

# Spotřební koš v Mateřské škole Hrušky

Pro školní stravování je důležitý spotřební koš. Určuje nám ho vyhláška 107/2008 Sb. o školním stravování a je v podstatě zjednodušením doporučených dávek potravin do 10 sledovaných komodit. Dodržování spotřebního koše nám přibližně zaručí dostatečný příjem všech doporučených živin.

Při hlídání spotřebního koše je nutné mít na mysli, že se strávníci nestravují ve školní jídelně celý den. Žák základní školy, který odebírá oběd, pokryje 35% doporučené denní dávky potravin. Jedním jídlem ve školní jídelně nemohou být zabezpečeny všechny potřebné živiny v optimálním množství. Rozhodující vliv na stav výživy dětí má domácí stravování.

## Co je to spotřební koš?

Spotřební koš je soustava 10 skupin základních potravin, jejichž denní doporučená dávka ke spotřebě by měla pokrýt doporučenou dávku živin pro jednotlivá odebraná jídla a určenou skupinu strávníků.

Vyhláška 107/2008Sb. o školním stravování rozděluje Spotřební koš pro kategorie strávníků podle jejich věku:

1. 3 - 6 let
2. 7 - 10 let
3. 11 - 14 let
4. 15 - 18 let

Spotřební koš pro všechny věkové skupiny obsahuje tyto potravinové komodity:

1. Maso
2. Ryby
3. Mléko
4. Mléčné výrobky
5. Tuky
6. Cukr
7. Zelenina
8. Ovoce
9. Brambory
10. Luštěniny

Množství potravin v jednotlivých komoditách se liší podle věku strávníků a počtu denních odebraných jídel. **Restaurace a hospody se tímto spotřebním košem nemusí řídit, nemusí dodržovat jeho plnění. Proto mohou vařit jídla dle požadavků strávníků.**

**Jak je plněn spotřební koš jsou školní jídelny přísně kontrolovány hygienou, veterinární správou nebo Českou školní inspekcí. Snad se nám podařilo objasnit pojem spotřební koš ve školní jídelně.**

Školní jídelna při MŠ Hrušky