

# Skutečně zdravá škola

Modul 5:  
**ZDRAVÁ  
JÍDELNA**



## **ZDRAVÁ ŠKOLNÍ JÍDELNA**

# Skutečně zdravá škola

---

## Modul 5: ZDRAVÁ JÍDELNA

---

# ZDRAVÁ ŠKOLNÍ JÍDELNA

**Didaktické texty a metodické listy  
pro učitele základních a středních škol  
zapojené v programu Skutečně zdravá škola.**

Tomáš Václavík

---

*Tento materiál má za cíl pomoci školám zlepšit atmosféru ve svých školních jídelnách, a tím dosáhnout lepší kultury stravování. Je určen pro základní i střední školy a využívat by jej měli především ředitelé a vedení školy ve spolupráci s pedagogy a pracovníky školní jídelny. Ideálně by se do realizace „zdravé školní jídelny“ měli zapojit i žáci a studenti a jejich rodiče tak, jak navrhujeme v dalším návodu pro Akční skupiny pro zdravé stravování.*

---

## ÚVOD: ROLE ŠKOLNÍCH JÍDELEN VE ŠKOLE

Školní jídelny byly založeny na přelomu 40. a 50. let díky iniciativě obcí a škol a postupně vznikla síť jídelen při vzdělávacích zařízeních, stanovovaly se výživové normy a doporučený jídelníček pro školáky. V současnosti jsou jídelny ve většině případů součástí škol a pro školáky denně připravují teplý oběd. Vyhláška o školním stravování, která celou problematiku školního stravování v České republice řídí, nicméně pouze stanovuje požadavky na přísun potřebných živin podle výživových doporučení. Vyhláška neřeší ani kvalitu používaných surovin, ani fungování a prostředí jídelen.

**Pokud školní jídelna poskytne radostné a příjemné prostředí, budou se tam školáci rádi vracet.**

Zlepšit kvalitu jídla ve školních jídelnách je jen jedna stránka problému. Druhou stránkou je motivovat mladé lidi k tomu, aby do jídelny chodili s chutí. Pokud se školní jídelna stane radostným, příjemným prostředím, lidé se tam budou vracet rádi. Tato brožura vám poskytuje návod, jak překonat některé překážky na cestě transformace školní jídelny na lepší a příjemnější místo.

Prosadit změny nebude snadné, obzvláště pokud nemáte plnou podporu všech zúčastněných. Ať už jste kuchař, ředitel školy nebo místní zastupitel, tato brožura vám zprostředkuje informace a tipy, jak můžete problematiku řešit.

## PŘÍJEMNĚJŠÍ ATMOSFÉRA VE ŠKOLNÍ JÍDELNĚ

### Jaké jsou přínosy?

**Celkově kvalitnější kultura stravování a kulinářský zážitek ve školní jídelně zvyšuje počet strávníků a zlepšuje kvalitu vzdělávání. Jaké pozitivní důsledky může tedy škola od kvalitnějšího školního stravování očekávat?**

- Více strávníků znamená více finančních prostředků, které můžete použít na nákup kvalitnějších potravin.
- Spokojenější a klidnější žáci a studenti.
- Zlepšení zdraví žáků a studentů.
- Pozitivní sociální rozvoj žáků a studentů.
- Lepší hodnocení a reputace školy.



Podívejte se na seznam otázek na str. 5 (**Zní vám to povědomě?**)

- možná že některé z nich vám přijdou povědomé. Poté si prostudujte jejich řešení a určete, zda jsou použitelná i pro vaši situaci. U každého řešení je uvedena poznámka, zda se týká základních škol, středních škol, nebo obou typů. Současně uvádíme i odhadované finanční výdaje a čas na jejich realizaci.

### Zapojení celé školy

Pokud mají mít změny dlouhodobý účinek, doporučujeme, abyste do procesu zapojili celou školu. To znamená na škole vybudovat takové prostředí, které bude podporovat zdravý životní styl, k čemuž bude přispívat celá komunita školy.

Rozhodně vám nedoporučujeme, abyste se do projektu pouštěli na vlastní pěst. Nejlepší řešení vždy vznikají mezi těmi, kteří mají o dané problematice přehled. Za tímto účelem ustanovte akční skupinu pro zdravé stravování z lidí, kteří se na chodu školy nějakým způsobem podílejí. Jejimi členy mohou být:

- vedoucí pracovník školní jídelny,
- člen dozoru ve školní jídelně,
- členové školské rady a mladí lidé, kteří mají chuť se angažovat,
- člen vedení školy či zkušený učitel,
- rodič, místní zastupitel nebo člen místní komunity,
- odborník na výživu.

Je nutné zajistit, aby vaše kroky byly v souladu s plánem a strategií rozvoje školy. Promyslete si cíle a účel vašeho projektu, a ty následně komunikujte ostatním. Změny realizujte postupně v jednotlivých fázích a nečekejte, že se vše podaří uskutečnit přes noc. Stavějte na malých úspěších, avšak nezapomínejte na hlavní cíle, které jste si původně stanovili.

### Klíčové kroky

1. Založte akční skupinu pro zdravé stravování.  
Měla by zahrnovat rozmanité spektrum osob, které jsou schopny pracovat jako jeden tým.
2. Generujte nápady.  
Pomocí dotazníků, diskuzí a pozorování objevte a analyzujte jednotlivé problémy, se kterými se vaše škola potýká, a určete vhodná řešení.
3. Řešení navrhnete osobám s rozhodovací pravomocí tak, aby byly začleněny do plánu rozvoje školy a školního stravování.
4. Ve spolupráci s vyučujícími iniciujte výraznější propojení a zapracování problematiky zdravého stravování do ŠVP, který jako závazný dokument má větší váhu.
5. Realizujte váš akční plán krok za krokem a s měřitelnými výsledky.
6. Soustavně kontrolujte a vyhodnocujte provedené změny a podle toho upravujte své další plány.

### Kdo ještě může pomoci?

Existuje mnoho způsobů, jak získat pomoc a podporu ostatních. Pokud již nejsou součástí akční skupiny, pokuste se alespoň navázat užší spolupráci s dodavateli surovin do školní jídelny, místními orgány či jinými organizacemi, které usilují o kvalitnější stravování ve školách. O školním stravování rozhoduje ředitel/ředitelka školy a vedoucí školní jídelny, proto je důležité, abyste získali jejich podporu, a pokud to bude možné, zahrnují je do akční skupiny. Pokud do školní jídelny dodává jídla dodavatel, který současně obsluhuje i jiné školy v okolí, je vhodné s nimi změny prodiskutovat. Skupina škol bude mít jistě lepší vyjednávací pozici než jednotlivé školy.



Foto: Monkey Business Images/shutterstock.com

Další zdrojem informací a podpory mohou být významní místní občané. Možná, že vám přislíbí finanční podporu nebo alespoň zorganizují akci na vaši podporu. Mnozí z rodičů pak mohou nabídnout některé své dovednosti a kontakty. Případně můžete oslovit místní prodejce a výrobce. Třeba vám poskytnou zajímavé obchodní nabídky.

### **Potřebujete inspiraci?**

- Zvážíla akční skupina veškeré výzvy, se kterými se může potýkat?
- Inspirujte se řešeními uvedenými v této brožuře.
- Navštivte školu, která změny již úspěšně realizovala. Můžete se tak dozvědět, co se podařilo, a co by dnes udělali jinak.
- Společně se zaměřte na oblast stravování ve škole a určete, co by bylo dobré změnit z pohledu různých skupin osob. Jedna část skupiny se může vžít do situace žáků, jiná zase dozoru ve školní jídelně či zaměstnanců jídelny. Pro větší realističnost si zkuste jednotlivé role zahrát. Vytvořte modelové situace, ze kterých žáci problematiku lépe pochopí.
- Požádejte žáky a studenty, aby své nápady nakreslili.
- Své návrhy a nápady konzultujte s co nejvíce osobami. Všichni vám sice neposkytnou finanční podporu, ale třeba přijdou s jinou zajímavou nabídkou.
- Složitě oblasti rozdělte do menších fází.

### **Zní vám to povědomě?**

#### **JÍDELNA**

1. Jak zlepšit úroveň školního stravování, aniž by nás to stálo spoustu peněz a času?
2. Jak co nejlépe využít malý prostor školní jídelny?
3. Jak snížit hlučnost v jídelně?
4. Jak zařídit, abychom školní jídelnu mohli využívat i pro jiné účely?
5. Jak školní jídelnu udělat příjemnějším místem?

#### **ČAS OBĚDA**

6. Jak zkrátit fronty na jídlo?
7. Jak zajistit poklidnější fronty na jídlo?
8. Jak zajistit dostatek času na oběd a zároveň slušné chování ve školní jídelně?

#### **PODPORA ZDRAVÉHO STRAVOVÁNÍ**

9. Jak to udělat, aby žákům a studentům zdravá jídla chutnala?
10. Jak to udělat, aby žáci a studenti jedli teplý oběd ve školní jídelně, a nikoli jen svačiny či kupované potraviny?
11. Jak informovat rodiče a získat jejich podporu?

#### **DOBŘÉ VZTAHY**

12. Jak zlepšit vztahy mezi zaměstnanci jídelny a žáky a studenty?
13. Jak zlepšit chování žáků a studentů ve školní jídelně?
14. Jak zajistit, aby zaměstnanci jídelny obědvali společně s žáky a studenty ve školní jídelně?
15. Jak to udělat, aby všichni byli spokojení?

# 1. JAK ZLEPŠIT ÚROVEŇ ŠKOLNÍHO STRAVOVÁNÍ, ANIŽ BY NÁS TO STÁLO SPOUSTU PENĚZ A ČASU?

## Nákladově efektivní řešení

Zvažte využití nákladově efektivních řešení uvedených v této brožuře. I nenákladná řešení mohou mít skvělé výsledky, někdy dokonce lepší než ta nákladná.

## Časově efektivní řešení

Některá řešení, která v této brožuře nabízíme, vyžadují méně času než ostatní.

## Týmová práce

Pamatujte si, že pokud máte tým, který pracuje společně, uspoříte tím spoustu času a úsilí.

## Jasně zadání

Úkoly, rozpočet a termíny nastavte jasně a srozumitelně. Předejdete tím zbytečným komplikacím a prodlevám.

## Podnikatelský záměr

V případě soukromých dodavatelů školního stravování – sestavte jasný obchodní plán, jak díky zvýšenému počtu strávníků postupně zvýšíte váš příjem a získané prostředky následně použijete pro další dílčí kroky ve prospěch školní jídelny.

## Mluvte s lidmi

Mluvte i s těmi, kteří nejsou součástí akční skupiny. Oslovte místní prodejce a výrobce. Možná, že vám vyjdou vstříc a nabídnou zajímavé obchodní nabídky. Nebojte se oslovit i velké společnosti a požádejte je o podporu svých projektů.

## Získejte peníze

Uspořádejte zábavné a informativní fundraisingové akce, na které pozvěte žáky a studenty, zaměstnance jídelny, učitele, rodiče i veřejnost. Akce můžete spojit i s jiným školními projekty, které potřebují finanční podporu. Tyto akce jsou také skvělou příležitostí, jak zvýšit povědomí o vašem projektu. Jejich organizací pověřte speciální tým. Jeho členové tak budou moci rozvíjet své dovednosti a posilovat vzájemné vztahy.

## Synchronizace s ostatními projekty

Pro svůj projekt zkuste využít prostředky a zdroje určené pro jiné činnosti. Například můžete využít prostředky na umělecké aktivity žáků a studentů tím, že je pověříte dekorováním školní jídelny.



Foto: a40757/shutterstock.com

## 2. JAK CO NEJLÉPE VYUŽÍT MALÝ PROSTOR ŠKOLNÍ JÍDELNY?

### Revize rozvržení doby oběda

Pokud škola poskytuje obědy pro velké množství žáků a studentů, zvažte zavedení systému rozvržení doby oběda. Pokud vaše škola již obdobný systém využívá, avšak ten nefunguje podle vašich představ, níže nabízíme několik řešení, jak docílit požadovaného stavu.

- Určete jednu dobu oběda pro všechny strážníky, ale současně rozvrhněte časy, kdy se určité skupiny žáků a studentů dostaví do školní jídelny.
- Určete čas na oběd pro jednotlivé ročníky a rozvrhněte, kdy se mají do jídelny dostavit.
- Některé školy úspěšně zavedly systém, kdy je čas oběda plánován okolo poslední dopolední hodiny. To znamená, že některým žákům a studentům doba oběda začíná před, během, nebo po poslední dopolední hodině, v závislosti na tom, jaký den v týdnu je. Někteří žáci a studenti tak odejdou na oběd v průběhu hodiny a úkoly dokončí, jakmile se vrátí z oběda. Tím je zajištěno, že se v jídelně potkávají různé ročníky, a že každý strážník má stejný počet brzkých a pozdních obědů.

### Flexibilita

Při plánování rozvržení doby oběda nezapomeňte zajistit, aby byl celý systém dostatečně flexibilní, a žáci a studenti si tak mohli v klidu oběd vychutnat.

### Přezkoumejte délku přestávky na oběd

Zamyslete se nad současnou délkou přestávky na oběd. Je její délka pouze zaběhlou tradicí, nebo byla z nějakého konkrétního důvodu změněna? Pokud se jedná o druhé jmenované, zvažte jiné přístupy. Mějte na paměti, že čas, kdy se vydávají obědy, a přestávka na oběd ve školním rozvrhu, by se měly přizpůsobit potřebám strážníků, tedy žáků, studentů a pedagogů, nikoli jen potřebám zaměstnanců školní jídelny. (Viz str. 11: Rozvržení doby oběda.)

### Maximální využití prostoru

Pokud do školní jídelny nakupujete nový nábytek, zvažte nákup skládacích či snadno přenosných stolů či židlí. Díky tomu budete moci zvýšit počet míst v jídelně a současně žákům a studentům poskytnete dostatek prostoru k pohybu.



Foto: Monkey Business Images/shutterstock.com

### Venkovní prostor

Co takhle využít i prostor mimo zdi jídelny? Můžete použít část nevyužitého hřiště a zbudovat na něm přístřešek, pod kterým mohou žáci a studenti v době teplého počasí obědovat na čerstvém vzduchu.

### Mobilní jídelna

A proč rovnou nezřídit mobilní stravovací zařízení? Může mít podobu varnic opatřených kolečky, pojízdného salátového pultu nebo stánku se zdravými sendviči. Nezapomeňte však, že i u této varianty je nutné zajistit sezení pro žáky a studenty.

### Další vnitřní prostor

Není ve škole nějaké další místo, kde by žáci a studenti mohli poobědvat? Takový prostor se nemusí nacházet hned vedle školní kuchyně. Takové místo můžete například využít pro obědy starších žáků. Je řada způsobů, jak přetvořit různé prostory na jídelnu. Nápadů naleznete na str. 9 (Jak zařídit, abychom školní jídelnu mohli využívat i pro jiné účely?)

### 3. JAK SNÍŽIT HLUČNOST V JÍDELNĚ?

Je zcela zásadní, aby prostředí jídelny bylo uvolněné a přívětivé. Přestávka na oběd je konečkoncům tou nejdůležitější z přestávek. Žáci a studenti se budou cítit svěžejší a budou mít dostatek sil a pozornosti pro další výuku. Pokud zvažujete zásadní změny, důkladně se ujistěte, že jsou vhodné z dlouhodobého hlediska, a že se nemíjí účinkem.

#### Protihlukové panely

Jednoduchým způsobem, jak snížit hluk v jídelně, je instalace protihlukových panelů, které dokážou hluk absorbovat. Představují levnější řešení než akustické podhledy (viz níže) a lze je přemísťovat po jídelně dle aktuální potřeby. Levnější, avšak o něco méně efektivní alternativou, jsou korkové obklady.

Velmi důležité, zvláště pokud je v jídelně parketová podlaha, je tlumit zvuk, vyvolávaný šoupáním židlí. Je tedy vhodné na nohy židliček nasadit gumové koncovky.

#### Akustické podhledy

Snížení úrovně stropu je dobrý způsob, jak snížit hluk v místnosti. Máte-li možnost provést rekonstrukci, informujte se, zda by pro vás byla přínosem. Vezměte však na vědomí, že nižší výška stropu může zvýšit pocit stísněnosti.



Foto: Monkey Business Images/shutterstock.com

#### Podlahy

Zjistěte, jaký má na hluk vliv podlahová krytina ve vaší jídelně. Vinylová krytina například dokáže odstranit drhnutí židlí o podlahu. Koberec zase pohlcuje hluk v místnosti. Nezapomeňte, že zvolené řešení musí být dostatečně odolné, aby vydrželo značný nápor, a současně vhodné pro účely jídelny (nesmí klouzat, snadné čištění apod.).

#### Záclony a závěsy

Pokud zrovna řešíte nákup nového nábytku pro školní jídelnu, zvažte zakoupení záclon či závěsů. Ty dokáží pohlcovat hluk.

#### Hudba

V závislosti na akustických dispozicích jídelny může hudba buď zvýšit, nebo i snížit hluk v místnosti. Vhodná hudba může žáky a studenty přimět k tomu, aby se ztišili tak, aby byla hudba slyšitelná. Volba hudby však musí být dobře promyšlená. Případně žákům a studentům můžeme nabídnout, aby si hudbu volili sami a přemýšleli o tom, jaký druh hudby je pro zklidnění atmosféry nejvhodnější.

#### Informační značky a tabule

Některé školy zaznamenaly úspěch s tím, že do školní jídelny nainstalovaly různé barevné cedulky, nápisy nebo elektronické tabule například s nápisy „Ztište se!“ nebo „Jsi na řadě“. Zaměstnanci jídelny tak na žáky a studenty nemusejí hulákat, což opět přispěje ke snížení hluku a celkově příjemnější atmosféře v jídelně.

#### Chování

Nejlepším způsobem, jak snížit hluk v jídelně, je zajistit správné a slušné chování jejích návštěvníků. (Viz str. 12: Jak zajistit poklidnější čekání na jídlo?)



## 4. JAK ZAŘÍDIT, ABYCHOM ŠKOLNÍ JÍDELNU MOHLI VYUŽÍVAT I PRO JINÉ ÚČELY?

Mnoho menších škol využívá prostor jídelny i pro jiné účely, například jako místnost pro divadlo či prostor pro různé akce pro veřejnost. To je sice rozumné využití prostoru, avšak je důležité zajistit, aby v době oběda místnost skutečně vypadala jako jídelna. Toho lze dosáhnout použitím správného nábytku a dalších předmětů, které budou v souladu i s ostatními účely prostoru.

### Stohovatelné stoly

Do jídelny nakupujte takové stoly, které lze naskládat na sebe, nebo alespoň snadno přemístit do rohu či skladu. Některé stoly jsou vybaveny pojízdnými kolečky pro snadnější manipulaci. Ty však budou klást větší nároky na skladovací prostor.

### Ubrusy

Používejte ubrusy jako rychlý a snadný způsob, jak změnit atmosféru v místnosti. Volba ubrusů se může také odvíjet od aktuální tematické akce, která na škole probíhá. Vinylové ubrusy s barevnými obrázky zeleniny a ovoce mohou podpořit popularitu zdravého stravování a lze je snadno čistit.

### Úprava stolu

Přidejte na stoly ošatku s chlebem, salát, džbán s vodou či vázu s květinami. Sběr květin na školní zahradě a jejich aranžování na stoly může být pro žáky populární zábava.

### Tabule s jídelníčkem

Investujte do nákupu tabule či cedule, která bude uvádět aktuální nabídku jídel. Nejlépe takové, která je snadno přenosná.

### Dekorace

Pokud místnost školní jídelny slouží i pro jiné účely (např. tělocvična nebo divadlo), zkuste ji vyzdobit ve stylu, který bude odpovídat všem činnostem, které se v jídelně odehrávají.

### Obědy ve třídě

Zamyslete se nad tím, zda by šlo prostory tříd použít jako jídelnu. Některé školy v této souvislosti zřídily obědové kluby, kdy žáci a studenti mohou obědy jíst přímo ve třídě. Spousta žáků a studentů takovouto možnost uvítá a současně tím snížíte nápor na školní jídelnu. Vždy je však důležité zajistit úklid tříd po obědě.



Foto: Monkey Business Images/shutterstock.com

## 5. JAK ŠKOLNÍ JÍDELNU UDĚLAT PŘÍJEMNĚJŠÍM MÍSTEM?

**Zamyslete se nad místy, kam chodíte rádi jíst, a proč. I malé úpravy mohou změnit celkový ráz jídelny, a tím i způsob, jak se v ní lidé chovají. Identita a odpočinek – to jsou dvě klíčová slova, na která bychom měli pamatovat při plánování vzhledu jídelny. Vždy hledejte způsoby, jak podpořit zdravé stravování.**

### Místo odpočinku

Vytyčte si se svojí akční skupinou cíl, jak z pohledu návštěvníka učinit školní jídelnu místem pohodlí a odpočinku. Můžete například po obědě zpřístupnit část jídelny jako studovnu na psaní domácích úkolů, nebo prostor pro hru a odpočinek dojíždějících žáků.

### Téma

S akční skupinou se pokuste své jídelně dát jasný ráz a identitu, například téma lesa, farmy, zahrady či restaurace. Třeba se vám podaří vytvořit místo, kam budou žáci a studenti chodit rádi jíst, a zaměstnanci pracovat.

### Název jídelny

Rozhodněte se, jak budete školní jídelnu nazývat (např. kavárna nebo restaurace). Například kavárna může v návštěvnických jídelně evokovat místo, kde se lidé rádi schází. Vytvořte projekt na vyzdobení jídelny, který bude v souladu s novým názvem.

### Inspirace

Pro inspiraci navštivte kavárny, restaurace či jiné jídelny a zamyslete se nad tím, co se vám líbí a nelíbí.

### Výstava výtvarných děl žáků

Stěny a prostor jídelny se ideálně hodí na představení uměleckých a výtvarných děl žáků a studentů. Můžete ale využít také díly umělců působících v okolí školy. Měnit je můžete podle aktuální tematické akce nebo projektu školy.

### Osvětlení

Zkontrolujte, zda je jídelna správně osvětlena. Není příliš tmavá? Nebo naopak příliš světlá? Do špatně osvětlené místnosti umístěte žárovky, nejlépe pak stmívatelné, tak abyste mohli měnit „náladu“ místnosti dle potřeby. V místech, kde je příliš světla, použijte na okna rolety či závěsy.

### Teplota

Zkontrolujte, zda je v jídelně správná teplota. Zeptejte se na názor těch, kteří jídelnu navštěvují, a podle toho upravte teplotu v místnosti. V létě také můžete regulovat teplotu umístěním okenních rolet.

### Čistý vzduch

Pokud je jídelna bezprostředně propojena s kuchyní, často se do ní dostanou vůně vznikající při vaření. Jídelnu je potřeba často větrat, v teplém období je ideální otevřít okna.

### Barva zdi

Jsou zdi vymalovány teplými nebo studenými barvami? Napomáhají vytvářet správnou atmosféru v jídelně? Pokud chcete zajistit neustále nový vzhled, vymalujte ji jednou ročně. Nemusíte hned vymalovat celou místnost, postačí jedna zeď nebo jen část jídelny.

### Podlahy

Zkontrolujte, zda podlaha v jídelně odpovídá účelu místnosti. Barva podlahy také může mít velký vliv na celkový dojem jídelny.

### Zóny

Dobrý způsob, jak učinit velký prostor pohodlným a zajímavým, je rozdělit ho na různé zóny. To je obzvláště příhodné, pokud chcete oddělit různé věkové kategorie žáků nebo žáky se zvláštními nároky. Zóny lze vytvořit pomocí barev, nábytku nebo protihlukových zástěn. Vždy však pamatujte na správné osvětlení všech částí jídelny.

### Židle

Jsou vaše židle vhodné i pro malé děti? Různé druhy sezení dokážou uspokojit různé potřeby žáků a dospělých. Některé stoly jsou vyráběny s nastavitelnou výškou, čímž docílíte vyšší flexibility jejich použití.

### Mladší žáci a studenti

Jak na základních, tak středních školách, je nutné pamatovat na to, že mladší spolužáci se s prostředím nové jídelny musí nejprve seznámit. Zkuste vymyslet způsoby, jak je s chodem jídelny seznámit. Vyčleňte klidné místo, kde tito žáci a studenti mohou v klidu poobědovat. Některé školy dokonce zřídily speciální místa, kde starší žáci a studenti pomáhají těm mladším. Můžete například realizovat modelové situace, kdy starší žák dělá průvodce mladšímu.

### Hluk

Hlučné prostředí je vždy více stresující než to klidné. (Více viz str. 8: Jak snížit hlučnost v jídelně?)

## 6. JAK ZKRÁTIT FRONTY NA JÍDLO?

**Je nutné zkrátit čas, který žáci a studenti stráví ve frontě, a naopak zvýšit čas, kdy si mohou povídat s kamarády, hrát nebo odpočívat. Pokud budou trávit příliš času ve frontě, pravděpodobně začnou obědovat mimo školní jídelnu. Menší fronty také znamenají méně času, který dozor stráví jejich dohledem.**

### Rozvržení doby oběda

Pokud škola poskytuje obědy pro velké množství žáků a studentů, zvažte zavedení systému rozvržení doby oběda. Pokud vaše škola již obdobný systém využívá, avšak ten nefunguje podle vašich představ, existuje řada řešení, jak docílit požadovaného stavu. (Více viz str. 13: Jak zajistit dostatek času na oběd a zároveň slušné chování ve školní jídelně?)

### Bezhotovostní systém

Zvažte zavedení bezhotovostního systému, který značně urychlí nákup obědů. Ten může využívat různé magnetické karty nebo lístky. Použití karet má ještě tu výhodu, že můžete snadno sledovat, jaké obědy strávnicki preferují. Můžete také zřídit jednorázové platby za obědy na celý týden nebo nákup a výběr pokrmů přes internet.

### Výdejní místa

Zřídte více míst, kde si žáci a studenti mohou odebrat jídlo a zaplatit za obědy. Zajistěte, že fronty na jídlo a na placení obědů budou odděleny. To však může znamenat vyšší náklady na zaměstnance.

### Popisky jídel

Jejich použitím předejdete opakujícím se dotazům na zaměstnance jídelny. Je to také způsob, jak snadno strávnickům sdělit, kterým jídlům by se měli vyhnout například alergici.

### Zvýhodněná jídla

Zvažte zavedení zvýhodněných jídel za mírně sníženou cenu. Tím můžete podpořit odběr zdravých jídel, obzvláště pokud budou za nižší cenu než ostatní jídla.

### Rozesílání jídelníčku

Poskytněte žákům a studentům jídelníček ještě předtím, než přijdou do jídelny. Díky tomu budou mít již předem vybráno a výdej jídel se zrychlí. Mimo jídelnu vyvěste velkou ceduli, která bude inzerovat jídlo dne nebo týdne. Některé školy nechávají jídelníčky



Foto: Monkey Business Images/shutterstock.com

kolovat během hodin, jiné je zase zasílají žákům a studentům domů. Díky tomu mohou mít rodiče přehled o tom, jak se jejich děti stravují.

### Samoobslužné pulty

Samoobslužné pulty jsou dobrým způsobem, jak zrychlit výdej jídel. Pomocí nich lze nabízet například saláty, ovoce, zákusek, nápoje, případně přílohu k hlavnímu pokrmu.

### Prodejní automaty

Školní jídelnu můžete také doplnit o prodejní automat se zdravými potravinami. Bude však nutné zajistit jejich soulad s normami pro školní jídelny.

### Zvláštní potřeby

Nezapomeňte, že někteří žáci a studenti mají zvláštní požadavky na stravování (např. diabetici). (Více viz str. 20: Jak to udělat, aby všichni byli spokojeni?)

## 7. JAK ZAJISTIT POKLIDNĚJŠÍ ČEKÁNÍ NA JÍDLO?

Zkracování front na oběd je jednou z možností, jak redukovat stres ve školní jídelně.

### Více zdravých oblíbených jídel

Pokud škola dosud nepoužívá objednávkový systém, jednou z příčin stresu ve frontách na oběd může být obava, že děti nedostanou jídlo, na které se těší. Někteří žáci a studenti tak předbíhají, a ti, co tak nečiní, cítí nespravedlnost. Zkuste zvýšit podíl zdravých jídel, která žáci a studenti mají rádi, na úkor těch méně populárních.

### Plynulost

Zajistěte, že fronta postupuje plynule a není zbytečně zdržována. Zajistěte, že žáci a studenti frontu nezpomalují tím, že tráví čas studováním nabídky jídel.

### Dřívější obědy

Jsou vaši žáci a studenti hladoví? Kdy začíná doba vydávání oběda? Přijde vám, že toho nejvíce snědí během přestávek. Zkuste přesunout přestávku na oběd na dřívější hodinu. Žáci a studenti nebudou tak hladoví a zmenšíte tím fronty na oběd.

### Řízení fronty

Systém čekání ve frontě by měl být jednoduchý, aby každý věděl, kdy přijde na řadu. Snížíte tím stres a předbíhání.

### Pomáháme nejmladším

Některé školy se rozhodly pro své nejmladší žáky zorganizovat službu, kde starší žáci nebo dozor přinesou mladším žákům oběd až ke stolu, aby nemuseli čekat ve frontě. Tímto způsobem se mohou žáci postupně naučit, jak to ve školní jídelně chodí.

### Dozor z řad studentů

Školy, které již vyřešily otázku vzhledu jídelny, mohou začít využívat jako dozor studenty vyšších ročníků. Pomoc žáků a studentů nabízí řadu výhod, například větší porozumění chování svých spolužáků nebo osobní rozvoj členů dozoru. Pokud má však takovýto přístup fungovat, je nutné, aby nad ním usilovně dohlížel zkušený pedagog.



Foto: MSpeedKingz/shutterstock.com

### Zábava

Některé školy vymyslely způsoby, jak žáky a studenty zabavit, zatímco čekají ve frontě na oběd. Například pomocí vhodně zvolené hudby, která ovšem neruší ostatní v jídelně.

### Stres ve frontě

Čím je fronta delší, tím je více stresující. (Více viz str. 11: Jak zkrátit fronty na jídlo?)

## 8. JAK ZAJISTIT DOSTATEK ČASU NA OBĚD A ZÁROVEŇ SLUŠNÉ CHOVÁNÍ VE ŠKOLNÍ JÍDELNĚ?

Je zcela zásadní, aby žáci a studenti měli během přestávky dostatek času na oběd i na zábavu. Zajistěte, aby měli dostatek času a s obědem nemuseli spěchat. Pokud se vám to podaří, budou čas oběda vnímat jako příjemnou část dne a budou se na ní těšit.

### Délka přestávky na oběd

Je polední přestávka dostatečně dlouhá? Délka přestávky na oběd je v současnosti stále zkracována. To může být kontraproduktivní, což způsobuje, že žáci a studenti často nemají dostatek času oběd strávit, odpočinout si a soustředit na odpolední vyučování.

### Integrace obědů

Polední přestávka je často využívána nejen pro stravování, ale i například pro kroužky apod. Zvažte dodávání obědů i na místo konání těchto aktivit. Podpoříte tím mezilidské vztahy v rámci těchto aktivit, prodloužíte čas na oběd a snížíte fronty v jídelně.

### Rozdělení polední přestávky

Stanovte samostatný čas na oběd a čas na společenské aktivity. To je obzvláště vhodné pro žáky základních škol, kteří nebudou muset s obědem spěchat, a budou vědět, že je stále dostatek času na odpočinek a zábavu s kamarády.

### Mimoškolní aktivity

Mimoškolní aktivity nad rámec výuky naplánujte tak, aby žáci a studenti měli dostatek času na návštěvu školní jídelny.

### Menší fronty

Stráví žáci a studenti ve frontě podstatnou část polední přestávky? Pokud ano, podívejte se na některé nápady, jak zmenšit fronty, na str. 11 Jak zkrátit fronty na jídlo?



Foto: Monkey Business Images/shutterstock.com

## 9. JAK TO UDĚLAT, ABY ŽÁKŮM A STUDENTŮM ZDRAVÁ JÍDLA CHUTNALA?

Žáci si jídelnu oblíbí, pokud se v ní budou cítit jako doma. Také chtějí takovou jídelnu, kde si mohou povídat s kamarády. Změna kultury stravování se tak netýká pouze jídla samotného, ale i celkové atmosféry ve školní jídelně.

### Zapojte je

Zapojte žáky a studenty do plánování školního jídelníčku a ostatní nabídky potravin ve škole. Jistě se budou na oběd těšit více, pokud na ně bude čekat jejich oblíbené jídlo.

### Získejte zpětnou vazbu

Zpětná vazba od žáků a studentů je jeden z nejlepších způsobů, jak zjistit, co je potřeba zlepšit. Získat ji můžete například pomocí dotazníků.

### Grafická podoba jídelníčku

Uspořádejte mezi třídami soutěž o nejhezčí jídelníček pro školní jídelnu nebo nechte třídy střídát se po týdnu. Zaměřte tak pozornost žáků a studentů na školní jídelnu.

### Integrace zdravého stravování

Prozkoumejte veškeré možné způsoby, jak do učiva začlenit otázku zdravého stravování a jak toto téma spojit se školní jídelnou. Můžete například podpořit teoretické znalosti

z výuky praktickými zkušenostmi ze školní jídelny. Pořádejte ochutnávky pro rodiče, žáky a studenty, a podporujte je v tom, aby neustále zkoušeli něco nového. S trochou trpělivosti se vám jistě podaří změnit jejich chutě.

### Prezentace jídel

Vystavené jídlo musí vždy vypadat lahodně a čerstvě a nemělo by být ve vitríně příliš dlouho. Stejně tak je důležité, aby i výdejna jídel působila příjemným dojmem. Pokud umístíte pult se zdravými saláty, nabízející sezónní ovoce a zeleninu, hned vedle výdejního okénka nebo místa, kde žáci čekají ve frontě, zvýšíte tím jejich oblibu.

### Podpořte sociální interakci

Umožněte, aby spolu mohli obědovat žáci a studenti, kteří si nosí vlastní obědy z domu, a ti, kteří navštěvují školní jídelnu. Odpadne jim tak dilema, zda mají chodit do jídelny, nebo si nosit vlastní obědy, pokud spolu chtějí trávit polední přestávku.



Foto: Oksana Kuzmina/shutterstock.com

### **Snídaňové kluby**

Snídaňové kluby jsou skvělým způsobem, jak si žáci mohou utvářet správné stravovací návyky již od rána. Snídaně je nesmírně důležitá pro to, aby se dítě cítilo při dopoledním vyučování dobře. Pokud se děti nestíhají najíst doma, je snídaňový či svačinový klub ideální, a rodiče rádi za nabídku zdravých snídaní a svačin zaplatí navíc.

### **Podporujte téma „jídlo“**

Toho můžete dosáhnout například tím, že budete organizovat tematické akce. Některé školy také pořádají různé slavnosti, kde se žáci a studenti mohou pochlubit vlastními výtvary. Čím větší popularitu bude mít školní stravování mimo školu, tím více se žáci budou chtít zapojit. Ve spolupráci s místními zahrádkáři můžete ve školní jídelně například uspořádat výstavku ovoce či zeleniny, nebo pozvat veřejnost na výstavu výpěstků z vaší školní zahrady.

### **Odměny za zdravé stravování**

Pokuste se ve spolupráci s rodiči a pracovníky školních kuchyní vytvořit motivační a odměňovací program na podporu konzumace zdravých pokrmů. Nastavte konkrétní cíle a odměny za to, že si žáci a studenti k obědu zvolí zdravé jídlo.

### **Nabídněte kroužky vaření**

Ideálně by měly být hodiny vaření součástí běžné výuky. Pokud tomu tak zatím na vaší škole není, nabídněte kroužek vaření jako součást mimoškolních aktivit. V něm se mohou žáci a studenti naučit, jak vařit a připravovat zdravé pokrmy. Budou tak nejen více nakloněni novým věcem, ale i pochopí, co všechno příprava jídla zahrnuje. Pokud je kroužek veden školním kuchařem, ještě k tomu posílíte mezilidské vztahy.

### **Zřídte kroužky pěstování**

V nich se žáci a studenti mohou naučit, jak pěstovat ovoce a zeleninu a co všechno jejich pěstování obnáší. Navíc, pokud budou žáci a studenti jíst, co sami vypěstovali, najdou si ke zdravým potravinám cestu mnohem snadněji. Ideální je propojit tyto aktivity se vzdělávacím obsahem ŠVP – pěstitelské práce, nebo tématem „Člověk a svět práce“ v případě kroužků vaření.

### **Příjemné prostředí**

Žáci a studenti si zdravá jídla vychutnají lépe, pokud se budou cítit příjemně a uvolněně. (Více viz str. 10: Jak školní jídelnu udělat příjemnějším místem?)

## **10. JAK TO UDĚLAT, ABY ŽÁCI A STUDENTI JEDLI OBĚDY V DOBĚ OBĚDA, A NIKOLI BĚHEM PŘESTÁVEK?**

---

**V řadě škol, zejména středních, toho mladí lidé nejvíce snědí o dopoledních přestávkách, namísto v době oběda. Tomu lze snadno předejít pomocí několika málo změn.**

### **Správná doba oběda**

Zjistěte, zda žáci a studenti schválně nejedí velké svačiny během přestávek, protože vědí, že až do oběda bez jídla nevydrží.

### **Zdravé svačiny**

Pokud oběd na dřívější hodinu přesunout nelze, zvažte prodej zdravých, lehkých svačin o přestávkách, aby žáci a studenti neměli hlad až do oběda.

Mimoškolní aktivity nad rámec výuky nebo odpolední vyučování naplánujte tak, aby žáci a studenti měli dostatek času na návštěvu školní jídelny. Pokud některým z nich na návštěvu školní jídelny již nevychází čas, bude nutné upravit rozvrh.

### **Snídaňové kluby**

Řada žáků a studentů snídaně úplně vynechává, a pak hlad zahání o přestávkách nezdravými potravinami. Pokud zřídíte snídaňový klub, který je osloví, poskytnete jim šanci si toto důležité jídlo v klidu vychutnat.

### **Další informace**

Prozkoumejte všechny způsoby, jak školní obědy co nejvíce ztraktivnit. Jedním z největších problémů jsou pak dlouhé a stresující fronty. Dalším z častých neduhů je nezajímavé prostředí školní jídelny nebo nedostatek místa.

## 11. JAK INFORMOVAT RODIČE A ZÍSKAT JEJICH PODPORU?

---

**Dobrá informovanost rodičů o školním stravování a získávání zpětné vazby podporuje odběr školních obědů. Rodiče jsou také zdrojem podpory a někteří se pak chtějí i aktivně zapojit.**

### Informační bulletin

Díky tomuto způsobu komunikace můžete rodiče snadno informovat o veškerých změnách ve školní jídelně. Pokud tak již nečiníte, začněte rodičům rozesílat aktuální jídelníček, aby věděli, za co vlastně platí. Některým školám se podařilo školní jídelníček prosadit do místních novin, či dokonce podporovat zdravé stravování v místní televizi či rozhlase.

### Vždy chtějte zpětnou vazbu

Díky ní budete moci určit, co funguje a co je nutné zlepšit, a také vyvrátit případné mylné informace o způsobu, jakým své žáky a studenty stravujete. Je důležité rodiče správně motivovat a pro získání zpětné vazby volit vhodné prostředky, například osobní rozhovory nebo dotazníky.

### Pozvěte rodiče na oběd

Pozvěte rodiče, aby navštívili školní jídelnu a poobědvali s dětmi. Pro tento účel můžete například určit jeden konkrétní den v týdnu. Nebo lze pro rodiče připravit večeri (například v den konání třídních schůzek), při které budou moci ochutnat jídla, běžně vařená

pro děti, navíc se zaměřením na správnou výživu. Součástí večere může být přednáška či praktický workshop s výživovým poradcem či vedoucí školní jídelny.

### Pozvěte rodiče na ochutnávku

Uspořádejte ochutnávku školních jídel. Je to skvělý způsob, jak zapojit zaměstnance jídelny, prodiskutovat provedené změny a získat zpětnou vazbu od rodičů. Pro zajištění co nejlepší účasti ochutnávku spojte s jinými školními akcemi pro rodiče.

### Zapojte rodiče

Zapojte rodiče do vašeho projektu na změnu školního stravování. Některé školy pořádají různé slavnosti, kde prezentují výsledky, které jejich úsilí přináší. Takovéto akce mohou také posloužit pro získání finančních prostředků nebo zvýšení povědomí o vašem projektu.

### Obavy rodičů

Informujte rodiče, pokud provádíte zásadní změny ve školním stravování. Některí z nich mohou mít o své děti obavy, obzvláště pokud mají zvláštní nároky na stravu.



## 12. JAK ZLEPŠIT VZTAHY MEZI ZAMĚSTNANCI JÍDELNY A ŽÁKY A STUDENTY?

---

**Je snadné sklouznout do rutinního stavu, kdy se vztahy mezi jednotlivými zaměstnanci školy nebo žáky stanou něčím, co je pouze automatickou součástí školního života. Změňte takovýto stav a změňte celkovou atmosféru v jídelně, včetně motivace jejích zaměstnanců.**

### Zapojte zaměstnance jídelny

Je důležité, aby si žáci a studenti a zaměstnanci jídelny vytvořili vzájemný vztah. To může být někdy obtížné, obzvláště pokud jich jídelnu navštěvuje velké množství a netráví tam příliš mnoho času. Zkuste zaměstnance jídelny zapojit do různých školních akcí, či dokonce výuky některých souvisejících předmětů.

### Propagujte zdravé pokrmy

Zaměstnanci jídelny by měli vždy podporovat nabídku zdravých pokrmů. Jejich přístup hraje klíčovou roli, pokud chceme, aby žáci a studenti vyzkoušeli nová a zdravá jídla a potraviny. Jsou také zdrojem zpětné vazby a mohou společně s žáky a studenty sestavovat jídelníček pro školní jídelnu.

### Spolupracujte

Zajistěte, že se zaměstnanci jídelny a členové pedagogického sboru podílejí na rozvoji jídelny a školního stravování. Školní jídelna je přeci jen jejich pracovištěm. Zapojte žáky a studenty do svého projektu. Můžete tak s nimi navázat lepší vztahy a pochopit vzájemné potřeby.

### Zajistěte vzdělávání

Proškolte zaměstnance jídelny a dozor v tom, jak podporovat pozitivní sociální interakci během oběda a jak zacházet a komunikovat s mladými lidmi. Díky školení získají větší jistotu a budou schopni svoji práci vykonávat efektivněji.

### Navazte spojení

Vedoucí zaměstnanec školní jídelny by měl být v přímém kontaktu s ředitelem školy. Oběd v jídelně je část školního dne, a tudíž by měli zaměstnanci jídelny mít možnost informovat ty, kteří nesou za chod školy hlavní odpovědnost.

### Važte si zaměstnanců

Nezapomeňte zajistit, aby se veškerí zaměstnanci školy, ať už se jedná o kuchaře, dozor nebo učitele, cítili jako členové jednoho velkého školního týmu. Nezapomeňte je tedy zvát na různé porady, schůze či školní akce.

### Tematické dny

Zvažte zavedení dnů, které budou zaměřeny na podporu zdravého stravování, například Den specialit našeho regionu. Takovéto akce jsou dobrým způsobem, jak získat podporu pro změny, které ve školním stravování provádíte, a také jak zapojit ostatní. Při výjimečné události můžete uspořádat oslavu, na kterou pozvete i rodiče či veřejnost. (Více viz str. 16: Jak informovat rodiče a získat jejich podporu?)

### Budování vztahů mimo třídu

Pokud bude personál školy, například učitelé, trávit společný čas se žáky a studenty ve školní jídelně, bude to mít velký vliv na jejich chování a současně to bude šance, jak utvářet vzájemný vztah i mimo zdi třídy. (Více viz str. 19: Jak zajistit, aby učitelé obědvali společně s žáky a studenty ve školní jídelně?)

## 13. JAK ZLEPŠIT CHOVÁNÍ ŽÁKŮ A STUDENTŮ VE ŠKOLNÍ JÍDELNĚ?

---

Utváření správné atmosféry a adekvátní řešení nevhodného chování žáků a studentů zlepšuje celkovou kulturu stravování školy. Pokud zajistíte takové chování, které respektuje své okolí, bude celkový zážitek ve školní jídelně příjemnější a prospěšnější pro sociální rozvoj žáků a studentů.

### Atraktivní prostředí

Bylo zjištěno, že atraktivní prostředí podporuje uctivé chování vůči tomuto prostředí. To znamená, že pokud zlepšíte prostředí školní jídelny, zlepšíte i chování žáků a studentů, kteří ji navštěvují.

### Pocit sounáležitosti

Lepší chování žáků a studentů ve školní jídelně také podpoříte, pokud budou cítit, že se na jejím vzhledu či chodu nějakým způsobem podíleli. Pokuste se je tedy zapojit do procesu návrhu změn v jídelně.

### Odstraňte napětí

Zamyslete se nad tím, jak snížit napětí mezi lidmi v jídelně. Například někteří strážníci nemusí vnímat pozitivně, pokud zaměstnanci jídelny začínou sklízet stoly, zatímco stále ještě jedí. Dalším zdrojem napětí jsou například fronty.

### Podpořte sociální interakci

Zajistěte, aby byl veškerý personál školy řádně proškolen v tom, jak usměrňovat chování žáků a studentů a podporovat sociální interakci.

### Podpořte společenské dovednosti

Jak na základních, tak středních školách je nutné pamatovat na ty nejmladší členy školy.

Pokud budete schopni podporovat rozvoj jejich společenských dovedností a seznámit je s procesy ve školní jídelně nenásilnou formou, odnesou si to s sebou do dalších let.

### Pravidla jídelny

Přeneste pravidla, která platí pro chování v rámci školy, i na prostředí školní jídelny. Případně můžete stanovit samostatná pravidla. Žáci a studenti tak budou přesně vědět, co se od nich v jídelně očekává, a dozor ve školní jídelně bude znát přesný rámec toho, jaké chování již není přijatelné.

### Začleňte učitele mezi žáky a studenty

Zamyslete se nad tím, jak například přimět učitele, aby při obědě seděli mezi žáky a studenty. Učitelé, kteří tak již činí, potvrdili, že to žákům značně pomohlo a že došlo ke zlepšení vzájemných vztahů. Nezapomeňte však, že učitelé potřebují svůj vlastní prostor a čas.

### Soudržnost komunity

Pozvěte na oběd do školní jídelny rodiče či prarodiče žáků. To je obzvláště přínosné pro základní školy, jelikož to posiluje celkovou soudržnost ve společnosti a zlepšuje chování žáků.

## 14. JAK ZAJISTIT, ABY UČITELÉ OBĚDVALI SPOLEČNĚ S ŽÁKY A STUDENTY VE ŠKOLNÍ JÍDELNĚ?

**Není lepší způsob, jak žákům a studentům ukázat, že na jídle skutečně záleží, než když k nim k obědu zasedne učitel, zejména pak u mladších žáků.**

### Atraktivní prostředí

Pokud mají zaměstnanci školy obědovat společně s žáky a studenty, je nutné, aby i pro ně bylo prostředí školní jídelny přitažlivé a příjemné.

### Vlastní přestávky

Je pochopitelné, že učitelé a další personál školy potřebují svoje vlastní přestávky. Prozkoumejte různé možnosti, jak jim vlastní čas poskytnout.

### Střídání povinností

Zaveďte takový systém, kdy se učitelé ve školní jídelně pravidelně střídají a současně jim tato povinnost nekoliduje s rozvrhem.

### Integrace do výuky

Zkuste oběd ve školní jídelně začlenit do výuky. Učitelé pak mohou mít přestávku až po obědě se žáky a studenty. To je zejména přínosné pro základní školy, kdy se žáci během oběda mohou dozvědět něco nového o jídle a zdravém stravování.

### Odměna

Nezapomeňte ty zaměstnance, kteří se angažují během doby oběda, patřičně odměnit za jejich úsilí.



Foto: mertcan/shutterstock.com

## 15. JAK TO UDĚLAT, ABY VŠICHNI BYLI SPOKOJENÍ?

---

Jídlo je nedílnou součástí naší kultury a má schopnosti lidi spojovat. Pokud však budeme potřeby některých přehlížet, nemusí se nám je podařit začlenit mezi ostatní. Zeptejte se na radu odborníků, rodičů nebo samotných žáků a studentů, kterých se to týká.

### Kulturní rozdíly

Promyslete, jak ve školní jídelně nabízet i stravování pro vegetariány či různé náboženské skupiny (košer atd.). Za tímto účelem proveďte analýzu potřeb žáků a studentů. Následně budete moci jídla jasně označit tak, aby všichni věděli, co si mohou z nabídky vybrat. V této souvislosti také zkuste uspořádat různé akce nebo pozvěte rodiče do školy, aby nemuseli mít o vhodnosti stravování svých potomků obavy.

### Zvláštní stravovací nároky

Stravování je oblastí, kterou ovlivňuje velké množství faktorů. Zamyslete se nad tím, jak uspokojit potřeby i těch, kteří trpí alergiemi, fobiemi, nadváhou či obezitou. Zkuste k tomuto tématu zaujmout vyvážený přístup, aby se daní žáci a studenti necítili vyčlenění z kolektivu.

### Speciální vzdělávací potřeby a postižení

Jídelní prostory by měly naplňovat potřeby všech žáků, včetně těch se speciálními vzdělávacími potřebami a zdravotním postižením, ať se jedná o stavební úpravy nebo asistenční služby. Vhodné úpravy konzultujte s žáky a studenty, rodiči, pedagogy a odborníky. Především je nutné vzít v úvahu činnosti, jako je placení obědů, čekání ve frontě nebo možnost prohlídnout si nabídku jídel. Je možné, že bude potřeba upravit prostor jídelny tak, aby ji mohli například žáci a studenti na vozíčku navštěvovat bez pomoci ostatních. Někteří návštěvníci jídelny také mohou vyžadovat oddělené místo k obědu, kde budou mít více soukromí. Začlenění těchto osob do běžného chodu jídelny jim však pomůže lépe zapadnout mezi vrstevníky.

### Informační zdroje:

- Společnost pro výživu (2008). Školní stravování - (historie a aktuálně). [online]. [cit. 2014-12-15]. Dostupný z: <http://www.vyzivaspol.cz/clanky-casopis/skolni-stravovani-historie-a-aktualne.html>
- School Food Trust, A fresh look at the school meal experience, [online]. [cit. 2014-12-15]. Dostupný z: <http://www.schoolfoodtrust.org.uk>



# Skutečně zdravá škola



Vydává: Skutečně zdravá škola, z.s., 2017 • 2. vydání • Sborník didaktických textů a metodických listů byl vydán v rámci projektu „Bezpečně a zdravě do života – rozvoj kompetencí v základním a středním vzdělávání“, reg. č. CZ.1.07/1.1.00/53.0009  
Autoři textů: Tomáš Václavík a kol. • Zahraniční zdroje a inspirace: Vybrané texty přeloženy a adaptovány z anglického originálu Food for Life Partnership Curriculum Pack, Velká Británie. Překlad: Ondřej Houdek  
Odborná spolupráce: Marie Kordulová, Barbora Duží, Iva Koutná, Marie Petřů  
Editoři: Marie Kordulová, Barbora Duží • Jazyková a odborná korektura: Romana Michaela Michalíková  
Fotografie: Josef Omelka, databáze Shutterstock • Foto na obálce: Olesya Turchuk/shutterstock.com, Monkey Business Images/shutterstock.com  
Grafická úprava: Dita Baboučková • Tisk: TG TISK, s.r.o., Lanškroun