



ALERGENY VE ŠKOLNÍ JÍDELNĚ

Dne 1. května 2014 uplynulo právě 10 let od vstupu České republiky do Evropské unie. S tím se pojí i řada nařízení, aktuálně je to chystané označování alergenů v podávaných pokrmech. Kolem tématu vyvstalo mnoho otázek a rozruchu. Přinášíme odpovědi na ty nejčastější, snad pomohou rozptýlit Vaše obavy.

Text: Dagmar Kadlecová, metodička školního stravování

Jak zní legislativa?

Pokud sáhnete po evropské legislativě, je to směrnice 2000/2013/ES pro označování potravin. Ta bude nahrazena nařízením 1169/2011/EU, čl. 44, odst. 1 a) o poskytování informací o potravinách spotřebitelům s platností od 13. prosince 2014. Od tohoto dne se datuje zásadní změna v uvádění alergenů u zhotoveného jídla ve školní jídelně v jídelním lístku.

V českém předpise najdeme krátkou zmínku v prováděcím předpise Zákona o potravinách 110/1997 Sb., ve vyhlášce č. 113/2005 Sb. o způsobu označování potravin a tabákových výrobků. V § 8, odst. 10 je stanoveno, že potravin, která obsahuje alergen, musí být označena „jasně a zřetelně“ pro spotřebitele, ve školní jídelně je to „strávník“.

Proč musíme alergenů uvádět?

Rozšíření potravinových alergií vzbudilo v posledních letech pozornost, dle studií postihují 2–4 % dospělých a 6–7 % dětí, čímž se stávají komplexním problémem. Osoby trpící alergií na některé potraviny je mohou ze své stravy lehce vyloučit, pokud jsou přítomny v přírodní formě. Je však velmi obtížné zjistit, zda tytéž alergenů nejsou přítomny v některých hotových pokrmech nebo polotovarech, např. v omáčkách, polévkách. Již v roce 2005 (Směrnice EU 2003/98/EC; doplňující Směrnici 2000/13/EC) byla výrobcům potravin uložena povinnost uvádět na etiketách tehdy 12 skupin potenciálních alergenů, pokud jsou užívány jako přísady v balených potravinách. A na základě skutečnosti, že více než 50% alergických reakcí proběhne právě tehdy, když se lidé stravují mimo

domov, mají nová pravidla zajistit, aby i na nebalených potravinách byly informace vždy k dispozici.

Na koho se povinnost vztahuje?

Nařízení se vztahuje na všechny potravinářské produkty určené pro konečného spotřebitele, včetně produktů dodaných do provozů veřejného stravování (např. restaurací, jídelen, nemocnic, různých gastronomických provozů nebo rychlých občerstvení), jakož i produktů určených k jejich zásobování.

> Alergická reakce se projevuje okamžitou a silnou reakcí při styku s určitou potravinou, imunitní systém zareaguje bleskově a tělo začne produkovat specifické látky na potlačení alergenů.

Co vlastně jsou ty alergeny?

Alergeny jsou přirozeně se vyskytující látky bílkovinné povahy, které způsobují u přecitlivělých jedinců nepřiměřenou reakci imunitního systému (IS), která může vyústit až k anafylaktickému šoku. V podstatě se jedná o poruchy imunity, kdy normálně neškodné látky fungují negativně – jako alergeny a jsou napadány imunologickou obranou organismu. Označovat reakce na potraviny jako „potravinové alergie“ lze pouze ty, do kterých se zapojuje IS.

Jak probíhá alergická reakce?

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

Jak se projevuje alergická reakce?

Kýcháním, svěděním, kopřivkou, otoky, nadýmáním, dýchacími potížemi, svěděním rtů a úst, nevolnostmi, křečemi, průjmy. To je výčet relativně mírné reakce, výjimečně může vyústit k anafylaktickému šoku, (extrémně silná reakce doprovázená poruchami krevního oběhu či dýchání), který postihuje celé tělo. Většinou zanikají v souladu s narůstajícími roky.

Intolerance nebo alergie?

Tyto dva pojmy je třeba rozlišovat. U potravinové intolerance přichází reakce většinou opožděně a příznaky se mohou objevit i za několik dní. Projevuje se např. otoky, kožní reakcí, průjemem nebo zácpou...

Kolik musím sníst potraviny s alergenem, aby nastala alergická reakce?

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

Které alergeny značit?

Alergii mohou vyvolat všechny potraviny, ale EU specifikovalo 14 hlavních potenciálních alergenů, které podléhají legislativnímu značení a jsou přílohou nařízení 1169/2011/EU. Tento seznam bude v případě potřeby doplňován dle nejnovějších vědeckých poznatků.



Středa 17.12.

Luštěninová polévka /1/
Bylinkový losos, brambory /4, 7, /
Vitamaxima



Čtvrtek 18.12.

Polévka s kapáním /3, 7, 9/
Kuřecí nudličky se sýrovou omáčkou, těstoviny /1, 7, 10/



Pátek 19. 12. 2014

Polévka špenátová s opékanou houskou /7, 1, 3/
Rybí filé na srbský způsob /4, 1/, bramborová kaše /7/
Mrkvový salát s ananášem /12/
Ovocný čaj, ochucené mléko /7/

Seznam alergenů: 1. Obiloviny obsahující lepek,
3. vejce, 4. ryby, 7. mléko, 9. celer, 10. hořčice, 12. SO2

Možný způsob označení alergenů

Jak poznáme, že použitá potravina obsahuje alergen?

U jednotlivých ingrediencí, ze kterých pokrm připravujeme. Kdo normuje z norem, zjistí podle použitých ingrediencí, jestli obsahují potravinu, která je legislativně označena alergenem. Pokud normujeme pomocí počítače, zpracovatel programu vám tuto službu doplní a přímo s jídlem si vyjedete i obsažené alergeny. Pokud máte přístup do programu „Normy“, můžete si doplnit alergeny sami.

Kde je uvádět?

U jednotlivých jídel na jídelním lístku. V denní sestavě to bude vždy přímo u daného pokrmu: snídaně, přesnídávka, polévka, hlavní chod I, II, svačina, večeře. Jídelní lístek v mateřské škole a ve škole: vedle jídelního lístku bude viset seznam alergenů. Lze připojit barevný seznam s obrázky.

Podávání informací o obsahu alergenů i v nebalených potravinách, která se týká i pokrmů, nabývá platnosti 13. prosince letošního roku.

Je specifikováno, jakým způsobem alergeny označit?

Zákonné ustanovení určuje vedoucím jídelen „jasné a zřetelně označit alergenní složky“, není sice nijak blíže určeno, lze však obecně odvodit, že se jedná o takové označení, které bude strávníka dostatečně jasným způsobem informovat o tom, že je alergenní složka v potravine přítomna, nebo že některá složka pochází z alergenu uvedeného ve zmíněném seznamu legislativně značených alergenů. Toto označení není povinné, pokud název, pod kterým je potravina podávána, jednoznačně odkazuje na tuto alergenní složku, např. celerová polévka. Školním jídelnám se v tomto ohledu nechává prostor při aplikaci značení.

Je datum 13. 12. 2014 závazné?

Ano, tento den bude poprvé na jídelním lístku nová informace o přítomných alergenech v denní sestavě, kterou jídelna pro své strávníky připravila. Doporučuji s označováním alergenů nečekat na stanovené datum. Dnes je již hodně jídelen, které uvádění alergenů zavedly od dubna a mnohé pro jejich uvádění stanovily datum na 1. září 2014. Začátek nového školního roku

je skvělý, protože každá novinka by měla mít zkušební provoz, kdy se vychytávají nedostatky.

Musíme individuální přecitlivělosti jedinců na alergen dle přání rodičů zohlednit?

Školní jídelna je povinna označit vyrobený pokrm alergenní složkou, ale nebude brát zřetel na jednotlivé přecitlivělosti strávníků. Tuto skutečnost si musí každý strávník sám uhlídat. Není možné se věnovat při výrobě jídel strávníkům s potravinovou alergií jednotlivě, takže případným žádostem nebude vyhověno. Jídelna má pouze funkci informační tak, jako každý výrobce potravin a pokrmů. Školní stravování zajišťuje stravování dětí, žáků a studentů podle jednotlivých věkových kategorií a výživových požadavků. Nelze spojovat dietní stravování s přecitlivělostí na některý alergen nebo vegetariánskou stravu.

Jak a kde rodičům a ostatním strávníkům vysvětlit význam jejich uvádění?

Rodičovskou veřejnost je vhodné informovat na rodičovských schůzkách. Metodický materiál pak lze umístit před uváděním alergenů na web školy tak, aby mohly být nejasnosti v uvádění alergenů včas odbornými pracovníky vysvětleny.

SEZNAM ALERGENŮ

publikovaný ve směrnici 2000/89 ES od 13.12.2014 směrnici 1169/2011 EU

- 1 **OBILOVINY OBSAHUJÍCÍ LEPEK**
pšenice, žito, ječmen, oves, špald, kornut nebo jejich hybridní odrůdy a výrobky z nich
- 2 **KORÝŠI**
a výrobky z nich
- 3 **VEJCE**
a výrobky z nich
- 4 **RYBY**
a výrobky z nich
- 5 **PODZEMNICE OLEJNÁ (ARAŠIDY)**
a výrobky z nich
- 6 **SÓJOVÉ BOBY (SÓJA)**
a výrobky z nich
- 7 **MLÉKO**
a výrobky z něj
- 8 **SKOŘÁPKOVÉ PLODY**
mandle, lískové ořechy, vlašské ořechy, kešu ořechy, pekanové ořechy, pistácie, pinie, mandle a výrobky z nich
- 9 **CELER**
a výrobky z něj
- 10 **HOŘČICE**
a výrobky z ní
- 11 **SEZAMOVÁ SEMENA (SEZAM)**
a výrobky z nich
- 12 **OXID SIŘIČITÝ A SIŘIČITANY**
v koncentracích vyšších 10 mg. ml/kg, l. vyjádřeno SO₂
- 13 **VLČÍ BOB (LUPINA)**
a výrobky z něj
- 14 **MĚKKÝŠI**
a výrobky z nich

ag foods

Seznam alergenů si můžete stáhnout zde:
<http://www.agfoods.eu/dokumenty-ke-stazeni-158>