

V Praze dne 3. dubna 2015

## **METODICKÉ DOPORUČENÍ**

### **k provádění některých činností souvisejících s realizací dietního stravování v zařízeních školního stravování**

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy České republiky vydává metodické doporučení k provádění některých činností souvisejících s realizací dietního stravování v zařízeních školního stravování podle vyhlášky č. 107/2005 Sb., o školním stravování, ve znění pozdějších předpisů.

#### **Úvod**

Dle § 122 zákona č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání, ve znění pozdějších předpisů (dále jen „školní zákon“), má strážník právo na hmotné zabezpečení, které je povinna zajistit právnická osoba, vykonávající činnost školy nebo školského zařízení.

Vyhláška č. 107/2005 Sb., o školním stravování, ve znění pozdějších předpisů (dále jen „vyhláška“) byla vydána na základě zmocnění v § 35 odst. 2, § 121 odst. 1 a § 123 odst. 5 školského zákona, a v dohodě s Ministerstvem zdravotnictví České republiky podle § 121 odst. 2 školského zákona.

Vyhláška nově umožňuje zařízením školního stravování se rozhodnout, zda jim jejich personální a materiální zabezpečení umožňuje připravovat dietní stravu pro strážníky, jejichž zdravotní stav podle potvrzení registrujícího poskytovatele zdravotní péče, v oboru praktické lékařství pro děti a dorost vyžaduje stravovat se s omezeními podle dietního režimu. Za dietní stravování ve vlastním stravovacím zařízení zodpovídá provozovatel zařízení školního stravování. V zařízeních školního stravování, která nemají potřebné personální, prostorové a materiální podmínky k zajištění dietního stravování, umožňuje tato vyhláška odebírat dietní stravu od odborně způsobilého dodavatele, za předpokladu splnění požadavků uložených potravinovým právem.

Metodické doporučení konkretizuje specifika dietního stravování v zařízeních školního stravování. Odborným garantem metodického pokynu a poskytování nutričních konzultací v rámci tohoto řešení je Sekce výživy a nutriční péče České asociace sester (sekce VNP ČAS, [www.sekce-vnpcas.cz](http://www.sekce-vnpcas.cz)).

## Článek 1 – školní a dietní stravování

Účinností vyhlášky dochází k propojení dvou segmentů, které dosud pracovaly zcela nezávisle a odděleně, a to stravování školního a stravování dietního.

Pro školní stravování je charakteristické sledování plnění výživových norem prostřednictvím tzv. spotřebního koše, který je osvědčený a léty praxe ověřený. Umožňuje realizovat školní stravování v souladu s výživovými požadavky na stravování dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních.

Dieta je běžně chápána jako omezení stravy s redukčním výsledkem. To je ale zavádějící, nesprávné a velmi zúžené vnímání pojmu. Dieta je řízený příjem pokrmů a tekutin za účelem dosažení specifického léčebného cíle. Tímto specifickým cílem je zlepšení kompenzace onemocnění, zmírnění nebo odstranění obtíží pacienta (například vyloučením některých potravin či jejich součástí). Současně musí splňovat i potřebu dostatečného příjmu živin a dalších esenciálních látek. Což je, zejména v dětském věku, velmi důležité, protože výživa dětí má sama o sobě svá specifika daná potřebou živin a dalších látek nutných pro růst a vývoj dítěte a dorostu.

Proto je pro realizaci dietního stravování nutné znát pravidla školního stravování a mít zkušenost se současnými potřebami dietního stravování u dětí. Taková kombinace znalostí je velmi specifická a vyžaduje týmovou spolupráci.

Dietní stravování lze poskytovat jen na základě potvrzení o potřebě dietního stravování, vydaném registrujícím poskytovatelem zdravotních služeb v oboru praktické lékařství pro děti a dorost. Ten stanoví konkrétní dietu.

## Článek 2 – druhy diet

V souladu s dosavadními požadavky na dietní stravování, vyplynula jako jednoznačně nejpotřebnější **dieta s omezením lepku (při onemocnění celiakií, jak se střevní, tak s kožní formou onemocnění)**.

Pro tuto dietu je charakteristické, že její příprava musí splňovat kritéria oddělené výroby (pro zabránění rizika kontaminace surovinami obsahujícími lepek). Strava nemá nutriční ani technologické omezení, ale vyžaduje sortiment potravin bez lepku či s jeho nízkým obsahem.

Speciální potraviny jsou potřebné pouze v situaci, kdy je poskytováno jako součást stravy pečivo, moučníky nebo když je třeba nahradit přílohu s obsahem lepku (například v situaci, kdy nelze z nabídky jídel zvolit přílohu přirozeně bezlepkovou).

Je ovšem nutno odlišit situaci, kdy má strávník alergii na lepek. V tomto případě nemůže být stravováno dietou s omezením lepku, ale podle pravidel diety se striktním vyloučením alergenu (v tomto případě lepku), s čímž souvisí specifické zásady přípravy a výdeje stravy, které nejsou zcela totožné se zásadami přípravy výdeje stravy při celiakii.

Druhou dietou, která se ukázala jako potřebná, je **dieta šetřící**. Pro ni je charakteristické zejména omezení některých technologických postupů. V této dietě není možné využívat smažení a postupy, při nichž dochází k přepalování tuku. Z hlediska výběru potravin nejsou vhodné potraviny nadýmavé, těžko stravitelné a potraviny obsahující velké množství nerozpustné vlákniny. Nevhodné jsou některé druhy konvenienčí. Charakteristika diet, jejich specifika včetně výběru potravin a technologických postupů, jsou součástí přílohy č. 1 tohoto metodického doporučení.

**Další možné diety:** může nastat situace, kdy dítě potřebuje speciální dietu (nejčastěji s vyloučením potravin obsahující alergen, který u dítěte způsobuje alergickou reakci) – v takovém případě je třeba individuální nastavení stravovacího režimu dítěte ve spolupráci s nutričním

terapeutem, neboť se jedná o zcela individuální potřebu. Stejně tak je třeba postupovat v situaci, kdy jde o některá specifická onemocnění – například při fenylketonurii.

Dieta diabetická – její příprava v rámci školního stravování není podle obecných pravidel logická. Každé dítě může mít jiný způsob zvolené léčby a má nastavený také individuální stravovací plán, který je třeba aktuálně modifikovat (například podle aktuální pohybové aktivity). Jde tedy o stravovací režim zcela individuální, kdy si správně edukované dítě své stravování a aplikaci dávek inzulínu uzpůsobuje denním aktivitám a aktuálním hladinám glykémie. Pro stravování těchto dětí nejsou potřebná v rámci školního stravování žádná omezení ve smyslu výběru potravin a jejich technologické úpravy.

### **Článek 3 – Zavedení dietního stravování**

#### **A. Zařízení školního stravování, které již v nějaké formě dietní pokrmy připravuje anebo uvažuje o zavedení této služby:**

1. Zařízení školního stravování rozhodne, zda a jaké dietní stravování bude poskytovat.
2. Své dosavadní či plánované postupy porovná s metodickým pokynem, to značí, posoudí své personální, prostorové a materiální možnosti stravovacího provozu, a to včetně nastavení činnosti v systému HACCP a vytvoří podmínky pro realizaci dietního stravování.
3. Zhodnotí své stávající receptury a jídelní lístek ve vazbě na plánované dietní stravování.
4. V případě potřeby se zúčastní krajského semináře za účelem získání bližších informací o podmínkách realizace dietního stravování v zařízeních školního stravování.
5. Jakmile bude, dle svého názoru, připravena k realizaci dietního stravování dle stanovených podmínek, přihlásí se prostřednictvím on-line formuláře ([www.sekce-vnpcas.cz](http://www.sekce-vnpcas.cz)) k realizaci zhodnocení podmínek provozovny pro přípravu dietních pokrmů.
6. V dohodnutém časovém harmonogramu zhodnotí podmínky provozovny pro přípravu dietních pokrmů (na základě vyžádaných písemných podkladů, tj. jídelních lístků a receptur včetně technologických postupů) odborně způsobilá osoba (nutriční terapeut). V případě kladného výsledku bude personál provozovny nutričním terapeutem zaškolen.
7. Zaškolení pracovníků školní jídelny bude realizováno na jejich pracovišti. Obsahem školení je příprava dietních pokrmů, výběr potravin, úprava receptur a skladba jídelních lístků určených pro dietní stravování.
8. Po úspěšné realizaci zaškolení, zapracuje stanovené postupy provozovatel stravovacích služeb do svého vnitřního řádu.
9. V případě jakékoli změny související s provozem, přípravou dietních pokrmů a používanými surovinami, je nutno kontaktovat nutričního terapeuta. Nutriční terapeut je nadále odborným konzultantem pro případ jakékoliv potřeby související s dietním stravováním ve školní jídelně.

#### **B. Zařízení školního stravování, které bude dietní pokrmy pouze vydávat:**

Toto zařízení školního stravování musí splnit podmínky dané vyhláškou, zajistit výdej stravy v souladu se zásadami správné hygienické praxe a doložit odbornou garanci poskytovatele dietní stravy.

#### **C. Zařízení školního stravování, která bude připravovat dietní pokrmy pro odběratele:**

Toto zařízení školního stravování musí splnit podmínky uvedené v bodě A a upravit podmínky pro výrobu, značení, výdej a transport dietních pokrmů jiným odběratelům.

#### **Článek 4 – postup realizace ve školním roce 2016/2017**

V průběhu prvního čtvrtletí 2016 budou vyhodnoceny získané informace z prvního úseku realizace, a během měsíce dubna budou vyhodnoceny. Následně Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy, společně s Ministerstvem zdravotnictví a Sekcí VNP ČAS navrhnou případné úpravy metodiky.

Vzhledem k tomu, že pro každou dietu je třeba stanovit, jaké má mít podmínky pro výrobu jídel, tzn. způsob přípravy, stanovení sortimentu surovin, technologických postupů, které lze či naopak nelze použít, je nutné, aby recepturu, jídelní lístek i způsob přípravy jídel poskytovaných v rámci dietního školního stravování garantoval nutriční terapeut, tedy odborník, který je dle platné legislativy kompetentní k poradenství v léčebné výživě. Podmínky, které musí nutriční terapeut splňovat, jsou uvedeny v příloze č. 2 tohoto metodického doporučení.

#### **Článek 5 – kontrolní činnost**

Dle zákona č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon), ve znění pozdějších předpisů a zákona č. 258/2000 Sb., o ochraně veřejného zdraví a o změně některých souvisejících zákonů, ve znění pozdějších předpisů, kontrolní činnost vykonává Česká školní inspekce a orgán ochrany veřejného zdraví.

#### **Článek 6 – financování**

Školní stravování je školskou službou, které uskutečňuje školské zařízení. Finanční prostředky, které získá zařízení školního stravování ze státního rozpočtu pak lze užít na výdaje specifikované v § 160 odst. 1 školského zákona, tj. odměny za práci vykonávanou za práci mimo pracovní poměr.

#### **Článek 7 - odborná podpora**

**Další zdroje informací lze nalézt na webových stránkách** [www.msmt.cz](http://www.msmt.cz), [www.sekce-vnpcas.cz](http://www.sekce-vnpcas.cz), [www.coeliac.cz](http://www.coeliac.cz), [www.gastroped.cz](http://www.gastroped.cz).

**Literární zdroje** (dostupné u Bc. Tamary Starnovské):

**School Food and nutrition in Europe, a workshop report;** JRC ISPRA, 15-16. 5. 2014, Italy

**Výživa v dětském věku;** Jiří Nevorál a kolektiv; H&H Vyšehradská, s. r. o., 2003, ISBN 80-86-022-93-5

doc. MUDr. Jiří Bronský, Ph.D., Pracovní skupina pro dětskou gastroenterologii a výživu České pediatrické společnosti, <http://www.gastroped.cz>

**Přílohy:**

Příloha č. 1: Specifikace diet řešených v rámci metodického doporučení

Příloha č. 2: Podmínky způsobilosti nutričního terapeuta pro zahrnutí do seznamu nutričních terapeutů a některá další specifikata

**Mgr. Jaroslav Fírmuc v.r.**  
náměstek pro vzdělávání

**Příloha č. 1 : Specifikace diet řešených v rámci metodického doporučení  
č.j.: MŠMT-43643/2014-11**

### **Dieta šetřící**

Dieta je energeticky i biologicky plnohodnotná, lze ji podávat dlouhodobě. To znamená, že strava je pestrá, zajišťuje dostatek základních živin (bílkovin, tuků sacharidů), ve správném poměru a složení, včetně dalších důležitých látek. Zároveň je lehce stravitelná.

Podstata diety je v šetřících technologických úpravách a v omezení sortimentu některých potravin. Dieta je šetřící po stránce mechanické a chemické.

#### **Mechanické šetření:**

- *nepodáváme potraviny s hrubou vlákninou (př. celozrnné výrobky, košťáloviny, luštěniny)*
- *pokrmy upravujeme doměkka, volíme vždy vhodnou konzistenci (bez tvrdých kůrek, případně dále mechanicky upravené – mletí, pasírování, lisování, krájení, apod.)*
- *odstraňujeme slupky (např. tvrdé hrušky, jablka), popřípadě potraviny strouháme nebo krájíme na drobné kousky (tvrdé hrušky, tvrdá jablka, mrkev, apod.), nepodáváme ovoce se zrníčky (například rybíz)*

#### **Chemické šetření:**

- *dbáme na vhodnou kombinaci pokrmů*
- *pokud maso před úpravou opékáme (např. u pečení, dušení), tak pouze nasucho*
- *na jídle se nemá utvořit kůrka*
- *z koření používáme pouze povolené druhy a dbáme na vhodný výběr ochucovadel*
- *nepoužíváme potraviny s pikantními příchutěmi*
- *tuky přidáme až do hotových pokrmů, případně v průběhu úpravy pokrmu*

Výběr potravin je mírně omezen pouze o nadýmavé, těžce stravitelné a pikantní pokrmy, potraviny a pochutiny. Nepoužíváme česnek, cibuli (pouze jako vývar, či vcelku na vydušení či vyvaření a poté je z pokrmu vyjeme), pór, kedlubny kapustu, větší množství květáku, paprik, salátové okurky. Z ovoce čerstvé hrušky a ovoce se zrníčky (například rybíz). Dále pak pikantní a dráždivé koření (veškeré druhy kromě níže uvedených), opatrnosti je třeba při používání koření směsí či některých sypkých konvencií (vždy se řídíme složením výrobku).

K technologické úpravě s výhodou používáme konvektomat, horkovzdušnou troubu, gril, teflonové nádoby, folii k přípravě bez tuku, alobal, papiloty. Mezi vhodné technologické úpravy patří vaření (v tekutině, v páře, ve vodní lázni), spařování, dušení, pečení, zapékání. Nepoužívají se úpravy, při nichž dochází k přepalování tuku, tedy zejména smažení, omezeno je i opékání a grilování. Opékání je povoleno pouze nasucho (maso), nikoli na tuku, grilování pouze v alobalu či papilotě. Alobal a papilotu je výhodné použít i u klasického pečení.

Čerstvý tuk přidáváme až do hotových pokrmů, případně v průběhu úpravy, ale nikdy ne tak, aby se tuk vkládal do nádoby na tepelném zdroji jako první, před potravinou (nedokázali bychom tím eliminovat přepálení, které je u této diety naprosto nežádoucí). Pokrmy zahušťujeme rozmixovanou zeleninou, nastrouhaným bramborem, nasucho opraženou moukou, bešamelem (z nasucho opražené mouky), strouhaným pečivem, Solamylem.

Na dochucení pokrmů můžeme použít menší množství soli, případně cukru, citrónovou šťávu (ne ocet), vývar z hub, cibule, rajský protlak. S výhodou používáme zejména bylinky a nedráždivá

koření, jako např. petrželovou a celerovou nať, pažitku, petrželku, kopr, majoránku, bazalku, rozmarýn, saturejku (chuťově napodobí pepř), sladkou mletou papriku, bobkový list.

### **Strava s omezením lepku**

Dieta je energeticky i biologicky plnohodnotná, při jejím správném sestavení zajišťuje dostatek energie, základních živin (bílkovin, tuků, sacharidů) i dalších nutričně významných látek. U nemocných celiakií je základním léčebným prostředkem, dodržuje se trvale.

Technologická úprava pokrmů je v rámci diety bez omezení.

Jedinou limitující složkou diety jsou potraviny a pokrmy obsahující lepek, které jsou v rámci diety zakázané. Jedná se o pšenici (i špaldu), žito, ječmen, oves a výrobky z těchto obilovin, tedy zejména vločky, kroupy, krupice, otruby apod. a výrobky z mouk z těchto obilovin. Jedná se o chléb, pečivo, strouhanku, cukrářské výrobky, těstoviny, knedlíky, noky.

Zakázané obiloviny a výrobky z nich se nahrazují potravinami přirozeně bezlepkovými, tedy bramborami, rýží, kukuřicí, sójou, luštěninami, amarantem, prosem (jáhly) a výrobky z nich (mouky, pečivo aj.). Mezi další přirozeně bezlepkové potraviny, tedy povolené v rámci pestré stravy bez omezení, patří ovoce, zelenina, mléko, vejce, maso, ryby, ořechy, rostlinné oleje. **To však nemusí platit o výrobcích z nich.**

#### ***Nevhodné potraviny a další složky stravy:***

- Veškeré kupované pečivo a chléb.
- Běžně kupované těstoviny, pekařské výrobky, příkrmy z pšeničné, žitné, ječné a ovesné mouky, vločky.
- Instantní káva (obsahuje výtažky z obilí).
- Kávoviny – Malkao, Melta, Bikava (obsahují sladové výtažky).

#### ***Potraviny, u kterých je třeba zvlášť pečlivě sledovat jejich složení:***

- Uzeniny - salámy, párky, klobásy, paštiky, pomazánky, sekaná, masové konzervy.
- Konvenience.
- Výrobky, u kterých z názvu není jednoznačně jasné jejich konkrétní složení, lepek může být přidán v podobě např.:
  - pšeničného, žitného a ječného škrobu
  - modifikovaného škrobu – z lepek obsahujících obilovin
  - některých přídatných látek
- Pudinky, krémy, jogurty, zmrzliny, kukuřičné lupínky, kečupy, majonézy, hořčice, směsi koření apod.

Výrobky vhodné pro osoby s nesnášenlivostí lepku jsou označeny "BEZ LEPKU" nebo "S VELMI NÍZKÝM OBSAHEM LEPKU" - Nařízení komise (ES) č. 41/2009. Někdy mohou být označeny i symbolem přeškrtnutého klasu.

**Příloha č. 2: Podmínky způsobilosti nutričního terapeuta pro zahrnutí do seznamu nutričních terapeutů a některá další specifika,  
č.j.: MSMT-43643/2014-11**

**Základní podmínkou pro zařazení do seznamu nutričních terapeutů je:**

- aktivní zájem o tuto činnost,
- časové možnosti pro práci se školami,
- kvalifikační předpoklady v souladu s platnou legislativou, to znamená nutriční terapeut,
- platné osvědčení k samostatnému výkonu profese,
- zkušenosti v problematice výživy dětí,
- znalost specifík školního stravování,
- aktivní spolupráce a účast na školicích akcích pro garantující NT.

Odbornou garancí je pověřena sekce Výživy a nutriční péče, která z tohoto titulu je tvůrcem a správcem seznamu garantujících NT.

Tento seznam bude dostupný v průběhu dubna 2015 na [www.sekce-vnpcas.cz](http://www.sekce-vnpcas.cz). Seznam bude průběžně rozšiřován a aktualizován.

Zájemci o tuto činnost se mohou přihlásit na [sekretariat@sekce-vnpcas.cz](mailto:sekretariat@sekce-vnpcas.cz).

Povinností garantujících nutričních terapeutů je absolvování školicích akcí a společných workshopů organizovaných sekcí VNP ČAS a poskytování dat o realizované činnosti.

Tito nutriční terapeuti budou poskytovat své služby na základě smluvního vztahu s poskytovatelem školního stravování, a to za jednotnou hodinovou sazbu: 450 Kč.

Obvyklé časové dotace na jednotlivé činnosti budou dostupné na [www.sekce-vnpcas.cz](http://www.sekce-vnpcas.cz).

**Základní spektrum služeb nutričních terapeutů pro dietní školní stravování:**

- Hodnocení jídelního lístku ve vztahu k poskytovanému dietnímu stravování.
- Revize receptur pokrmů (surovin a technologických úprav) ve vztahu k poskytovanému dietnímu stravování.
- Edukace pracovníků kuchyně a jídelny v oblasti přípravy a výdeje léčebné stravy.
- Průběžná konzultační činnost ve výše uvedeném.
- Kontrolní činnost ve výše uvedeném.
- Konzultace pro potřeby realizace dietního stravování individuálního (například alergie na potraviny, požadavek na jinou dietu).
- Možné řešení v systému školního stravování pro individuální potřebu diety.