

AKTUALITY ZE ŠKOLNÍ JÍDELNY

Již v uplynulém školním roce jsme se snažili o ozdravení jídel v naší školní jídelně. Mnozí strážníci to zaznamenali a uvítali tyto změny. I nadále v tom budeme intenzivně pokračovat, protože dnešní doba si žádá odlehčit jídla, přidat více bezmasých pokrmů a celkově školní stravování udělat atraktivnější a zdravější pro strážníky.

Tak například většinu polévek připravujeme bez hladké mouky, k zahuštění používáme mouku cizrnovou, hrachovou, čočkovou, pohankovou, rýžovou a u zeleninových polévek se nám osvědčily k zahuštění rozmixované brambory. Vybíráme vždy podle vhodnosti k dané polévce, jen u tradičních polévek jako kyselice, gulášová, kulajda používáme klasicky hladkou mouku.

Pro dochucení polévek, omáček a šťáv k masu používáme šetrné přísady bez glutamátů, s nižším obsahem soli, např. značky J. K. Food, Knorr apod.

Pokud se žákům podaří vypěstovat plodiny na školní zahradě, rádi je zpracujeme ve školní kuchyni do společných pokrmů, např. bylinky, saláty, zelenina.

Jídelníček se snažíme sestavit pestrý, každý týden je zařazen minimálně 1 bezmasý nesladký oběd. Dle nového návrhu spotřebního koše by měly být 2 obědy týdně bezmasé. V jídelníčku se střídá maso vepřové, kuřecí, krůtí, králíčí, hovězí a kachní. Nesmí chybět různé úpravy ryb.

Paní kuchařky se školí jak připravovat zdravé obědy, které potraviny k tomu používat, jak je zpracovat a servírovat. Vedoucí stravování sleduje potřeby strážníků a nabídku kvalitních surovin. Společně s kuchařkami klasické receptury upravujeme, některé ingredience nahrazujeme zdravější alternativou a sestavujeme nové receptury.

Od září 2025 je školní jídelna vybavena novými barevnými stoly a židlemi, také novou chladicí vitrínou na zeleninu, což určitě přispěje k příjemnějšímu stravování.

V Hošťálkové 29. 8. 2025

Zdenka Kneblová, vedoucí školní jídelny