

Příloha č. 2 k vyhlášce č. 350/2021 Sb.

Výživové normy pro děti od 1 roku věku do 3 let věku

Průměrná měsíční spotřeba vybraných druhů potravin na strážníka a den v gramech.

	Přesnídávka Oběd Svačina	Celodenní stravování
Maso	40	70
Ryby	6	10
Mléko tekuté	300	500
Mléčné výrobky	50	80
Zelenina	90	150
Ovoce	110	183
Brambory	80	130
Luštěniny	10	15
Tuky volné	15	25
Cukr volný	10	17

1. Průměrná spotřeba potravin musí být vypočtena ze základního sortimentu potravin tak, aby bylo zajištěno dosažení příslušných výživových norem. Průměrná spotřeba potravin musí být uvedena v hodnotách „jak nakoupeno“ a musí být do ní zahrnut i přirozený odpad čištěním a dalším zpracováním. Je-li poskytována strava v rozsahu pěti denních jídel, počítá se z celkové denní výživové dávky v průměru 18 % na snídani, 15 % na přesnídávku, 35 % na oběd, 10 % na svačinu a 22 % na večeři.
2. Rozsah a druh poskytovaných stravovacích služeb musí být stanoven podle délky pobytu dítěte v dětské skupině.
3. Spotřeba potravin musí odpovídat měsíčnímu průměru s přípustnou tolerancí +/-25 % s výjimkou tuků a cukru, kde množství volných tuků a volného cukru uvedené v tabulce představuje horní hranici, kterou lze snížit. Poměr spotřeby rostlinných a živočišných tuků musí činit přibližně 1:1 s důrazem na zvyšování podílu tuků rostlinného původu.
4. Při propočtu průměrné spotřeby se musí hmotnost sterilované a mražené zeleniny násobit koeficientem 1,42 a hmotnost sušené zeleniny se musí násobit koeficientem 10.
5. Formule s upraveným kravským mlékem mohou být podávány jen se souhlasem rodiče dítěte podle tolerance dítěte.

6. Součástí každého podávaného denního jídla musí být vždy nápoj, v nabídce musí být také pitná voda a neslazené nápoje. Nesmí být zařazovány nápoje sycené oxidem uhličitým, nápoje kolové a silně slazené nápoje.
7. K dosažení žádoucích hodnot vitamínu C musí být zařazeny do jídelníčku nápoje, kompoty a zeleninové saláty s přísadkou vitamínu C. Denně musí být podáváno čerstvé ovoce.
8. Strava musí být mechanicky upravena s ohledem na individuální možnosti a potřeby dítěte.
9. Nesmí být zařazovány uzeniny, ořechy a smažené bramborové výrobky, semena, houby, zrající sýry, instantní pokrmy s glutamátem sodným, silně kořeněné potraviny, konzervované pokrmy určené pro dospělé a pokrmy ze syrových vajec a syrového masa.
10. Ryby musí být zařazovány převážně ve formě pomazánek.
11. Luštěniny musí být podávány pouze tepelně upravené a převážně jako součást polévek a pomazánek.
12. Sůl a koření musí být používány omezeně. Vyloučeno musí být dráždivé, pálivé, zrnité, tekuté nebo sypké koření a koření směsí.
13. K přípravě umělé mléčné výživy musí být použita balená kojenecká voda nebo voda, která odpovídá ve všech ukazatelích požadavkům na pitnou vodu, zejména pokud jde o dusitany a dusičnany.
14. Laktoovegetariánská výživa může být poskytována dítěti do 3 let věku jen se souhlasem poskytovatele a rodiče dítěte za podmínky, že doporučený příjem surovin na přesnídávku, oběd a svačinu je následující: mléko 350 g, mléčné výrobky 50 g, zelenina 110 g, ovoce 110 g, brambory 100 g, luštěniny 10 g, tuky volné 15 g, cukr volný 10 g, vejce 30 g.