Materiálno – spotrebné normy a receptúry,
ktoré charakterizujú príslušnú územnú oblasť
pre školské stravovanie 2011 – aktualizácia princípov aplikácií 2012

1. Všeobecné princípy aplikácie materiálno – spotrebných noriem a receptúr:

- pri výbere potravín a surovín zohľadňovať ich sezónnosť, najvyššiu kvalitu a preferovať potravinárske produkty regionálnych výrobcov,
- zachovávať vlastnosti potravín tak, aby boli schopné uspokojovať výživové potreby stravníkov, preferovať pri nákupe čerstvý tovar z regiónov výživovo hodnotný sortiment,
- polotovary používať výnimočne v prípadoch neštandardných situácii napr. výpadok pracovných síl, prerušenie dodávok energií resp. cenové dôvody a pod.,
- nevytvárať nadbytočné skladové zásoby (max. 10 dňové),
- zabezpečiť vyrovnané čerpanie finančného limitu tak, aby finančný limit na konci mesiaca nebol nižší ale ani neprevýšil 10% jednodňového finančného limitu nákladov na nákup potravín. Ku koncu školského roka a kalendárneho roka je čerpanie finančného limitu na nákup potravín 0,-EUR.

2. Špecifické princípy aplikácie materiálno – spotrebných noriem a receptúr:

- polievkové základy používať výhradne len pre kategóriu stravníkov „D“ a pri výrobe polievok uprednostňovať vývary na prírodnej báze bez glutamanu sodného,
- pri zabezpečovaní stravovania žiakov športových tried a športových škôl postupovať podľa odporúčaných výživových dávok pre žiakov športových škôl a tried (Vestník MZ SR č. 35, HDM/5238/16209/2011), ktoré sú uvedené v tabuľke č. 1 a č. 2, sú spracované pre tri športové kategórie nasledovne:
- v I. kategórii E sú uvedené hodnoty pre športy s nižším výdajom energie, ako sú napr. atletika (chôdza, behy), basketbal, bežecké lyžovanie, cyklistika, triatlon, futbal, hádzaná, hokej, plávanie, volejbal, zápasenie a džudo,
- v II. kategórii E* sú uvedené hodnoty pre športy s vysokým výdajom energie, ako sú napr. atletika (šprinty, skoky, vrhy), gymnastika, skoky na lyžiach, stolný tenis,
- v III. kategórii E** sú uvedené hodnoty pre športy s najnižším výdajom energie, ako sú tanečné športy,
- pri využití navýšených finančných pásiem normovať zvýšenú hmotnosť hlavných jedál v MSN o 20% s odporúčanou štruktúrou potreby bielkovín živočíšnych 60 – 50% a rastlinných 40 - 45% okrem kategórie tanečné športy E**,
- pri hodnotách zdrojov energie preferovať sacharidy, podľa OVD dopĺňať vlákninu denne zeleninu, ovocie a doplnky výživy (cereálie, tvarohové múčniky, pudingy),
- v rámci pitného režimu podávať pitnú vodu, prírodné ovocné šťavy, nápoje určené pre športovcov podľa MSN a s obsahom uhľohydrátov, minerálov, vitamínov a pod.

Úprava súhrnného zoznamu pokrmov

1.	**Nápoje**
1.031	Čaj zázvorový
1.032	Čaj bazový
1.033	Čaj jablkový so škoricou
1.034	Nápoj mrkvový
1.035	Vitamínový nápoj
1.036	Isotonický nápoj pre športovcov
2.	**Nátierky**
2.110	Nátierka budapeštianska
2.111	Bageta zapekaná šunková
2.112	Bageta zapekaná rajčiakovo-syrová
4.	**Závarky**
4.019	Lievanka so syrom
5.	**Polievky**
5.140	Polievka jarná
5.14l	Polievka minestrone
5.142	Vývar hovädzí
5.143	Vývar zeleninový
5.144	Vývar slepačí
5.145	Vývar hubový
6.	**Pokrmy z hovädzieho mäsa**
6.077	Hovädzie mäso po španielsky
6.078	Hovädzia pečienka na zelenine a smotane
7.	**Pokrmy z bravčového mäsa**
7.048	Bulgurový pilaf s bravčovým mäsom a zeleninou
12.	**Pokrmy z mletého mäsa**
12.075	Špagety s bolonskou omáčkou
12.076	Račiansky opekáčik
13.	**Pokrmy bezmäsité**

13.071 Tofu syr so šampiňónmi a fazuľkou
13.072 Guláš zo syra tofu
13.073 Zemiaky zapekané so syrom tofu
13.074 Slovenské halušky

14. Múčne jedlá

14.067 Smotanový posúch

16. Prílohy

16.041 Zemiaková kaša s mliekom
16.042 Ryža pohánková
16.043 Bulgur
16.044 Halušky zemiakové

20. Múčniky

20.052 Jogurtový múčnik – bublanina

23. Doplnkové pokrmy

23.013 Karamelový krém
23.014 Orieškový krém
23.015 Panna cotta
23.016 Pena s jogurtovou príchuťou