

**Vedúca Školskej jedálne:** Božena Juhásová

**Hlavná kuchárka:** Renáta Karčáková

**Pomocná kuchárka:** Marta Szanyiová



O stravu našich detí sa starajú kuchárky Školskej jedálne pri MŠ. Do elokovanej triedy sa strava donáša z budovy MŠ so ŠJ v prepravných nádobách podľa predpisov. Do výdajne stravy stravu donáša a vydáva pracovníčka školskej jedálne s odbornou spôsobilosťou. Za hygienu v kuchyni elokovanej triedy zodpovedá pracovníčka školskej jedálne. Za kvalitu a predpísané množstvo stravy zodpovedá vedúca Školskej jedálne pri MŠ. Ďalej zabezpečuje zisťovanie počtu stravníkov a pitný režim /vyhl. MZ SR č.527/2007 Z. z./.

### *Zásady pre zostavovanie jedálnych lístkov*

S platnosťou zákona č. 245/2008 Z.z. o výchove a vzdelávaní (školský zákon) od 1. 9. 2008 sa v zariadeniach školského stravovania výroba pokrmov riadi:

- odporúčanými výživovými dávkami podľa vekových kategórií stravníkov,
- materiálno – spotrebnými normami a receptúrami pre školské stravovanie, vydanými MŠ SR a regionálnymi receptúrami,
- finančnými príspevkami od zákonných zástupcov detí,
- zásadami pre zostavovanie jedálnych lístkov.

### *Časová štruktúra jedálnych lístkov*

Počas 5 stravovacích dní v jednozmennej prevádzke jedálny lístok obsahuje:

- dve hlavné mäsové jedlá,
- jedno hlavné jedlo so zníženou dávkou mäsa,
- dve hlavné odľahčovacie jedlá: -zeleninové, múčne.

### *Obsahová štruktúra pokrmov*

**Polievky** – sú pripravené s použitím zeleniny, strukoviny, obilniny /ovsené vločky, pohánky, krúčky, sója/.

**Hlavné jedlá** – sú pripravené:

- z mäsa jatočných zvierat, hydiny a rýb,
- so zníženou dávkou mäsa - sú zmesi - mäsa s ryžou, sójou, ovsených vločiek a zemiakov,
- zeleninové - sú pripravované s použitím zeleniny, strukovín, obilnín a ich kombinácií,
- s použitím mlieka, mliečnych výrobkov a vajec,
- múčne - sú pripravované s použitím múky, vajec, mlieka, tvarohu, ovocia a pod.

Polievky k tomuto typu jedál sa podávajú výdatné strukovinové, zeleninové, prípadne i s obsahom mäsa, mlieka a pod., ak to umožňuje výška finančného limitu.

**Príloha** – podávajú sa zemiaky, ryža, múčne prílohy /cestoviny, knedľa, halušky/.

**Doplnkové jedlá** - desiata, olovrant – rôzne nátierky, cereálne výrobky, mlieko, mliečne výrobky, chlieb, zelenina a ovocie.

**Nápoj**- v podobe pitnej vody, mlieka, mliečnych nápojov, nesladených ovocných čajov, štiav sa podáva k každému hlavnému a doplnkovému jedlu.



## Označovanie alergénov na jedálnych lístkoch v zariadeniach školského stravovania

Povinnosť označovať prítomnosť alergénov v potravinách vyplýva so Smernice Európskeho parlamentu a Rady 2003/89/ES, ktorou sa mení a dopĺňa Smernica 2000/13/ES pokiaľ ide o označovanie zložiek prítomných v potravinách a z Výnosu Ministerstva pôdohospodárstva SR a Ministerstva zdravotníctva SR č. 1187/2004 – 100, ktorým sa vydáva hlava Potravinového kódexu SR upravujúca označovanie potravín (v znení výnosov č. 1761/2005 – 100, č. 3069/2005 – 100 a č. 2319/2007 - 100). Vyššie citovaný výnos ustanovuje požiadavky na označovanie potravín uvádzaných v obehu pre konečného spotrebiteľa, ako aj pre reštaurácie, nemocnice, jedálne a ostatné zariadenia spoločného stravovania. Preto sa táto povinnosť vzťahuje aj na prevádzkovateľov zariadení školského stravovania. Každý prevádzkovateľ musí zabezpečiť pre konečného spotrebiteľa informáciu, či príslušná potravina alebo pokrm pripravený z takejto potraviny obsahuje zložku, ktorá môže spôsobiť alergickú reakciu.

### Konkrétne ide o nasledovné zložky:

1. **Obilniny obsahujúce lepek** (t.j. pšenica, raž, jačmeň, ovos, ).
2. **Kôrovce** a výrobky z nich.
3. **Vajcia** a výrobky z nich.
4. **Ryby** a výrobky z nich.
5. **Arašidy** a výrobky z nich.
6. **Sójové zrná** a výrobky z nich.
7. **Mlieko** a výrobky z neho.
8. **Orechy**, ktorými sú mandle, lieskové orechy, vlašské orechy, kešu, pekanové orechy, para orechy, pistácie, makadamové orechy a queenslandské orechy a výrobky z nich.
9. **Zeler** a výrobky z neho.
10. **Horčica** a výrobky z nej.
11. **Sezamové semená** a výrobky z nich.
12. **Oxid siričitý a siričitany** v koncentráciách vyšších ako 10 mg/kg alebo 10mg/l.
13. **Vlčí bôb** a výrobky z neho.
14. **Mäkkýše** a výrobky z nich.
- 15.

Do jedálneho lístka sú vpisované energetické a nutričné údaje o podávanej strave, č. normy a gramáž,  
**jedálny lístok je pre informáciu rodičov vyvesený v šatniach detí.**

- + Vyhláška MZ SR č.527/2007 Z.z. o podrobnostiach o požiadavkách na zariadenia pre deti a mládež vyžaduje od materskej školy zabezpečiť pitný režim detí počas celého pobytu dieťaťa v MŠ.
- + Materská škola rešpektuje protiepidemické požiadavky zabezpečením hygienických podmienok na pitie pitím nápojov vždy z čistého pohára a nalievaním, nie naberaním nápojov. Za najvhodnejší nápoj podávaný deťom považujeme zdravotne bezchybnú pitnú vodu, ktorá tíši smäd, podieľa sa na udržiavaní vodnej a elektrolytickej rovnováhe a má priaznivé biologické účinky.



## Manuál zdravého príjmu tekutín

Ponúkať nápoj rovnomerne počas celého dňa v primeraných dávkach, epidemiologicky bezpečným spôsobom-



- Nikdy nečakať len na prejavy smädu. čaje, ovocné šťavy...
- Nápojom prvej voľby je podávanie pitnej vody.
- Na spestrenie použitie pramenitej vody, dojčenskej vody, slabé bylinkové, nesladené čaje, ovocné šťavy...
- Pri zvýšenej aktivite a v horúcom počasí primerane zvýšiť celkovú spotrebu tekutín.
- Obmedziť podávanie minerálnych vôd, hlavne so zvýšeným obsahom minerálnych látok.
- Nepodávať tekutiny sýtené oxidom uhličitým.
- Nepodávať sladené malinovsky, kolové nápoje a iné energeticky bohaté nápoje.

*Ak sa dieťa v MŠ stravuje, zákonný zástupca uhrádza aj výdavky na stravovanie dieťaťa. Výšku príspevku na čiastočnú úhradu nákladov a podmienky úhrady v školskej jedálni, ktorej zriaďovateľom je obec Turňa nad Bodvou určil zriaďovateľ všeobecne záväzným nariadením / VZN č. 22/2008 /.*

- zákonný zástupca dieťaťa je povinný uhradiť finančný príspevok v hotovosti do pokladne MŠ a to mesačne vopred najneskôr do 20 dní príslušného kalendárneho mesiaca / desiata: 0,27 €, obed: 0,59 €, olovrant : 0,20 € – 1,06 € pre dieťa na jeden deň /,
- prípadnú neúčast dieťaťa na stravovaní je možné nahlásiť osobne alebo telefonicky najneskôr v deň absencie do 8,00 hod.- na telef. číslo - **055/ 333 67 18**
- včas nahlásená neúčast na stravovaní sa zohľadní v najbližšom mesiaci odpočtom z povinného finančného príspevku.

• Za organizáciu a výchovný proces v jedálni zodpovedá riaditeľka a učiteľky MŠ. Učiteľky vedú deti k osvojeniu si základných návykov kultúrneho stolovania, v maximálnej miere pri tom uplatňujú individuálny prístup k deťom. Počas jedla učiteľka deti nenásilne usmerňuje, podľa želania rodičov aj prikrmuje. Nenútime deti jesť !

**Podľa vyzpelosti detí sa učiteľka rozhodne k podaniu kompletného príboru.**

- Deti 3 – 4 ročné používajú lyžicu a vidličku,
- Deti 5 až 6-ročné používajú kompletný príbor.

## Režim stravovania

Čas výdaja	
<i>Desiata</i>	09 <sup>00</sup> - 09 <sup>30</sup>
<i>Obed</i>	11 <sup>50</sup> - 12 <sup>30</sup>
<i>Olovrant</i>	14 <sup>45</sup> - 15 <sup>00</sup>

