

Kritéria programu Skutečně zdravá školka

Program Skutečně zdravá školka

Skutečně zdravé mateřské školy nabízí dětem kvalitní pokrmy a podporují a rozvíjí v dětech zdravé stravovací návyky. Vědecké důkazy potvrzují, že stravovací návyky se tvoří již v dětském věku a správná výživa hraje klíčovou roli ve zdravém růstu dítěte a jeho kognitivním vývoji. Skutečně zdravé školky také umožňují dětem pěstovat bylinky, ovoce a zeleninu na zahradě a učit se základům vaření. Rodičům pomáhá vzdělávat se v oblasti zdravé výživy dětí.

Kritéria Skutečně zdravé školky a pomoc s jejich zaváděním

Podmínky pro udělení certifikátu Skutečně zdravá školka mají tři úrovně: bronzovou, stříbrnou a zlatou. Každá úroveň obsahuje specifický soubor kritérií, která musí mateřská 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 školka stává součástí sítě Skutečně zdravých školek. Od organizátorů programu školka obdrží přesné návody a postupy, jak jednotlivých kritérií dosáhnout. Čím více jich bude plnit, tím vyšší úroveň může získat.

Jak získat certifikát Skutečně zdravé školky

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

Bronzová kritéria

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

• Angažovanost a kultura stravování

- B1** Na naší školce funguje Akční skupina pro zdravé stravování, která přezkoumala kulturu stravování ve školce a dohodla se na svých dalších aktivitách.
- B2** S rodiči a dětmi konzultujeme možnosti zlepšení stravování.
- B3** Rodiče jsou informováni o složení pokrmů ve školní jídelně a o aktivitách programu Skutečně zdravá školka.
- B4** 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

- B5** Jídla podávaná dětem neobsahují žádné nežádoucí přísady a minimalizujeme používání polotovarů.
- B6** Alespoň 75 % všech pokrmů je vyrobeno z čerstvých, nezpracovaných surovin či potravin.
- B7** Čerstvé, předem nezpracované suroviny a potraviny nakupuje jídelna od pěstitelů, chovatelů a výrobců s provozovnou ve vlastním nebo sousedním kraji, pokud jsou dostupné.
- B8** Pokrmy v jídelním lístku odrážejí sezónnost a všechny sezónní suroviny jsou v jídelníčku jasně označeny.
- B9** V mateřské škole nebo na webu školky jsou k dispozici informace o původu použitých potravin.
- B10** Pracovníci školní jídelny se zapojují do vzdělávacích a osvětových akcí a jsou alespoň jednou ročně vzděláváni v oblasti zdravé výživy a vaření.
- B11** Děti a pracovníci mateřské školy mají přístup k pitné vodě dle svých potřeby po celý den pobytu ve školce.
- B12** Doslazované nápoje jsou nahrazeny nápoji neslazenými.
- B13** Školní jídelna mateřské školy absolvovala vzdělávací a informační seminář Analýza školní jídelny a přijala z ní vyplývající doporučení.
- B14** Minimálně 2 % surovin (v účetní hodnotě) pochází z kontrolovaného ekologického zemědělství – bioprodukt nebo biopotravina.
- B15** Pro přípravu pokrmů smí být použita pouze vejce nosnic z neklecových chovů.

• Vzdělávání o jídle a stravování

- B16** Výuka o jídle, základech 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“.
- B17** Všechny děti mají možnost účastnit se činnosti spojených se vzděláváním o základech vaření.



**Skutečně
zdravá školka**

B18 Zahájili jsme kroky vedoucí k vytvoření školní zelinářské zahrady a pracujeme na začlenění aktivit na zahradě do školního vzdělávacího programu.

B19 V rámci výuky pořádáme každoroční návštěvy farem.

- **Místní společenství a spolupráce**

B20 Aktivně se snažíme zapojit rodiče žáků a veřejnost do našich pěstitelských a kulinářských aktivit, a pořádáme akce na téma udržitelné stravování.

B21 Naše zkušenosti z programu Skutečně zdravá škola sdílíme s ostatními školami, rodiči a veřejností.

Stříbrná kritéria

Stříbrné mateřské školy mají zpracovaný Plán podpory zdravého stravování. Školní jídelna nabízí zdravé pokrmy připravené z čerstvých, sezónních surovin od místních farmářů a výrobců potravin. Část surovin pochází z ekologických farem. Děti mají možnost s pedagogy vyzkoušet přípravu pokrmů z ovoce a zeleniny vypěstované na školní zahradě. Každé dítě 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 mateřské školy odsouhlasilo Plán podpory zdravého stravování a stanovilo kroky a harmonogram k jeho naplnění.

S2 Děti se stravují v příjemné a klidné atmosféře tak, aby měly dostatek času si jídlo vychutnat

S3 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**

S4 Minimálně 50 % (v účetní hodnotě) nakoupených čerstvých, nezpracovaných surovin a potravin pochází od pěstitelů a chovatelů s provozovnou ve vlastním nebo sousedním kraji

S5 Minimálně 5 % surovin (v účetní hodnotě) pochází z kontrolovaného ekologického zemědělství – bioprodukt nebo biopotravina.

S6 Kuřecí maso pochází z vysoce šetrných chovů nebo alespoň 10 % pochází z ekologických chovů.

S7 Pro přípravu pokrmů jsou přednostně používána vejce z volných výběhů (značeno „1“).

S8 Ve školní jídelně jsou podávány přednostně sladkovodní ryby z chovů v ČR a mořské ryby a plody z udržitelných zdrojů, pokud jsou dostupné.

- **Vzdělávání o jídle a stravování**

S9 Pro pěstování plodin na školní zahradě používáme pouze ekologicky šetrné postupy.

S10 Alespoň jednou ročně děti s pedagogy připraví pokrm ze surovin, které samy vypěstovaly na školní zahradě.

- **Místní společenství a spolupráce**

S11 Pořádáme akce s cílem zapojit rodiče dětí a veřejnost do našich pěstitelských a kulinářských aktivit.



**Skutečně
zdravá školka**

Zlatá kritéria

Zlaté mateřské 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.

- **Angažovanost a kultura stravování**

Z1 Ve spolupráci s dodavateli surovin pro školní jídelnu se snažíme minimalizovat objem biologického odpadu a obalových materiálů.

- **Kvalita jídla a místo jeho původu**

Z2 Minimálně 80 % (v účetní hodnotě) nakoupených čerstvých, nezpracovaných surovin a potravin pochází od pěstitelů a chovatelů s provozovnou ve vlastním nebo sousedním kraji.

Z3 Minimálně 10 % surovin (v účetní hodnotě) pochází z kontrolovaného ekologického zemědělství.

Z4 Pro přípravu pokrmů jsou používána pouze vejce z volných výběhů (značeno „1“) nebo z ekologických chovů („0“).

Z5 Při přípravě jídelníčků podporujeme zdravou, vyváženou a udržitelnou výživu mj. tím, že do jídelníčku pravidelně zařazujeme minimálně dva bezmasé pokrmy týdně.

Z6 Školní jídelna při přípravě pokrmů podporuje regionální kulinářské tradice.

- **Vzdělávání o jídle a stravování**

Z7 Děti a jejich rodiče se účastní praktických činností pořádaných na místních farmách.

- **Místní společenství a spolupráce**

Z8 Rodiče dětí a veřejnost se aktivně podílejí na školních aktivitách v oblasti vaření, zahradničení a spolupráci s místními zemědělci a potravináři.

1.1.2026



**Skutečně
zdravá školka**