

VYSOKÁ ŠKOLA OBCHODNÍ A HOTELOVÁ

Studijní obor: Management hotelnictví a cestovního ruchu

Petra SLÁMOVÁ

AKTUÁLNÍ PROBLEMATIKA ŠKOLNÍHO  
STRAVOVÁNÍ A JEHO VÝZNAM

ACTUAL ISSUE OF THE SCHOOL DINING AND ITS MEANING

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Vedoucí bakalářské práce: Ing. Zdeněk Málek, Ph.D.

Brno, 2017

# VYSOKÁ ŠKOLA OBCHODNÍ A HOTELOVÁ

Ústav gastronomie

Akademický rok: 2016/2017

## ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Jméno a příjmení studenta: Petra SLÁMOVÁ

Osobní číslo: 13262058

Studijní program: Gastronomie, hotelnictví a turismus

Studijní obor: Management hotelnictví a cestovního ruchu

TÉMA PRÁCE: AKTUÁLNÍ PROBLEMATIKA ŠKOLNÍHO STRAVOVÁNÍ A JEHO VÝZNAM

TÉMA PRÁCE V AJ: ACTUAL ISSUE OF THE SCHOOL DINING AND ITS MEANING

### Cíl stanovený pro vypracování BP

1. Teoretická část BP:

V teoretické části rozeberte obsah problematiky školního stravování v České republice se zaměřením na platné normy s důrazem na spotřební koš.

2. Praktická část BP:

- Analytická část
  - V praktické části, na základě spolupráce s vybranou školní jídelnou, zjistěte reálný stav stravování v konkrétní škole, analyzujte naplňování požadavků spotřebního koše, ekonomickou nákladovost a její dostatečnost z hlediska stanovené finanční částky. Pozornost věnujte i strážníkům a zaměstnancům stravovacího zařízení, zejména z hlediska názorů na konzumovanou stravu, spokojenost nebo nespokojenost stravovaných.
- Návrhová část
  - Na základě výsledků analytické části navrhnete a zdůvodnete opatření ke zkvalitnění stravování včetně stanovení ekonomické nákladovosti.

Při zpracování BP vycházejte z pomůcky vydané VŠOH Brno.

Rozsah bakalářské práce bez příloh: 2 AA

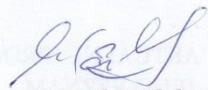
Forma zpracování bakalářské práce: tištěná i elektronická

Seznam doporučené literatury:

- [1] Česká republika. Vyhláška č. 107/2005 Sb., o školním stravování. In: 107/2005 Sb. 2005.
- [2] Česká republika. Vyhláška, kterou se mění vyhláška č. 107/2005 Sb., o školním stravování, ve znění pozdějších předpisů. In: č. 17/2015 Sb. 2015
- [3] VOLDŘICH, Michal, JECHOVÁ, Marie a kol. Bezpečnost pokrmů v gastronomii. 1. vyd. Praha: České a slovenské odborné nakladatelství, s.r.o., 2004. ISBN 80-903401-0-5

Další literatura dle doporučení vedoucí/ho bakalářské práce.

Vedoucí bakalářské práce:

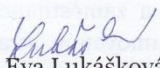
  
Ing. Zdeněk Málek, Ph.D.  
Ústav Gastronomie  
podpis vedoucího BP

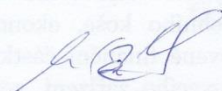
Datum zadání bakalářské práce: 1. května 2016

Termín odevzdání bakalářské práce: 14. dubna 2017

V Brně dne: 12. dubna 2016

VYSOKÁ ŠKOLA  
OBCHODNÍ A SLUŽEBNÍ s.r.o.  
Bosonožská 9, 625 00 Brno

  
Ing. Eva Lukášková, Ph.D.  
vedoucí ústavu

  
Ing. Zdeněk Málek, Ph.D.  
prorektor pro vzdělávací činnost

## Identifikační údaje práce

Jméno a příjmení autora:	Petra Slámová
Název bakalářské práce:	Aktuální problematika školního stravování a jeho význam
Název bakalářské práce v AJ:	Actual Issue of the School Dining and its Meaning
Obor:	Management hotelnictví a cestovního ruchu
Vedoucí bakalářské práce:	Ing. Zdeněk Málek, Ph.D.
Rok obhajoby:	2017

## **ANOTACE**

Bakalářská práce nabízí ucelený přehled základních informací o aktuální problematice školního stravování s ohledem na jeho význam. Práce je zaměřena převážně na analýzu vybrané školní jídelny s dopadem na celý systém v rámci výchovy, prostředí a stravovacích návyků, které mládež využívá již od útlého věku. Hlavní zájem je věnován problematice spotřebního koše a jeho využitelnosti v rámci všech požadavků na správný chod celé společnosti, ekonomické situace a na správný vývoj všech strážníků.

This thesis offers a comprehensive overview of basic information about actual issue of the school dining and its meaning. The text focuses mostly on the analysis of a chosen school canteen with the impact on the whole system of education, environment, and boarding routines of youths from their early age. The main subject is the consumption basket and its usage in the context of demands for proper function of the whole society, economical situation, and correct development of all boarders.

## **KLÍČOVÁ SLOVA**

školní stravování, spotřební koš, výživa, pitný režim, HACCP

school boarding, consumption basket, nutrition, drinking mode, HAACP

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci *Aktuální problematika školního stravování a jeho význam* vypracovala samostatně pod vedením *Ing. Zdeňka Málka, Ph.D.* a uvedla v ní všechny použité literární a jiné odborné zdroje v souladu s aktuálně platnými právními předpisy a vnitřními předpisy Vysoké školy obchodní a hotelové.

V Brně dne

.....

Petra Slámová

Ráda bych poděkovala Ing. Zdeňku Málkovi, Ph.D. za cenné rady, věcné připomínky a vstřícnost při konzultacích a vypracování bakalářské práce. Mé poděkování patří též navštíveným školám za ochotu a spolupráci při získávání údajů pro výzkumnou část práce. Děkuji také své rodině za podporu při psaní práce, ale také v době celého studia.

# OBSAH

Anotace .....	5
Klíčová slova .....	5
Obsah .....	8
Úvod.....	10
1    Základní pojmy o výživě a stravování .....	12
2    Základní charakteristika a význam školního stravování.....	14
3    Historie školního stravování .....	15
4    Současné školní stravování .....	17
4.1    Čím se musí školní jídelny řídit a co musí splňovat .....	17
4.1.1    HACCP.....	18
4.1.2    Spotřební koš.....	19
4.2    Finanční limity a financování stravování .....	20
5    Výživa.....	22
5.1    Zdravá výživa.....	22
5.2    Základní složky výživy člověka.....	23
5.2.1    Sacharidy (cukry) .....	23
5.2.2    Lipidy (tuky).....	23
5.2.3    Proteiny (bílkoviny) .....	24
5.2.4    Minerální látky .....	24
5.2.5    Vitamíny .....	25
5.2.6    Voda a pitný režim .....	25
5.3    Výživové DDD.....	26
5.4    Potravinová pyramida .....	26
6    Výživa dětí a mládeže.....	28
6.1    Problematika výživy u dětí a mládeže .....	28



6.2	Výživa dětí a mládeže z psychologického hlediska.....	29
6.2.1	Sociální faktory ve školním stravování.....	30
6.2.2	Vliv vnějších podmínek na průběh stravování.....	30
7	Úvod do praktické části.....	31
7.1	Cíle bakalářské práce.....	31
7.2	Hypotézy bakalářské práce.....	31
7.3	Metodika bakalářské práce.....	32
8	Výsledky výzkumu.....	33
8.1	Dotazníkové šetření – vedoucí školních jídelen.....	33
8.2	Dotazníkové šetření – strážníci školních jídelen.....	40
8.2.1	Představení školní jídelny X.....	41
8.2.2	Představení školní jídelny Y.....	41
8.3	Anketa – oslovování rodičů.....	49
8.4	Ekonomická nákladovost.....	52
9	Hodnocení hypotéz.....	54
10	Shrnutí.....	56
11	Návrhová část.....	58
	Závěr.....	59
	Použité zdroje.....	61
	Seznam obrázků, grafů a tabulek.....	63
	Seznam zkratk.....	64
	Seznam příloh.....	65

## ÚVOD

Bakalářská práce se zabývá problematikou aktuálního školního stravování se všemi klady a zápory, které jídelny ovlivňují.

V teoretické části je rozebrán obsah problematiky školního stravování v České republice včetně platných norem, které jsou školní jídelny nuceny dodržovat. Školní stravování je velmi důležitou součástí plnohodnotného rozvoje dospívajících dětí. Představuje významnou součást společného stravování. Jedná se o zajišťování základního, popřípadě doplňkového stravování vymezeného okruhu spotřebitelů nebo strážníků. Významem školního stravování je poskytnout stravu v optimální kvalitě a stavbě a uplatňovat racionální výživu, která udržuje zdravý stav člověka.

Počátky školního stravování zasahují již do doby po 2. světové válce, kdy se školní strava značně odlišovala od stravy dnešní. Již po několika letech zavedení školní stravy byl zaznamenán pozitivní vliv na zlepšení zdravotního stavu žáků.

Školní jídelny se mimo jiného musí hlavně řídit vyhláškou o školním stravování, která je v mnohém ovlivňuje, byť ne vždy pozitivně. Jídelny musí mít vypracovaný i přesný a velmi náročný systém důležitých hygienických a výrobních postupů v souladu s českými a evropskými předpisy. Kromě zmíněného jsou také jídelny velmi ovlivňovány finančními limity a celkovým financováním stravování.

Nejedná se ale jen o správné zajišťování stravy ze strany školních jídelen. Výživa dítěte jako taková je podmiňována výživovými zvyklostmi rodiny, které dítě přijímá do svého podvědomí a na jejichž základě si vytváří základy vlastních stravovacích návyků. Často jsou tyto návyky ovlivňovány i sociálními faktory, jež se promítají do celého kolektivu. Podle věkového období strážníků s tímto také často souvisí sociální ambice spojené s módou, emočními stresy či pouze touhou zapadnout do kolektivu. Kromě sociálních faktorů ovlivňují strážníky i vnější podmínky, co se týče průběhu stravování. Ve školním stravování je to hlavně prostředí a okolí jídelny, kde strážník pokrmy konzumuje.

V praktické části práce je na základě spolupráce s vybranými školními jídelnami zjišťován reálný stav stravování v konkrétních školách. Formou dotazníkového šetření se analyzuje naplňování požadavků legislativního nařízení s důrazem na naplňování požadavků

spotřebního koše. Kromě zmíněného je pozornost věnována ekonomické nákladovosti a její dostatečnosti z hlediska stanovené finanční částky, stejně jako i nejdůležitější začleněné skupině školního stravování, a to strávnickům. Důraz je kladen zejména na hledisko názorů na konzumovanou stravu, spokojenost či nespokojenost strávnicků s odebíranou stravou i na celé okolní prostředí, které je může při stravování ovlivňovat.

Na základě výsledků analytické části je navrženo a zdůvodněno opatření vedoucí ke zkvalitnění stravování.

# 1 ZÁKLADNÍ POJMY O VÝŽIVĚ A STRAVOVÁNÍ

K jednomu z nejdůležitějších činitelů vnějšího prostředí, který výrazně ovlivňuje zdraví člověka, patří výživa. Pojmem výživa se rozumí veškeré přijímání základních živin, potřebných každému tělu. Mimo přísun živin, které jsou významné pro správný vývoj a zdraví těla a uspokojování základních fyziologických potřeb, je výživa brána i jako životní styl. Vliv daného životního stylu se projevuje na vývoji ještě před narozením a nejdůležitější je v době růstu a vývoje každého jedince. Vše sloužící k výživě organismu je nazýváno potravou. Lidská potrava se označuje jako poživatina. Poživatiny se dále dělí na:

- Potraviny – poživatiny, které mají výživovou hodnotu a jejichž hlavní funkcí je přísun živin a energie organismu. Jsou to poživatiny rostlinného a živočišného původu, které se mohou podávat v nezměněném nebo upraveném stavu.
- Pochutiny – poživatiny, které se konzumují spíše pro naplnění psychických potřeb než potřeb fyziologických. Řadí se mezi ně hlavně koření, sůl, hořčice, ocet aj. Některé pochutiny mají ve svém obsahu povzbuzující látky, např. káva nebo čaj. Hlavní odlišností od potravin tvoří skutečnost, že pochutiny neobsahují prakticky žádnou výživovou hodnotu.
- Lahůdky – tvoří přechodnou skupinu mezi pochutinami a potravinami. Mají spíše smyslovou – psychickou – potřebu, ale zároveň obsahují podíl výživové hodnoty a obsah energie.
- Nápoje – obvykle bývají zařazovány do samotné skupiny poživatin. Tyto poživatiny slouží jako prostředek k zahnání žízně a k zásobování organismu vodou. Podle zákona o potravinách jsou nápoje brány jako potraviny.

Dále se poživatiny rozdělují dle různého charakteru, které člověk objevoval s vývojem lidstva po staletí, z hlediska přípravy. Rozdělení těchto poživatin závisí na úpravě, tepelném zpracování, doby, kdy je poživatina konzumovaná, apod.

Jídlo – vhodná sestava pokrmů, připravována a konzumovaná v určitou dobu. Příkladem může být rozdělení jídel, a sice: snídaně, svačina, oběd a večeře. Jídla, která se konzumují v odlišném čase, než je běžné, nebo ve významných dnech, jako mohou být např. svátky, jsou označovány jako tzv. sestava jídel.

Strava – označuje se jako sestava denních jídel, soustava všeho, co člověk zkonsumuje v určitém časovém intervalu, v dlouhodobém a pravidelném měřítku. Příkladem může být druh a orientace poživatin, např. veganská strava, vegetariánská strava, makrobiotická strava aj.

Pokrm – potravina upravená ke konzumaci, a to buď tepelným, nebo jiným zpracováním tak, aby byla připravena k přímému požívání.

Příkrm – je považován za součást pokrmu, bez kterého by tento nebyl úplný. Většinou je přidáván k masitým pokrmům a představit si ho lze v podobě brambor, těstovin, rýže atd.

Příloha – doplněk pokrmu, který však není jeho nezbytnou součástí. Jedná se výhradně o zeleninu, a to v množství takovém, že má spíše estetický význam, a nikoli výživový.

Dieta – pod tímto pojmem se v mezinárodní terminologii označuje strava jako taková. Nicméně dieta se dá chápat také ve spojitosti s významem léčebné diety, což je strava osob s aspektem různých akutních onemocnění (pouze po určitou dobu) či chronických onemocnění (dlouhodobých až celoživotních), např. bezlepková nebo diabetická dieta. Taková strava je pak přizpůsobena určité nemoci a jsou z ní odstraněny látky nežádoucí pro daný organismus.

Jídelníček – plán stravy na dlouhodobý časový interval (den, týden, měsíc aj.), který zahrnuje sestavy jídel a pokrmů. Vypracovaný jídelníček zahrnuje pestrost stravy a vyvážený přísun živin tak, jak je na daného jedince sestavován. Jídelníček bývá sestavován na místech, kde člověk výhradně konzumuje v delším nebo pravidelném časovém intervalu, např. v nemocnicích, školách atd.

Jídelní lístek – sestava pokrmů, která je nabízena ve stravovacích zařízeních ke konzumaci, např. v restauraci. Jedinec si vybírá pokrm dle vlastního úsudku a většinou se řídí pouze chuťovými vjemy – na rozdíl od jídelníčku, kde jsou pokrmy vůči jedinci přesně definovány. (Hoza, 2012)

## **2 ZÁKLADNÍ CHARAKTERISTIKA A VÝZNAM ŠKOLNÍHO STRAVOVÁNÍ**

Školní stravování představuje významnou součást společného stravování. Jedná se o zajišťování základního, popřípadě doplňkového stravování vymezenému okruhu spotřebitelů neboli strávníků. Mezi strávníky školních jídelen se řadí děti, žáci, studenti a další osoby, kterým je poskytováno stravování v rámci hmotného zabezpečení, plného přímého zaopatření nebo v rámci preventivně výchovné péče formou služeb. (Katzová, 2008)

Školní stravování se mimo jiné řídí i výživovými normami a také rozpětím finančních limitů na nákup potravin. Z toho strávník hradí pouze část skutečné ceny jídel.

Pokrmu jsou připravovány podle receptur vyhovujícím školnímu stravování, které přihlížejí k různým potřebám výživy s ohledem na věk a fyzickou zátěž dítěte. Pokrmu jsou dále připravovány v souladu s doporučenými denními dávkami (DDD) a spotřebním košem, který je rovněž rozdělen do čtyř kategorií podle věku strávníků.

Významem školního stravování je poskytovat stravování v optimální kvalitě a stavbě, uplatňovat racionální výživu, která udržuje dobrý zdravotní stav člověka a tím příznivě ekonomicky přispívá celé společnosti. Kromě racionální výživy je velmi důležitým významem zajišťování základního – sytícího – stravování dítěte, neboť je dle průzkumů prokázáno, že oběd ve školní jídelně je často jediným teplým jídlem dítěte za celý den. V neposlední řadě je významem školní jídelny funkce výchovná. Školní stravování upevňuje správné nutriční a společenské návyky. Řídí se DDD, které přispívají k zdravému životnímu stylu a snaží se i vytvářet správné návyky stolování. (Mlejnková, 2009)

### 3 HISTORIE ŠKOLNÍHO STRAVOVÁNÍ

Školní stravování má na území České republiky dlouholetou tradici. Skromné počátky se datují do doby po 2. světové válce. Kolem roku 1950 se ve školách začalo podávat mléko a někde i vydatné svačiny. V prvních kuchyních byla jídla připravovaná na klasických kamnech, což bylo velmi náročné. Oběd zahrnoval pouze polévku nebo mléko s chlebem. Vaření v tehdejších poměrech bylo velmi náročné i proto, že na trhu chybělo kvalitní maso, ale také ovoce a zelenina.

Po roce 1950 začaly být zřizovány první školní jídelny jako takové, a to i kvůli výraznému vzrůstání zaměstnanosti žen. Tyto jídelny zajišťovaly základní, popřípadě doplňkové stravování žákům a později i zaměstnancům škol. Hlavním důvodem vzniku školních jídelen, kromě uspokojování výživových potřeb, byla snaha o zacelení válečných ran, mimo jiné i právě obnovení školství a správné výživy. Školní stravování mělo pomáhat v péči o děti v době, kdy jsou ve škole, a celkově zajistit lidský život snazší a smysluplnější.

Školní jídelny nejprve vznikaly jako dobrovolná zařízení, výhradně z vlastní iniciativy škol, obcí nebo rodičů, a to pouze ojediněle. Na úhradu nákladů na suroviny i platy kuchařek přispívaly místní národní výbory i jiné místní organizace. Ve prospěch školního stravování byly také pořádány různé zábavy a z vybraných peněz se hradily právě platy kuchařek nebo obědy pro sociálně nejslabší děti. (Šulcová, Strosserová, 2008)

V roce 1953 vešla v platnost první vyhláška ministerstva školství a kultury, která určovala pravidla pro provozování školního stravování a také zavazovala orgány státní správy a samosprávy, včetně škol různých stupňů. Mimo jiné také určovala zabezpečování, možný rozvoj a financování.

Již v roce 1954 byl zaznamenán značný pozitivní vliv školního stravování na zlepšení zdravotního stavu žáků.

Dalším významným rokem pro zkvalitnění těchto institucí byl rok 1963, kdy byly, opět ministerstvem školství, vyhlášeny výživové normy pro školní stravování. I toto napomohlo k dalšímu rozvoji a střediska školního stravování se hromadně zřizovala v okresech a později i v krajích. (Věříšová, Šulcová, 2006)

Tento kvantitativní rozvoj probíhal od sedmdesátých let a skončil rokem 1989. V této době bylo stravování ve školních jídelnách nejrozšířenější a všeobecně nejvyužívanější formou společného stravování. Rok 1989 se mimo ekonomické, politické a sociální změny projevil změnami i v oblasti školního stravování. Výrazně se zvýšila kvalita poskytovaných služeb, podstatně se rozšířila nabídka surovin a také se k přípravě pokrmů a jejich distribuci začaly využívat modernější stroje a zařízení. (Mlejnková, 2009)



## 4 SOUČASNÉ ŠKOLNÍ STRAVOVÁNÍ

Většina školních jídelen se po roce 1990 stala součástí škol, i když některé velké jídelny stále zůstaly samostatnými právními subjekty. Většina škol má vedoucího jídelny, který je podřízen řediteli školy. Ten poté zpravidla určuje rozpočet pro jídelnu a vedoucí jídelny mnohdy nemůže ovlivnit ani nákup potravin. Vzhledem k úsporným opatřením jsou neustále snižovány počty pracovníků a ti prakticky pracují za minimální mzdu. Přilepšení oproti minulosti je v lepších dodávkách potravin a lepším technickém vybavení. I proto se rozšířila nabídka jídel.

### 4.1 Čím se musí školní jídelny řídit a co musí splňovat

Školní jídelny musí mít vypracovaný přesný a velmi náročný systém důležitých hygienických a výrobních postupů v souladu s českými a evropskými předpisy. Školní jídelny se mimo jiné řídí základními předpisy obsaženými ve školském zákoně (zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání), hygienickými předpisy i řadou dalších, jako je např. bezpečnost práce. (<https://vyzivadeti.cz/pro-rodice/hodi-se-vedet/cim-se-musi-skolni-jidelny-ridit/> [online], 2016)

Školní jídelny se ale hlavně řídí vyhláškou Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy č. 107/2005 Sb., o školním stravování. Dle této vyhlášky a úvodního ustanovení se školním stravováním rozumí stravovací služby pro děti, žáky, studenty a další osoby, jimž je poskytováno stravování v rámci hmotného zabezpečení, plného přímého zaopatření, nebo v rámci preventivně výchovné péče formou celodenních služeb nebo internátních služeb.

Školní stravování je zabezpečováno zařízením školního stravování nebo jinou osobou, která poskytuje stravovací služby. Případ, kdy stravování zabezpečuje jiná osoba poskytující stravovací služby, se objevuje pouze výjimečně, pokud nelze tyto služby zajistit v prostorách školního stravování.

Dle vyhlášky jsou stanoveny i typy zařízení školního stravování, a to tyto:

- a) školní jídelna
- b) školní jídelna – vývařovna
- c) školní jídelna – výdejna

Školní stravování vykonává svou činnost v provozovnách, jimiž se rozumí každý samostatný soubor místností a prostor, ve kterém jsou uskutečňovány stravovací služby. Školní jídelna vydává jídla, která sama připravuje, ale také může připravovat jídla, která vydává výdejna. (Katzová, 2008)

Rozsah služeb poskytovaných strávníkům musí odpovídat zásadám zdravé výživy a prodávaný sortiment nesmí obsahovat alkoholické nápoje a tabákové výrobky. V rámci rozsahu služeb vyhláška definuje jednotlivé druhy jídel, a to následujícím způsobem:

- a) hlavní jídla: oběd a večeře
- b) doplňková jídla: snídaně, přesnídávka, svačina a druhá večeře
- c) oběd: polévka nebo předkrm, hlavní chod, nápoj a případně doplněk (salát, dezert, ovoce)
- d) večeře: hlavní chod, nápoj a případně doplněk (salát, dezert, ovoce)

Každé uvedené jídlo je poskytováno nanejvýš jednou denně s tím, že každý nezletilý žák, který má jídlo zaplacené, má právo na odebrání oběda. (Vyhláška č. 107/2005 Sb., o školním stravování)

Jídelní lístky zpravidla sestavují vedoucí školních jídelen za spolupráce vedoucí kuchařky. Jídla musí odpovídat zásadám zdravé výživy a technickým a personálním možnostem daného zařízení; hlavně musí být v souladu se spotřebním košem a DDD. Jídla by měla být pestrá, nápaditá, moderní a pěkně vypadající.

Dozorem nad činností zařízení školního stravování jsou pověřeny orgány České školní inspekce. Vzhledem k vysokému počtu školních jídelen jsou ale kontroly prováděny v intervalech asi 3–4 let. Dodržováním hygienických požadavků se zabývají orgány hygienických služeb. (<https://vyzivadeti.cz/pro-rodice/hodi-se-vedet/cim-se-musi-skolni-jidelny-ridit/> [online], 2016)

#### **4.1.1 HACCP**

Systém kritických bodů či analýza nebezpečí HACCP vychází z anglického názvu Hazard Analysis and Critical Control Points. Hazard vyjadřuje riziko nebo nebezpečí vzniku nákazy či jinou újmu na zdraví jedince. Analysis značí analýzu pravděpodobnosti vzniku kontaminace pokrmů; také se hodnotí závažnost dané možné kontaminace a důvod, proč k nákaze došlo. Analyzují se rizika a vznikají kritické kontrolní body – Critical Control Points – které označují konkrétní fázi výroby, v níž může nastat riziko kontaminace potravin.

Zavedení kritických bodů založených na principech HACCP v provozovnách je zákonem stanovená povinnost. Všechny potravinové řetězce jej musí využívat a řídit se jimi. (Mortimore, Wallace, 2015)

Správně zavedený systém HACCP snižuje riziko přípravy zdravotně nějak závadného pokrmu. Cílem a smyslem zavádění není vytvoření dokumentů a vedení záznamů, ale provedení analýzy nebezpečí. Všichni pracovníci provozovny by si měli být vědomi jednotlivých kroků, ve kterých může nastat riziko zdravotního nebezpečí a v nichž by měla být zajištěna prevence. Zavedení spočívá ze strany provozovatele v projití si všech činností, které se vykonávají na pracovišti, a také sortimentu. Provozovatel se snaží najít, co by se mohlo stát a jak by se dalo riziku předejít. Provozovatel si stanoví kritické body dle svého rozhodnutí a ty pravidelně kontroluje a o změnách si vede záznamy. Na konci zavádění systému je vypracovaná stručná příručka kritických bodů. (Voldřich, 2004)

#### **4.1.2 Spotřební koš**

Jak již bylo zmíněno, školy se musí řídit vyhláškou o školním stravování. V této vyhlášce jsou uvedeny výživové normy pro školní stravování v podobě tzv. spotřebního koše. Ten určuje, jaké výživové požadavky by měla splňovat jídla podávaná ve školní jídelně, a legislativně stanovuje určité skupiny potravin. Dodržování těchto norem je pro jídelny závazné. Pravidelně jsou školní jídelny kontrolovány zřizovatelem a Českou školní inspekcí a hygieniky.

Spotřební koš obsahuje deset základních potravin (maso, ryby, mléko, mléčné výrobky, volné tuky, volný cukr, zelenina, ovoce, brambory, luštěniny) s jejich průměrným doporučeným množstvím v gramech na jednoho strávnicka a den a jsou rozděleny do čtyř věkových kategorií. Spotřební koš se vypočítává za měsíční období, a to v množství jednotlivých potravin „jak nakoupeno“, a tudíž je do něj zahrnut i přirozený odpad dalším zpracováním.

Množství jednotlivých potravin či komodit je tolerováno  $\pm 25\%$ . V případě tuků a cukrů tato tolerance neplatí, množství tuků a cukrů představuje horní hranici, která se dá snížit. Spotřeba rostlinných a živočišných tuků by měla být v poměru cca 1 : 1 s důrazem na zvyšování podílu tuků rostlinných. V případě ovoce, zeleniny i luštěnin může být procentuální tolerance navýšena nad horní hranici. Součástí stravování by měl být vždy i nápoj a měly by být zahrnovány do jídelníčku kompoty a zeleninové saláty. (Vyhláška č. 107/2005 Sb., o školním stravování)

Přehled spotřebního koše se všemi komoditami a s jejich rozbohem uveden v příloze č. 1 Spotřební koš.

## 4.2 Finanční limity a financování stravování

Finanční normativ na nákup potravin je pevně legislativně předepsán dle dané věkové skupiny. Strávníci se i v tomto případě rozdělují do čtyř věkových kategorií, kam jsou zařazeni na dobu školního roku, ve kterém dosahují věku dle níže uvedené tabulky. Školní obědy jsou v České republice výrazně dotovány, a to až do výše 60 % ceny oběda. Běžná cena nákladů na potraviny na jeden oběd se pohybuje kolem 20 Kč, ale to je jen část ceny z celkové ceny oběda, která zahrnuje i další náklady. (Syslová, 2015)

Cena obědů tedy zahrnuje tři části:

- Finanční náklady na nákup potravin – ty jsou hrazené strávníkem, popř. jeho zákonným zástupcem
- Mzdové režie – dotované státem prostřednictvím MŠMT
- Věcné režie – náklady na provoz, zahrnuje vybavení, energie atd. Ty jsou dotované státem, krajem a obcí.

Tabulka č. 1

Věkové kategorie strávníků	Finanční limity Kč/den/strávník
<b>1. Strávníci do 6 let</b>	
Oběd	14,00–25,00
<b>2. Strávníci 7–10 let</b>	
Oběd	16,00–32,00
<b>3. Strávníci 11–14 let</b>	
Oběd	19,00–34,00
<b>4. Strávníci 15 a více let</b>	
Oběd	20,00–37,00

Zdroj: Finanční limity na nákup potravin, Příloha č. 2 k vyhlášce č. 107/2005 Sb., vlastní zpracování

Dle přílohy č. 2 k vyhlášce o školním stravování se finanční limity týkají cen za nákup potravin. Celá výsledná částka se zaokrouhluje nahoru. (Vyhláška č. 107/2005 Sb., o školním stravování)

## 5 VÝŽIVA

Jak již bylo v práci zmíněno, patří výživa k jednomu z nejdůležitějších činitelů vnějšího prostředí. Výživa je souhrn procesů zajištěný stravováním potřebným k uspokojování jedné ze základních potřeb člověka. Prostřednictvím výživy člověk získává energii a hmotu potřebnou ke své existenci a správný chod životních funkcí. Lidská výživa má ve vývoji lidské společnosti významnou úlohu. (Mlejnková, 2009)

Výživa je úzce spjata i s prostředím, ve kterém se každý vyskytuje. Uspokojení potřeby výživy se mění dle geografické polohy, z níž vyplývá zemědělská produkce a pro ni typické plodiny i hospodářská zvířata. Dále výživu ovlivňuje z velké část náboženství, místní uznávané zvyklosti, ale i celý historický a kulturní vývoj dané oblasti. Mezi jednotlivci se pak odvíjí zvyklosti výživy z faktorů, jako je výchova, rodinná tradice, věk, zdravotní potíže, životní styl atd. (Mlejnková, 2009)

### 5.1 Zdravá výživa

V posledních letech je téma zdravé výživy velice populární, nicméně řada lidí stále neví, jak správně zdravé stravovací návyky praktikovat. „*Množství článků o zdravé výživě a hubnutí je nekonečné, ale s jejich kvalitou je to horší.*“ (Kunová, 2011) Televizní pořady se snaží pouze zvýšit sledovanost a neustálé opisy podobných textů jen rozředují informace, ve kterých se čtenář začíná ztrácet. Neustálé zvyšování počtu oběžných upozorňuje na to, že je stále co zlepšovat.

Zdravá výživa je důležitá z hlediska možnosti výskytu civilizačních chorob, které se v poslední době objevují stále častěji. Genetická výbava a prostředí, ve kterém žijeme, ovlivňují možný výskyt chorob. Správná a zdravá výživa sice neovlivní genetickou složku, ale má velký vliv na úplné potlačení či oddálení výskytu chorob, jako je např. diabetes, ateroskleróza či hypertenze, nebo mnoha typů nádorových onemocnění. V rámci zdravé výživy je důležité dodržet správný stravovací režim. Správná a zdravá výživa nenařizuje úplné vyřazení spousty potravin, ale rozumnou konzumaci všech potravin, s výjimkou omezení konzumace uzenin a sladkostí, bez nichž se lidské tělo obejde. Je důležité dbát na to, že veškerá přijímaná potrava by neměla být jen vyvážená, ale také přijímaná v pravidelnou dobu s dodržáním přestávek mezi jídly a s dostatečným přísunem tekutin. (Kunová, 2011)

## 5.2 Základní složky výživy člověka

Základní složky výživy člověka se označují jako živiny. Ty se dále dělí na makronutrienty a mikronutrienty. Makronutrienty „jsou nositeli energie, patří mezi ně proteiny (bílkoviny), lipidy (tuky), sacharidy (cukry). Jejich doporučený tzv. „energetický trojpoměr základních živin“ znamená, že na celkovém energetickém příjmu by se měly u zdravých dospělých osob s obvyklou fyzickou aktivitou proteiny podílet 12–15%, lipidy do 30 % a sacharidy zbylými 55–65 %.“ (Svačina, 2008, s. 27) Mikronutrienty se dělí na minerální látky a vitamíny.

### 5.2.1 Sacharidy (cukry)

K nejdůležitějšímu zdroji energie patří sacharidy, jejich další biologický význam je nepatrný. „Některé typy buněk, jako neurony v nervovém systému nebo erytrocyty, jsou na přívod sacharidů odkázány.“ (Keller, 1993, s. 31) Pokud se přijatá energie nespotřebuje, ukládá se v těle ve formě tuků. Příliš vysoký příjem jednoduchých cukrů je však nebezpečný z důvodu vzniku různých onemocnění či jen způsobení zubního kazu. Přívod sacharidů z potravy však není nezbytný, jelikož se tyto mohou nově syntetizovat v organismu z aminokyselin.

Základ sacharidů tvoří tzv. cukerné jednotky složené z velké skupiny chemických látek. Dle počtu těchto cukerných jednotek se sacharidy dělí na tři základní skupiny – monosacharidy, oligosacharidy a polysacharidy. Monosacharidy obsahují pouze jednu cukernou jednotku a řadí se k nim např. glukóza (hroznový cukr) a fruktóza (ovocný cukr). Oligosacharidy obsahují 2–10 stejných nebo i jiných monosacharidů, patří k nim např. laktóza (mléčný cukr) nebo sacharóza (řepný cukr). Obsah polysacharidů tvoří více než 10 monosacharidů, jde např. o škrob či celulózu. Doporučená dávka celkové energetické hodnoty sacharidů v potravě je asi 55–60 %, a to hlavně ve formě polysacharidů. (Blatná, 2005)

### 5.2.2 Lipidy (tuky)

Další živinou, která přináší našemu organismu hlavně energii, jsou tuky. Tuky se získávají ze zdrojů živočišných i rostlinných. Máslo, mléčné výrobky, maso a masné výrobky, ryby a sádlo jsou zdroji živočišnými. Rostlinnými zdroji jsou oleje, margarín, ořechy, sója aj. V potravě, kterou naše tělo přijímá, by mělo převažovat množství rostlinných tuků, a to přibližně ze dvou třetin. Tuky obsahují mastné kyseliny, u kterých je nutné sledovat jejich složení, neboť některé jsou tělu prospěšné a jiné nikoli. Doporučená dávka tuků není jednoznačně u lidského organismu stanovena, ale v praxi se doporučuje, aby tuky v přijímané

stravě u nepříliš aktivních lidí nepřevyšovaly 30 % celkového energetického příjmu. (Chrpová, 2010)

### 5.2.3 Proteiny (bílkoviny)

Bílkoviny patří mezi nezbytné stavební složky podpůrných orgánů a svalstva. Mimo jiné plní i řadu fyziologických funkcí a jsou zdrojem energie v případě, kdy není dostatek jiných substrátů. (Kumar, 2006) Také jsou hlavním zdrojem dusíku a tvoří 12–18 % tělesné hmotnosti člověka. Bílkoviny bývají složeny z řetězců různě propojených aminokyselin. V jedné molekule se nejčastěji vyskytuje až 20 aminokyselin. Část aminokyselin tvoří aminokyseliny esenciální, které jsou nezbytné, a náš organismus není schopen si je vytvářet sám.

Bílkoviny známe živočišného a rostlinného původu. Pro náš organismus jsou cennější bílkoviny živočišné, ale poměr ve stravě by měl mezi rostlinnými a živočišnými být 1 : 1. Živočišné zdroje se nacházejí v mase, mléku, vejcích atd. Rostlinné bílkoviny jsou přítomny v obilovinách, luštěninách a z části i v ovoci, zelenině a okopaninách. Z výživového hlediska jsou bílkoviny děleny na plnohodnotné (mléčné a vaječné bílkoviny, které obsahují veškeré množství esenciálních aminokyselin pro správnou výživu člověka), téměř plnohodnotné (některé z nacházejících se esenciálních aminokyselin jsou v mírně nedostatkovém množství) a neplnohodnotné (příkladem mohou být rostlinné bílkoviny a některé ze zde přítomných esenciálních aminokyselin jsou nedostatkové).

*„Organismus člověka neumí bílkoviny využít v přijaté formě. Nejprve musí dojít k procesu trávení, při kterém se rozloží bílkoviny na aminokyseliny působením enzymů.“* (Blatná, 2005, s. 7) Při tepelné úpravě potravin obsahující bílkoviny probíhají změny, které se označují termínem denaturace. Doporučovaná denní dávka bývá větší než potřeba z důvodu neschopnosti organismu využít všechny dodané aminokyseliny. (Blatná, 2005)

### 5.2.4 Minerální látky

Součástí, která je nezbytná pro výživu lidského organismu, jsou i některé minerální látky. Plní významnou úlohu pro růst a metabolismus. Mimo jiné aktivují, regulují a kontrolují metabolické pochody a podílejí se na výstavbě tělesných tkání a na vedení nervových vzruchů. Minerální látky se rozdělují podle množství potřebného pro člověka na makroelementy, mikroelementy a stopové prvky. Mikroelementy a makroelementy jsou esenciální. (Keller, 1993)



Mezi makroelementy patří mimo jiné důležité i vápník; 99 % jeho množství v těle se vyskytuje v kostech. Kostní tkáň slouží nejen jako podpora těla, ale i jako zásobník vápníku a fosforu. Kromě zmíněného má vápník i další významné fyziologické funkce, např. v činnosti nervstva či srážení krve.

Z mikroelementů je jedním z nejdůležitějších pro náš organismus železo. Mimořádný význam se spojuje s železem pro jeho schopnost přijímat nebo odevzdávat kyslík. Obsah železa v potravinách značně kolísá a závisí především u rostlinných produktů na kvalitě půdy a jejím hnojením. K významným zdrojům patří např. játra, maso, ryby, luštěniny, brambory aj. (Kotulán, 2005)

### **5.2.5 Vitamíny**

Vitamíny patří k důležité součásti výživy. Výzkum jejich vlivu na organismus pokračuje až do současnosti, avšak většina vitamínů byla popsána již ve 20. a 30. letech minulého století. Vitamíny se z chemického hlediska dělí na vitamíny rozpustné ve vodě a vitamíny rozpustné v tucích. Jsou to látky, které si lidský organismus neumí vytvořit sám, ale přitom je potřebuje. Zvláště organismus vyvíjejícího se dítěte snáší nedostatek vitamínů velmi zle. Důležitou funkcí vitamínů je mimo jiné schopnost napomáhat k rozvoji a funkci obranyschopnosti neboli imunity.

*„Nedostatek vitamínů se nevytvoří přes noc, je to záležitost několika měsíců. Některé vitamíny se v lidském těle ukládají ve značném množství (A, D, E, K – vitamíny rozpustné v tucích), jiné v malém množství (C, B – vitamíny rozpustné ve vodě). Většina zdravých osob má zásoby vitamínu C v játrech na šest týdnů.“* (Clark, 2014, s. 181) Pestrá a smíšená strava je pro mladý i dospělý organismus dostatečným přirozeným zdrojem vitamínů v základním množství. (Středa, 2009) Přehled vitamínů, jejich funkcí a zdrojů uveden v příloze.

### **5.2.6 Voda a pitný režim**

Voda má z pohledu výživy lidského organismu velmi důležitý vliv. Voda tvoří až 50 % celkové hmotnosti člověka. Obsah vody se mění podle věku i pohlaví, větší množství vody v těle mají muži a i u dětí je procento vody v těle vyšší. U kojenců to bývá až 75 % a u dětí školního věku kolem 60 %.

Organismus v rámci látkové přeměny neustále vodu ztrácí a potřebuje ji zpět doplňovat. *„Tělesná voda spolu s ostatními látkami v ní rozpuštěnými tvoří vnitřní prostředí organismu, jehož stabilita je předpokladem pro přirozený (fyziologický) průběh metabolických reakcí a je*

*tak určujícím faktorem zdravotního stavu člověka.*“ (Blatná, 2005, s. 18) Denní potřeba vody se s přibývajícím věkem snižuje, ale přirozeně se zvyšuje v případě zvýšené teploty či jiných tělesných potíží. (Blatná, 2005)

Pitný režim je nutné dodržovat a hlídat. V případě nedostatku přijímání tekutin do těla se objevuje žízeň, která je vyvolaná stimulací mozkových struktur při vyšším zahuštění tělesných tekutin. Při nedostatku tekutin se v těle koncentrují rozpustné pevné látky, které tělo musí vyloučit, jelikož mohou narušit běžné podmínky vnitřního prostředí. V důsledku nedostatku vody v těle může být tělo dehydratované, což může způsobit i vážnější zdravotní potíže. (Blatná, 2005)

Dospělý člověk by měl vypít dva až tři litry tekutin denně. Základem takového pitného režimu by měla být hlavně voda, a to buď čirá, nebo lehce mineralizovaná. Pitný režim člověk může obohatit o ovocné nebo zeleninové šťávy a neslazené čaje. Omezení či úplné vynechání by se mělo týkat kávy a alkoholu. Denní dávka by měla být rozložena do menších dávek po kratších časových úsecích. (Čeledová, Čevela, 2010)

### **5.3 Výživové DDD**

Pro vedení výživy dětí mohou být nápomocny normy tzv. doporučených výživových dávek či jen doporučených denních dávek. Těmi se mimo jiné řídí školní jídelny a jejich autorem je Ministerstvo zdravotnictví, které tyto dávky v časových intervalech a podle nových zjištění aktualizuje. Doporučené denní dávky obsahují množství určitých složek potravy, které zabezpečuje pokrytí 97–98 % výživových potřeb u jedinců daného věku a pohlaví. Při dodržování těchto norem by se mělo zamezit vzniku deficitního stavu. Doporučené dávky vyjadřují množství energie, živin a přídavných látek v jednotkách jako je joule a gram. Výživové doporučené dávky jsou spíše vhodné pro sestavu jídelníčku v rámci kolektivu, jelikož vyjadřují průměrnou potřebu a nezohledňují některé velké rozdíly v nutričních potřebách jednotlivých dětí. (Stožický, Sýkora, 2015)

### **5.4 Potravinová pyramida**

Vzdělávací pomůckou pro racionální výživu či dietu může být potravinová pyramida. Potraviny jsou v pyramidě uspořádány podle toho, jak zdravé či nezdravé jsou. Na vrcholu pyramidy se nacházejí potraviny, které jsou nejméně zdravé a měly by být konzumovány v co nejmenším množství, zatímco potraviny na základně pyramidy jsou zdravé a jejich konzumace by měla být naopak co největší. Na vrcholu pyramidy se obvykle nacházejí

potraviny tučné, jako např. uzeniny a oleje, pod nimi se nacházejí maso a mléčné výrobky, níže potom ovoce a zelenina a nakonec obiloviny. (Svačina, Bretšnajdrová, 2008)

Tabulka č. 2



Zdroj: KUNOVÁ, V, *Zdravá výživa*, 2. Vyd, Česká potravinová pyramida, vlastní zpracování

## 6 VÝŽIVA DĚTÍ A MLÁDEŽE

Vhodný způsob výživy v různých věkových a vývojových období dítěte je velmi důležitý z důvodu správně se vyvíjejících tělesných funkcí, ale i k podpoře vývoje psychického. Do kategorie školního věku se počítá věkové rozmezí mladšího školního věku, které se nachází mezi 6. a 10. rokem, staršího školního věku, které zahrnuje rozmezí mezi 11. a 15. rokem, a období adolescence, které je obdobím po skončení puberty, tj. přibližně mezi 16. a 20. rokem. Každé z těchto období je charakterizováno mírně odlišnými výživovými nároky. (Svačina, 2008)

Výživové nároky těchto kategorií jsou odlišné od nároků pro dospělého jedince. Potřeba bílkovin u vyvíjejících se dětí je oproti dospělým jedincům vysoká. Rostoucí organismus potřebuje bílkoviny ve zvýšené míře právě pro růst a k výstavbě svalů a tkání. Stejně je to u konzumace tuků, kde by měla převyšovat spotřeba rostlinného tuku nad živočišným. Přísun tuků by ale neměl převyšovat doporučené množství, což se v praxi nedaří a většina školáků doporučený energetický příjem tuků často převyšuje. Tyto návyky z dětství mohou vést k řadě civilizačních chorob, zvýšené hladině cholesterolu nebo až k případu infarktu. (Svačina, 2008)

V případě nejrychleji využitelné energie – sacharidů, by měly školní děti využívat hlavně složených cukrů neboli polysacharidů, a to hlavně ve formě obilovin a luštěnin. Běžnému cukru by se dítě mělo pokud možno vyvarovat, kromě rychle dosažitelné energie není jiným zdrojem biologických hodnotných látek. Samozřejmě by se mělo dbát na potraviny obsahující vlákninu, která zvyšuje pocit sytosti a napomáhá pravidelnému vyprazdňování střev. Nezastupitelnou roli při výživě dětí mají i vitamíny, ale i vápník a hlavně vyvážený pitný režim. (Chrpová, 2010)

### 6.1 Problematika výživy u dětí a mládeže

Pravidelnost v přijímání potravy, nutriční skladba a vzájemná vyváženost jednotlivých potravin je důležitou součástí dospívání mladého jedince. *„Výživa dítěte je stále více podmiňována výživovými zvyklostmi rodiny. Tyto zvyklosti dítě postupně přijímá do svého podvědomí a vytváří si základ vlastních stravovacích návyků a zvyklostí pro období dospělosti. Aktivní přístup k výběru potravin dítětem je zpočátku ovlivněn libostí či nelibostí*

*chuti, psychickými momenty či jinými faktory. Je dobře známo, že dítě preferuje sladkou chuť potravy a vybírá si potraviny, které ji obsahují.“ (Nevoral, 2003, s. 130).*

Již školák v mladším školním věku není zcela odkázán na stravu určenou většinou rodinou. Jeho náhlá samostatnost většinou již s nějakým obnosem peněz, se kterým nakládá, mu pomalu umožňuje individuální výběr stravy. V tomto případě má tedy škola a školní stravování ve stravě dětí mladšího školního věku důležité místo. Právě snaha napravit špatné zvyky nabyté z domácího prostředí či vytvořit správné výživové návyky a zajistit jejich budoucí dodržování jsou důvody, kvůli kterým mají školní jídelny nastaveny tak přísná pravidla. (Müllerová, 2014)

S přesunem dítěte do věkové kategorie staršího školního věku a adolescence se zvyšují energetické nároky organismu a je nutné zabezpečovat všechny důležité živiny. Problematickým se v českých podmínkách ukázal dostatečný přísun železa, který potřebují jak dívky, tak chlapci v tomto věkovém období v rámci změn vyvolaných pohlavními hormony. Důležitou problematikou ve starším školním stravování jsou právě vlastní výživové návyky a celý výživový styl. Ve starším školním věku či období adolescence lidé kvůli rychlému životnímu stylu často sahají po rychle dosažitelných potravinách, jako jsou hamburgery, uzeniny, sladkosti či jen sladké nápoje. (Fialová, 2012)

Rozložení stravy, aby bylo optimální, je z hlediska celodenního energetického příjmu následující: 20 % tvoří snídaně, 15 % přesnídávka, 30 % oběd, 15 % svačina a 20 % večeře. S rostoucím věkem tyto návyky slábnou, i když je dítě původně mělo nastavené, což většinou rodiče do určité míry hlídali. Mnohdy se některá jídla úplně vytrácejí, a to hlavně snídaně, kdy si dospívající dítě raději v ranních hodinách přispí. Jak již bylo zmíněno, je výživa v dospívání velmi důležitá i s jejími návyky, a proto je i hodnocení stavu výživy základní součástí pediatrického vyšetření. V klinické praxi se provádí měřením výšky a hmotnosti. Pomocí BMI (body mass indexu) se využívá percentilového vyhodnocení hmotnostně výškových indexů. (Svačina, 2008)

## **6.2 Výživa dětí a mládeže z psychologického hlediska**

Na výživu, co se týče psychologického hlediska, působí zejména subjektivní citění. Kromě vlivu vnějších podmínek, mezi které se řadí hlavně poloha stravovacího zařízení, ale i výzdoba, teplota a jiné, mají velký vliv i sociální faktory. Psychika a pocity mají na děti daleko větší vliv než na dospělého jedince. Veškeré prostředí kolem nich je ovlivňuje výrazně

více než dospělého člověka, a proto je důležité dbát na sociální, ale i vnější faktory s vyšší obezřetností.

### **6.2.1 Sociální faktory ve školním stravování**

V tomto věkovém období se do způsobu výživy promítají sociální ambice jedince spojené s módou nebo emoční stresy. To je i důvod, proč v tomto období trpí některé dívky anorexií, bulimií nebo jinými poruchami příjmu potravy. Tyto poruchy mohou být spojené i se známou šikanou, která se v tomto období mezi žáky na školách vyskytuje poměrně hojně. Sociální ambice mohou být spojeny i s pouhou touhou zapadnout do kolektivu, a tak je jednání z pravidla ovlivněno oblíbenými, v kolektivu uznávanými osobami a tím, co mají ony rády. (Svačina, 2008)

### **6.2.2 Vliv vnějších podmínek na průběh stravování**

Stravování člověka ovlivňují různé faktory. Vnějších faktorů, které na jedince působí, je řada. Ve školním stravování je to hlavně prostředí a okolí jídelny. Jídelna je kromě místa, kde se žáci stravují, i zdrojem informací a místem společného setkávání. Do příjemného prostředí se těší a rádi chodí pedagogové i žáci, ti se v rámci svého vzdělávání a některých školních předmětů podílejí na tematické výzdobě dané jídelny. Výzdoba by měla být svým způsobem jednotná a barevně sladěná. Pedagogové by tedy měli předvídat a dané úkoly zadávat s rozvahou, aby výsledné práce určené do prostor jídelny na ono místo skutečně zapadaly. Vyzdobená by měla být i část jídelny, kde se předpokládá, že děti čekají ve frontě.

Kromě samotné výzdoby by se mělo dbát i na vybavení jídelny. V první řadě na stůl a židle, jestli jsou v pořádku a správně podložené. Správné světlo pronikající do jídelny má také svůj vliv. Mimo tyto faktory je hlavním bodem téměř každé jídelny hluk. Ten nepřispívá ke správnému a klidnému stravování. Některé školní jídelny tuto skutečnost vyřešili členěním jídelny na menší boxy oddělené zástěnami. Nové zkušenosti ukazují, že ideální situací je mít samostatné jídelny pro žáky prvního a druhého stupně, jenže většina škol na to nemá potřebné prostory a hlavně finance.

Důležitou součástí je také správná teplota, která se v jídelně úpravou potravin zvyšuje, a proto je nutné ji neustále hlídat. Významnou roli má také správné odvětrávání i samotné větrání spojené právě s teplotou. (Vaníčková, 2012)

## **7 ÚVOD DO PRAKTICKÉ ČÁSTI**

V analytické části bude na základě spolupráce se školními jídelnami rozebrána aktuální podoba školního stravování. Bude zjištěn reálný stav stravování v konkrétních školách a bude analyzováno naplňování požadavků spotřebního koše. V rámci naplňování požadavků, kterými se školní jídelny musí řídit, bude zkoumána i ekonomická nákladovost a její dostatečnost z hlediska stanovené finanční částky, která je různými podílejšími se skupinami financována. Pozornost bude věnována i strávníkům, zejména z hlediska názorů na konzumovanou stravu, na jejich spokojenost, co se týče stravy i prostředí, ve kterém je strava konzumována. V rámci analytické části bakalářské práce budou vyhledáni i rodiče a pozornost bude směřována na jejich snahu naučit strávníky správným stravovacím návykům v domácím prostředí, také bude zjišťován jejich zájem o stravu ve školních jídelnách konzumovanou jejich dětmi.

### **7.1 Cíle bakalářské práce**

K vytyčení stanovených cílů bylo využito všech možných dostupných složek, které se mohou na školním stravování podílet. Cílem celého průzkumu bylo:

- 1) Zjistit naplňování požadavků spotřebního koše.
- 2) Zjistit dostatečnost finančních limitů v rámci ekonomické nákladovosti na stravu i chod jídelny.

### **7.2 Hypotézy bakalářské práce**

- Hypotéza č. 1: Školním jídelnám se daří vytvářet jídelníček dle požadavků vyhlášky o spotřebním koši.
- Hypotéza č. 2: Dostupné finance, kterými školní jídelny disponují, nejsou dostačující.
- Hypotéza č. 3: Většina rodičů se snaží své děti naučit správným stravovacím návykům.
- Hypotéza č. 4: Rodiče by byli ochotni platit vyšší finanční částku za zkvalitnění obědů ve školních jídelnách.
- Hypotéza č. 5: Strávníci ani jejich rodiče nemají znalosti, co se týče spotřebního koše potravin.

### **7.3 Metodika bakalářské práce**

Výzkum byl prováděn formou kvantitativního způsobu. Metodika práce probíhala u většiny respondentů formou dotazníkového šetření. U skupiny vedoucích školních jídelen probíhalo dotazníkové šetření formou rozesílání e-mailové korespondence v rámci celé České republiky nehledě na to, jestli se škola nachází ve městě, či na vesnici. E-mail byl rozeslán původně 150 vedoucím školních jídelen, návratnost byla ale velmi nízká. Dotazník byl tedy rozeslán dalším 80 školním jídelnám. Z navraceného počtu bylo prováděno další šetření, a to v podobě vyhodnocení. Vyhodnocení probíhalo formou rozboru, tedy analýzy, a výsledky byly zpracovány do grafické podoby.

Další skupinou v rámci této metodiky byli strážníci vybraných školních jídelen, kteří vyplňovali dotazníky za dohledu mé osoby z důvodu 100% návratnosti.

U skupiny rodičů se výzkum prováděl prostřednictvím ankety. Rodiče byli náhodně vybráni a osloveni na ulici jak ve městě, tak na vesnici. Všem rodičům byly položeny stejné otázky týkající se aktuální problematiky školního stravování. V rámci ankety bylo osloveno 50 náhodných rodičů.

Dotazníkové šetření u vedoucích školních jídelen bylo zpracováno formou devíti otázek. Stejně šetření, ale u skupiny strážníků, se skládalo ze sedmi otázek a bylo doplněné o prostor pro vlastní názory respondentů k jejich školní jídelně. Anketa zaměřená na skupinu rodičů obsahovala deset otázek.



## 8 VÝSLEDKY VÝZKUMU

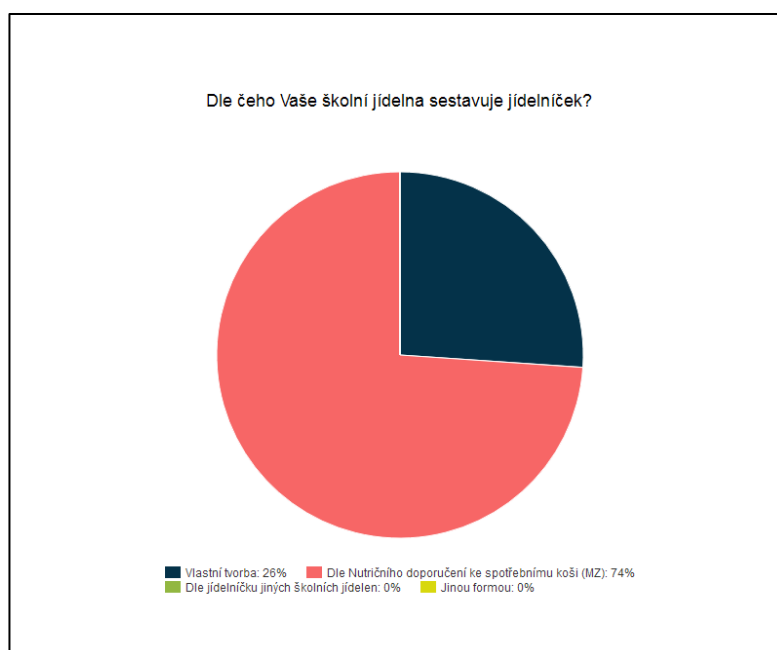
Výsledky výzkumu jsou pro přehlednost zpracovány do grafů a rozděleny zvlášť do tří cílových skupin podle zaměření při tvorbě dotazníkového šetření.

### 8.1 Dotazníkové šetření – vedoucí školních jídelen

Jak již bylo zmíněno v kapitole Metodika bakalářské práce, dotazníkové šetření určené pro vedoucí či pracovníky školních jídelen probíhalo formou rozesílání e-mailů. Celkový počet činil 230 rozeslaných dotazníků určených školním jídelnám. Adresáti buď na dotazník odpověděli v ten samý den, kdy jej dostali, nebo většinou již později neodpověděli vůbec. Při navráceném počtu 100 dotazníků bylo šetření ukončeno a vyhodnoceno.

#### Vyhodnocení otázky č. 1

*Graf č. 1*



Ze začátku průzkumu bylo nutné zjistit, jakým způsobem školní jídelny sestavují své jídelníčky. Z průzkumu vyplývá, že většina oslovených respondentů využívá k tvorbě Nutriční doporučení ke spotřebnímu koši.

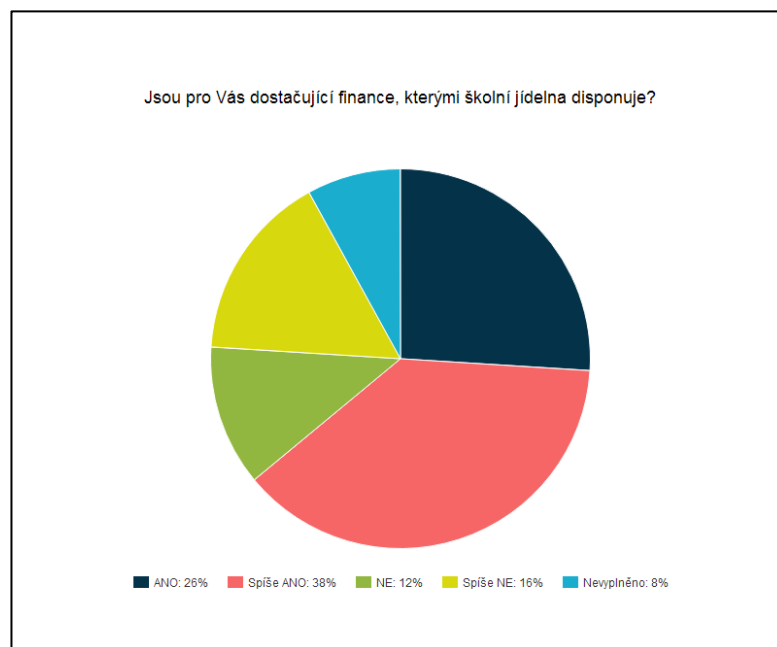
Nutriční doporučení (dále jen „ND“) ke spotřebnímu koši vytvořené ve spolupráci Ministerstva zdravotnictví ČR vychází ze spotřebního koše, je vytvořeno v souladu s výživovými normami stanovenými vyhláškou o školním stravování. ND je soubor

doporučení, který napomáhá v plánování měsíčního jídelníčku a odpovídá zásadám správné a zdravé výživy. Při užívání ND je po dokončení jídelníčku patrné, v čem školní jídelna plní požadavky a kde jsou nedostatky. (<http://www.zdravaskolnijidelna.cz/publikace> [online], 2017)

Vlastní tvorbu a praktiky využívá k přípravě 26 % respondentů, tudíž poměrně nízké množství jídelen. Další z nabízených možností odpovědí nikdo z tazajících neoznačil, z čehož vyplývá, že je ani nepraktikuje.

## Vyhodnocení otázky č. 2

Graf č. 2

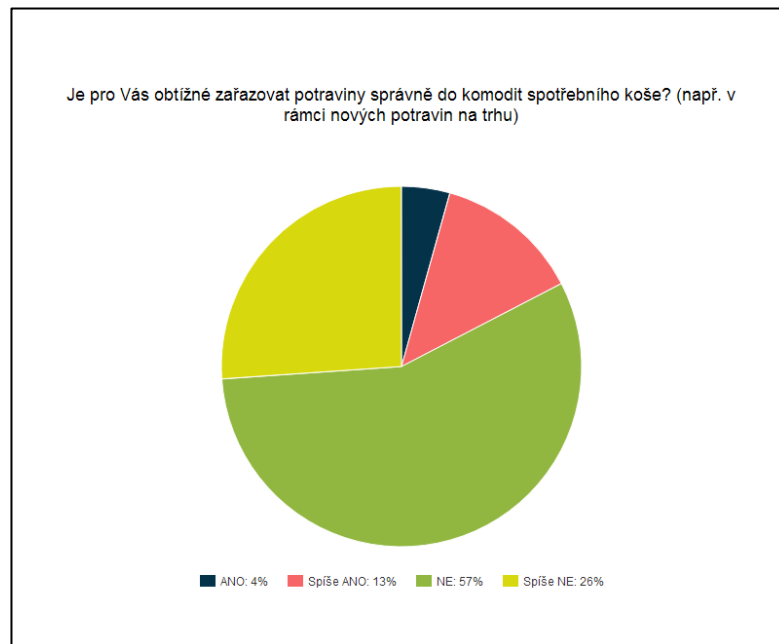


Při součtu odpovědí „ANO“ a „Spíše ANO“ se stává výsledkem 64 % oslovených, kterým finance, se kterými disponují, postačují. Při součtu odpovědí „NE“ a „Spíše NE“ je výsledkem 28 % oslovených. Je tedy zřejmé, že z vyhodnocení vyplývá, že školní jídelny jsou schopny provozovat svoji činnost s finančními prostředky, které mají k dispozici. Stále je ale i množství těch, kterým tyto prostředky nestačí.

Celková kalkulace ceny oběda bude rozebrána v kapitole Ekonomická nákladovost.

### Vyhodnocení otázky č. 3

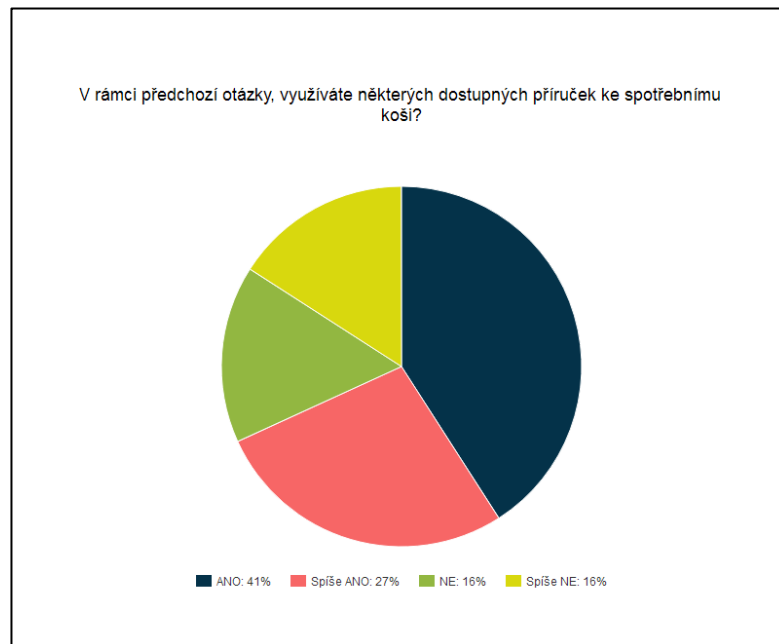
Graf č. 3



Z odpovědí na tuto otázku je patrné, že školní jídelny nemají problém se zařazováním potravin do komodit spotřebního koše, ani v případě např. nových potravin na trhu. V některých případech potravin se ale může stát, že jejich zařazení není snadné a lehce rozpoznatelné. Správné zařazení je přitom velice důležité, protože v případě špatného zařazení potraviny do komodit spotřebního koše hrozí negativní narušení celého užívání spotřebního koše. Důsledkem špatného zařazení se pak může častěji v jídelníčku opakovat potravina ze stejné komodity, a naopak některá nemusí být obsažena vůbec.

## Vyhodnocení otázky č. 4

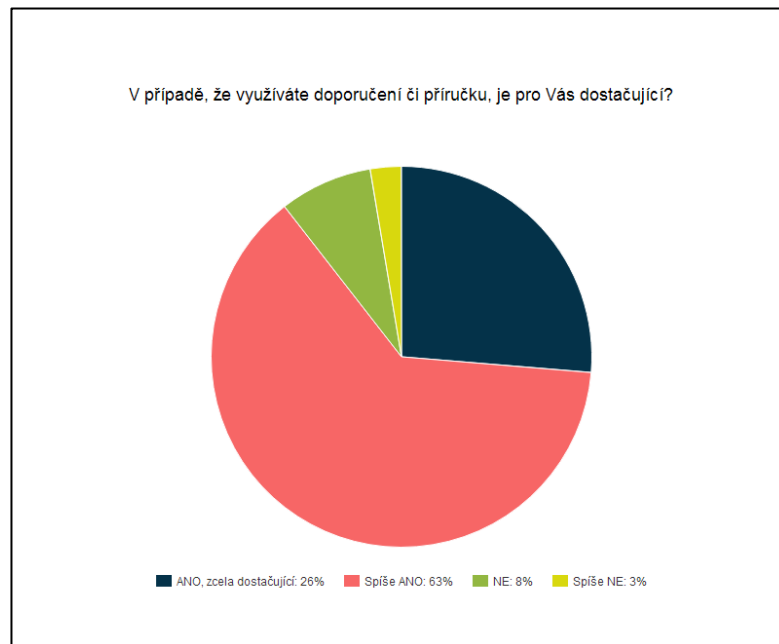
Graf č. 4



S předchozí otázkou také souvisí, podle jakých dostupných pomocných prostředků školní jídelny zařazují potraviny a obecně pracují s nařízeními, která jsou stanovená, jako je například spotřební koš. Z grafu jde vyčíst, že je jen malé množství oslovených respondentů, kteří nevyužívají pomocné příručky k této problematice. Naopak většina tázaných těchto příruček využívá, což znamená, že příručky mají své opodstatnění.

## Vyhodnocení otázky č. 5

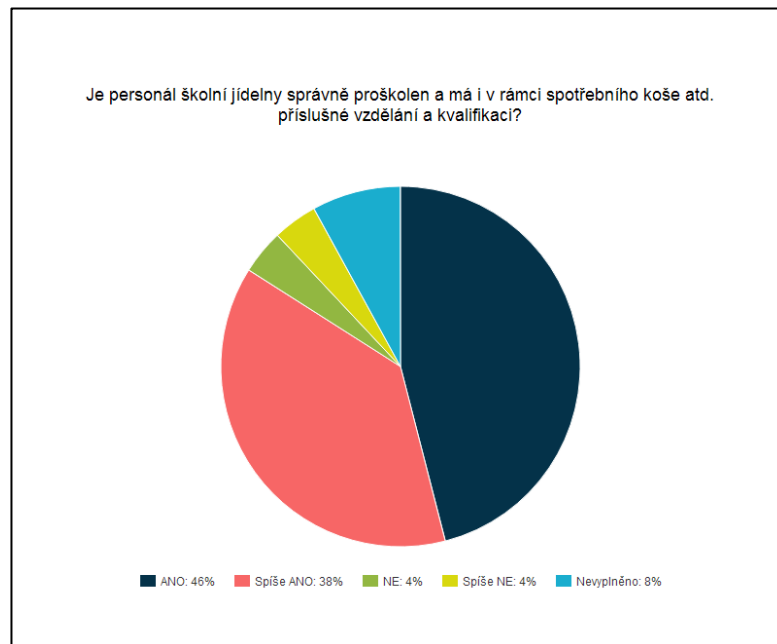
Graf č. 5



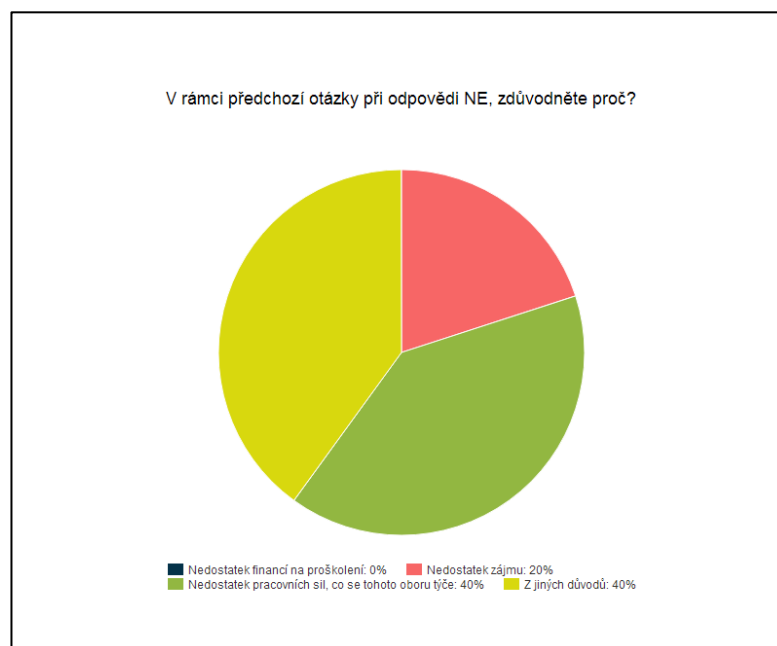
Osloveným, kteří v předchozí otázce odpověděli kladně, tj. využívání dostupných příruček ke spotřebnímu koši s odpovědí „ANO“ nebo „Spíše ANO“, byla položena doplňující otázka. Z výsledných odpovědí jde vidět, že tyto příručky jsou vytvořené v takové míře, aby byly dostačujícími při každodenní snaze dodržovat legislativní nařízení. Jen velmi nízké množství oslovených odpovědělo, že pro ně forma příručky dostačující není.

## Vyhodnocení otázky č. 6 a 7

Graf č. 6



Graf č. 7



V souvislosti s vložením těchto otázek do dotazníkového šetření bylo záměrem zjistit, jak jsou zaměstnanci kromě vedoucích jídelen seznámeni a proškoleni s nutností dodržování legislativních podmínek pro provoz takového zařízení.

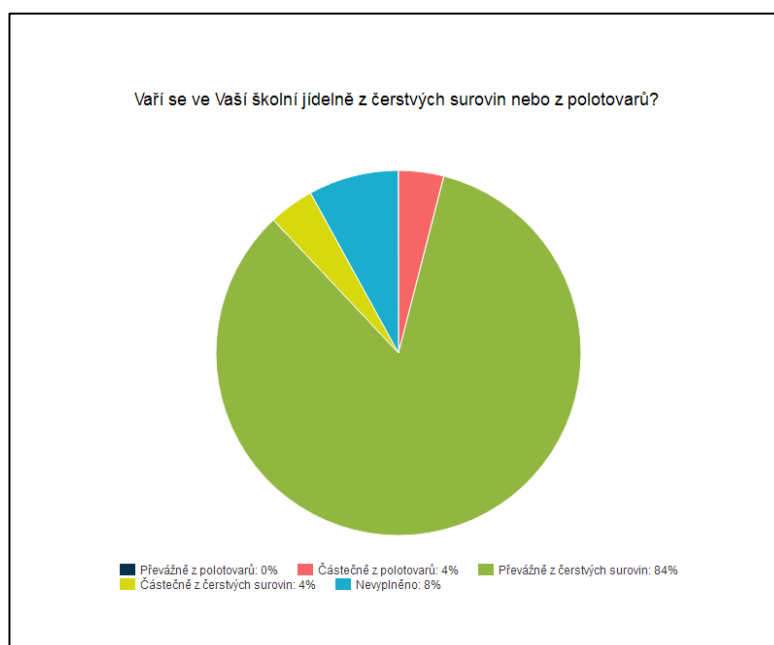
Více než 80 % tázaných při součtu kladných odpovědí má proškolené a obeznámené zaměstnance v rámci legislativních požadavků. Z grafu lze také vyčíst i poměr záporných

odpovědí. Velmi nízké množství respondentů odpovědělo negativně, tj. úplná neznalost či žádné proškolení u těchto zaměstnanců. Stejně nízký počet respondentů odpověděl v případě spíše neznalého a neproškoleného personálu.

Doplňující otázka byla kladena těm, kteří označili své zaměstnance jako neznalé či spíše neznalé v této problematice. Stejný poměr z tázaných zdůvodnil neznalost svých zaměstnanců buď nedostatkem pracovních sil v tomto oboru, nebo jiným důvodem, který se nenacházel mezi možnostmi. Část z těchto oslovených označila jako možnost i nedostatek zájmu vzdělávat se v tomto oboru.

### Vyhodnocení otázky č. 8

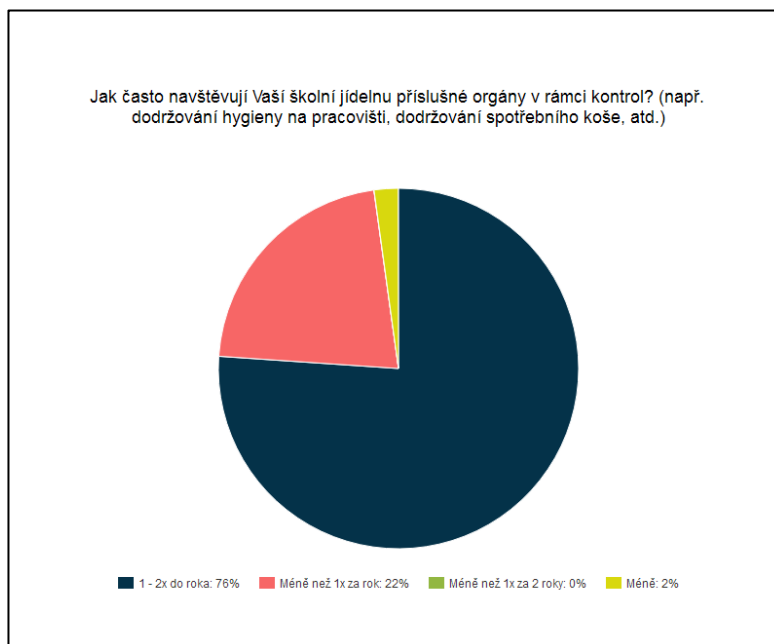
Graf č. 8



Velmi pozitivním se stává vyhodnocení vaření ve školních jídelnách převážně z čerstvých surovin. Tuto možnost označilo 84 % respondentů. Již zanedbatelné jsou další odpovědi buď částečného vaření z čerstvých surovin, nebo z polotovarů.

## Vyhodnocení otázky č. 9

Graf č. 9



Z výše uvedené otázky je vidno, že různé státní orgány v souvislosti s kontrolou dodržování legislativních a hygienických nároků navštěvují školní jídelny zpravidla 1–2× do roka. Již méně návštěv probíhá u zhruba 22 % oslovených škol. Jen 2 % tázaných odpověděla, že v jejich školních jídelnách probíhají kontroly méně než jednou za dva roky. Takové případy jsou naštěstí jen velmi ojedinělé.

### 8.2 Dotazníkové šetření – strážníci školních jídelen

Výzkum školního stravování, aby byl celkový, musí zahrnovat všechny možné zúčastněné subjekty. Kromě vedoucích školních jídelen byla tedy oslovena i skupina strážníků, kteří jsou velmi významnou součástí této problematiky. Dotazníkové šetření této skupiny respondentů se zaměřovalo na celkovou spokojenost konzumentů stravy podávané ve školních jídelnách.

Pro strážníky školních jídelen byla vybrána kvantitativní metoda šetření v podobě rozdaných dotazníků. Dotazníky byly rozdány ve dvou vybraných školách za přítomnosti mé osoby. Následně byly dotazníky z obou škol porovnány mezi sebou, ale také vyhodnoceny celkově. Školní jídelny, které byly navštíveny, si přály, aby byla zachována jejich anonymita. Budou tedy představeny pouze jako školní jídelny X a Y.



### **8.2.1 Představení školní jídelny X**

Školní jídelna X je součástí základní školy. Základní škola se nachází nedaleko Brna asi 25 km severně od statutárního města v okrese Blansko.

Základní školu navštěvuje cca 360 žáků a počet žáků, kteří navštěvují školní jídelnu, převyšuje 300. Mimo tento počet zabezpečuje jídelna i stravu pro bývalé zaměstnance a strážníky z místního pečovatelského domu. Věková kategorie strážníků je od 6 do 15 let, přibližně dvě třetiny kolektivu tvoří dívky.

Cena obědů se zde pohybuje od 26,00 Kč do 29,00 Kč. Cena pro cizí strážníky je pak stanovena na 55,00 Kč.

V roce 2007 proběhla v jídelně rekonstrukce, která byla po zavedení nových norem EU nevyhnutelná.

V této školní jídelně pracuje mladý kolektiv kuchařek, které mají zkušenosti i z hostinské sféry.

Školní jídelna X se zaměřuje na vaření hlavně z čerstvých surovin a vybírá si u většiny surovin místní regionální výrobce a dodavatele.

Tato jídelna nabízí výběrovost pokrmů. Strážníci mají v nabídce každý den jednu polévku, na výběr ze dvou hlavních jídel a možnost využití až čtyř různých nápojů.

### **8.2.2 Představení školní jídelny Y**

Školní jídelna Y je součástí střední průmyslové školy, která se nachází v blízkosti subjektu X. V letošním roce je přihlášeno k odebrání obědů cca 250 strážníků. Kromě standardního nabízení obědů nabízí tato jídelna celodenní stravování vzhledem k umístění domova mládeže v blízkosti budovy školy. Možnost celodenního stravování využívá dalších 49 strážníků. Věková kategorie strážníků je od 15 do 19 let a zahrnuje hlavně žáky mužského pohlaví.

Cena oběda je v této jídelně vypočítána na 26 Kč. Cena pro strážníky, kteří využívají celodenního stravování, je 82 Kč na den.

I v této školní jídelně proběhla rozsáhlá rekonstrukce v době zavedení nových norem EU. Stalo se tak v roce 2006 a kromě nového technického vybavení byla do rekonstrukce zařazena i obměna nábytku.

V této školní jídelně pracuje kolektiv spíše starších kuchařek, které mají dlouholetou praxi. Většina z nich má již důchodový věk.

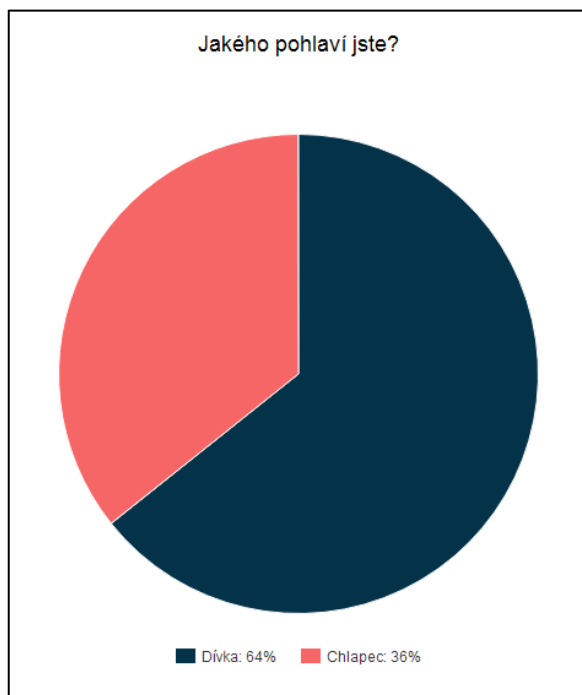
Ve školní jídelně Y je menší výběr pokrmů než ve školní jídelně X. Každý den mají strávníci stejně jako ve školní jídelně X jednu polévku a na výběr až ze čtyř nápojů, ale co se týče hlavního jídla, tam si vybrat nemohou a každý den je jen jedna možnost hlavního pokrmu.

Důvodem jen jednoho hlavního jídla je již zmíněný vysoký věk kuchařek, které nemají tolik energie, ale hlavním důvodem je zachování stávající ceny oběda i nadále. S větší výběrovostí by se musela zvýšit i cena oběda. Do budoucna se ale možnost zařazení dalšího hlavního jídla do jídelníčku zvažuje.

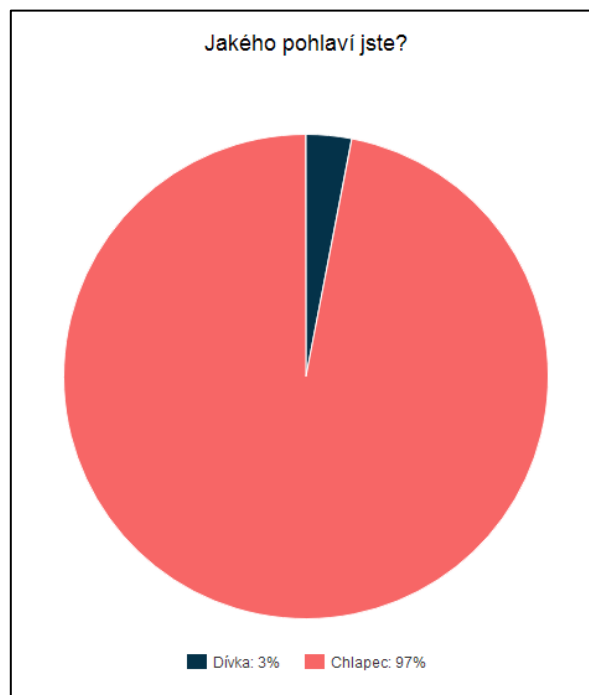
Graf s výsledkem vyhodnocení ze školní jídelny X bude vždy buď po levé straně listu, nebo v horním pořadí.

### Vyhodnocení otázky č. 1

Graf č. 10



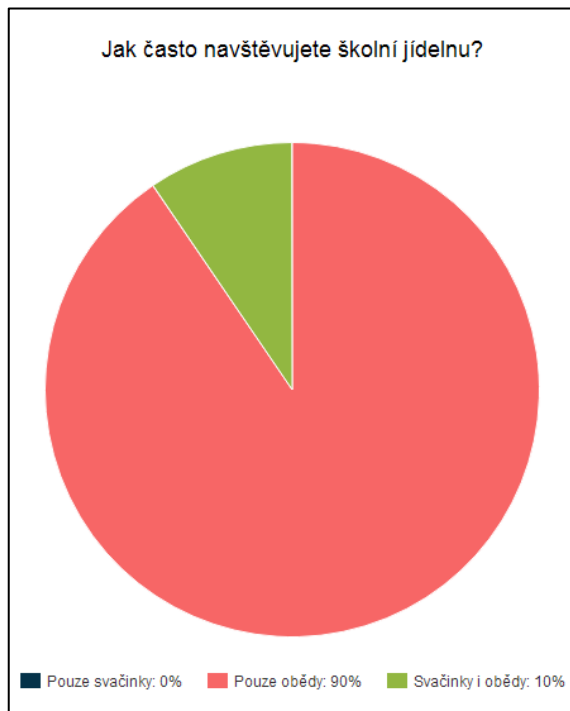
Graf č. 11



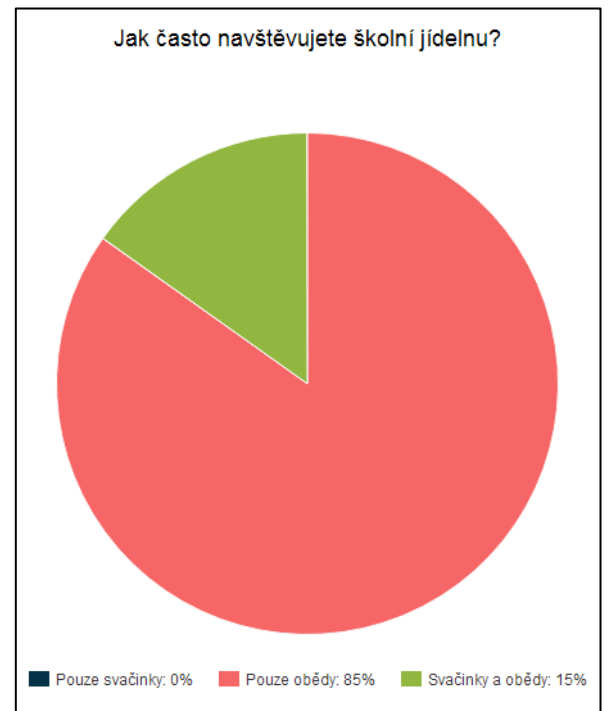
Jak již bylo zmíněno výše, škola X je základní školou a škola Y je školou střední průmyslovou, tudíž je podíl dívek, které se výzkumu zúčastnily menší, jelikož na střední škole se vyskytují chlapci ve většinovém množství.

## Vyhodnocení otázky č. 2

Graf č. 12



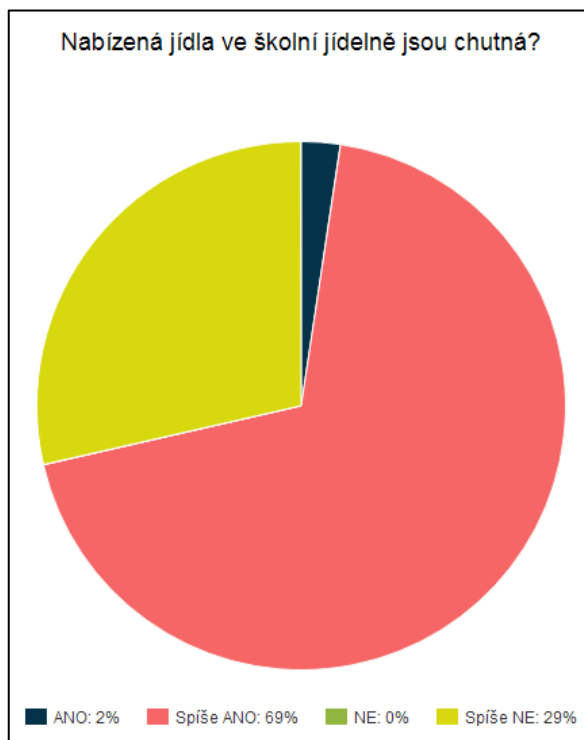
Graf č. 13



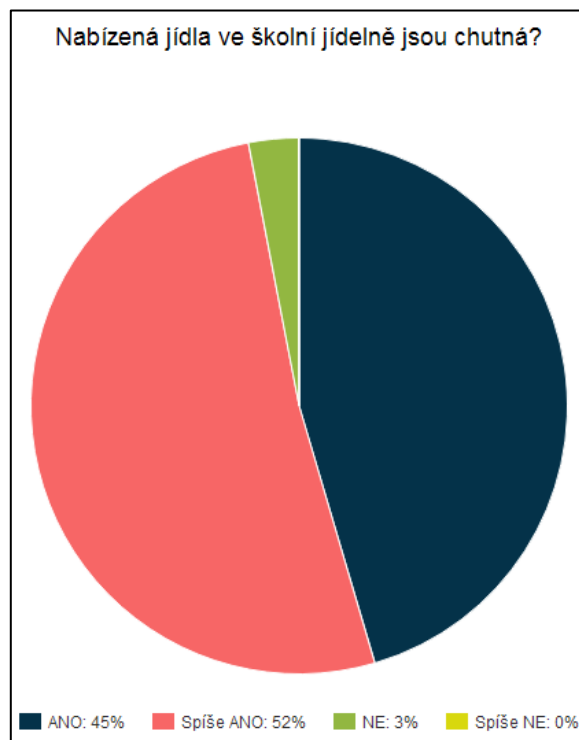
V obou vyhodnocených případech navštěvují školní jídelnu strážníci hlavně za účelem konzumace obědů. Nikdo ze zúčastněných nenavštěvuje jídelnu jen z důvodu konzumace svačinek. Strážníci z jídelny X konzumují svačinky i obědy jen v množství 10 % zúčastněných a strážníci z jídelny Y v množství 15 % zúčastněných s tím, že někteří využívají i celodenního stravování, ale tato možnost odpovědi nebyla součástí dotazníkového šetření.

### Vyhodnocení otázky č. 3

Graf č. 14



Graf č. 15



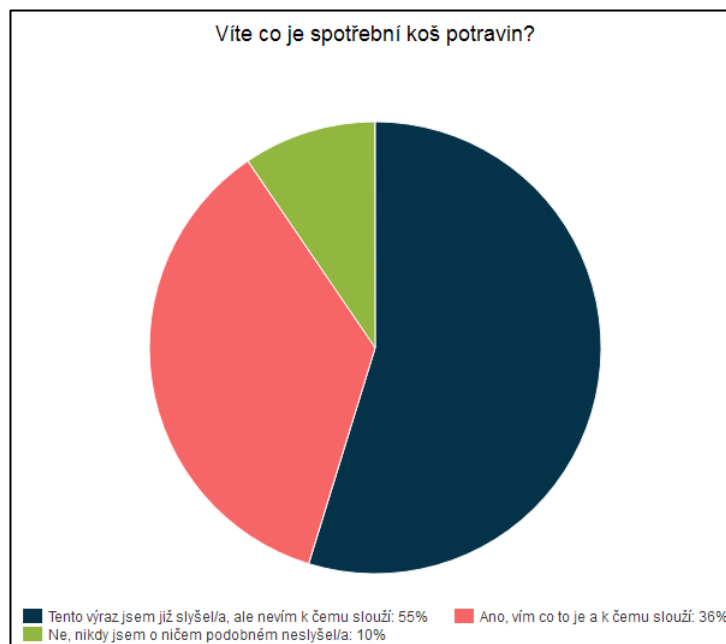
Vzhledem k obecnému, již několik generací zaběhlému názoru, že strava ve školních jídelnách není chutná, měla tato otázka, respektive odpovědi na ni, zvláštní pozornost mé osoby.

Téměř polovina respondentů ze školní jídelny Y odpověděli jednoznačně ANO, tudíž že jim strava bez výhrad chutná. 52 % strávníků z této vybrané školy odpovědělo „Spíše ANO“, tedy s malými výhradami je pro ně strava chutná. Jen pro 3 % strávníků této školní jídelny strava není vůbec chutná.

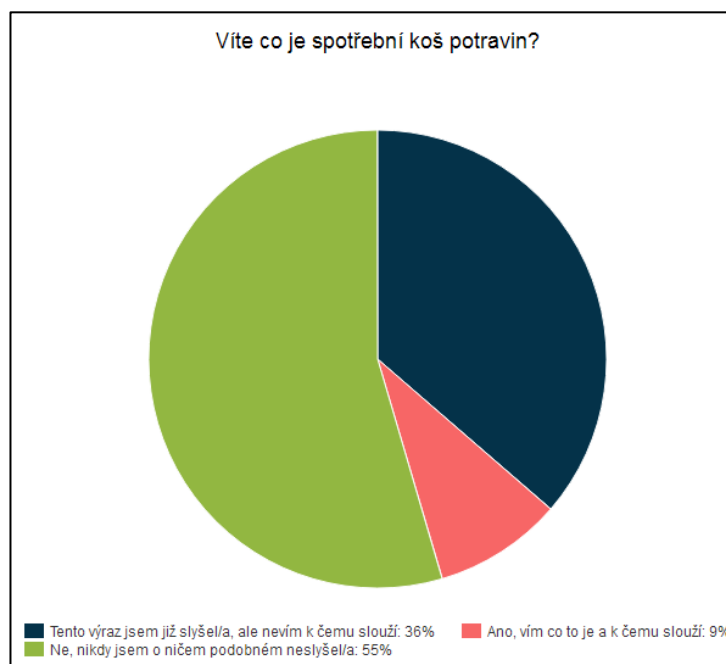
Stejně jednoznačné odpovědi se nenachází u jídelny X, kdy bez výhrad chutná jen 2 % strávníků. Již pozitivní je ale výsledek 69 %, kterým sice s výhradami, ale i přes ně strava chutná připadá.

## Vyhodnocení otázky č. 4

Graf č. 16



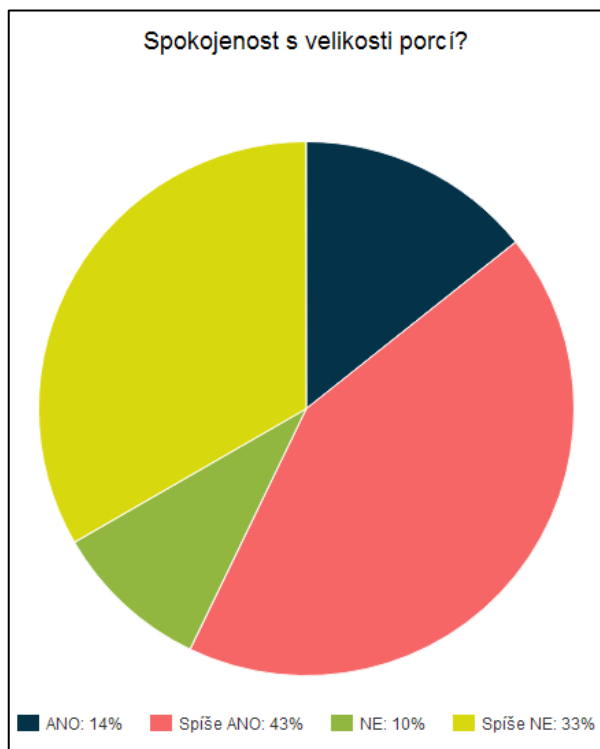
Graf č. 17



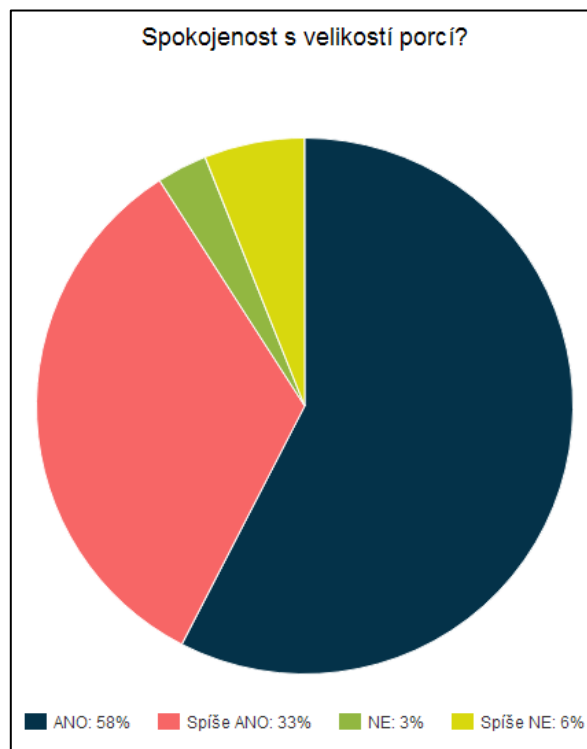
Z grafů lze vyčíst, že většina strážníků z obou škol nemá představu o tom, co je spotřební koš potravin. Většina již sice tento výraz slyšela, ale přesně neví, k čemu slouží. Spotřební koš potravin však patří k jednomu z nejdůležitějších legislativních nařízení, kterým se musí školní jídelny řídit. Strážníci si přitom neuvědomují, jak náročné pro tvůrce jídelníčku je, aby se zavděčili strážníkům a zároveň dodrželi naplňování tohoto nařízení.

## Vyhodnocení otázky č. 5

Graf č. 18



Graf č. 19

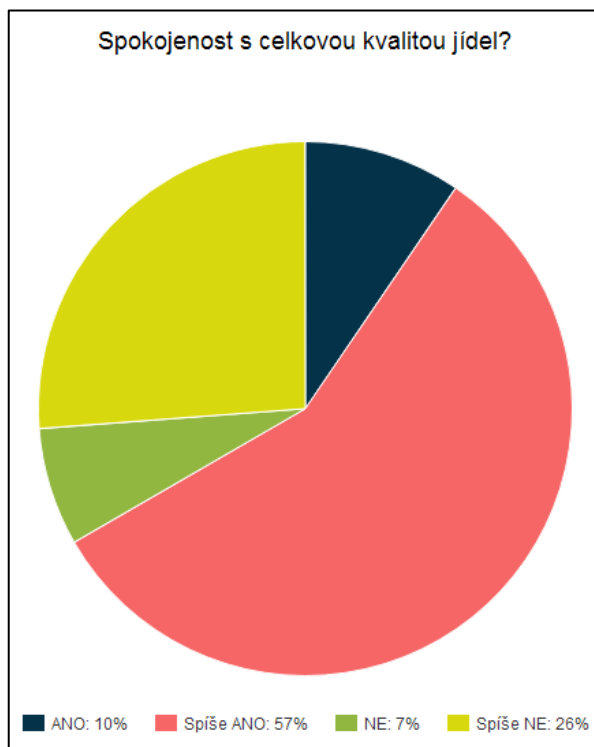


Důležitou součástí výzkumu byla i skutečnost, zda jsou porce pro strávnický dostatečné, vzhledem k tomu, že i velikost porcí je v rámci legislativních nařízení určena. Co se týče školní jídelny X, tam mají strávnický oproti školní jídelně Y více výhrad k velikosti porcí. Mimo určené otázky z dotazníkového šetření měli strávnický v dotazníku prostor na výhrady či vyjádření se k zlepšení jejich ŠJ. V rámci školní jídelny X se často objevovala výtka vůči velikosti porcí hlavně ze strany mladších strávnický.

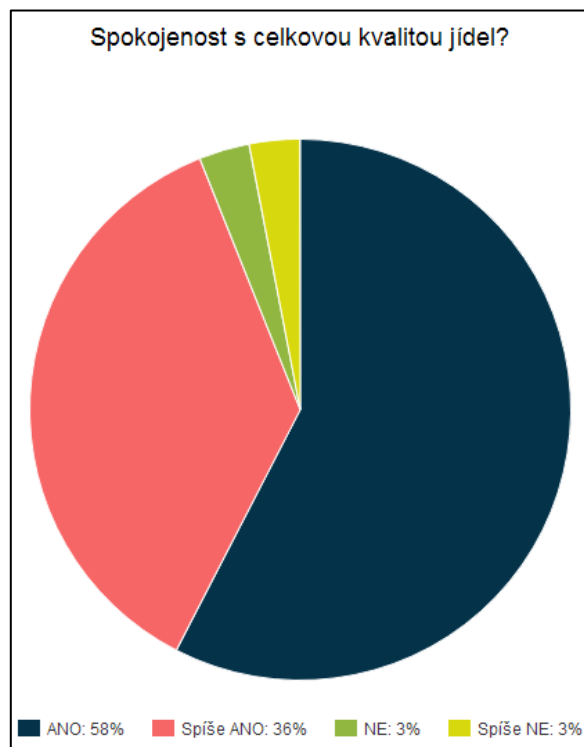
Strávnický ze školní jídelny Y si při vyplňování stejného dotazníku spíše stěžovali na menší velikost masa než na celkové množství jídla. Školní jídelna Y přitom nabízí větší gramové množství masa na porci, než je tomu u subjektu X. Je ale nutné připomenout, že školní jídelnu Y navštěvují hlavně chlapci, a to ve věkové kategorii, ve které jim množství masa může připadat nedostatečné.

## Vyhodnocení otázky č. 6

Graf č. 20



Graf č. 21



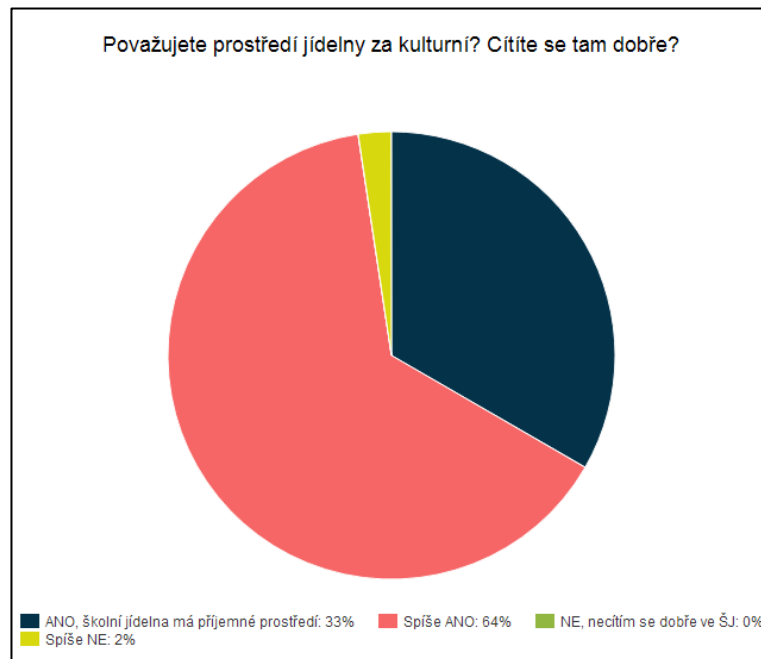
Je celkově známo, že na každé hodnocené věci lze najít pozitiva i negativa, zvláště když každý je jiný, má jiné myšlení, jiné chutě atd. Proto byla tato otázka zařazena do výzkumu. Každý strážník, který dotazník vyplňoval, se musel zamyslet, jestli výtky, nebo naopak pozitivní pohled na problematiku, mají vliv na celkovou spokojenost s jeho školní jídelnou.

Strážníci ze školní jídelny X jsou ve větším množství spíše spokojeni s celkovou kvalitou jídel. O něco lépe je na tom školní jídelna Y, kde je více než polovina respondentů spokojena s kvalitou jídel bez jakýchkoli výtěk.

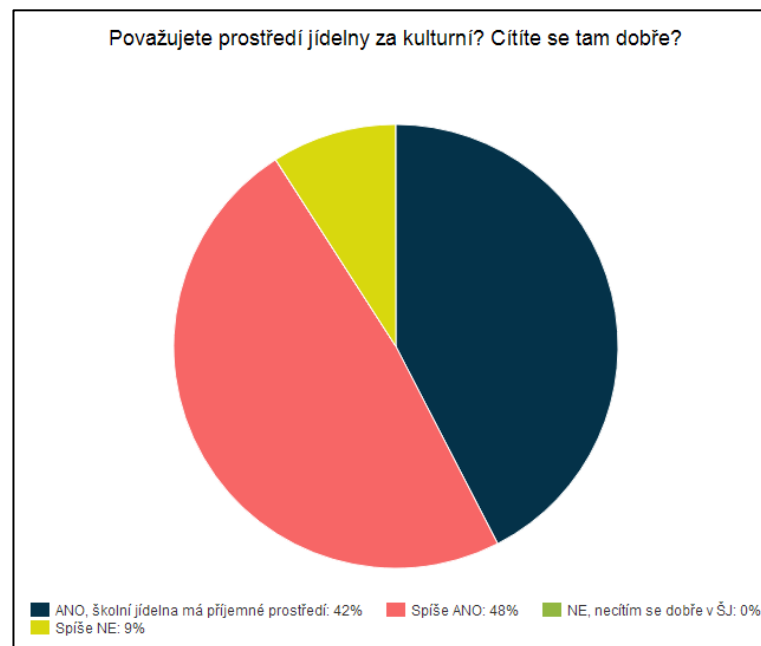
Je nutné ale podotknout, že strážníci ze školní jídelny Y jsou již starší a dokážou lépe zohlednit i jiné faktory, které s touto problematikou souvisí. Jaké faktory a vlivy z různého prostředí mohou strážníky ovlivňovat, bylo popsáno v teoretické části této práce.

## Vyhodnocení otázky č. 7

Graf č. 22



Graf č. 23



Jak bylo zmíněno v teoretické části, velký vliv na stravování má i prostředí, ve kterém strávník pokrmy konzumuje. V rámci této skutečnosti byla zařazena do dotazníkového šetření otázka, zda se respondenti cítí ve své školní jídelně dobře.

Strávníci z obou škol se ve většinovém množství odpovědí cítí spíše dobře nebo dobře. Při možnosti doplnění vlastního názoru k vyplnění dotazníkového šetření se častěji objevovala



výtka vůči zastaralému nábytku v prostorách jídelen, ale jak je vidno z grafů, nemá zastaralé vybavení školních jídelen velký vliv na celkové příjemné prostředí v obou jídelnách.

### **8.3 Anketa – oslovování rodičů**

Výsledky výzkumu ankety oslovování rodičů jsou v grafické podobě obsaženy v příloze č. 6. V následující kapitole bude obsaženo shrnutí a porovnání často se vylučujících odpovědí. Jak již bylo zmíněno výše, rodiče byli náhodně oslovováni na ulici, a to bez podrobnějšího zkoumání z hlediska jejich finančních možností či jakou školní jídelnu jejich děti navštěvují.

#### **Vyhodnocení otázky č. 1**

Z výzkumu ankety vyplývá, že děti či strážníci oslovené skupiny respondentů patří do rozhraní všech věkových kategorií, které mohou navštěvovat školní jídelny. Věková skupina zahrnuje strážníky od 6 do 18 let, tzn. od první třídy základní školy po závěrečný ročník středních škol.

#### **Porovnání a vyhodnocení otázek č. 2 a 10**

V teoretické části této práce bylo popsáno, jak výchova ze strany domácího prostředí určuje z počátku hlavní stravovací návyky dítěte. Problémem se ale stává, že i při veškeré snaze rodičů naučit dítě zdravé stravě se dítě již v brzkém věku setkává s vlivy vnějšího prostředí a rozeznává hlavně podle subjektivního pocitu chuti či nechuti. Většinou se tato chuť orientuje na sladká jídla. Dítě se setkává i s jídly kořeněnými či příliš solenými. V takovém případě dítěti pak mohou připadat jídla ze školní jídelny bez chuti a začíná si stěžovat svému okolí, nejčastěji v domácím prostředí, a to konkrétně rodičům.

Z výzkumu vyplývá, že si většina dětí, při součtu odpovědí „NE“ a „Spíše NE“, sice nestěžuje na to, že by jim jídla ze školní jídelny nechutnala, ale procento dětí, které si na stravu ve školní jídelně stěžují, je stále vysoké. V rámci otázky, zda si děti stěžují na nechutenství jídel ze školní jídelny, je ale zapotřebí zhodnotit a posoudit odpovědi na otázku, zdali někdy rodiče ochutnali stravu ze školní jídelny, kterou jejich dítě navštěvuje.

V souvislosti s nutností porovnání těchto dvou otázek se pojí další skutečnost nastíněná v teoretické části práce, tedy že děti bývají často ovlivněny okolím nebo jen silnějším členem z kolektivu. Většina tázaných rodičů sice stravu ochutnala, ale v rámci správného posouzení, jestli dětem skutečně chutná či nechutná, je 62 % respondentů, kteří jídlo ochutnali, stále nízké číslo. Bez ohledu na další faktory vychází i zavádějící procentuální hodnocení

strávníků, kteří si údajně doma stěžují, což je při sečtení odpovědí „ANO“ a „Spíše ANO“ 34 %. Taková hodnota je v porovnání s vyhodnocením rodičů, kteří stravu ochutnali, daleko vyšší. Z celkových 62 % rodičů, kteří stravu ochutnali, byly zjištěny negativní výsledky spojené s nechutenstvím stravy ve školní jídelně u pouhých 6 % respondentů.

#### **Vyhodnocení otázky č. 4**

V souvislosti s předešlým porovnáváním otázek je také důležité srovnat, zda se rodiče snaží naučit své děti správným stravovacím návykům. Při součtu odpovědí „ANO“ a „Spíše ANO“ byl vyhodnocen velmi příznivý výsledek. Někteří dotazovaní doplnili tuto otázku o to, jakým stylem se snaží své děti správným stravovacím návykům naučit. Nejčastěji byla zmíněna pravidelná strava, společné stolování, konzumování dostatečného množství ovoce a zeleniny a omezování tuků a soli. Jak již bylo ale zmíněno, bohužel i přes veškeré snahy z domácího prostředí jsou děti dříve či později ovlivněny vnějšími vlivy.

#### **Porovnání a vyhodnocení otázek č. 3 a 5**

Z výzkumu odpovědí na další dvě otázky opět vzešly velice zajímavé a rozporuplné závěry. Při otázce, zda se rodiče zajímají o to, co jejich dítě ve škole konzumuje, odpovědělo pozitivně 86 % respondentů. Těm byla položena doplňující otázka směřující na konkrétní podobu jejich zájmu. Nejčastější odpovědí bylo prostudování jídelního lístku, zpravidla na webových stránkách příslušné školní jídelny.

Rozporuplným se ale stává vyhodnocení další otázky, která souvisí se zájmem rodičů, a to sice otázka, jestli rodiče ví, že se mohou zapojit do sestavování jídelníčku ve školní jídelně. Nejenže většina dotazovaných nevěděla, že tuto možnost mají, ale při doplňující otázce, zda by se zapojili, kdyby o této skutečnosti věděli, odpověděli, že by se nijak zapojovat nechtěli. Většina respondentů odůvodnila své nechtěné zapojení vyjádřením, že věří odborníkům, kteří v této oblasti pracují, a věří jejich znalostem a zkušenostem.

#### **Vyhodnocení otázky č. 8**

S výše zmíněným vyhodnocením zájmu zapojení rodičů souvisí otázka, zdali rodiče ví, k čemu slouží spotřební koš potravin. Naprostá většina, v podobě 84 % dotázaných, odpověděla, že se s tímto pojmem ještě nesešla. Přitom spotřební koš potravin je, jak vyplývá z teoretické části této práce, nejvíce zavazujícím nárokem kladeným na školní jídelny. Ti, kdo se podílejí na tvorbě jídelníčku, jsou na rozdíl od rodičů obeznámeni s problematikou spotřebního koše potravin a s jeho užíváním. Většina rodičů si tuto

skutečnost uvědomuje, a proto raději nechtějí zasahovat do této tvorby, jak bylo zmíněno již v předchozí kapitole.

### **Vyhodnocení otázky č. 6**

Další otázka zařazená do anketního výzkumu zjišťovala, jestli si rodiče myslí, že poměr kvality a ceny školní stravy je vyrovnaný. Z této otázky byli vybráni pouze respondenti, kteří v jedné z předešlých otázek odpověděli, že někdy stravu ze školní jídelny ochutnali. V případě ostatních by byla odpověď přinejmenším spekulativní. Z vyhodnocení 31 rodičů, kteří stravu ochutnali a zároveň ji platí, odpovědělo negativně, tedy že poměr kvality a ceny není odpovídající, pouhých 8 %. Ostatní při spojení odpovědí „ANO“ a „Spíše ANO“ odpovědělo kladně, přičemž větší množství respondentů odpovědělo „Spíše ANO“.

Rodiče si ale zřejmě v souvislosti s touto otázkou neuvědomují fakt, který vyplývá z teoretické části této bakalářské práce. V té je pro připomenutí obsaženo, že je školní stravování v České republice výrazně dotováno subjekty, jako je stát, kraj či obec, a to až do výše 60 % celkové ceny. Strávník nebo rodič, který za děti cenu oběda hradí, platí pouze za náklady spojené s nákupem potravin. Ostatní náležitosti, jako jsou mzdy zaměstnanců či provozní náklady, hradí již zmíněný stát v podobě MŠMT a kraj či obec.

Je tedy nutné položit si otázku, zda by rodiče odpovídali stále kladně v tak hojném počtu, kdyby měli hradit celkovou cenu stravy včetně mzdové a věcné režie.

### **Vyhodnocení otázky č. 7**

S ekonomickou stránkou souvisí další z anketních otázek. Rodiče byli tázáni, zda by byli ochotni připlatit svému dítěti za stravu ve školní jídelně, aby byla kvalitnější. Jak již bylo zmíněno, respondenti byli náhodně oslovováni na ulici, tudíž se nezjišťovala jejich finanční situace, ani jaké mají finanční příjmy. Otázka byla směřována na pouhou ochotu vkládat finanční prostředky do výživy svých dětí. Pro většinu dotazovaných, tj. 96 %, by nebyl problém připlatit za stravu ve školní jídelně, aby byla kvalitnější.

### **Vyhodnocení otázky č. 9**

V neposlední řadě obsahoval anketní výzkum i otázku, zda mají rodiče možnost kontroly, jestli jejich dítě opravdu chodí na obědy. Otázka spíše spočívala v zájmu o zjištění systémů, kterými školní jídelny v této oblasti disponují. Respondentů, kteří se zajímají o tuto kontrolu, bylo 86 %. Z nich nemá možnost kontroly 8 %.

## 8.4 Ekonomická nákladovost

Jak již bylo popsáno v teoretické části, cena obědů se skládá ze tří částí. Jednu z nich tvoří finanční náklady na nákup potravin. Tyto náklady jsou hrazené strávnickem nebo jeho zákonným zástupcem. Podle věkové kategorie – existují čtyři – se odvíjí částka, kterou strávnick, popř. jeho zákonný zástupce, zaplatí, jelikož se dle věku strávnicka odvíjí i gramáž různých surovin i celková velikost porce. Kromě nákladů na nákup potravin se do ceny obědů promítají i mzdové a věcné režie. Mzdové režie zahrnují platy pro zaměstnance školních jídelen a věcné režie tvoří náklady na provoz, vybavení, energie atd. Mzdové režie jsou dotovány státem prostřednictvím MŠMT. Z tohoto důvodu má stát právo legislativně zasahovat do provozu školních jídelen.

Ekonomická nákladovost bude zaměřena na jednu z částí ceny oběda, a to na tu, kterou platí strávnick, tedy na náklady na nákup potravin.

Jedna z navštívených škol poskytla dokument „Výdejka s jídelníčkem a kalkulací“; podle něj bude vypočtena cena za oběd. Výpočet bude následně posouzen z hlediska možnosti nakoupit potraviny na plnohodnotný oběd, který splňuje i normy spotřebního koše, z finanční částky, která je školní jídelnou nastavena.

Oběd: Polévka zelňačka, zeleninové rizoto s masem, sypané sýrem, okurek, nápoje

Ceny rozpočítané a uvedené pro jednoho strávnicka na výše uvedený oběd.

Tabulka č. 3

Potraviny	Cena v Kč / 1 strávnick / 1 oběd
Zelí sterilované	0,67
Zelenina míchaná	0,74
Hrášek sterilovaný	0,34
Cibule	0,25
Vepřový a hovězí ořez	5,70
Rýže	4,76
Okurky sterilované	2,70
Sýr eidam	2,80
Sůl	0,10
Cukr	0,14
Mouka	0,12
Olej	0,67
Mléko	0,50
Čaj	0,58
<b>Celkem</b>	<b>20,07</b>

Zdroj: vlastní tvorba

Částky, které jsou uvedeny v tabulce, byly vypočítány z celkových nákladů na nákup jednotlivých potravin podělených počtem strávnicků přihlášených k odběru daného oběda.

Z výše uvedené tabulky lze vyčíst cenu 20,07 Kč na konkrétní oběd z jídelníčku na jeden den. Průměrná stanovená cena za oběd, kterou platí strávníci, a zároveň tedy cenu určenou na náklady nákupu potravin dané školy, je 26 Kč. Vypočítaná cena oběda je tedy o téměř 6 Kč levnější. Školní jídelny nevyrábí oběd vždy za stejnou finanční částku. Každý den se cena oběda liší dle konkrétního jídla, ale je nutné, aby průměrná cena oběda za měsíc odpovídala stanovené částce. Lze tedy vyhodnotit, že finanční částka, kterou hradí strávníci či jejich zákonní zástupci, je dostačující v rámci výroby oběda ve školní jídelně.

## 9 HODNOCENÍ HYPOTÉZ

### **Hypotéza č. 1: Školním jídelnám se daří dodržovat požadavky vyplývající z vyhlášky o spotřebním koši**

Z výzkumu vyplývá, že většina školních jídelen vytváří svůj jídelníček za pomoci Nutričního doporučení ke spotřebnímu koši a zároveň využívá i jiných příruček, které s tímto legislativním nařízením souvisí, a opět ve většinovém množství tyto příručky byly označeny za dostačující. Školní jídelny ve více případech nemají problém se zařazování stávajících či nových potravin do komodit spotřebního koše. Znamená to tedy, že výsledky výzkumu potvrzují stanovenou hypotézu.

### **Hypotéza č. 2: Dostupné finance, kterými školní jídelny disponují, nejsou dostačující**

Školní jídelny s ohledem na různé faktory musí stanovit cenu oběda, kterou schválí příslušné státní orgány a následně část z této ceny proplácí. Z financí, jež mají školní jídelny k dispozici, musí být zaplacený potraviny, ze kterých se oběd vaří, zaměstnanci příslušné jídelny a režijní náklady na provoz jídelny. Kromě těchto nákladů je nutné vydat část finančních prostředků i na jiné položky. Mezi tyto položky patří například svaz zbytků jídla jakožto biologického odpadu do kafilerii. Dále musí mít školy a zvláště ty, které navštěvují strávníci s nutnou dietou, nutričního terapeuta, který se podílí na tvorbě jídelníčku.

Tyto položky se nezahrnují do ceny oběda, ale je nutné na ně finanční prostředky vyhradit. Poradentství nutričního terapeuta se např. dotuje ze školních finančních prostředků pod správou hospodáře či hospodářky školy. Je tedy patrné, že při takovém množství položek není jednoduché vždy zachovat stejnou potřebu finančních prostředků na každý den. Školním jídelnám ale zkrátka finanční prostředky, které mají k dispozici, stačit musí.

Při přerozdělování potravin či při tvorbě jídelníčku mají pracovníci školních jídelen možnost použít různé počítačové programy, které napomáhají finanční stránku počítat. Každý den se dokládá výdejka s potravinami, jež se použily k přípravě stravy, ale i s cenami za jednotlivé položky. Školní jídelny tedy mají každý den podrobný přehled o tom, v jaké finanční situaci se nachází. Z výzkumu vyplývá, že většina školních jídelen je schopna s finančními prostředky vyjít, protože jak již bylo zmíněno, vyjít musí. Jediné řešení při nedostatku finančních prostředků by bylo zvýšit cenu obědů, ale ta je také legislativně stanovena, takže

školní jídelny nemohou cenu oběda příliš ovlivnit. Z výzkumu tedy vyplývá, že stanovená hypotéza není správná.

### **Hypotéza č. 3: Většina rodičů se snaží své děti naučit správným stravovacím návykům**

Jak již bylo zmíněno v teoretické části této práce, rodičům se může i přes veškerou snahu ve výchově ne vždy dařit naučit své děti správným stravovacím návykům. Již v brzkém věku se mohou děti setkávat s nezdravými jídly. V dospívajícím věku se většinou děti mohou rozhodovat již samy, jaké potraviny budou konzumovat v rámci finančních prostředků, které mívají k dispozici. Často bývají i ovlivněny oblíbeným členem kolektivu a tím, jaké má tento člen vybudované stravovací návyky. I přes tyto veškeré nástrahy a s vědomím, že postupem času si budou samy vytvářet či přetvářet své stravovací návyky, se většina rodičů, dle vyhodnocení výzkumu zaměřeným na rodiče, snaží své děti učit podle nich správné výživě. Z výsledku výzkumu tedy vyplývá potvrzení této stanovené hypotézy.

### **Hypotéza č. 4: Rodiče by byli ochotni platit vyšší finanční částku za zkvalitnění obědů ve školních jídelnách**

S touto hypotézou souvisí hypotéza předchozí, a to v souvislosti s ochotou a zájmem ze strany rodičů či zákonných zástupců vůči správnému vyvíjení se jejich dětí. Z vyhodnoceného výzkumu lze tedy vyčíst, že i přes různé finanční možnosti oslovených respondentů, jsou rodiče či zákonní zástupci ochotni připlatit finanční částku, aby bylo jídlo, které jejich děti konzumují ve ŠJ, kvalitnější. Hypotéza se tedy potvrzuje.

### **Hypotéza č. 5: Strávníci ani jejich rodiče nemají znalosti, co se týče spotřebního koše potravin**

S přihlédnutím na výsledky výzkumu z dotazníkového šetření strávníků a z výsledků anketních otázek směřované na rodiče si lze povšimnout, že většina z nich nemá znalosti o spotřebním koši potravin a obecně legislativních nařízeních, se kterými se ŠJ musí potýkat. Právě nařízení spotřebního koše je mnohdy důvodem nespokojenosti těchto začleněných subjektů kvůli malým porcím, často se opakujícím potravinám, které děti nemají příliš v oblibě atd. Hypotéza se tedy na základě provedeného výzkumu potvrzuje.

## 10 SHRNU TÍ

Výzkum bakalářské práce probíhal formou kvantitativního způsobu prostřednictvím dotazníkového šetření. Výzkum byl proveden u třech skupin začleněných do problematiky školního stravování. Skupině vedoucích školních jídelen bylo rozesláno dotazníkové šetření formou e-mailové korespondence. Na začátku průzkumu bylo nutné zjistit, jakým způsobem školní jídelny sestavují své jídelníčky. Většina oslovených využívá k tvorbě jídelníčku soubor doporučení ke spotřebnímu koši vytvořený MŠMT. Z výzkumu tedy zároveň i vyplývá, že se daří školním jídelnám dodržovat legislativní nařízení vyhlášky č. 107/2005 Sb., o školním stravování. V rámci těchto nařízení se provádějí ve školních jídelnách kontroly, které probíhají ve většině oslovených škol 1–2× do roka.

Pozornost ve výzkumu byla věnovaná i finanční nákladovosti a zároveň finanční dostatečnosti, co se týče celého chodu školních jídelen. Z odpovědí respondentů i z vlastního výpočtu vyplývá, že školní jídelny jsou schopny provoz plnohodnotně zajišťovat.

Výzkum probíhal i v rámci ostatních začleněných skupin. Nejdůležitější začleněnou skupinou ze všech zúčastněných jsou strážníci. Ze dvou navštívených škol vyplňovali strážníci dotazníky za dohledu mé osoby. Výzkumu se zúčastnilo více chlapců než dívek z důvodu, že jedna z navštívených škol je technického zaměření. Většina respondentů uvedla, že školní jídelnu navštěvují hlavně se záměrem konzumace obědů. Chuť pokrmů určených k obědu hodnotili strážníci spíše kladně a podobné hodnocení uváděli i v rámci spokojenosti s celkovou kvalitou jídel. Grafické vyjádření spokojenosti respondentů s velikostí porcí bylo vyhodnocené také spíše pozitivně. Zároveň ale měli strážníci v dotazníku prostor na své vlastní případné názory a více než polovina z nich uvedla, že by větší porce ocenila.

Do oslovených začleněných skupin patří také rodiče či zákonní zástupci, kteří hradí cenu za oběd, respektive náklady na nákup potravin. Strážníci oslovených rodičů zahrnovali všechny možné věkové kategorie, které mohou školní jídelnu navštěvovat. Rodiče ve většinovém množství uvedli, že si jejich děti na stravu, kterou odebírají ve školních jídelnách, spíše nestěžují. Ti rodiče, kteří stravu ze školní jídelny ochutnali, konstatovali, že je strava spíše chutná. Z výzkumu také vyplývá, že se většina rodičů zajímá o to, co jejich děti každý den ve školních jídelnách konzumují. Zákonní zástupci také uvedli, že bez ohledu na jejich finanční situaci by byli ochotni zaplatit vyšší cenu, než hradí nyní, aby bylo odebírané jídlo kvalitnější. V souvislosti se skutečností, že školní jídelnu v mnohém nejvíce ovlivňují legislativní



nařízení, byli tázáni strážníci i rodiče, zda ví, co je spotřební koš potravin. Většina z rodičů ani ze strážníků vůbec netušila, oč se jedná, natož k čemu může sloužit.

## 11 NÁVRHOVÁ ČÁST

Přestože se za posledních několik let školní stravování výrazně zlepšilo, je důležité, aby se dále rozvíjely myšlenky a podklady k dalšímu zlepšování situace školních jídelen. V poslední době je velkým trendem zdravá výživa a zdravý životní styl, kterému se i rodiče snaží naučit své děti. I školní jídelny se snaží zahrnovat do jídelníčků ještě nedávno vůbec nevyužívaných potravin, aby uspokojili strávníky i jejich rodiče. Z velké části ale ovlivňují školní jídelny již zastaralá nařízení, která by bylo potřeba aktualizovat.

Dodržování, mimo jiné, spotřebního koše je pro jídelny závazné a pravidelně kontrolované. Smyslem spotřebního koše potravin je zajištění všech potřebných živin podle výživového doporučení ve spojitosti se zdravou, pestrou a vyváženou stravou. Spotřební koš obsahuje deset kategorií potravin a již v těch jsou nedostatky.

Zatímco živočišné bílkoviny se objevují ve čtyřech kategoriích a živočišné tuky až v pěti, přílohy jsou naopak uvedeny jen v jedné, a to pouze v podobě brambor. Co se týče ostatních příloh, které jsou i tradičnější, neobsahuje spotřební koš kategorii spojenou s využitím rýže, těstovin, případně jejich ještě zdravějších alternativ, jako jsou pohanka či jáhly.

Dalšími problematickými položkami jsou mléko a mléčné výrobky, zastoupeny zvlášť ve dvou kategoriích. S uvedeným množstvím, které by měl strávník za měsíc v těchto kategoriích spotřebovat, je prakticky nemožné tyto požadavky splnit v rámci školní stravy, a tak se mléko podává formou nápoje k obědům. Mléko se přitom spíše hodí k snídaním a svačinám.

K problematickému se řadí i cukry volné a tuky volné. Regulace těchto položek je velmi diskutabilní vzhledem k počítání stanovené normy v podobě pouze nakoupeného množství. Již se nezapočítávají cukry a tuky obsažené v hotových výrobcích.

Spotřební koš má mimo uvedené ještě další nedostatky a bylo by vhodné přehodnotit jednotlivé kategorie a aktualizovat jej. Pozornost by měla být věnována i zaměstnancům školních jídelen, kteří často nejsou finančně oceňováni tak, jak by si zasloužili. Také by bylo vhodné snažit se seznámit strávníky s legislativními nařízeními, aby si byli vědomi všech požadavků, které musí jídelny zohledňovat a dodržovat při tvorbě oběda.

## ZÁVĚR

Bakalářská práce se zabývala problematikou aktuálního školního stravování i se všemi úskalími, které musí jídelny překonávat.

V teoretické části byl představen souhrn všech záležitostí, povinností a nařízení, které školní jídelny ovlivňují. V první kapitole jsou obsaženy základní pojmy výživy a stravování. Kapitola vysvětlovala pojmy, jako je výživa, potrava, poživatiny a jejich dělení. Obsahem kapitoly byl také rozdíl mezi jídelníčkem a jídelním lístkem. Kapitola druhá poukázala na základní charakteristiku a význam školního stravování. V jednoduchosti vysvětluje, kdo jsou strávnicki a čím se musí školní stravování řídit, a uvádí význam školního stravování. Třetí kapitola představila historii školního stravování, počátky fungování školních jídelen a také to, jak se postupem času vyvíjely. Obsahem této kapitoly byly i uvedené roky, které představovaly pro řešenou problematiku důležité převratné milníky. Následující kapitola již představovala význam a posun současného školního stravování. Její podkapitoly uvedly normy a legislativní nařízení, kterými se musí jídelny řídit. Kapitola pátá byla zaměřena podrobně na výživu a její základní složky. V kapitole byla zahrnuta také voda a potřeba dodržování správného pitného režimu v rámci zdravé výživy. Jako vzdělávací pomůcka byla zobrazena potravinová pyramida s rozdělením od zdravých potravin až po ty nezdravé. Závěrečnou kapitolou teoretické části byla výživa dětí a mládeže a její odlišnost od výživy dospělého člověka. Podkapitoly poté představovaly vlivy, které na dospívající děti působí, a jak je toto působení ovlivňuje v rámci stravování a stravovacích návyků.

V úvodu analytické části byly v první řadě stanoveny cíle a hypotézy bakalářské práce, na základě kterých byl vyhodnocen výzkum z výsledků šetření. Obsahem úvodu praktické části byla také metodika, která byla pro výzkum využita. Výzkum byl prováděn formou kvantitativního způsobu a tento způsob byl u většiny použit v rámci dotazníkového šetření. Dotazníky byly rozeslány vedoucím školních jídelen po území celé České republiky. Dalšími subjekty začleněnými do školního stravování, které byly osloveny, byli strávnicki a rodiče či zákonní zástupci.

V praktické části byla rozebrána na základě spolupráce se školními jídelnami aktuální podoba školního stravování. Byl zjištěn reálný stav stravování v konkrétních školách a bylo analyzováno naplňování požadavků spotřebního koše. V rámci naplňování požadavků, kterými se školní jídelny musí řídit, byla zkoumána i ekonomická nákladovost a její

dostatečnost z hlediska stanovené finanční částky. Z vyhodnocených výsledků je nutné podotknout, že aktuální podoba školního stravování je velmi příznivá. Školní jídelny, ač s nástrahami nutného dodržování legislativních požadavků, mají snahu vyhovět zároveň i strávníkům a jejich rodičům, které jejich obědy hradí. Školní jídelny jsou zároveň schopny vyjít s finanční částkou, která je pro vytváření plnohodnotné stravy v rámci oběda stanovena. Výzkum také vyhodnotil skutečnost, že se od doby zahájení školního stravování mnohé změnilo a strávníkům strava podávaná ve školních jídelnách spíše chutná. Problémem se ale pro mnohé ukázala aktuální podoba spotřebního koše potravin, kterou by bylo potřeba aktualizovat.

Stanovené cíle se podařilo v bakalářské práci naplnit. Bylo zjištěno naplňování požadavků spotřebního koše a to s pozitivními výsledky. Problémem se ale stává zjištění, že se školním jídelnám daří dodržovat legislativního nařízení, které je ale v mnohém zastaralé a nevyhovující. Dalším úkolem bylo zjistit dostatečnost finančních limitů v rámci ekonomické nákladovosti na stravu i chod jídelny. Vyhodnocení je ale rozporuplné. Finanční limity jsou také legislativně určené, tudíž se jimi školní jídelny musí řídit a musí je dodržovat ať je finanční rozpětí dostatečné, či není. Z vyhodnocení tedy vyplývá, že finanční limity v rámci ekonomické nákladovosti jsou dostatečné, ale již není zkoumané úsilí, za jakého jsou tyto finanční limity dodržovány.

Bakalářská práce může posloužit vedoucím školních jídelen i k aktualizaci spotřebního koše. Dále ji mohou využít zákonní zástupci strávníků, kterým by s jejím využitím mohly být objasněny souvislosti z prostředí školních jídelen.

Z důvodu neustálého představování nových trendů, poznatků a výzkumů je nutné se příslušnými orgány touto problematikou do budoucna dále zabývat v rámci stálého modernizování školních jídelen, které může vést ke zlepšení, ale i k zjednodušení veškerých činností všech zúčastněných této důležité součásti plnohodnotného rozvoje dospívajících dětí.

## POUŽITÉ ZDROJE

- BLATTNÁ, Jarmila, 2005. *Výživa na začátku 21. století, aneb, O výživě aktuálně se zárukou*, Praha: Společnost pro výživu: Nadace NutriVIT. ISBN 80-239-6202-7.
- CLARK, Nancy, 2013. *Sports Nutrition Guidebook*, 5th edition, Newton: Human Kinetics. ISBN 1-4504-4993-5.
- ČELEDOVÁ, Libuše a Rostislav, ČEVELA, 2010. *Výchova ke zdraví*, Praha: Grada Publishing, a.s. ISBN 978-80-247-3213-8.
- Česká republika. Vyhláška č. 107/2005 Sb., o školním stravování, ve znění pozdějších předpisů. In: č. 17/2015 Sb. 2015
- Česká republika. Vyhláška, kterou se mění vyhláška č. 107/2005 Sb., o školním stravování, ve znění pozdějších předpisů. In: č. 17/2005 Sb. 2015
- Čím se musí školní jídelny řídit? *Výživa dětí* [online] [cit. 20. 11. 2016]. Dostupné z: <https://vyzivadeti.cz/pro-rodice/hodi-se-vedet/cim-se-musi-skolni-jidelny-ridit/>
- FIALOVÁ, Jana, 2012. *Stravovací návyky dětí a školní prostředí: implementace preventivních programů Světové zdravotnické organizace v České republice*. Brno: Barrister & Principal. ISBN 978-80-87474-55-6.
- HOZA, Ignác, 2012. *Výživa a hygiena I.: racionální výživa*, Brno: Vysoká škola obchodní a hotelová. ISBN 978-80-87300-39-8.
- CHRPOVÁ, Diana, 2010. *S výživou zdravě po celý rok*, Praha: Grada Publishing, a.s. ISBN 978-80-247-2512-3.
- KATZOVÁ, Pavla, 2008. *Školský zákon: komentář*, Praha: ASPI. ISBN 978-80-7357-412-3.
- KELLER, Ulrich, Rémy, MEIER a Sibylle, BERTOLI, 1993. *Klinická výživa*, 1. vyd. Praha: Scientia Medica3. ISBN 80-85526-08-5.
- KOTULÁN, Jaroslav a kol., 2005. *Zdravotní nauky pro pedagogy*, Brno: MU. ISBN 80-210-3844-6.
- KUMAR, Manoj, 2013. *Diamond Body-Building Course*, New Delhi: Diamond Pocket Books. ISBN 81-7182-674-1.
- KUNOVÁ, Václava, 2011. *Zdravá výživa*, 2. Vyd., Praha: Grada Publishing, a.s. ISBN 978-80-247-3433-0.
- MLEJNKOVÁ, Lena, 2014. *Služby společného stravování*, Vyd. 3., Praha: Oeconomica. ISBN 978-80-245-2029-2.

- MÜLLEROVÁ, Dana a Anna AUJEZDSKÁ, 2014. *Hygiena, preventivní lékařství a veřejné zdravotnictví*, Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-2510-2.
- MORTIMORE, Sara a Carol, WALLACE, 2015. *HACCP: A Food Industry Briefing*, Oxford: WILEY Blackwell. ISBN 978-1-118-42723-1.
- NEVORAL, Jiří, 2003. *Výživa v dětském věku*, Vyd. 1., Jinočany: H&H. ISBN 80-86022-93-5.
- Publikace ke stažení. *Zdravá školní jídelna, aby naše děti jedly lépe* [online] [cit. 7. 3. 2017]. [www.zdravaskolnijidelna.cz](http://www.zdravaskolnijidelna.cz). Dostupné z <http://www.zdravaskolnijidelna.cz/publikace>
- STOŽICKÝ, František, Josef, Sýkora a kol., 2015. *Základy dětského lékařství*, Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-2997-1.
- STŘEDA, Leoš, 2009. *Univerzita hubnutí*, 2. Vyd., Praha: Euroinstitut. ISBN 978-80-87372-00-5.
- SVAČINA, Štěpán, Alena, BRETŠNAJDROVÁ, 2008. *Dietologický slovník*, Praha: Triton. ISBN 978-80-7387-062-1.
- SVAČINA, Štěpán, 2008. *Klinická dietologie*, 1.Vyd., Praha: Grada Publishing, a.s. ISBN 978-80-247-2256-6.
- SYSLOVÁ, Zora a kol., 2015. *Jak úspěšně řídit mateřskou školu*, 2.Vyd., Praha: Wolters Kluwer, a.s. ISBN 978-80-7478-859-8.
- ŠULCOVÁ, Eva a Alena, STROSSEROVÁ, 2008. *Školní stravování, Výživa a potraviny*, Zpravodaj pro školní stravování, č. 5.
- VOLDŘICH, Michal a Marie, JECHOVÁ, a kol. 2004. *Bezpečnost pokrmů v gastronomii: HACCP: správná výrobní a hygienická praxe: aktuální legislativa: příručka pro pracovníky restaurací a účelového stravování*, 1. Vyd., Praha: České a slovenské odborné nakladatelství, s.r.o. ISBN 80-903401-0-5.
- VANÍČKOVÁ, Eva, 2012. *Stručný průvodce manuálem UNICEF pohledem nejlepšího zájmu dětí*, Vyd.1., Praha: UK – 3. LF. ISBN 978-80-260-2883-3.
- VĚŘÍŠOVÁ, Ludmila a Eva, ŠULCOVÁ, 2006. *Školní stravování v prevenci obezity dětí*. Praha. Zpravodaj pro školní stravování, č. 2.

## SEZNAM GRAFŮ A TABULEK

Graf č. 1 .....	33
Graf č. 2 .....	34
Graf č. 3 .....	35
Graf č. 4 .....	36
Graf č. 5 .....	37
Graf č. 6 .....	38
Graf č. 7 .....	38
Graf č. 8 .....	39
Graf č. 9 .....	40
Graf č. 10 .....	42
Graf č. 11 .....	42
Graf č. 12 .....	43
Graf č. 13 .....	43
Graf č. 14 .....	44
Graf č. 15 .....	44
Graf č. 16 .....	45
Graf č. 17 .....	45
Graf č. 18 .....	46
Graf č. 19 .....	46
Graf č. 20 .....	47
Graf č. 21 .....	47
Graf č. 22 .....	48
Graf č. 23 .....	48
Tabulka č. 1.....	20
Tabulka č. 2.....	27
Tabulka č. 3.....	52

## **SEZNAM ZKRATEK**

DDD – doporučené denní dávky

HACCP – Hazard Analysis and Critical Control Points

MŠMT – Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy

ND – Nutriční doporučení

ŠJ – školní jídelna



## **SEZNAM PŘÍLOH**

Příloha č. 1: Spotřební koš

Příloha č. 2: Přehled vitamínů, jejich funkcí a zdrojů

Příloha č. 3: Dotazníkové šetření – vedoucí školních jídelen

Příloha č. 4: Dotazníkové šetření – strážníci školních jídelen

Příloha č. 5: Anketa – oslovování rodičů

Příloha č. 6: Vyhodnocené grafy a tabulky k anketě – oslovování rodičů

**Příloha č. 1: Spotřební koš**

Druh a množství vybraných potravin v g na strávnicka na den	Věková skupina strávnicků, hlavní a doplňková jídla		
	7 – 10 r. oběd	11 – 14 r. oběd	15 – 18 r. oběd
Maso	64	70	75
Ryby	10	10	10
Mléko tekuté	55	70	100
Mléčné výrobky	19	17	9
Tuky volné	12	15	17
Cukr volný	13	16	16
Zelenina celkem	85	90	100
Ovoce celkem	65	80	90
Brambory	140	160	170
Luštěniny	10	10	10

## Příloha č. 2: Přehled vitamínů, jejich funkcí a zdrojů

Vitamin	Zdroje	Funkce
A	Máslo, tučné mléčné výrobky, vejce, játra, rybí tuk, roztíratelné jedlé tuky (obohacené margaríny)	Pro dobré vidění, pro podporu imunitního systému, udržuje kůži a sliznice v dobrém stavu
D	Rybí tuk, játra, mořské ryby, malá množství obsahující vejce, maso, máslo	Pro rovnováhu minerálních látek – především vápníku a fosforu, jejich absorpci v organismu, pro dobré kosti
E	Rostlinné oleje, ořechy, ryby, vejce, zelenina, celozrnné obiloviny	Antioxidant, chrání náš organismus před nežádoucími vlivy při léčení nádorového onemocnění, působí na optimální využití
K	Zelená listová zelenina, sója, játra, zelený čaj	Má zásadní význam pro dobrou srážlivost krve a pro kostní metabolismus
C	Citrusové ovoce, černý rybíz, šípky, jiné bobulové ovoce, paprika, brambory, kysané zelí, játra a ledviny	Zvyšuje resorpci železa, je nezbytný pro tvorbu kolagenu, antioxidant, napomáhá k odolnosti proti infekcím
B <sub>1</sub>	Játra, libové maso, kvasnice, obiloviny, ořechy	Pro metabolismus sacharidů, pro normální vývoj a funkci mozku, nervů a srdce
B <sub>2</sub>	Játra, mléčné výrobky, maso, obiloviny kvasnice	Pro energetický metabolismus
B <sub>6</sub>	Játra, maso, ryby, zelenina, obiloviny, kvasnice	Pro energetický metabolismus, pro krvetvorbu, účinný v imunitním systému
B <sub>12</sub>	Játra, ryby, vejce, mléčné výrobky, fermentované potraviny, kvasnice	Pro krvetvorbu, pro metabolismus sacharidů, tuků, bílkovin, pro funkci nervové soustavy
Niacin (B <sub>3</sub> )	Kvasnice, játra, maso, mléčné výrobky, zelenina, ořechy	Pro energetický metabolismus
Kyselina pantothenová (B <sub>5</sub> )	Prakticky ve všech potravinách	Pro energetický metabolismus
Kyselina listová (B <sub>9</sub> )	Játra, tmavě zelená zelenina, fazole, kvasnice, žloutek, celozrnný chléb	Pro krvetvorbu, pro optimální funkci nervového systému a kostní dřeně
Biotin (B <sub>7</sub> )	Játra, sója, ořechy, obiloviny, kvasnice	Pro růst a funkci organismu, pro imunitní systém

### **Příloha č. 3: Dotazníkové šetření – vedoucí školních jídelen**

Dobrý den,

jmenuji se Petra Slámová a jsem studentkou Vysoké školy obchodní a hotelové s.r.o. v Brně. V současné době pracuji na své bakalářské práci a to na téma:

Aktuální problematika školního stravování

Tímto se tedy obracím na Vás s žádostí o vyplnění následujícího průzkumu, který bude klíčovým pro dokončení praktické části mé bakalářské práce.

Průzkum je zcela anonymní a nikde v práci nebudou uvedeny názvy škol ani jiné údaje, které by Vás nějak s tímto dotazníkovým šetřením mohly spojovat.

Děkuji Vám za spolupráci a za Váš čas, který věnujete tomuto průzkumu.

S přáním pěkného dne

Petra Slámová

### **Aktuální problematika školního stravování - dotazníkové šetření – vedoucí školních jídelen**

1. Dle čeho Vaše školní jídelna sestavuje jídelníček?
  - a) Vlastní tvorba
  - b) Dle Nutričního doporučení ke spotřebnímu koši (MZ)
  - c) Dle jídelníčku jiných školních jídelen
  - d) Jinou formou
2. Jsou pro Vás dostačující finance, kterými školní jídelna disponuje?
  - a) ANO
  - b) Spíše ANO
  - c) NE
  - d) Spíše NE
3. Je pro Vás obtížné zařazovat potraviny správně do komodit spotřebního koše? (např. v rámci nových potravin na trhu)
  - a) ANO
  - b) Spíše ANO
  - c) NE

- d) Spíše NE
4. V rámci předchozí otázky, využíváte některých dostupných příruček ke spotřebnímu koši?
- a) ANO
  - b) Spíše ANO
  - c) NE
  - d) Spíše NE
5. V případě, že využíváte doporučení či příručku, je pro Vás dostačující?
- a) ANO, zcela dostačující
  - b) Spíše ANO
  - c) NE
  - d) Spíše NE
6. Je personál školní jídelny správně proškolen a má i v rámci spotřebního koše atd. příslušné vzdělání a kvalifikaci?
- a) ANO
  - b) Spíše ANO
  - c) NE
  - d) Spíše NE
7. V rámci předchozí otázky při odpovědi NE, zdůvodněte proč?
- a) Nedostatek financí na proškolení
  - b) Nedostatek zájmu
  - c) Nedostatek pracovních sil, co se tohoto oboru týče
  - d) Z jiných důvodů
8. Vaří se ve Vaší školní jídelně z čerstvých surovin nebo z polotovarů?
- a) Převážně z polotovarů
  - b) Částečně z polotovarů
  - c) Převážně z čerstvých surovin
  - d) Částečně z čerstvých surovin
9. Jak často navštěvují Vaší školní jídelnu příslušné orgány v rámci kontrol? (např. dodržování hygieny na pracovišti, dodržování spotřebního koše, atd.)
- a) 1 - 2x do roka
  - b) Méně než 1x za rok
  - c) Méně než 1x za 2 roky
  - d) Méně

## **Příloha č. 4: Dotazníkové šetření – strážníci školních jídelen**

### **Aktuální problematika školního stravování - dotazníkové šetření – strážníci**

1. Jakého pohlaví jste?
  - a) Dívka
  - b) Chlapec
2. Jak často navštěvujete školní jídelnu?
  - a) Pouze svačinky
  - b) Pouze obědy
  - c) Svačinky i obědy
3. Nabízená jídla ve školní jídelně jsou chutná?
  - a) ANO
  - b) Spíše ANO
  - c) NE
  - d) Spíše NE
4. Víte co je spotřební koš potravin?
  - a) Tento výraz jsem již slyšel/a, ale nevím, k čemu slouží
  - b) Ano, vím co to je a k čemu slouží
  - c) Ne, nikdy jsem o ničem podobném neslyšel/a
5. Spokojenost s velikostí porcí?
  - a) ANO
  - b) Spíše ANO
  - c) NE
  - d) Spíše NE
6. Spokojenost s celkovou kvalitou jídel?
  - a) ANO
  - b) Spíše ANO
  - c) NE
  - d) Spíše NE
7. Považujete prostředí jídelny za kulturní? Cítíte se tam dobře?
  - a) ANO, školní jídelna má příjemné prostředí
  - b) Spíše ANO
  - c) NE, necítím se dobře ve ŠJ
  - d) Spíše NE

8. Prostor pro Vaše názory či zlepšení Vaší školní jídelny. Je něco co Vám chybí v jídlech nabízených školní jídelnou?

.....

.....

.....

## Příloha č. 5: Anketa – oslovení rodičů

1. Kolik je Vašemu dítěti?  
.....
2. Stěžuje si Vaše dítě, že mu ve škole nechutná?
  - a) ANO
  - b) Spíše ANO
  - c) NE
  - d) Spíše NE
3. Zajímáte se o to, co Vaše dítě ve škole konzumuje?
  - a) ANO
  - b) NE
4. Snažíte se Vaše dítě naučit správným stravovacím návykům? (např. zdravá strava, pravidelná strava, atd.)
  - a) ANO, doma jíme převážně zdravě
  - b) Spíše ANO
  - c) NE
  - d) Spíše Ne
5. Víte, že se můžete začlenit do sestavování jídelníčku ve školní jídelně?
  - a) ANO
  - b) NE
6. Myslíte si, že kvalita / cena odpovídá?
  - a) ANO
  - b) Spíše ANO
  - c) NE
  - d) Spíše NE
7. Byl/a byste ochotný/á připlatit svému dítěti za oběd ve škole, aby byl kvalitnější?
  - a) ANO
  - b) Spíše ANO
  - c) NE
  - d) Spíše NE
8. Víte, k čemu slouží Spotřební koš potravin?
  - a) ANO
  - b) NE



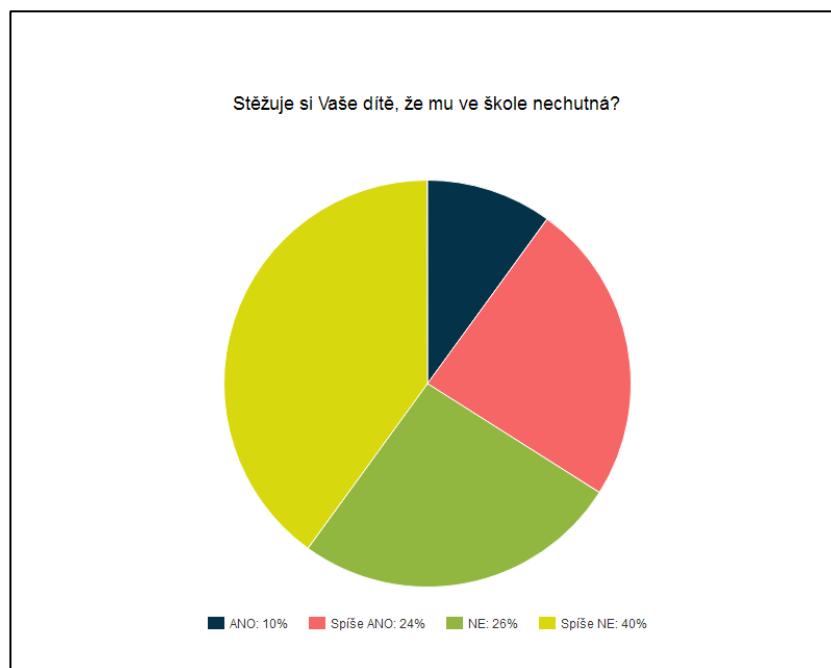
9. Máte možnost kontroly, zda Vaše dítě opravdu chodí na obědy ve ŠJ?
- a) ANO
  - b) NE
  - c) Nezjišťuji
10. Ochutnal/a jste někdy jídlo ze ŠJ Vašeho dítěte? Chutnalo Vám?
- a) ANO, chutnal/a a chutnalo
  - b) ANO, chutnal/a a nechutnalo
  - c) NE, nechutnal/a

## Příloha č. 6: Vyhodnocené grafy a tabulky k anketě – oslovení rodičů

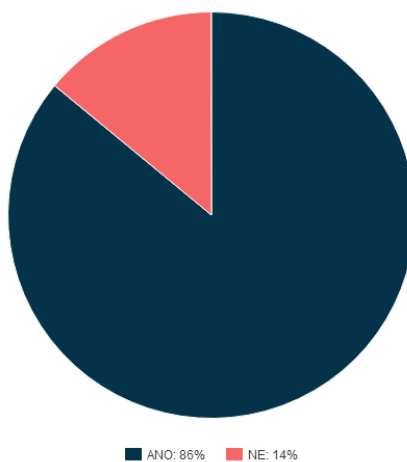
**Kolik je Vašemu dítěti?**

Hodnota	Četnost
10	3
11	5
12	5
13	5
14	5
15	2
16	1
17	1
18	1
6	6
7	2
8	7
9	7

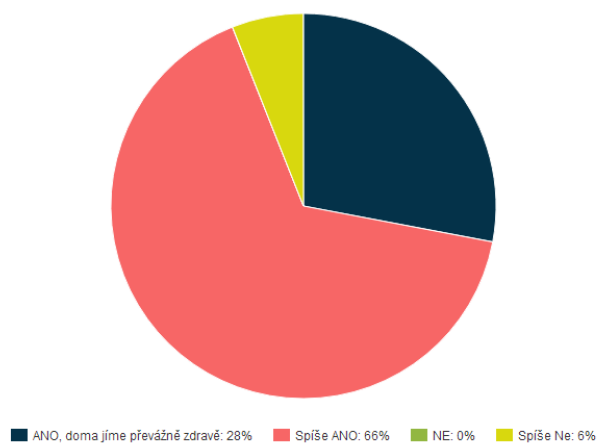
Celkový počet odpovědí: 50



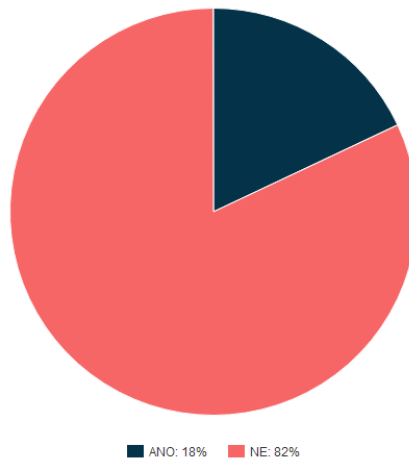
Zajímáte se o to, co Vaše dítě ve škole konzumuje?



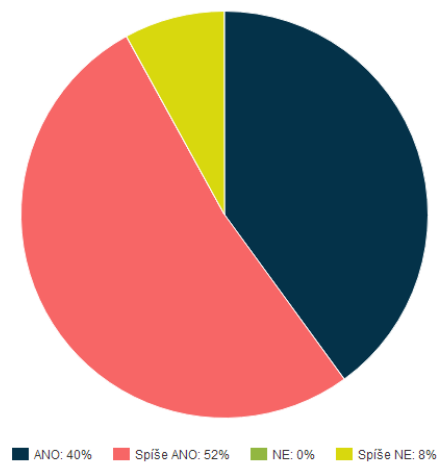
Snažíte se Vaše dítě naučit správným stravovacím návykům? (např. zdravá strava, pravidelná strava, atd.)



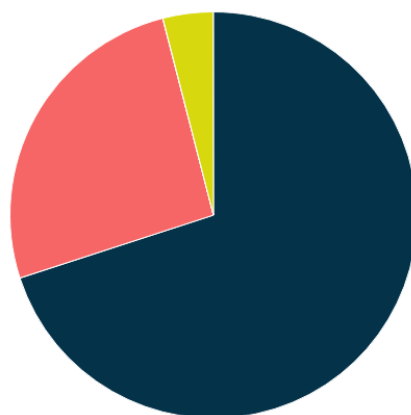
Víte, že se můžete začlenit do sestavování jídelníčku ve školní jídelně?



Myslíte si, že kvalita / cena odpovídá?

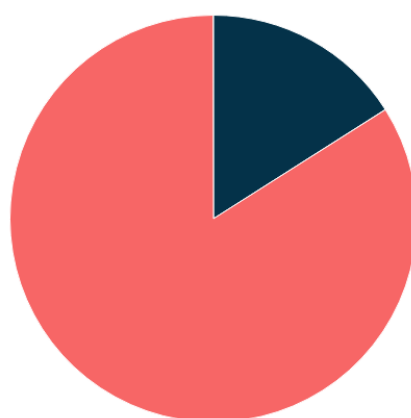


Byl/a byste ochotný/á připlatit svému dítěti za oběd ve škole, aby byl kvalitnější?



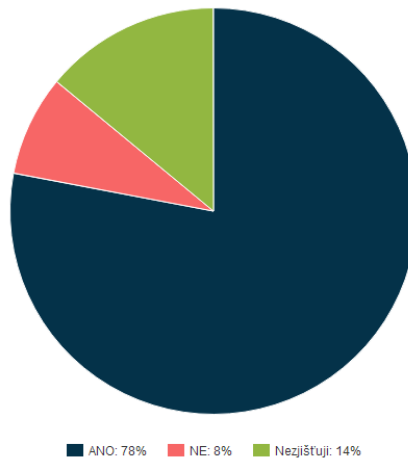
■ ANO: 70% ■ Spiše ANO: 26% ■ NE: 0% ■ Spiše NE: 4%

Víte k čemu slouží Spotřební koš potravin?



■ ANO: 16% ■ NE: 84%

Máte možnost kontroly, zda Vaše dítě opravdu chodí na obědy ve ŠJ?



Ochutnal/a jste někdy jídlo ze ŠJ Vašeho dítěte? Chutnalo Vám?

