



STÁTNÍ ZDRAVOTNÍ ÚSTAV

Kolik živin mají ve skutečnosti školní obědy v ČR

Na začátku školního roku je obvyklé věnovat se školnímu stravování. Vyjadřují se politikové, různí odborníci i úplní laikové. Média vyjádření prezentují s povděkem, zejména když jde o kritické komentáře. Zřídka se ale dozvíme, co je objektivní základ tvrzení. Studie obsahu nutrientů v pokrmech ze školního stravování ve školním roce 2015/16, provedená na pokyn hlavního hygienika ČR, ve spolupráci SZÚ, hygieniků a dalších odborníků, poskytuje zajímavý analytický pohled, možná trochu překvapivý, na situaci v ČR. Jednoduše, školní stravování není tak špatné, ale je pořád co zlepšovat.

I když rozsáhlá studie ještě není zcela dokončena, analyzují se totiž ještě další data, první výsledky jsou zajímavé. Často v protikladu s některými kritickými komentáři.

Pro uživatele výsledků mohou být zajímavá některá fakta o probíhající studii. Formou grafických prezentací se proto můžete seznámit s použitou metodikou a organizací, a také prvními výsledky.

Studie byla naplánována před zahájením školního roku 2015/16. Informační leták shrnuje základní informace o studii určené širší veřejnosti:

[1souhrn_priprava.pdf](#) (744,20 KB 08.09.2016 12:02)

Rekapitulace cílů studie a první výsledky byly prezentovány všem spolupracovníkům, včetně zaměstnanců školních jídelen, kteří se na studii podíleli, na setkání v Praze, 23.8.2016.

[2rekapitulace_studie.pdf](#) (942,19 KB 08.09.2016 12:20)

Velký význam pro relevanci studie má metodika a organizace. Při přípravě národní studie bylo využito zkušeností z organizace dalších národních monitorovacích akcí. Metodické přístupy a organizace mají vliv na nejistoty výsledků jakékoli studie.

[3metodika.pdf](#) (2,33 MB 08.09.2016 12:36)

První výsledky statistického zpracování dat poskytují zajímavý pohled na nutriční parametry obědů nabízených dětem ve věku 7 - 10 roků v našich školních jídelnách. Je potřeba si uvědomit, že jde o parametry reprezentující "průměrnou měsíční nabídku" pro skupinu dětí, nikoli pro jednotlivce. To má samozřejmě vliv na interpretaci výsledků a další využití v praxi.

[4vysledky.pdf](#) (758,11 KB 08.09.2016 12:47)

Stručně shrnuto, první výsledky naznačují, že ve srovnání s obvyklým výživovým chováním populace ČR (výsledky národní studie SISP04, 2006 dokládají, že jen malá část populace se stravuje v souladu s doporučením), lze stále školní obědy považovat za *"blížící se oficiálnímu ideálu nutričních doporučení pro studovanou věkovou kategorii"*.

Vydávané obědy jsou v některých jídelnách energeticky poměrně nízké, pokud je srovnáme s očekávaným



výdejem energie, a to i pro děti s nízkou pohybovou aktivitou (index PAL 1,6), bez ohledu na to, zda jídelna vaří málo nebo mnoho obědů.

Snaha vyhovět požadavku individuálních strávníků a současně omezit plýtvání jídlem může vést k snižování velikosti vydávaných porcí.

Snaha o zdravé stravování vede asi občas k přílišnému snížení obsahu tuku v pokrmech, což je v souladu s platnou vyhláškou. Tuk je ale nezastupitelný nosič řady biologicky významných látek, včetně vitaminů a jeho obsah v obědech by proto měl odpovídat alespoň minimu výživového doporučení z hlediska podílu energie a samozřejmě i odpovídat doporučení z hlediska zastoupení skupin mastných kyselin. To je podnět pro diskusi o znění platné vyhlášky, která teoreticky dovoluje nemít tuk v obědech vůbec.¹

Sodíku/soli (i jódu ze soli) je v pokrmech mnoho, bez ohledu na to, zda jídelna vaří málo nebo mnoho obědů. Vápníku a draslíku je v obědech málo. Nejde o překvapující zjištění, to se předpokládalo, neznamená to ale, že je možné nechat tato fakta bez povšimnutí.

Nyní jsou zpracovávána další analytická data. Měla by poskytnout obrázek o přívodu dalších stopových prvků, ale i látek, které mají spíše škodlivý charakter. Zajímavý bude i pohled na složení tuků, který obědy obsahují. O výsledcích budeme informovat.

J.Ruprich a kol.

CZVP, Brno, 8.9.2016

Poznámka

1) pro upřesnění - platné znění vyhlášky je v bodě možné odchytky od výživové normy pro tuk a cukry formálně nejasné. Na dotaz, jak si znění tohoto textu ohledně výživové normy pro tuk vykládají pracovníci v oblasti školního stravování, někteří nevyloučili ani možnost snížení hodnoty k nule nikoli pouze o 25%. Dobrá vůle a logika věci je v případě výkladu právního předpisu sice důležitá, ale přeci jen nedostatečná. Proto je to námět k formálnímu zpřesnění.