

## Podle školních jídelen má deset procent školáků hrůzné návyky

Hrůzné stravovací návyky školáků v ČR odhalily sondy a dotazníky měst i Asociace zřizovatelů školních jídelen. Podle její předsedkyně Kateřiny Cajthamlové děti nesnídají, nenosí svačiny, oběd jim rodiče neplatí, jejich jediným jídlem bývá studená večeře.



FOTO: archiv ČT - Mikuláš Křepelka

**pátek 3. června 2016, 11:58**

„Školní oběd je nesmírně důležitý, tvoří 35 % celodenní stravy školáka. Pokud ho některé děti nemají, hrozí riziko u dívek na základní škole, u chlapců spíše na střední, že budou hladovět, zabrzdí to jejich růst, budou trpět poruchami učení a dalšími obtížemi,“ varuje internistka a psychoterapeutka Cajthamlová.

„Asociaci jsme založili před půl rokem, v důsledku dotazníkového šetření na jedné pražské škole, kde jsme zjistili, že deset procent dětí jí jedno jídlo denně, studenou večeři. Rozhodili jsme síť, provedli další šetření na pražských školách, pak na Moravě a zjistili stejný výsledek. Deset procent dětí hladoví,“ komentovala výsledky sondy.

Podle ní je třeba tuto situaci začít okamžitě řešit, pomoci školním jídelnám, proškolit kuchařky, podpořit je v komunikaci s vedením škol a apelovat i na rodiče, přestože jejich výchovnou složku školní jídelny nahradit nemohou.

## Máme devět tisíc jídelen

„Školní stravování je unikátní záležitost, kterou nám před sedmdesáti lety záviděl celý svět. Školní jídelny jsou nyní potřeba, stejně jako byly po válce,“ míní Cajthamlová.

V ČR je devět tisíc jídelen. Inspekce a hygiena jich ale zkontrolují ročně sotva stovky. Pomoc představují nutriční specialisté, kteří udělují rady a garanci jídelnám, a také města. Praha například zavedla už loni institut metodika školního stravování a snaží se tak o změnu takřkajíc i seshora.

„Realizujeme odborné semináře pro kuchařky, ale i vedení školy. Snažíme se bránit šíření dezinformací, zvláště pokud jde o dietní formy programů. A provádíme též dotazníkové šetření. Zatím máme za sebou výsledky z 223 školních jídelen,“ říká pražská radní Irena Ropková (ČSSD).

## Žádné diety a speciální strava

„Dvaosmdesát procent kuchařek s průměrným věkem padesáti let projevilo zájem o výuku moderních receptur. Nejvíce si stěžují na nekomunikaci a nepochopení ze strany vedení školy. Z anonymních dotazníků mezi dětmi zase vyplynulo, že nejméně oblíbená jídla jsou luštěniny, dušená zelenina a ryby. Zatímco nejraději mají omáčky a knedlíky, špagety a sladká jídla,“ dodává Ropková.

Problém českých jídelen je podle odbornice v tom, že ho velkou měrou ovlivňují laici. „Do toho, jak vypadá nabídka jídelen, mluví rodiče a děti. Žáci chtějí sladká a tučná jídla, rodiče přicházejí stále častěji s požadavky na dietní a alternativní stravu pro své potomky. Obojí je špatně. Požadované veganské, vegetariánské, frutariánské a raw pokrmy, nebo dokonce redukční strava a diety, jsou pro děti ve vývoji nevhodné. Stejně tak pokud jde o vyhýbání se lepku nebo laktóze. To je nutné pouze tam, kde to nařídí lékař,“ zdůrazňuje Cajthamlová.

„Samozřejmě jídlo musí být chutné. Nelze udělat kuře na vodě a pak to cpát do dětí. Je ale nutné, aby se kuchařky naučily správně používat koření, připravovat neslazené nápoje, využívat čerstvých, regionálních surovin a uměly si vše připravit samy, nikoli s pomocí hotovek. To navíc podpoří i regionální hospodářství a ušetří rozpočet jídelny,“ dodává odbornice.

Stáňa Sedřová, [Právo](#)

<https://www.novinky.cz/veda-skoly/405431-podle-skolnich-jidelen-ma-deset-procent-skolaku-hruzne-navyky.html>