



**Skutočne
zdravá škola**

Spoznajte vedúce školských jedální

Vydané vďaka podpore Nadačného fondu
Kaufland pri Nadácii Centra pre filantropiu.



Spoznaňte vedúce školských jedální

Vydalo: Skutočne zdravá škola o.z.

Autorka: Katarína Medved'ová Ovečková, lektorka SZŠ

Šírenie textov a obrazového materiálu len so súhlasom
Skutočne zdravá škola o. z.

Fotografie vytvorilo Skutočne zdravá škola o. z.

Zobrazené jedlá sú vyhotovené podľa Materiálno-
spotrebných noriem a receptúr pre školské stravovanie.

Vydané vďaka podpore Nadačného fondu
Kaufland pri Nadácii Centra pre filantropiu.



Vydané pod záštitou



Obsah



*Zdenka
Lukačínová*

◁ Vedúca školskej jedálne ZŠ Kukučínova,
Vranov nad Topľou

◁ 04

*Henrieta
Kostková*

Vedúca školskej jedálne Spojená škola, ›
Pohronská Polhora

08 ›



*Lucia
Naděvová*

◁ Manažérka pre stravovanie BESST – Anglicko/
Slovenská Bilingválna škola, Trnava

◁ 12

*Adriana
Hrdličková*

Vedúca školskej jedálne ZŠ Hlboká, ›
Bratislava

16 ›





Zdenka Lukačiová

Vedúca školskej jedálne ZŠ Kukučínova,
Vranov nad Topľou



Potešilo by ma, keby mali pani kuchárky viac možností na vzdelávanie, viac školení, aj odborných. **// Nielen o hygiene práce.**

s materskou dovolenkou, takmer 30 rokov.
Na ZŠ Kukučínová som 17 rokov.

Ako vyzerá váš bežný pracovný deň od rána až po koniec pracovnej doby? Vstávate skoro? Kedy prichádzate do školy?

Vstávam skoro, aby som mohla byť v škole okolo 6.20. Vždy však vstávam s obavou, či budú v ten deň všetky kuchárky v práci.

Hneď ráno vydám kuchárkam tovar. Podľa toho, koľko detí sa v ten deň „čipne“ do školy, zrátam obedy a vynormujem suroviny. U nás sa to nedá podľa Edupage, lebo nie každý rodič s ním pracuje. Robíme to podľa dennej dochádzky. Do mojej náplne patrí aj tvorba jedálnečky. To je niekedy, pri nových jedlách trochu boj so stereotypmi. Pani kuchárky postavím pred hotovú vec, aby som mohla zavádzať aj nejaké novinky a oni sa s tým už nejako vysporiadajú:-) Objednávam napr. aj čistiace prostriedky, oblečenie a pod.

Aké sú najdôležitejšie zručnosti, ktoré človek potrebuje pri vedení ŠJ?

Mal by to byť hlavne dobrý manažér. Je to ťažká práca a kuchárky sú nie vždy nadšené. Takže manažér, ktorý vie pracovať s ľuďmi sa cení. Snažím sa byť rozhodná, ale slušná.

A stále je to o deťoch, takže vždy treba premýšľať nad tým, aby sa najedli a neodchádzali hladné. Niekedy si ľudia myslia, že deti u nás sú len z ťažkých pomerov, ale nie vždy to platí. Len tie návyky nie sú vo väčšine prípadov veľmi zdravé.

Mohli by ste sa nám krátko predstaviť? Ako ste sa dostali k práci v školskej jedálni?

Odmalička som chcela pracovať s deťmi. Pôvodne som chcela byť učiteľka. Nemyslela som si, že budem vedúca školskej jedálne. Prianie pracovať s deťmi sa však napokon naplnilo. S deťmi komunikujem v našej škole denne. Na tejto škole som už roky a nie je to len taká obyčajná práca. Väčšina našich žiakov sú rómske deti. Pracujeme spoločne na ich stravovacích návykoch. Vzdelávame v podstate celé rodiny.

Ako dlho už pracujete ako vedúca ŠJ?

Pracovala som na viacerých pozíciách v materských aj základných školách. Od strednej hotelovej školy je to, spolu



< 2.103
Nátierka syrová
s red'kovkou

Čo je na tejto práci podľa vás najťažšie?

Administratíva nie je podľa mňa až taká ťažká. Skôr to je práca s ľuďmi. Nájst rovnováhu! Uľahčiť to trochu aj kuchárkam a zároveň nechodiť stále len v stereotypoch a vyšľapaných koľajách. Tiež je dobré spolupracovať s učiteľmi a rodičmi. Treba nájsť ten správny balans medzi týmito všetkým, aby mala táto práca stále zmysel.

Ako zvládáte nečakané situácie, napríklad keď chýbajú suroviny alebo ochorie viac zamestnancov naraz?

Pri dlhodobých PN je potrebné nájsť náhradu, ale keď mi ochorie kuchárka z večera do rána, treba prispôsobiť jedálny lístok, postaviť sa do kuchyne a pomôcť kuchárkam. Musím však robiť aj svoju prácu, teda kontrolu stravníkov, objednávky a podobne. To sú ťažké dni.

Mení sa, oproti minulosti, prístup detí k školským obedom a k stravovaniu?

Naše detiedia a z toho máme radosť. Dnes už chodia na obedy skoro všetci, to je u nás úspech. Neotočia sa pri okienku. S polievkami je to horšie, ale to je problém asi všade. Polievky sa doma už veľmi

nevaria. Aj u nás však vidno, že najmä tie staršie deti už niečo o strave vedia a majú záujem sa dozvedieť viac. Chcú si to vyskúšať aj v praxi, napríklad na krúžku varenia šaláty a nové modernejšie jedlá.

Aký jedálny lístok by deti zostavili, keby mali voľnú ruku?

Pýtali sme sa ich a požiadali sme ich, aby nám odpovedali aj v dotazníku. Prekvapilo nás, že majú radi špenátovú polievku. Asi preto, že ju mám rada ja a robíme ju dobrú, rovnako mám rada aj čerstvý špenát. No a samozrejme „rezančeková“ klasika, čiže vývary s rezancami, potom pizza, kebab a vyprážaný syr. Ale keď sa ich pýtame a dávame im možnosť sa vyjadriť, tak si pýtajú aj halušky, či už v perkelte alebo inak, mäsko so šťavičkou a pod.

Ak by ste mali odkázať niečo rodičom alebo deťom, čo by to bolo?

Aby sa viac zaujímali o školskú stravu a pýtali sa detí, čo im chutí, čo nové v škole ochutnali. U nás sú to hlavne deti, ktoré posúvajú návyky celých rodín. Pre nás je to veľká zodpovednosť. Robíme so žiakmi všelijaké šaláty, lebo so zeleninou

je to v rodinách našich žiakov horšie. Aj Skutočne zdravá škola u nás zažila, ako sme pripravovali skvelý šalát z polníčku a pomaranča s medovou zálievkou s olivovým olejom. Mnohým to veľmi chutilo. Niekedy aj zabalím na ochutnávku domov. Ak dieťa nemá návyky z domu, nepozná niektoré jedlá a hanbí sa chodiť na obedy. Vtedy sa spojím s rodičmi a snažím sa vymyslieť ako na to. Učíme ich aj piť čistú vodu a čaj. Hlavne druhý stupeň, kde sú populárne rôzne nezdravé nápoje.

Čo vás na tejto práci najviac baví alebo teší?

Hlavne, keď dieťa prinesie prázdny tanier, keď mu chutí. Tešíme sa, keď deti zjedia, nie len pre to, aby neboli hladní, ale preto aby sa učili jesť nové jedlá a viac zeleniny.

Potešilo by ma, keby mali pani kuchárky viac možností na vzdelávanie, viac školení, aj odborných. Nielen o hygiene práce. Aj nové spôsoby prípravy jedál na nových strojoch šetria čas a uľahčujú prácu. Pani kuchárky sú unavené, lebo nie sú

ohodnotené. Potešilo by ma, keby mohli byť kuchárky viac nadšené a motivované.

Ako sa vaša práca prelína s vaším osobným životom? Užijete si letné prázdniny na oddych, alebo sa venujete aj iným pracovným povinnostiam?

Voľný čas sú pre mňa vnúcatá a turistika. Prázdniny si veľmi užijem, pretože mám školopovinné vnúcatá a prázdniny sú náš spoločný voľný čas. Posledné prázdniny sme boli spolu ozaj celých päť týždňov.

Obdivujete nejakú zaujímavú osobnosť, či legendu zo svetovej alebo domácej gastronómie?

Sledujem relácie o varení. Môj syn je tiež kuchár, má skúsenosť s varením aj na výletných lodiach. Niekedy prichádza aj do školy, aby o svojej práci porozprával deťom. Ja osobne mám rada taliansku kuchyňu, ale aj iné. Z každého rožku trošku, ale aj našu slovenskú gastronómiu mám veľmi rada. A keď som s vnúcatami nevarím vždy ja, nechávam priestor aj dcére, lebo tiež rada varí:-)



◀ 21.012

Krém jogurtový
s tvarohom
a banánom



5.062 ›
Polievka mrkvová



Henrieta Kostková

Vedúca školskej jedálne Spojená škola,
Pohronská Polhora

Mohli by ste sa nám krátko predstaviť? Ako ste sa dostali k práci v školskej jedálni?

V školskej jedálni pracujem 2 roky a posledných pár mesiacov som na pozícii vedúcej ŠJ. O pracovnom mieste som sa dozvedela z inzercie zriaďovateľa našej školy. Keďže mi pomaly končila rodičovská dovolenka a videla som voľné miesto neďaleko domu, podala som si žiadosť. Študovala som na fakulte chemicko-potravinárskych technológií, takže tento odbor mi nebol až taký cudzí. Pohovorom som prešla a bola som prijatá.

Ako vyzerá váš bežný pracovný deň od rána až po koniec pracovnej doby? Vstávate skoro? Je počas dňa čas aj na kávičku a dať si školský obed?

Môj pracovný deň začína skorým ranným budičkom o 05:20h. Vychystám deti do školy a škôlky a po raňajkách idem do práce. Sedím v kancelárii už o 7:00. Ráno si hneď zalejem kávu a postupne doodhlasujem deti z obedu, preberiem tovar, vynormujem, vydám kuchárkam suroviny zo skladu, ktoré následne odpišem cez program a objednáam tovar na nasledujúce dni. Venujem sa aj plánovaniu jedálneho lístka, platbám a účtovníctvu.

V „nebežný deň“ pomáhám aj v kuchyni, najmä pri vydávaní obedu, vtedy ma všetká práca počká. Počas obednej pauzy preberieme s kolegyňami aktuálne informácie, akcie, jedálny lístok a ak treba riešime aj personálne záležitosti.

Aké sú najdôležitejšie zručnosti, ktoré človek potrebuje pri vedení ŠJ?

Človek by pri vedení jedálne, podľa mňa, mal byť zdatný v oblasti ekonómie, poznať hygienické zásady, vedieť ako viesť tím a podieľať sa na pokojnom a neobmedzenom chode prevádzky školskej jedálne.

**Teší ma, keď žiaci
spolupracujú
na rôznych projektoch
v oblasti potravín.
Skvelé je, že sa opäť
v našej škole medzi
záujmové krúžky vrátilo
aj varenie a pečenie.**





< 10.040
Africký sumček
s paradajkovou
omáčkou

Čo je na tejto práci podľa vás najťažšie?

Najťažšie za mňa je to, že som v tejto pracovnej pozícii nenahraditeľná. Málo kedy si dovoľím ostať doma, celá robota by ma počkala a tovar za mňa v mojej neprítomnosti neobjedná tiež nik.

Ako zvládáte nečakané situácie, napríklad keď chýbajú suroviny alebo ochorenie viac zamestnancov naraz?

Keď chýbajú suroviny nemám problém sadnúť do auta a ísť ich dokúpiť, alebo zmeníme jedlo v jedálnom lístku a varíme z dostupných surovín. Nestáva sa to ale často. Skladové zásoby nevytváram veľké, no stane sa, že za chodu napr. zmeníme nátierku.

Keď ochorejú viacerí zamestnanci, varíme jedlo jednoduché na prípravu a samozrejme pomáhame aj ja. Zatiaľ sa nám stalo že vypadla najviac jedna až dve kolegyne. To sa dá vykryť na pár dní, aj keď musíme ísť na „200 %“. Ak je to dlhodobejšie, riešime s pani riaditeľkou novú výpomoc.

Mení sa, oproti minulosti, prístup detí k školským obedom a k stravovaniu?

Myslím si, že deti pristupujú k stravovaniu v ŠJ tak, ako sú vedené k stravovacím

návykom v domácom prostredí. Momentálne máme väčší počet stravníkov aj v dôsledku obedov zadarmo. Páve táto situácia pomáha k zlepšeniu stravovacích návykov mnohých detí.

Aký jedálny lístok by deti zostavili, keby mali voľnú ruku?

Deti v našej škole zostavujú jedálny lístok pomerne často spolu s vyučujúcou, alebo s vychovateľkou v školskom klube. Následne ho ja mierne upravím, aby bol v súlade s pravidlami zostavovania lístkov podľa MSN. Tešia sa, že majú túto možnosť. Následne merajú hmotnosť odpadu, ktorý vznikol v danom týždni zo zvyškov nezjednených obedov a vyhodnocujú to pre potreby zníženia odpadu. Tvorba jedálnych lístkov podľa detí sa vtedy zdá najefektívnejšia. Najčastejšie si vyberajú špagety, pizzu a sladké jedlá. No v poslednej dobe má úspech aj ryba na masle, „mäsko“ s ryžou, paradajková polievka a perkelty.

Ak by ste mali odkázať niečo rodičom alebo deťom, čo by to bolo?

Deťom by som odkázala, aby porozmýšľali o práci v ŠJ a prišli si vyskúšať aká je náročná. Aby vedeli, čo všetko je potrebné,

aby mali každý deň čerstvý teplý obed. Možno by menej obedov skončilo v sude na odpad. Rodičom by som odkázala, aby deti nezabúdali odhlasovať a hlavne, že to známe kliše o obedoch v školskej jedálni už dávno neplatí. Školské jedlo predstavuje pestrosť, čerstvosť, hygienicky spracované kvalitné suroviny, čo nespĺňajú ani mnohé reštauračné zariadenia.

Čo vás na tejto práci najviac baví alebo teší?

Najviac ma teší, keď všetkým chutí, keď je málo odpadu a výber obedu viacerí chvália:-) A samozrejme, keď mizne šalát zo šalátového pultu. Vždy sme radi, keď sa dočkáme pochvaly a uznania od detí a aj pedagogických zamestnancov a aj taký „like“ od rodičov na zverejnenom jedálnom lístku aktuálneho týždňa poteší.

Rozprávate sa s kolegyňami a kolegami v práci o receptoch, vymieňate si recepty?

Pri zostavovaní lístkov sa rozprávame najmä o nových receptúrach v MSN, ktoré sa aj pokúšame zaraďovať.

Čo Vám urobilo v poslednom čase najväčšiu radosť od detí alebo rodičov?

Rada by som bola keby sa v budúcnosti zlepšili podmienky pre zamestnancov, keby sme mali dostatok financií na skultúrne školských jedální a ich zmodernizovanie. Viem si predstaviť aj stravovanie v ŠJ formou bufetových pultov, no to je možno veľmi ďaleká budúcnosť.

Ako sa vaša práca prelína s vaším osobným životom? Užijete si letné prázdniny na oddych, alebo sa venujete aj iným pracovným povinnostiam?

Zo začiatku som si nosila prácu aj domov. Buď hrbu papierov alebo kopu myšlienok, no teraz sa to snažím nechať všetko v práci. Cez letné prázdniny máme 1 mesiac v prevádzke škôlku, venujem sa polročnej uzávierke, zoznamu stravníkov pre ÚPSVaR, prechodu do nového školského roka, a vracaniu preplatkov. Cez letné prázdniny

si teda užijem priemerne dva týždne z tých ôsmich.

Keby ste mali neobmedzený rozpočet, čo by ste v školskej jedálni zmenili ako prvé?

Ak by sme mali neobmedzený rozpočet, určite by som nakúpila do kuchyne rôzne moderné technologické zariadenia a uľahčila tak prácu kuchárkam.

Aká bola najväčšia zmena alebo úspech, ktorý ste v jedálni dosiahli?

Najväčšia zmena za tie dva roky bola pre mňa menšia prerábka a zútulnenie našej jedálne a zakúpenie šalátového bufetu. Som rada, že sa deti začali podieľať na príprave jedálnych lístkov, vážení odpadu. Teší ma, keď žiaci spolupracujú na rôznych projektoch v oblasti potravín. Skvelé je, že sa opäť v našej škole medzi záujmové krúžky vrátilo aj varenie a pečenie.

Obdivujete nejakú zaujímavú osobnosť, či legendu zo svetovej alebo domácej gastronómie? Alebo sa zaujímate o nejakú národnú gastronómiu či stravovacie štýly?

Veľmi nesledujem známych šéfkuchárov vo verejnom živote, no musím povedať, že za osobnosti považujem vedúce a kuchárky, ktoré s láskou varia deťom školské obedy už desaťročia. Mám takú kolegyňu, ktorá kedysi varila v škôlke ešte mne a jej zanietenosť, ochota pomôcť a skúsenosti sú to, čo ja obdivujem.





Lucia Nadőová

Manažérka pre stravovanie BESST – Anglicko/
Slovenská Bilingválna škola, Trnava



Bufetové, tzv. švédske stoly s ukážkovou porciou by boli tiež alternatíva, ako motivovať deti k jedlu a zároveň nevytvárať veľké množstvo odpadu.

Ako dlho už pracujete ako manažérka pre stravovanie?

Túto prácu robím 5 rokov.

Ako vyzerá váš bežný pracovný deň od rána až po koniec pracovnej doby?

Hlavne veľa administratívy. Chodím štandardne ako školáci na ôsmu, odísť by som chcela o štvrtu, ale to sa mi nedarí. Za počítačom v kancelárii je čas aj na kávičku, žiaľ často si pri počítači dám aj obed.

Čo všetko spadá do vašej zodpovednosti? Je to hlavne administratíva alebo aj vedenie kolektívu a hľadanie pracovníkov?

Do mojej zodpovednosti spadá všetko čo sa týka stravovania tak, aby fungovali aj tie najmenšie detaily ako dochucovanie a podávanie. Hľadám nových pracovníkov, viem tých aktuálnych, verím, že správne. Komunikujem s dodávateľmi, čiže vyjednávanie cien, závozov, čiastočne aj objednávanie tovarov. Priebežne hľadám nových kvalitných dodávateľov, komunikujem s rodičmi, riešim stravovanie detí s obmedzeniami v strave. Okrem zamestnancov školy viem aj študentov ako hlavný inštruktor duálneho vzdelávania. Zabezpečujem rôzne školské akcie a stravovanie na nich, čiže napríklad vianočné večierky, konferencie, Edukafest, Učiteľský summit a množstvo iných. A k tomu ešte veeeľa nudnej administratívy ako sú dotácie, vyúčtovania a dochádzka.

Mohli by ste sa nám krátku predstavu a povedať, ako ste sa dostali k práci manažérky pre stravovanie v školskej jedálni?

K tejto práci ma zrejme predurčilo aj štúdium na Fakulte biotechnológií a potravinárstva na SPU v Nitre. Som však njamä mama dvoch tínedžeriek a moje deti chodia do školy, pre ktorú teraz pracujem. Hlavne preto má táto práca pre mňa zmysel. Otázka stravovania je veľmi komplexná, nezačína ani nekončí iba v školskej jedálni. Strava je našou neoddeliteľnou súčasťou a v detstve vytvorené návyky si nesieme do života.



< 2.009
Nátierka cícerová
s maslom

Aké sú najdôležitejšie zručnosti, ktoré človek potrebuje pri vedení ŠJ?

Zručnosti 21.storočia – plánovanie, organizácia, technológie, vzdelávanie sa, vedenie ľudí, komunikácia so zamestnancami, dodávateľmi, rodičmi a empatia.

Čo je na tejto práci podľa vás najťažšie?

Pozerať na množstvo vyhodneného jedla.

Ako zvládáte nečakané situácie, napríklad keď chýbajú suroviny alebo ochorenie viac zamestnancov naraz?

Téma zamestnanci v jedálni je veľmi komplikovaná, ale aj napriek tomu sa snažíme mať dostatočný počet zamestnancov. Takže ak niektorí ochorejú, ešte vždy sa to dá krátku dobu zvládnuť. Ak sa situácia skomplikuje a chýba naraz veľa zamestnancov, pristupujeme k zjednodušeniu jedálneho lístka.

Máme denne 800 stravníkov, suroviny si preto musíme veľmi starostlivo a dostatočne včas plánovať. Snažím sa mať spoľahlivých dodávateľov, ktorí vedia komunikovať náhodné meškanie. Ak sa aj niečo nečakané udeje, vieme flexibilne reagovať zmenou v jedálničku.

Mení sa, oproti minulosti, prístup detí k školským obedom a k stravovaniu?

Neviem posúdiť či sa mení prístup detí, lebo pracujem v tomto obore iba 5 rokov. U nás však vidím, že väčšina detí sa teší na obed, tešia sa na desiatu aj na olovrant. Dokonca aj naši gymnazisti a žiaci 2. stupňa radi a vo veľkom počte chodia na desiatu podávanú v škole.

Aký jedálny lístok by deti zostavili, keby mali voľnú ruku?

Slížiková alebo paradajková polievka, kura s ryžou, palacinky, bryndzové halušky, špagety s paradajkovou omáčkou a sushi by nemohlo chýbať:-)

Ak by ste mali odkázať niečo rodičom alebo deťom, čo by to bolo?

Deťom, aby sa nebáli vyskúšať nové jedlá, nové nátierky a pod.

Rodičom, aby dohliadali na to, čo detiedia aj mimo školy, pretože správne stravovacie návyky sa s nimi budú držať po celý život. Je dôležité, aby sme deťom vysvetľovali, že je to nevyhnutné pre udržanie si zdravia aj do ich ďalšieho dospelého života.

Čo vás na tejto práci najviac baví alebo teší?

Baví ma vymýšľanie nových projektov s deťmi, vtiahnuť ich do samotnej prípravy jedálničky, zapájať ich do rôznych aktivít, do debaty s kuchármi, aby pochopili, prečo niekedy musí byť mäso a inokedy nie. Odpovedať im na to, prečo je veľkosť porcie taká, aká je, prečo nemôžu mať hranolky a rôzne iné zvedavé otázky. Teší ma podpora vedenia a samozrejme, keď deťom chutí.

Rozprávate sa s kolegynami a kolegami v práci o receptoch, vymieňate si recepty?

Samozrejme, väčšinou na tému, ako to jedlo z noriem podávať čo najchutnejšie, potom prídu nápady typu, „ja to doma robím takto“, „ozdobíme to týmto“ a podobne. Niekedy si rodičia aj deti vypýtajú naše recepty, lebo si ich chcú pripraviť aj doma.

Čo vám urobilo v poslednom čase najväčšiu radosť od detí alebo rodičov?

Poďakovania detí 1. ročníka :-) Deti vyrobili poďakovanie pre všetkých zamestnancov jedálne s peknými odkazmi ako napr. „Vážim si vašu prácu“, „Ďakujem za jedlo“ a pripojili aj malú sladkosť a prišli to osobne odovzdať zamestnancom jedálne.

Potešilo aj poďakovanie mamičky za kuchárske umenie, o ktorom denne počúva od svojich dcér a že sme pre jej dievčatá TOPKAMI, ktorým sa veľmi ťažko doma konkuruje.

Ako sa vaša práca prelína s vaším osobným životom? Užijete si letné prázdniny na oddych, alebo sa venujete aj iným pracovným povinnostiam?

Keďže máme aj MŠ a letné tábory v ZŠ a naša prevádzka je celoročná, tak v lete väčšinou pracujeme, ale na klasickú dovolenku si čas nájdeme.

Máte nejaké nápady alebo prania, ako by sa školské stravovanie mohlo v budúcnosti zlepšiť?



Menej prísne pravidlá pri vytváraní jedálničky. Chutné, nutrične vyvážené vegetariánske pokrmy ako alternatíva k mäsu. Modernejšie jedlá, na ktoré deti dobre reagujú. Bufetové, tzv. švédske stoly s ukážkovou porciou by boli tiež alternatíva, ako motivovať deti k jedlu a zároveň nevytvárať veľké množstvo odpadu.

Obdivujete nejakú zaujímavú osobnosť, či legendu zo svetovej alebo domácej gastronómie?

Jamieho Oliviera – kuchára, ktorý dokázal ovplyvniť veľa ľudí, kuchárov aj školské stravovanie vo svojej krajine.

Aká bola najväčšia zmena alebo úspech, ktorý ste v jedálni dosiahli?

Zníženie odpadu, spolupráca žiakov na vytváraní jedálničiek podľa pravidiel školského stravovania. A stabilizovaný kolektív, ktorý má dobré vzťahy.

Keby ste mali neobmedzený rozpočet, čo by ste v školskej jedálni zmenili ako prvé?

Jednoznačne odmeňovanie, práca v školskej jedálni je všeobecne nie veľmi populárna, fyzicky veľmi náročná a nie je dobre ohodnotená. Akékoľvek zmeny, ktoré sa doteraz udiali v odmeňovaní zamestnancov jedálne, sú len kozmetické a s kvalitou ich života sa nič mimoriadne neudialo.



Adriana Hrdličková

Vedúca školskej jedálne ZŠ Hlboká,
Bratislava

Mohli by ste sa nám kratučko predstaviť a povedať, ako ste sa dostali k práci v školskej jedálni?

Študovala som zdravotnú školu, odbor diétna sestra a chcela som pomáhať liečiť ľudí. Prax v nemocnici a podmienky ma však dosť prekvapili a pochopila som, že toto nebude pre mňa. Potom som sa nejaký čas venovala vysnenej práci v Piešťanoch, kde som v liečebnom dome nastavovala ľuďom diéty. Športovcom alebo ľuďom so zdravotnými problémami. Odšiaľ moja cesta viedla cez materské školy, jednej z nich, MŠ Gorazdovej, som verná dodnes, až k práci vedúcej ŠJ na ZŠ Hlboká.

Ako dlho už pracujete ako vedúca ŠJ?
33 rokov, z toho 14 rokov na ZŠ Hlboká.

Ako vyzerá váš bežný pracovný deň od rána až po koniec pracovnej doby? Vstávate skoro? Je počas dňa čas aj na kávičku?

Rannú kávičku si dám ešte doma a 6.30 som už v práci. Donormujeme obedy podľa aktuálneho stavu žiakov a každé ráno si prejdeme s kolegyňami technologické postupy. Pozrieme si v materiálno spotrebných normách, ako nám jedlo vyšlo naposledy, či sme si urobili nejaké poznámky, že chceme niečo upraviť alebo zmeniť. Keď sú háklivejšie tovary na prebratie, chcem byť pri tom, čiže preberanie tovaru patrí tiež do rannej rutiny.

Čo všetko spadá do vašej zodpovednosti? Je to hlavne administratíva alebo aj vedenie kolektívu a hľadanie pracovníkov?

Plánovanie jedálničky, objednávanie a preberanie tovaru, ale netýka sa to len potravín. Zahŕňa to aj drobné opravy, monitoring technického stavu kuchyne, čistiace prostriedky a samozrejme vedenie kolektívu.

Najviac ma mrzí, že majú deti na obed tak málo času. Ved' si predstavte, taký prváčik má iba 15 minút, aby sa usadil, dal si polievku, šiel si pre hlavné jedlo a spal ho.





< 14.100
Zeleninový kuskus
so syrom tofu

Aké sú najdôležitejšie zručnosti, ktoré človek potrebuje pri vedení ŠJ?

Musí byť dobrý organizátor.

Čo je na tejto práci podľa vás najťažšie?

Najťažšia je práca s ľuďmi. Treba byť náročný, ale zároveň empatický a ľudský. Ja beriem svoju prácu veľmi vážne a naplno. Každý deň idem do práce s rovnakou zodpovednosťou, ako prvý deň. Všetci „sme tu spolu jeden kolektív“ a každý má svoju zodpovednosť za vydané jedlo.

Ako zvládáte nečakané situácie, napríklad keď ochorie viac zamestnancov naraz?

Vtedy nastúpi aj veduca ŠJ:-) Ale ja rada pomôžem, to nie je problém, ja som stále rada v kuchyni. Len musia byť aj papiere urobené.

Mení sa, oproti minulosti, prístup detí k školským obedom a k stravovaniu?

Z môjho pohľadu sú dnešné nové generácie detí úplne iné. Poprosila som pána riaditeľa, aby nám „požičal“ školskú pani psychologičku, aby nám dnešnú mladú generáciu trochu priblížila. Debatovali sme o tom, či máme



< 5.1059
Polievka brokolicovo-karfiolová

na deti tlačiť, aby ochutnali, alebo akým iným spôsobom ponúkať nové jedlá. Odvtedy vieme, že je zbytočné deti nútiť jesť.

Ak by ste mali odkázať niečo rodičom alebo deťom, čo by to bolo?

Hlavne rodičom by som odkázala, aby nám viac verili. Aby vysvetlili doma deťom, že to čo podávame v ŠJ nemusí byť zlé len preto, že to nepoznajú. Mohli by si spolu s deťmi pozrieť jedálny lístok a nabádať ich, aby aspoň ochutnali.

A najviac ma mrzí, že majú deti na obed tak málo času. Veď si predstavte, taký prváčik má iba 15 minút, aby sa usadil, dal si polievku, šiel si pre hlavné jedlo a spal ho. Oni by potrebovali aj trochu naviesť a vysvetliť vopred, čo bude na obed. A druhý stupeň, keď sa ponáhľa, tak sa len čipnú a ani neochutnajú. Je to škoda.

Aký jedálny lístok by deti zostavili, keby mali voľnú ruku?

Prieksum si robíme pravidelne. Jasné, že vedú špagety, hamburger a pod. Niekedy zbehnem do triedy a pozriem si, či nosia na desiatu. Vidím tam aj ovocie a zeleninku.

Je to však aj o kolektíve. Stačí, keď silnejšia partia povie, že fuj a je to vybavené.

Čo vás na tejto práci najviac teší?

Keď je obed hotový, naložíme si vzorovú porciu, moje ženičky sa postavia okolo mňa a povieme si, dnes sa nám to podarilo:-)

Niekedy príde sklamanie, keď sa obed nezje. Kolegom vždy hovorím, že to má aj tak zmysel. Veď inak by nemavlo zmysel chodiť do práce. My nesmieme pripustiť, aby sme sa vzdali, musíme sa stále pokúšať, je to naša zodpovednosť.

Ako sa vaša práca prelína s vaším osobným životom? Užijete si letné



prázdniny na oddych, alebo sa venujete aj iným pracovným povinnostiam?

V lete máme jeden mesiac škôlku. A jeden mesiac si užívam leto. Pre mňa je relax dedina, záhrada a keď sa v lete dostaneme k moru.

Keby ste mali neobmedzený rozpočet, čo by ste v školskej jedálni zmenili ako prvé?

Smiech... Vymenila by som všetku technológiu v kuchyni a odľahčila by som tak mojím ženám život. Chystáme sa na rekonštrukciu, v tejto historickej budove, to nie je jednoduché. Dúfame, že nám to prinesie novú energiu do práce.

Aká bola najväčšia zmena alebo úspech, ktorý ste v jedálni dosiahli?

Tu je stále zmena:-) U nás sa stále niečo nové deje. My sme taká živá škola, náš pán riaditeľ je mladý a húževnatý. Mňa to ozaj teší, že som v takom mladom kolektíve. Napredujeme, ťahá nás to vpred.

Obdivujete nejakú zaujímavú osobnosť, či legendu zo svetovej alebo domácej gastronómie?

Často k nám chodieval šéfkuchár Janko Duda. Možno ho poznáte aj z dámskeho klubu. To bola u nás vždy dobrá nálada, lebo on si rád podebatoval s deťmi aj s pani kuchárkami.

Skutočne zdravá škola

Skutočne zdravá škola o.z.
www.skutocnezdravaskola.sk

