

Arī šogad noteiks labākos skolu ēdinātājus Latvijā

Jana Skrivļa-Čevere

Latvijas Diētas un uztura speciālistu asociācija (LDUSA) sadarbībā ar Latvijas Lauku konsultāciju un izglītības centru (LLKC) jau trešo gadu aicina vecākus pieteikt savu bērnu skolu konkursam «Labākais skolu ēdinātājs Latvijā», lai noteiktu vislabākos skolu pavārus, tādējādi aktualizējot bērnu maltīšu kvalitāti skolās. Skolas konkursam pieteikt var vēl līdz 28. februārim, bet konkursa rezultāti tiks paziņoti 26. martā, lasāms tīmekļvietnē www.novadagars.lv.



Pēc tam visbiežāk pieteiktajām skolām LDUSA lūgs atsūtīt nedēļas ēdienkartes un foto, ko izvērtēs konkursa žūrija. Uzvarētāji tiks noteikti sešs nominācijās: Vidzemē, Zemgalē, Kurzemē, Latgalē, Rīgā un visā Latvijā kopumā. Šogad arī LLKC pasniegs īpašu specbalvu tai pavāru komandai, kura maltīšu pagatavošanā izmanto pēc iespējas vairāk vietējas izcelsmes produktus, īpaši tos, kuru marķējumā ir, piemēram, Zaļā karotīte.

Skolu iesniegtās ēdienkartes tiks vērtētas pēc vairākiem kritērijiem, tostarp pēc atbilstības Ministru kabineta noteikumiem Nr. 172 «Noteikumi par uztura normām izglītības iestāžu izglītojamiem, sociālās aprūpes un sociālās rehabilitācijas institūciju klientiem un ārstniecības iestāžu pacientiem», vai ēdieni ir daudzveidīgi, vai izmantots pēc iespējas vairāk vietējo un sezonālo produktu, cik daudz cukura un sāls izmantots ēdienos, kā arī, vai pavāri spēj radoši un interesanti pagatavot bērniem atbilstošus ēdienus.

LDUSA biedre, sertificēta uztura speciāliste un konkursa «Labākais skolu ēdinātājs Latvijā» projekta vadītāja Guna Bīlande atzīst, ka konkurss nu jau kļuvis par tradīciju un izpelnījies ievērojamu vecāku interesi, kuri labprāt paslavē savu bērnu skolas par maltīšu kvalitāti. Tāpat viņa uzsver, ka šis konkurss ir lielisks veids, kā izcelt labākos pavāru kolektīvus, motivējot viņus ik dienas pasniegt bērniem gardas un veselīgas maltītes.

Tikmēr LLKC valdes priekšsēdētājs Mārtiņš Cimermanis atgādina, ka aizvadītajā gadā visos reģionos organizētas mācības skolu pavāriem, lai celtu viņu darba kvalitāti un izglītotu par to, kā visveiksmīgāk nodrošināt noteikumu izpildi, apvienojumā ar gardu ēdienu. Pavāri par šīm mācībām izrādījuši lielu interesi, tās iecerēts turpināt arī šogad.

Konkursa žūrijas sastāvā būs uztura speciālistes Guna Bīlande, Lizete Puga, Alīna Kirillova, Annija Niegliņa, Anastasija Sabadaševa, Olga Ļubjina un pārtikas tehnoloģe Dzintra Kokta, bet dāvanas uzvarētāju pavāru komandām šogad nodrošina «Rimi Latvia», «Gemoss», «Watermelon», «Latvijas Pasts», «Balticovo», ZS «Kotiņi», «Food union», ZS «Gaidas». Kopvērtējuma pirmās vietas ieguvēji tiks apbalvoti ar ekskluzīvu atpūtu piecvaigžņu viesnīcā «Baltic Beach Hotel & SPA», kas atrodas Jūrmalā, pašā jūras krastā. Uzvarētājus sagaida grezna nakšņošana, SPA apmeklējums jūras ūdens relaksācijas centrā «SEA Wellness», kur veselīgās jūras ūdens peldes baudāmas visa gada garumā, kā arī bagātīgas brokastis ar skatu uz Baltijas jūru.

Konkurss tiek rīkots ar Valsts Kopējās lauksaimniecības politikas tīkla atbalstu aktivitātes «Vietējo lauksaimniecības produkcijas ražotāju un māražotāju atbalsta programma» ietvaros.

Ar konkursa nolikumu iespējams iepazīties LDUSA mājaslapā www.ldusa.lv, bet pieteikt skolu var, aizpildot tiešsaistes anketu šeit: www.ej.uz/skolased.

Pērn konkursā «Labākais skolu ēdinātājs Latvijā» uzvarēja Rīgas 34. vidusskola, savukārt 2022./2023. mācību gadā – Zentas Mauriņas Grobiņas vidusskola. Tikmēr par labāko skolu ēdinātāju Latgalē aizvadītajā mācību gadā tika atzīts Riebiņu vidusskolas ēdnīcas kolektīvs. Uz sarunu par darbu, atpūtu un dalību šajā konkursā aicināju skolas ēdnīcas vadītāju Anitu Cakuli.

Vaicāta, kā aizsākās viņas ceļš ēdināšanas nozarē un kāpēc izvēlēta tieši šī profesija, Anita stāsta, ka principā tā bijusi vairāk apstākļu sakrītība, no svara bijis arī tas, ka šo profesiju varēja apgūt gana ātri, tā dodot atspaidu ģimenei. Turklāt pavāra profesija 80. gadu vidū bijusi diezgan populāra, bet Vecbebru tehnikums, kurā viņa ieguvusi ēdienu gatavošanas tehnologa ar pavāra kvalifikāciju izglītību, tolaik kotējies ļoti augstu.

«Uzsākot darba gaitas, nevarētu teikt, ka biju stāvā sajūsmā par visu, bet nožēlojusi šo savu izvēli noteikti nekad neesmu,» uzsver Anita, piebilstot, ka strādāt sākusi 90. gados, kad ar darbvietām bijis kā bijis un skolas bija viena no retajām vietām, kur varēja rēķināties ar pastāvīgu darbu. «Nu jau būs 32 gadi, kopš strādāju Riebiņu vidusskolā, man te ļoti patīk un te jūtos kā mājās. Pa šo laiku mainījušās varas, politiskās sistēmas, likumdošanas un naudas – atceros kā sākumā vajadzēja bērnu par 15 kapeikām parbarot, pēc tam nāca «Repšes rubļi», lats... Mēs augam visam līdzī, pielāgojamies arī dažkārt visai kardinālajām pārmaiņām.»

Kas ir tas patīkamākais darbā, vaicāju. «Laikam jau tā bērnu pozitīvā aura, tas, cik viņi ir patiesi un godīgi, neizliekas un neliekuļo, saka, kā ir – garšo vai negaršo,» atzīst Anita un uzsver, ka jūt ļoti lielu atbildību par bērnu veselību, labklājību: «Vecāki palaiž bērnu uz visu dienu, es jau smejos, ka esmu viņiem kā otrā mamma. Te strādājot, ir nomainījušās veselības paaudzes, nu jau skolā mācās pirmo bērnu mazbērni.»

Kā sava darba «garoziņu» Anita min dokumentāciju, kas prasa gana daudz laika, arī kontroles: «Nevienu pavāru, domāju,

neizmanto situāciju ļaunprātīgi, barojot bērnus ar pārlietu sāls vai cukura daudzumu.» Arī tas, ka bērniem ir katram savi ēšanas paradumi, var tikt uztverts kā izaicinājums, jo bērnu ir daudz un jāspēj izlavierēt, saplānot ēdienkarti tā, lai ik dienu katram bērnam būtu kas tāds, ko viņš ēd: «Bet mūsu bērni, es uzskatu, ēd ļoti labi – gan zupuņas, gan visu citu. Te no svara arī tas, ka jau no pirmās klasītes pieradini pie ēdienu dažādības. Nu, un, protams, ēdiens jāgatavo tā, lai bērniem gribētos to vismaz pagaršot.»

Nekad neesmu savu darbu izjutusi kā apgrūtinājumu. Ir svarīgi, lai cilvēks no rīta ceļas un iet ar prieku uz savu darbu. Mani vienmēr iepriecina bērnu sveicināšanās no rīta, jautājumi, kas šodien būs ēst. Patīkami arī dzirdēt labas atsauksmes no vecākiem, tā kovidā laikā ne viena vien mamma atzina, ka bērni grib uz skolu, jo sailgojušies pēc mūsu gatavotajām pusdienām.»

Kas skolas bērniem garšo vislabāk, jautāju. «Mūsu skolas sava veida leģenda ir soļanka, pat nezinu kurā brīdī un kāpēc tā kļuva tik iemīļota. Protams, arī tie paši makaroni ar gaļu, kas, šķiet, garšo visiem bērniem, karstmaizītes. Un reizi nedēļā paši cepam smalkmaizītes.»

Riebiņu vidusskola kopā ar Preiļu 1. pamatskolu, kā arī Ludzas pilsētas vidusskolu un Mērdzenes pamatskolu Ludzas novadā kopīgi ar partneriem no Igaunijas iesaistījušās Centrālā Baltijas jūras reģiona pārrobežu sadarbības programmā, lai pārtikas sagatavē vairāk izmantotu vietējos resursus un mazinātu ēdienu atkritumu daudzumu, mēģinot ieviest skolā «zviedru galda» ēdināšanas principu.

«Projekts ir sagatavots, ie-

sniegts un atbalstīts, Preiļu novada pašvaldība ir piešķirusi nepieciešamo līdzfinansējumu un ir ļoti ieinteresēti tā īstenošanā, ļoti liels atbalsts ir arī mūsu skolas direktore, uz kuru vienmēr var paļauties,» stāsta Anita, piebilstot, ka projekta īstenošana sāksies jau no 1. marta un turpināsies līdz 2028. gadam. «Bijām Daugavpilī, kur zviedru skolas pārstāvji dalījās savā pieredzē, bija ļoti interesanti un daudz ko redzēt un mācīties. Tagad vēl gaidāmi mācību braucieni uz Somiju, Zviedriju, tad vēl bufetes stila maltīšu un ēdienkaršu izstrāde, recepšu grāmatas sagatavošana, kas būs pieejama digitālā veidā pavāriem gan Latvijā, gan Igaunijā. Protams, ir arī nedrošība, bet tā jau ir ar jebko jaunu, bet jāsaprot, ka viss mainās, tostarp arī ēšanas paradumi.»

Ko devusi piedalīšanās un uzvara «Labākais skolu ēdinātājs» konkursā? «Tas, protams, ir mūsu darba ļoti augsts novērtējums, kas parāda bērnu vecāku pozitīvo attieksmi, jo konkursam nepiesakās paši ēdinātāji, viņus piesaka un par viņiem balso skolēnu vecāki. Tas bija ļoti patīkami. Liels palīdzes arī konkursa rīkotājiem par pārdomātājam dāvanām – patiešām izbaudījām atpūtu SPA – tik jauki atpūtāties,» smaidot stāsta Anita un, vaicāta par vaļaspriekiem, teic, ka darītas visādas lietas – gan šūts, gan adīts, daudz viesību galdu klāts, bet šobrīd sirdij tuvākie ir dārza darbi un puķu audzēšana, jau drīz sāksies jauna sezona ar paprikas sēšanu.

Kas ir tā īpašā un slepenā piedeva, kas palīdzējusi kļūt par labāko skolu ēdinātāju Latgalē? «Pirmkārt, tā ir darba devēja radītā vide – mums pēc ēdnīcas renovācijas ir nodrošināti ļoti labi un kvalitatīvi darba apstākļi – un



Riebiņu vidusskolas ēdnīcas kolektīvs – Anita Cakule (no kreisās), Ināra Vilcāne, Aleksandra Zabalujeva un Nadežda Gorina



Vienu no konkursā saņemtajām balvām – atpūtu piecvaigžņu viesnīcā «Baltic Beach Hotel & SPA» izbaudot

sajūta, apziņa, ka darba devējs par tevi visu laiku rūpējas un domā. Otrkārt, tas ir atbalstošs un atbildīgs darba kolektīvs – manas meitenes ir pašas labākās, mums darbā ļoti labi saskan. Treškārt, tās ir siltas rokas un mīlestība. Ir svarīgi atcerēties, ka aiz katras porcijas ir viens bērns, tāpēc nav pieļaujama pat viena piedegusi kotlete uz to lielo daudzumu sa-

gatavotā ēdiena. Vienmēr aicinām bērnus nekautrēties un, ja kaut kas nav tā, kā vajag, droši nākt un runāt, lai varam risināt problēmu un katrs bērns aiziet paēdis.

Ja tā padomā, cik daudz porciju ir pa šiem gadiem izdalīts, katra no tām rokās turēta. Vecāki mums ik dienu uztic savus bērnus, un man ir svarīgi šo uzticību at-
taisnot.»

«Projektu finansē Mediju atbalsta fonds no Latvijas valsts budžeta līdzekļiem». «Par projekta raksta «Arī šogad noteiks labākos skolu ēdinātājus Latvijā» saturu atbild SIA «Vietēja»».

MAF
Mediju atbalsta fonds