



ZÁVĚREČNÁ ZPRÁVA O VÝŽIVĚ

Závěrečná zpráva (ZZ) je zaměřena na závěrečné hodnocení stravování předškolních dětí v **Mateřské škole Sluníčko v Krupce** v rámci projektu Cepík ve školním roce 2022/2023. Navazuje na úvodní výživovou zprávu (ÚZ) a jejím cílem je zmapování navrhovaných doporučení v ÚZ a jejich další uplatnění v praxi.

Stejně jako úvodní zpráva, rovněž závěrečná zpráva vychází z dodaných podkladů, a to ze spotřebního koše a jídelního lístku za měsíce květen a červen.

ZZ stejně jako ÚZ hodnotí komodity spotřebního koše, které nebyly splněny a potraviny, které by do jídelníčku měly být zařazeny nebo naopak z jídelníčku vyřazeny.

HODNOCENÍ KOMODIT SPOTŘEBNÍHO KOŠE

Stejně jako v úvodní zprávě, všechny komodity byly v obou měsících splněny dle požadovaného legislativního limitu.

Maso - plnění masa doporučuji držet při spodní hranici plnění (75%) a zbytečně maso nenavyšovat. I při plnění z 75% budou mít děti dostatečný příjem živočišných bílkovin, který by měl být ve vhodném poměru s bílkovinami rostlinného původu.

Ryby – v obou měsících pěkné plnění nad 75%. Z pohledu výživy je dobré držet si stabilní plnění ryb okolo 100%.

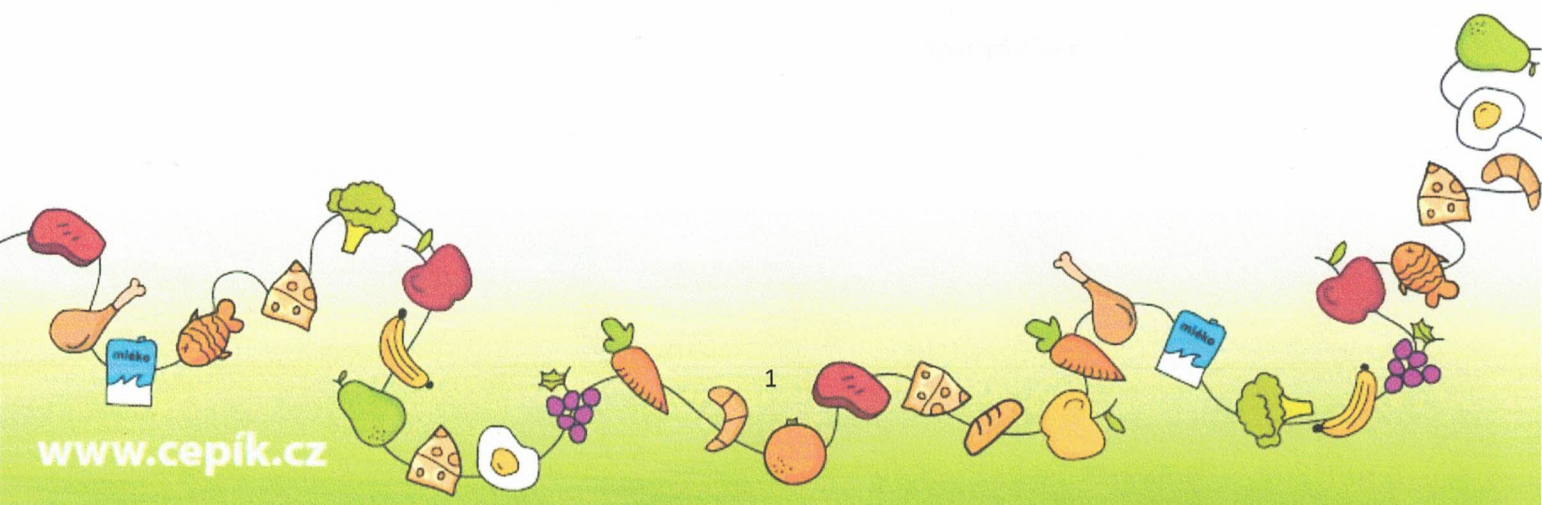
Mléko a mléčné výrobky - legislativou povolené plnění je v rozmezí 75 – 125%, což bylo splněno. Platí pravidlo, aby součet plnění mléka a mléčných výrobků byl aspoň 150%, což se podařilo v obou měsících.

Cukry, tuky – plnění v obou měsících je v pořádku. Z výživového hlediska je vhodná hodnota okolo 70%, 70 - 80% v případě, že školka si vyrábí své domácí moučníky jako v tomto případě.

Luštěniny – legislativní minimum limitu pro plnění luštěnin (75%) byl splněn v obou měsících.

KTERÉ POTRAVINY DO JÍDELNÍČKU NEZAŘAZOVAT A PROČ?

Mezi zmiňované potraviny v úvodní zprávě patřily - uzeniny, tavené sýry a plísňové sýry. Školka dlouhodobě a správně do jídelníčku tyto skupiny potravin vůbec nezařazuje.





CO SE POVEDLO?

Všechny vyjmenované body v úvodní zprávě platí i pro závěrečnou zprávu:

- Spotřební koš byl splněn ve všech hlídaných komoditách
- Výborné plnění komodity ovoce a zeleniny nad 100 % - pestrá škála zeleninových pomazánek a ovocných i zeleninových salátů ke svačině a k obědu
- Školka dbá na vhodné kombinace polévek a hlavních jídel (pouze v jednom případě, kdy byla k obědu hrachová kaše bych doporučila zeleninovou polévku místo drůbežího vývaru), aby hlavní jídlo bylo opravdu bezmasé
- Školka správně a často zařazuje obilné kaše k dopolední svačině z různých obilovin
- Zařazení domácích svačinek a moučníků

CO JE POTŘEBA NAPRAVIT?

Stejně jako v úvodní zprávě bylo potvrzeno, že takto sestavený jídelníček pro děti je naprosto v pořádku.

ZÁVĚR

Celkově hodnotím jídelníček opět výborně, školku velmi chválím za správné zadávání hodnot do spotřebního koše, které korespondují s příloženým jídelníčkem. Jídelníček je pestrý, bohatý, nutričně vyvážený a takto by měl vypadat jídelníček pro děti. Zde musím osobně pochválit tým paní Ing. Bubeníčkové, že se stravování dětí opravdu věnují.

Děkuji za spolupráci a doufám, že pro školku byl projekt Cepík užitečný.

V Centru podpory zdraví, z.ú. se snažíme poskytnout co nejodbornější informace o stravování dětí v předškolním věku. Pokud budete mít dotazy, které nebudou zodpovězeny ve výživové zprávě, neváhejte nás kontaktovat.

Výživovou zprávu zpracovala

Ing. Lucie Dohnalová

Specialistka na výživu v projektu Cepík

