



ÚRAD VEREJNÉHO ZDRAVOTNÍCTVA SLOVENSKEJ REPUBLIKY

Trnavská cesta 52
P.O.BOX 45
826 45 Bratislava

V Bratislave, 13.4.2022

Čiastková správa k výsledkom analýz hodnotenia jedálnych lístkov v 3 MŠ za obdobie jeseň, zima (mesačný jedálny lístok v mesiaci október a november)

„Hodnotenie jedálnych lístkov MŠ a ZŠ“

Cieľom projektu je zmapovanie situácie v oblasti dodržiavania všeobecných zásad pre zostavovanie jedálnych lístkov v zariadeniach spoločného stravovania detí (MŠ a ZŠ) a zistiť frekvenciu podávania vybraných druhov potravín resp. pokrmov. Gestorom tohto projektu je ÚVZ SR v spolupráci so všetkými RÚVZ v SR, ktoré zohrávajú úlohu riešiteľských pracovísk so zberom a hodnotením potrebných dát.

Deti sú veľmi konzervatívni stravníci, ale nie je nemožné ich o chutnosti nového pokrmu presvedčiť. Jedlo pre nich musí byť atraktívne, je preto vhodné striedať pokrmy s rôznou teplotou, chuťou, farbou aj konzistenciou. Plnohodnotný, nutrične vyvážený jedálny lístok, je dôležitým nástrojom pre napĺňanie výživových požiadaviek pre jednotlivé vekové skupiny stravníkov. Zásady zostavovania jedálnych lístkov patria do kompetencií rezortu školstva v zmysle prílohy č.1 vyhlášky MŠ SR č.330/2009 Z. z. o zariadení školského stravovania, ktoré boli odsúhlasené orgánom verejného zdravotníctva SR č. ÚVZ SR HDM/8236/17004/2007.

Pri hodnotení jedálnych lístkov (v 3 vybraných zariadeniach) sa využil bodový systém koeficientu pestrosti (metodika bodovania mesačného jedálneho lístku, kde sa hodnotil samostatne každý pokrm obeda – polievka, hlavné jedlo, príloha, nápoj a pod. Pokrm, ktorý sa objavil prvýkrát dostal bod, ak druhýkrát len s malou obmenou bod nedostal. Následne sa body spočítali a súčet sa vydělil počtom pripravených pokrmov počas mesiaca. Vyhovujúca pestrosť je v prípade, ak koeficient nie je nižší ako 0,5). Pre frekvenciu podávania vybraných druhov potravín z mesačných výdajok sa využila vypracovaná metodika bodového systému.

Zostavenie jedálnička pre deti v období predškolského veku býva problematické, nielen že deti niektoré jedlá odmietajú, ale často nechcú ochutnať ani nové ponúkané pokrmy. V zariadeniach pre deti a mládež sa vykonávalo hodnotenie jedálnych lístkov ŠZD motivačným spôsobom, ktorého zámerom bolo zlepšenie situácie týchto zariadení, zvýšenie záujmu mladých stravníkov, za účelom skvalitnenia a nutričného vyváženého jedálnych lístkov. Výsledky zozbieraných materiálov jedálnych lístkov v 3 MŠ za obdobie jeseň, zima (mesačný jedálny lístok v mesiaci október a november) poukazujú na dobrú úroveň riešenej situácie.

Metodika bodového systému pre hodnotenie frekvencie podávania vybraných druhov potravín/pokrmov

- **Materské školy –**

Desiaty a olovranty	Odporúčaná frekvencia za mesiac	Bodové hodnotenie
Nátierka strukovinová alebo zeleninová	4x	1
Rybacia nátierka min.2x mesačne	2x	1
Obilninová kaša (z vločiek, prosa, kukuričnej krupice, ryže apod.) min. 2x mesačne	2x	1
Zelenina alebo ovocie vždy ako súčasť desiat	vždy	1
Ponuka celozrnných, viaczrnných, druhov pečiva vrátane chleba 8x mesačne	8x	1
Nezaradenie údenín a paštét	0x	1

Počet bodov	Vyhodnotenie
5 – 6	výborný
4	veľmi dobrý
3	dobry
2	nízka úroveň
1 bod a menej	nevyhovujúci

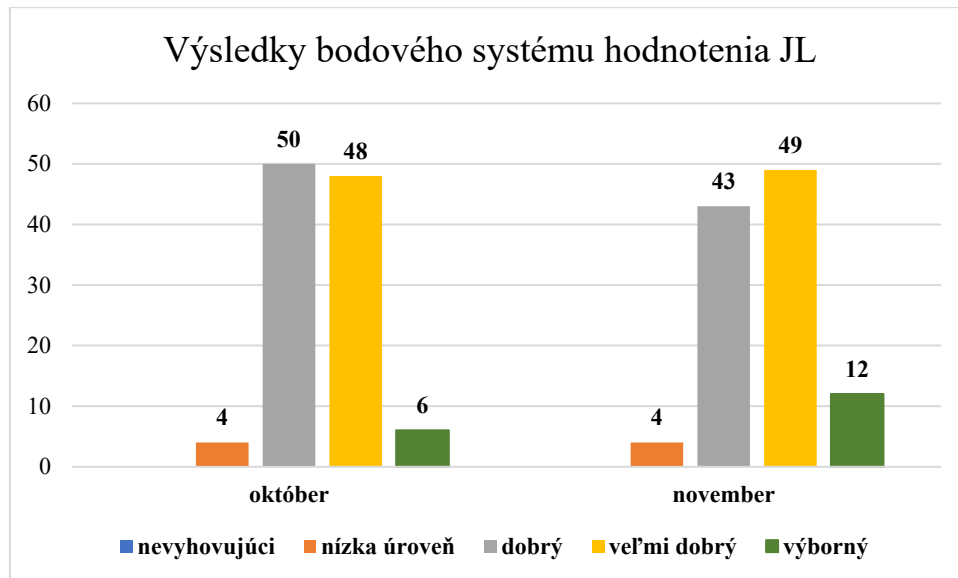
- MŠ a ZŠ - obedy

Obedy	Odporúčaná frekvencia za mesiac	Bodové hodnotenie
Polievky		
zeleninové	12x	1
strukovinové min. 3x ,	3-4x	1 alebo 2
zaraďovanie obilninových závariiek (proso, vločky, krúpy, pohanka, bulgur, kuskus...)	4x	1
kombinácia polievok a hlavných jedál		1
Hlavné jedlo		
hydinové	3x	1
ryby 2x v prípade 3x 2	2-3x	1 alebo 2
Bravčové mäso	4x	1
Bezmäsité jedlo 4x (vrátane strukovín ak sú ponúkané bez mäsa)	4x	1
Nie sú zaradené údené	0x	1
sladké jedlo max. 2x n	2x	1
Pestrosť pokrmov, regionálne jedlá		1
strukoviny 1x , ak 2x t	1-2x	1 alebo 2
Prílohy		
obilniny cestoviny, ryža, kuskus apod....) 7x	7x	1
knedle max. 2x	2x	1
Zelenina		
zelenina čerstvá min.	8x	1
tepelne upravená zele	4x	1
Nápoje		
Denne nesladený		1
Ak sa strieda so sladeným		

Počet bodov	Vyhodnotenie
15 – 21	výborný
11 – 14	veľmi dobrý
7 – 10	dobry
4 – 6	nízka úroveň
3 body a menej	nevyhovujúci

Nižšie koeficienty pestrosti (menej ako 0,5%) dosahovali prílohy a nápoje. Hodnotenie podávania nápojov podľa vyššie uvedeného RÚVZ SR považujú za nevyhovujúci spôsob hodnotenia, nakoľko pri používaní len pitnej vody by bol koeficient 0, avšak pre pitný režim je zdravotne bezpečná voda najvhodnejší spôsob.

Údaj o koeficiente pestrosti nebol zaslaný zo všetkých RÚVZ SR.



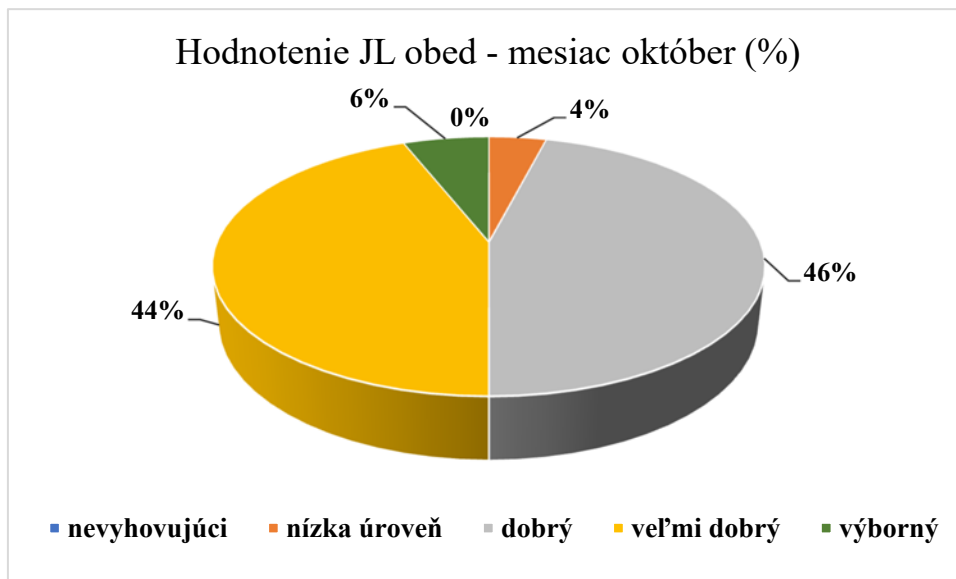
Graf 1 Výsledky bodového systému hodnotenia jedálnych lístkov ZŠ - obed za všetky RÚVZ (október, november)

Na grafe č. 1 môžeme vidieť výsledky bodového systému hodnotenia jedálnych lístkov za všetky regionálne úrady. Najväčšie zastúpenie malo v mesiaci október hodnotenie dobrý, v počte 50x. Obed hodnotený nízkou úrovňou bol v mesiaci október 4x. Žiaden z obedov na vybraných ZŠ nebol v mesiaci október hodnotený ako nevyhovujúci.

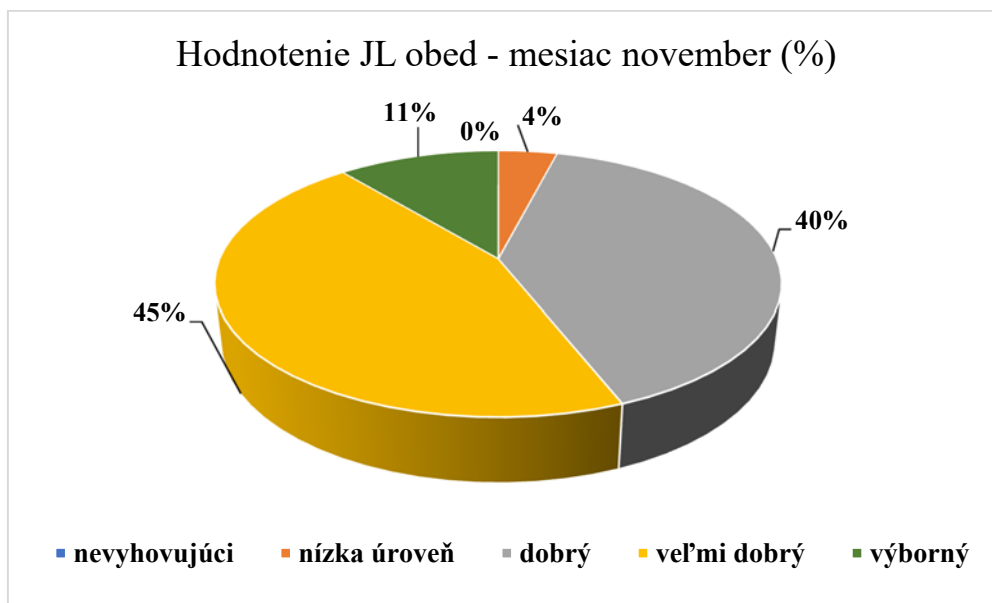
V mesiaci november mali obedy najviac zastúpené hodnotenie veľmi dobrý v počte 49x. Hodnotenie nízka úroveň sa v novembri vyskytlo 4x a žiaden obed si nevyslúžil hodnotenie nevyhovujúci.

Positívne vnímame pokles hodnotenia dobrý, kde v mesiaci október bol hodnotený 50x a v novembri 43x, pričom stúplo hodnotenie v mesiaci november veľmi dobrý o 1 obed a výborný o 6 obedov.

Grafy č. 2 a 3 zobrazujú percentuálne vyhodnotenie v mesiaci október a november.



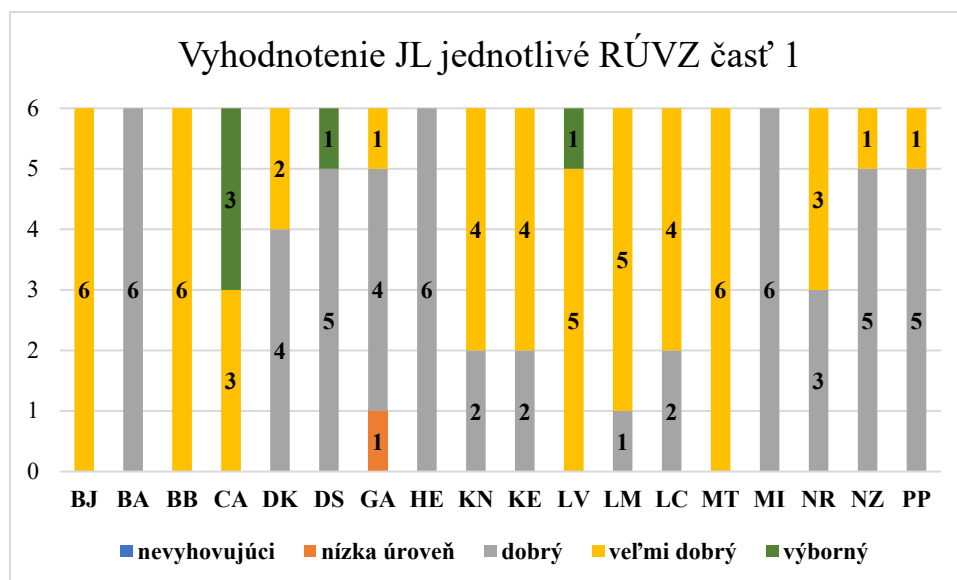
Graf 2 Výsledky hodnotenia jedálnych lístkov ZŠ - obed za všetky RÚVZ v % (október)



Graf 3 Výsledky hodnotenia jedálnych lístkov ZŠ - obed za všetky RÚVZ v % (november)

Tabuľka 1 Vyhodnotenie úrovne obedov jednotlivé RÚVZ (október, november) časť č.1

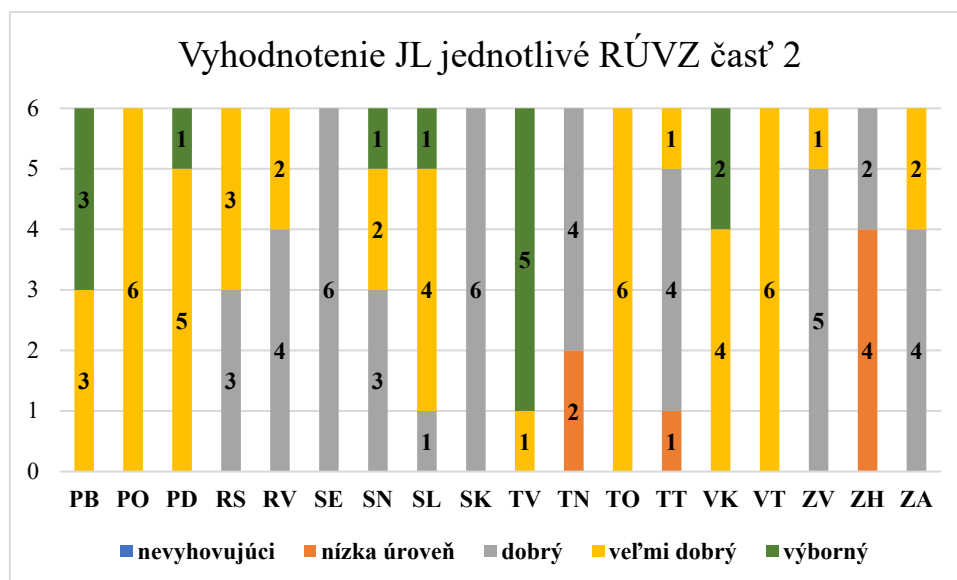
RUVZ	nevyhovujúci	nízka úroveň	dobry	veľmi dobrý	výborný
BJ	0	0	0	6	0
BA	0	0	6	0	0
BB	0	0	0	6	0
CA	0	0	0	3	3
DK	0	0	4	2	0
DS	0	0	5	0	1
GA	0	1	4	1	0
HE	0	0	6	0	0
KN	0	0	2	4	0
KE	0	0	2	4	0
LV	0	0	0	5	1
LM	0	0	1	5	0
LC	0	0	2	4	0
MT	0	0	0	6	0
MI	0	0	6	0	0
NR	0	0	3	3	0
NZ	0	0	5	1	0
PP	0	0	5	1	0



Graf 4 Vyhodnotenie jedálnych lístkov za jednotlivé RÚVZ- obed časť č.1

Tabuľka 2 Vyhodnotenie úrovne obedov jednotlivé RÚVZ (október, november) časť č.2

RUVZ	nevyhovujúci	nízka úroveň	dobry	veľmi dobrý	výborný
PB	0	0	0	3	3
PO	0	0	0	6	0
PD	0	0	0	5	1
RS	0	0	3	3	0
RV	0	0	4	2	0
SE	0	0	6	0	0
SN	0	0	3	2	1
SL	0	0	1	4	1
SK	0	0	6	0	0
TV	0	0	0	1	5
TN	0	2	4	0	0
TO	0	0	0	6	0
TT	0	1	4	1	0
VK	0	0	0	4	2
VT	0	0	0	6	0
ZV	0	0	5	1	0
ZH	0	4	2	0	0
ZA	0	0	4	2	0



Graf 5 Vyhodnotenie jedálnych lístkov za jednotlivé RÚVZ- obed časť č.2

Na základe realizácie projektu počas zberu dát pracovníci RÚVZ odporúčajú:

1. Zabezpečiť, aby pri skladbe jedálneho lístka a normovaní bolo správne zastúpenie jednotlivých druhov potravín tak, aby základné živiny a vitamíny boli dodávané v potrebnom množstve pre stravníkov jednotlivých vekových skupín podľa platnej legislatívy.
2. Zostavovať jedálne lístky a dodržiavať receptúry a technologickú prípravu pokrmov v súlade s Materiálno-spotrebnými normami určenými pre školské stravovanie, ktoré vychádzajú z obsahu výživových faktorov podľa OVD pre jednotlivé vekové kategórie stravníkov, ktoré sú uvedené vo Vestníku MZ SR Čiastka 4-5, dňa 19.Júna 2015, Ročník 63.
3. Dodržiavať zásady pre zostavovanie JL podľa Prílohy č. 1 k Vyhláške MŠ SR č. 330/2009 Z. z. o zariadení školského stravovania.

Záver

Pestrosť podávanej stravy v školských stravovacích zariadeniach je dôležitým kritériom pre optimálny psychomotorický vývin detí.

Projekt „Hodnotenie jedálnych lístkov MŠ a ZŠ“ sa sústredil na analýzu situácie v súvislosti s dodržiavaním všeobecných zásad pre zostavovanie jedálnych lístkov v zariadeniach spoločného stravovania detí.

Pozitívne hodnotíme nezaradzovanie údeného mäsa, údenín a epidemiologicky rizikových potravín do jedálneho lístka. Navrhujeme v rámci obedov zvýšiť frekvenciu podávania bezmäsitého jedla, čerstvej a tepelne upravenej zeleniny, ako aj rýb. Naopak je potrebné znížiť frekvenciu podávania sladkých jedál a sladených nápojov. Vo viacerých školských jedálňach bola zistená nízka frekvencia, prípadne absencia obilninovej závarky. Uvedené závarky sú prospešné pre tráviaci systém, nakoľko majú podobné nutričné zloženie ako obilninové kaše. Veríme, že realizácia projektu prinesie zlepšenie efektívnosti, pestrosti jedálnych lístkov a zdravia pre našich najmenších.

Mgr. RNDr. MUDr. Ján Mikas, PhD.
hlavný hygienik Slovenskej republiky