

Drahota mění Čechům jídelníčky. V krizi se přiklánějí k tradiční kuchyni, říká odborník

Zdravé stravování se Čechům v posledním roce výrazně prodražilo, často tak byli nuceni přistupovat ke kompromisům. Podle odborníků je ovšem i dnes možné sestavit vyvážený jídelníček, který neudělá díru do rodinného rozpočtu. V kurzu jsou hlavně tradiční česká jídla, zanevřít ale strávníci nemusí ani na kontroverzní fastfoody, jejichž obliba dlouhodobě roste. Podle nutričního specialisty je zásadní mít nad složením jídla kontrolu. Zdravému stravování může pomoci stabilizace cen obědů, v dubnu za ně Češi průměrně utratili 180,3 koruny – jen o necelou korunu více než v předchozím měsíci. V Olomouci, Karlových Varech, Liberci a Hradci Králové průměrná cena obědového menu dokonce klesla. Vyplývá to z Edenred Restaurant Indexu mapujícího útraty více než 220 tisíc majitelů benefitních karet.

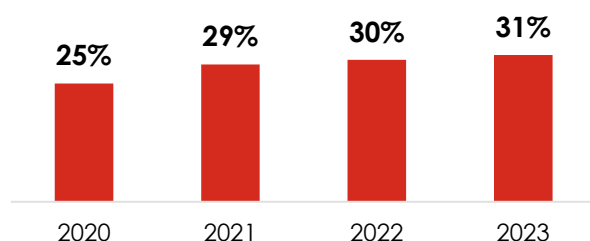
Stravovací návyky Čechů prošly od roku 2020 výraznou proměnou. Velký podíl na tom má prudký růst cen způsobený inflací, který přiměl domácnosti více si rozmyslet každý výdaj na stravování. Lidé si zvykli šetřit i na kvalitě surovin, ze kterých si jídlo sami připravují. Rozsáhlý celoevropský průzkum FOOD společnosti Edenred, kterého se v České republice zúčastnilo 5700 strávníků, ukázal, že si jen 37 % Čechů dopřává jídlo ve stejné kvalitě jako v období před prudkým růstem cen. Pro řadu Čechů je proto nutričně vyvážený jídelníček stále obtížněji dosažitelný.

„Se stravovacími návyky inflace opravdu výrazně zamávala. Často se setkávám se situací, kdy by lidé chtěli jíst zdravě, ale už si nemohou dovolit kupovat suroviny, na které byli dlouhodobě zvyklí, stejně často a ve stejném množství,“ popisuje současnou situaci **PaedDr. Tomáš Ulč, nutriční terapeut z EUC Kliniky v Plzni**. *„V posledních měsících si proto všímám určitého hledání optimálního složení jídelníčku. Lidé se stále častěji dostávají k tradičním českým pokrmům, které jsou nutričně velmi bohaté, ale doposud byly spíše přehlížené a upozadované na úkor exotičtějších alternativ. Tyto pokrmy je možné připravit v různých zdravých variantách a za přijatelnou cenu. Lidé tak mohou nejen ušetřit, ale stravovat se více lokálně, což lze jistě považovat za pozitivum,“* dodává.

Zdravě se dá najíst téměř kdekoliv

Výrazným trendem vyvolaným koronavirovou pandemií se stal strmý nárůst popularity rozvázkových služeb. Ty byly v době svého největšího rozpuku zodpovědné za 52,2 % celkového objemu plateb za obědy benefitními kartami Edenred. Nyní to však vypadá, že se lidé začínají vracet do restaurací. V dubnu měly rozvázkové služby na svědomí jen 23,1 % celkového objemu transakcí. Oproti vrcholu z března 2021 se tak jejich podíl propadl na méně než polovinu. Dlouhodobě naopak roste obliba fastfoodových restaurací. Během tří let

Podíl fast food restaurací



stoupl podíl nákupů rychlého občerstvení o šest procentních bodů, a nyní tak tvoří téměř třetinu všech transakcí benefitními kartami Edenred.

„Pokud mají lidé zájem jíst zdravě, vždy je možné najít cenově přijatelné řešení. Občas to ovšem vyžaduje ústupky a rozvahu při nákupu potravin. Relativně zdravě se našťestí mohou lidé najít prakticky všude – dokonce i v mnohých fastfoodech. Je však třeba věnovat alespoň základní pozornost složení jídel a v ideálním případě se vyhýbat pokrmům s vysokou energetickou, ale nízkou biologickou hodnotou. Jedná se zejména o pokrmy smažené, fritované, doplněné velkým množstvím sacharidové přílohy, ale postrádající čerstvou zeleninu,“ vysvětluje **PaedDr. Ulič** a uklidňuje tak obavy strážníků ze složitosti dodržování zásad zdravého stravování.

Zájemcům o zlepšení životosprávy doporučuje například zdravá bistra nebo restaurace, kde si zákazník může „svůj talíř“ sestavit sám. „Při návštěvě asijských restaurací volte pokrmy, jejichž základem není velké množství smetany či kokosového mléka. Kvalitní maso v úpravě kebab či gyros může rovněž být výživně přijatelným obědem, pokud obsluhu poprosíme, aby vám k masu místo tortilly či pečiva přiložili více zeleniny,“ říká **nutriční terapeut z Kliniky EUC**.

Ceny obědů jsou stabilní, snížil se počet transakcí

Data z posledních měsíců naznačují, že se ceny obědů po dlouhém období růstu konečně stabilizovaly. Podle Edenred Restaurant Indexu sestavovaného na základě plateb více než 220 tisíc majitelů benefitních karet společnosti Edenred se zdražování téměř zastavilo. V dubnu Češi za obědové menu průměrně zaplatili 180,3 koruny, jen o devadesát haléřů více než v březnu. Už čtvrtý měsíc v řadě tak ceny rostly jen minimálně. Nejvíce oběd stál již tradičně v hlavním městě, kde za něj Pražané průměrně utratili téměř 204 korun. Překvapivé jsou naopak výsledky z Olomouce, Karlových Varů, Liberce a Hradce Králové, kde průměrné ceny za obědové menu ve srovnání s březnem klesly, na Hané dokonce o více než korunu.

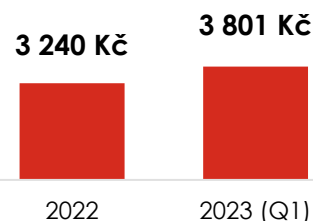
Novinkou je i meziměsíční pokles počtu zaznamenaných transakcí benefitními kartami. Ve srovnání s březnem se snížil o celých 25 %. Počet platících osob se přitom nezměnil. „Část tohoto propadu přičítáme období Velikonoc, během kterých si řada zaměstnanců brala dovolené a obědy si tak obstarala jiným způsobem. Čísla však naznačují, že by za poklesem počtu transakcí mohlo stát právě i dlouhodobé zdražování, jež zaměstnance postupně nutí šetřit a omezovat množství obědů, na které si do restaurací zajdou,“ **analyzuje situaci Aneta Martišková, členka vedení společnosti Edenred**.

Na rostoucí ceny reagují zaměstnavatelé, kteří svým zaměstnancům postupně navyšují příspěvky na stravování. Zatímco v roce 2022 činila průměrná měsíční výše nabitě částky na benefitní kartu Edenred 3 240 korun, v prvním čtvrtletí letošního roku stoupla o 17 % na 3 801 korun.

Případný pokles množství zaměstnanců obědvajících v restauracích by se na celkové návštěvnosti neměl výrazně projevit. Podle květnových dat statistického úřadu za první čtvrtletí roku 2023 se v Česku opět probouzí turismus, což se projevuje růstem obsazenosti hotelů, penzionů či kempů. Zvýšený zájem turistů by tak měl jakékoliv případné výkyvy způsobené vyššími cenami vybalancovat.

„Lidé jsou v současné době na ceny jídel velmi citliví. S výrazným růstem cen poledního menu i jednotlivých surovin se často dostávali do situace, kdy museli dělat kompromisy. Důsledkem tohoto trendu může být právě i vyšší oblíbenost fastfoodových řetězců nabízejících ve srovnání

Průměrná nabitá částka na 30 dní



s klasickými restauracemi velmi kompetitivní ceny. Zastavení růstu cen obědů by však mohlo mít pozitivní vliv i na návštěvnost klasických restaurací," odhaduje **Petr Šorna, obchodní ředitel společnosti Edenred.**

Město	IV/20	IV/21	IV/22	XII/22	I/23	II/23	III/23	IV/23	nárůst cen 2020/2023	nárůst cen 2021/2023	nárůst cen 2022/2023
Praha	146	163,2	176,9	201	201,2	202	203	203,9	39,50 %	24,90 %	15,30 %
České Budějovice	129	138,7	159,9	184,4	184,5	185,4	187,5	190,1	46,90 %	37,10 %	18,90 %
Plzeň	129	147,9	164,5	189,4	189,6	189,7	188,8	189,9	47,40 %	28,40 %	15,40 %
Karlovy Vary	121	132,6	145,5	170,5	170,8	171,8	172,5	171,6	41,90 %	29,40 %	17,90 %
Ústí nad Labem	119	134,4	145,3	162,2	162,6	162,8	164,3	166	40,10 %	23,50 %	14,20 %
Liberec	126	140,2	156,6	183,2	184,1	184,2	187,2	186,6	48,40 %	33,10 %	19,20 %
Hradec Králové	124	138,7	159,7	176,9	177,3	177,5	178,3	178,1	43,20 %	28,40 %	11,50 %
Pardubice	125	135,1	157,1	181,7	181,9	182	182,1	182,4	46,20 %	35,00 %	16,10 %
Jihlava	112	134,1	142,1	159,9	160,7	162,8	163,9	164,4	46,80 %	22,60 %	15,70 %
Brno	135	151,2	167,6	190	190,1	191,1	192,7	193,3	43,10 %	27,80 %	15,30 %
Zlín	121	128,6	142,9	161	161,5	161,9	163,2	163,4	36,50 %	27,10 %	14,30 %
Olomouc	115	126,1	139,8	163	163,6	163,7	163,8	162,7	41,00 %	29,00 %	16,40 %
Ostrava	113	131,5	151,4	172,9	173,7	173,8	173,6	175,6	55,50 %	33,50 %	16,00 %
Česká republika	126	141,4	158,1	177,6	177,8	178,3	179,4	180,3	42,60 %	27,50 %	14,00 %

O společnosti Edenred CZ

Edenred ČR pečuje o 700 000 každodenních uživatelů z řad zaměstnanců, kterým poskytuje služby v síti 57 000 partnerských provozoven. V oblasti digitalizace patří k lídrům na českém trhu. Stravenky a volnočasové benefity jsou k dispozici na jedné platební kartě Edenred Card. Karta umožňuje platbu mobilními aplikacemi Apple Pay a Google Pay. Čerpání benefitů je možné online díky platformě Edenred Benefits Café.

Edenred, každodenní společník zaměstnanců, poskytovatel přední digitální platformy pro služby a platby spojující přes 52 milionů uživatelů a 2 miliony partnerských provozoven ve 45 zemích prostřednictvím přibližně 950 000 firemních klientů.

Edenred nabízí specifická platební řešení pro konkrétní použití zaměřená na stravování (stravenky), motivaci (dárkové karty, platformy pro zapojení zaměstnanců), mobilitu (čerpací stanice, údržba, mýtné či parkovné) a firemní platby (virtuální karty).

V souladu se záměrem skupiny „Enrich connections. For good“ umožňují tato řešení zlepšovat pohodu a kupní sílu uživatelů. Zlepšují i atraktivitu a efektivitu společností, oživují trh práce a místní ekonomiku. Rovněž podporují přístup ke zdravějším potravinám, produktům šetrnějším k životnímu prostředí a ekologičtější dopravě.

10 000 zaměstnanců společnosti Edenred usiluje o to, aby se propojený svět práce stal propojeným ekosystémem, který je bezpečnější, efektivnější a zodpovědnější.

V roce 2022 skupina díky svým globálním technologickým aktivům spravovala obchodní objem téměř 38 miliard EUR, a to především prostřednictvím mobilních aplikací, online platform a karet.

Edenred je zapsán na burze cenných papírů Euronext v Paříži a je součástí indexů CAC Next 20, CAC Large 60, Euronext 100, FTSE4Good a MSCI Europe.

Značky a loga uvedená a použitá v této tiskové zprávě jsou ochrannými známkami registrovanými společností EDENRED S.E., jejími dceřinými společnostmi nebo třetími stranami. Bez písemného souhlasu svého vlastníka je nelze použít ke komerčním účelům.

Skupina EUC

Zdravotnická skupina EUC tvoří největší síť ambulantních klinik v ČR. Je největším poskytovatelem ambulantní péče, prémiové péče, mamoscreeingů a lékařské péče pro zaměstnavatele. V letech 2011 až 2021 investovala 1 129 mil. korun především do modernizace přístrojů, vzdělávání zaměstnanců a elektronizace systémů a služeb. Ve 25 zdravotnických zařízeních napříč ČR, 13 mamocentrech, 24 lékárnách a 11 laboratořích zaměstnává 2 300 zdravotníků, kteří provedou 3,3 mil. vyšetření ročně. Na podzim 2017 vydala jako první v sektoru zdravotnictví v ČR emisi dluhopisů, a to v celkovém objemu 1,4 miliardy korun. Více na www.euc.cz

KONTAKT PRO MÉDIA

Jan Kroupa
Tel. +774 992 274
jan.kroupa@dfmg.cz