

***** W E B I N Á Ř *****

BEZMASÉ POKRMY VE ŠKOLNÍ JÍDELNĚ PRAKTICKY

Přednášející: **Mgr. Jana BROULÍKOVÁ** – nutriční terapeut, spolupracuje se školními jídelnami v problematice školního stravování. Autorka odborných článků a publikací.

Termín: **31. října 2025** (pátek), 8.30 – cca 10.00 hod

Místo konání: on-line + VIDEOZÁZNAM

Cena: **1.570,- Kč** (nejsme plátcí DPH), v ceně jsou zahrnut materiál k projednávanému tématu a osvědčení o absolvování webináře v elektronické verzi. Účastnický poplatek je nevratný.
Seminář je možné hradit ze šablon OP JAK

Cíl webináře:

V současné době je kladen velký důraz na pravidelné zařazování bezmasých pokrmů ve školních jídelnách. Pomoci tomu má i **novela vyhlášky o školním stravování, která vstoupila v platnost 1. září 2025 a kromě mnoha jiných změn se zaměřuje právě na častější podávání bezmasých pokrmů**. Ne každý bezmasý pokrm je však vhodný pro dětského strávníka. Objasníme vám, jaké zásady byste při sestavování bezmasého pokrmu, případně celého bezmasého menu měli dodržovat. Uvedeme příklady různých skupin bezmasých pokrmů, receptury a také tipy na osvědčené bezmasé pokrmy, které budou pestré, nutričně hodnotné a vyvážené a mohly by pro vás být inspirací.

Pro koho je webinář určen:

Vedoucím a kuchařkám školních jídelen a dalším zájemcům.

Lektor:

Mgr. Jana BROULÍKOVÁ

- pracuje jako nutriční terapeut v nemocnici v Litomyšli, věnuje se i poradenství při snižování hmotnosti u nadváhy a obezity. Dále spolupracuje s několika školními jídelnami v problematice školního stravování, spolupracuje s portálem Jidelny.cz, píše články, publikace, připravuje webináře, hodnotí jídelní lístky školních jídelen, aj.

Program webináře:

- Zařazování bezmasých pokrmů ve školních jídelnách dle novely vyhlášky o školním stravování
- Co je bezmasý pokrm, druhy bezmasých pokrmů
- Výživová hodnota bezmasých pokrmů, skladba denních jídel
- Sytost pokrmů a pocit zasycení
- Jednotlivé skupiny bezmasých pokrmů, příklady konkrétních receptur
- Tipy jak nabízet bezmasé pokrmy, tipy ze školních jídelen

Diskuze, zodpovězení dotazů