

Na potravinách stále šetříme,

říká **Ing. Miroslav Koberna, CSc.**, ředitel pro programování a strategii Potravinářské komory ČR

Je český zákazník ochoten platit za kvalitní potraviny a má o ně zájem?

Český zákazník má o kvalitní potraviny zájem, podobně jako v jiných evropských zemích. Bohužel k tomu nebyl dlouhodobě vychováván a jeho schopnosti rozeznávat a hodnotit kvalitu je menší než v zemích EU 15. Druhá věc je ochota za kvalitu platit. Zde narážíme na problém reálných příjmů obyvatelstva a jeho výdajových priorit. Potraviny jsou bohužel oblastí, kde lze rychle a poměrně snadno ušetřit značné peníze. Podle našich informací i v bohatých evropských zemích se snižuje ochota spotřebitelů připlácet si za kvalitní potraviny a zvyšuje se zájem o nákup v akcích. Bohužel, obchodní politika řetězců v ČR je, že čím je výrobek kvalitnější, tím je vyšší marže, respektive obchodní přírůžka, která často

označení oslovují buď plošně spotřebitele, jako u značky KLASA, nebo minoritní skupiny, jako u různých nutričních značení. Obecně platí zásada, že je dobré vědět, kdo za konkrétní značku stojí. Pokud je to v podstatě stát, jako u KLASY nebo Regionální potraviny, nebo kraje jako u regionálních označení, dá se očekávat vysoká míra objektivit, pravidla a podmínky pro udělování jsou vždy veřejně přístupné a dodržování pravidel je kontrolováno státními dozorovými orgány. Totéž v podstatě platí i pro označení udělovaná komorami nebo profesními svazy (řezníků, pekařů apod.), kde např. pro kontrolu dodržování pravidel u Českého výrobku má PK ČR uzavřenu smlouvu s dozorovými orgány. Pokud za značkou stojí takzvaní nezávislí odborníci nebo skupiny odborníků, měl by být spo-

„Je načase zlepšit informování spotřebitelů o původu zboží a zejména zavést lepší značení u nebaleného zboží.“

dosahuje i stovek procent a výrobek prakticky diskvalifikuje v porovnání s levnými dovozy. S tím ostře kontrastuje obchodní politika řetězců v jejich mateřských zemích, kde si u kvalitních výrobků marži snižují, aby udržely jejich prodej. To je ale téma pro novou českou vládu.

Podle jaké značky by si měl zákazník vybírat kvalitní potraviny?

Na českém trhu, obdobně jako v mnoha dalších evropských zemích, existuje množství nejruznějších značek a označení umístovaných na výrobky. Lze je zjednodušeně rozdělit do tří skupin. První informuje o kvalitě výrobku, druhá o původu výrobku a třetí o určitých specifických vlastnostech výrobku, ať již skutečných nebo fiktivních. Typickým představitelem první skupiny je značka KLASA, Regionální potravina, evropské značky kvality (Chráněné označení původu, Chráněné zeměpisné označení, Zaručená tradiční specialita) nebo bio výrobky nesoucí certifikované označení. U druhé skupiny je nejznámějším představitelem Český výrobek – garantováno Potravinářskou komorou ČR a patří sem jistě i označení udělovaná v krajských soutěžích Regionální potraviny (Chutná hezky jihočesky apod.). Do poslední skupiny patří hlavně označení zdůrazňující nutriční vlastnosti výrobků (Vím, co jím). Tato

třebitel opatrný a zvážit, zda jej skutečně pravidla pro udělování označení, pokud vůbec existují a jsou dostupná, oslovují, případně zda jsou podmínky v nich uváděné reálné. Závěrem tedy mohu spotřebiteli doporučit, že, pokud chce nakupovat kvalitní výrobky, jsou značky uváděné v první skupině dostatečnou orientací, pokud jej zajímá původ, je pro něj dostatečnou orientací druhá skupina, a v případě zájmu o další parametry již musí být opatrný. Já mohu v takovém případě doporučit např. logo Vím, co jím, za kterým stojí skupina renomovaných výrobců a pravidla jsou veřejně dostupná.

Vláda premiéra Jiřího Rusnoka projednala a schválila novelu zákona o potravinách a tabákových výrobcích (která se již nedostala do sněmovny, protože byla rozpuštěna). Co by tato novela přinesla a pro koho by byla výhodná?

Novela je převážně technického rázu a zavádí do české legislativy již přijaté změny na úrovni EU. PK ČR tuto novelu podporuje. Domníváme se, že je načase zlepšit informování spotřebitelů o původu zboží a zejména zavést lepší značení u nebaleného zboží, kde je spotřebitel často klamán, zejména o původu a kvalitě výrobku. Z tohoto pohledu je novela přínosná zejména pro spotřebitele.

Kvalita potravin není jen jedna

O tom, zda onemocníme některou z civilizačních chorob, rozhoduje naše genetická výbava a životní styl. Zatímco geny neovlivníme, výživa je významným faktorem, který můžeme mít pod kontrolou. Díky správné stravě tak předcházíme největšímu zabijákoví dnešní doby – srdečně-cévním nemocem.



V povědomí většiny z nás jsou zafixovány představy o tom, co je zdravé a co ne. Neexistují však zdravé a nezdravé potraviny, ale zdravá a nezdravá množství jednotlivých živin. „Vyvážený jídelníček není nudný. Je tvořivý a přinese vám kromě dobrého jídla i lepší pocit. Nemusíte se hned vzdát všech svých milovaných, i když možná hříšně nezdravých, jídel,“ říká dietoložka PhDr. Karolína Hlavatá, Ph.D., odborná garantka iniciativy Vím, co jím, co piju. Obsah rizikových živin vám pomůže hlídat právě logo Vím, co jím. Potraviny s tímto označením obsahují výživově nevýznamné množství nasycených i trans mastných kyselin, soli i přidaných cukrů.

Veronika Veselá

JAK ZDRAVĚ JÍST?

- Šetřete ruky skrytými v tučném mase, sýrech, uzeninách, sušenkách a dortech.
- Dávejte přednost kvalitním rostlinným olejům a výrobkům z nich vyrobených, např. margarínům.
- Zařadte do jídelníčku ryby, a to nejlépe dvakrát týdně. Nebojte se tučných ryb – obsahují prospěšné, tzv. rybí omega 3 mastné kyseliny.
- Jednoduchý způsob jak snížit množství přijatého tuku v potravě je **ofíznout z masa viditelný tuk**.
- Omezte spotřebu cukru a potravin cukr obsahujících včetně slazených nápojů.
- Snižte spotřebu sušenek a dalších výrobků s náplní či polevou a cukrovinek neznámého složení.
- Jídla **nedosolujte**.
- **Zeleninu a ovoce** zařazujte do jídelníčku nejlépe ke každému jídlu. Denně byste měli sníst minimálně 600 g, z toho dvě třetiny zeleniny a třetinu ovoce.
- Dávejte přednost **celozrnným** variantám potravin. Říďte se informací na obalu o vyšším obsahu vlákniny.
- **Jezte luštěniny** – jsou výborným zdrojem rostlinných bílkovin.