Základní škola Klatovy, Plánická ul. 194 příspěvková organizace, se sídlem Plánická 194/I, 339 01 Klatovy			
SMĚRNICE PRO DIETNÍ STRAVOVÁNÍ			
Evidenční číslo:	5/2024	Spisový / skartační znak:	
Vypracoval/a:		Miroslava Svobodová	
Schválil/a:		Mgr. Yvona Nováková, ředitelka školy	
Směrnice nabývá platnosti dne:		25. 8. 2024	
Směrnice nabývá účinnosti dne:		1. 9. 2024	
Změny ve směrnici jsou prováděny formou číslovaných písemných dodatků, které tvoří součást tohoto předpisu.			

I. Úvodní ustanovení

1. Tato směrnice upravuje pravidla a postupy při zajišťování dietního stravování ve školní jídelně Základní školy Klatovy, Plánická ul. 194, příspěvkové organizace.

2. Směrnice je závazná pro zaměstnance školní jídelny a další zaměstnance školy, kteří se podílejí na zajišťování dietního stravování. Podmínky poskytování dietního stravování strávníkům jsou stanoveny ve vnitřním řádu školní jídelny.

3. Za zajištění dietního stravování v souladu s touto směrnicí a za kontrolu dodržování stanovených postupů odpovídá vedoucí školní jídelny.

4. Zaměstnanci, kterých se směrnice týká, jsou s jejím obsahem prokazatelně seznámeni. Směrnice je uložena u vedoucí školní jídelny a v interním sdíleném úložišti školy.

II. Postup při zavádění dietního stravování

1. Dietním stravováním se rozumí příprava nebo jiný způsob zajištění pokrmů pro strávníky, kteří prokazatelně (tzn. na základě diagnózy stanovené lékařem k tomu způsobilým) trpí onemocněním, kvůli kterému nesmějí konzumovat některé potraviny nebo musí omezovat jejich množství.
2. Při žádosti o poskytnutí dietní stravy je potřeba předložit lékařské potvrzení, že žák vyžaduje stravu s omezením dle dietního režimu. Lékařské potvrzení platí po dobu trvání diagnózy daného onemocnění. Případné změny diety zákonní zástupci doloží novým potvrzením. Aby bylo možné v rámci školního stravování dietu správně připravovat, je nezbytné, aby bylo lékařské potvrzení jasné, srozumitelné a aby obsahovalo všechny informace, které jsou důležité ke správnému nastavení diety.
3. Zajištění garance nad dietním stravováním ve školní jídelně provádí nutriční terapeut. Spolupráce s nutričním terapeutem není nutná v případě zajištění dietní stravy formou donášky vlastní stravy.
4. Školní jídelna používá pro dietní stravování recepty, které používá i pro přípravu standardních pokrmů. Nutriční terapeut schválil seznam vhodných náhrad potravin pro konkrétní diety, se kterým se následně operativně pracuje.

5. Personál školní jídelny je o dietním stravování pravidelně proškolován minimálně 1x za rok a školení je součástí pravidelných školení pracovníků provozu. Školení je provedeno též při přijímání nového zaměstnance.

III. Základní principy diet

Jsou diety, které vylučují určité druhy potravin, které jsou pro danou diagnózu problematické a způsobují nežádoucí reakce organismu. Tyto diety se předepisují např. při alergiích, intolerancích či celiakii.

Eliminační diety

a) Potravinové alergie – je nežádoucí reakce imunitního systému na některou z potravin. Přestože alergenem není potravina celá, ale pouze některá z jejích bílkovin, vylučují se celé potraviny, které alergickou reakci způsobují.

Látky nebo produkty vyvolávající alergie nebo nesnášenlivost (nařízení EU č.1169/2011)

Obiloviny obsahující lepek	Pšenice, žito, ječmen oves, špalda, kamut nebo jejich hybridní odrůdy a výrobky z nich
Korýši a výrobky z nich	
Vejce a výrobky z nich	
Ryby a výrobky z nich	
Jádra podzemnice olejné (arašídy) a výrobky z nich	
Sójové boby (sója) a výrobky z nich	
Mléko a výrobky z něj, včetně laktózy	
Skořápkové plody	Mandle, lískové ořechy, vlašské ořechy, kešu ořechy, pekanové ořechy, para ořechy, pistácie, makadamie a výrobky z nich
Celer a výrobky z něj	
Hořčice a výrobky z ní	
Sezamová semena a výrobky z nich	
Oxid siřičitý a siřičitany	V koncentracích vyšších než 10 mg/kg nebo 10 mg/l
Vlčí bob (lupina) a výrobky z něj	
Měkkýši a výrobky z nich	

b) Alergie na bílkovinu kravského mléka je jediným možným opatřením jejich naprosté vyloučení ze stravy. Jako náhradu mléka je možno použít průmyslově vyráběné nápoje – sójové, rýžové, mandlové, ovesné, špaldové kokosové, kaštanové apod.

c) Dieta s omezením laktózy – je nezbytná při laktózové intoleranci neboli nesnášenlivosti mléčného cukru. Základním pravidlem je nekonzumovat velké dávky laktózy najednou, ale přijímat mléčné výrobky s nižším obsahem laktózy častěji během dne nebo je konzumovat v menších porcích.

d) Bezlepková – cílem je maximální omezení lepku ve stravě nemocného celiakií (celoživotní autoimunitní onemocnění způsobené nesnášenlivostí lepku).

Možné záměny surovin pro přípravu bezlepkové diety

Původní surovina	Náhradní surovina
Hladká mouka	Kukuřičná mouka Rýžová mouka Pohanková mouka Hraška (vychucená hrachová směs) JIZERKA – bezlepková směs
Strouhanka (z rohlíků)	Kukuřičná strouhanka Kukuřičné lupínky Strouhanka z bezlepkového pečiva
Houskový knedlík	Bezlepkový jemný knedlík Kukuřičné těstoviny Rýžové těstoviny
Sladké pokrmy	Kaše pohanková, jáhlová, rýžová Palačinky z bezlepkové mouky Nákyp rýžový, jahelný Žemlovka z bezlepkového pečiva Tvarohové knedlíky s použitím bezlepkové mouky
Příloha - pečivo	Bezlepkové pečivo
Zahušťování	Zahušťuje se bezlepkovou moukou, bramborovým nebo kukuřičným škrobem, rozmixovanou zeleninou, bramborem, bezlepkovým pečivem, luštěninovou moukou nebo se ponechá bez zahuštění

e) Dieta při diabetu 1.typu – při této dietě je nutné dodržovat přesná množství sacharidů. Podstatou není vylučování potravin, ale kontrola množství. Po domluvě se zákonnými zástupci školní jídelna dává dítěti přesně odvážené množství potravin obsahující sacharidy (např. brambor, rýže, těstovin, pečiva aj.).

IV. Příprava dietní stravy ve školní jídelně „in house“

1. Suroviny a potraviny používané pro přípravu pokrmů musí být kvalitní a zdravotně nezávadné. Při výběru a nákupu surovin pro přípravu bezlepkové diety je nutné bedlivě sledovat označení potravin, především pak jejich složení.
2. Nákup a převzetí potravin – je nutné důsledně číst obaly a složení jednotlivých produktů, zda neobsahují eliminovanou potravinu. Je nutné kontrolovat datum spotřeby a kvůli údržnosti potravin po otevření obalu zvážit velikost balení.
3. Uskladnění – speciální suroviny pro různé diety jsou skladovány tak, aby bylo na první pohled patrné, že se jedná o suroviny pro přípravu dietních pokrmů a aby nemohlo dojít k jejich záměně. Musí být skladovány za podmínek, které deklaruje výrobce na obalu. Jsou skladovány v regálech na označených místech.
4. Při zpracování dietních pokrmu je dodržena zásada oddělní místem nebo časem. Jsou-li pokrmy připravovány na jednom sporáku, musí být vařeny s časovým odstupem. Plochy pro přípravu dietních pokrmů jsou odděleny a označeny. Jako první je připraven dietní pokrm a teprve po něm pokrm standardní.
5. Je nutné předejít kontaminaci, popř. křížové kontaminaci v průběhu technologického procesu výroby a podávání pokrmů strávníkům. Kontaminací (nežádoucím znečištěním) rozumíme přítomnost jakýchkoliv škodlivých látek v potravině nebo v prostředí, kde dochází k manipulaci s potravinami. Jako sekundární (křížová) kontaminace se označuje jakákoliv činnosti, při které dochází k přenosu škodlivých látek z „nečistých“ potravin, rukou, pracovních ploch, z pracovních pomůcek a zařízení na potraviny „čisté“.
6. Náčiní, nádobí, nástroje – které jsou používány na přípravu diet, jsou řádně označeny a nepoužívají se na přípravu běžné stravy. Jsou uloženy samostatně v označeném boxu mimo běžné nádobí a náčiní. Při používání přístrojového vybavení je potřeba důkladné mechanické očištění a sanitace před jeho použitím.
7. Při výdeji stravy je nutné vydávané dietní pokrmy zabezpečit proti záměně s pokrmem standardním. Pokrmy jsou nabírány pouze náčiním určeným pro dietní pokrmy.
8. U strojového mytí nádobí není potřeba oddělovat nádobí pro přípravu dietní stravy.
9. Pro úklid lze použít jen mycích, dezinfekčních a čistících prostředků, které jsou určeny pro potravinářství. Při úklidu musí být uplatněna správná hygienická praxe.
10. Osoba, která manipuluje s potravinami, musí udržovat vysoký stupeň osobní čistoty (mytí rukou, vyloučení nehygienického chování, udržovat ostříhané nehty, ruce bez ozdobných předmětů) a musí nosit vhodný, čistý a podle potřeby ochranný oděv (při vyšším riziku kontaminace používat jednorázové ochranné rukavice).

V. Formuláře, vzory

1. Checklist pro sebehodnocení provozu k zajišťování dietních pokrmů (viz příloha č.1)
2. Záznam o návštěvách nutričního terapeuta ve školní jídelně (viz příloha č.2)
3. Záznam o školení pracovníků školní jídelny (viz příloha č.3)
4. Test znalostí (viz příloha č.4)

VI. Přílohy

1. Checklist pro sebehodnocení provozu k zajišťování dietních pokrmů
2. Záznam o návštěvách nutričního terapeuta
3. Záznam o školení pracovníků stravovacího provozu
4. Test znalostí
5. Revizní doložka

V Klatovech dne 25. 8. 2024

Miroslava Svobodová, vedoucí ŠJ

Mgr. Yvona Nováková, ředitelka školy