

***** 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: **6. listopadu 2026** (pátek), 8.30 – cca 10.00 hod

Místo konání: on-line + VIDEOZÁZNAM

Cena: **1.690,- 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:

Bezmasé pokrmy mají ve školním stravování své místo a jejich význam ještě více posiluje novela vyhlášky o školním stravování, která přináší mimo jiné změny podporující jejich častější zařazování. Ne každý bezmasý pokrm je však z hlediska výživové hodnoty a sytosti vhodnou volbou pro dětského strávníka.

Ukážeme si, jak bezmasé pokrmy sestavit tak, aby byly pestré, nutričně hodnotné a dostatečně syté. Zaměříme se na jednotlivé skupiny bezmasých pokrmů, jejich výživovou hodnotu a vhodné kombinace v rámci obědového menu. Chybět nebudou konkrétní receptury, praktické tipy ani inspirace ze školních jídel.

Program webináře:

- Zařazování bezmasých pokrmů ve školních jídelnách dle novely vyhlášky o školním stravování
- Co je bezmasý pokrm a jaké typy bezmasých pokrmů můžeme zařazovat
- Výživová hodnota bezmasých pokrmů a jejich místo ve skladbě denních jídel
- Sytost pokrmů a pocit zasycení
- Jednotlivé skupiny bezmasých pokrmů a příklady konkrétních receptur
- Jak bezmasé pokrmy atraktivně nabízet a představovat dětem
- Tipy a zkušenosti ze školních jídel

Diskuze, zodpovězení dotazů

Pro koho je webinář určen:

Vedoucím a kuchařkám školních jídel 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 jídel, aj.