

Spotřební koš - péče o zdravou výživu

Podle vyhlášky o školním stravování musí každá školní jídelna dodržovat plnění tzv. Spotřebního koše.

Co to vlastně spotřební koš je?

Je to porovnání doporučených dávek vybraných skupin potravin, které jsou dané vyhláškou, oproti skutečné spotřebě potravin na jídelně. Doporučené dávky potravin jsou stanoveny s ohledem na zdravou výživu, která je u školních dětí obzvlášť důležitá. Druhy potravin, které jsou dány vyhláškou:

Druh potravin	Tolerance dle vyhlášky
Maso	75-125%
Ryby	75-125%
Mléko	75-125%
Ml. výrobky	75-125%
Tuky volné	max 100%
Cukr volný	max 100%
Zelenina	více než 75%
Ovoce	více než 75%
Brambory	75-125%
Luštěniny	více než 75%

Spotřební koš za období : 01.01.2022-31.12.2022 - ROK 2022

Skup. potravin	MJ	Norma	Skutečnost	Rozdíl	Skut v %
Maso	g	906712	698580	-208132	77,05
Ryby	g	161366	154542	-6824	95,77
Mléko	g	3376160	2733180	-642980	80,96
Mléčné výrob.	g	472118	376678	-95440	79,78
Tuky volné	g	201542	187721	-13821	93,14
Cukry volné	g	319840	166923	-152917	52,19
Zelenina	g	1491150	1554070	62920	104,22
Ovoce	g	1392394	1377538	-14856	98,93
Brambory	g	1255170	1451234	196064	115,62
Luštěniny	g	126746	104554	-22192	82,49

Rozdělení tuků

živočišné tuky:	29,44 %	55256 g
rostlinné tuky:	70,56 %	132465 g

Skupiny strážníků a počty porcí :

2 celodenní 3-6 let, přesnídávka 15	12282
3 celodenní 3-6 let, oběd 35%	12282
4 celodenní 3-6 let, svačina 10%	10288
8 celodenní 7-10 let, přesnídávka 1	1034
9 celodenní 7-10 let, oběd 35%	1034
10 celodenní 7-10 let, svačina 10%	820