

Hodnocení jídelníčku dle Nutričního doporučení

Škola - ŠJ : Školní jídelna při ZŠ a MŠ T.G.Masaryka,
Rudolfovská 143
České Budějovice

Jídelníček za měsíc : leden 2016

Hodnotitel : MUDr. Marie Nosková



Hodnocení polévek

Zeleninové polévky: zařazovány velmi často (15x, doporučeno 12x), pochvala

Luštěninové polévky: zařazovány v dostatečné četnosti, pochvala

(4x z doporučených 3-4x)

Obilné zavářky: zařazovány, zatím však v nižší četnosti

(3x z doporučených 4x)

Kombinace polévek s hlavními jídly: zvoleny vhodné kombinace, často jsou zařazovány zeleninové a luštěninové polévky

Hodnocení hlavních jídel

Drůbež, králík: zařazovány v dostatečné četnosti (5x z doporučených 3x)

Vepřové maso: zařazeno v doporučené četnosti (4x, doporučeno max.4x)

Ryby: jsou zařazovány v nižší četnosti (1x, doporučeno 2-3x), rybí

pomazánky jsou však na svačiny a přesnídávky zařazovány často

Bezmasé nesladké jídlo: zařazováno v doporučené četnosti

(4x, doporučeno 4x), pochvala

Uzeniny: nejsou podávány, pochvala

Sladké jídlo: v jídelníčku zařazeno v doporučené četnosti (max.2x)

Luštěniny: jsou zařazeny v doporučené četnosti (2x), pochvala

(doporučeno 1-2x)

Nápaditost pokrmů: pokrmy nápadité

Hodnocení příloh

Obiloviny: jsou zařazovány v doporučené četnosti

Houskové knedlíky: zařazovány výjimečně, pochvala

(1x, doporučeno max. 2x)

Hodnocení zeleniny

Zelenina čerstvá: zařazována, zatím však v nedostatečné četnosti

(5x, doporučeno 8x), zelenina a ovoce jsou však

součástí každé svačinky a přesnídávky

Zelenina tepelně upravená: zařazována velmi často, pochvala

(10x, doporučeno 4x)

Hodnocení nápojů

Neslazený, nemléčný nápoj - každý den: je k dispozici, pochvala

Mléčný nápoj je vždy doplněn možností zvolit si nemléčný: ano

Svačinky a přesnídávky

Luštěninové a zeleninové pomazánky : zařazeny v dostatečné četnosti,
pochvala (5x, doporučeno 4x)

Rybí pomazánky : zařazeny v dostatečné četnosti, pochvala
(4x, doporučeno 2x)

Obilné kaše : zařazeny ve velké četnosti (7x), doporučeno min.2x ,
pochvala

Zelenina a ovoce vždy jako součást svačín : splněno, pochvala

Celozrnné, vícezrnné, žitné pečivo : zařazeno v dostatečné
četnosti (8x, doporučeno 8x)

Nezařazení uzeniny a paštiky : nezařazeny, pochvala

Závěr :

Jídelníček byl pro nabízené obědy i pro svačiny a přesnídávky vyhodnocen jako „výborný“ s pochvalou.