

Mlsni si



Tálíř Kebab velký
s hranolkami



Twister Classic



Kebab Classic chleba



Tálíř Kebab velký
s chlebem



Kebab box



Tálíř Kebab
s hranolkami



Salát s masem



Falafel Twister
vegetarian



Twister Classic
v tortilla



Mix salát



Kebab Classic chleba

DÖNER KEBAB

- 1. Kebab classic chleba (bečky 200g, maso, sál, sál, sál, sál) 120 Kč
- 2. Kebab se sýrem (bečky 200g, maso, sál, sál, sál, sál) 130 Kč
- 3. Masový Kebab (bečky 200g, maso, sál, sál, sál, sál) 140 Kč
- 4. MEGA Kebab (bečky 200g, 120g pure maso, sál, sál, sál, sál) 150 Kč
- 5. Kebab BOX (bečky, hranolky, sál, sál) 95 Kč

TWISTER KEBAB

- 10. Twister classic (bečky, maso, sál, sál, sál, sál) 130 Kč
- 11. Twister se sýrem (bečky, maso, sál, sál, sál, sál) 140 Kč
- 12. Masový Twister (bečky, maso, sál, sál, sál, sál) 150 Kč
- 13. MEGA Twister (bečky, 120g pure maso, sál, sál, sál, sál) 150 Kč

Kebab Talíř

- Kebab Talíř s chlebem 165 Kč
- Kebab Talíř s hranolkami 170 Kč
- Kebab Talíř s chlebem 170 Kč
- Kebab Talíř s hranolkami 170 Kč
- Kebab Talíř s chlebem 140 Kč



"Jídlo je jen začátek..."

OBSAH

Úvod: O co tedy jde?

1

- Cíl práce
- Proč je téma aktuální
- Metodika sběru informací

1

1

1

Rozhovory s lidmi různých generací

2

- Postoj starší generace ke stravování
- Názory lidí středního věku
- Mladá generace a jejich zvyky
- Shrnutí poznatků z rozhovorů

2

2

3

3

Stravování v klasických restauracích – Restaurace Bernard

4

- Nabídka a kvalita jídla
- Cena versus zážitek
- Atmosféra a obsluha
- Výhody a nevýhody tradiční restaurace

4

4

5

5

Stravování ve fast foodech – KFC

6

- Rychlost a dostupnost
- Chuť a kvalita surovin
- Zdravotní hledisko
- Proč je fast food tak oblíbený?

6

6

7

7

Dovážka hotového jídla – Wolt

8

- Jak funguje aplikace
- Výběr restaurací a rozmanitost
- Pohodlí vs. cena
- Zkušenosti uživatelů a hodnocení

8

8

9

9

Dovážka potravin na domácí vaření – Rohlík.cz

10

- Princip služby a rozsah nabídky
- Ceny, čas doručení a čerstvost surovin
- Výhody vaření doma vs. objednávka hotového
- Udržitelnost a ekologický aspekt

10

10

11

11

Srovnání všech možností stravování

12

- Kvalita vs. Cena
- Rychlost a pohodlí
- Vliv na zdraví
- Která varianta je nejvhodnější pro různé typy lidí?

12

12

12

13

Závěr

13

- Shrnutí hlavních zjištění
- Osobní doporučení
- Možnosti budoucího vývoje stravování

13

14

14

MLSNI SI: ÚVODNÍ SLOVO

Milý čtenáři,

úvodem časopisu bychom chtěli porovnat různé formy stravování, které jsou dnes běžně dostupné – od klasických restaurací přes fast foody až po moderní možnosti jako je dovoz hotového jídla nebo nákupu potravin domů. Zaměříme se na výhody a nevýhody jednotlivých variant, jejich vliv na životní styl, zdraví, čas i finance. Studie také zohlední pohled různých generací na to, jaký způsob stravování preferují a proč.

Proč je téma aktuální?

Stravování se v posledních letech výrazně proměnilo. Díky technologickému pokroku a změnám ve společnosti (např. pandemie COVID-19, rychlejší životní tempo, důraz na zdraví nebo ekologii) se lidé více obrací na nové způsoby, jak si zajistit jídlo. Zatímco někdo stále preferuje tradiční návštěvu restaurace, jiný si raději objedná jídlo přes aplikaci. Rostoucí popularita dovážkových služeb a online nákupů potravin ukazuje, že téma je nejen aktuální, ale i velmi dynamické.

Zdroj sběru informací

Zdrojem sběru těchto Informací pro tuto práci byly získány kombinací několika metod. Jednalo se o:

- Rozhovory s lidmi různých věkových skupin, které pomohly zjistit rozdílné postoje a zvyky při výběru jídla.
- Pozorování a testování služeb, jako jsou restaurace Bernard, KFC, Wolt a Rohlík.cz, při kterých byly hodnoceny faktory jako kvalita, cena, dostupnost, pohodlí a spokojenost.
- Online průzkumy a dostupné statistiky, které poskytly širší kontext a podklad pro srovnání

OBJEDNÁVÁNÍ JÍDLA NAPŘÍČ GENERACEMI

Postoj starší generace ke stravování

Starší generace (cca 60 let a více) stále nejvíce důvěřuje domácí kuchyni. Často dávají přednost vaření z čerstvých surovin, které si sami nakoupí. Restaurace navštěvují spíše výjimečně, například při oslavách, a k fast foodům nebo dovážkovým službám přistupují s opatrností, často kvůli obavám z horší kvality nebo vyšší ceny. Někteří také uváděli, že moderním aplikacím (např. Wolt, Rohlík) příliš nerozumí nebo je nepovažují za potřebné.

Citace z rozhovoru:

"Já si raději uvařím doma, vím, co tam dávám. Objednávat přes mobil? To je na mě složité."
– paní Eva, 68 let

Názory lidí středního věku

Lidé ve věku 30–50 let často kombinují více způsobů stravování. Využívají restaurace pro pracovní obědy nebo večerní setkání, ale zároveň oceňují pohodlí dovážky – zejména v hektických pracovních dnech nebo při péči o rodinu. Fast food berou spíše jako nouzové řešení. Velká část této skupiny si oblíbila online nákupy potravin, zejména kvůli úspoře času.

Citace z rozhovoru:

"Dřív jsem všechno vařil doma, teď mi často pomůže Rohlík – objednám cestou z práce a doma jen uvaříme."
– pan Karel, 43 let

Objednávání jídla online je dnes běžnou součástí života, ale každý k tomu přistupuje trochu jinak. V sérii krátkých rozhovorů jsme se zeptali lidí různých věkových kategorií, jaké mají zvyky, preference a co je při objednávání jídla nejvíc baví (nebo naopak štve). Podívejte se, jak rozdílně se díváme na něco, tak všedního, jako je večere na pár kliknutí.

Mladá generace a jejich zvyky

Mladí lidé (do 30 let) jsou největšími uživateli moderních stravovacích služeb. Rychlost, pohodlí a dostupnost přes mobilní aplikace jsou pro ně klíčové. Mnozí z nich si objednávají jídlo několikrát týdně, častěji volí fast foody nebo trendy podniky dostupné na platformách jako Wolt. Někteří vaří doma, ale často z jednoduchých receptů nebo s pomocí dovážených surovin.

Citace z rozhovoru:

"Vaření je fajn, ale když mám hlad, chci jíst hned. Otevřu Wolt a za 20 minut to mám doma." – studentka Veronika, 24 let

Shrnutí poznatků z rozhovorů

Rozhovory ukázaly, že věk výrazně ovlivňuje přístup ke stravování.

- Starší generace preferuje domácí kuchyni a stabilitu.
- Střední generace hledá rovnováhu mezi pohodlím a kvalitou.
- Mladí lidé dávají přednost rychlosti, dostupnosti a technologickému komfortu.

Z toho vyplývá, že vývoj stravovacích návyků není jen otázkou doby, ale také životní fáze, ve které se člověk nachází.

KLASIKA U BERNARDA



Co dělá tradiční restauraci opravdu kvalitní? Je to poctivé jídlo, stálý personál nebo spíš způsob, jakým podnik reaguje na zpětnou vazbu? Dnes jsme se zaměřili na restauraci legendárního pivovaru Bernard. Jaké jsou rozdíly oproti jiným způsobům občerstvení? V tomto článku probereme výhody i nevýhody klasiky oproti dnešním trendům.

Nabídka a kvalita jídla



Restaurace Bernard je známá svou českou kuchyní, tradičními recepty a důrazem na kvalitní suroviny. V nabídce nechybí klasiky jako svíčková, guláš, smažený sýr či pečené maso, ale také modernější úpravy jídel. Jídlo je připravováno čerstvě, často s důrazem na sezónnost a lokální produkty.

Při návštěvě restaurace bylo jídlo nejen chutné, ale i pečlivě naservírované. Velkou roli hraje celkový gastronomický zážitek, kde kvalita výrazně převyšuje běžné rychlé občerstvení.

Cena versus zážitek

Ceny v Restauraci Bernard jsou o něco vyšší než v běžném bistro nebo fast foodu, ale odpovídají kvalitě a celkové atmosféře. Hlavní jídla se pohybují mezi 300–900 Kč, což může být pro některé zákazníky dražší, ale z pohledu zážitku a požitku ze stolování je to investice, kterou mnozí rádi udělají.

Ve srovnání s dovážkovými službami nebo fast foodem jde o pomalejší, ale o to kvalitnější a luxusnější variantu stravování.



Atmosféra a obsluha

Restaurace Bernard si zakládá na příjemném prostředí, které kombinuje tradiční český styl s moderním interiérem. Obsluha je profesionální, vstřícná a ochotná poradit s výběrem. Host má tak pocit, že je vítaný a že o něj skutečně pečují.

Taková atmosféra hraje důležitou roli při rozhodování o tom, zda si člověk zajde na jídlo osobně, nebo raději zůstane doma.



Výhody a nevýhody tradiční restaurace

Výhody:

- Kvalitní jídlo z čerstvých surovin
- Profesionální obsluha
- Gastronomický a společenský zážitek
- Klidné prostředí vhodné pro rodiny, schůzky i oslavy

Nevýhody:

- Vyšší cena oproti jiným možnostem
- Nutnost rezervace (zejména večer nebo o víkendech)
- Časová náročnost – delší čekání na jídlo



Závěr

Pokud chcete posedět ve velmi příjemném prostředí, ochutnat velice dobře připravené jídlo a celkově si odnést kulinařský zážitek, tak restaurace Bernard splní všechna Vaše očekávání.

tel: 565 300 287

e-mail: pivnice@bernard.cz



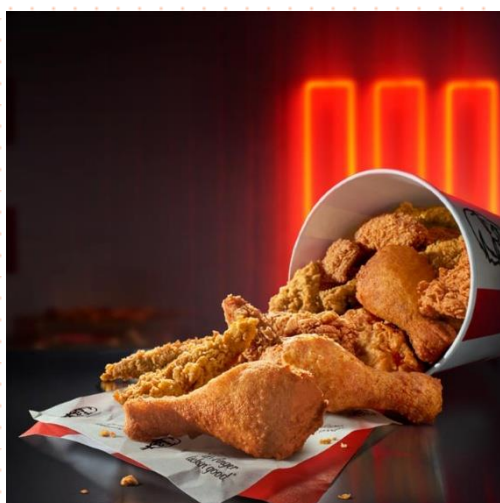
RYCHLÉ KUŘE = DOBRÉ KUŘE?

Rychlost a dostupnost:

Když si v KFC něco objednáte tak většinou příprava jídla trvá kolem 3 až 7 minut, pokud kuchyně má dané jídlo připravené a objednáváte si běžné položky nebo není dlouhá fronta. Déle to může trvat v případě, že se dělá čerstvá příprava nebo si koupíte větší objednávku.

V Česku má KFC velkou dostupnost s 127 pobočkami ve městech. KFC chce nadále rozšiřovat své fast foody, včetně menších měst.

Chuť a kvalita surovin



Chuť jídel v KFC je jedním z důvodů, proč se KFC stalo tak populárním. Jejich smažená kuřata jsou vyhlášená po celém světě. Jsou ochucena směsí 11 bylin a koření, která se následně obalují v kořeněné mouce a smaží ve fritéze. Díky tomu jsou kuřata výborně ochucená, šťavnatá, křupavá a jemně pikantní.

Kvalita surovin KFC je velmi důležitá, protože ovlivňuje chuť jídel, což má vliv na důvěru zákazníků. Hlavní surovinou je kuřecí maso, které se používá chlazené, nikoli mražené. Další suroviny, jako třeba hranolky, zelenina nebo omáčky, pochází od různých mezinárodních dodavatelů.

Rychlost, pohodlí a předvídatelnost – to jsou hlavní trumfy fast foodu, jako je KFC. Proč jsou v posledních letech fast foody čím dál tím oblíbenější? V článku se zaměřujeme na rozdíly v kvalitě jídla, úrovni služeb i zákaznickém zážitku. Sledujeme, jak se mění očekávání hostů a kde má fast food stále navrch – a kde naopak ztrácí.

Zdravotní hledisko

Bohužel zdravých jídel v KFC bychom moc nenašli anebo je jejich nabídka velmi omezená, např. v podobě čerstvých salátů. Většina jídel je smažená ve friteze, a to našemu organismu neprospívá. S konzumací těchto jídel souvisí rozvoj civilizačních chorob jako je obezita, cukrovka, srdeční choroby apod. Proto bychom konzumaci jídel v KFC měli omezovat na minimum nebo se zaměřit na výběr salátů.



Proč je fast food tak oblíbený?

Fast food je oblíbený z mnoha důvodů – výdej jídel je rychlý, dostupnost je skvělá a cenová nabídka také není zanedbatelná. Navíc zde nabízejí slevové akce, které oslovují zejména studenty nebo lidi s nižším rozpočtem. Ale hlavně je KFC oblíbené kvůli tomu, že nabízí chutná jídla, která oslovují širokou veřejnost.



Wolt se stal pro mnoho lidí synonymem pohodlného stravování – stačí pár kliknutí a jídlo dorazí až ke dveřím. Jak ale tato služba ob stojí z hlediska kvality, spolehlivosti a celkového zákaznického zážitku? V článku se podíváme třeba na to, jak velký výběr opravdu nabízejí a co všechno ovlivňuje výsledné hodnocení služby v očích zákazníků.



ZA PÁR KLIKŮ U VÁS

Jak funguje aplikace

Wolt funguje na principu dovážky jídla k vám domů. Nejprve si stáhnete aplikaci Wolt, ve které se zaregistrujete – zadáte své jméno, heslo a adresu, aby bylo jasné, kam se má jídlo doručit. V aplikaci si vyberete restauraci, ze které chcete jídlo přivést. Následně zaplatíte on-line platbou a počkáte až vám jídlo doručí domů.

Výběr restaurací a rozmanitost

Wolt se zaměřuje na výběr z nejrůznějších typů restaurací a stravovacích zařízení, např. fast food, cukrárny, různé druhy kuchyní (italská, asijská, mexická...), kavárny apod.

Wolt nabízí nejenom velkou rozmanitost stravovacích zařízení, ale také i jiných služeb. Můžeme využít např. nákupu potravin, léků apod., což je skvělá služba, a to nejenom pro klienty, kteří jsou tělesně handicapovaní, ale také pro lidi, kteří nevlastní dopravní prostředek a nemohou si tedy nakoupit.

Pohodlí vs cena



Wolt klade důraz na pohodlí zákazníků, proto nabízí spoustu služeb a funkcí, které zvyšují komfort zákazníků. Mezi tyto služby patří rychlé doručení, snadné objednání nebo dodání potravin, léků či jiných výrobků přímo domů.

Wolt si může účtovat poplatky, které mohou zvýšit cenu. Mezi tyto poplatky patří servisní poplatek nebo poplatek za doručení. Avšak zákazníci jsou ochotni tuto cenu zaplatit vzhledem ke komfortu, který Wolt nabízí.

Zkušenosti uživatelů a hodnocení

Uživatelé Woltu mají různé zkušenosti, ať už negativní nebo pozitivní. Mezi pozitivní zkušenosti patří zejména to, že zákazníci mohou sledovat stav své objednávky v reálném čase, nebo že si mohou nakupovat z pohodlí svého domova. Jedna z negativních zkušeností je ta, že objednávka může přijít v nevyhovujícím stavu bez odpovídající kvality.

Hodnocení Woltu jsou velice pozitivní, přestože se i zde objevují někteří uživatelé, kteří nemají dobrou zkušenost s touto aplikací a jejich hodnocení nejsou příliš příznivá.



e-mail: support@wolt.com

SUPERMARKET V TELEFONU



Rychlé nákupy bez front a tahání tašek – služby jako Rohlík.cz mění způsob, jakým přemýšlíme o vaření doma. Jak si ale tento populární online supermarket stojí z hlediska kvality potravin, přesnosti doručení a zákaznického servisu? V článku se zaměřujeme na to, v čem Rohlík je, a naopak není lepší než dovážka hotového jídla a na jejich snahu o zelenější budoucnost.

Princip služby a rozsah nabídky

Aplikace Rohlík.cz funguje na principu poskytování služeb v podobě online supermarketu. Mezi největší přednosti těchto služeb patří rychlé dodání objednávky, doručení až do domu, recepty na jejich webových stránkách.

Rohlík.cz má široký rozsah nabídky, mezi který patří potraviny, nápoje, lékárna, drogerie a kosmetika.

Ceny, termín doručení a čerstvost surovin



Ceny výrobků u Rohlík.cz jsou srovnatelné s běžným supermarketem, některé jsou dokonce i výhodnější, a to díky častým akcím a slevám.

Doručení objednávky je velmi rychlé, existují zde i další možnosti doručení, mezi které patří expresní doručení, výběr konkrétního dne a času či noční dodání.

Čerstvost surovin je zajištěna spoluprací s lokálními dodavateli, farmami a českými pěstiteli či řemeslnými pekárnami. Velký vliv na čerstvost potravin má zejména rychlé doručení. Za tuto čerstvost se Rohlík.cz zaručuje tím, že zboží můžete bez problémů reklamovat a své peníze dostanete bez zbytečných komplikací zpět.

Vaření z domova vs. objednávka hotového jídla



Vaření z pohodlí domova má spoustu výhod. Připravíte si své jídlo podle vaší chutě, z čerstvých surovin, navíc víte, z jakých potravin vaříte. Také jsou pokrmy připravené z domova cenově výhodnější.

Objednávka jídla připraveného ve stravovacím zařízení má na druhou stranu také mnoho výhod. Tato dovážka vám nabízí mimořádný komfort s včasným doručením.

Udržitelnost a ekologický aspekt

Rohlík.cz se aktivně věnuje ochraně životního prostředí, a to různými způsoby. Patří mezi ně využívání ekologických obalů či možnost bezobalového balení, zavádění elektromobilů a boj proti plýtvání potravin vytvořením sekce s blížícím se datem spotřeby za výhodnější ceny a lepším plánováním zásob. Také upozorňují na sezónnost potravin, což podporuje ekologické zemědělství.



FINÁLNÍ SROVNÁNÍ

Kvalita vs. cena

Kvalita jídla je často úměrná ceně, ale ne vždy. Restaurace (např. Bernard) nabízí vysokou kvalitu, čerstvé suroviny a profesionální přípravu, což se odráží i na vyšší ceně. Fast food (např. KFC) poskytuje jídlo rychle a levně, ale kvalita bývá nižší, zejména co se týče čerstvosti a výživových hodnot. Dovážka hotového jídla (např. Wolt) často kombinuje vyšší ceny s pohodlím, ale ne vždy zaručuje špičkovou kvalitu – záleží na konkrétní restauraci. U Rohlíku (dovoz surovin) si kvalitu výsledného jídla řídí zákazník sám – záleží na výběru produktů a způsobu přípravy.

Rychlost a pohodlí

Nejrychlejší variantou je jednoznačně fast food – jídlo je dostupné téměř okamžitě. Wolt nabízí vysoký komfort, protože si zákazník objedná přes aplikaci a jídlo přijde domů, obvykle do 30–60 minut. Restaurace je časově nejnáročnější, protože kromě čekání na jídlo je třeba počítat s cestou, obsluhou a případným čekáním na stůl. Rohlík je velmi pohodlný pro nákup surovin, ale samotné vaření zabere čas.

Vliv na zdraví

Zdravotní hledisko je zásadní. Restaurace, které vaří z kvalitních surovin (jako Bernard), mohou nabídnout vyvážená a výživná jídla. Naopak fast foody mají často vyšší obsah soli, tuků a kalorií. Dovážené jídlo může být kvalitní, ale záleží na konkrétním výběru. Vaření doma (např. s nákupem přes Rohlík) je z pohledu zdraví nejlepší volbou, protože zákazník má plnou kontrolu nad surovinami i způsobem přípravy.

Která varianta je nejvhodnější pro různé typy lidí?

- Studenti a mladí lidé často volí fast food nebo dovážku (Wolt) kvůli rychlosti, ceně a jednoduchosti.
- Zaměstnaní lidé využívají kombinaci restaurací a dovozu (Wolt, Rohlík) podle toho, kolik mají času.
- Rodiny často preferují domácí vaření kvůli rozpočtu a možnosti připravit jídlo pro více lidí najednou.
- Senioři zůstávají věrní tradičnímu vaření nebo využívají dovoz surovin (např. Rohlík) pro zjednodušení nákupu.

Každý způsob stravování má své místo a smysl – záleží na životní situaci, hodnotách a prioritách konkrétního člověka.

ZÁVĚR

Shrnutí hlavních zjištění

V průběhu práce jsme se podívali na různé způsoby stravování – od klasických restaurací přes fast foody až po moderní možnosti, jako je dovoz hotových jídel či surovin na domácí vaření. Každá forma má své výhody i nevýhody. Restaurace nabízejí kvalitní gastronomický zážitek, fast foody přinášejí rychlost a dostupnost, dovážkové služby zase pohodlí. Vaření doma umožňuje největší kontrolu nad kvalitou i cenou. Rozhovory s lidmi různých generací ukázaly, že stravovací návyky se výrazně liší podle věku, životní fáze i přístupu k technologiím. Starší lidé dávají přednost tradičním formám stravování, zatímco mladší generace více využívá moderní služby a digitální platformy.

Osobní doporučení

Z hlediska zdraví, financí a dlouhodobé spokojenosti se jeví jako nejvyváženější volba kombinace více přístupů – např. vaření doma během týdne, občasná návštěva kvalitní restaurace, a využití dovážkových služeb v případě časové tísně. Důležité je mít přehled o tom, co jíme, odkud jídlo pochází a jaký má vliv na naše zdraví.

Každý by měl najít rovnováhu mezi pohodlím, kvalitou a odpovědností ke svému tělu i životnímu prostředí.

Možnosti budoucího vývoje stravování

Trendy ukazují, že budoucnost stravování bude stále více digitální, personalizovaná a udržitelná. Očekává se další rozvoj chytrých aplikací, které nabídnou přesně to, co konkrétní uživatel potřebuje – ať už z hlediska výživy, alergií nebo ekologických preferencí. Zároveň poroste tlak na kvalitu surovin, transparentnost původu potravin a ekologické balení.

Z toho vyplývá, že stravování už dávno není jen o nasycení – ale o životním stylu, hodnotách a vědomých volbách.

ZDROJE

Použité a doporučené zdroje:

Restaurace Bernard: <https://www.bernardpub.cz>

- Rozhlas.cz, Seznam Zprávy, Aktuálně.cz – sekce o životním stylu a výživě
- Články z webu Zdraví.cz nebo Vitalia.cz (např. o výživě, dovážce potravin)

Autoři:
David Zubec, Jan Vaněk, Kristýna Netolická

Mlsni si

"Jídlo je jen začátek..."

Adresa:
Ledeč nad Sázavou, Husovo náměstí 1
Rok vydání: 2025