

MODERNÍ JÍDELNA

1. noviny pro velkokapacitní kuchyně & jídelny ve školách, školkách a domovech seniorů ■ catering ■ firemní stravování

NABÍDKA NÁPOJŮ pro školní jídelny

Pitný režim je pro zdravý vývoj a funkci organismu nezbytný. To se týká nejen dětí. Ale právě v dětství se tvoří návyky, které mohou budoucí život významně ovlivnit.

strana 8

KVALITNÍ POTRAVINY, SUROVINY A POLOTOVARY pro chutné a zdravé vaření

Trend zdravého životního stylu má již nepopiratelně své pevné místo i u nás v Česku. Lidé dlouhodobě přemýšlejí nad tím, co jedí.

strana 16

POSTMIXY

Efektivní
řešení pro
velkokuchyně

strana 13

MODERNÍ TECHNOLOGIE pro velkokapacitní kuchyně

Navrhnout a zařídit kuchyni pro desítky až stovky strávníků není vůbec jednoduché. Do plánování vstupuje velké množství faktorů, které je potřeba zohlednit.

strana 20



Pitný režim dětí a stravování: Rodiče versus školní jídelny

Školní jídelny mají nabídku nápojů pestrhou, ale návyky stravování z rodin těžko ovlivní. Tři čtvrtiny rodičů dětí ve věku 3 až 14 let si myslí, že je jejich potomci napodobují, a počítají s tím při výchově. Vyplývá to z výsledků aktuálního průzkumu pro AquaLife Institute, jehož cílem bylo zjistit, zda děti přejímají návyky svých rodičů, zejména v oblasti pitného režimu a stravování.

Průzkum prokázal, že čím častěji přijímají tekutiny rodiče, tím častěji je přijímají i jejich děti. Většina dětí pije dle odhadu rodičů alespoň pětkrát denně, podobně jako samotní rodiče. Pokud pije rodič pravidelně, dítě většinou také, ale i naopak – pokud se rodič k pití nutí a pije málo, děti k tomu také inklinují. Z výsledků průzkumu rovněž vyplývá, že většina dětí pije během dne neslazené nápoje (vodu z vodovodu, čaj, balenou

vodu, minerální vodu), nicméně 41 % dětí stále pije sladké nápoje. Polovina rodičů a tři čtvrtiny dětí konzumují sladké nápoje několikrát do týdne a častěji, 40 % dětí dokonce nepije přes den prakticky nic jiného. Frekvence konzumace sladkých nápojů rodičů ovlivňuje v jejich frekvenci i děti.

Jít správným příkladem se vyplácí. Výsledky průzkumu ukázaly, že čím častěji rodiče konzumují ovoce a zeleninu, tím častěji je

konzumují i děti – ovoce a zeleninu jí největší část dětí dvakrát denně (41 %) nebo jednou denně (34 %) a rodiče jsou na tom podobně. „Funguje to ale, bohužel, i naopak. Jestliže se rodiče při čtení jídelníčku ve školce či škole „šklebí“ na zeleninová jídla, nemohou očekávat, že jejich dítě bude taková jídla přijímat s nadšením,“ varuje nutriční terapeutka Věra Boháčová, DiS., spolupracovnice AquaLife Institute, a doporučuje: „Rodiče by měli jít dětem příkladem, zároveň by však měli respektovat potřeby rostoucího a vyvíjejícího se organismu, které nejsou vždy totožné s potřebami dospělých.“

Školní stravování má nezastupitelnou a důležitou úlohu v současném i budoucím zdraví našich dětí. „Propojením všech složek,

kteří na dítě působí jak v rodině, tak i ve škole, lze teprve společně dosáhnout vytyčeného cíle,“ říká Jiřina Mačková, výživová poradkyně z Kralup nad Vltavou a členka neziskového spolku Zdraví do škol.

Dětské tělo je tvořeno téměř cca ze 2/3 vodou, a to není ani kola, ani džus,“ vtipně podotýká nutriční odbornice a předsedkyně neziskového spolku Zdraví do škol, Ing. Pavlína Dostalíková, MBA z Institutu zdravého životního stylu – NutriCentrum. Z jejích slov vyplývá, že základ pitného režimu dětí by měla tvořit voda, a to voda neslazená. Daří se to školním jídelnám plnit v praxi?

» Školní stravování má nezastupitelnou a důležitou úlohu v současném i budoucím zdraví našich dětí.

FOTO: SHUTTERSTOCK

Více se dočtete
na str. 8

Škola budoucnosti

Pohodlné sezení, IT technologie i zdravé svačiny



» Školy by měly odebírat nábytek u dodavatelů, kteří mají certifikaci na výrobu školního nábytku.

FOTO: SHUTTERSTOCK

Dobám, kdy učitel mával rákoskou, žáci seděli s rukama zkříženýma za opěradlem židle a nejmodernějším vybavením třídy byl glóbus, už dávno odzvonilo. Nabídka moderního vybavení do škol, chytré technologie a možnosti občerstvení, to vše poskytuje žákům při výuce pohodlné prostředí.

TEXT: MARKÉTA JINDŘICHOVÁ

Zdraví na prvním místě

Žáci tráví ve škole velkou část dne, a proto jsou na školní lavice a nábytek kladeny velké nároky. Vybavení musí totiž pohodlně posloužit i několika generacím studentů. Žáci základních a středních škol jsou ve vývinu a dlouhé sezení má přímý vliv na jejich pohybový aparát. Hlavním kritériem je tedy vhodná velikost židle a lavice, které zásadním způsobem působí na držení těla. Z průzkumu Státního zdravotního ústavu vyplývá, že nesprávné držení těla způsobuje nejen bolesti zad a krční páteře, ale také mentální únavu, která snižuje schopnost soustředit se při učení. Normy pro výrobu školního nábytku jsou stanoveny legislativně. Dalším důležitým kritériem je odolnost a svou roli hrají i další aspekty. Jedním z nejčastějších požadavků je variabilita a možnost změn či uspořádání nábytku, včetně zapojení dalšího příslušenství či snadné výměny náhradních dílů.

Ergonomii udává norma

Školy by měly odebírat nábytek u dodavatelů, kteří mají certifikaci na výrobu školního nábytku podle evropské normy ČSN EN 1729-1:2007, která předepisuje, jaké parametry má mít sedací a stolový nábytek pro vzdělávací instituce. Klíčovými aspekty jsou výška, hloubka a sklon sedáku, velikost a umístění opěrky a náklon lavice. Velikost nábytku má sedm čísel, které určuje výška stolu, židle a postavy. Ideálně by měly být v každé třídě

NEVYHOVUJÍCÍ NÁBYTEK

- Opěradlo je příliš vysoko
- Sedák je příliš dlouhý, nízký nebo vysoký
- Deska stolu je příliš nízko nebo vysoko
- Pracovní plocha nemá dostatečný sklon

minimálně dvě velikosti nábytku a alespoň dvakrát ročně by se mělo zrevidovat, zda žákům lavice sedí. Plnění těchto povinností kontrolují krajské hygienické stanice.

Kultura stolování

Také při zařizování školní jídelny nebo menzy je potřeba brát ohled na specifické požadavky gastronomického provozu. Jiří Rozsypal ze společnosti Eso R – Market uvádí, že v současné době existují dvě možnosti. První je klasický typ nábytku, tedy stoly a židle. „U vybavení klasickými stoly je nutné zvolit rozměr plátu tak, aby se na plochu stolu bez problémů vešly 4 podnosy. Plát stolu je nejčastěji vyroben z laminované desky v dezénu dle výběru s trvanlivou ABS hranou. Deska stolu je omyvatelná a odpadá nutnost používat omyvatelné ubrusy,“ říká Jiří Rozsypal a dodává, že pro snadný úklid v jídelně je vhodné volit židle takové, které se ukládají na plát stolu. Pak je není nutné obracet vzhůru nohama.

„Druhou variantou jsou jídelní sety, které se hodí do jídelen, kde se jídla především vydávají. Jídelna tedy není víceúčelový prostor, který je nutné často vyklízet. Jídelní sety mají kovovou konstrukci, jejímž prostřednictvím je sezení pevně spojeno s plátem stolu. Sety mohou mít několik typů sedáků. Pevné se využívají hlavně pro základní školy. Sedáky se vyrábějí i otočné, a to buď o 90 stupňů, nebo na rameni, kdy sedák je otočný o 180 stupňů,“ upřesňuje Jiří Rozsypal.

Interaktivní a digitální výuka

Moderní technologie jsou v běžném životě pro drtivou většinu společnosti absolutní samozřejmostí. Každý den používáme chytré telefony, tablety, počítače, dotykové displeje, všudypřítomný internet a další chytrá zařízení. Do škol a výuky se zatím technologie dostávají jen pozvolna, i když na trhu existuje celá řada IT pomůcek. Trendy však ukazují, že do budoucna bude výuka probíhat pomocí interaktivních stolů a obrazovek, digitálních tabulí, na které je možné i psát, dotykových displejů, interaktivních koberců, chytrých hraček a dalších nástrojů.

Jak upoutat pozornost žáka

V současnosti se ve školách čím dál častěji zapojují do výuky interaktivní pomůcky, jako jsou multifunkční tabule, panely, stoly nebo stěny. Díky nim mají učitelé pohodlnější práci a dokážou snadněji upoutat pozornost



VÝHODY JÍDELNÍCH SETŮ

- **Minimální hlučnost - odpadá hluk při posouvání židlí.**
- **Snadný úklid - při úklidu nepřekáží nohy židlí.**
- **Úhlednost - odpadá přenášení a zasouvání židlí**

studentů. Na tyto pomůcky jsou kladeny specifické požadavky. Důležité je, aby byl panel výškově nastavitelný a dal se přizpůsobit potřebám pedagogů i žáků. Snadné ovládání

většinou zajišťují motorizované stojany s kolečky na dálkové ovládání. Díky tomu je možné během chvilky proměnit dotykovou tabuli na interaktivní stůl. Displeje musí být navrženy s ohledem na vysokou zátěž a měly by být velmi odolné. Panely v sobě mají standardně zabudovaný počítač s operačním systémem, takže k nim není potřeba připojovat žádná další zařízení. Lepší panely jsou dodávány i s předem nainstalovanými výukovými programy a aplikacemi a dodavatelé nabízejí pro pedagogy i školení.

Specializované a odborné učebny

Výuka některých předmětů, jako je například chemie, fyzika nebo biologie, má specifické požadavky na zařízení učebny. Zastaralé vitríny se zaprášenými exponáty a nástroje, které vypadají jako z minulého století, je dnes možné nahradit moderně vybavenými učebnami na klíč nebo na míru. V případě, že má škola specifické požadavky nebo vlastní představu, jak by měla učebna vypadat a čím by měla být vybavena, mnoho firem nabízí 3D vizualizaci návrhu učebny zdarma. Na vybavení učeben je možné čerpat peníze ze strukturálních fondů Evropské unie.

Škola hrou

Velmi zajímavými pomocníky jsou nástroje používané při environmentálním vzdělávání a výuce obnovitelných zdrojů energie. Pro-

střednictvím nejrůznějších stavebnic a chytřích hraček se děti zábavným způsobem naučí, jak například funguje solární nebo větrná energie. K dispozici je třeba autíčko na solární nebo vodíkový pohon, malá větrná elektrárna nebo kompaktní mini ekosystém, prostřednictvím kterých si žáci v praxi vyzkouší, jak fungují obnovitelné zdroje energie.

Zdravé stravovací návyky

Dřív bývalo běžnou praxí, že ve školách stál na chodbě nápojový automat a často byl ve školách bufet, kde si žáci mohli koupit nejen svačinu, ale také nejrůznější dobroty. V roce 2016 vešla v platnost tzv. pamlsková vyhláška, která určuje limity obsahu cukrů, tuků a soli v nápojích a potravinách, které se ve škole prodávají nebo nabízejí.

Pamlsková vyhláška tak zásadním způsobem omezila, co se může v nápojových automatech a bufetech prodávat. Nejprísnější situace pak panuje v základních školách, pro střední a vysoké školy platí výjimky. Někteří dodavatelé nápojových automatů se limitům přizpůsobili a ve svých automatech začali prodávat vody, neochucené minerálky a ovocné šťávy, které vyhovují stanoveným normám. Provozovatelé bufetů se ocitli v těžké situaci, protože podle nyní platné vyhlášky často nevyhovuje ani běžně dostupné celozrnné pečivo. V letošním roce by mělo dojít k jejímu zmírnění.

» **Velmi zajímavými pomocníky jsou nástroje používané při environmentálním vzdělávání a výuce obnovitelných zdrojů energie.**

FOTO: ESO R - MARKET

INZERCE

Veletrh gastronomie, který oceníte

VÝSTAVIŠTĚ
ČESKÉ BUDĚJOVICE

Hlavní partner:

makro

Gastro[®]fest

České Budějovice

22. – 24. 11. 2018

Gastrofest[®]

- inspirace pro Vaše nové menu
- moderní technologie, na kterou si sáhnete
- spousta neotřelých produktů
- vyřešíte zde i svou reklamu
- doplníte inventář za super ceny
- obléknete do nového svůj personál
- doplníte svou vinotéku novými značkami

Organizuje: Vladimír Tůma
tuma@gastrofest.cz

Gastrofest

umí ušetřit Váš čas,
peníze a k tomu
Vás dobře pobavit.

Profesní vstupenky pro všechny kolegy si, prosím, vyžádejte od svých dodavatelů nebo je můžete objednat na www.gastrofest.cz

Gastrofest

je tu pro všechny, kteří mají své řemeslo rádi.
Budeme potěšeni, uzavřete-li u nás dobré obchody,
odnesete-li si dobré nápady
a získáte nové dodavatele.

Jak se vaří zdraví



Město Jindřichův Hradec realizuje již třetím rokem projekt „Jak se vaří zdraví“, který se zaměřuje na zlepšení pestrosti ve školním stravování a na větší zařazování zdravých potravin do jídelníčků.

Město chce prostřednictvím jednotlivých akcí poukázat na důležitost výživy ve zdraví dětí a oslovit kromě škol a školních jídelen rovněž rodiče a odborníky, kteří mají co říct ke zdravému vývoji našich dětí. Mezi ně nesporně patří i lidé s dlouholetými zkušenostmi v oblasti přípravy stravy. Pod hlavičkou projektu „Jak se vaří zdraví“ se již uskutečnila prezentace vaření pro pracovníky školních jídelen. Téměř sedmdesát kuchařek a vedoucích školních jídelen mělo možnost shlédnout názornou ukázkou možnosti obohacení jídelníčku o pokrmy z čerstvé zeleniny, krůtího masa a z netradičních a dosud méně používaných surovin - zejména luštěnin.

Termín konání soutěže Jak se vaří zdraví:

22.–24. listopadu 2018, Výstaviště České Budějovice během veletrhu Gastrofest

Máte zájem se soutěže zúčastnit?

Své přihlášky zasílejte do konce října na e-mail: cechova@jh.cz



ské umění na vysoké profesionální úrovni a porota měla velmi těžký úkol. Všechny pokrmy lákaly k ochutnání a na první pohled bylo vidět, že byly připraveny s láskou k dětem.

Projekt se zaměřuje i na žáky a na výchovu ke zdravému životnímu stylu. Letos se již podruhé prezentovali žáci se svými pedagogy a rodičům i široké veřejnosti připravovali velmi chutné pokrmy.

V letošním roce se základní školy z Jindřichova Hradce a okolních měst a obcí budou prezentovat v rámci projektu „Jak se vaří zdraví“ na Gastrofestu v Českých Budějovicích. K programu přispějí kuchařky ukázkou svého gastronomického umu a se stejnou láskou, jakou vaří dětem, připraví kuchařky z jednotlivých základních škol soutěžní pokrmy. Soutěžit budou dvoučlenné týmy ze školních kuchyní. Téma bude libovolné, jejich úkolem bude připravit pokrm vhodný svou skladbou pro školní stravování. V porotě budou zastoupeni ti nejpovolanější, a sice žáci základních škol.

Kromě kuchařek budou mít možnost prezentovat svůj zájem o gastronomii i žáci základních škol, kteří budou připravovat



» **V letošním roce se základní školy z Jindřichova Hradce a okolních měst a obcí budou prezentovat v rámci projektu „Jak se vaří zdraví“ na Gastrofestu v Českých Budějovicích. K programu přispějí kuchařky ukázkou svého gastronomického umu a se stejnou láskou, jakou vaří dětem, připraví kuchařky z jednotlivých základních škol soutěžní pokrmy.**

FOTO: MĚÚ JINDŘICHŮV HRADCE



Součástí projektu je rovněž soutěž pro pracovníce školních jídelen jindřichohradeckých základních a mateřských škol, která se v letošním roce uskutečnila v Jindřichově Hradci již potřetí. Vedoucí školních jídelen a kuchařky z jindřichohradeckých základních a mateřských škol předvedly své kuchař-

pokrmy po celou dobu konání gastronomického veletrhu a budou nabízet návštěvníkům připravená jídla k ochutnání. Věřím, že pavilon věnovaný školnímu stravování bude mít co nabídnout jak odborníkům, tak široké veřejnosti.

PhDr. Jitka Čechová, vedoucí odboru školství, mládeže a tělovýchovy
MĚÚ Jindřichův Hradec



» **Gastrořada společnosti Everstar zahrnuje prostředky pro ruční mytí nádobí, mycí a oplachové detergenty pro profesionální myčky, prostředky pro úklid veškerých kuchyňských povrchů a spotřebičů, odstranění zaschlých úkapů potravin, mastnoty a připálenin.**

Pro hygienu a úklid nechybí prostředky ani poradenství

Úroveň stravování ve školních i jiných jídelnách se v posledních letech v Česku výrazně změnila. Dílem i díky zájmu odborné a laické veřejnosti, která dává odborníkům, jež pro ni připravují pokrmy, nové impulsy, podněty a inspirace. Skutečně to vypadá, že lidé začínají přemýšlet nad tím, co jí a jak to působí na jejich těla. Skvělé je, že tento trend se týká i nejmladší části populace – dětí.

TEXT: FRANTIŠEK VONDERKA

Mezi letos zjištěné nedostatky tak mj. patří vedle zanedbaného úklidu znečištěné kuchyňské náčiní a nádobí, výskyt škůdců či plísni, ale třeba i poškození stropu, využívání prostor pro skladování předmětů, které mohou ovlivnit kvalitu nebo bezpečnost potravin, nefunkčnost toalet, nečistoty na podlaze, nedodržení pravidel uschovávání potravin. Přeloženo do srozumitelného jazyka: vedle neznalosti, která samozřejmě neomlouvá, je to i ignorování stanovených pravidel a lajdáctví. Výrobci čisticích prostředků jsou dnes totiž zákazníkovi schopni nabídnout vše, co k dodržení hygienických norem i k úklidu potřebuje. A to s ohledem na skutečnost, že v oblasti gastroprovozů se nachází celá řada specifických nečistot, kde běžné úklidové prostředky už nestačí a je potřeba použít

Prakticky všichni výrobci dnes zákazníkům poskytují odborné poradenství k použití jejich prostředků. A pomáhají jim v případě zájmu i při sestavování hygienických plánů pro jednotlivé kritické body systému HACCP.

speciální profesionální čisticí a dezinfekční prostředky. Umí to nejenom velké nadnárodní společnosti jako např. Henkel, ale i domácí výrobci mají ve své nabídce profesionální a čisticí gastrochemii. Například společnost Everstar ze Šumperku. Její produktová specialista Veronika Hrbáčková to potvrzuje: „Naše gastrořada zahrnuje prostředky pro ruční mytí nádobí, mycí a oplachové deter-

genty pro profesionální myčky, prostředky pro úklid veškerých kuchyňských povrchů a spotřebičů, odstranění zaschlých úkapů potravin, mastnoty a připálenin. Tento segment vždy doplňuje dezinfekční oblast a prostředky pro speciální čištění.“

Potvrzuje to také Ing. Jaroslav Jelínek, Ph.D. ze společnosti Alfa Classic, která ve své laboratoři v rámci řady Premium vyvinula i speciální prostředky pro oblast GASTRO: „Zajišťují například účinné odstranění připálenin (konvektomaty, grily, tály, udrny, pánve apod.), neagresivní odstranění mastnoty ze všech povrchů, čištění filtrů digestoří, odstranění minerálních usazenin, mytí a oplach nádobí i běžný denní úklid gastroprovozů. Tyto úklidové prostředky jsou doplněny i o účinné dezinfekční prostředky s atesty akreditovaných laboratoří. V případě zájmu se účinnost nabízených prostředků předvádí přímo u zákazníka v běžných provozních podmínkách. Díky ryze české výrobě a vlastní vývojové základně je možné velmi rychle reagovat i na specifické požadavky zákazníků.“

Mnozí výrobci mají (např. již uvedená společnost Everstar) zaveden systém barevného kódování, který pomáhá při orientaci v použití čisticích prostředků. Byl zaveden globálně,

aby se zamezilo přenosu infekcí a kontaminací. V praxi to znamená, že pokud má úklidový personál červenou utěrku na toaletu, nemůže s ní setřít pracovní prostor. Daná barva uživatele vždy intuitivně navede do dané oblasti úklidu, např. generální, kuchyňské, umývárnské, sanitární, dezinfekční nebo speciální, bez ohledu na případnou jazykovou bariéru. Nemůže tedy dojít k nevhodnému výběru čistícího prostředku na dané znečištění a tím k trvalému poškození povrchu.

Řešení úklidu musí fungovat jako celek, není to jen o výběru chemie...

Prakticky všichni výrobci dnes zákazníkům poskytují odborné poradenství k použití jejich prostředků. A pomáhají jim v případě zájmu i při sestavování hygienických plánů pro jednotlivé kritické body systému HACCP. Plány, které zahrnují použití jednotlivých vybraných prostředků pro dané čištěné místo, slouží i jako doklad pro případnou kontrolu ze strany hygienických pracovníků. Ing. Jelinek z Alfa Classic k této formě poradenství dodává: „V rámci stále se zlepšující spolupráce se zákazníky vytváříme v současné době i nové všeobecně použitelné Hygienické plány, které budou v nejbližší době umístěny na našich webových stránkách.“

Jak poradenství funguje v Zenitu Čáslav, vysvětlila Ing. Michaela Málková: „Zákazník zašle konkrétní poptávku na úklid požadova-

ného prostoru, například kanceláře nebo sanitárního zařízení. My připravíme podrobný plán úklidu, který na základě čištěného povrchu obsahuje doporučené prostředky, jejich dávkování, popis atd.“

Poradenství je podle slov Veroniky Hrbáčkové samozřejmostí i pro společnost Everstar už od jejího vzniku v roce 1991: „Pro naše klienty bylo, je a bude samozřejmostí. Jsme si plně vědomi, že řešení úklidu musí fungovat jako celek, není to jenom o výběru chemie, ale i o znalostech personálu, technologickém postupu a výběru úklidových pomůcek. Proto vždy vše řešíme přímo u zákazníka v daném provozu a nebráníme se prostřednictvím našich obchodních zástupců sáhnout i do konkurenčních prostředků, pokud daný produkt nenabízíme nebo nesplňuje nároky a požadavky zákazníků. Je pro nás důležité řešení úklidu nastavit správně od samého začátku, pak teprve vše zapadne a klient je spokojen. Pracovně tomu říkáme čistota s úsměvem.“

Zmenšovat ekologickou stopu

Výrobci vývojem stále dokonalejších a efektivnějších prostředků rovněž reagují na potřebu udržitelnosti a ochrany životního prostředí. Společnost Henkel vypracovala dlouhodobou strategii udržitelnosti, jejímž cílem je to, aby všechny její produkty a postupy byly třikrát efektivnější než dnes. Hodlá tak přinášet „větší hodnotu zákazníkům a zároveň snižovat ekologickou stopu“.

O totéž usilují i jiní. Ing. Michaela Málková ze společnosti Zenit Čáslav říká: „V roce 2014 jsme uvedli na trh ekologickou řadu Real green clean, která je otestována akreditovanou laboratoří podle metodiky OECD 301D na biologickou odbouratelnost. Všechny suroviny včetně parfémů a konzervačních látek jsou pečlivě vybrány tak, aby nezatěžovaly životní prostředí a splňovaly požadavky ekocertifikace.“ Stejným směrem jdou i v Alfa Classic: „Při vývoji nových prostředků je prováděn pečlivý výběr jednotlivých surovin tak, aby byly dokonale odbouratelné. Přednost mají tenzidy, které jsou vyráběné z přírodních surovin, například z kokosového oleje.“ Obdobné platí pro Everstar, který sází na uživatelsky přívětivé řešení úklidu Star. Jde o ucelenou řadu čistících prostředků pro denní úklid, které nejsou klasifikovány jako nebezpečné ve smyslu CLP, jsou bez výstražných symbolů a mají minimální nároky na ochranné pomůcky.

Vzhledem k tomu, že v rámci EU existuje celá řada „Eko značek“ s různými rozdílnými požadavky, sjednocuje v současné době Evropská chemická agentura tyto požadavky pod jednu celoevropskou „Eko značku“. Také naši výrobci tento vývoj sledují, a jakmile budou zveřejněny konkrétní podmínky a pravidla, jsou podle svých vyjádření připraveni se do něho zapojit.

» **Výrobci vývojem stále dokonalejších a efektivnějších prostředků rovněž reagují na potřebu udržitelnosti a ochrany životního prostředí.**

INZERCE

1. Press Real Group, spol. s r.o.

naše tituly:

Máte zájem o spolupráci?



cílovka:

Management a provoz velkokapacitních kuchyní ve školách, školkách, domovech seniorů, společnosti zajišťující firemní stravování a catering



cílovka:

Management a provoz hotelů, lázeňských zařízení, restaurací, kaváren a barů



cílovka:

Management a provoz barů a členská základna České barmanské asociace



cílovka:

Management a provoz hotelů, lázeňských zařízení, restaurací, kaváren a barů



cílovka:

Prodejny potravin a smíšeného zboží, prodejny pekárenských a masných výrobků, oděvů a obuvi, drogerie, mezinárodní obchodní řetězce



cílovka:

Čtenáři ve věku 50 let a více

Kontaktujte naši redakci

www.1prg.cz

...ÚKLID... Jak? Jinak!

BEZPEČNĚJI & ŠETRNĚJI



„čistota s úsměvem“
profesionální úklid
a čištění



www.everstar.cz

– since 1991 –

GENERÁLNÍ OBLAST – PEVNÉ POVRCHY • Všeobecný prostředek určený k čištění veškerých pevných povrchů, včetně skla, plastu, nábytku s povrchovou úpravou. Odstraňuje prach, šmouhy, ohmatky a další běžné znečištění. Zajišťuje snadný úklid beze šmouh. Zanechává svěží vůni eukalyptu. • **GENERÁLNÍ OBLAST – PODLAHY** • Čistící prostředek určený pro každodenní mytí veškerých vodou omyvatelných povrchů, zejména podlahových ploch jako dlažba, PVC, linoleum, lakované parkety, laminátové a vinylové dílce. Odstraňuje běžné znečištění a zanechává svěží vůni eukalyptu. • **UMÝVÁRENSKÁ A SANITÁRNÍ OBLAST** • Aktivní pěna určená k odstranění běžných nečistot, vápenatých usazenin, močového kamene a rzi z umývárenských a sanitárních povrchů – zejména vodovodních baterií, umyvadel, van, sprchových koutů, toalet a pisoárů. Zanechává vysoký lesk a účinně zabírá další usazování vodního kamene. • **KUCHYŇSKÁ OBLAST** • Prostředek určený k odmašťování a čištění veškerých kuchyňských povrchů, včetně zařízení a spotřebičů. Vhodný zejména do potravinářské oblasti. Rozpouští zasklé úkapy potravin a dokonale odmašťuje veškeré povrchy.

bez výstražných symbolů
neklasifikovaný jako nebezpečný ve smyslu CLP

minimální nároky
na ochranné pomůcky





Nabídka nápojů pro školy

Pitný režim je pro zdravý vývoj a funkci organismu nezbytný. To se týká nejen dětí. Ale právě v dětství se tvoří návyky, které mohou budoucí život významně ovlivnit. To se týká nejen množství a pravidelnosti přijímaných nápojů, ale také jejich vlastního výběru.

TEXT: KATEŘINA LUKÁŠOVÁ

Školní stravování má nezastupitelnou a důležitou úlohu v současném i budoucím zdraví našich dětí. „Propojením všech složek, které na dítě působí jak v rodině, tak i ve škole, lze teprve společně dosáhnout vytyčeného cíle,“ říká Jiřina Mačková, výživová poradkyně z Kralup nad Vltavou a členka neziskového spolku Zdraví do škol.

„Dětské tělo je tvořeno téměř cca ze 2/3 vodou, a to není ani kofeín, ani džus,“ vtipně podotýká nutriční odbornice a předsedkyně neziskového spolku Zdraví do škol, Ing. Pavlína Dostalíková, MBA z Institutu zdravého životního stylu – NutriCentrum. Z jejích slov vyplývá, že základ pitného režimu dětí by měla tvořit voda, a to voda neslazená. Daří se to školním jídelnám plnit v praxi? Mají vůbec děti o čistou vodu zájem? A jak jejich zájem o zdravý pitný režim a životní styl

„Nejvhodnějším nápojem pro děti, ale i dospělé je pitná voda, která by měla tvořit základ pitného režimu. Můžeme ji ochutit přidáním kousků ovoce, zeleniny nebo bylinek, aby byla pro děti barevně lákavější a chuťově zajímavější,“ říká Jiřina Mačková.

obecně vzbudit? „Opětovným připomenutím – děti, běžte se napít,“ říká s úsměvem Jana Kuchařová, chůva a hospodářka v mateřské škole Milotice nad Bečvou.

Ideální nápoj pro dítě? Pitná voda
Ideální nápoj pro děti by měl být podle Pavlíny Dostalíkové založen na pitné vodě. Pro změnu chuti lze doplnit citronem, pomerančem, okurkou, mali-

Jak se díváte na konzumaci cukrů?

Odpovídá Martin Bouša,
Vývojové a výrobní oddělení LemonApe



Není cukr jako cukr. Mezi cukry patří i fruktóza z ovocných šťáv, kterou tělo přeměňuje v játrech na glykogeny či tuky. Vysoké množství fruktózy je obsaženo také v nápojích slazených fruktózo-glukózovým sirupem, a to je jistě špatná volba. Dnešní trend, kdy se různí výživoví poradci snaží izolovat děti od příjmu jakýchkoliv cukrů, považují za velmi nebezpečný. Za prvé, děti zbavené zcela cukru (sacharózy) jako zdroje rychlé energie jsou během vyučování ospalé, nepozorné a v době, kdy by se měly co nejvíce koncentrovat na učivo, je jejich mozek bez dostatku glukózy. Po vyučování se pak dítě s takovýmto deficitem dostane k prvním sladkostem a nacpe se jimi v době, kdy již mozek cukr nepotřebuje, a tak jej tělo ukládá opět do tuku. Časové rozložení energetického příjmu by mělo odpovídat i době energetického výdaje. Za druhé, lidské tělo začíná vylučovat inzulin do krve již na základě chuťového vjemu sladkosti na jazyku. Pokud není zajištěn přiměřený příjem cukru – sacharózy a rádoby dietní nápoje a potraviny jsou slazené umělými sladidly nebo obsahují hlavně fruktózu (ovocné džusy), reaguje slinivka vyloučením inzulinu, který však v krevním řečišti nenajde žádnou glukózu. Zmatená slinivka pak neví, kdy a jak má na co reagovat, a tak jsou různé diety – dnes již prokazatelně – zdrojem latentní obezity a diabetu II. Konec konců, zakladatel nízkosacharidové diety, pan Atkins, zemřel předčasně a vážil 120 kg. Proto umírněnou konzumaci klasického cukru považujeme za rozumný a neextremistický přístup.

„Nápoj, který zařazujeme pravidelně do dětského pitného režimu, by měl být složen z přirozených zdrojů, bez chemických přísad. Zakázané jsou alkoholické nápoje. Nevhodné jsou nápoje s umělými sladidly, kofeinem a sycené nápoje obohacené oxidem uhličitým. Nepoužívejte pravidelně ani minerální vody s vysokým obsahem sodíku ani léčivé minerálky (obsahují více než 1000 mg minerálních látek),“ radí Jiřina Mačková.

nami, mátou nebo meduňkou. Další nápoje vhodné pro děti jsou nejlépe čerstvé ovocné či zeleninové šťávy, které jsou zdrojem vitaminů a někdy i vlákniny. „Ředíme je pitnou vodou nejméně 1:1, aby tak děti nepřijímaly velké množství jednoduchého cukru,“ radí Jiřina Mačková. Své místo v pitném režimu dětí mají dle jejích slov i čaje. „Vhodné jsou ovocné či bylinné čaje (šípkový, heřmánkový, mátový, meduňkový, fenyklový), nejlépe sypané, nedoslazované,“ upřesňuje. Mléčné nápoje jsou důležitým zdrojem vápníku, zakysané jsou pak bohaté na probiotické bakterie a příznivě působí na zažívání.

Pavlaína Dostalíková souhlasí v tom, že mléko a ovocný čaj by bylo nejlepší podávat také v neslazené formě. „V případě sladké varianty je nutno myslet na pojem mírně slazený, což je maximálně 20 g přidaného cukru nebo jednoduchého cukru z jiné ovocné sladivé složky (třeba koncentráty),“ vysvětluje odbornice. Děti tolik milované kakao je pak podle ní lepší připravit s použitím kvalitního kakaa a samostatným oslazením, stejně tak ovocné mléko by mělo být založeno více na čerstvém ovoci než aromatu a cukru z polotovaru. Nápoje pro děti by pak rozhodně neměly obsahovat kofein, tein, umělá sladidla včetně stévie, přidanou samostatnou fruktózu a konzervanty. Teorie je jedna věc, praxe druhá. Daří se školním jídelnám aplikovat v rozumné míře zásady zdravého pití, které jsou dětem doporučovány? Podle slov Pavlaíny Dostalíkové platí pro školní stravování již přibližně tři roky jasně daná doporučení a povinnost nabízet dětem i neslazené nápoje a mít na výběr obyčejnou vodu. Tam, kde vedoucí školních jídelen, kuchařky a hospodářky pochopily, že je to pro děti správné, daří se prý výborně tyto zásady aplikovat. „Především se přesvědčily, že děti vodu milují a neslazené si často vybírají raději než přeslazené pití,“ říká odbornice, podle níž bývá problém spíše s učiteli



NOVÁ GENERACE OVOCNÝCH NÁPOJŮ



Jen
cukru
0,75g

NA BÁZI SUPER POTRAVIN
DETOXIKAČNÍ ÚČINKY
PRO AKTIVNÍ ŽIVOT BEZ CHEMIE

LEMONAPE KID
0,75G CUKRŮ
8% OVOCNÉ ŠŤÁVY
14,3KJ/3,4KCAL

Kerská limonádovna s.r.o.
Kersko 736, 28912 Hradištko
tel.: 777 681 019, e-mail: tomas.bousa@lemonape.cz

www.lemonape.cz

a rodiči, kteří vyrůstali na sladkém, nedokážou se od toho oprostit a preferují sladké pití. „Už jsme zažili ve školce i děti, které celý den nepily vůbec nic, protože měly k dispozici jen sladký čaj nebo jiné sladké pití,“ říká k tomu a dodává: „Voda je skutečně základ života a nebojme se ji dětem nabízet, a to bez zbytečně velkého množství přidaných cukrů.“

„Více než 20 let jsem pracovala jako vedoucí školní jídelny pro MŠ a ZŠ Třebízského v Kralupech nad Vltavou,“ říká Jiřina Mačková a pokračuje: „Proto mohu z vlastní zkušenosti potvrdit, že dětem je třeba ozdravit stravu a pitný režim postupnou cestou.“ Tam, kde jsou zvyklé na slazené nápoje, nedají hned přednost čisté vodě nebo jinému neslazenému nápoji. Postupně je třeba méně a méně sladit (děti si zvyknou na méně sladkou chuť) a vytrvat v nabídce zdravého pití. Nenechat se odradit prvním neúspěchem. „Na školách, kde jsem v projektech s dětmi pracovala, mám zpětnou vazbu od učitelek i rodičů, že se děti doma podílejí o své nabitě vědomosti a také podle nich připravují svačiny a zdravé pití a nosí je i do školy,“ informuje s radostí dále odbornice.

Děti mají vodu rády, jde jen o to ji správně nabídnout

„Děti o vodu zájem mají, protože časem zjistí, co je pro jejich tělíčko dobré, ale musí mít šanci a podporu tou cestou jít,“ říká Pavlína Dostalíková a pokračuje: „V našem spolku Zdraví do škol je v edukačních programech vedeme snadnými pravidly na prstech dvou rukou na cestě do Zdravíková a výsledky jsou rychle vidět.“ Největší problém je podle odbornice s dospělými, jimiž bohužel nemyslí jen rodiče. Ačkoliv se totiž ve školách a školkách i díky státním zásahům podává jídlo i nápoje mnohem lepší než dříve, často se prý setkává s pedagogy, kteří práci kuchyně sabotují a naopak. „Pokud se nespojí a nepochopí situaci všichni zapojení dospělí (rodiče, učitelé, kuchařky, výrobci potravin), nemohou malé děti svou situaci ovlivnit. A k tomu jsou naše programy jen pomůckou,“ uzavírá předsedkyně spolku Zdraví do škol.

Jak nabídku nápojů hodnotí nutriční odborník



Nápoje, které jsou dětem nabízeny jako základní výběr ve většině stravovacích zařízení, očima výživového odborníka. Popisuje Ing. Pavlína Dostalíková, MBA, nutriční odbornice z Institutu zdravého životního stylu – NutriCentrum a předsedkyně neziskového spolku Zdraví do škol.

Mléko

Mléko má v jídelníčku dítěte více funkcí. Téměř 90 % jeho obsahu tvoří voda a ta mu dává právo na zastoupení v pitném režimu. Mléko dále obsahuje makroživiny (sacharidy, bílkoviny, tuk), které tvoří jeho výživovou a energetickou hodnotu, a to je důvod, proč je považováno také za potravinu. Navíc obsahuje pro lidské tělo dobře využitelné mikroživiny, což jsou některé vitaminy a minerální látky, kde významnou úlohu hraje obsah vápníku, jež navíc díky zastoupení dalších mikroprvků má vysokou vstřebatelnost.

Živé bakterie, které nejvíce prospívají v kysané formě mléka, pomáhají pečovat o kvalitu střeva a tím podporují imunitu celého těla.

Ne nadarmo se mléko a mléčné výrobky řadí mezi tzv. funkční (zdraví prospěšné) potraviny, v dnešním pojetí se dá říci „superpotravinou“. Přirozený příjem vápníku je v dětském věku velmi důležitý. Dává kvalitní základ pro pevné kosti, kvalitní zuby a prevenci bolestivé osteoporózy v dospělosti.

Už nikdy jindy nebude naše tělo ochotno vápník zabudovávat v tak velkém množství, jako je tomu v dětství.

Momentálně je velký tlak na vynechávání mléka a mléčných výrobků. Nedostatek způsobený nenahrazením tohoto zdroje vápníku se bohužel projevuje až za spoustu let, kdy maminky a tátové už možná své trpící dospělé

dítě neuslyší. Za sebe neznám snazší způsob, jak svému dítěti zajistit dostatek vápníku ve formě, která mu chutná a do které jej nemusím nutit. Mléko by tedy mělo být velmi zásadní složkou jídelníčku dítěte. A pokud bude kysané a bez přidaného cukru, bude to ještě lepší.

Koncentráty, šťávy a džusy

Koncentráty jsou odpařené, většinou ovocné šťávy. Naředěním z nich vzniká obnovená ovocná šťáva. My je nejčastěji vnímáme ve spojitosti s džusy, kde se uvádí poměr koncentrátu v jednom litru tekutiny. Známe tedy 100% džusy, kdy se jedná pouze o naředění koncentrátu tak, jako bychom vymačkali šťávu, a obsahují pouze přirozené cukry z ovoce. Nebo nektary, kdy je podíl koncentrátu malý a jsou přidány další látky zlepšující chuť a aroma a vždy jsou doslazované, a to buď cukrem, fruktózou, glukózovo-fruktózovými

Momentálně je velký tlak na vynechávání mléka a mléčných výrobků. Nedostatek způsobený nenahrazením tohoto zdroje vápníku se bohužel projevuje až za spoustu let. Mléko by tedy mělo být velmi zásadní složkou jídelníčku dítěte. A pokud bude kysané a bez přidaného cukru, bude to ještě lepší.

sirupy nebo nějakým jiným náhradním sladidlem (např. stévie, sukralóza atd.). Šťáva by měla být pouze vymačkané ovoce nebo zelenina bez dalších přísad. Zrada u nektarů a některých dětských pitíček = málo gramů cukru, ale cukr přidaný o ochucovadla atd.

U všech těchto skupin je důležité zaměřit se na množství jednoduchých cukrů a případně dalších zbytečně přidaných látek (konzervanty, barviva, aroma). U cukrů je velmi zřejmé to, že ve 100% džusu nebo ovocné šťávě je v každém deci cca 10 a více gramů ovocných cukrů, v přepočtu na kostky jsou to 2 až 3 kostky (i když to není přidaný, ale jednoduchý cukr), a obsah těchto džusů je od 3 deci do dvou litrů. Takže když si spočítáme, že dítě vypije bez problémů i půl litru džusu, tak má jednorázovou denní dávku cukru vyšší, než je doporučení WHO na celý den. Což jasně ukazuje, že tyto nápoje by neměly být ve velkém množství a neřezané řazené do pitného režimu. Něco jiného však je, když se naučíme více ředit vodou. V tom případě mohou i džusy nebo koncentráty být upraveny tak, že budou mírně sladké (doporučení pro školní stravování je 20 g na litr) a budou vhodným nápojem nejen pro děti, ale i dospělé.

Čaj

Čaj je vhodný ovocný, neslazený. Pro děti nevhodný je silný černý a zelený. A to kvůli kofeinu a teinu, což jsou dehydratující a povzbuzující látky. Bylinkové čaje jen slabě jsou vhodné pro děti.

» U všech nápojů je důležité zaměřit se na množství jednoduchých cukrů a případně dalších zbytečně přidaných látek (konzervanty, barviva, aroma).

FOTO:

Ing. Pavlína Dostalíková

Jiřina Mačková

Pitný režim a jak na něj radí Jiřina Mačková, výživová poradkyně, Kralupy nad Vltavou

1. Protože je dětské tělo tvořeno z více než 2/3 vodou, je nutné ji neustále doplňovat pravidelným pitím. Bez jídla člověk vydrží i několik týdnů, bez vody jen pár dní.
2. Samotná potřeba příjmu tekutin je individuální. Roli hraje nejen věk a tělesná váha dítěte, ale také jaké potraviny jí, jak je fyzicky aktivní i teplota prostředí, ve kterém pobývá.
3. Orientačně by dítě podle věku mělo vypít v nápojích 1 až 1,5 litru vody za den. Další příjem vody má ze stravy bohaté na tekutiny – polévky, čerstvé ovoce a zelenina, a to 0,5 až 1 litr vody denně.



Představujeme produkt LemonApe

LemonApe se nevaří jako sirup, zachovává všechny vlastnosti superpotravin jménem citron. Blíže nám jej v rozhovoru představí Martin Bouša z vývojového a výrobního oddělení LemonApe.

Proč myslíte, že jsou vaše nápoje vhodné pro děti?

Používáme pouze vhodné přírodní suroviny. Máme zredukované množství cukru, aniž bychom používali umělá sladidla, která způsobují hyperaktivitu dětí. Máme vysoký obsah citronové šťávy, která dominuje všem chuťo-

vým variantám, protože citron je superpotravina.

Co je základem kvality vaší produkce?

Kdybych to mohl vyjádřit jednou větou, pak bych asi řekl, že „každý má právo pít zdravě“. Toto základní lidské právo promítáme do kompozice našich koncentrátů.

Odkud pocházejí suroviny na výrobu vašich produktů?

Základem všech našich koncentrátů je 57% obsah citronové šťávy ze zralých sicilských

citronů. Jejich zralost je klíčová pro chuť našich limonád, proto lisujeme citrony přímo v místě, kde dozrávají. Doprava koncentrátu má navíc desetkrát nižší uhlíkovou stopu, než kdybychom vozili celé plody.

Proč by měly školy a školky volit zrovna vás?

Nabízíme mimořádně kvalitní, a přitom chuťově vyvážený nápoj za bezkonkurenční cenu, který děti milují.

Které produkty jdou nejvíce na odbyt a proč myslíte, že tomu tak je?

Nejoblíbenější jsou klasické dětské příchutě jako malina, pomeranč, višně, černý rybíz, citron a jahoda, které dětem nejlépe konvenují.

Co je nového v LemonApe?

Na konci loňského roku jsme vyvinuli unikátní nápoj LemonApe Bez cukru, který je také založen na citronové bázi a obsahuje pouze přírodní sladidla. Nápoj je vhodný i pro diabetiky a děti, které trpí obezitou. Do nápoje je navíc zakomponován extrakt z kurkumy, která je významným zdrojem zdraví prospěšných látek. Další složky nápoje podporují aktivitu slinivky břišní a pomáhají tak s regulací cukru v krvi konzumenta.

» Nabízíme mimořádně kvalitní, a přitom chuťově vyvážený nápoj za bezkonkurenční cenu, který děti milují.

Jakými kritérii se řídit při výběru kvalitního nápoje?

Rozhodně by kvalitní nápoj a zejména nápoj pro děti **neměl obsahovat žádná umělá sladidla**. V poslední době se hodně ve školních jídelnách rozšířil nápoj s obsahem sukralózy, což je chemické sladidlo stejně kategorizované jako aspartam nebo sacharin a které je nadužíváno. Pokud se týká ovocné složky, měl by nápoj obsahovat **co nejméně sladkých ovocných šťáv**, protože tyto obsahují hlavně fruktózu, kterou organismus dokáže využít jen velmi sporadicky a spíše ji mění v tuky. Kvalitní nápoj by měl obsahovat **zredukované množství klasického cukru**, který obsahuje 50% glukózy, jež je důležitá pro „bystrý mozek“ - zvláště v době, kdy jsou na něj kladeny zvýšené nároky během vyučování. Obecně lze říci, že každý nápoj by měl obsahovat složky, které zdraví prospívají, a v tomto smyslu jde i naše snažení.

INZERCE



CESK®

Vyberte si z nabídky osvědčených post-mixů CESK

Bezplatná ochutnávka limonád na provozovně
Jarní 1058/44i, Brno - Maloměřice

Prodej nebo pronájem výrobníků (nové i repasované)

Široký výběr chutí a typů nápojových koncentrátů

Rozvoz koncentrátů po celé ČR

www.cesk.cz

Jak to opravdu chodí ve školách, školkách a školních jídelnách?

Zuzana Kielová, vedoucí školní jídelny ZŠ Pardubice – Dubina, členka spolku Zdraví do škol

Jana Kuchařová, MŠ Milotice nad Bečvou, chůva a hospodářka

Jiřina Mačková, výživová poradkyně, Kralupy nad Vltavou

Jaké nápoje nabízíte ve vaší školní jídelně?

Zuzana Kielová: V naší školní jídelně je k obědu denně nabízena neochucená voda, mírně slazený čaj ovocný nebo černý a také ovocné mošty, džusy nebo ředěné sirupy. Nabízíme tři druhy ovocných nebo zeleninových nesycených nápojů z nápojového postmixu, kde jsou 100% šťávy ředěny vodou. Podle skladby jídelníčku nabízíme 3 – 4x v týdnu ochucené nebo neochucené mléko. Veškeré ochucené nápoje, které dětem nabízíme, se snažíme podávat jen mírně slazené.

Jana Kuchařová: U nás ve školce nabízíme ovocný slazený čaj v termonádobě, u něhož měníme příchutě – objevuje se třeba ananas, pomeranč, lesní směs, jahoda apod. Nechy-

bí ani obyčejná voda v zásobníku s dětským motivem tučňáka a v letním období voda s citronem ve džbánu. Po vypití čaje odpoledne nabízíme vodu se sirupem a k odpolední svačince potom mléko, kakao, bílou kávu a různě ochucená mléka – jahoda, banán, vanilka.

Které nápoje dětem chutnají nejvíce?

Zuzana Kielová: V naší jídelně mají děti největší zájem o jablečnou šťávu, džusy, neochucenou vodu a čaj.

Jana Kuchařová: V zimním období čaj a v letním si jej ředí s vodou napůl.

Mají děti zájem o zdravé nápoje/stravování?

Zuzana Kielová: Zásady zdravého stravování jsme začali aplikovat postupně. Škola je zapojena v projektu Zdraví do škol od A do Z a Zdravá školní jídelna, takže zdravé stravování propagujeme různými akcemi. Zájem dětí se snažíme zvýšit například soutěží o nejzajímavější recepty z netradičních či u dětí méně oblíbených surovin. Vítězný recept pak zařadíme do jídelníčku. Pokrmu připravujeme vždy z čerstvých surovin, snažíme se přidávat do jídelníčku trendové receptury a důraz klademe na šetrné zpracování surovin za využití moderních technologií. Pro ma-

ximální využití možností moderních technologií a propagaci netradičních jídel pořádáme například „vaření s šéfkuchařem“. Kuchařky se naučí nové technologické postupy při výrobě pokrmů a dětem se nový recept představí netradiční formou. Šéfkuchař celý den vaří s kolektivem kuchyně a při výdeji obědů pak s dětmi o připraveném jídle hovoří a zpětná vazba byla vždy velice kladná.

Myslím si, že se nám daří aplikovat zásady zdravého stravování a pití do každodenní praxe zejména u dětí prvního stupně, které se nám díky spolupráci se školou a družinou daří „vtáhnout do života jídelny“. U starších dětí se více projevují stravovací návyky z rodiny. Odhadem tak 30 – 40 % strávníků 6 – 9. tříd obědvá ve školní jídelně pravidelně a nevyhýbá se ani pokrmům z „méně oblíbených“ surovin, tedy rybám a luštěninám, protože jsou na to zvyklí z domova. Ostatní si buď oběd odhlásí, nechají propadnout, případně vyzvednou a následně nedotčené odnesou.

Jiřina Mačková: Děti mají rády ovocné nápoje, mléčné koktejly, studené čaje. Většina dětí dává přednost čisté vodě před slazenými nápoji nebo teplým čajem. V MŠ si děti rychle zvykly na čistou vodu, kterou pily po celý den, namísto vody se sirupem.

» V naší školní jídelně je k obědu denně nabízena neochucená voda, mírně slazený čaj ovocný nebo černý a také ovocné mošty, džusy nebo ředěné sirupy. Nabízíme tři druhy ovocných nebo zeleninových nesycených nápojů z nápojového postmixu, kde jsou 100% šťávy ředěny vodou.

(Zuzana Kielová)

Představujeme neziskový spolek Zdraví do škol



zásady zdravého životního stylu dětí a mládeže ve školních zařízeních v aktivní spolupráci s dospělými, kteří návyky dětí ovlivňují. Podstatou je zapojení dětí, učitelů, rodičů, kuchařek a všech dospělých, kteří mohou dětem v jejich životním směřování pomoci. Lektori spolku, nadšení profesionálové s vlastní nutriční praxí, pracují formou zábavných edukačních programů na školách. Ke své práci používají vlastní unikátní materiály, kde všechna pravidla dokážou spočítat na pěti prstech dvou rukou. Více o spolku nám sdělila Jiřina Mačková, výživová poradkyně a členka spolku, Kralupy nad Vltavou.

Jaké nápoje Zdraví do škol jídelnám pro děti doporučuje?

V první řadě by vždy měla být dětem k dispozici čistá pitná voda nebo voda s nakrájeným ovocem, zeleninou (kousky pomeranče, jahod, melounu, okurky, citronu, limetky) nebo bylinkami (máta, meduňka) a v rámci výběru další druhy nápojů. Doporučujeme školním jídelnám připravovat pro děti také ředěné nedoslazované mošty, džusy a čerstvé šťávy z ovoce a zeleniny, sy-

pané ovocné, bylinkové čaje nebo slabé černé čaje s citronem a mírně doslazované medem, hlavně v zimním období. Na jaře nebo v létě mohou podávat tyto čaje studené.

Mléko a mléčné nápoje pro pestrost pitného režimu, například kefir, acidofilní mléko, mléčný koktejl s čerstvým ovocem, kakao, bílou kávu. Nedoporučujeme připravovat komerční nápoje z prášku. Téměř bez výjimky jsou totiž sestaveny z cukru, kyseliny citronové, umělé příchutě a barviva. Některé nápoje kromě toho obsahují umělá sladidla a minerální vody mnoho minerálních látek.

Co dělat, aby měly děti o zdravý pitný režim zájem?

V rámci projektů na školách učíme děti hravou a nenásilnou formou prostřednictvím pohádek, omalovánek a aktivit zásadám zdravého životního stylu. Mezi tyto zásady patří také pestrost a pravidelnost stravy a dodržování správného pitného režimu. Děti rozeznávají potraviny a pití, které mohou přijímat bez obav každý den, a jídla a nápoje, které jen někdy při oslavách, návštěvách, výletech sem tam. Nezakazujeme. Ale vysvětlujeme proč!

» Hlavní činností spolku Zdraví do škol, z. s. je v rámci prevence propagovat a prakticky aplikovat zásady zdravého životního stylu dětí a mládeže ve školních zařízeních v aktivní spolupráci s dospělými, kteří návyky dětí ovlivňují.

FOTO: Zdraví do škol

Postmixy: Efektivní řešení pro velkovývařovny



Jídelny a společnosti, které se zaměřují na firemní stravování, vydávají tisíce jídel denně. Je pro ně nezbytně nutné vybavit své provozovny funkčními technologiemi, které podpoří efektivní a plynulý chod podniku. Bez výrobníků nápojů se dnes těžko obejdou. Jaké jsou výhody pořízení postmixu, nám představí pan Martin Ličman, zástupce společnosti CESK, která již 25 let vybavuje gastronomické podniky.

Společnost CESK vybavuje jídelny, restaurace, kavárny, pekárny řadu let. Je zde nějaký vývoj v nápojových koncentrátech?

Tak jako v řadě jiných odvětví i zde je zásadní neustrnout a postupovat s nejnovějšími trendy. Ovšem ne doslova. Originalita je zde výsadou a je třeba zachovat původní koncept, aby bylo vždy poznat, že se jedná právě o váš nezaměnitelný nápojový koncentrát. V dnešní době neustálého vývoje, nepřehledného množství surovin a možností aplikace nejmodernějších technologií je zároveň velmi důležité si udržet charakteristickou chuť výrobku dávající limonádě její originalitu. To je to, co vás odlišuje od konkurence.

Nicméně vývoj se zde projevuje hned v několika rovinách. Pro své zákazníky chcete samozřejmě něco, na co nezapomenou a budou se stále vracet. V první řadě je třeba zajistit kvalitní suroviny od cukru přes esence příchutí až po barviva a další složky. Vše dohromady hraje prim a utváří váš kvalitní produkt. Cukr je výhradně od českých dodavatelů, esencí je tolik, kolik má být, barvy jsou, pokud to jen jde, zastoupeny přírodními složkami a tak dále. Sirupy BONAPI jsou na trhu již velmi dlouhou dobu a těší se stále větší a větší oblibě.

Post-mix je výrobek nápojů z koncentrátů. Jak časově náročné je doplňování surovin a údržba stroje, když protočíte tisíce nápojů denně?

Naše firma dodává koncentráty ve dvou obalech. Používáme kanystry a moderní obaly typu „Bag-in-box“ s ventilem CMB pro snadné připojení ke strojům. Celý proces připojení

je tak velmi jednoduchý, hygienický a rychlý. Údržba stroje je velice jednoduchá, při instalaci naši pracovníci proškolí vždy personál na základní čištění. Pravidelnou údržbu, jako je například sanitace, kompletní pročištění a výměna filtru atd., provádí firma CESK v pravidelných intervalech.

Jaké jsou pořizovací náklady a nabízíte i možnost pronájmu?

Kompletní sestavu pro výrobu 3 druhů nápojů lze pořídit cca za 45.000,- Kč bez DPH. Cena za technologii se liší na základě požadavku na počet limonád, na výčepním zařízení a chladicí kapacitě. Pronájem post-mixů nabízíme našim zákazníkům ve dvou variantách. První variantou je povinný odběr koncentrátu za určité období bez pravidelných měsíčních poplatků. Tato varianta je vhodná pro odběratele s větší spotřebou nápojů. Pro odběratele, kteří nechtějí být limitováni povinným odběrem, nabízíme pronájem na základě pravidelných měsíčních poplatků.

Technologie pro velkokuchyně musí zvládnout velkou provozní zátěž. Jakou záruku a servis klientům nabízíte?

Firma CESK, a.s. zajišťuje kompletní montáž, servis a dodání náhradních dílů v rámci celé ČR. Dále využíváme naše smluvní partnery pro rychlé vyřešení problému v daném regionu. Vzniklé problémy vždy řešíme v nejkratší možné době.

Jaké zásadní výhody pořízení postmixu firmě přinese?

V první řadě je to cena za 1l hotového nápoje. U Coly je nákladová cena za 1l nápoje cca

9,50 Kč bez DPH, u ostatních příchutí 6,15 Kč bez DPH za 1l. Další výhodou je úspora skladovacích prostor, z jednoho BIB se vyrobí cca 160l hotového nápoje, to jsou 3x KEG sudy. Rozměry BIB jsou 250x270x380 mm. V neposlední řadě je třeba zmínit také širokou škálu příchutí, kterými disponujeme a které stále rozšiřujeme. Nyní jich nabízíme 24.

Post-mix šetří místo v porovnání s lahvo-vými nápoji. Jsou zde nějaké požadavky na jeho umístění?

Koncentráty se musí skladovat v prostoru s teplotou od 5 do 25 stupňů Celsia a nesmí být vystaveny přímému slunečnímu světlu. BIB je možné skladovat ve dvou řadách na sobě.

Nápoje jsou rychloobrátkové zboží. Jakým způsobem zajišťujete odběratelům doplňování zásob?

Zboží rozvážíme po celé ČR, nebo rozesíláme prostřednictvím přepravní služby. V podstatě dle potřeb zákazníka.

Dodáváte koncentráty značky Bonapi, která nabízí pestrou paletu příchutí. Které si zákazníci nejvíce oblíbili?

Mezi nejvíce oblíbené patří COLA, POME-RANČ, MALINA a CITRON. V poslední době jsou v oblibě ledové čaje, které nabízíme v příchutích broskve a citron.

V nabídce máte i tzv. ochranné nápoje, které jsou určeny pro profese se zvýšenou námahou. V čem se liší od běžných nápojových koncentrátů?

Ochranné nápoje spadají do specifické kategorie a zásadně se liší svým složením. Představme si pracovníky skláren, kde jsou podstatně vyšší provozní teploty než například v kancelářích. Nebo hutě, kde se lidé musí vyrovnat s vysokými teplotami, a ještě pracují s velmi těžkými břemeny. Lesnictví, obrábění kovů a další jiné velmi náročné profese vyžadují po pracovnících zvýšený přísun tekutin. Toho nelze docílit obyčejnou vodou či prostřednictvím nápojových koncentrátů. Zde je zapotřebí sáhnout po tzv. ochranných nápojích. Jak již bylo zmíněno výše, zásadním rozdílem je složení. Přesněji řečeno obsah minerálních solí. To umožňuje pocením ztracené minerály opět doplnit a zároveň přitomnost minerálů v nápoji zvyšuje samotnou hydrataci, tedy zavodnění organismu. Ochranné nápoje jsou navíc obohaceny o celou řadu vitaminů, kde můžeme hovořit i o podpoře imunity. Vitaminy zásadně ovlivňují různé metabolické dráhy a tím i správnou funkci organismu.

Je zcela zásadní, aby byl nápoj vyvážený a příjmem minerálů a vitaminů byl optimální. Proto rozlišujeme více kategorií ochranných nápojů pro různé profese dle fyzické zátěže.

JAROSLAVA CHUDÁ

» Dodáváme koncentráty ve dvou obalech. Používáme kanystry a moderní obaly typu „Bag-in-box“ s ventilem CMB pro snadné připojení ke strojům. Celý proces připojení je tak velmi jednoduchý, hygienický a rychlý.

FOTO: CESK

» V dnešní době neustálého vývoje, nepřehledného množství surovin a možností aplikace nejmodernějších technologií je zároveň velmi důležité si udržet charakteristickou chuť výrobku dávající limonádě její originalitu. To je to, co vás odlišuje od konkurence.

GDPR pod drobnohledem



Termín GDPR je zkratka názvu Obecní nařízení o ochraně osobních údajů fyzických osob (Nařízení Evropského parlamentu a Rady 2016/679 ze dne 27. dubna 2016 o ochraně fyzických osob v souvislosti se zpracováním osobních údajů a o volném pohybu těchto údajů a o zrušení směrnice 95/46/ES). Jedná se o unijní předpis (nařízení EU) upravující ochranu osobních údajů fyzických osob.

TEXT: KATEŘINA LUKÁŠOVÁ

Podle Ing. Jitky Steinerové, pověřenkyň pro ochranu osobních údajů, náš dosavadní zákon 101/2000 Sb., o ochraně osobních údajů a nařízení nejsou nijak výrazně rozdílné. „Kdo dodržoval zákon 101/2000 Sb., nebude mít s nařízením problém,“ říká k tomu. Asi největší rozdíl je pak podle ní v sankcích, které nařízení za porušení ukládá. „Hlavním důvodem pro schválení GDPR byla potřeba sjednotit národní legislativy členských států EU tak, aby byly osobní údaje chráněny, případně předávány ve všech členských státech stejným způsobem,“ vysvětluje dále.

Jaroslav Benda, IT specialista na GDPR, definuje GDPR jako ochranu osobních údajů, která má za úkol ochraňovat osobní data fyzických osob uvnitř firem. „To znamená, že je potřeba získaná data řádně ochránit před jejich zneužitím nebo únikem z firmy. Je třeba zajistit, aby s těmito daty manipulovali a pracovali pouze ti zaměstnanci, kteří jsou oprávněni s těmito daty pracovat, a ostatním byla tato data znepřístupněna,“ vysvětluje. Dále je třeba informovanost osob, od kterých data nějakým způsobem získáváme, o takzvané transparentnosti, která má za úkol informovat subjekt o tom, jak je s daty dále nakládáno a hospodařeno.

„ÚOOÚ je dozorovým orgánem pro kontrolu dodržování zákona 101/2000 Sb., bude dozorovým orgánem pro kontrolu dodržování Nařízení a národní legislativy v oblasti ochrany osobních údajů (až Parlament ČR nějakou legislativu schválí...). Podrobné informace o činnosti ÚOOÚ lze nalézt na jejich webových stránkách,“ říká Jitka Steinerová.

Platnost a účinnost není z hlediska časové působnosti totéž

„U každého právního předpisu je z hlediska jeho časové působnosti třeba odlišovat termíny platnost a účinnost,“ vysvětluje Mgr. Tereza Lukášová, advokátní koncipientka advokátní kanceláře JUDr. Jiřího Lukáše z Ústí nad Orlicí. Toto nařízení Evropského parlamentu a Rady pochází ze dne 27. 4. 2016, od tohoto dne je tedy platnou součástí právního řádu EU. Jeho účinnost nastala dne 25. 5. 2018, což znamená, že od tohoto dne je nařízení přímo účinné pro občany členských států EU, zakládá tedy přímo práva a povinnosti.

Osobní informace vede k identifikaci fyzické osoby

Podle GDPR jsou osobními údaji veškeré informace o identifikované nebo identifikovatelné fyzické osobě (subjektu údajů). „Zjednodušeně řečeno je tedy osobním údajem jakákoli informace, která může samostatně nebo ve spojení s další informací vést k identifikaci fyzické osoby,“ shrnuje Tereza Lukášová. „Mezi tyto údaje nejčastěji patří například jméno, příjmení, adresa, rodné číslo, datum narození, e-mail, telefon, SPZ automobilu, číslo bankovního účtu, zdravotní stav, rasa či etnický původ, členství v odborech, kamerový záznam a jiné...,“ doplňuje Jaroslav Benda a Jitka Steinerová dodává, že se sem řadí i citlivé osobní údaje o zdravotním stavu, politické či sexuální orientaci, biometrii apod.

GDPR poskytuje osobním údajům fyzických osob širokou ochranu

GDPR poskytuje značně širokou ochranu osobním údajům fyzických osob, nevztahuje se tedy na osoby právnické. „Zde je ovšem potřeba zdůraznit, že právnická osoba vždy jedná prostřednictvím osoby fyzické (jednatel, zaměstnanec apod.), jejíž osobní údaje již chráněny jsou,“ zdůrazňuje Tereza Lukášová. Např. personifikovaný e-mail zaměstnance, který jedná za zaměstnavatele – právnickou osobu, již osobním údajem je a je tudíž chráněn.

GDPR vyžaduje nějakým vhodným a dostatečným způsobem osobní data zabezpečit, aby nemohlo dojít k jejich zneužití či odcizení. „Je tedy vhodné, aby byla například IT zařízení vždy pod nějakým heslem, aby byly prováděny zálohy těchto zařízení, případně šifrování těchto dat. Co se týká papírové formy dokumentů, tak by zase měly být uloženy na místech, ke kterým má přístup pouze oprávněná osoba. Například nějaká uzamčená místnost, skříň, která má zámek, trezor a jiné,“ dává konkrétní příklady Jaroslav Benda.

GDPR se vztahuje na veškeré osobní údaje fyzických osob

Rozsah ochrany, kterou GDPR poskytuje osobním údajům, je poměrně široký. Obecně lze říci, že se vztahuje na veškeré osobní údaje fyzických osob. „Ovšem nutno doplnit, že různými kategoriím osobních údajů je poskytována také různá míra ochrany,“ říká Tereza Lukášová a dává příklad: „Kupříkladu na ochranu zvláštní kategorie osobních údajů (údaje vypovídající o rasovém či etnickém původu ad.) jsou kladeny nároky vyšší než na ochranu běžných osobních údajů.“

Jak jsou osobní údaje podle GDPR zpracovávány?

Zpracováním osobních údajů je jakákoliv operace nebo soubor operací, která je prováděna s osobními údaji nebo soubory osobních údajů pomocí či bez pomoci automatizova-

» „GDPR má vlastně dva důležité body. Tím prvním je ochrana získaných osobních údajů jako taková a tím druhým je informovanost fyzických osob o jejich právech a také o tom, jak je vlastně nakládáno s jejich osobními údaji. Za jakým účelem tato data potřebují, z jakého právního titulu, na jak dlouho je uchovávám, kdo s nimi pracuje, jestli data předávám a komu atd.,“ vysvětluje Jaroslav Benda.



Jaroslav Benda

ných postupů, jako je shromáždění, zaznamenání, uspořádání, strukturování, uložení, přizpůsobení nebo pozměnění, vyhledání, nahlédnutí, použití, zpřístupnění přenosem, šíření nebo jakékoliv jiné zpřístupnění, seřazení či zkombinování, omezení, výmaz nebo zničení.

V Česku ochranu osobních údajů kontroluje pouze jeden úřad

Úřad pro ochranu osobních údajů je v ČR pouze jeden, jedná se o dozorový úřad podle terminologie GDPR. Tato instituce zastřešuje na území našeho státu ochranu osobních údajů, vykonává pravomoci vyšetřovací, nápravné, povolovací a poradní. Jde tedy o jakýsi generální orgán pro zajištění a kontrolu řádné ochrany osobních údajů na území příslušného členského státu EU. „Nutno poznamenat, že tuto funkci plnil již před účinností GDPR na základě zákona č. 101/2000 Sb., o ochraně osobních údajů,“ informuje magistra Lukášová.

GDPR je založeno na zásadách ochrany osobních údajů

GDPR mimo jiné stanovuje zásady ochrany osobních údajů. Jedná se o základní stavební kameny, na kterých je GDPR založeno. „Většina z těchto zásad byla součástí již předchozí unijní úpravy ochrany osobních údajů (Směrnice 95/46/ES) a také zákona o ochraně osobních údajů,“ informuje magistra Lukášová. Novinkou v GDPR je pak dle jejich

slov jejich přímé vyjmenování a stanovení odpovědnosti správce za jejich dodržování. Správce je zde povinen být schopen doložit soulad předmětného zpracování s těmito zásadami (tzv. princip odpovědnosti správce). Podle slov Terezy Lukášové pak mezi tyto zásady patří následující: zásada zákonnosti, zásada korektnosti a transparentnosti, zásada omezení účelu, zásada minimalizace údajů, zásada přesnosti, zásada omezení uložení, zásada integrity a důvěrnosti.

Správčům a zpracovatelům GDPR stanovuje nové povinnosti

GDPR se vztahuje také na nově stanovené povinnosti, které nařizuje správčům a zpracovatelům. „Jedná se o povinnost doložit soulad s GDPR – identifikace hrozeb, nastavení procesů pro jejich snižování a odstraňování, záznamy o činnostech zpracování, smlouvy se zpracovateli, sledování bezpečnostních incidentů, kodexy, osvědčení apod.,“ vyjmenovává inženýrka Steinerová. Primární povinností správců je pak podle jejich slov určit rizika a snižovat je na základě kontinuálního procesu – nastavit taková technická a organizační opatření, která budou rizika snižovat. V případě bezpečnostních incidentů tyto hlásit ÚOOÚ. „Těch povinností je celkem dost,“ dodává věcně odbornice.

Při porušení povinností dle GDPR může dozorový úřad ukládat sankce

„Nařízení jako jeden z pramenů evropského

(unijního) práva se např. od směrnice, která musí být implementována a transponována do právních řádů jednotlivých členských států, odlišuje tím, že má tzv. přímý účinek, což znamená, že zakládá práva a ukládá povinnosti přímo jednotlivcům (občanům členských států EU), je tedy platné a účinné bez nutnosti prováděcí úpravy členského státu,“ vysvětluje Tereza Lukášová. Povinnosti, které GDPR ukládá, tedy platí pro adresáty této normy přímo od 25. 5. 2018. Ke kontrole jejich dodržování je potom oprávněn dozorový úřad (u nás Úřad pro ochranu osobních údajů), který při porušení těchto povinností může např. uložit nápravná opatření či sankce.

Transparentnost je nezbytná

„Zásadami ochrany osobních údajů je myšlen právě ten dokument, který popisuje, jak má firma zpracované GDPR, jaká jsou jejich práva, jak je dále pracováno s osobními údaji, kam se mohou obrátit v případě dotazů či stížností atd.,“ vysvětluje Jaroslav Benda. Tento dokument by měl být jednoduše přístupný buď na webových stránkách, nebo v místě, kde k předání osobních údajů dochází, aby si je mohl každý, kdo bude tato data poskytovat, přečíst ještě před tím, než tato svoje data někomu sdělí. Podnikatel tak musí zajistit ochranu dat uvnitř společnosti a zároveň zpřístupnit informace o transparentnosti dat a o právech daného subjektu, takzvanou informovanost.

» **Primární povinností správců je pak podle jejich slov určit rizika a snižovat je na základě kontinuálního procesu – nastavit taková technická a organizační opatření, která budou rizika snižovat.**

INZERCE

Zveme vás na kontraktační a prodejní výstavu

GASTROtrendy

& FESTIVAL POTRAVIN A NÁPOJŮ

1.- 2. LISTOPADU

10.00 – 18.00

Bohatý doprovodný program!

www.dtpce.cz

DŮM TECHNIKY PARDUBICE

NÁM. REPUBLIKY 2686 - 1. PATRO (VEDLE DIVADLA) kontakt: D. Fikejsová 770 623 217

VSTUPENKA ZDARMA



Kvalitní potraviny, suroviny a polotovary PRO CHUTNÉ A ZDRAVÉ VAŘENÍ

Zdravý životní styl se stal nedílnou součástí nejen mnoha českých restaurací, ale také domácností. Lidé si chtějí chutné a zdravé jídlo ukuchtit i doma, a tak v posledních letech pomalu, ale jistě prostupují zásady zdravého vaření i do domovů Čechů. A nikde není psáno, že ty nejlepší české pochoutky se nedají připravit zdravě.

TEXT: KATEŘINA LUKÁŠOVÁ

Trend zdravého životního stylu má již nepopíratelně své pevné místo i u nás v Česku. Lidé dlouhodobě přemýšlejí nad tím, co jedí, a uvědomují si, že zdravé stravování začíná již výběrem vhodných vstupních surovin. V tomto směru upřednostňují kvalitu před kvantitou, nebojí si za kvalitu připlatit a naopak poznávají, že co je dražší, nemusí být vždy lepší.

Pokud chcete mít jistotu, že své tělo krmíte nutričně plnohodnotnými potravinami, naučte se číst zadní strany obalů a vybírat producenty, kteří mají své řemeslo rádi a dělají jej s láskou k zákazníkům i tomu, s čím obchodují. „Dnešní moderní jídelna servíruje svým strážníkům moderní, chutné

a rozmanité pokrmy. K tomu potřebuje kvalitního partnera – dodavatele, který jí dokáže nabídnout produkty ve velmi vysoké a především stále kvalitě za přijatelnou cenu, inspiraci i poradenství. To vše na jednom místě,“ potvrzuje Jan Kratina z marketingového oddělení společnosti Bidfood.

A nesejde na tom, zda se jedná o maso, mléčné výrobky nebo o polotovary či mražené směsi. Díky pestrosti, variabilitě a široké paletě možných zdrojů je dnes totiž možné téměř cokoli. Když seženete kvalitní maso a domácí zeli, můžete si připravit chutné a poměrně zdravé vepřo-knedlo-zelo. I svíčková se dá připravit ve verzi, která ušetří vaši postavu i zažívání, a už dávno neplatí, že polotovary nebo mražené potraviny nejsou nutričně plnohodnotné.

INZERCE



ARDO - Kukuřice Mexicana

- hotový ochucený produkt
- autentická chuť Mexika
- vždy stejná chuť a kvalita
- bez další práce
- použití za studena (saláty)
- použití za tepla (samostatná příloha, guláše, wrapy, burgery, chilli con carne, ...)

Zdravím kolegyně, kolegové,

jmenuji se **Jirka Horák** a jsem Culinary Advisor (gastro poradce) belgické firmy ARDO.

Jistě všichni z různých důvodů využíváte konvenienční produkty. V následujících vydáních Vám poradím, jak správně připravovat chutná a především zdravá jídla z mražené zeleniny, ovoce a bylinek.

Pro dnešek začneme tím, že si vysvětlíme pojem ARDO mražená zelenina. Naše výrobky jsou z plodin sklizených a zamražených v době své největší zralosti. Celý proces od semínka, přes sklizeň, zpracování až po distribuci máme plně pod kontrolou. Tím si veškerá naše čerstvá zelenina uchovává své přirozené chuťové vlastnosti a navíc si uchová kolem 80% všech vitamínů a výživových látek.

Důležité však je umět zeleninu správně připravit, aby na talíři vypadala a chutnala tak, jak má. Největší chybou je zeleninu napařovat!

V dalším díle si povíme, jak správně zeleninu připravit ... těšte se!

Mějte všichni krásný den ...

Váš Jirka

» **Důležité je umět zeleninu správně připravit, aby na talíři vypadala a chutnala tak, jak má. Největší chybou je zeleninu napařovat!**

Mexický guláš s paprikovou rýží



- guláš připravíme dle klasického postupu (bez majoránky)
- na závěr přidáme do hotového guláše ARDO Kukuřici Mexicana
 - krátce provaříme a necháme alespoň 15 minut rozležet
 - kostičky papriky orestujeme a vmícháme do hotové rýže
 - ozdobíme kolečky červené cibule a snítkou petrželky

Kontakt:
ARDO Mochov s.r.o.
Klánovická 601/40
Praha 9 – Hloubětín
www.ardo.cz

Produkty ARDO zakoupíte u Vašich distributorů.



Navštivte nás na výstavě For Gastro&Hotel 4.-5.10. 2018



Představujeme skutečnou českou kvalitu Proč by si zákazník měl vybrat právě...

... Ardomochoy?

Odpovídá Jan Horák, manažer marketingu:

TOP kvalita – pracujeme s plodinami té nejlepší kvality, vše máme plně pod kontrolou od semínka přes sklizeň, zpracování, zamražení až po distribuci.

Rychlost = čerstvost = vitaminy – plodiny po sklizni dostaneme do tří hodin do závodu a za další tři hodiny jsou očištěné, nakrájené, zblanširované, zchlazené a zamražené. Využíváme nejmodernější technologie 21. století i v našem odvětví.

Kreativita – přinášíme zákazníkům pestrou a širokou nabídku zajímavých druhů zeleninových, ovocných i bylinkových směsí a pyré, hotových výrobků, exotických plodin a také méně obvyklé druhy, které jsou ve světě stále populárnější.

Naše produkty jsou vyrobené z nejkvalitnějších čerstvých plodin, proto se může zákazník spolehnout na deklarovanou kvalitu po celý kalendářní rok. Jsme jedničkou v produkci mražené zeleniny, ovoce a bylinek. Umíme zákazníkovi dodat téměř cokoli, na co si vzpomene.

Zákazníkům poskytujeme podporu v podobě Culinary Advisora (gastro poradce), který vždy poradí s výběrem vhodných produktů pro daný provoz, poradí se skladbou menu, kalkulacemi, či přijede osobně za zákazníkem a společně si vše ukážou v praxi.

... Bidfood?

Odpovídá Jan Kratina, marketingové oddělení Bidfood:

Od konkurence se lišíme především tím, že naši obchodní zástupci nejsou školeni pouze v prostých obchodních technikách a zbožíznalství, ale musí bezpodmínečně znát i problematiku, či dokonce legislativu institucionální gastronomie. Jejich prostřednictvím se Bidfood pro naše zákazníky stává partnerem, který umí nabídnout optimální řešení i poradit, jak s tou či onou surovinou pracovat pro nejlepší výsledek.

... Vitanu?

Odpovídá Marek Procházka, Foodservice Marketing Manager:

Jakožto zákazník Vitana FoodService se

Dotazované společnosti:

ARDO Mochov s.r.o.

Jan Horák, manažer marketingu

Bidfood Czech Republic s.r.o.

Jan Kratina, marketingové oddělení

Hollandia Karlovy Vary, s. r. o.

Jan Škoda, Corporate PR & Marketing Manager

Vitana, a.s.

Marek Procházka, Foodservice Marketing Manager

»

Jakožto zákazník Vitana FoodService se můžu spolehnout, že s jejich výrobky vždy připravím chutná jídla, která vyhoví náročným strážníkům i legislativním požadavkům.

(Vitana)

můžu spolehnout, že s jejich výrobky vždy připravím chutná jídla, která vyhoví náročným strážníkům i legislativním požadavkům. Kdykoliv se na ně můžu obrátit při hledání nové inspirace, rady ohledně legislativy nebo související problematiky.

... Hollandii?

Odpovídá Jan Škoda, Corporate PR & Marketing Manager HOPI HOLDING a. s., Hollandia Karlovy Vary, s. r. o.:

INZERCE



Skvělá chuť

Natur

VOLBA PROFESIONÁLŮ

TRADICE | INSPIRACE | KVALITA

Rád bych nejprve zmínil, že Hollandia je ryze česká firma. Většina lidí má značku Hollandia spojenou s kvalitou. Mohou být totiž zmateni jejím názvem a také v tom nejspíše hraje roli skutečnost, že je u nás kvalita často bohužel asociována spíše se zahraničními výrobky. Název Hollandia jsme zvolili proto, že původní výrobní linka byla dovezena z Holandska.

Co se týká složení našich produktů a procesu výroby, musím zdůraznit, že naše mléko neprochází procesem odebrání tuku (kvůli výrobě másla nebo smetany), jako se děje v jiných mlékárnách. Naši vlašskou loď jsou Selské jogurty, které byly prvním jogurtem zrajícím v kelímku na českém trhu. Dle řady nezávislých testů obsahují nejvyšší množství jogurtových bakterií.

Zakysané mléčné výrobky jsou vyráběny z mléka výběrové kvality. Bílé varianty neobsahují stabilizátory konzistence (např. škroby a želatinu), ovocné jogurty naopak obsahují vysoký podíl kusového ovoce. Jsme držitelem celosvětově uznávaného certifikátu IFS, což je záruka bezpečnosti a vysoké kvality potravin.

Unikátní můžeme být i díky tomu, že u nás pracují dvě generace místních lidí. Když bych to shrnul: tím, že si zákazníci zakoupí naše výrobky, dostanou velmi kvalitní produkt s přirozenou svěží chutí a zároveň mají jistotu, že je českého původu.

TOP 5 novinek ze společnosti Ardomochov

1. Nejúspěšnější novinkou 2017 byla a stále je **unikátní směs Smoothie**. Každá ze tří druhů obsahuje geniálně a harmonicky složenou směs ovoce, zeleniny a bylinek.
2. Z novinek 2018 je to určitě **směs grilované a supersladké kukuřice s fazolemi a grilovanou paprikou ochucenou kořením s chipotle papričkami**, kterou jsme nazvali Kukuřice Mexicana. Hodí se jako samostatná příloha, vložka do guláše, chilli con carne, do wrapu, na pizzu, či za studena do salátů.
3. Dále v novinkách 2018 máme další **unikátní bylinkovou směs**. Po oblíbených bylinkových směsích Smokey BBQ, Salsa Mexicana a směsi italských bylinek je to jedinečná směs „Thai Herb Mix“, která vás díky svému složení okamžitě přenesení do vzdáleného Thajska. Dominantou směsi jsou kastrové lístky, citronová tráva, zázvor, koriandr, chilli...
4. Také jako jediná máme v nabídce takzvanou **zeleninovou rýži**. Nejedná se o rýži, nýbrž o zeleninu, nakrájenou na malé kousky, připomínající rýži. V nabídce jsou tři druhy, Sweet Live, Green Wave a Cauli Power, která je konkrétně z květáku, zelené čočky a červené quinoi.
5. Další novinkou jsou **batátové wedges** (americké brambory ze sladkých brambor se slupkou), veganský Quinoa burger s kapustou, ananas z Kostariky a úžasné mango z Peru.



TOP 3 polotovary ze společnosti Bidfood

Vakuované maso upravené metodou sous vide

V první řadě nejnovější hit mezi „polotovary“, a to je maso upravené metodou sous vide (ve vakuu). Dokonale křehká a šťavnatá masa, ze kterých připravíte vše, na co si vzpomenete. Od tradičních českých omáček po grilované steaky. Zejména pro velké provozy nedocenitelné. Představte si, že přijdete jako kuchař ráno do práce a maso už na vás čeká hotové.

Obalované ryby

Dále jsou to obalované ryby, které lze díky unikátním obalovacím směsím připravovat i v konvektomatech a horkovzdušných troubách, tedy bez použití tuku.

Mletá masa a výrobky z nich

Mletá masa a výrobky z nich, které vyrábíme pod značkou GURMET. Mletá masa vyráběná jen z čerstvé a libové suroviny. Díky moderní technologii zpracování je opravdu radost s těmito produkty pracovat!

» Nejúspěšnější novinkou 2017 byla a stále je unikátní směs Smoothie. Každá ze tří druhů obsahuje geniálně a harmonicky složenou směs ovoce, zeleniny a bylinek.

(Ardomochov)

FOTO: FIREMNI

Rozhovor s Markem Procházkou ze společnosti Vitana

Naši nákupčí jezdí po světě a vybírají ty nejlepší suroviny

Čím se lišíte od konkurence?

Historie naší společnosti sahá až do dvacátých let minulého století. Naší výhodou je regionální původ a přizpůsobení potřebám zdejšího gastronomického trhu. Kvalita, pestrost nabídky, rychlost a ekonomická výhodnost při použití našich výrobků vychází z našich dlouholetých zkušeností v oblasti hromadného stravování. Proto je naším dnešním krédem Tradice – Inspirace – Kvalita.

Odkud berete suroviny na výrobu vašich produktů a proč?

Naše výrobky sice vyrábíme v ČR, ale suroviny vozíme z celého světa. Jak jsem zmiňoval, kvalita je pro nás velmi důležitá, a proto naši nákupčí jezdí po světě a vybírají opravdu ty nejlepší suroviny, které potom používáme při výrobě našich produktů.

Které produkty jdou nejvíce na odbyt a proč myslíte, že tomu tak je?

Vitana je v ČR jedničkou na trhu v prode-

ji koření. Jsem přesvědčený, že to je hlavně díky detailní znalosti našich zákazníků a jejich potřeb. Prostřednictvím našeho konceptu NATUR reagujeme na moderní trendy. Součástí tohoto konceptu jsou nejen zdravé potraviny, například luštěniny nebo moderní přílohy, jako je kuskus, bulgur nebo jáhly, ale také koření, protože jsme si vědomi, jak je důležité dobře a kvalitně tyto pokrmy ochutit. Ve spolupráci s našimi ambasadory, což jsou profesionální kuchaři, kteří pracují v různých typech provozoven hromadného stravování, připravujeme v rámci tohoto konceptu také recepty nebo konkrétní tipy z praxe a snažíme se inspirovat ostatní.

Máte nějaké novinky poslední doby, které byste chtěli představit?

Rád bych představil řadu kořenících směsí se sníženým obsahem soli, která je tu navíc mořská. Na tu navazuje novinka řady kořenících směsí s úplnou absencí soli. Další novinky, které se skvěle prodávají a kterými chceme



reagovat na zdravé trendy, jsou 100% ovocné sirupy bez přidaného cukru nebo ovocná pyré, která obsahují opět 100% ovoce a navíc jsou některá v bio kvalitě.

Co je základem kvality vaší produkce?

Samozřejmostí jsou moderní technologie, a jak jsem již zmiňoval, hlavně kvalitní suroviny.

» Vitana je v ČR jedničkou na trhu v prodeji koření. Jsem přesvědčený, že to je hlavně díky detailní znalosti našich zákazníků a jejich potřeb.

(Vitana)

Polotovar jako nová generace kvalitních surovin

Bojíme zaběhlé mýty týkající se kvality surovin a ptáme se, zda mohou být polotovary skutečně zdravé. Je možné je v dnešní době považovat za plnohodnotné potraviny, nebo stále platí, že se jedná o provizorní řešení pochybné kvality? Odpovídá Jan Kratina, marketingové oddělení Bidfood.

Domníváte se, že polotovary zapadají do konceptu zdravého stravování?

Už samotný výraz „polotovar“ zavání něčím nedobrým. Toto slovo, mimochodem český vynález, jsme si zvykli spojovat s různými dehydrovanými výrobky. Vlastně vše, na co lidská ruka sáhla, lze nazývat polotovarem. Od praných brambor či vyfiletovaných ryb po například hotové knedlíky. Takže pokud dokážeme odlišit kvalitní „polotovar“ od záhadné směsi éček a chemických sloučenin, která se za kvalitní polotovar vydává, pak rozhodně ano. Do jisté míry polotovary zapadají do konceptu zdravé výživy!

Mohou být polotovary vnímány jako plnohodnotné potraviny?

Opět platí, co již bylo řečeno. Odlišujeme kvalitní a nekvalitní polotovary. Víte, zamíchám-li „nějaký“ prášek s troškou vody, povařím a mám úžasnou polévku plnou zeleniny, asi něco nehraje. Je potřeba hledat na trhu opravdu kvalitní polotovary (nabídka je



vskutku velmi široká) na čistě přírodní bázi a ty pak můžeme směle nazývat plnohodnotnými potravinami. Vždyť celá řada „polotovarů“ je připravována podle tradičních receptur a stejným způsobem, jak si je připravíte i vy doma!

Jaké suroviny užíváte při přípravě polotovarů a proč?

Asi by bylo příliš snadné odpovědět „jen

ty nejlepší“, ale ono tomu skutečně tak je. U výrobků, které nesou naši značku (např. BANQUET – sous vide maso nebo CORONET – koření a koloniál), si zkrátka nemůžeme dovolit dělat něco napůl! Spotřebitel už od těchto značek očekává kvalitu a tu dokážeme zajistit jedině kvalitními surovinami a nejmodernější technologií. Není bez zajímavosti, že velká spousta našich výrobků je skutečně vyráběna ručně a podle tradičních postupů.

Co by kvalitní polotovar měl/neměl obsahovat?

Musí obsahovat pouze kvalitní suroviny, ze zbytků či výrobního „odpadu“ a separátu kvalitní produkt nevyrobíte.

V čem spočívá výhoda polotovarů a jejich užívání v kuchyni?

Především stálá kvalita. Když vám někde něco zachutná, ráda se tam vrátíte. Když pak ale to samé jídlo chutná úplně jinak, zkazí vám to náladu. Dalším velkým přínosem je ekonomická stránka. Jako majitel či vedoucí provozu vím přesně, kolik porcí vydávám ze skladu. A v neposlední řadě dnes tolik diskutovaná pracovní síla. „Polotovary“ pomohou přetíženému nebo neúplnému kuchařskému týmu uvolnit ruce a více se soustředit na tolik potřebnou kvalitu připravovaných pokrmů!

» Je potřeba hledat na trhu opravdu kvalitní polotovary na čistě přírodní bázi a ty pak můžeme směle nazývat plnohodnotnými potravinami.

(Bidfood)

INZERCE

Bidfood
... první volba pro gastronomii
představuje



Sous Vide
Ready-To-Eat

Plně tepelně opracované maso metodou Sous-Vide, vždy šťavnaté a ihned k dispozici

- ✓ Maso je naložené v jemné směsi koření a tepelně opracované unikátní metodou sous vide
- ✓ Neutrální chuť pro Vaši kreativitu, stálá konzistence a šťavnatost

- ✓ Každé balení obsahuje silný „výpek“, který můžete použít jako základ jakékoliv omáčky, či šťávy
- ✓ Univerzální použití
 - studená kuchyně - masové mísy, předkrmy
 - teplá kuchyně - do omáček, minutky, na gril



Kuřecí roláda se slaninou a špenátem

NEJPRODÁVANĚJŠÍ KUŘECÍ ROLÁDA V ČESKU!

Obsahuje 1/2 vykostěného kuřete, špenát, slaninu a náplň ze směsi mletého masa a šunkového salámu, stačí pouze krátce dopéct do zlaté barvy pečeného kuřete.

... stačí vyjmout z obalu a ohřát!

Kompletní sortiment a objednávky na cmujBidfood.cz nebo u Vašeho obchodního zástupce Bidfood!!

Moderní technologie pro velkokapacitní kuchyně: Zapomeňte na kompromisy, VSAĎTE NA VIZI

Navrhnout a zařídit kuchyni pro desítky až stovky strážníků není vůbec jednoduché. Do plánování vstupuje velké množství faktorů, které je potřeba zohlednit. Klíčovou roli hraje efektivní a ergonomické využití prostoru, legislativní a hygienické požadavky a v neposlední řadě promyšlený výběr vybavení a technologií.

TEXT: MARKÉTA JINDŘICHOVÁ

Profesionálně zpracovaný projekt je polovinou úspěchu

Většina provozovatelů gastronomických provozů i dodavatelů vybavení pro gastronomii se shoduje, že základem funkční kuchyně je promyšlený koncept a precizně zpracovaný projekt. Rozdíl mezi běžnou vývařovnou a moderní kuchyní spočívá podle Pavla Vokatého ze společnosti RETIGO v míře investice, kterou do ní majitel vloží, jaký je jeho úmysl podnikání a jaký má vztah ke gastronomii. Dnešní moderní kuchyně mají většinu zařízení z nerezové oceli, nechybí zde konvektomat, profesionální kombinované sporáky, šokové schlazovače či zmrazovače, kvalitně vybavené a oddělené skladové prostory, profesionální vybavení umývárny nádobí a samozřejmě i vhodné ergonomické uspořádání kuchyně. Vše s ohledem na kvalitu zpracování potravin, pracovní komfort, hygienu i úspory.

Virtuální vaření

„Moderní kuchyně musí být navržena tak, aby byl součet investičních a provozních nákladů co nejmenší. Takový projekt nelze zpracovat a navrhnout bez výpočtů, jen prostřednictvím odhadů. Výpočtem lze navrhnout kapacitu a velikosti skladů a mycí linku stolního a provozního nádobí. Metodou virtuálního vaření se navrhne optimální skladba varné technologie.“

(Jiří Válek, Mava)

INZERCE



Novinka



Plný rozsah.

Pro Vaši vysněnou kuchyni.

Velká kuchyně, malá kuchyně, mnoho jídel, méně jídel, rychlé občerstvení, bohatá večeře – bez ohledu na vaši výzvu, SelfCookingCenter® a CombiMaster® Plus mají odpověď.

Zjistěte více:
rational-online.com a
ConnectedCooking.com

RATIONAL

Za jedny peníze spousta muziky

Vložíte surovinu, na dotykové obrazovce stisknete její označení, a přístroj už z ní udělá přesně to, co má. To není sci-fi, přesně takhle funguje technologie SelfCookingCenter® společnosti RATIONAL. Umí péct, vařit i smažit a přitom zabere jen minimum místa.

Investice do zařízení SelfCookingCenter® umožní připravit na minimální ploše neuvěřitelné množství pečiva i různého drobného občerstvení. Inteligentní systém zvládá přípravu koláčů, chleba, housek, kynutého pečiva i sladkého nebo pikantního drobného pečiva. Můžete tak nabízet čerstvé pečivo, aniž byste potřebovali hledat schopného pekaře – stačí někoho, kdo umí otevřít dvířka a zmáčknout knoflík. Obsluze stačí jen nastavit požadovaný výsledek pečení (zda má být pečivo upečené dozlatova nebo má mít spíše tmavší barvu, zda má mít křupavou nebo měkkou kůrku), o vše ostatní už se postará SelfCookingCenter®. Jde o jedinečný inteligentní systém, který sám „cítí“, co je třeba k dosažení požadovaného výsledku udělat. Přijímá nezbytná rozhodnutí a optimálně přizpůsobuje teplotu, rychlost proudění vzduchu, vlhkost, intenzitu skrácení i dobu přípravy potřebám daného druhu pečiva či jiných připravovaných pokrmů.

Se SelfCookingCenter® je ale možné připravovat na jedno stisknutí tlačítka i pestrou paletu dalších pokrmů, nejen



pečiva: od křupavé pizzy přes chutné burgery, šťavnaté nugety či řízky až po hranolky. Pomocí něho je možné snadno a rychle vykouzlit například bohatou nabídku snídaňového menu – od housek až po klobásky, od sázených vajec přes omeletu až po lívance – tak snadno, že to zvládne i člověk, který o kuchařině nic neví a neprošel ani nějakým zdoluhavým zaškolováním. Stejně tak lze díky funkci finishing s pomocí Self-CookingCenter® vykouzlit i obědové menu. Předpřipravené „hotovky“ zchladené v šokéru se díky této funkci během několika minut ohřejí na servírovací teplotu a mohou tak být vydávány ve vysoké kvalitě a v množství, které přesně koresponduje s poptávkou.



Pavel Vokatý
Retigo



Jaroslav Černý
Alba Hořovice



Jiří Sixta
RM Gastro



Petr Gočál
Hofmann Bohemia



Jiří Válek
MAVA

» Správným použitím konvektomatu dosáhnete menší spotřeby tuku, větší výtěžnosti masa, lepší chuti díky šetrné úpravě v páře nebo při nízké teplotě. Pokrmy jsou zdravější, svěží, mají přirozené barvy a jsou plné vitaminů a minerálních látek. (Retigo)

Nová éra varných technologií

Jiří Sixta ze společnosti RM Gastro je přesvědčený, že se moderní velkokapacitní provoz neobejde bez konvektomatu, šokeru, vakuovačky a regenerátoru, protože kuchaři potřebují snadno udržovat a upravovat potraviny. Vakuované potraviny si déle uchovávají své aroma, chuť a obsah vitaminů a minerálů. Moderní kuchyně nemají prostor pro zbytečné činnosti a potřebují uživatelsky příjemné ovládání. Proto je u řady konvektomatů uživatelské rozhraní, které umožní co nejrychlejší spuštění a konvektomat okamžitě vaří za vás. Díky tomu lze připravit mnoho porcí jídla při minimálních nárocích na obsluhu.

Moderní kuchyně používá na rozdíl od klasické kuchyně informační technologie. Například vybavení společnosti HOFMANN BOHEMIA umožňuje sledování procesů a řízení konvektomatu přes mobilní apli-

Úspora energií

„U konvektomatů se trendy uchylují k tématům úspory energie, moderního ovládání dotykem, originálního a funkčního designu a možnosti práce s daty, která používáním konvektomatů vznikají (recepty, HACCP data, servisní případy apod.).“

(Pavel Vokatý - Retigo)

kaci, komerční chlazení v energetické třídě A s ohledem na vyšší úsporu energie, automatické sledování provozu a hlášení závad zařízení servisním firmám nebo online sledování jejich provozu. Novinkou je také

orientace na úsporu energie a času. Existují stroje, které usnadňují práci kuchařům tím, že přebírají některé jejich činnosti. Podle průběžného vyhodnocování aktuálního procesu zpracování potravin je pak další postup řízen automaticky. Dále jsou to moderní přístroje, které umožňují zpracovávat potraviny při snížené spotřebě tuků.

Co v kuchyni nesmí chybět

Kromě konvektomatů a varen určitě nesmí chybět univerzální hnětací a šlehací stroj. Nezbytné jsou varné kotle pro přípravu velkého objemu polévek, gulášů nebo těstovin. Na smažení a přípravu omáček je vhodná pánev. A samozřejmě nesmí chybět mycí stroje o vhodné kapacitě. Jaroslav Černý z Alba Hořovice oceňuje, že se konečně začínají prosazovat přístroje, které se snadno obsluhují a jsou ekonomicky výhodné z dlouhodobého hlediska. Šetří energii a mají dlouhou život-

INZERCE



FOR GASTRO
& HOTEL

VISION

ČESKÉ KONVEKTOMATY
SVĚTOVÉHO JMÉNA

4.–7. 10. 2018

PVA Praha Letňany | Hala 1

retigo®

www.retigo.cz

nost. Čím dál více jsou vidět indukční technologie, které mají až o 80 % vyšší účinnost oproti klasickým elektrickým plotnám. Většina provozovatelů velkokapacitních kuchyní se shoduje, že i přes vyšší pořizovací cenu se investice do úsporných strojů většinou rychle vrátí.

Bez chlazení a mražení to nejde

Někdy nastane situace, kdy je nutné zvýšit kapacitu kuchyně a jídlo uvařit dopředu. Pak je potřeba jej uchovat v chladu nebo zamrazit prostřednictvím nejrůznějších technologií. „V oblasti inovací bych určitě zmínil multifunkční zařízení Infinity, které zastoupí až 7 samostatných zařízení. Umožní šokové zchlazení nebo zmrazení, udržování chlazených anebo mražených potravin, ale také rozmrazení, nízkoteplotní úpravu pokrmů a kynutí. Skutečnou revolucí je kombinování cyklů v rámci jednoho procesu, který lze spustit kontinuálně a bez nutnosti další obsluhy. Přes noc tak můžete nastavit cyklus rozmrazení, vaření a chlazení. Díky omezené manipulaci s potravinami je zaručena maximální hygienická bezpečnost připraveného pokrmu,“ uvádí Jiří Sixta z RM Gastro.

Kdo bude mýt nádobí?

Ve velkokapacitních kuchyních se zašpiní nemalé množství nádobí. To vedlo výrobce mycích technologií ke zvýšení mycích kapacit, ale také k ekologizaci a úspoře energií při mytí. „Moderní myčky nádobí jsou šetrnější nejen z pohledu používané mycí a oplachové chemie, ale také v množství spotřebované vody a elektrické energie,“ popisuje současnou situaci Jiří Sixta z RM Gastro. Je kladen důraz na robustnost a životnost přístrojů, které musí vydržet dlouhodobý provoz pod velkou zátěží. Druhým faktorem je důraz na ergonomii a ekonomiku provozu. „Při dnešním nedostatku personálu se prosazují i dražší technologie, které šetří lidskou práci,“ dodává Jaroslav Černý z Alba Hořovice.

Co přinese budoucnost?

Budoucnost bude patřit chytrým technologiím a rovněž do gastronomie vstoupí Internet of things. Podobně jako se v současnosti staví chytré domy, v budoucnu se budou projektovat chytré kuchyně. Kromě pokročilých technologií se Jiří Sixta z RM Gastro domnívá, že v budoucnu dosáhnou svého vrcholu trendy, které jsou patrné už nyní. Na mysl má konkrétně nízkoteplotní úpravu pokrmů, front cooking nebo molekulární kuchyni. V budoucnu podle něj vyvrcholí také aktuální tendence, kdy kuchaři a majitelé provozů kladou důraz nejen na rozmanitost a sezónnost používaných surovin, ale i jejich vzájemnou souhru.

4 oblasti

„Vybavení a technologií velkokapacitní kuchyně můžeme rozdělit do 4 základních oblastí – tepelné zpracování v konvektomatu, vaření na indukci, kvalitní chlazení s nízkými energetickými nároky a nakonec ekonomické mytí nádobí.“

(Petr Gočál, Hofmann Bohemia partner gastronomie)

Obecně panuje přesvědčení, že budoucnost přinese efektivnější kombinaci předpřipravených surovin od dodavatelů (např. kuchyňsky upravené maso, loupané brambory, prané saláty aj.) s moderní technologií. Díky tomu se sníží náklady na pracovní sílu a bude možné prokazatelně sledovat náklady na pořízení surovin a úsporu energií. Jaroslav Černý z Alba Hořovic k tomu dodává, že v budoucnu také očekává důraz na maximální hygienu, ekonomiku provozu a s tím související návratnost investice.

rozhovor

Největší význam má dobře zpracovaná projektová dokumentace

Ing. Jiří Válek, autorizovaný inženýr v oboru technologická zařízení staveb (společnost MAVa)

Jaká je podle vás definice moderní velkokapacitní kuchyně?

Slovo „moderní“ pro mě znamená optimální velikost všech prostor, vybavení varny multifunkčními zařízeními a optimální návrh mytí stolního a provozního nádobí. Největší význam má dobře zpracovaná projektová dokumentace. Současně s tím musí projekt moderní kuchyně splňovat celou řadu hygienických předpisů, norem pro pracovní prostředí a bezpečnost práce. Dalším důležitým krokem k navržení moderní kuchyně je volba jednotlivých zařízení kuchyně. Největší důraz klademe na vybavení varny, k čemuž použijeme metodu „virtuální vaření“.

Promění se v budoucnu velkokapacitní kuchyně?

Jsem přesvědčený, že v budoucnosti se budou ve velkokapacitních kuchyních výrazně více používat moderní technologie. Představte si například kuchyni, která bude řízena třeba z mobilního telefonu. Podle toho, zda a jak se bude v jednotlivých místnostech pracovat, bude automaticky ovládáno větrání, svícení a topení. Například když bude ve varně v provozu 10 kusů strojů, bude se větrat na 100 % výkonu. V případě, že budou v provozu 2 stroje, bude se větrat na 20 % výkonu. Tato změna si vyžádá mnohem odbornější přístup a znalosti projektantů kuchyně, kteří připravují koncept i pro ostatní projektanty.

Myslím si, že další změna bude i ve větší připravenosti surovin. Potenciál vidím ve vyšším stupni zpracování surovin, a to z toho důvodu, že stroje dynamické přípravy do kuchyně jsou drahé a mají využití v minutách, maximálně do hodiny. Pracovní síla bude nedostatkem nebo drahá. Například dodavatel zeleniny může nasadit velkokapacitní stroje a využívat je 8 až 16 hodin. Díky tomu budou náklady na zpracovanou zeleninu u dodavatele výrazně nižší než v samotné kuchyni.

Co považujete za největší inovaci v oblasti technologií pro moderní velkokapacitní kuchyně?

Nejedná se o největší novinku, ale hodně moderní a úsporné zařízení je granulová myčka provozního nádobí. Tato myčka umyje velmi připečenou gastronomickou dobu za 3 až 5 minut bez ručního předmytí. Tím se spoří ruční práce, teplá voda a chemie. Návratnost investice do tohoto zařízení je v řádu 2 až 3 let. Myčka je na trhu poměrně dlouho, ale teprve teď se jí dostává zasloužené pozornosti.

» Jsem přesvědčený, že v budoucnosti se budou ve velkokapacitních kuchyních výrazně více používat moderní technologie.



Tiráž:

MODERNÍ JÍDELNA – noviny pro velkokapacitní jídelny, VYDAVATEL: 1. Press Real Group, spol. s r.o., vydavatel B2B titulů: Svět H&G, Svět HORECA, Svět OBCHODU, Svět BARMANŮ, MODERNÍ JÍDELNA, Svět 55plus, IČO: 2845997, DIČ: CZ2845997. ADRESA REDAKCE: Těšnov 5, 110 00 Praha 1. SPOJENÍ: www.svethg.cz. ŠÉFREDAKTOR: Jaroslava Chudá – chuda@lprg.cz, PŘÍJEM INZERCE: Martin Kolesár, gsm: 724 990 646, e-mail: kolesar@lprg.cz. AUTORIZACE: MK ČR E 23116, povoleno Ministerstvem kultury ČR. Redakcí nevyžádané rukopisy, fotografie a kresby se nevracejí. Za věcnou správnost textů a obsah článků odpovídají autoři. Texty označené zkratkou -PR- jsou placenou inzercí, za text a obsah inzerátů odpovídají zadavatelé ČR. Redakcí zveřejněné příspěvky nemusejí vyjadřovat názor redakce. Publikování nebo šíření jakéhokoli materiálu z časopisu či týdeního zpravodajství bez písemného souhlasu vydavatele je zakázáno. Vydavatel si vyhrazuje právo publikované materiály zveřejnit na internetu.

anketa

Jaké jsou největší (ne) výhody konvektomatu?

Pavel Vokatý – RETIGO:

Konvektomat přináší nejen zjednodušení a zrychlení práce pro kuchaře, ale i jiný pohled na gastronomii, potraviny, jejich úpravu, výslednou chuť a kvalitu. Správným používáním dosáhnete menší spotřeby tuku, větší výtěžnosti masa, lepší chuti díky šetrné úpravě v páře nebo při nízké teplotě. Pokrmy jsou zdravější, svěží, mají přirozené barvy a jsou plné vitaminů a minerálních látek. Díky tomu je spokojenější personál i zákazníci. Navíc čas, který kuchař ušetří, může věnovat jiným činnostem. Práci jako takovou konvektomaty šetří hlavně tím, že jsou multifunkční a mají velkou kapacitu. Například 60 řízků v konvektomatu usmažíte zhruba za 12 minut. Vše najednou, jeden řízek jako druhý a bez zbytečné spotřeby tuku. Ve fritéze budete takové množství dělat mnohem déle při neporovnatelné spotřebě tuku. Navíc výsledná kvalita prvního a posledního usmaženého řízku bude neporovnatelná. V konvektomatu jsou dále funkce jako vaření nebo pečení přes noc, kdy se zase šetří čas tím, že část přípravy je udělaná přes noc a ráno je navařeno.

„Výhodu určitě vidím v rychlosti vaření a jednoduchosti obsluhy, zachování barvy, chuti a živin potravin, ve variabilitě možných nastavení, ale také v úspoře vody a energií.“

(Jiří Sixta – RM Gastro)

Jaroslav Černý – Alba Hořovice:

Konvektomat je extrémně užitečný a univerzální přístroj pro širokou paletu jídel. Jako takový má ale jistá omezení. Ekonomicky není příliš vhodný pro přípravu minutkové kuchyně a chybí mu určitá flexibilita. Na limity lze narazit u jídel, se kterými je třeba často manipulovat, jako jsou třeba základy omáček. Tam je výhodnější užití jiných přístrojů.

Petr Gočál – HOFMANN BOHEMIA:

Největší (ne)výhodou je změna organizace práce a nutnost naučit personál plně využívat všech funkcí moderního zařízení. Konvektomat šetří čas, suroviny, energii a pracovní

sílu. Při použití moderní technologie dochází ke zlepšení ekonomiky provozu, zvyšuje se kvalita výsledného produktu (zachování vitaminů a nutričních hodnot) a dochází ke zlepšení hygienických standardů.

Jiří Sixta – RM Gastro:

Výhodu určitě vidím v rychlosti vaření a jednoduchosti obsluhy, zachování barvy, chuti a živin potravin, ve variabilitě možných nastavení, ale také v úspoře vody a energií. Je možné, že někteří kuchaři a kuchařky budou ze začátku přistupovat k ovládání konvektomatu ostýchavě. Jde však pouze o zvyk.

Jiří Válek – MAVA:

Mezi hlavní výhody konvektomatu patří nižší ztráta hmotnosti masa a nižší spotřeba energie. Konvektomat na ploše 1 m² uvaří například 80 kg brambor (320 porcí za 40 minut), 35 kg rýže (175 porcí za 30 minut), 200 přírodních řízků (200 porcí za 15 minut) nebo 50 šišek houskových knedlíků (312 porcí za 20 minut). To sebelepší sporák nezvládne ani za dvojnásobný čas.

» Při použití moderní technologie dochází ke zlepšení ekonomiky provozu, zvyšuje se kvalita výsledného produktu a dochází ke zlepšení hygienických standardů.
(Hofmann Bohemia)

INZERCE

Tradiční varné linky RM 700 a RM 900

Moderní technologie jako konvektomaty, regenerátory nebo Holdbox jsou součástí nejedné kuchyně současnosti. Klasické linky s varnou, fritézami a grilovacími deskami však zcela nenahrazují. Moderní a tradiční způsob vaření tak společně následují globální trend, kterým je fungovat efektivně a s kvalitním výsledkem. To platí také pro gastronomické provozy s výdejem více jak 200 porcí jídel za den. **Linky řady RM 700 a RM 900** jsou ideální řešením, které splňují zmíněné požadavky. U všech linek RM je kladen důraz na **úsporu času dosaženou optimálním výkonem a vysokou odolnost proti opotřebení** díky užití kvalitních nerezových materiálů a robustní konstrukci. Vysoká odolnost vůči korozi je zajištěna použitím kvalitní nerezové oceli AISI 304. Každý zaměstnanec Vaší kuchyně určitě ocení zaoblené rohy a hygienické prolisy, díky kterým se **zkracuje doba každodenní údržby**. Vaření nikdy nebylo jednodušší. Linky RM svou perfektní ergonomií umožňují **snadné ovládání**, maximální přístup k celkové pracovní ploše, a tím zajišťují profesionalitu při přípravě pokrmů.

Linky značky RM jsou ideálním řešením pro profesionální velkokapacitní kuchyně. Pokud se váš denní výdej jídel pohybuje **do 300 porcí**, zvolte **linku RM 700**. V **případě většího objemu** výdeje bude vašim potřebám vyhovovat **linka RM 900**.



Předností linek RM 700 a 900 nejsou jen jejich technické parametry a konstrukční řešení, ale také **variabilita modulů**, ze kterých je možné linku sestavit. Při instalaci modulů standardizovaných rozměrů 400, 600, 800 a 1200 (u RM řady 900 dokonce 1600) do centrálního bloku lze sestavit jednu stranu z modulů linky RM 700 a na straně druhé z linky RM 900. Každá kuchyně je tak unikátem.

RM Gastro na FOR GASTRO & HOTEL 2018

Přemýšlíte o koupi nového zařízení do své kuchyně? Potřebujete poradit? Máte již vybrané konkrétní zařízení od RM Gastro a chcete jej vidět v provozu a naživo?

FOR GASTRO & HOTEL

Přijďte se podívat na stánek RM Gastro na výstavě FOR GASTRO & HOTEL 2018, který se koná v PVA Letňany ve dnech 4. – 7. října 2018. Více informací o účasti RM Gastro na výstavě najdete na stránkách www.rmgastro.cz. Těšíme se na Vás!

RM Gastro CZ s.r.o.
Náchodská 16
193 00 • Praha 9

www.rmgastro.cz



InterGast

PRODUKT



**S MOŽNOSTÍ PRODEJE NA SPLÁTKY
cena již od 184 900 Kč bez DPH**

KONVEKTOMAT



S NEJVĚTŠÍM PROSTOREM
A VÝKONEM STVOŘENÝ
PRO ČESKOU KLASIKU!

Přijďte si **ZDARMA VYZKOUŠET** přímo ve Vašem regionu.
Volejte na +420 607 794 557 nebo pište na pistorova@intergast.cz
a rezervujte si včas svoje místo na vaření s námi.