

Skutečně zdravá škola

Kritéria programu Skutečně zdravá škola

Program Skutečně zdravá škola

Skutečně zdravá škola je komplexní program, plně integrovaný do života celé školy, který si klade za cíl vytvářet kulturu, jež si váží jídla, vychutnává je a učí o tom, odkud jídlo pochází a jak vzniká. Program využívá tématu jídla jako nástroje k zatraktivnění pobytu dětí ve škole, a to prostřednictvím radostného zážitku ze školního oběda a obohacením vzdělávání ve třídě o praktické vzdělávání na školní zahradě, o návštěvy farem a lekce vaření.

Kritéria Skutečně zdravé školy a pomoc s jejich zaváděním

Podmínky pro udělení certifikátu Skutečně zdravá škola mají tři úrovně: bronzovou, stříbrnou a zlatou. Každá úroveň obsahuje specifický soubor kritérií, která musí škola splnit. Kritéria jsou soustředěna okolo těchto čtyř pilířů či tematických okruhů:

- Angažovanost a kultura stravování
- Kvalita jídla a místo jeho původu
- Vzdělávání o jídle a stravování
- Místní společenství a spolupráce

Splněním podmínek pro bronzovou úroveň se škola stává součástí sítě Skutečně zdravých škol. Od organizátorů programu škola obdrží přesné návody a postupy, jak jednotlivých kritérií dosáhnout. Čím více jich bude plnit, tím vyšší úroveň může získat.

Jak získat certifikát Skutečně zdravé školy

Každá škola, která má zájem zapojit se do programu Skutečně zdravá škola, se musí registrovat na webu www.skutecnezdravaskola.cz a vytvořit si vlastní profil. Účast školy v programu je dobrovolná. Předtím, než požádáte o vydání bronzového, stříbrného nebo zlatého certifikátu, musíte prokázat, že vaše škola splnila všechna kritéria.

Nezapomeňte, že musíte splnit všechna kritéria bronzové úrovně, než můžete požádat o stříbrnou úroveň. Totéž platí o splnění všech kritérií stříbrné úrovně, než můžete požádat o nejvyšší zlatou.

Ačkoli bronzové a stříbrné certifikáty jsou vydávány na základě vašeho interního hodnocení, bude přesto vaše škola navštívena a plnění kritérií zhodnoceno týmem Skutečně zdravé školy.

Na www.skutecnezdravaskola.cz najdete pomůcky, praktické návody a aktivity, jak jednotlivá kritéria splnit.



Kritéria Skutečně zdravé školy

Bronzová kritéria

Skutečně zdravá škola s bronzovým oceněním nabízí ve školní jídelně sezónní pokrmy vyrobené minimálně ze 75 % z čerstvých surovin. Zapojuje rodiče a žáky do zlepšování školního stravování a prožitku v jídelně prostřednictvím [Akční skupiny pro zdravé stravování](#). Poskytuje žákům možnost vzdělávacích aktivit v oblasti přípravy pokrmů, zahájila kroky k vytvoření školní zelinářské zahrady a organizuje pro žáky návštěvu farmy v okolí. Respektuje potřeby strávníků se specifickou dietou tím, že jim umožní ohřátí z domu doneseného dietního pokrmu ve školní jídelně.

• Angažovanost a kultura stravování

- B1** Na naší škole funguje akční skupina (AS) pro zdravé stravování, která přezkoumala kulturu stravování ve škole a dohodla se na svých dalších aktivitách.
- B2** S rodiči a žáky konzultujeme možnosti zlepšení školního stravování.
- B3** Rodiče jsou informováni o složení pokrmů ve školní jídelně a o aktivitách programu Skutečně zdravá škola. Rodiče jsou rovněž vyzýváni, aby přišli osobně některá jídla ochutnat.
- B4** Podporujeme žáky, aby sami přicházeli s nápady na vylepšení školního stravování, a ty nejlepší nápady realizujeme v praxi.
- B5** Škola zahájila první kroky systémového řešení, které povede ke klidnému a pozitivnímu průběhu oběda.
- B6** Při úklidu v prostorách školy a mytí nádobí ve školní jídelně/kuchyni jsme zahájili přechod na ekologicky šetrné čisticí a mycí prostředky.

• Kvalita jídla a místo jeho původu

- B7** Jídla v naší nabídce neobsahují žádné nežádoucí přísady a minimalizujeme používání polotovarů.
- B8** Alespoň 75 % všech pokrmů je vyrobeno z čerstvých, nezpracovaných surovin či potravin.
- B9** Čerstvé, předem nezpracované suroviny a potraviny nakupuje jídelna od pěstitelů, chovatelů a výrobců s provozovnou ve vlastním nebo sousedním kraji, pokud jsou dostupné.
- B10** Pokrmy v jídelním lístku odrážejí sezónnost a všechny sezónní suroviny jsou v jídelníčku jasně označeny.
- B11** Ve školní jídelně jsou k dispozici informace o původu použitých potravin.
- B12** Pracovníci školní jídelny se zapojují do vzdělávacích a osvětových akcí a jsou alespoň jednou ročně vzděláváni v oblasti zdravé výživy a vaření.
- B13** Děti, žáci, studenti a pracovníci školy mají přístup k pitné vodě dle jejich potřeby po celý den pobytu ve škole.
- B14** Doslazované nápoje jsou bez výjimky nahrazeny nápoji neslazenými.
- B15** Školní jídelna školy absolvovala vzdělávací a informační seminář Analýza školní jídelny a přijala z ní vyplývající doporučení.
- B16** Minimálně 2 % surovin (v účetní hodnotě) pochází z kontrolovaného ekologického zemědělství – bioprodukt nebo biopotravina.
- B17** Pro přípravu pokrmů smí být použita pouze vejce nosnic z neklecových chovů.

• Vzdělávání o jídle a stravování

- B18** Výuka o jídle, zásadách udržitelnosti v oblasti zemědělství a zásadách zdravé výživy je součástí školního vzdělávacího programu a zapojení školy do programu Skutečně



zdravá škola je výslovně uvedeno jako součást ŠVP, například v kapitole „školní projekty“.

B19 Všichni žáci (chlapci i děvčata) mají v rámci školní docházky možnost účastnit se hodin vaření.

B20 Zahájili jsme kroky vedoucí k vytvoření školní zelinářské zahrady a pracujeme na začlenění aktivit na zahradě do školního vzdělávacího programu.

B21 V rámci výuky pořádáme každoroční návštěvy farem.

B22 Provedli jsme audit plýtvání potravinami ve školní jídelně a přijali opatření k předcházení vzniku odpadů ve školní jídelně.

- **Místní společenství a spolupráce**

B23 Aktivně se snažíme zapojit rodiče žáků a veřejnost do našich pěstelských a kulinařských aktivit, a pořádáme akce na téma udržitelné stravování.

B24 Naše zkušenosti z programu Skutečně zdravá škola sdílíme s ostatními školami, rodiči a veřejností.

Stříbrná kritéria

Stříbrné školy mají zpracovaný Plán podpory zdravého stravování. Školní jídelna nabízí zdravé pokrmy připravené z čerstvých, sezónních surovin od místních farmářů a řezníků. Část surovin pochází z ekologických farem. Škola nabízí v rámci školního programu hodiny vaření, ve kterých žáci využívají ovoce a zeleninu vypěstovanou na školní zelinářské zahradě. Každý žák má za dobu docházky možnost alespoň jednou navštívit farmu v regionu. Rodiče a veřejnost se podílejí na vzdělávání o zdravém jídle prostřednictvím akcí a aktivit s tematikou jídla.

- **Angažovanost a kultura stravování**

S1 Školská rada či vedení školy odsouhlasilo plán podpory zdravého stravování a stanovilo kroky a harmonogram k jeho naplnění.

S2 Přestávka na oběd má při sestavování rozvrhu jasnou prioritu.

S3 Zajistili jsme, že příslušní učitelé mají dostatečně znalosti a dovednosti k tomu, aby vedli hodiny pěstování a vaření.

S4 Vzděláváme rodiče k tomu, aby svým dětem ke svačině dávali zdravé potraviny a nápoje.

S5 Pravidelně zveeme rodiče, aby přišli poobědvat se svými dětmi do školní jídelny.

S6 Při úklidu v prostorách školy a mytí nádobí ve školní jídelně/kuchyni jsou používány jen ekologicky šetrné čisticí a mycí prostředky.

- **Kvalita jídla a místo jeho původu**

S7 Minimálně 50 % (v účetní hodnotě) nakoupených čerstvých, nezpracovaných surovin a potravin pochází od pěstitelů a chovatelů s provozovnou ve vlastním nebo sousedním kraji.

S8 Minimálně 5 % surovin (v účetní hodnotě) pochází z kontrolovaného ekologického zemědělství – bioprodukt nebo biopotravina.

S9 Školní jídelna nabízí možnost výběru minimálně ze dvou jídel, přičemž jedno jídlo splňuje podmínky pro stravu bezmasou a/nebo bezmléčnou.

S10 Kuřecí maso pochází z vysoce šetrných chovů a/nebo alespoň 10 % pochází z ekologických chovů.

S11 Pro přípravu pokrmů jsou přednostně používána vejce z volných výběhů (značeno „1“).



S12 Jídelna používá přednostně sladkovodní ryby z chovů v ČR a mořské ryby a plody z udržitelných zdrojů, pokud jsou dostupné.

- **Vzdělávání o jídle a stravování**

S13 Zajistili jsme, že žáci v rámci hodin pěstování na školním pozemku pěstují plodiny ekologicky šetrným způsobem.

S14 Založili jsme kroužek vaření a naši žáci v něm vaří ze sezónních a místních potravin a biopotravin, a surovin, které sami vypěstovali na školní zahradě.

S15 Naši žáci přemýšlí a diskutují o etických a ekologických aspektech stravování. Spolu s žáky se snažíme zmenšovat ekologickou stopu školního stravování.

S16 Jeden nebo více ročníků udržuje během školního roku kontakt s místním zemědělským podnikem nebo farmářem. Alespoň jednou ročně organizujeme školní výlet do některého z místních menších zemědělských podniků.

S17 Množství vyhazovaného jídla ve školní jídelně se za poslední dva roky snížilo a nadále usilujeme o minimalizaci množství vyhazovaného jídla.

- **Místní společenství a spolupráce**

S18 Pořádáme akce s cílem zapojit rodiče žáků a veřejnost do našich pěstitelských a kulinařských aktivit.

Zlatá kritéria

Zlaté školy jsou centry dobré a zdravé kultury stravování ve svém okolí a aktivně zapojují rodiče a veřejnost do aktivit v oblasti zdravého stravování, pěstování a vaření. Ve školní jídelně nabízí zdravé pokrmy, připravené z 80 % z čerstvých místních surovin, z 10 % ze surovin z ekologických farem. Každý žák se naučí základy zdravého vaření a má příležitost vyzkoušet si pěstování na školní zahradě. Skupiny žáků jsou aktivně zapojeny do života místní farmy.

- **Angažovanost a kultura stravování**

Z1 Naši žáci se podílí na navrhování úprav školní jídelny, aby byl vytvořen příjemný a klidný prostor pro stolování.

Z2 Ve spolupráci s dodavateli surovin pro školní jídelnu se snažíme minimalizovat objem biologického odpadu a obalových materiálů.

- **Kvalita jídla a místo jeho původu**

Z3 Minimálně 80 % (v účetní hodnotě) nakoupených čerstvých, nezpracovaných surovin a potravin pochází od pěstitelů a chovatelů s provozovnou ve vlastním nebo sousedním kraji.

Z4 Minimálně 10 % surovin (v účetní hodnotě) pochází z kontrolovaného ekologického zemědělství.

Z5 Pro přípravu pokrmů jsou používána pouze vejce z volných výběhů (značeno „1“) nebo z ekologických chovů („0“).

Z6 Při přípravě jídelníčků podporujeme zdravou, vyváženou a udržitelnou výživu mj. tím, že do jídelníčku pravidelně zařazujeme minimálně dva bezmasé pokrmy týdně.

Z7 Školní jídelna při přípravě pokrmů podporuje regionální kulinařské tradice.

- **Vzdělávání o jídle a stravování**

Z8 Každý z žáků naší školy absolvuje v průběhu školní docházky výuku vaření v rozsahu minimálně 15 hodin výuky (to je přibližně 1 hodina týdně po dobu jednoho pololetí).



Z9 Žáci se aktivně zapojují do pěstování bylin, zeleniny a ovoce na školní zahradě pro potřeby školní jídelny a cvičné kuchyňky.

Z10 Žáci se aktivně zapojují do mapování regionálního gastronomického dědictví a vyhledávají tradiční regionální receptury a gastronomické tradice.

Z11 Žáci se účastní praktických aktivit pořádaných na místních farmách.

- **Místní společenství a spolupráce**

Z12 Rodiče našich žáků a veřejnost se aktivně podílí na školních aktivitách v oblasti vaření, zahradničení a spolupráci s místními zemědělci a potravináři.

1.1.2026

