

## **Vážení rodiče,**

vzhledem k níže uvedené legislativě také my musíme značit alergeny (viz jejich soupis str. 3) v jednotlivých jídlech připravovaných v naší kuchyni.

Seznam receptur používaných v kuchyni naší MŠ s vypsanými alergeny je umístěn na těchto webových stránkách nebo bude k dispozici v kanceláři vedoucí školní jídelny k nahlédnutí.

V případě, že zdravotní stav vašeho dítěte bude vyžadovat úpravu zhotovovaných jídel – intolerance nebo alergie na určitou potravinu, musím Vás **požádat o lékařskou zprávu o nutnosti vyloučit danou potravinu ze stravování**. V případě, že nebude Vaše žádost podložena lékařskou zprávou, nebudeme bohužel moci vyloučení Vámi požadované potraviny akceptovat. Výjimky ve stravování musíme spolu ústně projednat a provést z tohoto rozhovoru zápis:

### **Individuální způsob stravování**

Vzhledem k nutnosti dodržování individuálního způsobu stravování u dítěte:

..... třída: .....  
je nutné vyloučit tyto potraviny: .....

.....  
byl domluven s vedoucí školní jídelny, hlavní kuchařkou a pomocnou kuchařkou tento postup při přípravě jídel:

1/ rodičům bude zasílán emailem týden předem jídelníček k popisu jednotlivých jídel vzhledem ke stravovacím potřebám dítěte; tento jídelníček s komentářem bude předán rodičem vedoucí školní jídelny (emailem nebo osobně), dále jej dostanou kuchařky + paní učitelky v kmenové třídě dítěte

2/ vedoucí školní jídelny, kuchařky a učitelky ve třídě budou seznámeny s potravinami, které je nutno při stravování vyloučit - písemný seznam - bude uložen v kuchyni a jednotlivých kuchyňkách ve třídách

3/ k dispozici budou k nahlédnutí receptury jídel s rozpisem používaných potravin - soupis receptur s uvedenými alergeny bude umístěn na webových stránkách MŠ [www.dicams.cz](http://www.dicams.cz) během měsíce září

4/ v případě nejasností s komentářem v jídelníčku bude problém konzultován s rodičem ráno při nástupu dítěte do MŠ

Svým podpisem potvrzuji souhlas s tímto postupem dodržování pravidel při zajištění individuálního způsobu stravování.

V případě, že bude nutné u Vašeho dítěte dodržovat **individuální způsob** stravování, prosím Vás o konzultaci. Navštivte mne v kanceláři MŠ ještě před nástupem Vašeho dítěte do MŠ.

Vyhnálková Anna, vedoucí stravování, kancelář MŠ, tel 241 470 291, 721 983 270

.....  
**Označování alergenů je legislativně stanoveno od 13.12.2014 v souladu s potravinovým právem.**

### **Odvolání na legislativu:**

**EU – 2000/13 do 13.12.2014 a pak nahrazena 1169/2011 EU článek 21 ČR – Vyhláška 113/2005 Sb. O způsobu označování potravin a tabákových výrobků, § 8 odstavec 10.**

**Předpisy stanovují specifické požadavky na označování alergenových složek, u kterých je vědecky prokázáno, že vyvolávají u spotřebitelů alergie nebo nesnášenlivosti představující nebezpečí pro**

**zdraví. Je tedy požadováno, aby veškeré složky byly zřetelně označeny názvem příslušné alergenní složky, pokud není přímo v názvu potraviny nebo jídla.**

### **Vyjádření ministerstva zemědělství:**

Poskytování informací o alergenech v případě nebalených potravin tj. i pokrmů stanovuje čl. 44 odst. 1 a) nařízení 1169/2011 o poskytování informací o potravinách spotřebitelům. Nařízení nabylo účinnosti 13. prosince 2014.

Komentář ke zmíněnému ustanovení naleznete v bodech 2.5.1 až 2.5.3 dokumentu otázek a odpovědí k nařízení 1169 na této stránce:

[http://ec.europa.eu/food/food/labellingnutrition/foodlabelling/proposed\\_legislation\\_en.htm](http://ec.europa.eu/food/food/labellingnutrition/foodlabelling/proposed_legislation_en.htm)

Označování pokrmů spadá do gesce Ministerstva zdravotnictví.

## **ALERGENY V POTRAVINÁCH**

### **Specifikace alergenů**

**Různé druhy alergií postihují až 30% populace a na alergii není lék.**

**Každý jedinec musí zjistit podle příznaků, jaké potraviny se přístě vyvarovat, jediné voda není alergenní.**

#### **Vysvětlení**

Alergeny jsou přirozeně vyskytující látky bílkovinné povahy, které způsobují u přecitlivělých jedinců nepřiměřenou reakce imunitního systému (IS), která může vyústit až anafylaktickým šokem. V podstatě se jedná o poruchy imunity, kdy normálně neškodné látky fungují negativně - jako alergeny a jsou napadány imunologickou obranou organismu.

#### **Alergická reakce**

Spočívá v tom, že IS reaguje tvorbou protilátek – bílkovin, které se specificky navazují na alergeny a tak je deaktivují a vylučují z organismu. Existují různé druhy protilátek, jedna z nich, která vyvolává alergické reakce je Imunoglobín E = IgE. Protilátka IgE se sama váže na alergeny a vyvolává alergickou odezvu. Při alergické reakci zajišťuje IgE uvolňování signálních molekul do krevního řečiště, čímž okamžitě vyvolává symptomy typické pro potravní alergii. Nástup je rychlý po požití nebo přítomnosti v prostředí. **Zpravidla 1 hodinu po požití.**

#### **Projevy alergické reakce**

Mezi ně patří kýchání, svědění, kopřivka, otoky, nadýmání, dýchací potíže, svědění rtů a úst, nevolnost, křeče, průjemy - to je výčet relativně mírné reakci, může ale vyústit výjimečně k anafylaktickému šoku. **Většinou zanikají v souladu s narůstajícími roky.**

#### **Intolerance – averze**

Je to též nepříjemná reakce, její nástup trvá delší dobu a projevuje se nadýmáním, průjemem nebo zácpou. Symptomy potravinové intolerance vznikají delší dobu a nezahrnují imunitní odezvu. – nadýmání, průjem anebo zácpou. Nejedná se o alergickou reakci.

### **Prahové hodnoty**

Minimální množství alergenu nezbytného pro vyvolání alergické reakce se označuje jako prahová hodnota. Každý jedinec má jiný práh, takže nelze objektivně stanovit univerzální hodnotu.

### **Běžné potravinové alergeny**

Mohou vyvolat všechny potraviny, **ale EU specifikovalo 14 hlavních potenciálních alergenů, které podléhají legislativnímu značení.**

Za další alergeny lze považovat též jablka, hrušky, meruňky, broskve, jahody, rajčata, špenát, aromatické byliny, **ale ty neznačíme.**

## **Seznam potravinových alergenů, které podléhají legislativnímu označování dle směrnice 1169/11 EU**

---

- 1) Obiloviny obsahující lepek a výrobky z nich**
- 2) Korýši a výrobky z nich - patří mezi potraviny ohrožující život**
- 3) Vejce a výrobky z nich - patří mezi potraviny ohrožující život**
- 4) Ryby a výrobky z nich**
- 5) Podzemnice olejná (arašídy) a výrobky z nich - patří mezi potraviny ohrožující život**
- 6) Sójové boby (sója) a výrobky z nich**
- 7) Mléko a výrobky z něj - patří mezi potraviny ohrožující život**
- 8) Skořápkové plody a výrobky z nich – jedná se o všechny druhy ořechů**
- 9) Celer a výrobky z něj**
- 10) Hořčice a výrobky z ní**
- 11) Sezamová semena (sezam) a výrobky z nich**
- 12) Oxid siřičitý a siřičitany v koncentracích vyšších než 10 mg, ml/kg, l, vyjádřeno SO<sub>2</sub>**

### **13) Vlčí bob (LUPINA) a výrobky z něj**

### **14) Měkkýši a výrobky z nich**

## **Označení nebalených potravin = zhotovených pokrmů ve školních jídelnách**

### **Značení alergenů je pouze informační požadavek**

Tato povinnost se týká všech výrobců potravin, všech článků veřejného stravování, jako např. restaurací, jídelen, nemocnic, sociálních ústavů, prodejen, pekáren atd. Od 13.12.2014 je povinnost při nákupu potravinářských výrobků nebo jídel ve veřejném stravování vyznačit u výrobku stanovený alergen, který obsahuje.

**Školním jídelnám se v tomto ohledu nechává prostor při aplikaci tohoto ustanovení, zejména s ohledem na charakter a druh konkrétního školského zařízení, kterého se označení přítomnosti alergenní složky týká.**

**Zákonné ustanovení určuje vedoucím jídelen „jasně a zřetelně označit“**, není sice nijak blíže specifikováno, lze však obecně odvodit, že se jedná o takové označení, které bude strávnicka dostatečně jasným způsobem informovat o tom, že je alergenní složka v potravine přítomna nebo že některá složka pochází z alergenů, uvedeném ve zmíněném seznamu legislativně značených alergenů.

**Školní jídelna je povinna označit vyrobený pokrm alergenní složkou, ale nebude brát zřetel na jednotlivé přecitlivělosti strávníků. Tuto skutečnost si musí každý strávník sám uhlídat. Není možné se věnovat při výrobě jídel strávníkům s potravinovou alergií jednotlivě, takže případným žádostem nebude vyhověno. Jídelna má pouze funkci informační tak, jako každý výrobce potravin a pokrmů.**

Označení přítomnosti alergenů bude vyznačeno na jídelním lístku slovně nebo číslem označující alergen. Pokud bude zvolené číselné značení, bude v blízkosti jídelního lístku seznam legislativně stanovených alergenů s označením čísla, které je přeneseno na jídelní lístek. Přítomnost alergenů bude přenesena z receptur a ingrediencí, které byly použity při výrobě jednotlivých pokrmů ve školní jídelně.

**Rodičovská veřejnost bude informována na rodičovských schůzkách, metodický materiál bude dostatečně s předstihem umístěn na web školy tak, aby mohly být nejasnosti v uvádění alergenů včas odbornými pracovníky vysvětleny. Nelze se při výrobě snídaní, přesnídávek, obědů, svačin nebo večeří při počtu 20, 50, 100, 500, 1000, 1200 strávníků věnovat jednotlivcům se svoji přecitlivělostí na některý alergen. Školní stravování zajišťuje stravování dětí, žáků a studentů podle jednotlivých věkových kategorií a výživových požadavků. Nelze spojovat dietní stravování s přecitlivělostí na některý alergen.**

# Ukázka jídelního lístku s označením alergenů od 1.9.2014

## J Í D E L N Í Č E K

týden od: 25.8.2014 do: 29.8.2014

		<b>alergen dle tabulky (viz soupis výše)</b>
<b>pondělí</b>		
svačina:	chléb, sýrová pomazánka, rajče, čaj s citronem	1,7,3
polévka:	bramborová	1,3,9
hlavní jídlo:	těstoviny sypané tvarohem, ovocný čaj, banán	1,3,7
svačina:	houska, pažitkové pomazánkové máslo, mrkev, mléko	1,7
<b>úterý</b>		
svačina:	loupák, kakao	1,7
polévka:	květáková	1,9
hlavní jídlo:	brambory, dušený špenát, sázené vejce, dobrá voda se sirupem, müsli tyčinka	1,3,7
svačina:	dalamánek, celerová pomazánka, čínské zelí, čaj s citronem	1,7,9
<b>středa</b>		
svačina:	veka, Lučina s kedlubnou, bílá káva	1,7
polévka:	zeleninová s jáhly	9
hlavní jídlo:	celozrnné špagety po milánsku, strouhaný eidam, švestkový kompot, ovocný čaj	1,2,3,7,
svačina:	chléb, budapešťská pomazánka, mléko, rajče	1,7