

**Stravovací systémy lázeňského sanatoria  
v Ostrožské Nové Vsi.**

Jana MACHÁLKOVÁ

---

Bakalářská práce  
2013



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně  
Fakulta technologická

---

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta technologická

Ústav analýzy a chemie potravin

akademický rok: 2012/2013

## ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Jana MACHÁLKOVÁ**  
Osobní číslo: **T090298**  
Studijní program: **B2901 Chemie a technologie potravin**  
Studijní obor: **Technologie a řízení v gastronomii**  
Forma studia: **kombinovaná**

Téma práce: **Stravovací systémy lázeňského sanatoria  
v Ostrožské Nové Vsi.**

Zásady pro vypracování:

1. Zpracování literární rešerše k dané problematice.
2. Porovnání stravovacích systémů komplexního, příspěvkového a samopláteckého lázeňského pobytu.

Rozsah bakalářské práce:

Rozsah příloh:

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná**

Seznam odborné literatury:

1. ODSTRČIL, J., ODSTRČILOVÁ, M. Chemie potravin, 1. vyd., Brno: NCO NZO, 2006, 164 s. ISBN-10: 80-7013-435-6
2. KOHOUT, P., RUŠAVÝ, Z., ŠERCLOVÁ, Z. Vybrané kapitoly z klinické výživy I, 1. vyd., Praha: Forsapi 2010, 184 s. ISBN-13: 978-80-87250-08-2
3. BUŇKA, F., NOVÁK, V., KADIDLOVÁ, H. Ekonomika výživy a výživová politika. 1.vyd. Zlín: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, 2006.159 s. ISBN 80-7318-429-X.
4. KUDLOVÁ, E. Hygiena výživy a nutriční epidemiologie, 1 vyd., Praha: Karolinum 2009, 286 s. ISBN-13: 978-80-246-1735-0
5. Zákon č. 164/2001 Sb., o přírodních léčivých zdrojích, zdrojích přírodních minerálních vod, přírodních léčebných lázních a lázeňských místech a o změně některých souvisejících zákonů (lázeňský zákon), ve znění pozdějších předpisů
6. Vyhláška Ministerstva zemědělství č. 147/1998 Sb., o způsobu stanovení kritických bodů v technologii výroby

Vedoucí bakalářské práce: **prof. Ing. Stanislav Kráčmar, DrSc.**  
Ústav analýzy a chemie potravin

Datum zadání bakalářské práce: **11. února 2013**

Termín odevzdání bakalářské práce: **15. května 2013**

Ve Zlíně dne 11. února 2013

  
doc. Ing. Roman Čermák, Ph.D.  
děkan



  
doc. Ing. Miroslav Fišera, CSc.  
ředitel ústavu

## PROHLÁŠENÍ

Prohlašuji, že

- beru na vědomí, že odevzdáním diplomové/bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby <sup>1)</sup>;
- beru na vědomí, že diplomová/bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí, že jeden výtisk diplomové/bakalářské práce bude uložen na příslušném ústavu Fakulty technologické UTB ve Zlíně a jeden výtisk bude uložen u vedoucího práce;
- byl/a jsem seznámen/a s tím, že na moji diplomovou/bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3 <sup>2)</sup>;
- beru na vědomí, že podle § 60 <sup>3)</sup> odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- beru na vědomí, že podle § 60 <sup>3)</sup> odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – diplomovou/bakalářskou práci nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- beru na vědomí, že pokud bylo k vypracování diplomové/bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tedy pouze k nekomerčnímu využití), nelze výsledky diplomové/bakalářské práce využít ke komerčním účelům;
- beru na vědomí, že pokud je výstupem diplomové/bakalářské práce jakýkoliv softwarový produkt, považují se za součást práce rovněž i zdrojové kódy, popř. soubory, ze kterých se projekt skládá. Neodevzdání této součásti může být důvodem k neobhájení práce.

Ve Zlíně

*Machálková Jana*

---

<sup>1)</sup> zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, § 47 Zveřejňování závěrečných prací:

(1) Vysoká škola nevýdělečně zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výsledku obhajoby prostřednictvím databáze kvalifikačních prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vnitřní předpis vysoké školy.

(2) Disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlížení veřejnosti v místě určeném vnitřním předpisem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výpisy, opisy nebo rozmnoženiny.

(3) Platí, že odevzdáním práce autor souhlasí se zveřejněním své práce podle tohoto zákona, bez ohledu na výsledek obhajoby.

<sup>2)</sup> zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 35 odst. 3:

(3) Do práva autorského také nezasahuje škola nebo školské či vzdělávací zařízení, užije-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vytvořené žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacího zařízení (školní dílo).

<sup>3)</sup> zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 60 Školní dílo:

(1) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst. 3). Odpírá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.

(2) Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užít či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněnými zájmy školy nebo školského či vzdělávacího zařízení.

(3) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělku jím dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolností až do jejich skutečné výše; přitom se přihlédne k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.

## **ABSTRAKT**

Bakalářská práce řeší problematiku stravovacího systému lázeňského sanatoria v Ostrožské Nové Vsi. Stravovací systém zabezpečuje podávání stravy označované „Normální strava“ a „Výběrová strava“. Jsou využívány základní, speciální a standardizované dietní postupy. Jídelní lístek sestavuje nutriční terapeutka ve spolupráci s šéfkuchařkou a je schválen vedoucím lékařem lázeňské léčebny. Z analyzovaných jídelních lístků jsme dospěli k závěrům, že jsou dodržovány energetické a biologické hodnoty stravy (snižovat příjem tuků k požadovaným hodnotám, dodržovat správný poměr tuků rostlinných vůči živočišným), je respektována věková kategorie strávnicků, dbá se na konzistenci, barevnost, chuť, technologickou úpravu a pestrost ve výběru potravin (živočišné, rostlinné, minerální a nutriční doplňky).

**Klíčová slova:** stravovací systémy, lázeňské sanatorium, Ostrožská Nová Ves, diety, jídelníčky, výživová doporučení, potravinová pyramida.

## **ABSTRAKT**

Bachelor thesis deals with the issue of catering in sanatorium spa Ostrožská Nová Ves. Catering system provides diet called "normal diet" and "diet selection". There are basic diets, special diets and standardized dietary practices used. Menu prepares nutritional therapist in collaboration with the chef and it is approved by the head doctor of this health resorts. By analyzing menus we have come to the conclusion that the observed energy and biological value of food (to reduce fat intake to the desired values, to observe the correct ratio of vegetable and animal fat), age category of boarders is respected, the consistency, color, taste, variety, technological modification and the selection of food (animal, vegetable, mineral and nutritional supplements) is ensured.

**Key words:** catering systems, spa sanatorium, Ostrožská Nová Ves, diets, menu, dietary recommendations, food pyramid.

Ráda bych touto cestou poděkovala panu prof. Ing. Stanislavu Kráčmárovi, DrSc., vedoucímu bakalářské práce, za odbornou pomoc, ochotu, ale i za čas, který mi věnoval v průběhu zpracování této práce.

Dále bych chtěla poděkovat zaměstnancům Sirmatých lázní Ostrožská Nová Ves, s.r.o., za ochotu a poskytnuté informace.

Prohlašuji, že odevzdaná verze bakalářské/diplomové práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.



# OBSAH

<b>ÚVOD</b> .....	<b>11</b>
<b>1 HISTORIE SIRNATÝCH LÁZNÍ OSTROŽSKÁ NOVÁ VES, s.r.o.</b> .....	<b>12</b>
1.1    SPOLEČNOST ROYAL SPA.....	12
<b>2 LÁZEŇSTVÍ V ČESKÉ REPUBLICE</b> .....	<b>13</b>
2.1    ZÁKON Č. 164/2001 SB., O PŘÍRODNÍCH LÉČIVÝCH ZDROJÍCH, ZDROJÍCH PŘÍRODNÍCH MINERÁLNÍCH VOD, PŘÍRODNÍCH LÉČEBNÝCH LÁZNÍ A LÁZEŇSKÝCH MÍSTECH A O ZMĚNĚ NĚKTERÝCH SOUVISEJÍCÍCH ZÁKONŮ (LÁZEŇSKÝ ZÁKON). .....	13
2.2    ZÁKON Č. 160/1992 SB. ČESKÉ NÁRODNÍ RADY O ZDRAVOTNÍ PÉČI V NESTÁTNÍCH ZDRAVOTNICKÝCH ZARÍZENÍCH .....	14
<b>3 HACCP</b> .....	<b>15</b>
3.1    SYSTÉM HACCP - HISTORIE.....	15
3.2    LEGISLATIVA .....	16
3.2.1    Nařízení Evropského parlamentu a Rady č. 852/2004 o hygieně potravin .....	16
3.2.2    Vyhláška č. 137/2004 Sb. ve znění pozdějších předpisů č. 602/2006 Sb.....	17
3.2.3    Vyhláška č. 147/1998 Sb., resp. její novely 196/2002 Sb. a 161/2004 Sb. ....	17
3.2.4    Zákon 110/1997 v plném znění zákona 456/2004 Sb. ....	18
<b>4 POSKYTOVANÉ SLUŽBY</b> .....	<b>19</b>
4.1    UBYTOVACÍ SLUŽBY.....	19
4.2    LÁZEŇSKÁ LÉČBA.....	19
4.2.1    Léčebné zdroje .....	19
4.2.2    Kosmetika SINOVA .....	20
<b>5 STRAVOVACÍ SLUŽBY</b> .....	<b>21</b>
5.1    DIETNÍ SYSTÉM.....	22
5.2    VÝŽIVA .....	22
5.2.1    Charakteristika výživových doporučení .....	23
5.2.1.1    Výživová doporučení .....	23
5.2.1.2    Potravinová pyramida .....	24
5.3    DIETNÍ SYSTÉM – ZÁKLADNÍ DIETY .....	25
5.4    NEJČASTĚJŠÍ DIETY V SIRNATÝCH LÁZNÍCH OSTROŽSKÁ NOVÁ VES, s.r.o. ....	26
5.4.1    Dieta č. 2 – šetřící.....	26
5.4.2    Dieta č. 3 – racionální strava .....	26
5.4.3    Dieta č. 4 – šetřící s omezením tuku .....	26
5.4.4    Dieta č. 7 – s omezením cholesterolu.....	27
5.4.5    Dieta č. 8 – redukční .....	27
5.4.6    Dieta č. 9 – diabetická.....	28
5.4.7    Dieta č. 10 – neslaná .....	28

5.4.8	Dieta Walfarinová .....	29
5.4.9	Dieta bez - bezlepková .....	29
5.4.10	Dieta při intoleranci laktózy .....	29
5.4.11	Dieta veg – vegetariánská.....	29
5.5	JÍDELNÍ LÍSTEK .....	30
5.6	POTŘEBA ENERGIE .....	30
5.6.1	Energetická bilance .....	31
<b>6</b>	<b>ROZDĚLENÍ STRAVOVACÍHO SYSTÉMU.....</b>	<b>33</b>
6.1	NORMÁLNÍ STRAVA .....	33
6.1.1	Snídaně .....	33
6.1.2	Oběd .....	34
6.1.3	Večeře.....	35
6.2	VÝBĚROVÁ STRAVA .....	35
6.2.1	Snídaně .....	35
6.2.2	Oběd .....	36
6.2.3	Večeře.....	37
6.3	ZÁVODNÍ STRAVOVÁNÍ.....	37
6.4	LÁZEŇSKÁ KAVÁRNA .....	37
	<b>ZÁVĚR .....</b>	<b>39</b>
	<b>SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....</b>	<b>40</b>
	<b>SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK .....</b>	<b>43</b>
	<b>SEZNAM OBRÁZKŮ .....</b>	<b>44</b>
	<b>SEZNAM TABULEK.....</b>	<b>45</b>
	<b>SEZNAM PŘÍLOH.....</b>	<b>46</b>

## ÚVOD

Historie lázní v Ostrožské Nové Vsi sahá k roku 1903, kdy byl prokázán léčivý účinek pramenů sirné vody vyvěrajících nedaleko obce Ostrožská Nová Ves.

V Sirnatých lázních Ostrožská Nová Ves, s.r.o. se léčí onemocnění kožní a pohybového aparátu.

Léčivými zdroji je přírodní minerální voda. Jde o studenou, bezbarvou, čistou minerální vodu s výrazně sirovodíkovým pachem.

Sirnaté lázně Ostrožská Nová Ves, s.r.o. jsou členem privátního lázeňského a wellness řetězce ROYAL SPA.

V dnešní době prochází poskytování lázeňské léčby značnými legislativními změnami. Od 1. října 2012 je zkrácena nejen délka komplexních a příspěvkových lázeňských pobytů z 21 dnů na 14 dnů a z 28 dnů na 21dnů, ale jsou i změněny indikace pro léčebné lázeňské pobyty. V Sirnatých lázních Ostrožská Nová Ves, s.r.o. se léčí osoby starší 18 let, jež mají onemocnění kožní nebo pohybového aparátu.

Tato práce obsahuje základní informace o Sirnatých lázních Ostrožská Nová Ves, s.r.o. a druzích poskytovaných služeb. Dále jsou v této práci popsány základní diety, speciální diety a standardizované dietní postupy, výživová doporučení, jídelní lístek a rozdělení stravovacích systémů v těchto lázních.

## 1 HISTORIE SIRNATÝCH LÁZNÍ OSTROŽSKÁ NOVÁ VES, s.r.o.

Sirnaté lázně Ostrožská Nová Ves, s.r.o. leží v srdci Moravského Slovácka. Nachází se asi 8 km od města Uherského Hradiště a 1,5 km od obce Ostrožská Nová Ves.

Historie lázní v Ostrožské Nové Vsi sahá k počátku 20. století, kdy na popud Novoveského rodáka ThDr. Františka Botka byl prokázán léčivý účinek pramenů sirmé vody, které vyvěraly v bažině nedaleko obce. Již tehdy byl prokázán léčivý účinek místních pramenů blahodárně působících na pohybový aparát a kožní onemocnění.

V březnu roku 1903 se započalo se stavbou a 29. června 1903 byly lázně otevřeny. V roce 1926 byla provedena přístavba a lázně dostaly statut. Největší zájem o tyto lázně byly za dob okupace, kdy byly nedostupné lázně na Slovensku. Do roku 1948 lázně spravovala obec Ostrožská Nová Ves, poté přišlo znárodnění a lázně přišly pod Národní správu okresní národní pojišťovny v Uherském Hradišti. Lázně v Ostrožské Nové Vsi pak takřka každým druhým rokem přecházeli pod jinou Národní správu, což jim nepřinášelo užitek ani zlepšení. Obrat k lepšímu nastal od roku 1964, kdy byly tyto lázně včleněny do správy Československých státních lázní Luhačovice.

V roce 1995 byla započata rozsáhlá rekonstrukce lázní. Byl přestavěn a zmodernizován balneoprovoz, byly vybudovány nové jedno a dvoulůžkové pokoje.

V roce 2002 proběhla poslední etapa této rozsáhlé rekonstrukce. Byl dostavěn nový trakt hlavní lázeňské budovy. V tomto traktu byla zbudována nová kuchyně a jídelna, rehabilitační vyhřívaný bazén se saunou, kabinety pro individuální tělocvik, fitness centrum elektro léčba, ošetrovna a ordinace lékařů. Rovněž došlo i k rozšíření ubytovací kapacity. V květnu 2011 byla slavnostně otevřena nová lázeňská kolonáda [1].

### 1.1 Společnost ROYAL SPA

Jedná se o privátní řetězec lázeňských a wellness hotelů na území České republiky s více než 15-ti letou tradicí v tomto oboru. V současnosti je tvořen dvěma wellness hotely a pěti lázeňskými komplexi nacházejícími se v Mariánských Lázních, Luhačovicích, Ostrožské Nové Vsi, Velkých Losinách a Rožnově pod Radhoštěm.

Celková kapacita všech těchto zařízení čítá téměř 1.200 lůžek. Hotely zajišťují jak klasickou lázeňskou léčbu, tak nabízejí i různé druhy relaxačních a wellness pobytů [2].

## 2 LÁZEŇSTVÍ V ČESKÉ REPUBLICE

Lázeňství v České republice má již mnohasetletou tradici. K zásadnímu rozvoji lázní však dochází především od 18. do 20. století, kdy jsou lázeňská místa navštěvována nejen z důvodů léčebných, nýbrž i pro možnosti kulturního a společenského vyžití. Léčebné lázně, ať už státní či soukromé, jsou registrovanými zdravotnickými zařízeními, která navíc od ostatních lázní nebo ubytovacích zařízení umístěných v lázeňských místech odlišuje fakt, že k léčbě využívají místní přírodní léčivý zdroj, schválený ministerstvem zdravotnictví. Pokud má být lázeňské zařízení uznáno jako léčebné, musí splnit řadu podmínek, které jsou definovány v lázeňském zákoně č. 164/2001 Sb. a v zákoně č. 160/1992 Sb. o zdravotní péči v nestátních zdravotnických zařízeních. Udržet léčebný charakter lázní je v době tržního hospodářství velmi obtížné, a přeci je právě důraz na léčebný aspekt lázní tím, co vydobylo českým lázním celosvětový věhlas [3].

### 2.1 **Zákon č. 164/2001 Sb., o přírodních léčivých zdrojích, zdrojích přírodních minerálních vod, přírodních léčebných lázní a lázeňských místech a o změně některých souvisejících zákonů (lázeňský zákon).**

Tento zákon stanoví podmínky pro vyhledávání, ochranu, využívání a další rozvoj přírodních léčivých zdrojů, zdrojů přírodních minerálních vod určených zejména k dietetickým účelům, přírodních léčebných lázní a lázeňských míst [4].

Lázeňský zákon upravuje hodnocení a využívání přírodních léčivých zdrojů a zdrojů přírodních minerálních vod, právní povahu přírodního léčivého zdroje, zdroje přírodní minerální vody a výtěžků z nich.

Dále tento zákon stanovuje využívání zdrojů, konkretizuje osvědčení o zdroji, návrh na vydání osvědčení a jeho náležitosti, oznamovací povinnost, povolení k využívání zdrojů, změny a zrušení povolení k využití zdroje, zánik povolení k využívání zdroje.

Zákon také upravuje povinnosti uživatele zdroje a odborný dohled, stanovuje ochranná pásma u přírodního léčivého zdroje, dále upravuje podmínky pro stanovení přírodních léčebných lázní a podmínky pro stanovení lázeňského místa, vnitřní území lázeňského místa, hranice lázeňského místa.

Zákon ukládá povinnosti vlastníků nemovitostí, omezení vlastnických práv, náhrada újmy, výkon státní správy ve věcech zdrojů, přírodních léčebných lázní a lázeňských míst. A konkretizuje pokuty, společná, přechodná a závěrečná ustanovení.

## **2.2 Zákon č. 160/1992 Sb. České národní rady o zdravotní péči v nestátních zdravotnických zařízeních**

Zákon 160/1992 Sb. upravoval podmínky a rozsah poskytování zdravotní péče v nestátních zdravotnických zařízeních a podmínky provozování těchto nestátních zařízení [5].

Od 1. dubna 2012 je tento zákon zrušen a nahrazen novým zákonem č. 372/2011 Sb. o zdravotních službách a podmínkách jejich poskytování (zákon o zdravotních službách).

Zákon 372/2011 Sb. o zdravotních službách a podmínkách jejich poskytování, upravuje zdravotní služby a podmínky jejich poskytování a s tím spojený výkon státní správy, druhy a formy zdravotní péče, práva a povinnosti pacientů a osob pacientům blízkých, poskytovatelů zdravotních služeb, zdravotnických pracovníků, jiných odborných pracovníků a dalších osob v souvislosti s poskytováním zdravotních služeb, podmínky hodnocení kvality a bezpečí zdravotních služeb, další činnosti související s poskytováním zdravotních služeb a zapracovává příslušné předpisy Evropské unie [6].

### 3 HACCP

HACCP je zkratka anglického názvu "Hazard Analysis and Critical Control Points" (analýza nebezpečí a kritické kontrolní body), která se ve světě používá pro systém preventivních opatření, sloužících k zajištění zdravotní nezávadnosti potravin a pokrmů během všech činností, které souvisejí s výrobou, zpracováním, skladováním, manipulací, přepravou a prodejem konečnému spotřebiteli. V české potravinářské legislativě se zkratka HACCP nepoužívá a systém je označován jako "systém kritických bodů". Zkratka HACCP se ovšem již vžila natolik, že je používána častěji než český název a to jak odbornou, tak širokou veřejností [7].

Opatření spočívají především v prevenci chemických, fyzikálních a biologických rizik v potravinách nebo pokrmech, kterými by se mohla porušit jejich zdravotní nezávadnost, než v kontrole hotových výrobků. Pro každý druh pokrmu se musí podle způsobu výroby určit, kde jsou v procesu jeho skladování, výroby a výdeje kroky, ve kterých je největší riziko porušení zdravotní nezávadnosti pokrmu. V těchto krocích se musí stanovit „Systém kritických bodů“. Tyto kritické body se nejprve stanovují a následně sledují na základě „Plánu kritických bodů“. Součástí tohoto systému stanovení kritických bodů je i kontrola hodnot v námi stanovených kritických bodech. O těchto kontrolách se musí vést záznamy. Tyto záznamy se pak řádně uschovávají.

#### 3.1 Systém HACCP - historie

Systém HACCP byl vyvinut pro Americký úřad pro kosmonautiku (NASA) v šedesátých letech. Pomocí tohoto systému se vyráběly maximálně bezpečné potraviny pro kosmonauty. V sedmdesátých letech HACCP se pomalu rozšiřoval do některých zpracovatelských potravinářských podniků a v roce 1985 doznal širšího využití v potravinářském průmyslu, když ho Mezinárodní komise pro mikrobiologické specifikace potravin (ICMSF) doporučila pro kontrolu mikrobiologických rizik v potravinářském průmyslu. Celosvětového uznání dosáhl systém HACCP tím, že na společném zasedání komise pro Codex Alimentarius (Potravní kodex) mezinárodních organizací FAO (Organizace pro potraviny a zemědělství Spojených národů) a WHO (Světová zdravotnická organizace) v roce 1993 byl schválen dokument "Kodexová směrnice pro aplikaci systému HACCP v praxi". Tento předpis se

stal základem pro směrnici, regulující systém HACCP a rámci Evropské unie - Směrnice 93/43/EHS Rady ze 14. června 1993 [7].

## 3.2 Legislativa

Provést analýzu nebezpečí a určit kritické kontrolní body (HACCP) ukládá Nařízení Evropského parlamentu a Rady č. 852/2004 o hygieně potravin.

Vyhláška Ministerstva zdravotnictví č. 137/2004 Sb., resp. její novela – vyhláška č. 602/2006 Sb. upravuje hygienické požadavky na stravovací služby a zásady osobní a provozní hygieny při činnostech epidemiologicky závažných.

Způsob stanovení kritických bodů konkretizuje vyhláška Ministerstva zemědělství č. 147/1998 Sb. o způsobu stanovení kritických bodů v technologii výroby, ve znění pozdějších předpisů 196/2002 Sb. a 161/2004 Sb.

Určení kritických bodů při výrobě potravin a při jejich uvádění do oběhu ukládá všem výrobcům potravin zákon 110/1997 Sb. o potravinách a tabákových výrobcích, ve znění zákona 456/2004 Sb.

### 3.2.1 Nařízení Evropského parlamentu a Rady č. 852/2004 o hygieně potravin

V oblasti působnosti toto nařízení stanovuje obecná pravidla pro hygienu potravin vztahující se na provozovatele potravinářských podniků. Obecnou povinností provozovatelů potravinářských podniků je zajistit, aby ve všech fázích výroby, zpracování a distribuci potravin pod jeho kontrolou splňovaly odpovídající hygienické požadavky stanovené v tomto nařízení. Dále provozovatelé potravinářských podniků dle tohoto nařízení vytvoří a zavedou jeden nebo více stálých postupů založených na zásadách HACCP a postupují podle nich. Poté provozovatelé potravinářských podniků spolupracují s příslušnými orgány v souladu s ostatními použitelnými právními předpisy Společenství, nebo pokud neexistují, v souladu s vnitrostátním právem. Každý provozovatel potravinářského podniku oznámí odpovídajícímu příslušnému orgánu zařízení podléhající kontrole, které provádí činnost v jakékoli fázi výroby, zpracování a distribuci potravin, s cílem registrace každého takového zařízení. Provozovatelé potravinářských podniků rovněž zajistí, aby příslušný orgán měl vždy aktuální informace o zařízeních, včetně oznámení každé významné změny činností a každého uzavření stávajícího zařízení. Členské státy podporují vypracování vnitrostátních



pokynů pro správnou hygienickou praxi a pro používání zásad HACCP. Šíření a používání vnitrostátních pokynů i pokynů Společenství je podporováno. Používání těchto pokynů však je pro provozovatele potravinářských podniků dobrovolné [8].

### 3.2.2 Vyhláška č. 137/2004 Sb. ve znění pozdějších předpisů č. 602/2006 Sb.

Tato vyhláška upravuje nejen podmínky uvádění pokrmů do oběhu, podmínky značení pokrmů, ale i způsob stanovení kritických bodů. Dále upravuje postup při odběru a uchování vzorků vyrobených pokrmů a zásady osobní a provozní hygieny pro výkon a činnosti epidemiologicky závažných. Tato vyhláška ministerstva zdravotnictví také upravuje minimální požadavky a zásady pro provozování stravovacích služeb.

### 3.2.3 Vyhláška č. 147/1998 Sb., resp. její novely 196/2002 Sb. a 161/2004 Sb.

Tato vyhláška upravuje způsob stanovení kritických bodů. Postup při stanovení systému kritických bodů je uveden v Tabulce 1.

Tabulka 1. Zásady postupu stanovení systému kritických bodů a postupnost jejich plnění [9].



### **3.2.4 Zákon 110/1997 v plném znění zákona 456/2004 Sb.**

Tento zákon upravuje základní pojmy v potravinářství, povinnosti provozovatelů potravinářského podniku, povinnosti provozovatelů potravinářských podniků, kteří vyrábějí, dovážejí nebo uvádějí do oběhu přídatné látky a povinnosti provozovatelů potravinářských podniků, kteří vyrábějí nebo dovážejí potraviny určené pro zvláštní výživu.

Určuje podmínky označování potravin, dále upravuje klasifikaci jatečných těl zvířat. Konkretizuje balení potravin, označování potravin a uvádění potravin do oběhu a přepravu potravin a tabákových výrobků.

## 4 POSKYTOVANÉ SLUŽBY

### 4.1 Ubytovací služby

Ubytování je možno v jednolůžkových nebo dvoulůžkových pokojích, které mají vlastní sociální zařízení. Pokoje jsou vybaveny kabelovou televizí a telefonem. Většina pokojů je dovybavena i malou ledničkou. V recepci lázní je hostům k dispozici počítač a hosté mají možnost se 24 hodin denně připojit k bezdrátovému internetu. V hlavní budově se nacházejí také dva výtahy.

Ubytování je poskytováno také ve vilách Vlasta a Šárka, které jsou vzdáleny cca 50 metrů od hlavní lázeňské budovy. Ve vilkách jsou k dispozici pouze dvoulůžkové pokoje, které jsou taktéž vybaveny sociálním zařízením a kabelovou televizí. Ve vilách není výtah. Hosté docházejí z vilek na stravu a na procedury do budovy hlavní.

Celková ubytovací kapacita Sirmatých lázní Ostrožská Nová Ves, s.r.o. činí 137 lůžek [1].

### 4.2 Lázeňská léčba

V Sirmatých lázních Ostrožská Nová Ves, s.r.o. se léčí onemocnění pohybového aparátu, stavy po úrazech a totální endoprotéze. Tyto lázně se také specializují na léčení kožních onemocnění především lupénky, atopických ekzémů a akné, pro které mají výjimečné předpoklady díky výskytu přírodních pramenů s obsahem síry.

Hlavní léčebnou procedurou jsou sirmé koupele. Používá se k nim vlastní minerální voda, která se získává z několika vrtů za centrální lázeňskou budovou.

Samozřejmostí je široká nabídka lázeňských procedur - masáže, perličkové koupele, zábaly, elektroterapie, individuální cvičení a mnoho dalších.

Zdravotnická služba je zajištěna 24 hodin denně [1].

#### 4.2.1 Léčebné zdroje

Přírodním léčivým zdrojem je přirozeně se vyskytující minerální voda, plyn nebo peloid, které mají vlastnost vhodnou pro léčebné využití, a o tomto zdroji je vydáno osvědčení dle zákona. Peloidem se rozumí rašelina, slatina nebo bahno. Minerální vodou pro léčebné využití se rozumí přirozeně se vyskytující podzemní voda původní čistoty s obsahem roz-

puštěných pevných látek nejméně 1 g / l nebo s obsahem nejméně 1 g / l rozpuštěného oxidu uhličitého nebo s obsahem jiného pro zdraví významného chemického prvku anebo má u vývěru přirozenou teplotu vyšší než 20 °C [4].

Léčivými zdroji v Sirnatých lázních Ostrožská Nová Ves, s.r.o. je přírodní minerální voda. Zachycuje se v hloubce kolem 50 metrů a vydatnost každého vrtu činí zhruba 40 l za minutu. Jde o studenou, bezbarvou, čistou minerální vodu s výrazně sirovodíkovým pachem. Z provedené analýzy vyplývá, že minerální voda je bohatá na nejrůznější kationty. Zkoumáno jich bylo celkem 18 a z nich je v největším množství zastoupen vápník, sodík, hořčík, draslík a železo. Z aniontů jsou to téměř výhradně hydrogenuhličitanu a pak sírany, kterých má jeden z vrtů ve velmi bohatém množství (téměř 14 mg v jednom litru). Nedisociované složky tvoří hlavně kyselina křemičitá [10].

#### **4.2.2 Kosmetika SINOVA**

Sirnaté lázně Ostrožská Nová Ves, s.r.o., ve spolupráci se společností Alma s.r.o., připravily kosmetickou řadu s obsahem síry pod názvem SINOVA. Výrobky jsou určeny pro následnou péči o citlivou pokožku. Zvláště je doporučována klientům, kteří trpí kožním onemocněním a to zejména atopickým ekzémem, akné a lupenkou. Kosmetika je vyrobena z jedinečného přírodního sirnatého pramene, který se nachází v Sirnatých lázních Ostrožská Nová Ves, s.r.o. Lázeňská kosmetika SINOVA je se i používá při stacionární lázeňské péči v Sirnatých lázních Ostrožská Nová Ves, s.r.o. s velmi dobrými zdravotními výsledky a pozitivním hodnocením lázeňských hostů [10].

## 5 STRAVOVACÍ SLUŽBY

Restaurace pro lázeňské hosty se nachází v přízemí hlavní budovy. Restaurace je rozdělena na dvě stravovací části. V přední části restaurace se stravují klienti, kteří mají tzv. „Normální stravu“, v zadní části restaurace se nachází tzv. „Výběrová strava“.

Celková kapacita restaurace činí 100 míst. Z toho normální strava zaujímá 60 míst a výběrová strava 40 míst.

Tabulka 2. Doba výdeje pokrmů [ $h^{-1}$ ]

	hodiny		
	Snídaně	Oběd	Večeře
<b>Normální strava</b>			
I. směna	7,30 – 8,00	11,30 – 12,00	17,30 – 18,00
II. směna	8,30 – 9,00	12,30 – 13,00	18,30 – 19,00
<b>Výběrová strava</b>	7,30 – 9,30	11,30 – 13,00	17,30 – 19,00



Obrázek 1. Restaurace v Sirnatých lázních Ostrožská Nová Ves, s.r.o. [autor práce].

## 5.1 Dietní systém

V rámci dietního stravování se setkáváme s různými typy diet.

Od roku 1955 do roku 1991 se léčebná výživa řídila zásadami a doporučeními publikovanými v Dietním systému pro nemocnice. V roce 1991 byly vypracovány Doporučené zásady pro stravování nemocných, dietní systém přestal platit jako závazná norma a je používán pouze jako doporučení [11].

Janovská uvádí, že první dietní systém v Československu byl vytvořen MUDr. Přemyslem Doberským a kol. v roce 1955. Tento dietní systém obsahuje 14 základních diet, speciální diety a standardizované dietní postupy. V současnosti je ponechána „volnost v tvorbě“, tj. je zákonem stanovené právo vytvářet dietní systémy podle potřeb klientů a možností jednotlivých zdravotnických zařízení [12].

## 5.2 Výživa

Výživa poskytuje lidskému organismu živiny a další látky potřebné pro získání energie a plnění stavebních a mnoha dalších funkcí. Jako základní živiny označujeme bílkoviny, lipidy (tuky) a sacharidy. Další pro organismus člověka nezbytné a potravou přijímané látky představují vitaminy, minerální látky (včetně stopových prvků), vláknina a voda. Aby všechny výše uvedené látky mohly plnit v lidském organismu svoji funkci, musí být nejprve ve formě potravy do organismu přijaty a následně vhodným způsobem upraveny v trávicím traktu [13].

Optimální poměr hlavních živin (tzv. trojpoměr) na celkovém přívodu energie by měl být 10 – 15 % bílkovin, 55 – 60 % sacharidů a 25 – 30 % tuků [11].

Základním účelem potravy je uhradit energetickou potřebu organismu (bazální metabolismus, svalová činnost, tepelné ztráty, trávicí pochody). Energie stravy se obvykle počítá v kilojoulech (kJ) či megajoulech (MJ). Zdrojem energie pro organismus jsou tuky, sacharidy, případně i proteiny: 1 g tuku poskytne zhruba 38 kJ, 1 g sacharidů nebo proteinů 17 kJ. Doporučený příjem energie pro průměrného obyvatele u nás je 9500 kJ, její skutečná individuální potřeba však závisí na věku, pohlaví, fyzické aktivitě, klimatu, fyziologickém stavu (těhotenství, kojení) a zdravotním stavu (nemoc, rekonvalescence) [11].

### 5.2.1 Charakteristika výživových doporučení

Obecně bývají výživová doporučení podle jejich obsahu a způsobu vyjádření členěna do tří stupňů, a to na nutriční standardy (referenční dávky – nutritional standards), obecná výživová doporučení (dietary recommendations) a na doporučení založená na skupinách potravin (food-based dietary guidelines).

Nutriční standard je definován jako množství živiny na den, které na základě soudobých znalostí hradí fyziologickou potřebu „téměř všech“ zdravých osob. Fyziologickými požadavky individuí představují takové množství energie nebo živin, které je potřebné k zajištění fyziologických a metabolických funkcí a k udržení adekvátních zásob těchto živin v těle. Obecná výživová doporučení se od nutričních standardů liší tím, že doporučují spotřebu určitých typů potravin, které mají vztah k ochraně zdraví populačních skupin. Doporučení založená na skupinách potravin jsou nutriční standardy a obecná výživová doporučení přeložená do „každodenní řeči laika“. Vyjadřují se v podobě konkrétních druhů potravin a jejich množství, často v podobě počtu typických porcí. Populární způsob vyjádření doporučení založených na skupinách potravin jsou tzv. pyramidy výživy [14].

#### 5.2.1.1 Výživová doporučení

V roce 2007 byla publikována Výživová doporučení pro dospělé obyvatelstvo České republiky Společnosti pro výživu a Fóra zdravé výživy pod názvem „Zdravá 13“. Tato doporučení jsou určena pro zdravé osoby a slouží k prevenci tzv. civilizačních chorob, na které se správná výživa významně podílí [11].

Výživová doporučení „Zdravá 13“ obsahují následující rady:

1. Udržujte si přiměřenou stálou tělesnou hmotnost charakterizovanou BMI (18,5-25,0) kg / m<sup>2</sup> a obvodem pasu pod 94 cm u mužů a pod 80 cm u žen.
2. Denně se pohybujte alespoň 30 minut např. rychlou chůzí nebo cvičením.
3. Jezte pestrou stravu, rozdělenou do 4 – 5 denních jídel, nevynechávejte snídani.
4. Konzumujte dostatečné množství zeleniny (syrové i vařené) a ovoce, denně alespoň 500 g (zeleniny 2x více než ovoce), rozdělené do více porcí; občas konzumujte menší množství ořechů.

5. Jezte výrobky z obilovin (tmavý chléb a pečivo, nejlépe celozrnné, těstoviny, rýži) nebo brambory nejvýše 4x denně, nezapomínejte na luštěniny (alespoň 1 x týdně).
6. Jezte ryby a rybí výrobky alespoň 2x týdně.
7. Denně zařazujte mléko a mléčné výrobky, zejména zakysané; vybírejte si přednostně polotučné a nízkotučné.
8. Sledujte příjem tuku, omezte množství tuku jak ve skryté formě (tučné maso, tučné masné a mléčné výrobky, jemné a trvanlivé pečivo s vyšším obsahem tuku, chipsy, čokoládové výrobky), tak jako pomazánky na chléb a pečivo a při přípravě pokrmů. Pokud je to možné nahrazujte tuky živočišné rostlinnými oleji a tuky.
9. Snižujte příjem cukru, zejména ve formě slazených nápojů, sladkostí, kompotů a zmrzliny.
10. Omezujte příjem kuchyňské soli a potravin s vyšším obsahem soli (chipsy, solené tyčinky a ořechy, slané uzeniny a sýry), nepřisolujte hotové pokrmy.
11. Předcházejte nákazám a otravám z potravin správným zacházením s potravinami při nákupu, uskladnění a přípravě pokrmů; při tepelném zpracování dávejte přednost šetrným způsobům, omezte smažení a grilování.
12. Nezapomínejte na pitný režim, denně vypijte minimálně 1,5 l tekutin (voda, minerální vody, slabý čaj, ovocné čaje a šťávy, nejlépe neslazené).
13. Pokud pijete alkoholické nápoje, nepřekračujte denní příjem alkoholu 20 g (200 ml vína, 0,5 l piva, 50 ml lihoviny) [15].

### **5.2.1.2 Potravinová pyramida**

Potravinová pyramida pomáhá při výběru skupin potravin nezbytných pro zdravou výživu. Pyramida je grafické znázornění toho, jak by měla vypadat správná skladba potravy. Ukazuje doporučené množství i poměr druhů potravin ve zdraví prospěšné stravě.

Spodní pásmo představuje chléb, obiloviny, těstoviny, rýži a brambory. Čím je člověk aktivnější, tím více porcí této potravy potřebuje. WHO doporučuje, aby více než polovina každodenní energie byla pokryta směsí potravin z této skupiny. V navazujícím pásmu WHO doporučuje příjem minimálně 400 gramů zeleniny a ovoce denně (kromě brambor).



Na druhé pásmo navazuje pásmo třetí. Toto pásmo signalizuje opatrnost při výběru. Potraviny tohoto pásma jsou potřebné jen v malém množství. Jedná se o skupiny masa a alternativy jeho náhrady, tj. fazole, čočka, luštěniny, ryby, vejce, drůbež, které by se měly konzumovat v množství, které odpovídá max. 0,8 gramů bílkoviny na kilogram tělesné hmotnosti. Vedle skupiny masa a luštěnin je skupina nízkotučného mléka a jeho produktů.

Na vrcholu pyramidy najdeme energeticky velmi bohaté potraviny s malým obsahem mikroživin. Z této skupiny jsou potřebná jen velmi malá množství potravin, jsou jen dalším zdrojem energie [16].



Obrázek 2. Potravinová pyramida [17].

### 5.3 Dietní systém – základní diety

Každá nemocniční dieta má své číselné označení, svůj název a je charakteristická svým složením nebo konzistencí. Dietní systém je složen ze základních diet (0 – 14), speciálních diet a ze standardizovaných dietních postupů.

Mezi základní diety řadíme dietu č. 0 – tekutou, č. 1 – kašovitou, č. 2 – šetřící, č. 3 – racionální, č. 4 – s omezením tuků, č. 5 – bezzbytkovou, č. 6 – nízkobílkovinou, č. 7 – nízkocholesterovou, č. 8 – redukční, č. 9 – diabetickou, č. 10 – neslanou, č. 11 – výživnou, č. 12 – batolecí, č. 13 – strava větších dětí, č. 14 – výběrovou.

Mezi speciální diety řadíme dietu Warfarinovou, dietu č. 4S (s přísným omezením tuků) a dietu KVM (jedná se o vyšetřovací dietu na obsah kyseliny vanilmandlové).

Mezi standardizované dietní postupy zařazujeme dieta OK (okulní krvácení), dietu bezlepkovou, dietu při intoleranci laktózy, dietu R3-R10, dietu pankreatická – podává se obvykle po akutním zánětu slinivky břišní [18].

## 5.4 Nejčastější diety v Sirnatých lázních Ostrožská Nová Ves, s.r.o.

V Sirnatých lázních Ostrožská Nová Ves, s.r.o. se nejčastěji setkáváme s dietou č. 2 – šetřící, č. 3 – racionální, č. 4 – s omezením tuků, č. 7 – nízkocholesterolovou, č. 8 – redukční, č. 9 – diabetickou, č. 10 – neslanou, Warfarinovou, bezlepkovou, při intoleranci laktózy a vegetariánskou.

### 5.4.1 Dieta č. 2 – šetřící

Složení: energie 10 000 kJ, 80 g bílkovin, 70 g tuků a 340 g sacharidů

Strava lehce stravitelná, indikuje se po onemocnění žaludku, gastrického vředu po odeznění akutního stádia, při chronickém onemocnění jater, alergických reakcích [11].

Při technologické úpravě pokrmů pro dietu používáme vaření, dušení, pečení, zapékání ve vodní lázni. Strava by měla být připravena doměkka, bez nestravitelných zbytků a bez tvrdých kůrek. Pokrmy upravujeme nasucho, tuk dáváme do hotového pokrmu. Zahušťujeme moukou, kterou nejméně 20 minut povaříme. Mírně solíme, nepřeslazuje a nepřekyselujeme [19].

### 5.4.2 Dieta č. 3 – racionální strava

Složení: energie 9500 kJ, 80 g bílkovin, 70 g tuků, 320 g sacharidů

Strava bez dietního omezení. Tato dieta je základní. Indikuje se při všech onemocněních, při nichž není nutná zvláštní úprava výživy. Je modifikována s přihlédnutím k různým specifikacím cílových skupin. Liší se konečnou úpravou a výběrem potravin [11].

Je indikována pacientům s ortopedickým, plicním, nosním, ušním a psychiatrickým onemocněním a tam, kde není léčen trávicí trakt nebo léčena metabolická funkce organismu [18].

### 5.4.3 Dieta č. 4 – šetřící s omezením tuku

Složení: energie 9500 kJ, 80 g bílkovin, 55 g tuků, 360 g sacharidů

Strava se sníženým obsahem tuku. Podává se při chorobách žlučníku, pankreatu po odeznění akutního stádia, při chronických onemocněních žlučníku a po přechodnou dobu i po virovém zánětu jater [11].

Technologie - úprava do měkka, vaření, dušení, pečení ve vodní lázni, grilování, konvekto-  
maty, mikrovlnné trouby, pokrmy připravujeme na sucho, tuk přidáváme až do hotového  
[20].

#### 5.4.4 Dieta č. 7 – s omezením cholesterolu

Složení: energie 7500 kJ, 90 g bílkovin, 60 g tuků, 250 g sacharidů

Strava s výrazně sníženým přísunem cholesterolu a sacharidů. Podává se při zvýšené hladině  
cholesterolu v krvi, hyperlipoproteinémii, při chronických kardiovaskulárních onemoc-  
něních, i jako jejich prevence [11].

Při přípravě pokrmů používáme vaření, dušení, pečení, grilování, opékání nasucho nejlépe  
na teflonové pánvi. Nepoužíváme smažení. Povolenou dávku oleje dáváme až do hotových  
pokrmů, již je zbytečně nevystavujeme tepelnému zahřívání. Takto používaný olej má po-  
tom ochranný účinek na cévy [21].

#### 5.4.5 Dieta č. 8 – redukční

Složení: energie 3300 kJ, 55 g bílkovin, 25 g tuků, 90 g sacharidů

Strava se sníženým obsahem energie, tuků, s vyloučením cukru. Podává se obézním paci-  
entům, kdy chceme dosáhnout úbytku váhy vzhledem k jejich dalšímu onemocnění např.  
operace, hypertenze, opakovaný infarkt myokardu [11].

Hlavní jídlo se podává bez polévky z důvodu, že polévky podporují chuť k jídlu a předsta-  
vují zvýšení denního množství energie [18].

Hlavní zásadou redukční diety je vyloučit potraviny, které obsahují volné koncentrované  
cukry - cukr, med, džem, čokoláda, cukrovinky. Omezují se dávky potravin, které obsahují  
cukry ve formě polysacharidů - škrob (mouka, mlýnské a pekárenské výrobky – pečivo).  
Dále obiloviny, rýže, těstoviny, knedlíky, brambory, ovesné vločky, kroupy, krupky, krupi-  
ce. Dále se vylučují ze stravy volné tuky a omezují se potraviny, které obsahují tzv. skryté  
tuky. Redukční dieta však bez zvýšené tělesné aktivity nemá smysl, pohyb rozpumpuje  
lymfu, která z těla odvádí toxické látky. Nesprávná dieta může zmenšit nadváhu, ale snad-  
no vede ke svalové ochablosti. Dieta spojená s pohybem nemusí být tak tvrdá a přitom je  
mnohem účinnější. Účelem rozumné redukce tělesné hmotnosti je vyměnit alespoň část  
přebytečného tuku za svalovou hmotu a současně zpevnit kosti [22].

#### 5.4.6 Dieta č. 9 – diabetická

Složení: energie 7400 kJ, 75 g bílkovin, 60 g tuků, 225 g sacharidů

Podávána pacientům s diabetem, hyperlipoproteinémií a obézním. Tuto dietu lze dále modifikovat podle potřeb pacientů na 9/150 – 9/300 g sacharidů [11].

U diabetické diety by mělo být dodrženo správné časové rozložení mezi jednotlivými chody jídel. Omezují se dávky potravin, které obsahují cukry ve formě polysacharidů (složené cukry) - škrob, mouka, mlýnské a pekárenské výrobky - pečivo. Dále obiloviny, rýže, těstoviny, knedlíky, brambory, ovesné vločky, kroupy, krupky, krupice. Dále cukr, který je obsažený v mléce, mléčných výrobcích, v ovoci [23].

Tato dieta je základním léčebným prostředkem a je určena k trvalému užívání. Dbá se také na odvažování pečiva, příkrmů i některých druhů ovoce a zeleniny. Důležité je rozdělit jídlo do pěti až šesti dávek denně, abychom zabezpečili rovnoměrný příjem sacharidů. U obézních diabetiků ve vyšším věku má vést k redukci váhy omezení množství sacharidů. Velice důležitá je tzv. druhá večeře u diabetiků na inzulinoterapii [18].

#### 5.4.7 Dieta č. 10 – neslaná

Složení: energie 9500 kJ, 80 g bílkovin, 70 g tuků, 320 g sacharidů

Strava s vyloučením kuchyňské soli a s omezením potravin obsahující sodík. Podává se u chorob srdce a cév při dekompenzaci stavu, při vysokém krevním tlaku (hypertenze), při zadržování tekutiny v těle, při tvorbě otoků v době těhotenství (preeklampsie) [11].

Do této diety se zařazují potraviny, které obsahují větší množství draslíku (zelenina, ovoce - meruňky, banány, mouka, rýže, brambory, těstoviny, med, tvaroh, oleje, tuky).

Neslanou chuť zastíráme vhodným kořením nebo aromatickou zeleninou (natě, cibule, česnek, houby, celer) [24].

Avšak pozor na celer. Celer patří k nejběžnějším potravinám způsobujících alergickou reakci u dospělých [25].

Strava je lehce stravitelná, nenadýmavá, chutná. V dietě je zakázáno používat veškeré potraviny a pokrmy, při jejichž výrobě byla použita sůl (konzervy, uzeniny, šunka, polévkové koření, sterilovaná zelenina, sardelová pasta, sojová omáčka apod.) [21].

#### 5.4.8 Dieta Walfarinová

Dieta Warfarinová se podává pacientům, kteří užívají lék Warfarin na snížení krevní srážlivosti jako prevenci žilní embolie. Léčba po první žilní trombóze trvá zpravidla tři až šest měsíců, v ostatních případech déle, někdy je celoživotní. Průběh trombózy dietou ovlivnit nelze, je však nutno se vyvarovat jídel a potravin s vysokým množstvím vitamínu K (zelená listová zelenina) [15].

Vitamin K se nachází ve špenátu, zelí, hrášku, bramborách, rajčatech, luštěninách aj. [28]. Proto lidé, užívající lék Warfarin by se těmito potravinám měli raději vyhnout.

#### 5.4.9 Dieta bez - bezlepková

Složení: energie 9500 kJ, 80 g bílkovin, 70 g tuků, 320 g sacharidů

Podává se při onemocnění tenkého střeva – celiakie, sprue [11].

Hlavní zásadou léčby je dodržování dlouhodobé bezlepkové diety. Je nutné vyloučit ze stravy potraviny, které obsahují lepek. Ten je hlavní součástí zrn obilovin – pšenice, ječmene, žita a ovesa. Dietní opatření není většinou nutné, ale výběr potravin je přísný [18].

#### 5.4.10 Dieta při intoleranci laktózy

Dieta při intoleranci laktózy se podává při všech stavech, u kterých je podezření na nedostatek enzymu laktázy. Jedná se o stavy vrozené, které se projevují těžkým průjmem po mléku. V lehčích případech stačí vyloučit ze stravy mléko a podávat mléko bezlaktózové, při těžších případech se vylučují i mléčné výrobky. Vápník je nutné dodávat medikamentózně, hlavně v období kojení, růstu a těhotenství [18].

#### 5.4.11 Dieta veg – vegetariánská

Složení: energie 9500 kJ, 80 g bílkovin, 70 g tuků, 320 g sacharidů

Strava s vyloučením masa a masných výrobků. Nutriční vyváženost je zajištěna obsahem sojového masa, vajec a luštěnin. Dieta je určena pacientům, kteří odmítají konzumaci masa a masných výrobků [11].

## 5.5 Jídelní lístek

Jídelní lístek v Sirnatých lázních Ostrožská Nová Ves, s.r.o. sestavuje nutriční terapeutka ve spolupráci s šéfkuchařkou. Zpracovaný jídelní lístek se předkládá ke schválení vedoucímu lékaři lázeňské léčebny. Při sestavování jídelního lístku je třeba věnovat pozornost nejen výběru potravin, ale i jejich úpravě. Strava by měla být dostatečně pestrá a přiměřená věku, zdravotnímu stavu i fyzickému zatížení. V Sirnatých lázních Ostrožská Nová Ves, s.r.o. je sestaven 4 týdenní jídelní lístek. Po uplynutí 4 týdnů se opakuje.

Hlavní zásady při sestavování jídelního lístku jsou:

- dodržení energetické a biologické hodnoty stravy (snižovat příjem tuků k požadovaným hodnotám, dodržovat správný poměr tuků rostlinných vůči živočišným)
- při výběru pokrmů respektovat věkovou kategorii strávníků
- dbát na různorodost pokrmů ve vztahu ke konzistenci, barevnosti, chuti a technologické úpravě
- dbát na co největší pestrost ve výběru potravin z různých skupin, neboť jen tak je možné zajistit dostatečný přísun živin, vitaminů a minerálních látek. (zařazovat všechny druhy mas, pravidelně střídat přílohy a snažit se mít co největší zastoupení brambor, používat různé druhy zeleniny) [23].

## 5.6 Potřeba energie

Energii potřebujeme ke každé, i sebenepatrnější aktivitě, a vlastně už k samotnému životu – bez dodávky energie bychom nebyli schopni dýchat, srdce ani ledviny by nemohly pracovat, nezvedli bychom ruku ani nohu. Současně však platí, že energie potřebujeme jen tolik, kolik jí skutečně spotřebujeme. Potřebujeme tedy pouze tolik energie, kolik činí součet potřeby základní (na zajištění činnosti srdce, plic, ledvin a vnitřních orgánů a k udržení stálé tělesné teploty) a výkonnostní (závisející na množství a intenzitě tělesných a duševních výkonů). Základní potřeba – v závislosti na stáří, tělesné výšce a hmotnosti – se během 24 hodin pohybuje v rozmezí 5000 až 6700 kJ u žen a 5800 až 7500 kJ u mužů. Lehká práce (asi taková, jakou dnes dělá většina z nás) si za den navíc žádá od žen takových 2000

až 2700 kJ, od mužů pak 2500 až 3400 kJ. Stručně a jednoduše lze tedy celkovou energetickou potřebu dnešního člověka vyjádřit jednoduchou tabulkou [26].

Tabulka 3. Celková energetická spotřeba dnešního člověka v kJ/den<sup>-1</sup> [26].

Věk (roky)	Muži (kJ/den)	Ženy (kJ/den)
19 až 35	11000	9200
35 až 50	10000	8400
51 až 65	8500	7600
nad 65	8000	7100

Při představě zdravější stravy myslí většina lidí nejdříve na méně kalorií, více vitamínů, snad ještě na minerální látky, stopové prvky a balastní látky, ale téměř nikdy na enzymy. Tělesná produkce enzymů sice postačí, aby byly pokryty základní potřeby, ale k účinné prevenci před zdravotními problémy to nestačí. Dnešní běžné jídlo se vyznačuje přebytečnými kaloriemi a současně nedostatkem vitálních látek. To vede k paradoxu, že příslušníci průmyslově vyspělých národů trpí i přes nadváhu a rozmanitou potravinovou nabídku příznaky nedostatku. Dnes běžnému jídlu chybí především vitaminy (obzvláště skupiny B), minerální soli a stopové prvky (hlavně jod a hořčík), balastní látky a enzymy [27].

Bylo prokázáno, že řada onemocnění, jako například obezita, infarkt myokardu, mozková mrtvice, cukrovka, žlučnickové kameny, divertikulóza, rakovina střeva nebo prsu i další nemoci úzce souvisejí se skladbou stravy. Změna ve výživě nepůsobí jako všelék, špatné stravovací návyky však mohou v každém případě nepříznivě ovlivnit zdravotní stav [29].

### 5.6.1 Energetická bilance

Energetická potřeba organismu je součtem bazálního energetického výdeje, termického efektu přijaté stravy, fyzické aktivity a přítomné choroby, kde stoupají energetické nároky organismu úměrně závažnosti choroby – úměrně velikosti stresu [30].

Základní energetický příjem (ZEV) (= Basal Energy Expenditure (BEE)) je nejnižší energetický výdej organismu ráno těsně po probuzení za 12 – 18 hodin po posledním jídle. Je

definován jako minimální produkce tepla v organismu a je ovlivněn antropometrickými ukazateli (věkem, výškou, váhou, tělesnou teplotou a pohlavím) [30].

Klidový energetický výdej (= Resting Energy Expenditure (REE), případně Resting Metabolic Rate (RMR)) je klinicky často využíván. Odráží metabolické nároky organismu v kteroukoli denní dobu. Měření je prováděno po 30 minutovém klidu na lůžku, nejméně 2 hodiny po posledním jídle v tepelně indiferentním prostředí. Termický efekt potravy představuje nárůst energetického výdeje s maximem za 90 minut po perorálním podání příjmu potravy a návratem k preprandiálním hodnotám za 2 – 4 hodiny. Je způsoben metabolickými nároky organismu na zpracování potravy a je uváděn v procentech přijaté energie. Pohybová aktivita zvyšuje energetický výdej o 20 – 60 % v závislosti na typu zátěže [30].



## 6 ROZDĚLENÍ STRAVOVACÍHO SYSTÉMU

### 6.1 Normální strava

Tento typ stravy je výhradně určen klientům, kteří mají tzv. „Komplexní lázeňskou léčbu“, tzn. lázeňský pobyt, jim plně hradí zdravotní pojišťovna. Dalšími klienty, kteří se v této části restaurace stravují, jsou hosté, kteří mají tzv. „Příspěvkovou lázeňskou léčbu“, tzn. zdravotní pojišťovna klientům hradí pouze léčbu. Stravu a ubytování si klienti hradí sami. Posledním typem hostů, se kterými se v této části restaurace můžeme setkat, jsou hosté, kteří si lázeňský pobyt hradí plně sami.

Doba výdeje pokrmů u tohoto typu stravy je rozdělena na dvě směny (viz tabulka 2).

Nově příchozí klienti v den příjezdu obdrží na recepci stravovací kartičku, kde má určenou směnu. S touto kartičkou se klient hlásí u servírky v lázeňské restauraci. Servírky dle obsazenosti určují místo k sezení (kde bude klient sedět po celou dobu pobytu). Dále se nově příchozím klientům vysvětlí jídelní lístek a provede se objednávka stravy dle typu diety na první týden pobytu. Dietu určuje lázeňský lékař při vstupním lékařském vyšetření. Pokud lékař určí dietu, tak se hosté mohou o vhodnosti výběru pokrmů poradit s nutriční terapeutkou, popř. si mohou nechat hosté připravit individuální stravovací plán.

Objednávka stravy se provádí dopředu a značí se do stravovacích kartiček.

#### 6.1.1 Snídaně

Hostům se ke snídani zakládají snídaňové základy dle typu diety (máslo a džem, med nebo dia džem). Dle předchozí objednávky se poté hostům zakládá snídaně.

Denně je výběr 3 druhů snídaní (podle typu diety), popř. si mohou hosté místo snídaně objednat ovocný/zeleninový talíř. Pečivo, chléb, je během snídaně vždy založené v košíčcích na jednotlivých stolech. Hosté, kteří mají dietu, dostanou vždy celozrnné pečivo i chléb, ostatní hosté mají možnost výběru.

Tmavý chléb ve srovnání s chlebem bílým se vyznačuje vyšším podílem vitaminů, stopových prvků, minerálních látek a zejména podstatně vyšším obsahem vlákniny, které zvláště v hrubší formě má příznivý vliv na funkci trávicího ústrojí. Obalové vrstvy obilného zrna zvyšují biologickou hodnotu, snižují energetickou hodnotu [31].

Hlavní nápoj, který se ke snídani podává, je čaj. Nabídka nápojů je ještě rozšířena o mléko, bílou kávu nebo kakao.

Pro diabetiky jsou připraveny diabetické svačiny. Hosté, kteří mají dietu, obdrží 1 porci ovoce/zeleniny.



Obrázek 3. Ukázka založení a servisu – snídaně „Normální strava“ [autor práce].

### 6.1.2 Oběd

Polévka je hostům nabízena z polévkové mísy. Pacientům a klientům, mající redukční dietu, není podávána polévka. Místo polévky obdrží hosté porci ovoce nebo zeleniny.

Zelenina je obecně charakterizována vysokým obsahem vody (80 – 95 %) nízkým obsahem tuku, malým množstvím proteinů. Obsah tuků a většinou i sacharidů je z výživového hlediska zanedbatelný. Řada druhů zeleniny má vysoký obsah vitaminů, zejména vitaminu C, některé i vitaminů skupiny B a karotenoidů. Některé druhy mají i vysoký obsah vlákniny. Velký objem zeleniny a její nízký obsah energie pomáhá snižovat riziko obezity [11].

Na základě předchozí objednávky z jídelního lístku je hostům servírován hlavní pokrm. Hosté mají možnost výběru ze 4 druhů pokrmů. Součástí obědového menu je většinou i zeleninový salát nebo ovocný kompot (pro diety dia kompot).

K obědu se podává čaj, v letních měsících ovocná šťáva. Tříkrát týdně je hostům, kteří nemají dietu, podáván moučník. Hosté mající dietu obdrží 1 porci ovoce.



Obrázek 4. Ukázka založení a servisu – oběd „Normální strava“ [autor práce].

### 6.1.3 Večeře

Dle předchozí objednávky je hostům servírován vybraný pokrm. Lázeňští hosté mají při objednávce opět možnost výběru ze 4 druhů pokrmů. K pokrmům je podáván zeleninový salát nebo ovocný kompot (pro diety dia kompot). Nápojem, který se k večeři podává, je čaj. Pro diabetiky jsou připraveny diabetické svačiny na II. večeři. Všechny diety pak obdrží 1 porci ovoce či zeleniny.

Podobně jako v zelenině je i v ovoci hlavní složkou voda, obsah bílkovin i tuků je zanedbatelný. Ovoce obsahuje 5 – 15 % sacharidů, většinou jednoduchých cukrů. Některé druhy mají vysoký obsah vitamínu C, vitamínů skupiny B a karotenoidů, minerálních látek a vlákniny [11].

## 6.2 Výběrová strava

Tento typ stravy je určen klientům z řad samoplátců, popř. klientům, kteří by se jinak stravovali na normální stravě, ale mají zájem o jiné stravovací služby, popř. tento typ stravy volí z časových důvodů.

### 6.2.1 Snídaně

Snídani si hosté neobjednávají. Snídaně jsou nabízeny formou rautu. Hosté mají možnost výběru ze studených obložených mís salámových a sýrových, které jsou založeny v nabídkovém chlazeném voze. Dále jsou zde nabízeny např. různé pomazánky, zelenina, máslo apod. Součástí snídaňové nabídky jsou i teplé snídaňové pokrmy. 2 – 3 druhy teplých pokrmů (jako například vařené párky, klobásy, sázená vejce) jsou nabízeny z ohříváné

nádoby zvané Chafing, širší nabídka teplých pokrmů (vločková či krupicová kaše, míchaná vejce, vaječné omelety, hemenex apod.) jsou připravovány na objednávku. Dále si lázeňští hosté mohou nabídnout i různé sladké koláče, müsli, cornflakes, medy, džemy, dia džemy. Pestrá je i nabídka jogurtů a ovoce, nacházejících se v chlazené vitríně. Pečivo, jak světlé, tak celozrnné, je během snídane založeno v košících. Ke snídani je nabízena káva, čaj, teplé a studené mléko, několik druhů džusů.



Obrázek 5. Ukázka snídaňového rautu – „Výběrová strava“ [autor práce].

### 6.2.2 Oběd

Polévka je hostům servírována v bujon šálkách. Po polévce je lázeňským hostům podáván hlavní pokrm. U výběrové stravy mají hosté možnost výběru z 5 druhů pokrmů. Součástí obědového menu je i široká nabídka ovocných kompotů, zeleninových a ovocných salátů či nakládané zeleniny, jež se nachází v chlazeném nabídkovém voze.

Denně je servírován moučník. Nabídka jogurtů a ovoce je zachována i během oběda.

Nápoj, který se k tomuto typu stravy podává, je minerální voda.



Obrázek 6. Ukázka založení – oběd „Výběrová strava“ [autor práce].

### 6.2.3 Večeře

Večeře začíná servisem předkrmu. Poté přichází na řadu servis hlavního pokrmu a nakonec nabídka dezertu. Během večeří je na nabídkovém stole založena ohřívaná nádoba s polévkou a naběračkou, bujon šálky.

Minerální voda je podávána i k večeři. Nabídka kompotů, salátů, jogurtů a ovoce zůstává zachována i během večeře.



Obrázek 7. Ukázka nabídky kompotů a salátů – „Výběrová strava“ [autor práce].

## 6.3 Závodní stravování

Jídelna pro zaměstnance se nachází v těsné blízkosti kuchyně, ale je stavebně oddělena od restaurace pro lázeňské hosty.

V rámci závodního stravování se objednává strava na týden dopředu.

Snídaně se nevybírání, je daná nutriční terapeutkou.

Obědové menu se skládá z polévky a hlavního pokrmu. Zaměstnanci mají výběr vždy ze dvou druhů pokrmů jak u obědu, tak i u večeře.

Ve všední dny se stravuje cca 35 zaměstnanců, o víkendu 20 zaměstnanců.

## 6.4 Lázeňská kavárna

Do lázní se jezdí hosté nejen léčit, ale i odpočinout a načerpat nové síly. Proto byla v roce 2011 v Sirmatých lázních Ostrožská Nová Ves, s.r.o. slavnostně otevřena Lázeňská kolonáda, včetně kavárny a tří obchůdků. Kolonáda se nachází v blízkosti hlavní lázeňské budovy.

Kavárna s letní terasou je otevřena denně od 10,00 do 22,00 hodin. Kapacita vnitřní části kavárny činí cca 70 míst a letní terasa 30 míst k sezení.

Kavárna nabízí denně čerstvé zákusky, zmrzlinové poháry, několik druhů káv, vín, alkoholických i nealkoholických nápojů, ale i čepované pivo.

Lázeňská kavárna nabízí i kulturní vyžití. Každý čtvrtek se konají taneční večery, které začínají v 19,30 a jsou přístupné nejen lázeňským hostům, ale i veřejnosti. Neméně úspěšné jsou i komorní koncerty Tria Tonight ze Zlína. Toto dámské seskupení zde vystupuje pravidelně 1x za měsíc. Dále 1x měsíčně v lázeňské kavárně vystupují Mažoretky seniorky z nedaleké Ostrožské Lhoty a Tetičky z Kunovic, které zpívají místní lidové písničky.

1x až 2x týdně se zde připravují i různé odpolední přednášky.

V letních měsících se téměř každou neděli konají odpolední koncerty dechové hudby Novoveš'anka. K tomuto účelu zde byl zbudován venkovní taneční parket a zastřešené pódium pro účinkující.

## ZÁVĚR

Na základě posouzení Stravovacího systému lázeňského sanatoria v Ostrožské Nové Vsi jsme dospěli k následujícím závěrům:

- restaurace je rozdělena na dvě stravovací části. V přední části restaurace se stravují klienti, kteří mají tzv. „Normální stravu“, v zadní části restaurace se nachází tzv. „Výběrová strava“
- dieta má své číselné označení, svůj název a je charakteristická svým složením nebo konzistencí. Dietní systém je složen ze základních diet (0 – 14), speciálních diet a ze standardizovaných dietních postupů
- mezi základní diety řadíme dietu č. 0 – tekutou, č. 1 – kašovitou, č. 2 – šetřící, č. 3 – racionální, č. 4 – s omezením tuků, č. 5 – bezzbytkovou, č. 6 – nízkobílkovinou, č. 7 – nízkocholesterolovou, č. 8 – redukční, č. 9 – diabetickou, č. 10 – neslanou, č. 11 – výživnou, č. 12 – batolecí, č. 13 – strava větších dětí, č. 14 – výběrovou.
- jídelní lístek sestavuje nutriční terapeutka ve spolupráci s šéfkuchařkou. Zpracovaný jídelní lístek se předkládá ke schválení vedoucímu lékaři lázeňské léčebny.
- při sestavování jídelního lístku se věnuje pozornost nejen výběru potravin, ale i jejich úpravě. Strava je dostatečně pestrá a přiměřená věku, zdravotnímu stavu i fyzickému zatížení.
- je dodržena energetická a biologická hodnota stravy (snižovat příjem tuků k požadovaným hodnotám, dodržovat správný poměr tuků rostlinných vůči živočišným)
- při výběru pokrmů se respektuje věková kategorie strávníků
- dbá se na různorodost pokrmů ve vztahu ke konzistenci, barevnosti, chuti a technologické úpravě
- dbá se na co největší pestrost ve výběru potravin z různých skupin, neboť jen tak je možné zajistit dostatečný přísun živin, vitaminů a minerálních látek (zařazují se všechny druhy mas, pravidelně se střídají přílohy a je snaha mít co největší zastoupení brambor, používají se různé druhy zeleniny).

## SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

- [1] VALEŠOVÁ, J. ústní sdělení, Sírnaté lázně Ostrožská Nová Ves, 20. 11. 2011.
- [2] MITÁČKOVÁ, M., PLACHÁ, L. Jubilejní časopis k 15. výročí založení ROYAL SPA, *ROYAL SPA news*, 2011.
- [3] České lázeňství: tradice a historie. *Svaz léčebných lázní ČR* [online]. 2011 [cit. 2012-03-05]. Dostupné z: <http://www.lecebne-lazne.cz/cs/ceske-lazenstvi/tradice-a-historie>.
- [4] Zákon č. 164/2001 Sb., o přírodních léčivých zdrojích, zdrojích přírodních minerálních vod, přírodních léčebných lázní a lázeňských místech a o změně některých souvisejících zákonů (lázeňský zákon).
- [5] Zákon č. 160/1992 Sb. České národní rady o zdravotní péči v nestátních zdravotnických zařízeních.
- [6] Zákon č. 372/2011 Sb. o zdravotních službách a podmínkách jejich poskytování (zákon o zdravotních službách).
- [7] ANONYM, Základní informace o systému kritických bodů. *PAP - PROGRAMOVÁNÍ - ANALÝZA - PORADENSTVÍ* [online]. [cit. 2012-04-09]. Dostupné z: <http://www.haccpservis.cz/>.
- [8] Nařízení Evropského parlamentu a Rady č. 852/2004 o hygieně potravin.
- [9] Příloha k vyhlášce Ministerstva zemědělství č. 147/1998 Sb. o způsobu stanovení kritických bodů v technologii výroby.
- [10] SOCHOR, L. Lázeňská léčka a nabídka procedur, *Informační brožura Sírnaté lázně Ostrožská Nová Ves*, 2011.
- [11] KUDLOVÁ, E. *et al. Hygiena výživy a nutriční epidemiologie*. 1. vydání. Praha: Karolinum, 2009. 286 s. ISBN 978-80-246-1735-0.
- [12] JANOVSKÁ, E. Dietní systém. *Dietologie* [online]. 2011 [cit. 2012-03-12]. Dostupné z: <http://www.dietologie.cz/vyziva/skoleni-seminare-prednasky/ceska-asociace-sester/dietni-system.html>.
- [13] KOMPRDA, T. *Výživou ke zdraví*. 1. vydání. Velké Bílovice: TeMi CZ, 2009. 112 s. ISBN 978-80-87156-41-4.



- [14] BUŇKA, F., NOVÁK, V., KADIDLOVÁ, H. *Ekonomika výživy a výživová politika*. 1.vyd. Zlín: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, 2006. 159 s. ISBN 80-7318-429-X.
- [15] DOSTÁLOVÁ, J. *et al.* *Zdravá třináctka - stručná výživová doporučení pro širokou veřejnost. Společnost pro výživu* [online]. 2006 [cit. 2012-04-10]. Dostupné z: <http://www.vyzivaspol.cz/rubrika-dokumenty/zdrava-trinactka-strucna-vyzivova-doporuceni.html>.
- [16] ODSTRČIL, J., ODSTRČILOVÁ, M. *Chemie potravin*, 1. vydání, Brno: NCO NZO, 2006, 164 s. ISBN-10: 80-7013-435-6.
- [17] ANONYM. *Léčba obezity. Bariatric Edge* [online]. 2012 [cit. 2012-04-11]. Dostupné z: <http://www.chcizhubnout.cz/cs/lecba-obezity/>.
- [18] BUČKO, M. *Dietní systém neboli léčebná výživa v nemocničních zařízeních. Potravinářská Revue*, 2010, č. 4, s. 67-69.
- [19] ANONYM. *Diety – dieta šetřící. Dietologie* [online]. 2010 [cit. 2012-03-10]. Dostupné z: <http://www.dietologie.cz/dieta/zakladni-dieta/dieta-setrici/dieta-setrici-vzor-dieta-c-2.html>.
- [20] ANONYM. *Dieta č. 4 – s omezením tuku. Výživa ve zdraví i nemoci* [online]. 2011 [cit. 2012-03-01]. Dostupné z: [http://www.lecivyziva.estranky.cz/clanky/dieta-c\\_4.html](http://www.lecivyziva.estranky.cz/clanky/dieta-c_4.html).
- [21] ANONYM. *Diety – dieta nízkocholesterolová. Dietologie* [online]. 2008 [cit. 2012-03-10]. Dostupné z: <http://www.dietologie.cz/dieta/zakladni-dieta/dieta-nizkocholesterolova/nizky-cholesterol-dieta-c-7.html>.
- [22] ANONYM. *Diety – redukční dieta. Dietologie* [online]. 2011 [cit. 2012-03-08]. Dostupné z: <http://www.dietologie.cz/dieta/zakladni-dieta/dieta-redukzni/redukce-vahy-dieta-c-8.html>.
- [23] ANONYM. *Diety – diabetická dieta. Dietologie* [online]. 2010 [cit. 2012-03-09]. Dostupné z: <http://www.dietologie.cz/dieta/zakladni-dieta/diabeticka-dieta/diabetes-mellitus-cukrovka-dieta-c-9.html>.
- [24] ANONYM. *Diety – dieta neslaná šetřící. Dietologie* [online]. 2010 [cit. 2012-03-10]. Dostupné z: <http://www.dietologie.cz/dieta/zakladni-dieta/dieta-setrici-neslana/dieta-neslana-dieta-c-10.html>.

- [25] JURČÁKOVÁ, A. *Identifikácia a optimalizácia alergénov zeleru v potravinách metódou real-time PCR*. Nitra, 2011. Dizertační práce. Slovenská poľnohospodárska univerzita v Nitre.
- [26] HOŘEJŠÍ, J. Co nám dává energii. *Medicina.cz – První český zdravotnický portál* [online]. 1999 [cit. 2012-05-05]. Dostupné z: [http://www.medicina.cz/verejne/clanek.dss?s\\_id=2251&s\\_rub=118&s\\_sv=2&s\\_ts=41035,8942592593](http://www.medicina.cz/verejne/clanek.dss?s_id=2251&s_rub=118&s_sv=2&s_ts=41035,8942592593).
- [27] LEIBOLD, G. *Enzymy: Enzymy při prevenci a léčbě*. Praha: PRAGMA, 2002. 77 s. ISBN 80-7205-700-6.
- [28] BODLÁK, J. *Zdraví máme na talíři: léčivé a škodlivé účinky potravin*. 1. vydání. Praha: Granit, 2002. 159s. ISBN 80-7296-016-4.
- [29] SRANWAYOVÁ, P. *Léčebná výživa při běžných onemocněních*. 1. vydání. Praha: Nakladatelství PAVLA MOMČILOVÁ, 2002. 93 s. ISBN 80-85936-14-3.
- [30] KOHOUT, P., RUŠAVÝ, Z., ŠERCLOVÁ, Z. *Vybrané kapitoly z klinické výživy I.*, 1. vydání., Praha: Forsapi 2010. 184 s. ISBN-13: 978-80-87250-08-2.
- [31] ANDERLE, P., SCHWARZ, H., BORŮVKOVÁ, V., ŠTĚPÁNKOVÁ, V. *Zbožíznalství: poživatiny - potraviny, pochutiny*. 4. vydání. Praha: SNTL, 2001. 249 s. ISBN 80-902655-2-9.

**SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK**

HACCP	Hazard Analysis and Critical Control Points – Systém kritických kontrolních bodů
BMI	Body Mass Index – index tělesné hmotnosti
WHO	World Health Organization – Světová zdravotnická organizace

## SEZNAM OBRÁZKŮ

Obrázek 1. Restaurace v Sirmatých lázních Ostrožská Nová Ves, s.r.o. [autor práce].

Obrázek 2. Potravinová pyramida [17].

Obrázek 3. Ukázka založení a servisu – snídaně „Normální strava“ [autor práce].

Obrázek 4. Ukázka založení a servisu – oběd „Normální strava“ [autor práce].

Obrázek 5. Ukázka snídaňového rautu – „Výběrová strava“ [autor práce].

Obrázek 6. Ukázka založení – oběd „Výběrová strava“ [autor práce].

Obrázek 7. Ukázka nabídky kompotů a salátů – „Výběrová strava“ [autor práce].

**SEZNAM TABULEK**

Tabulka 1. Zásady postupu stanovení systému kritických bodů a postupnost jejich plnění [9].

Tabulka 2. Doba výdeje pokrmů [ $\text{h}^{-1}$ ].

Tabulka 3. Celková energetická spotřeba dnešního člověka v  $\text{kJ}/\text{den}^{-1}$  [26].

## SEZNAM PŘÍLOH

P I: Ukázka jídelního lístku – 2. týden

P I: Ukázka jídelního lístku – 4. týden

## PŘÍLOHA P I: UKÁZKA JÍDELNÍHO LÍSTKU 2. TÝDEN

Sírnaté lázně Ostrožská Nová Ves s.r.o.

### Jídelní lístek

#### Neděle

2.týden

**SNÍDANĚ:** Čaj, kakao, mléko, rama, med, pečivo, chléb, sladké pečivo (d.č. 7, 9 – džem dia, tmavé pečivo, tmavý chléb)

2,3,7,8,9, veg. 1. Šlehaná tvaroh s pórkem, zeleninová obloha  
3 2. Pomazánka HORALKA (šunkový salám, tavený sýr, feferony), zeleninová obloha  
2,3,7,8,9,veg. 3. Jogurt bílý, cornflakes

#### Svačina DIA:

9 Sýr jogurtový, chléb, ovoce (zelenina)  
2,7,8,OMM Ovoce (zelenina)

#### OBĚDY:

2,3,7,9 **Polévka selská**  
8, OMP Ovoce místo polévky

2,3,7,8,9 1. Kuřecí plátek se šunkou a sýrem, rýže, salát  
3 2. Hovězí pečeně frankfurtská, krupicové noky  
2,3,7,8,9 3. Kapr na kmíně, brambory s petrželkou, salát  
2,3,7,8,9, veg. 4. Zapékaný lilek s rajčaty a sýrem, brambory s petrželkou, salát

2,3 MOUČNÍK  
7,8,9 OVOCE

#### VEČEŘE:

2,3,7,8,9 1. Studená obložená mísa, pečivo  
2,3,7,8,9 2. Vepřové medailonky s baby karotkou, brambory  
3 3. Těstoviny zapečené s uzeným masem, strilovaný okurek  
3,7,8,9 4. Baltická mísa (rybí výrobky), pečivo

#### II. VEČEŘE

9 Sýr Eidam, chléb, ovoce (zelenina)  
2,7,8 Ovoce (zelenina)

K obědu i k večeři – čaj

## PŘÍLOHA P II: UKÁZKA JÍDELNÍHO LÍSTKU 4. TÝDEN

Sírnaté lázně Ostrožská Nová Ves s.r.o.

### Jídelní lístek

#### Pondělí

4.týden

#### SNÍDANĚ:

Čaj, bílá káva, mléko, rama, med, pečivo, chléb  
(d.č. 7, 9 – džem dia, tmavé pečivo, tmavý chléb)

2,3,7,8,9, veg.  
3,7,9

2,3,7,8,9,veg.

1. Sýr Eidam, sýr Eidam s bazalkou, zeleninová obloha
2. Pomazánka z drůbežího masa, zeleninová obloha
3. Jogurt light, cornflakes

#### Svačina DIA:

9  
2,3,7,8

Šunkový salám, chléb, ovoce (zelenina)  
Ovoce (zelenina)

#### OBĚDY:

3,7,9  
2  
8, OMP

**Polévka kapustová**  
**Polévka dietní - vývar**  
Ovoce místo polévky

3,7,8,9

1. Hovězí maso po makedonsku (masové nudličky, rajčatový protlak, fazolové lusky), rýže, salát

3,7,8,9  
3,7,8,9  
2,3, veg.

2. Steak z mečouna s česnekem a bylinkami, brambory, salát
3. Vepřový kotlet v hořčicové marinádě s bramborovou kaší, salát
4. Jahodové taštičky s tvarohem

2,3,7,8,9

#### OVOCE

#### VEČEŘE:

2,3,7,8,9

1. Jarní závitky (vepř. maso, mrkev, kukuřice, hrášek), brambory, salát

3

2. Masový Talíf s oblohou (pečená plec, bůček, uzená krkovice, uzený bůček, hořčice, křen, kozí rohy), chléb

3,7,8,9  
3,7,8,9

3. Králík nadivoko, šťouchané brambory, salát
4. Zeleninový salát se třemi druhy sýra, pečivo

#### II. VEČEŘE

9  
2,7,8

Tvaroh PALADIN, chléb, ovoce (zelenina)  
Ovoce (zelenina)

K obědu i k večeři – čaj