

INFORMACE PRO RODIČE STRÁVNÍKŮ

Tyto řádky jsou určeny všem rodičům, kteří přihlásili své dítě ke stravování ve školní jídelně. Mají přispět k tomu, aby rodiče lépe pochopili práci jídelen a rozvinuli oboustranně prospěšnou komunikaci.

1. Pestrost dětské stravy.

Prosím dbejte o to, aby děti měly pestrou stravu. Řada dětí přichází do jídelny a poprvé se setkává s potravinami a jídly, které dosud neměly možnost ochutnat. Většinou jde o opomíjené pokrmy z luštěnin a ryb. Děti někdy jen těžce překonávají nedůvěru v nové pokrmy, které neznají. Samozřejmě, že každému něco chutná více a něco méně, ale právě pestrost by měla být základem dobrého jídelníčku. Ve školním stravování je přesně určena četnost zařazování jednotlivých druhů surovin, aby bylo dodrženo potřebné množství živin pro zdravý vývoj dítěte. Je to předmětem pravidelných hygienických kontrol.

2. Společné stolování je základem.

Pokud to jen trochu jde, společně stolujte. Již v předškolním věku by dítě mělo umět správně používat příbor, nalít si nápoj a udržovat při jídle pořádek. Psychologové zdůrazňují, že společné stolování vytváří pocit rodinné pospolitosti a velmi prospívá vzájemné komunikaci. Také pomáhá vytvářet správné stravovací návyky.

3. Svačinky pro vaše děti.

Věnujte pozornost svačinám školáka. Jejím základem by mělo být pečivo nebo chléb namazaný sýrovou, tvarohovou pomazánkou nebo máslem, doplněné plátky sýra, šunky apod. Nezapomínejte také na ovoce a zeleninu. Nejhorším řešením je, pokud děti dostanou peníze a svačinu si kupují. Stačí se ráno na chvíli postavit do prodejny potravin a pozorovat složení těchto nákupů. Svačina, nemusí být velká, za dvě až tři hodiny po ní mají děti plnohodnotný oběd. Nezapomínejte na nápoj pro dítě, nejlépe neslazený nebo jen mírně sladký. Nabízíme rovněž řešení pro rodiče žáků I. stupně zajištěním svačin přímo v jídelně. Děti tak mají stejnou svačinu včetně nápoje a nají se v prostředí, které je k tomu určené.

4. Mluvte s dítětem, pokud mu nechutná oběd.

Když si vaše dítě stěžuje, že obědy nejsou dobré, zkuste se zeptat, co přesně mu nechutná. Pokud mu jídlo připadá např. málo slané, vysvětlíte mu, že

nadměrné solení není zdravé. Většina kuchařek se snaží uvařit chutné a zdravé jídlo, protože prázdné talíře jsou vždy odměnou za jejich namáhavou práci.

5. Vnitřní řád jídelny obsahuje užitečné informace pro vás.

Základním dokumentem, kterým se řídí chod jídelny, je vnitřní řád. Obsahuje pravidla přihlašování, odhlašování, placení stravného a další důležité údaje. Pozorně se s ním seznamte, předejdete mnohdy nedorozuměním mezi rodiči a jídelnou.

6. Dbejte na včasnou úhradu stravného.

Dodržujte stanovený způsob a termín placení poplatků za obědy. Pamatujte, že bez včasného zaplacení nemá dítě na oběd nárok. Je to velmi nepříjemné, pokud odchází malé plačící dítě bez oběda jen proto, že jste nezajistili včas úhradu stravného.

7. Termín odhlašování a výběru jídla.

Nenaléhejte na vedoucí, aby přijala odhlášení nebo změnu druhu oběda pro vaše dítě po hodině, která je uvedena v řádu školní jídelny. Každá jídelna ji stanovila podle svých možností, aby bylo možné včas objednat potřebné množství surovin pro přípravu jednotlivých počtů a druhů pokrmů. Také nezapomínejte na odhlašování dětí v době nemoci.

8. Rozdílnost mezi jídelnami.

Nepozastavujte se nad rozdíly, které jsou mezi jednotlivými školními jídelnami. Možná máte víc dětí a ty chodí do několika různých škol, a tak jste se setkali s odlišnými cenami obědů, termíny placení a způsoby odhlašování. Jinak je tomu například v jídelnách základních škol a jinak u jídelen stravujících starší děti. Rozdíly jsou také ve vybavení kuchyní a v používání počítačového programu.

9. Připomínky řešte s vedoucí jídelny.

Pokud budete mít jakékoli připomínky nebo výhrady, neváhejte se s nimi na nás obrátit. Včasným řešením problémů se dá předejít dalším nepříjemnostem.

Děkuji za spolupráci.