

Metodická pomůcka pro školní jídelny
Poskytování informací o potravinách spotřebitelům
„Alergeny ve školních jídelnách“

Povinnost poskytování informací o potravinách spotřebitelům vyplývá z Nařízení Evropského parlamentu a Rady EU č. 1169/2011 o poskytování informací o potravinách spotřebitelům, které nabývá účinnosti dne 13. prosince 2014. Dále je zde platná vyhláška č. 113/2005 Sb., o způsobu označování potravin a tabákových výrobků, ve znění pozdějších předpisů – dle § 8, odst. 10.

Pozn.: Tyto výše uvedené předpisy doplňte do provozního řádu Vaší školní jídelny a uveďte text, že školní jídelna podává informace o alergenech v potravinách a v pokrmech na jídelničkách, na webových stránkách apod.

Předpisy stanovují specifické požadavky na označování alergenních složek, u kterých je vědecky prokázáno, že vyvolávají u spotřebitelů alergie nebo nesnášenlivosti představující nebezpečí pro zdraví. Je tedy povinnost označit jasně a zřetelně veškeré složky názvem příslušné alergenní složky, pokud není přímo v názvu potraviny nebo pokrmu uvedeno.

Pozn.: Komentáře a další podrobnější informace lze najít na odkazu:

<http://ec.europa.eu/food/food/labellingnutrition/foodlabelling/proposedlegislationen.html>

Povinnosti zařízení školního stravování:

- školní jídelna i školní jídelna-výdejna má od 13.12.2014 povinnost informovat strážníka o tom, zda se v nabízené potravíně nebo pokrmu vyskytují látky nebo produkty vyvolávající alergie nebo nesnášenlivost, jejichž seznam je uveden v Nařízení EU č. 1169/2011 – jedná se o 14 vybraných alergenů. Každý strážník si musí tyto látky nebo produkty hlídat sám. Jídelna má pouze funkci informační stejně tak, jako každý jiný výrobce potravin a pokrmů. Jídelna může poskytnout informace písemně, elektronicky nebo ústně.
- Bude se jednat pouze o zajištění informovanosti strážníků, nikoli o povinnost zajistit dietní stravování odpovídající individuálním dietním požadavkům.
- Školní jídelna musí **jasně a zřetelně** označit přítomnost alergenů v pokrmech a potravinách.
- Každý strážník musí mít možnost se dozvědět, zda se v potravíně či v pokrmu nachází alergen, před vydáním pokrmu, tj. při objednávání (při osobním objednání, přes internet, webové stránky), a nebo při vlastním výdeji pokrmů prostřednictvím údaje na jídelničku umístěném na viditelném místě v zařízení školního stravování nebo podáním ústní informace vedoucí školní jídelny nebo kuchařkou
- Doporučuje se označení přítomnosti alergenu v pokrmu a nápoji **na jídelním lístku slovně nebo číslem**. Pokud bude zvoleno číselné označení, měl by být v blízkosti jídelního lístku seznam legislativně stanovených alergenů s označením čísla, které je přeneseno na jídelní lístek.
- Doporučuje se též informovat zákonné zástupce dětí a žáků na rodičovských schůzkách, webových stránkách apod. a případně podat vysvětlení k tomuto označování.
- V praxi se musí školní jídelna a školní jídelna – vývařovna informaci o přítomnosti alergenu v potravíně dozvědět od dodavatele, a to buď přímo z obalu – etikety nebo z obchodního dokladu – dodacího listu, apod. (především u nebalených potravin).
- Označování alergenů na jídelničku lze provádět prostřednictvím počítačového programu nebo dopsat ručně.

- U všech receptur, které používáte při přípravě pokrmů, doplnit přítomnost alergenů.
 - Pokud surovina může obsahovat alergen, nebo jeho obsah nelze vyloučit, je vhodné přítomnost alergenu deklarovat vždy.
 - U některých pokrmů na přítomnost alergenu ukazuje sám název – např. vaječná pomazánka, sezamová houska, celerová polévka, rybí filé, hořčičná omáčka, mléko, apod.
 - U jiných pokrmů tomu na první pohled tak není, ale složení surovin je natolik jasné, že by s určením alergenu nemusel být problém, např. výrobky s moukou (lepkem) – pečivo, těstoviny, knedlíky, atd., mléčné výrobky - jogurt, sýr, tvaroh, atd., sójové výrobky tofu, atd.
 - V některých případech však správné určení alergenů nebude tak snadné, např. různé základy na polévky a omáčky, mražené zeleninové polévkové směsi, sterilovanou zeleninu, pasty, kořenící směsi na maso, zeleninu, pesta, snídaně cereálie, apod. Sójové boby, ořechy celer, hořčičné semínko, sezamové semeno, atd., v nichž může být zastoupen, ale také nemusí.
 - Pozor na variabilitu surovin, kdy srovnatelný výrobek bude jedním dodavatelem dodán s alergenem, jindy bez něho.
 - Při příjmu potravin pečlivě sledovat, zda potravina obsahuje alergen či ne.
-

Příklady – jídelní lístky se zpracováním informací o potravinách/pokrmách obsahujících alergeny s uvedením čísla alergenu:

Příklad č. 1

Jídelní lístek

13.12.2014 – 17.12.2014

			Pokrmý obsahují tyto alergeny
PO		<i>Polévka se sýrovými noky</i>	<i>1,3,7</i>
	<i>1</i>	<i>Hovězí guláš, houskový knedlík, sirup</i>	<i>1,3,7</i>
	<i>2</i>	<i>Přírodní řízek, dušená rýže</i>	
	<i>3</i>	<i>Těstovinový salát s tofu, sirup</i>	<i>1,3</i>

Seznam alergenů s číselným označením dle Nařízení RP a Rady EU č. 1169/2011:

<i>1 obiloviny obsahující lepek</i>	<i>8 suché skořápkové plody, tj. mandle, liskové ořechy, ořechy</i>
<i>2 koryši a výrobky z nich</i>	<i>9 celer a výrobky z nich</i>
<i>3 vejce a výrobky z nich</i>	<i>10 hořčice a výrobky z ní</i>
<i>4 ryby a výrobky z nich</i>	<i>11 sezamová semena (sezam) a výrobky z nich</i>
<i>5 jádra podzemnice olejné (arašídý) a výrobky z nich</i>	<i>12 oxid siřičitý a siřičitany (ve vyšších koncentracích)</i>
<i>6 sójové boby (sója) a výrobky z nich</i>	<i>13 vlčí bob (lupina) a výrobky z něj</i>
<i>7 mléko a výrobky z něj</i>	<i>14 měkkýši a výrobky z nich</i>

Příklad č. 2

Jídelní lístek

13.12.2014 – 17.12.2014

Úterý:

Oběd: Polévka hrstková 1, 3, 9

Rybí filé 4 na másle 7, brambory, mrkvový salát, voda s citronem

Večeře: Zapečené těstoviny 1.3.7 se zeleninou 9 a sýrem 7, zelný salát, čaj

Seznam alergenů s číselným označením dle Nařízení RP a Rady EU č. 1169/2011:

<i>1 obiloviny obsahující lepek</i>	<i>8 suché skořápkové plody, tj. mandle, liskové ořechy, ořechy</i>
<i>2 koryši a výrobky z nich</i>	<i>9 celer a výrobky z nich</i>
<i>3 vejce a výrobky z nich</i>	<i>10 hořčice a výrobky z ní</i>
<i>4 ryby a výrobky z nich</i>	<i>11 sezamová semena (sezam) a výrobky z nich</i>
<i>5 jádra podzemnice olejné (arašídý) a výrobky z nich</i>	<i>12 oxid siřičitý a siřičitany (ve vyšších koncentracích)</i>
<i>6 sójové boby (sója) a výrobky z nich</i>	<i>13 vlčí bob (lupina) a výrobky z něj</i>
<i>7 mléko a výrobky z něj</i>	<i>14 měkkýši a výrobky z nich</i>

Specifikace alergenů:

Různé druhy alergií postihují až 30% populace a na alergii není lék.

Každý jedinec musí zjistit podle příznaků, jaké potraviny se příště vyvarovat, jediné voda není alergenní.

Vysvětlení:

Alergeny jsou přirozeně vyskytující látky bílkovinné povahy, které způsobují u přecitlivělých jedinců nepřiměřenou reakci imunitního systému (IS,) která může vyústit až anafylaktickému šoku. V podstatě se jedná o poruchy imunity, kdy normálně neškodné látky fungují negativně – jako alergen a jsou napadány imunologickou obranou organismu.

Alergická reakce:

Spočívá v tom, že IS reaguje tvorbou protilátek – bílkovin, které se specificky navazují na alergen a tak je deaktivují a vylučují z organismu. Existují různé druhy protilátek, jedna z nich, která vyvolává alergické reakce je Imunoglobín E = IgE. Protilátka IgE se sama váže na alergen a vyvolává alergickou odezvu. Při alergické reakci zajišťuje IgE uvolňování signálních molekul do krevního řečiště, čímž okamžitě vyvolává symptomy typické pro potravní alergii. Nástup je rychlý po požití nebo přítomnosti v prostředí. **Zpravidla 1 hodinu po požití.**

Projevy alergické reakce:

kýchání, svědění, kopřivka, otoky, nadýmání, dýchací potíže, svědění rtů a úst, nevolnost, křeče, průjemy – to je výčet relativně mírné reakci, může ale vyústit výjimečně k anafylaktickému šoku.

Většinou zanikají v souladu a narůstajícími roky.

Intolerance – averze:

Je to též nepříjemná reakce, její nástup trvá delší dobu a projevuje se nadýmáním, průjmem nebo zácpou. Symptomy potravinové intolerance vznikají delší dobu a nezahrnují imunitní odezvu. – nadýmání, průjem anebo zácpou. Nejedná se o alergickou reakci.

Prahové hodnoty:

Minimální množství alergenu nezbytného pro vyvolání alergické reakce se označuje jako prahová hodnota. Každý jedinec má jinou hranici, takže nelze objektivně stanovit univerzální hodnotu.

Běžné potravinové alergen:

Mohou vyvolat všechny potraviny, ale EU specifikovalo 14 hlavních potenciálních alergenů, které podléhají legislativnímu značení.

Za další alergen lze považovat též jablka, hrušky, meruňky, broskve, jahody, rajčata, špenát, aromatické byliny, ale ty neznačíme.

Látky nebo produkty vyvolávající alergie nebo nesnášenlivost dle přílohy č. II Nařízení EU č. 1169/2011:

1. Obiloviny obsahující lepek, konkrétně: pšenice, žito, ječmen, oves, špalda, kamut nebo jejich hybridní odrůdy a výrobky z nich, kromě:

- a) glukózových sirupů na bázi pšenice, včetně dextrózy;
- b) maltodextrinů na bázi pšenice;
- c) glukózových sirupů na bázi ječmene;
- d) obilovin použitých k výrobě alkoholických destilátů, včetně ethanolu zemědělského původu

2. Korýši a výrobky z nich

3. Vejce a výrobky z nich

4. Ryby a výrobky z nich, kromě:

- a) rybí želatiny použité jako nosič vitaminových nebo karotenoidních přípravků;
- b) rybí želatiny nebo vyziny použité jako čířicí prostředek u piva a vína

5. Jádra podzemnice olejné (arašídy) a výrobky z nich

6. Sójové boby a výrobky z nich, kromě:

- a) zcela rafinovaného sójového oleje a tuku;
- b) přírodní směsi tokoferolů (E306), přírodního d–alfa tokoferolu, přírodního d–alfa–tokoferol–acetátu, přírodního d–alfa–tokoferol–sukcinátu ze sóji;
- c) fytosterolů a esterů fytosterolů získaných z rostlinných olejů ze sóji;
- d) esteru rostlinného stanolu vyrobeného ze sterolů z rostlinného oleje ze sóji

7. Mléko a výrobky z něj (včetně laktózy), kromě:

- a) syrovátky použité k výrobě alkoholických destilátů, včetně ethanolu zemědělského původu;
- b) laktitolu

8. Skořápkové plody, konkrétně: mandle, lískové ořechy, vlašské ořechy, kešu ořechy, pekanové ořechy, para ořechy, pistácie, makadamie a výrobky z nich, kromě ořechů použitých k výrobě alkoholických destilátů, včetně ethanolu zemědělského původu

9. Celer a výrobky z něj

10. Hořčice a výrobky z ní

11. Sezamová semena a výrobky z nich

12. Oxid siřičitý a siřičitany v koncentracích vyšších než 10 mg/kg nebo 10 mg/l, vyjádřeno jako celkový SO₂, které se propočítají pro výrobky určené k přímé spotřebě nebo ke spotřebě po rekonstituování podle pokynů výrobce

13. Vlčí bob (lupina) a výrobky z něj

14. Měkkýši a výrobky z nich

Zpracovala: J. Jachová

V Pardubicích 7. 11. 2014