

Zhodnocení ankety ke stravování

Rozdáno 11 lístků, vráceno 7

Nejprve chci poděkovat všem za vyjádření a za kladné ohlasy na kuchyni, které ráda v provozu vyřídím.

-Velká pochvala do kuchyně za nové nápady a snahu, aby dětem chutnalo. U veverek nám chutná, dětem i dospělým. Oceňujeme i nové druhy koření a v neposlední řadě vstřícnost (například když chceme péci perníčky apod.)

-Moc děkujeme za možnost pečení, zadělávání těsta, přípravu pomazánek

-Děkujeme za to, že nám pečete (perníčky, zeleninu...)

-Chválíme karbanátky, sladké obědy, špagety a knedlíky. Rybí ragů si děti přidávají + děkujeme

za pečení perníčků apod.

-Oblíbená jídla – cizrna s knedlíkem, rybí nákyp, obecně omáčky

V současné době se snažíme sestavovat jídelníčky a vařit již podle nového spotřebního koše závazně platného od 1.9.2026 vydaného MŠMT. Pokud by měl někdo zájem, ráda Vás s ním podrobně seznámím. Ve svých odpovědích na Vaše dotazy se na nový spotřební koš (SK) budu často odvolávat.

Časté podněty:

Karlovarský rohlík – toto pečivo jsem nějakou dobu již do jídelníčku nezařazovala. Vzhledem k tomu, že svačiny s přidaným cukrem mohou být pouze 8x měsíčně, zkusila jsem znovu zařadit, ale nahradím klasickým rohlíkem nebo namazaným pečivem.

Přesnídávka – tady mám na sebe vztek, že mě alternativa dávat k ranní svačině nenapadla a vymýšlela jsem složitosti. Od ledna bude k ranní svačině s rohlíkem. Nově zařazujeme ovocné pyré bez přidaného cukru a hledáme vhodnou příchuť.

Celozrnný chléb z domácí pekárny – jistě jste si všimly, že více zařazuji celozrnné pečivo (dle SK musíme dát za měsíc dětem cca 80 kg celozrnných potravin a pseudoobilivín). Hořovická pekárna celozrnné pečivo nepeče (pouze vícezrnné a to se nezapočítává), tak hledám jiné možnosti. Zahušťujeme celozrnnou moukou, přidáváme quinou a pohanku. Chceme se vyhnout celozrnným těstovinám, které mají jinou barvu, vůni a chuť (děti nejedly ani trojbarevné těstoviny). Tak mi zbývá pouze to pečivo. Mám od paní pekařky slíbený na zkoušku chléb bez velkých semen.

Mazat např. marmeládou – marmeládu nebudu již zařazovat. Rovnou bych si z 8 svačin s přidaným cukrem musela 1 odečíst

Saláty – dle SK se musí zařazovat. Teď řešíme, zda dávat zelné do misek nebo přímo na talíř. Okurku a mrkev budeme zařazovat i jako salát, protože nakrájené je dětem ke svačině. Sterilovaná červená řepa se nebere jako salát.

Jednotlivé podněty:

Cizrnová mouka – osobně ji v polévkách nepoznám. Používáme ji k navýšení spotřeby luštěnin a tím naplnění SK, bez toho, aby je děti měly každý měsíc

k obědu.

Rozmanitější dušená zelenina – nechtěly jsme zařazovat kukuřici, hrášek, brokolici nebo květák, když je používáme do jiných pokrmů, ale můžeme vyzkoušet.

Čočka červená/černá – černá se dětem nelíbí a červená se rozvaří na kaši. Klasickou zařazují 2x za rok a u toho bych zůstala.

Tvrdá kiwi – z toho důvodu moc často nezařazují. Necháváme je týden dozrát ve skladu, ale dozrávají nerovnoměrně – některá tvrdá a jiná se již začínají kazit. Když jsem je na začátku zimy dala prvně bylo dobré podruhé již ne. Kiwi budu od dodavatele odebírat pouze měkká, jinak je raději nebudu zařazovat do jídelníčku.

Děti moc nejlí koprovku, grenadýrský pochod – koprovku nově zařazujeme, protože potřebujeme více bezmasých jídel, grenadýrský pochod většinou děti mají rády.

Rajčata v zimě, ředkvičky – každé jídlo musí obsahovat čerstvou nebo vařenou zeleninu nebo ovoce. Pokud vyřadím neoblíbenou zeleninu (rajčata, ředkvičky, kedlubny mrkev), tak mi nezbyde moc velký výběr a stále opakující se zeleninu nebo ovoce děti po nějakém čase přestanou jíst. Zeleninu zařazují do jídelníčku tak, aby převažovaly druhy, které jsou u dětí oblíbené (okurka, kapie)

Brambory, dušená mrkev, vejce – snažíme se uvařit bezmasé jídlo, jako obdobu jídla, které od nás děti znají – vaříme maso v mrkvi s bramborami. Nahradit těstovinovým nebo luštěninovým salátem – nechci dětem dávat studený oběd. Např. čočku belugu jsme přidaly do zapečených brambor, ale děti černá barva čočky odradila od jídla (obcházela jsem školku).

Zařazovat jiné druhy zeleniny – dýně, cuketa – vaříme dýňovou omáčku, polévku, cuketovou pomazánku, cuketu přidáváme do omáček, pekly jsme cuketový perník. Různé zeleninové hranolky nebo placičky nejsou v našem provozu udržitelné v chutném stavu a nerozpadlé. Máme 50 let starý provoz, urgujeme modernizaci.

Zařazovat nové mléčné výrobky – např. Cottage - je dobrý nápad a určitě zrealizujeme

Proč se dětem krájí řízký na kousky – již se několikrát řešilo a není v našich silách udělat tolik stejně velkých řízečků. Pokud se budou rozkrajovat např. na polovinu, třetinu, tak stejně nebudou obdobně velké. Takto dostane každé dítě odměrku masa a dáváme na přídatky.

Opakující se jídelníček, absence jídel (omáčky frankfurtská, znojemská, svíčková, bramborové knedlíky- maso- zelí/špenát)

frankfurtská – nepoužíváme uzeniny – obsahují mnoho soli

znojemská – děti vůbec nejedly omáčku s okurkami

svíčková – vaříme – od začátku roku byla 1x svíčková, 1x cizrna na smetaně (stejně jako svíčková, ale bez masa), 1x krůtí a 1x králi

í maso po myslivecku

(kořenová zelenina a smetana – velká obdoba svíčkové)

Maso, knedlíky a špenát – špenát nebo zelí nejsou u dětí oblíbené, ale zařadím

Bezmasá jídla – **malá pestrost a nevhodné kombinace** chybí škubánky, uhlířina, květák
Škubánky – na sladko – sladký oběd můžeme zařadit podle SK 2x měsíčně a volíme oblíbenější pokrmy

opečené – nelze udržet do výdeje – rozpadají se

Uhlířina – uvařily jsme, ale nesetkala se s úspěchem

Květák – pokoušíme se dětem nabídnout – byl zapečený s bramborami a uvařily jsme i na mozeček, nákyp nebo omáčku s květákem, ale u dětí nemá úspěch. Placičky se rozpadnou.

Neexperimentovat – nabízet již vyzkoušené a ověřené

Rozpor s požadavky výše – opakující se jídelníček, malá pestrost

U bezmasých jídel je nutné experimentovat a zkoušet. Chceme vyhovět SK a zároveň se snažíme, aby se děti najedly a to i obměnou již známých jídel.

Nedochucené polévky (nahradit sůl), aby byly požitelné a děti je jedly – polévky se mi nedochucené nezdají (i podle ohlasu jiných pedagogů). Používáme kořenící směsi a to i do polévky. Koření typu vegeta nebo podravka obsahuje mnoho soli a tudíž nebudeme používat. Pedagogům radím si polévku přisolit, ale mimo oči dětí, např. v kuchyňce.

V těle dětí má sůl devastující účinek.

Děti jedí rozvařené těstoviny– přeliv nechtějí. Nemají rádi houby, které jsou rozmixovány.

Rozmixované houby již nebudeme zařazovat.

Přeliv? Nevím, co máte na mysli. Jestli sýrové a rajčatové omáčky, tak děti je mají rády – alespoň co jsem viděla, když jdu po školce nebo vydávám.

Rozvařené těstoviny vnímáme jako problém a snažíme se o nápravu. Uvařené těstoviny je nutné udržovat při teplotě nad 65°C a některé tvary příliš změknou.

Vhodně upravené ryby, aby je děti – velký odpad, děti jí pouze přílohu.

Zařazuji rybí ragů, nákyp, rizoto, lososové nugety a obalenou rybu – tyto formy úpravy děti jedí. Moc nemusí přírodní rybu, proto se jí snažím zařazovat méně často.

Podle SK je nutné zařadit rybí pokrm nejméně 2x měsíčně. I když dáváme i 10 dkg ryby na porci, tak bychom nesplnily gramáž ryb. Proto zařazujeme i rybí pomazánky a rybí maso přidáváme do zeleninového vývaru (doporučení pracovnice KHS)

Kombinace jídel v průběhu dne – skladba, která se k sobě hodí. Méně oblíbený oběd x Vydatnější svačina.

O to se snažím

Voda s citronem ke sladkému obědu? Bílá káva?

Dle SK nelze ke sladkému obědu podávat sladký mléčný nebo nemléčný nápoj.

Doporučuje se voda s ovocem. Sladké nemléčné nápoje nelze podávat v MŠ vůbec a mléčné 2x měsíčně.

1 kukuřičný plátek ke svačině nestačí!!!

Děti dostávají ke svačině banán, ovocnou či zeleninovou mísu a kukuřičný plátek je sacharid, který musí svačina obsahovat. Pokud na některém oddělení máte plátků nedostatek, tak na vyžádání budeme dávat na přidání, ale když jsme dávaly větší množství, tak se na odděleních hromadily přebytky.

Neustálé zařazování kuk. plátku.

Pro větší rozmanitost zařazuji i kukuřičné křupky a tyčinky. Dříve se často zařazovaly piškoty, ale dnes vzhledem k přidanému cukru nelze (jak jsem již psala, tak potraviny s přidaným cukrem můžu zařadit 8x měsíčně). Pokud budu dětem dávat stále jen pečivo, tak se jim přejí a nebudou ho již chtít jíst a pro mě by to znamenalo velký krok zpět (doba, kdy měly děti ve školce stále namazaný chleba se snad již nevrátí).

K polévce a obědu již není potřeba dávat zeleninu.

Dle SK je potřeba

Renáta Kořínková

Hořovice 15.12.2026