

Kritéria programu Skutečně zdravá jídelna

Restaurace a bistra



Program Skutečně zdravá jídelna

Skutečně zdravá jídelna je osvědčení, kterému můžete vy a vaši zákazníci věřit.

O osvědčení Skutečně zdravá jídelna se může ucházet kterákoli organizace připravující a nabízející pokrmy v jakémkoli sektoru gastronomie a veřejného stravování.

Program Skutečně zdravá jídelna se věnuje mnoha aspektům kvality potravin a pokrmů.

Principy programu Skutečně zdravá jídelna jsou:

- **Pokrmy připravujeme z kvalitních a čerstvých surovin**
Jídelničky ve Skutečně zdravých jídelnách jsou tvořeny pokrmy, připravenými převážně z čerstvých a nezpracovaných surovin. Na přípravu pokrmů se nepoužívají polotovary, jako jsou instantní základy polévek a omáček, dochucovačla s glutamáty, výrobky s obsahem částečně ztužených tuků atd. Důraz je kladen také na sezónní suroviny.
- **Nakupujeme ekologicky šetrné a etické potraviny**
Skutečně zdravé jídelny podávají pokrmy připravené z masa a vajec z šetrných chovů. Tyto suroviny pomáhají snižovat uhlíkovou stopu a znečištění. Na stříbrné a zlaté úrovni, kde se používají bioprodukty, také zvyšují úroveň biologické rozmanitosti.
- **Upřednostňujeme produkty od místních zemědělců a výrobců potravin**
Skutečně zdravé jídelny upřednostňují místní a regionální zemědělce a výrobce potravin. Svoji roli chápou jako investici do místního společenství a místní ekonomiky a využívají spolupráci s místními podnikateli jako způsob propojení strávníků s místem původu potravin a lidmi, kteří je produkují.
- **Vaříme zdravě a chutně**
Držitelé osvědčení Skutečně zdravá jídelna dodržují platná doporučení a postupy v oblasti kvality a výživové hodnoty pokrmů. Strava obsahuje sacharidy s dostatkem vlákniny, vhodné složení tuků (dostatek nenasycených, ale minimum trans-mastných tuků) a kvalitní bílkoviny z živočišných i rostlinných zdrojů. Samozřejmostí je dostatek zeleniny. Solíme a sladíme s mírou. Zásadou však je, že co je zdravé, musí být současně chutně upravené.

Proč se zapojit do programu Skutečně zdravá jídelna?

Měníte jídelnu na skutečně zdravou

Jsou vaši hosté hladoví po skvělém jídle přímo ve vašem podniku? Chtěli byste ukázat váš zájem na zlepšování jejich zdraví a pohody? Osvědčení Skutečně zdravá jídelna vám pomáhá demonstrovat váš závazek podporovat veřejné zdraví a je skvělým příkladem pro zaměstnance i hosty.

Zvýšíte počet prodaných pokrmů

Širší nabídka chutnějších, zdravějších, etičtějších a ekologicky šetrnějších pokrmů pro vaše hosty může zvýšit prodeje a generovat pro vaši jídelnu dodatečný příjem. Studie ukazují, že podniky podporující zdraví se těší vyšším výnosům.

Stále více zákazníků oceňuje, pokud se gastronomický provoz může chlubit nezávislou kontrolou a osvědčením o kvalitě. Být nositelem smysluplného osvědčení je proto dobrý



**Skutečně
zdravá jídelna**

www.skutecezdrazavajidelna.cz
TEL.: +420 606 506 506

marketingový nástroj a příležitost pro mediálně zajímavý příběh. Ukazuje také, že máte vysoký standard v oblasti dobrého jídla, ochrany životního prostředí a spokojenosti svých zaměstnanců. Osvědčení kvality otevírá provozovateli jídelny dveře pro veřejné zakázky, které budou stále častěji specifikovat kvalitativní ukazatele, jako podmínku pro účast ve výběrových řízeních.

Máte kontrolu nad náklady

Zvýšení kvality neznamena nezbytně zvyšování nákladů. Příprava pokrmů z čerstvých surovin a nakupování od Skutečně zdravých dodavatelů vám může ve skutečnosti náklady snížit.

Podporujete místní společenství

Důraz na kvalitu surovin a spolupráce s místními zemědělci a podnikateli ukazuje váš závazek zapojovat se a podporovat místní společenství a přispívat k rozvoji místní ekonomiky.

Kritéria pro Skutečně zdravé jídelny v restauracích a bistrech

Níže najdete přehled kritérií, která jsou nutná pro získání osvědčení na úrovni bronzové, stříbrné a zlaté v programu Skutečně zdravá jídelna v restauracích a bistrech.

Bronzová kritéria

Jídelna splňuje bronzová kritéria za těchto podmínek:

- B1** Jídla v nabídce jídelny neobsahují žádné nežádoucí přísady a minimalizujeme používání polotovarů*.
- B2** Alespoň 75 % všech pokrmů je vyrobeno z čerstvých, nezpracovaných surovin či potravin přímo v kuchyni nebo u dodavatele**.
- B3** Čerstvé, předem nezpracované suroviny a potraviny jídelna přednostně nakupuje od pěstitelů, chovatelů a výrobců s provozovnou ve vlastním nebo sousedním kraji, pokud jsou dostupné.
- B4** Pokrmy v jídelním lístku odrážejí sezónnost a všechny sezónní suroviny jsou v jídelníčku jasně označeny.
- B5** V restauraci/bistru jsou k dispozici informace o původu potravin, použitých k přípravě pokrmů.
- B6** Pracovníci kuchyně jsou alespoň jednou ročně vzděláváni v oblasti vaření z čerstvých sezónních surovin.
- B7** Strávníci/hosté mají možnost objednat si pitnou vodu dle potřeby.
- B8** Nabídka pokrmů uspokojuje potřeby různých diet a stravovacích zvyklostí.
- B9** Při úklidu v prostorách kuchyně/jídelny a mytí nádobí jsme zahájili přechod na ekologicky šetrné čisticí a mycí prostředky. Jako minimální standard pro posouzení, zda se jedná o ekologicky šetrnou drogerii, slouží evropská ekoznačka „květina“ - „Euroflower“ nebo česká značka „[Ekologicky šetrný výrobek](#)“.

*Viz Seznam nepovolených aditiv

**Viz Přehled čerstvých, předem nezpracovaných potravin

Stříbrná kritéria

Jídelna nabízí zdravé pokrmy splňující kritéria Skutečně zdravé jídelny pro stříbrnou úroveň, pokud plní bronzová kritéria, plus:

- S1** Minimálně 50 % (v účetní hodnotě) nakoupených čerstvých a nezpracovaných surovin pochází od pěstitelů a chovatelů s provozovnou ve vlastním nebo sousedním kraji.



**Skutečně
zdravá jídelna**

www.skutecezdravajidelna.cz
TEL.: +420 606 506 506

- S2** Minimálně 5 % surovin (v účetní hodnotě) pochází z kontrolovaného ekologického zemědělství – bioprodukt nebo biopotravina.
- S3** Kuřecí maso pochází z vysoce šetrných chovů a/nebo alespoň 10 % pochází z ekologických chovů.
- S4** Pro přípravu pokrmů jsou přednostně používána vejce z volných výběhů (značeno „1“).
- S5** Jídelna používá přednostně sladkovodní ryby z chovů v ČR a mořské ryby a plody z udržitelných zdrojů, pokud jsou dostupné.
- S6** Při úklidu v prostorách kuchyně/jídelny a mytí nádobí jsou používány jen ekologicky šetrné čisticí a mycí prostředky.

Zlatá kritéria

Jídelna splňuje zlatá kritéria, pokud si dává velice záležet na tom, aby pokrmy byly zdravé, etické a většina čerstvých surovin pocházela od místních šetrně hospodařících farem:

- Z1** Minimálně 80 % (v účetní hodnotě) nakoupených čerstvých a nezpracovaných surovin pochází od pěstitelů a chovatelů s provozovnou ve vlastním nebo sousedním kraji.
- Z2** Minimálně 10 % surovin (v účetní hodnotě) pochází z kontrolovaného ekologického zemědělství – bioprodukt nebo biopotravina.
- Z3** Pro přípravu pokrmů jsou používána pouze vejce z volných výběhů (značeno „1“) nebo z ekologických chovů („0“).
- Z4** Při přípravě jídelniček jídelna podporuje zdravou, vyváženou a udržitelnou výživu mj. tím, že upřednostňuje vyšší zastoupení zeleniny a menší množství masa.

1.7.2017



**Skutečně
zdravá jídelna**

www.skuteczdravajidelna.cz
TEL.: +420 606 506 506