

TISKOVÁ ZPRÁVA

Praha 30. září 2025

Téměř polovina dětí bez snídaně a svačina plná cukru. Český olympijský výbor a BILLA mění stravovací návyky českých školáků, využijí zkušenosti vrcholových sportovců

Celostátní průzkum¹ mezi školáky 1. a 2. stupně základních škol poukázal na špatné stravovací návyky. Téměř polovina dětí často vynechává snídani a skoro pětina dětí nedostává od rodičů svačinu do školy nebo ji dostává jen občas. Velmi častou svačinou u dětí jsou sladkosti (až 40 %) nebo hotové výrobky z bufetu (10 %). Více než třetina (36 %) si kupuje nezdravé pochutiny bez kontroly rodičů i několikrát týdně. Třetina školáků pak nechodí pravidelně na obědy do školní jídelny a 15 % dětí pije během dne slazené nápoje.

Snídaně jako základ

Snídaně je klíčovým základem zdravého startu do dne, přesto podle nejnovějšího průzkumu na 2. stupni základních škol vynechává snídani 47,3 % a na 1. stupni 32 % žáků.

Svačiny a jejich složení

Nejčastěji děti mírají ke svačině obložené pečivo (73,5 %), ani ovoce a zelenina ve svačinových boxech naštěstí nechybí (56,7 %). Alarmující ovšem je, že téměř **pětina dětí nedostává do školy pravidelnou svačinu vůbec** a mnoho z nich sahá po sladkostech, slaných pochutinách či hotových jídlech. Sladkosti si kupuje téměř polovina dětí (48,5 %), brambůrky a jiné slané pochutiny 37,8 %, hotová jídla, jako je například párek v rohlíku, hot dog nebo zapečený toast či panini, 26,3 %. Energetický nápoj si kupuje z kapesného 10 % žáků 2. stupně, a dokonce i 5 % žáků 1. stupně.

Obědy ve školních jídelnách a pitný režim našich dětí

Průzkum mezi našimi dětmi ukázal, že téměř třetina (27,8 %) žáků 1. a 2. stupně základních škol nechodí pravidelně na obědy do školní jídelny. Ještě znepokojivější v tomto případě je, že až čtvrtina (22,6 %) se týká dětí 1. až 5. tříd, tedy prvního stupně. U druhého stupně ZŠ je to pak třetina (33,1 %) dětí, které nechodí na oběd do školní jídelny. Celých 15 % dětí pije během dne nejčastěji slazené nápoje. Jen něco přes polovinu všech dětí pije vodu (57,8 %), slazený nebo neslazený čaj pak 16,2 %, džusy téměř 10 %.

„Tyto výsledky ukazují, že velká část školáků nemá zajištěnou vyváženou snídani ani svačinu, což může dlouhodobě ovlivnit jejich zdraví, energii a schopnost soustředění ve škole,“ upozorňuje Jiří Kejval, předseda Českého olympijského výboru. „Výsledky nemají vůbec pozitivní trend, proto jsme rádi, že spolu s naším partnerem, společností BILLA, představujeme projekt podporující vyvážené stravování. Naše projekty, které jsme doposud soustředili zejména na podporu sportu u dětí, jako je Olympijský víceboj nebo Olympiáda dětí a mládeže, nyní rozšiřujeme v daleko širším kontextu i o edukaci dětí a jejich rodičů, jak se stravovat vyváženě,“ dodává Jiří Kejval.

Marek Doležal, generální ředitel BILLA ČR, doplňuje: *„BILLA se v lednu roku 2024 stala generálním partnerem Českého olympijského týmu. Od začátku nám ale nešlo o to být jen sponzorem, který je prezentován při olympijských hrách v televizi. A proto jsem rád, že se nyní stáváme partnerem projektu, který staví na zkušenosti našich vrcholových sportovců. Mohou být pro každého příkladem, jak se stravovat ve chvílích, kdy potřebujeme být v maximální formě, anebo nám doporučit, co by v našem jídelníčku nemělo chybět a třeba jak a kdy si bez výčitek zahřešit a čím to případně kompenzovat.“*

Oblíbeno olympioniky jako návod

„Společnost BILLA jako první obchodní řetězec označuje výrobky svých privátních značek logem ‚Oblíbeno olympioniky‘. Díky tomu zákazníci snadno poznají produkty, které by v jejich jídelníčku neměly chybět,“ dodává Marek Doležal.

Ambasadory projektu se stali úspěšní čeští sportovci – Kristiina Mäki, Jiří Prskavec, Jan Zabystřan, David Kratochvíl a Metoděj Jílek. Jejich tipy a zkušenosti se stravováním přibližuje také speciální videosérie, kterou právě teď můžete sledovat na sociálních sítích Českého olympijského týmu.

Moderátorkou a spoluautorkou videoobsahu je **nutriční terapeutka Andrea Mokrejšová.**

„Vybrali jsme společně několik témat, která by mohla pomoci nejen dětem a rodičům připravit vyváženou snídani či svačinu. Věnujeme se také pitnému režimu a rozkrýváme mýty spojené s výživou, protože vyvážené stravování není o dietě, ale o rovnováze.“

¹ Průzkum byl realizován výzkumnou agenturou MN Force pro společnost BILLA ČR v září 2025 na vzorku 600 českých dětí ve věku prvního a druhého stupně ZŠ.

Pro více informací prosím kontaktujte:

Petr Kubiček

PR Lead

Havas Prague

Mobil: +420 602 388 970

E-mail: petr.kubicek@havaspr.com