

MĚŘENÍ KONCENTRACE SOLI V POLÉVKÁCH ŠKOLNÍHO STRAVOVÁNÍ V JMK V OBDOBÍ LEDEN - ČERVEN 2024

Ověření okamžitého měření soli v polévkách ve školních jídelnách JmK v roce 2024 pomocí přístroje založeného na měření Na⁺ iontově selektivní elektrodou prokázalo funkčnost měření v terénu a zároveň potřebu uvést tuto metodiku do běžné praxe hygienika. Celkem bylo provedeno **102 měření** (analyzováno 102 polévek).

Nadměrné solení ve školním stravování se opakovaně ukazuje jako problém, který je nutné řešit, nejen popisovat. Nejedná se „pouze“ o zdravotní hledisko, ale i fakt, že děti jsou vždy považovány za zranitelnou skupinu ve společnosti s malým vlivem na rozhodnutí o jejich stravování. Nadbytek soli je jedním ze zásadních faktorů pro vznik a rozvoj vysokého krevního tlaku a souvisejících zdravotních komplikací, jakými jsou náhlé mozkové příhody, srdeční infarkty či osteoporóza.

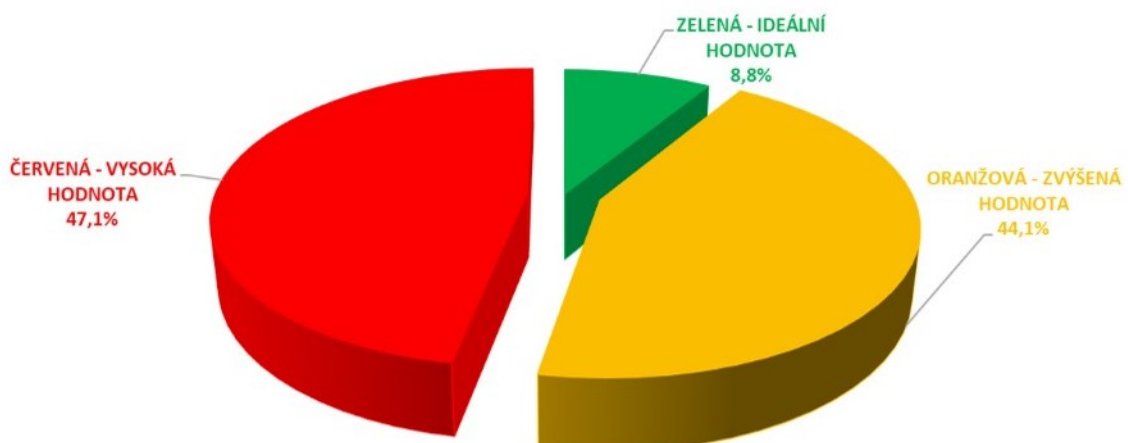
Doporučená spotřeba soli je dle WHO u zdravé populace 5 g za den a u menších dětí je ještě nižší 1-3 roky - 2 g, 4-6 let - 3 g, 7-10 let - 4 g.

Závěr z měření:

Celkem bylo analyzováno **102 vzorků** polévek ve stejném počtu školních jídelen.

Optimální **koncentrace soli je stanovena do 0,4%.**

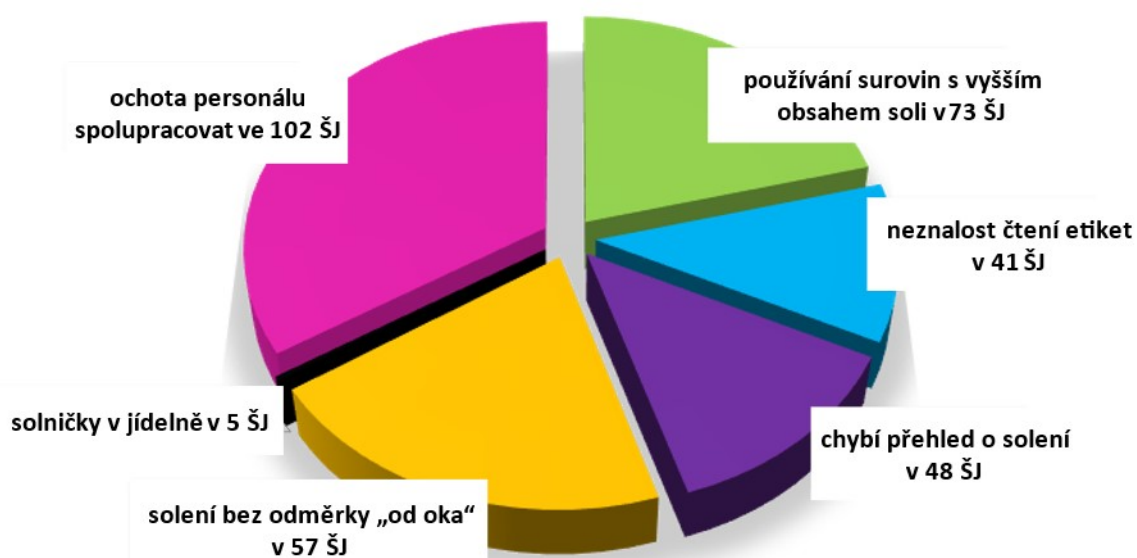
- **ideální hodnota (do 0,4 %) v 9 zařízeních – 8,8 %**
- **vyšší hodnota (do 0,7 %) v 45 zařízeních – 44,1 %**
- **velmi vysoká hodnota (nad 0,7 %) ve 48 zařízeních – 47,1 %**



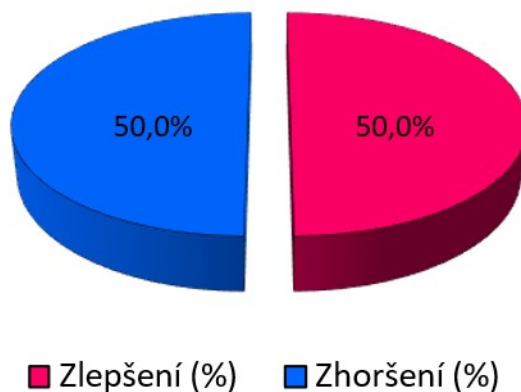
Porovnání koncentrace soli z měření z let 2022-2024

Množství soli	2024	2023	2022
do 0,4 %	8,8 %	21,7 %	43,1 %
0,41 – 0,7 %	44,1 %	59,3 %	44,8 %
0,71 – 1,0 %	47,1 %	19 %	12,1 %

Další zjištění



Procentuální zastoupení školních jídelen s ohledem na zlepšení/zhoršení obsahu soli v polévkách po opakovaném měření (30 školních jídelen)



Na základě uvedených zjištění byla konzultována obecná doporučení:

- 1) Sůl přesně odměřovat a počítat se solí v použitých potravinách.
- 2) Umět číst etikety.
- 3) Finální chuť pokrmu hodnotit před ochucením více osobami.
- 4) Plánovat celé obědové nebo denní menu podle použitých surovin.

Cesta ke zlepšení je dlouhodobá. Dosažení cílových hodnot je výsledkem snažení více okruhů osob podílejících se na stravování dětí. V ruku v ruce by měla jít školní jídelna, pedagogové, rodiče, výrobci a dodavatelé potravin. Intervence odboru hygieny dětí a mladistvých cílí ke školní jídelně. Nástrojem ke změně výrobní praxe školních jídelen je edukace personálu přímo na místě a v okamžiku měření, po dovaření a za přítomnosti personálu, který polévku připravil a rovněž osob odpovědných za nákup a plánování jídelníčku.

*MVDr. Marcela Hadámková
ředitelka odboru HDM
KHS JmK se sídlem v Brně*