



GYMNÁZIUM OLGY HAVLOVÉ

Ostrava–Poruba, příspěvková organizace
PŘIDRUŽENÁ ŠKOLA UNESCO
FAKULTNÍ ŠKOLA OSTRAVSKÉ UNIVERZITY

Gymnázium Olgy Havlové, Ostrava-Poruba, příspěvková organizace se sídlem 708 00 Ostrava-Poruba, M. Majerové 1691/4					
A21- Dietní stravování ve školní jídelně					
Č.j.:	Spisový znak	Skartační znak	GOH 00051/2023	A.1.1.3	A10
Vypracovala:			Hana Luzarová, vedoucí ŠJ Garčárová Zuzana, nutriční terapeut		
Schválila:			Mgr. Jana Huvarová, ředitelka školy		
Pedagogická rada projednala:			8. 11. 2022		
Směrnice nabývá účinnosti dne:			1. 1. 2023		

Tato směrnice je zpracována na základě § 2 odstavce 5 vyhlášky č. 17/2015 Sb., o školním stravování: “(5) Výběr potravin, receptur, sestavení jídelního lístku a způsob přípravy jídel vydávaných v rámci dietního stravování provádí nutriční terapeut.“

Obsah:

1. Prokázání kvalifikace nutričního terapeuta
- příloha č. 1 (*kopie osvědčení k výkonu zdravotnického povolání bez odborného dohledu v oboru nutriční terapeut*)
2. Úvod
 - 2.1 Diety připravované školní jídelnou
 - 2.2 Způsob jak žádat o dietní stravování
 - 2.3 Cena stravného
3. Výběr potravin
 - 3.1 Výběr potravin u bezlepkové diety
 - 3.2 Výběr potravin u bezmléčné diety
4. Tvorba receptur
5. Sestavení jídelního lístku
6. Způsob přípravy pokrmů
 - 6.1 Příprava bezlepkové diety
 - 6.2 Příprava bezmléčné diety
7. Další zásady pro zajištění zdravotní nezávadnosti
 - 7.1 Příjem surovin
 - 7.2 Předcházení kontaminaci
 - 7.3 Zpráva o způsobilosti stravovacího zařízení

2. Úvod

Pracovníci zařízení školního stravování zodpovídají za připravený dietní pokrm. Z tohoto důvodu je nutné znát nejčastěji se vyskytující onemocnění, která kladou speciální požadavky na stravu, a především zásady, které jsou při přípravě diet u těchto onemocnění nezbytné.

2.1 Diety připravované ve školní jídelně

Školní jídelna je schopna v rámci aktuálního technického zařízení a personální kapacity připravovat následující diety:

- a) bezlepkovou
- b) bezmléčnou

Diety pro jiné alergie školní jídelna nepřipravuje. Rodiče strávníků trpících potravinovými alergiemi jsou poučeni o uvádění alergenů v jídelníčku.

2.2 Způsob jak žádat o dietní stravování

- a) podat oficiální žádost o dietní stravování (*viz příloha č. 2 této směrnice*)
- b) dodat lékařské potvrzení specifikující speciální dietní požadavky

2.3 Cena stravného

a) žáci 11 – 14 let bezlepková	40,- Kč
žáci 11 – 14 let bezmléčná	36,- Kč
b) žáci 15 a více let bezlepková	42,- Kč
žáci 15 a více let bezmléčná	38,- Kč

Sazby stravného mohou být v průběhu roku změněny v důsledku změn cen dodavatelů.

3. Výběr potravin

Obecně se výběr potravin řídí zásadami dietního stravování:

- 2. Základní složky potravy
- 3. Zásady správné výživy

3.1 Výběr potravin u bezlepkové diety

Cílem bezlepkové diety je dosáhnout maximálního možného omezení obsahu lepku ve stravě. Z tohoto důvodu se vylučují potraviny obsahující v jakékoli formě pšenici a její kultivary, žito, ječmen a oves.

Je-li to možné, upřednostňují se potraviny označené výrazem „bez lepku“, „vhodné pro celiaky“ či označené logem přeškrtnutého klasu apod. Výběr surovin může být doplněn databází bezlepkových potravin na <http://www.potravinybezlepku.cz/>.

Náhrada potravin v recepturách probíhá dle následujícího klíče:

původní surovina	náhradní surovina
hladká mouka	kukuřičná mouka, rýžová mouka, pohanková mouka, cizrnová mouka hraška bezlepková směs
strouhanka (z rohlíků a chleba)	kukuřičná strouhanka, kukuřičné lupínky, bezlepková strouhanka
houskový knedlík	rýžové těstoviny, kukuřičné těstoviny, bezlepkové knedlíky
sladké pokrmy	instantní kaše <ul style="list-style-type: none">• pohanková• rýžová• pohankovo-rýžová• těstoviny rýžové, kukuřičné, bezlepkové s cukrem a kakaem nebo mákem• palačinky z bezlepkové mouky
příloha – chléb, pečivo	bezlepkový chléb, bezlepkové pečivo
zeleninové základy na omáčky	nezahušťuje se, jen se rozmixuje zelenina nebo se zahustí bezlepkovou moukou
bramborový knedlík z prášku	bramborový knedlík z brambor, vejce a kukuřičné mouky, bezlepkové bramborové těsto

3.2 Výběr potravin u bezmléčné diety

V rámci přípravy bezmléčné diety se z pokrmů vylučují všechny suroviny, které jsou mléčného původu či mléko v jakékoli formě obsahují (např. sušené mléko, syrovátkový protein apod.). Použití surovin, na jejichž obalu je deklarováno, že mohou obsahovat stopy mléka, je přípustné.

Je-li přítomnost mléka v pokrmu nutná, nahrazuje se mléko sójovým, pohankovým, kokosovým nebo mandlovým nápojem připraveným v souladu s návodem k použití. Mléčné výrobky (sýry, tvaroh, kefír apod.) jsou z pokrmů eliminovány úplně. Náhrady surovin se dále řídí technologickým postupem pro přípravu bezmléčných pokrmů.

Náhrada potravin v recepturách probíhá dle následujícího klíče:

původní surovina	náhradní surovina
máslo	Olej máslovka
jogurt	Vynechání z receptur, sojový jogurt
mléko	Sojový, pohankový, kokosový, mandlový nápoj
šlehačka, smetana	rostlinná smetana

4. Tvorba receptur

Receptury pro dietní stravu vychází z aktuálních receptur používaných školní jídelnou, speciální receptury nejsou stanoveny. Náhrady surovin, které jsou pro danou dietu nevhodné, jsou popsány v technologických postupech týkajících se jednotlivých diet. Dokumentaci, na základě které je dietní strava připravována, schvaluje nutriční terapeut.

5. Sestavení jídelního lístku

Jídelní lístek pro dietní stravu vychází z aktuálního jídelního lístku vydaného školní jídelnou, může se v některých dnech lišit. V jídelním lístku je zvlášť označená bezlepková dieta jako BL a bezmléčná dieta jako BM. V pokrmech jsou suroviny upravovány či nahrazovány na základě stanovených technologických postupů.

6. Způsob přípravy pokrmů

6.1 Příprava bezlepkové diety

Příprava pokrmů pro bezlepkovou dietu se neliší od přípravy pokrmů standardních. Povoleny jsou všechny tepelné úpravy pokrmů vhodné pro školní stravování, tedy vaření, dušení, zapékání a pečení, méně šetrné tepelné úpravy jako smažení a grilování jsou méně vhodné.

V kritickém momentě, kdy je do pokrmu přidávána surovina obsahující lepek (mouka, zavářka, kořenící směs apod.) je požadovaný počet porcí ze základu odebrán do vyhrazeného nádobí a dokončen v souladu s technologickým postupem pro přípravu bezpečných pokrmů.

6.2 Příprava bezmléčné diety

Příprava pokrmů pro bezmléčnou dietu se neliší od přípravy pokrmů standardních. Povoleny jsou všechny tepelné úpravy pokrmů vhodné pro školní stravování, tedy vaření, dušení, zapékání a pečení, méně šetrné tepelné úpravy jako smažení a grilování jsou méně vhodné.

V kritickém momentě, kdy je do pokrmu přidáváno mléko či surovina mléko obsahující či z mléka vyrobená je požadovaný počet porcí ze základu odebrán a dokončen v souladu s technologickým postupem pro přípravu bezmléčných pokrmů.

7. Další zásady pro zajištění zdravotní nezávadnosti

7.1 Příjem surovin

Suroviny, které jsou používány pro přípravu společných základů pro standardní i dietní pokrmy, musí být při přejímce vždy zkontrolovány, zda neobsahují lepek, resp. mléko v jakékoli jeho podobě. Takto učiní zkontrolováním názvu suroviny, složení potraviny a výčtu možných alergenů. Pakliže surovina obsahuje problematickou složku, nesmí být při přípravě pokrmů použita. Při přejímce speciálních surovin, které jsou určeny výhradně k přípravě dietních pokrmů, musí pracovník, který suroviny přijímá, vždy zkontrolovat, zda obsahují lepek, resp. mléko v jakékoli jeho podobě stejným způsobem. Teprve poté může speciální surovinu uložit na vyhrazené místo.

7.2 Předcházení kontaminaci

Při přípravě bezpečných pokrmů se dbá zejména na:

- důsledné balení a oddělování skladovaných potravin s lepkem a bezpečných
- důkladnou osobní hygienu po manipulaci se surovinami obsahujícími lepek
- používání vyhrazeného nádobí všude tam, kde to technologický postup umožňuje
- časově a místně oddělenou přípravu pokrmů obsahujících a neobsahujících lepek
- dodržování místně odděleného výdeje včetně výdeje dezertů
- dodržování řádného označení potravin a pokrmů tak, aby nedošlo k jejich záměně

Při přípravě bezmléčných pokrmů se dbá zejména na:

- důsledné balení a oddělování skladovaných potravin s mlékem a bez mléka
- důkladnou osobní hygienu po manipulaci se surovinami obsahujícími mléko
- používání vyhrazeného nádobí všude tam, kde to technologický postup umožňuje
- časově a místně oddělenou přípravu pokrmů obsahujících a neobsahujících mléko
- dodržování místně odděleného výdeje včetně výdeje dezertů

dodržování řádného označení potravin a pokrmů tak, aby nedošlo k jejich záměně

7.3 Zpráva o způsobilosti stravovacího zařízení

V případě zavedení nové diety do dietního systému vypracuje garantující nutriční terapeut zprávu, kterou zhodnotí způsobilost stravovacího zařízení k přípravě požadované diety. Před jejím vydáním zkontroluje, zda jídelna splňuje nároky na přípravu této diety, zda je správně zavedena do dokumentace a proškolí všechny zaměstnance o zásadách platných při její přípravě. Od okamžiku vydání této zprávy jídelna může připravovat pokrmy podléhající zásadám dané diety.

V Ostravě 14. 12. 2022

Vypracovala:

Hana Luzarová

vedoucí školní jídelny

Schválil:

Mgr. Jana Hyvarová

ředitelka školy

Žadatel:

Jméno a příjmení: _____

Datum narození: _____

Místo trvalého pobytu: _____

Telefonní číslo: _____

ŽÁDOST O PŘÍPRAVU DIETNÍ STRAVY VE ŠKOLNÍ JÍDELNĚ

podávaná na Gymnáziu Olgy Havlové, příspěvková organizace, Marie. Majerové 1691/4,
Ostrava – Poruba, 708 00, IČ 00602159

Tímto žádám o poskytnutí dietní stravy dítěti:

Jméno dítěte: _____

Datum narození: _____

Žádám o přípravu stravy:

- bezlepkové
- bezmléčné

Prohlašuji, že jsem seznámen(a) s podmínkami stanovenými pro přihlášení dítěte k dietnímu stravování ve Směrnici pro dietní stravování ve školní jídelně, která je zpřístupněna na webových stránkách školy.

K žádosti přikládám potvrzení ošetřujícího lékaře.

V _____ dne _____

podpis žadatele



Magistrát města Ostravy
živnostenský úřad
729 30 OSTRAVA, Prokešovo náměstí 8

Č. j.: SMO/245849/15/ŽÚ/BEJ
Sp. značka: S-SMO/245809/15/ŽÚ

Výpis z živnostenského rejstříku

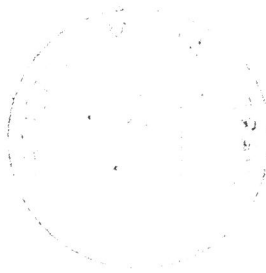
Jméno a příjmení: Zuzana Garčárová
Rodné číslo: 785922/5517
Datum narození: 22.09.1978
Bydliště: Patrice Lumumby 2233/76, 700 30, Ostrava - Zábřeh
Sídlo: Patrice Lumumby 2233/76, 700 30, Ostrava - Zábřeh
Identifikační číslo osoby: 04232381

Živnostenské oprávnění č. 1

Předmět podnikání: Výroba, obchod a služby neuvedené v přílohách 1 až 3 živnostenského zákona
Obory činností: Poradenská a konzultační činnost, zpracování odborných studií a posudků
Testování, měření, analýzy a kontroly
Mimoškolní výchova a vzdělávání, pořádání kurzů, školení, včetně lektorské činnosti
Provozování kulturních, kulturně-vzdělávacích a zábavních zařízení, pořádání kulturních produkcí, zábav, výstav, veletrhů, přehlídek, prodejních a obdobných akcí
Vznik oprávnění: 09.07.2015
Doba platnosti oprávnění: na dobu neurčitou

Úřad příslušný podle § 71 odst. 2 živnostenského zákona: Magistrát města Ostravy

V Ostravě dne 09.07.2015



Jarmila Berková
referent

Provozována: 9.7.2015
JH

Dohoda o pravidlech činnosti nutričního terapeuta (NT) v rámci systemizace dietního stravování ve školních jídelnách České republiky:

Předmět činnosti NT:

- posouzení, návrh na úpravy, konzultace při úpravách podkladů pro realizaci dietního stravování ve školních jídelnách
- proškolení pracovníků smluvní školní jídelny v pravidlech a podmínkách přípravy dietního stravování
- garance nastaveného systému dietního stravování pro smluvní školní jídelny
- konzultace pro lékaře pediatra, rodiče dětí a smluvní školní jídelnu při sestavení individuálních dietních režimů
- konzultace pro vedení školy a zřizovatele

Práci převezme: škola nebo zřizovatel, v souladu s dohodou o provedení práce a výkazem odpracovaných hodin.

Za vykonanou práci přísluší NT odměna ve výši 450,-Kč za hodinu.

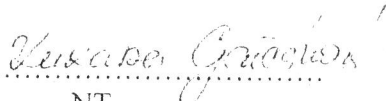
NT bude vykonávat práce osobně a svědomitě podle sjednaných podmínek, v souladu s předpisy vztahujícími se na jejich výkon, zejména s předpisy k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví při práci.


NT se zavazuje zachovávat mlčenlivost a utajení veškerých informací a skutečností týkající se této činnosti, know-how, které se dozví při plnění této činnosti nebo v její souvislosti. NT se zavazuje, že neumožní seznámit se s těmito informacemi a skutečnostmi jakékoli třetí osobě s výjimkou zákonných případů. Toto ustanovení se vztahuje na informace a skutečnosti, které nejsou veřejně známé nebo známé třetí straně. Pod závazek mlčenlivosti spadá i výše odměny. NT se zavazuje po dobu trvání této spolupráce nevystupovat vůči veřejnosti způsobem, který by mohl poškodit dobré jméno a pověst MŠMT, MZ, Sekce výživy a nutriční péče, nutričních terapeutů a školních jídelen, s nimiž bude spolupracovat.

NT je povinen oznámit Sekci výživy a nutriční péče veškeré změny v osobních údajích, k nimž dojde za dobu trvání jeho činnosti, a které mohou mít vliv na výkon činnosti.

V Praze dne: 21. 3. 2015

V Praze dne:


.....
NT


.....
Sekce VNP

doporučení:

uzavřít hmotnou odpovědnost za výkon práce (profese)

Podle ustanovení § 304 odst. 1 Zákonníku práce zaměstnanec může vedle svého zaměstnání vykonávaného v základním pracovněprávním vztahu vykonávat výdělečnou činnost, která je shodná s předmětem činnosti zaměstnavatele, u něhož je zaměstnán, jen s předchozím písemným souhlasem zaměstnavatele. Toto omezení se nevztahuje na výkon vědecké, pedagogické, publicistické, literární a umělecké činnosti.

základní rysy důvěryhodnosti NT:

vztah k profesi
kultivovanost oblečení, projevu, chování a vystupování
odborné znalosti – průběžně aktualizované

NT v práci:

nebát se přiznat svůj omyl. chybovat je lidské
nikoho neironizovat
nepomlouvat konkurenci
nesdělovat pochybení zjištěná v jiných provozovnách

chválit co nejčastěji. hodnotit to, čeho již bylo dosaženo na prvním místě a to co se ještě nepovedlo až na druhém místě

práci odvádět vždy v dohodnutém čase a bezvadné kvalitě
nejasnosti vždy nejprve konzultovat on-line (sekretariat@sekce-vnpcas.cz)
vlastní pocity a dojmy neprezentovat jako fakta

