

Příloha č. 1 k vyhlášce č. 107/2005 Sb.

### Výživové normy pro školní stravování

Průměrná měsíční spotřeba vybraných druhů potravin na strážníka a den v gramech, uvedeno v hodnotách "jak nakoupeno".

Druh a množství vybraných potravin v g na strážníka a den										
hlavní a doplňková jídla	Maso	Ryby	Mléko tekuté	Mléčné výr.	Tuky volné	Cukr volný	Zelenina celkem	Ovoce celkem	Brambory	Luštěniny
3-6 r. přesnídávka, oběd, svačina	55	10	300	31	17	20	110	110	90	10
7-10 r. oběd	64	10	55	19	12	13	85	65	140	10
11-14 r. oběd	70	10	70	17	15	16	90	80	160	10
15-18 r. oběd	75	10	100	9	17	16	100	90	170	10
celodenní stravování										
3-6 r.	114	20	450	60	25	40	190	180	150	15
7-10 r.	149	30	250	70	35	55	215	170	300	30
11-14 r.	159	30	300	85	36	65	215	210	350	30
15-18 r.	163	20	300	85	35	50	250	240	300	20

### Druh a množství vybraných druhů potravin v g na strážníka a den pro laktoovovegetariánskou výživu

	Vejece	Mléko tekuté	Mléčné výr.	Tuky volné	Cukr volný	Zelenina celkem	Ovoce celkem	Brambory	Luštěniny
3-6 r. přesnídávka, oběd, svačina	15	350	75	12	20	130	115	90	20
7-10 r. oběd	15	250	45	12	12	92	140	15	
11-14 r. oběd	15	250	45	12	15	104	160	15	
15-18 r. oběd	15	250	45	12	13	114	160	15	
15-18 r. celodenní stravování	25	400	210	35	40	370	250	30	

1. Průměrná spotřeba potravin je vypočtena ze základního sortimentu potravin tak, aby bylo zajištěno dosažení příslušných výživových norem. Je uvedena v hodnotách "jak nakoupeno" a je do ní proto zahrnut i přirozený odpad čištěním a dalším zpracováním. Z celkové denní výživové dávky se počítá v průměru 18% na snídani, 15% na přesnídávku, 35% na oběd, 10% na odpolední svačinu a 22% na večeři.

2. Spotřeba potravin odpovídá měsíčnímu průměru s přípustnou tolerancí + - 25 % s výjimkou tuků a cukru, kde množství volných tuků a volného cukru představuje horní hranici, kterou lze snížit. Poměr spotřeby rostlinných a živočišných tuků činí přibližně 1 : 1 s důrazem na zvyšování podílu tuků rostlinného původu.

3. Množství zeleniny, ovoce a luštěnin lze zvýšit nad horní hranici tolerance. Při propočtu průměrné spotřeby se hmotnost sterilované a mražené zeleniny násobí koeficientem 1,42. U sušené zeleniny se hmotnost násobí koeficientem 10 (10 dkg = 1 kg).

4. Součástí jídel je vždy nápoj a k dosažení žádoucích hodnot vitamínu C je nutno zařazovat do jídelníčku nápoje, kompoty a zeleninové saláty s přídatkem vitamínu C.

5. Laktoovovegetariánskou výživu lze uplatnit v případě, že s tím souhlasí všichni zákonní zástupci nezletilých strážníků nebo zletilí strážníci, nebo u provozovatelů stravovacích služeb, kde lze uplatnit podávání jídel na výběr. Průměrnou spotřebu potravin lze doplnit drůbežím a rybím masem.

6. Souhlasí-li zákonný zástupce strážníka nebo zletilý strážník, lze strážníkům ze tříd se sportovním zaměřením, strážníkům vykonávajícím sportovní přípravu a strážníkům v konzervatoři připravujícím se v oboru tanec zvýšit celkovou denní výživovou dávku s přihlédnutím k charakteru tělesné činnosti až o 30 %. Další zvýšení je možné pouze na doporučení lékaře.

Příloha č. 2 k vyhlášce č. 107/2005 Sb.

### Finanční limity na nákup potravin

Věkové skupiny strážníků, hlavní a doplňková jídla	Finanční limity Kč/den/strážník
<b>1. Strážníci do 6 let</b>	
snídaně	9,00 až 20,00
přesnídávka	8,00 až 15,00
oběd	17,00 až 36,00
svačina	8,00 až 15,00
večeře	15,00 až 28,00
Celkem (celodenní)	57,00 až 114,00
na nápoje	4,00 až 8,00
<b>2. Strážníci 7-10 let</b>	
snídaně	11,00 až 22,00
přesnídávka	9,00 až 20,00
oběd	20,00 až 47,00
svačina	8,00 až 16,00
večeře	17,00 až 36,00
Celkem (celodenní)	65,00 až 141,00
na nápoje (děti MŠ)	4,00 až 8,00
<b>3. Strážníci 11-14 let</b>	
snídaně	12,00 až 24,00
přesnídávka	9,00 až 20,00
oběd	23,00 až 50,00
svačina	9,00 až 19,00
večeře	18,00 až 40,00
Celkem (celodenní)	71,00 až 153,00
<b>4. Strážníci 15 a více let</b>	
snídaně	14,00 až 26,00
přesnídávka	9,00 až 20,00
oběd	24,00 až 54,00
svačina	9,00 až 19,00
večeře	21,00 až 50,00
Celkem (celodenní)	77,00 až 169,00
II. večeře	11,00 až 24,00

Strážníkům ze tříd se sportovním zaměřením, strážníkům vykonávajícím sportovní přípravu a strážníkům v konzervatoři připravujícím se v oboru tanec lze zvýšit horní limit na nákup potravin, nejvýše však o 50 %. Výsledná částka se zaokrouhlí na celé koruny nahoru.

Do věkových skupin jsou strážníci zařazováni na dobu školního roku, ve kterém dosahují věku podle bodů 1 až 4.