rámci projektu [Zdravá školní jídelna](#). Dokumenty vzniklé v rámci tohoto projektu jsou k dispozici [zde](#). Na uvedeném odkazu jsou pak k dispozici nejen vzorové jídelníčky, ale i kompletní doprovodné informace pro školní jídelny. Ty mohou při sestavování jídelních lístků využívat také další informace vydané Státním zdravotním ústavem prostřednictvím materiálu [Rádce školní jídelny](#).

Preferování čerstvých potravin, pokud možno z lokálních zdrojů a s využitím sezónního ovoce a zeleniny, je dle dokumentu Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy ČR [Metodická pomoc k zajištění kvalitního školního stravování](#) jedním z identifikátorů kvality školní stravovací služby. U surovin s dohledatelným místním původem pak bude mít škola kontrolu nad kvalitou daného zboží, místní sezónně nabízené ovoce a zelenina nemusejí dozrávat chemicky ošetřené ve skladech, místně specifické potraviny v sobě skrývají mnohem větší škálu chutí a se zvýšenou kvalitou vstupních surovin je zároveň podporováno lokální zemědělství a tím i rozvoj celého regionu. Výživové potřeby těla se během roku zásadně nemění, a tudíž se ani jídelníčky v jednotlivých ročních obdobích nebudou příliš lišit. Přesto je vhodné při jejich sestavování respektovat potřeby organismu.

Tento metodický materiál České školní inspekce pak zprostředkovává rovněž **příklady jídelníčků** několika konkrétních škol, které mohou být **přenositelnou inspirací** pro ostatní (konkrétní jídelní lístky jsou přílohami tohoto dokumentu). Tyto jídelní lístky sestavili pracovníci školních jídelen i s využitím méně obvyklých druhů obilovin, ovoce, zeleniny a dalších potravin a **splňují obě výše uvedená kritéria**, tedy **jak nutriční vyváženost, tak faktor atraktivity** pro strávníky.