

Vážení rodiče,

dne 1.9.2015 vyšlo nutriční doporučení ministerstva zdravotnictví pro sestavování jídelních lístků ve ŠJ. Toto nutriční doporučení je doplňující metodikou pro splnění spotřebního koše, ale i návodem, jak zajistit plně hodnotné obědy tak, aby obsahovaly všechny druhy potravin a splňovaly tak doporučenou skladbu polévek, masitých a bezmasých jídel, sladkých pokrmů, zeleniny (syrové i tepelně opracované), příloh apod.

Dne 1.4.2016 obdržela ŠJ dopis z KHS Zlín. Obsahem tohoto dopisu je výzva hlavního hygienika ČR MUDr. Vladimíra Valenty, PhD. o použití soli a nadbytečném solení v České republice. Doporučená spotřeba soli na jednoho člověka činí 5 gramů na den (1 čajová lžička), v ČR je však spotřeba 16,5 g na den. Naše školní jídelna bude podle této výzvy postupovat a bude postupně snižovat spotřebu soli. V prostorách jídelny jsou vyvěšeny manuály, jak hospodařit se solí. Děti dostaly do tříd malý rozvrh hodin s tematikou "jak vařit s maminkou a nahradit sůl bylinkou". Je důležité, aby se i rodiče zapojili do tohoto programu, a šli tak svým dětem příkladem.

V měsíci dubnu jsme zařadili:

- 4x bezmasá jídla
- 2x sladká jídla
- 2x ryby
- 2x luštěninová jídla

Pokrmů z masa se snažíme střídat tak, aby bylo zařazeno hovězí, vepřové, kuřecí, krůtí, rybí i králičí maso, které momentálně není dostupné na trhu.

Zelenina je zařazována do polévek, jako příloha k masu, v současné době i čerstvá do salátů (dle sezonní a cenové nabídky).

NOVINKY:

Smažený řízek v cornflakes - smažení řízků jsme vyzkoušeli v konvektomatu - dětem i všem strávníkům moc chutnalo. Vzhledem k tomuto způsobu smažení **bylo použito mnohem méně tuku.**