

Čo jedia naše deti a čo im chýba v školských jedálňach?

Nedostatok pohybu, nepravidelná a nevyvážená strava, nesprávny pitný režim, konzumácia jedál rýchleho občerstvenia – toto sú faktory, ktoré nepriaznivo vplyvajú na zdravie detí. Dokážeme predísť tomu, aby sa Slovensko o pár rokov stalo krajinou obéznych a chorých ľudí? Ako môže k zmene trendov prispieť školské stravovanie?

Aj týmto otázkam sa od 22. do 25. marca 2011 v Novom Smokovci venovali odborníci z celého Slovenska počas seminárov pre zamestnancov školského stravovania. Podujatie bolo reakciou na potrebu systematického vzdelávania odborníkov v súvislosti s novou stratégiou a štandardmi v školskom stravovaní, ktoré boli uvedené do praxe 1. januára 2011.

„Nové metodiky k materiálno-spotrebným normám a receptúram podstatne zvyšujú úroveň kvality jedál,“ vysvetľuje Ing. Silvia Tokárová zo Sekcie regionálneho školstva Ministerstva školstva, vedy, výskumu a športu SR. „Školská strava po novom obsahuje znížené dávky cukrov, soli a živočíšnych tukov. Naopak, školáci nájdu na tanieri oveľa viac zeleniny a ovocia,“ dodáva Ing. Tokárová. Okrem toho ponúkajú jedálne pestrejší sortiment pokrmov, ktorý aktuálne obsahuje až 993 receptúr so zahrnutím regionálnych zvyklostí.

Väčšina školopovinných detí do 10 rokov sa v školskej jedálni stravuje pravidelne. Školská strava tvorí až 30 percent ich denného energetického príjmu. Zloženie a pestrosť pokrmov sú kľúčové najmä z hľadiska prevencie obezity, ktorá sa za posledné desaťročie medzi deťmi výrazne rozšírila. Na problém detskej nadváhy vo svojich príspevkoch upozornili MUDr. Alžbeta Béderová, CSc. z Regionálneho úradu verejného zdravotníctva v Bratislave aj Prof. MUDr. Dušan Hamar, CSc. zo Slovenskej spoločnosti telovýchovného lekárstva. „Podľa našich prieskumov až 12 percent detí v školskom veku na Slovensku trpí nadváhou a približne 6 percent obezitou. Táto tendencia má stúpajúci charakter. A práve to je problém, k riešeniu ktorého môže prispieť okrem rodičovskej výchovy aj školská strava,“ tvrdí A. Béderová.

Okrem prednášok odborníkov v oblasti legislatívy, výživy a hygieny bolo v Novom Smokovci na programe dňa aj morálne oceňovanie zamestnancov školského stravovania. Podobne ako v roku 2008, aj teraz Ministerstvo školstva schválilo 110 ocenení za dlhodobú prácu v oblasti výživy detí a mládeže. „Chceme tak vyjadriť poďakovanie ľuďom, ktorí zasvätili svoj pracovný život stravovaniu detí v materských, základných a stredných školách,“ hovorí Ing. Tokárová.

Semináre pre zamestnancov školského stravovania pod názvom **Nové receptúry a stratégia v školskom stravovaní 2011** pripravilo Združenie pre zdravie a výživu. Odbornú garanciu nad obsahom seminára prevzalo Ministerstvo školstva, vedy, výskumu a športu Slovenskej republiky a Úrad verejného zdravotníctva Slovenskej republiky. Hlavným partnerom podujatia je spoločnosť Unilever Slovensko, spol. s.r.o.

Združenie pre zdravie a výživu je nezisková organizácia, ktorej cieľom je osвета v oblasti zdravej výživy a rozširovanie myšlienok zdravého životného štýlu. Od roku 1999 naplňa združenie ciele najmä spoluprácou odborníkov s médiami. Spolupracuje so subjektmi zameranými na ciele osvetu v zdravotníctve. Realizuje projekty zamerané na zdravé stravovacie návyky, rizikové faktory kardiovaskulárnych ochorení, zdravý životný štýl a edukáciu vybraných cieľových skupín.