



OSNOVNA ŠOLA TREBNJE

REZULTATI IN ANALIZA ANKETE O ZADOVOLJSTVU S ŠOLSKO PREHRANO V ŠOLSKEM LETU 2023/24

Trebnje, julij 2024

Analizo pripravila: Petra Pristavnik,
organizatorica šolske prehrane

A) ANALIZA ANKETE ZA STARŠE UČENCEV

1. OSNOVNI PODATKI O ANKETI

Anketni vprašalnik in analizo ankete sem pripravila organizatorica prehrane Petra Pristavnik. Anketa je bila elektronska in izvedena s pomočjo spletne aplikacije 1ka ankete. Objavljena je bila v mesecu juniju na spletni strani <https://1ka.arnes.si/a/39f09d4d>. Povezava do spletnega vprašalnika je bila objavljena na šolski spletni strani.

Anketo je izpolnilo 9 staršev.

2. POVZETEK

Večina staršev meni, da je njihov otrok vsaj delno zadovoljen tako s količino kot s kvaliteto obrokov v šoli.

Jedilnike spremljajo različno. Večina staršev meni, da so jedilniki dovolj pregledni.

Večina staršev je seznanjenih s tem, da šola v pripravo obrokov vključuje tudi izdelke lokalnih proizvajalcev. Večina staršev tudi podpira vključevanje lokalnih izdelkov in bi bili pripravljeni za prehrano plačati več (67 %), če bi bil delež lokalnih in ekoloških izdelkov višji.

Največ staršev meni, da šolska prehrana ustreza kriterijem zdrave prehrane.

3. ANALIZA ANKETE

4. Kako pogosto spremljate šolski jedilnik? Ali so jedilniki dovolj pregledni?

Jedilnike starši spremljajo različno.

Večina staršev meni, da so jedilniki **dovolj pregledni**.



5. Ali je vaš otrok zadovoljen s KAKOVOSTJO OBROKOV?

Večina staršev meni, da je njihov otrok vsaj delno **zadovoljen** s kakovostjo obrokov.

Na kakovost obroka vplivajo osnovne sestavine, mehanska in termična obdelava ter priprava jedi. Za nabavo osnovnih sestavin smo v veliki meri zavezani na ponudnike, izbrane z javnimi razpisi. To so predvsem **večja priznana slovenska podjetja** in obrati. V prehrano vključujemo tudi biološko pridelana živila, vendar je pri nabavi le-teh velika omejitev njihova visoka cena, pri določenih artiklih pa tudi dostopnost količin in dostava. Priprava jedi vključuje zdrave postopke. Izpostavila bi pripravo iz svežih sestavin, odsotnost priprave v velikih količinah maščobe (cvrtja), zmerno soljenje in sladkanje. Sama priprava pa je zagotovo odvisna tudi od kuharskega osebja. Poleg tega pa je okus zelo subjektiven.



6. Ali je vaš otrok zadovoljen s KOLIČINO OBROKOV?

Analiza pridobljenih podatkov kaže, da večina staršev meni, da je njihov otrok **zadovoljen** s količino obrokov.

Energetske potrebe so pogojene s starostjo otroka, spolom, z njegovo aktivnostjo, metabolizmom in drugimi dejavniki. Količino obrokov prilagajamo energetskim potrebam otrok. Optimalno je, da otrok zaužije pet dnevnih obrokov. V šoli nudimo malico, kosilo in popoldansko malico. Šolska dopoldanska malica predstavlja premostitveni obrok med zajtrkom in kosilom in ne nadomešča zajtrka. Dopoldanska malica naj bi pokrila od 10 do 15 % energetskih potreb. Ker veliko učencev ne zajtrkuje, je dopoldanska malica v šoli energijsko nekoliko bogatejša. Kosilo pokriva od 35 do 40 % energetskih potreb, popoldanska malica pa predstavlja lahek premostitveni obrok in pokriva od 10 do 15 % celodnevnega energijskega vnosa. Obroki v šoli so skrbno načrtovani in vsebujejo različna živila oz. jedi. V kolikor učenec zaužije vse potrebne obroke, torej ne izpušča zajtrka in poje vse ponujene jedi, morajo obroki količinsko zadostovati.



Zakon o šolski prehrani predvideva za vse šole obvezno ponudbo dopoldanske malice, zato je tudi cena šolske malice fiksna za vse šole in je predpisana s strani ministrstva. V šolskem letu 2023/24 se je cena malice dvignila na 1,10 evra na obrok. Ostali obroki, ki jih nudi šola, niso zakonsko zapovedani in jih šola lahko ponudi glede na povpraševanje in zmožnosti

šole. Ponudba kosila in popoldanske malice je popolnoma prepuščena posamezni šoli in se zato cene med šolami razlikujejo.

7. Ali veste, da pri pripravi obrokov vključujemo tudi izdelke in pridelke lokalnih pridelovalcev in ekološke proizvode (ribe, meso, jajca, mleko, sadje, kruh, zelenjavo)? Ali bi bili pripravljene za prehrano plačati več, če bi vključili še več izdelkov lokalnih pridelovalcev in ekoloških živil?

100 % staršev **ve**, da pri pripravi obrokov v največji možni meri vključujemo izdelke in pridelke lokalnih proizvajalcev.

Trudimo se, da je tudi na jedilniku jasno označeno, kdaj so pri jedi vključeni izdelki lokalnega izvora.

Za nabavo osnovnih sestavin smo v veliki meri zavezani na ponudnike, izbrane z javnimi razpisi. Včasih imamo srečo in se na razpis prijavijo tudi lokalni dobavitelji in lahko potem pri drugih lokalnih dobaviteljih naročimo večjo količino izdelkov/pridelkov. Šola ima to možnost, da lahko pri lokalnih dobaviteljih nakupi živila v vrednosti 20 % celotne letne nabave živil. Pri nabavi le-teh je velika omejitev njihova višja cena, pri določenih artiklih pa tudi dostopnost količin. Težave imamo predvsem pri dostopnosti zelenjave.

V letošnjem letu imamo v celoti lokalni izvor za **jajca** (Kmetija Kafol). **Sveže mleko** je lokalnega izvora in nam ga zagotavlja Kmetija Marn. Občasno otrokom ponudimo **domače jogurte** Kmetije Marn in **ekološke jogurte iz ovčjega mleka** kmetije Konda. **Jagode in češnje** smo imeli v spomladanskem delu leta od Kmetije Uhan ali Sila, skozi celotnega leta pa nam je jabolka prav tako dobavljala kmetija Uhan. Enkrat tedensko je na jedilniku tudi **ekološka teletina ali govedina** Ekološke kmetije Zabukovec, ki nam je letos omogočila več dobav. **Kislo repo in kislo zelje** nam dobavlja kmetija Kladnik. Zelo smo bili veseli, ko smo našli dobavitelja **rib** (Ribogojstvo Goričar), ki ima lastno ribogojnico in nam dostavlja sveže ribje fileje. Na ta račun tudi na jedilnik večkrat vključujemo ribe. Nekajkrat na leto ponudimo tudi **kruh in pekarske izdelke** Pekarstva Rok, doma pridelane **kosmiče/granolo** podjetja Ojka plus d. o. o. in Fruštek ter ekološke testenine podjetja **Gabaroni**. Izdelke lokalnih pridelovalcev vključujemo v največji mogoči meri. Upamo, da nam bo v ta namen v prihodnje dovoljeno porabiti še večji odstotek sredstev, namenjenih prehrani.

Na področju nabave ekoloških živil presegamo zahtevanih 12 % od nabave vseh živil (Ekološka kmetija Zabukovec, Mlekarna Krepko, ekološka pekarna B-forma, ekološka pekarna Nonina špajza, Geaproduct, ekološka kmetija Kastelic).

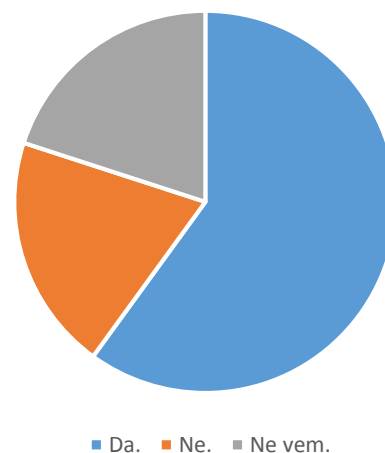
Večina staršev **ne** vključevanje lokalnih izdelkov in **bi bili pripravljene** za prehrano plačati več (56 %), če bi bil delež lokalnih in ekoloških izdelkov višji.

8. Ali menite, da šolska prehrana ustreza kriterijem zdrave prehrane?

Večina staršev (67 %) meni, da šolska prehrana **ustreza** kriterijem zdrave prehrane.

Otroci imajo vsak dan na voljo vsaj dve vrsti sadja (pri obeh malicah, včasih pa tudi pri kosilu) in vsaj eno vrsto zelenjave. Zelenjava je v obliki solate, zelenjavne juhe, zelenjavne priloge in pogosto tudi vmešana v razne omake. Redko je zelenjava tudi pri malici. Trudimo se, da vključujemo sezonsko zelenjavo in sadje. V zimskem času, ko so vrste dostopnega sadja in zelenjave bolj omejene, se večkrat poslužujemo tudi tropskega sadja (ananasa, melon) ali suhega sadja in konzervirane zelenjave. Šola je vključena tudi v Šolsko shemo, v okviru katere učencem v času pouka ponudimo sadje in zelenjavo kot dodatni obrok. Sadje in zelenjava, ki sta vključena v Shemo, morata biti iz integrirane ali ekološke pridelave in izbrana med dobavitelji, ki jih predlaga Agencija RS za kmetijske trge in razvoj podeželja. Predvidenih je 20 delitev sadja ali zelenjave v enem šolskem letu. V letošnjem šolskem letu smo organizirali 13 delitev, v katerih smo učencem ponudili hruške, jagode, češnje, jabolka, eko jabolka, kaki, eko jabolčni čips, papriko in paradižnik. Sadje in zelenjavo smo v 38 % naročali pri kmetih, v 62 % pa preko zadruga.

Ali menite, da šolska prehrana ustreza kriterijem zdrave prehrane?



Smernice zdravega prehranjevanja v vzgojno-izobraževalnih ustanovah so osnovno vodilo, ki se ga moramo držati pri načrtovanju šolske prehrane. Nove Smernice zdravega prehranjevanja v VIZ je izdalo Ministrstvo za zdravje. V veljavo stopijo s 1. 9. 2024. Mnenje staršev o omenjenem vprašanju je poglavitno za naše nadaljnjo delo.

Če bi kdo želel poglobiti svoje znanje s področja šolske prehrane, so nove Smernice dostopne na spletnem naslovu:

<https://www.gov.si/assets/ministrstva/MVI/Dokumenti/Osnovna-sola/Smernice-za-prehranjevanje-v-VIZ-2024.pdf>.

9. Starši so zapisali naslednje pobude:

- Želijo si manj smeti.
- *Hčerki dnevno povesta, da sta s šolsko prehrano zadovoljni. Všeč so jima juhe (špinačno s kroglicami vedno pohvalita).*
- Želijo si manj razkuhane hrane, trdih makaronov, pogostejše menjavanje jedilnikov. Pohvala pa, da temelji na bolj zdravi hrani.
- *Zelo me moti, ko otroci v primeru, ko odidejo izven šole, s seboj ne dobijo pijače. Saj vendar jo plačamo, všteta je v ceni malice. Pohvale kuharicam, ki vedno poskrbijo oz. imajo alternativo, da otroci niso lačni, če jedilnik ni po njihovih željah.*
- *Več menijev na izbiro, če meni ni všeč otroku, lahko spusti kosilo, namesto, da vrže vse v kanto. Razni ribji namazi, pire, iz vrečke aka kot lepilo, vegetarijanski*

meniji itd naj bodo za tiste ki to želijo, mogoče tudi malo osvežit kader v kuhinji, da bo znal pripraviti kaj okusnega. Sedaj so kosila podobna menijem iz 80 let prejšnjega stoletja.

- *Otroci prepogosto dobivajo za malico že pripravljene jedi - pico/sirne polžke, buhtlje.*

Trudimo se, da ponujamo raznolike malice. Razni pekovski izdelki (pice, burek, krofi, rogljički) so zelo priljubljeni, vendar sodijo med odsvetovana živila, ki naj bi se na jedilniku pojavljala izjemoma. Pri ponudbi malic smo precej omejeni. Poslužujemo pa se tudi manjših pekarn, kjer je uporaba dodatkov in konzervansov zelo zmanjšana ali pa so njihovi izdelki celo pripravljene iz ekoloških surovin. Pričenjamo z uvajanjem novih namazov, vendar vemo, da je potreben čas, da učenci sprejmejo novosti.

V primeru kadrovskih stisk (odsotnosti, bolniške) si pridržujemo pravico do spremembe jedilnika. Le v tem primeru učenci dobijo drugačno je, kot je zapisana na jedilniku.

Učence enkrat letno povprašamo po njihovih željah. Želje pa lahko posredujejo tudi med letom. Žal so želje učencev velikokrat v nasprotju s priporočili Smernic zdravega prehranjevanja. Učenci si želijo predvsem pekovskih izdelkov, ki so po mnenju staršev neprimerni, sladkih namazov in pic. Počasi se tudi učenci privajajo na bolj zdrave jedi in jih tudi veliko bolje pojedjo kot v prejšnjih letih. Zavedamo se, da vsaka sprememba potrebuje nekaj časa, da zaživi.

Živila, ki vsebujejo različne aditive, so na jedilniku redko. Že v javnem razpisu za živila je pri večini živil/izdelkov nujna zahteva, da nam dostavijo izdelke brez aditivov, ojačevalcev okusa in pogosto tudi brez konzervansov. Večina slovenskih podjetij sledi smernicam in proizvaja izdelke z manj ali brez aditivov, konzervansov in sladkorja.

Učenci imajo pri kosilu na voljo manjšo in klasično porcijo in si sami izberejo, kateri obrok bodo prevzeli. Vedno pa lahko kuhinjskemu osebju povedo, da si želijo še več hrane ali pa pridejo po dodaten obrok. Zagotovo lahko učenci dobijo večkrat dodatni obrok juh, prilog in obar.

Na šoli ponujamo pridelke in izdelke lokalnih pridelovalcev v največji možni meri. Skozi celo leto učencem ponujam jabolka lokalnega pridelovalca in v spomladanskem času tudi jagode. Drugega sadja in zelenjave v naši okolici ne ponujajo. Včasih ponudimo tudi ekološko sadje ali zelenjavo, vendar ju dobavitelj tudi nima na voljo skozi celo leto.

Za vaše mnenje se vam zahvaljujemo.

10.ZAKLJUČEK

Anketo je vrnilo 9 staršev. Večina staršev je mnenja, da so njihovi otroci s šolsko prehrano vsaj delno zadovoljni. Starši menijo, da šolska prehrana ustreza Smernicam zdravega prehranjevanja. Še naprej se bomo trudili, da bomo upravičili vaše zaupanje.

A) ANALIZA ANKETE ZA UČENCE

1. OSNOVNI PODATKI O ANKETI

Anketni vprašalnik in analizo ankete sem pripravila organizatorica prehrane Petra Pristavnik. Anketa je bila elektronska, izvedena s pomočjo spletne aplikacije 1ka ankete. Objavljena je bila v mesecu maju in juniju na spletni strani <https://1ka.arnes.si/a/28ada3b1>.

Anketo je izpolnilo 71 učencev, od katerih je bilo 55 % učenk in 45 % učencev.

2. POVZETEK

Večina učencev je **zadovoljna** tako s količino kot kvaliteto obrokov v šoli.

Jedilnike spremljajo **občasno** in jih ocenjujejo kot **dobre**.

Učenci vsaj včasih za kosilo in malico vzamejo vse ponujene jedi. Šolske malice ne pojedjo v celoti zato, ker nekaterih jedi ne marajo. Menijo, da imajo v šoli na razpolago dovolj sadja in zelenjave.

Učenci so podali svoje mnenje o priljubljenih in nepriljubljenih jedeh za kosilo in šolsko malico. Najraje imajo obroke, ki so energijsko zelo bogati in jih nasitijo, nimajo pa ustrezne hranilne vrednosti. Učenci zavračajo zelenjavo v obliki juhe. Njihove želje in predloge bomo upoštevali v največji možni meri.

3. ANALIZA ANKETE

a. Splošni podatki

Anketo je izpolnilo 71 učencev, od tega 45 % učencev in 55 % učenk. Reševali so jo učenci vseh razredov. Učenci 4. a, 6. a in 8. a oddelka so anketni vprašalnik reševali v računalniški učilnici.

Povezava do nje je bila na voljo na šolski spletni strani. Anketiranje učencev je bilo izvedeno tudi na šoli.

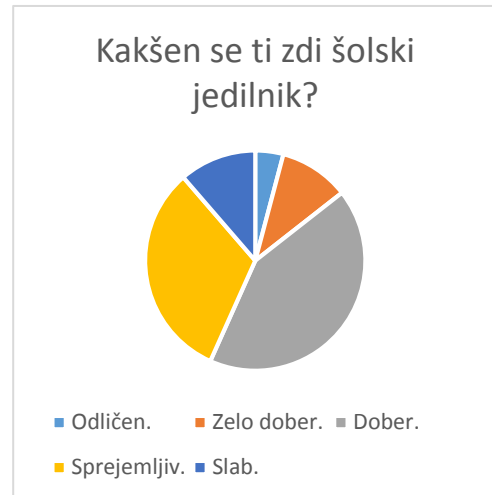
b. Ali zajtrkuješ?

Večina učencev zajtrkuje **vsak dan ali vsaj včasih**. Delež tistih, ki ne zajtrkujejo, znaša 11 %. Večina učencev (65 %) meni, da šolska malica ne more nadomestiti zajtrka.



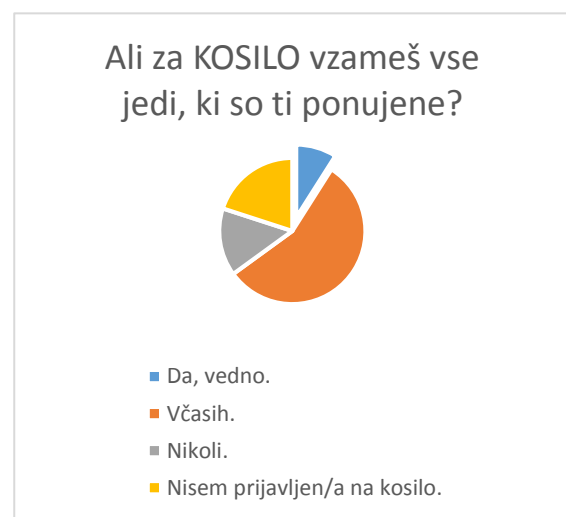
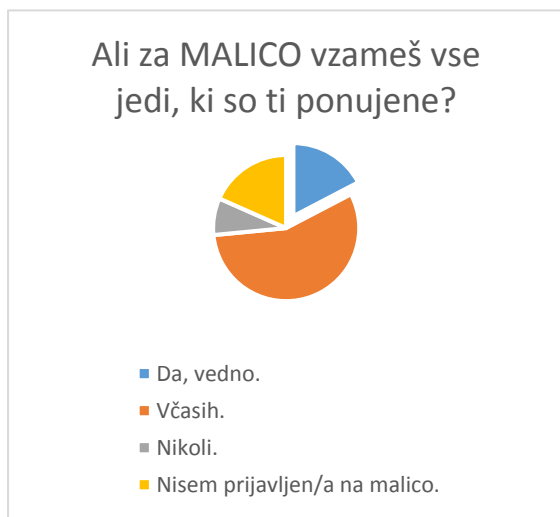
c. Kako pogosto spremljaš šolski jedilnik? Kakšen se ti zdi šolski jedilnik?

Največ učencev jedilnik spremlja **občasno**. Učenci menijo, da je jedilnik **dovolj pregleden** (58 % vprašanih), 25 % učencev pa jedilnika sploh ne spremlja.



Večini učencev se jedilnik zdi **dober**. Delež učencev, ki se jim jedilnik zdi slab znaša 11 %.

d. Ali za ŠOLSKO MALICO vzameš vse jedi, ki so ti ponujene? Zakaj šolske malice ne poješ v celoti? Ali za šolsko KOSILO vzameš vse jedi, ki so ti ponujene?



Večina učencev za šolsko malico **vsaj včasih** vzame vse jedi, ki so jim ponujene. Delež učencev, ki nikoli ne vzamejo vseh ponujenih jedi, znaša 8 %.

Vzpodbuden je tudi podatek, da 32 % učencev vedno vzame vse ponujene jedi.

Večina učencev malice ne poje v celoti, **ker določenih jedi ne mara** (62 %). Vzpodbuden je podatek, da 11 % učencev malico vedno poje v celoti. Le 3 % učencev malice ne poje v celoti, ker nimajo časa.

Večina učencev za kosilo **vsaj včasih** (56 %) vzame vse jedi, ki so jim ponujene. Delež učencev, ki nikoli ne vzamejo vseh ponujenih jedi, znaša 15 %.

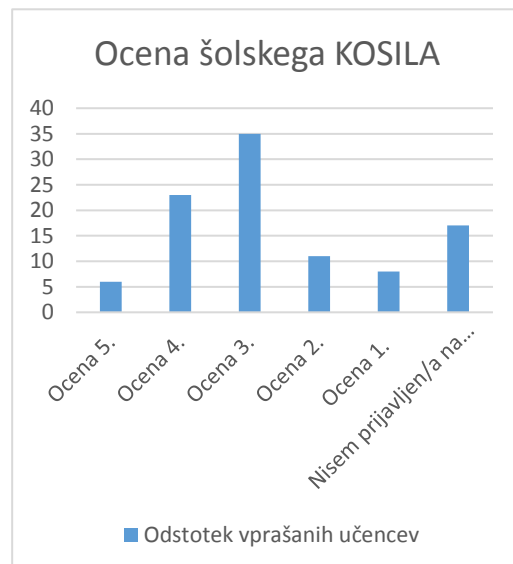
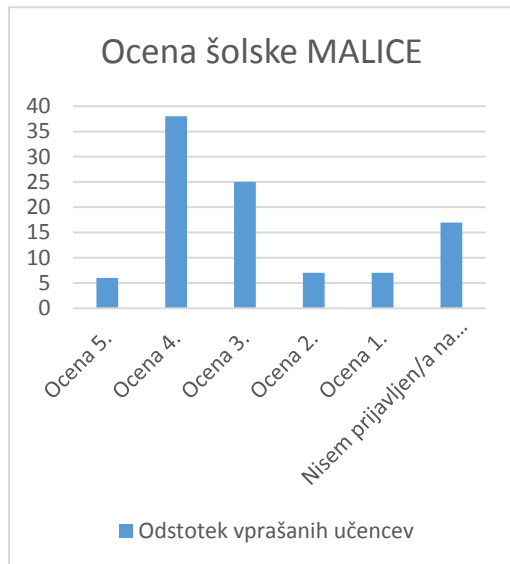
Večina učencev kosila ne poje v celoti, **ker določenih jedi ne mara** (49 %). Vzpodbuden je podatek, da 9 % učencev kosilo vedno poje v celoti. 22 % anketiranih učencev ni prijavljenih na kosilo v šoli ali jih moti gneča v jedilnici.

e. Ali je v šoli na razpolago dovolj sadja in zelenjave?

Večina učencev (89 %) meni, da imajo v šoli na razpolago dovolj sadja in zelenjave.

Učenci imajo vsak dan na voljo vsaj dve vrsti sadja (pri obeh malicah, včasih pa tudi pri kosilu) in vsaj eno vrsto zelenjave. Zelenjava je v obliki solate, zelenjavne juhe, zelenjavne priloge in včasih tudi vmešana v razne omake in priloge. Redko pa je zelenjava tudi pri malici. Trudimo se, da vključujemo sezonsko sadje in zelenjavo. V zimskem času, ko so vrste dostopnega sadja in zelenjave bolj omejene, se večkrat poslužujemo tudi tropskega sadja (ananasa, melon), suhega sadja in konzervirane zelenjave. Šola je vključena tudi v Šolsko shemo, v okviru katere učencem ponujamo sadje in zelenjavo kot dodatni obrok. Sadje in zelenjava, ki sta vključena v Shemo, morata biti iz integrirane ali ekološke pridelave, izbrana od dobaviteljev, ki jih predlaga Agencija RS za kmetijske trge in razvoj podeželja. Pri kosilu in tekom dopoldneva je učencem na voljo mešano sveže sadje, ki ostane od malice.

f. Oceni ŠOLSKO MALICO in KOSILO z oceno od 1 do 5. (Ocena 5 pomeni, da si z obrokom zelo zadovoljen.)



Največ učencev (38 %) meni, da si šolska MALICA zasluži **oceno 4** (prav dobro), povprečna ocena malice pa znaša **3,4**. Večina učencev je z malico zadovoljna.

Največ učencev (35 %) meni, da si šolsko KOSILO zasluži **oceno 3** (dobro), povprečna ocena kosila pa znaša **3,1**. Večina učencev je s kosilom zadovoljna.

Razlogov za nezadovoljstvo med majhnim deležem učencev učenci je lahko več: domače prehranjevalne navade, večina učencev z leti postane bolj izbirčna, vzpodbudna beseda učitelja je v višjih razredih zmanjšana, mnenje posameznika začne zelo vplivati na mnenje večine, spremenijo se okusi učencev v skladu z njihovim razvojem ...

g. Kako ocenjuješ MALICO in KOSILO po KOLIČINI?

Večina učencev (51 %) meni, da je MALICE **ravno prav**. Delež učencev, ki menijo, da je malica ali preobilna ali preskopa, znaša 35 %.

Prav tako večina učencev (52 %) meni, da je KOSILA **ravno prav**, 22 % učencev meni, da je kosila premalo, 8 % vprašanih pa, da je kosilo preobilno.

Energetske potrebe so pogojene s starostjo otroka, spolom, z njegovo aktivnostjo, metabolizmom in drugimi dejavniki. Količino obrokov prilagajamo energetskim potrebam otrok. Optimalno je, da otrok zaužije pet dnevnih obrokov. V šoli nudimo malico, kosilo in popoldansko malico. Šolska dopoldanska malica predstavlja premostitveni obrok med zajtrkom in kosilom in ne nadomešča zajtrka. Dopoldanska malica naj bi pokrila od 10 do 15 % energetskih potreb. Ker veliko učencev ne zajtrkuje, je dopoldanska malica v šoli energijsko nekoliko bogatejša. Kosilo pokriva od 35 do 40 % energijskih potreb, popoldanska malica pa predstavlja lahek premostitveni obrok in pokriva od 10 do 15 % celodnevnega energijskega vnosa. Obroki v šoli so skrbno načrtovani in vsebujejo različna živila oz. jedi. V kolikor učenec zaužije vse potrebne obroke, torej ne izpušča zajtrka in poje vse ponujene jedi, morajo obroki količinsko zadostovati.

h. Kaj najraje ješ za šolsko MALICO?

Učenci so na vprašanje prosto odgovarjali. Odgovori so bili zelo raznoliki, prevladuje pa mnenje, da za šolsko malico učenci najraje jedo:

- hrenovke (29 %),
- pico (25 %),
- mlečni riž (6 %),
- medeni namaz, kruh (4 %),
- sadje, rogljičke, žemlje, sendviče s salamo in burek (3 %).

Najbolj priljubljene malice so tiste, ki so bolj kalorične in nasitijo, nimajo pa ustrezne hranilne vrednosti. Veseli nas priljubljenost domačih namazov.

Med priljubljene jedi so učenci v manjših odstotkih uvrstili tudi: čokoladni namaz, močnik, krekerje, čokolino, mesno-zelenjavni namaz, ribji namaz, mlečni zdrob, pica polžke, jogurt, sirovko in muffine.

i. Katere MALICE ne maraš?

Učenci so na vprašanje prosto odgovarjali. Odgovori so bili zelo raznoliki, prevladuje pa mnenje, da ne marajo naslednjih malic:

- zelenjavnih namazov (11 %),
- sirnih namazov (10 %),
- namazov, ribjega namaza, mesno-zelenjavnega namaza (8 %),
- topljenega sira in pica polžka (5 %),
- pice, jabolčnega bureka in močnika (3 %).

Med najmanj priljubljenimi malicami so se znašli namazi. V prihodnje se bomo potrudili in preizkusili še kakšen domači namaz, s ponujanjem ostalih domačih namazov pa bomo nadaljevali, vendar jih bomo manjkrat vključili v jedilnik.

Med nepriljubljene malice so učenci v manjših odstotkih uvrstili tudi: sirov burek, jogurt, makovko, paradižnik, pašteto, pomarančo, mlečni riž in suho sadje.

k. Kaj najraje ješ za šolsko KOSILO?

Učenci so na vprašanje prosto odgovarjali. Odgovori so bili zelo raznoliki, prevladuje pa mnenje, da za šolsko kosilo učenci najraje jedo:

- torteline (14 %),

- makarone (7 %),
- lazanjo in ajdovo kašo s smetanovo omako ter piščancem (5 %),
- špagete po bolonjsko, sirovi štruklji, juhe, testenine, piščančji zrezek po dunajsko, palačinke in ribjo lazanjo(3 %).

Med priljubljene jedi so učenci v manjših odstotkih uvrstili tudi: golaž in polento, korenčkovo juho, piščanca, čufte, rolado, krompir, čevapčiče/pleskavice, svaljke, navihančke, kranjsko klobaso, mlince in kanelone.

Učenci najraje jedo **testenine** na sto in en način. Trudimo se, da v večji meri vključujemo polnozrnat ali pirine testenine. Namesto pomfrij, ki si ga učenci izjemno želijo za kosilo, ponujamo pečen krompir. Veseli nas priljubljenost **ribjega testeninskega narastka**, ki je včasih pripravljen z lososom, včasih pa s somom, ki je gojen v Sloveniji.

l. Česa pri šolskem KOSILU ne maraš?

Učenci so na vprašanje prosto odgovarjali. Odgovori so bili zelo raznoliki, prevladuje pa mnenje, da bi pri šolskem kosilu najraje izpustili iz jedilnika:

- zelenjavne juhe (brokolijevo, bučno, porovo, cvetačno) (15 %),
- ribo s krompirjem (10 %),
- polento z golažem (8 %),
- ribjo lazanjo, rižoto in torteline (5 %),
- solato, kolerabo v omaki, pašto fižol, sladice, mlince in špagete (3 %).

Učenci bi pri šolskem kosilu najraje izpustili zelenjavo na splošno (predvsem v obliki juh in enolončnic). Tudi v prihodnje bomo s ponujanjem zelenjavnih juh nadaljevali in nekoliko posodobili recepte.

Med neprijetna kosila so učenci v manjših odstotkih uvrstili tudi: frikase, njoke, obroke brez mesa, meso in lazanjo.

10 % učencev pa je zapisalo, da jim je **všeč vse**, kar je vzpodbudno.

m. Predlogi za novo jed.

Učenci so za nove jedi predlagali naslednje jedi:

- hamburger,
- zrezke,
- palačinke za malico,
- tortilje,
- torto,
- kanelone s sirom in šunko,
- čokolino,
- jajca na oko,
- mesni burek,
- vafle,
- šmorn,

- makarone s sirom,
- juhe,
- ocvrte lignje,
- piščančje medaljončke,
- makarone s tuno,
- kebab,
- sendvič z ogrsko salamo in
- pico večkrat na mesec.

Ostale predlagane jedi pa so že vključene v šolski jedilnik. Pri dunajskem zrezku si želijo za prilogo pomfri. Učenci so v največji meri predlagali nezdrave jedi, ki jih lahko jedo v restavracijah s hitro prehrano, za šolski obrok pa niso najbolj primerne. Namesto pomfrija v šoli pripravljajo pečen krompir. V šoli hrane ne pripravljamo več s postopkom cvrenja. Namesto hamburgerja in čevapčičev imajo učenci na jedilniku štefani pečenko ali pleskavice, ki je pripravljena iz mletega mesa. Pico imajo učenci na voljo za šolsko malico. Zelo se bomo potrudili, da bodo večkrat za sladico palačinke, ki jih zaradi organizacije dela za malico ne moremo ponuditi.

n. Predloge, mnenja in pobude povezane s šolsko prehrano

Pohvale	Mnenja
<i>Vedno ste prijazni in nasmejani. Še tako naprej.</i>	<i>Upam, da bodo upoštevani moji predlogi.</i>
<i>So prijazni in dobro kuhajo.</i>	<i>Hvala za malico.</i>
<i>Zelo dobro kuhajo.</i>	<i>Želijo si boljšo hrano.</i>
<i>Hrana je zelo dobra.</i>	<i>Želijo si večkrat palačinke – tudi za malico.</i>
<i>Hvala za trud.</i>	<i>Prosim kupite užitno hrano, ker vsakič, ko pogledam v krožnik mislim, da je otrok bruhal vanj.</i>
<i>Sporočajo, da so zelo prijazni in da se za nas trudijo da dobimo dober obrok. Hvala vam. :)</i>	<i>Želijo si bolj začinjene hrane.</i>
<i>So zelo prijazne, če kašne jedi ne maraš imajo vedno pripravljeno nekaj drugega.</i>	<i>Želijo si obrokov s hitro hrano.</i>
<i>Hvala ker kuhate skrbno in dobro!</i>	<i>Želijo si, da bi izboljšali šolsko prehrano.</i>
<i>Hvala za vse, kar nam skuhate in pripravite za kosilo ter malico.</i>	
<i>Hvala, ker lepo in skrbno skrbite za prehrano. Želim vam lepe delovne dneve še naprej.</i>	
<i>Vesela sem, da imamo malico in kosilo.</i>	

Pripombe so bile v večini pozitivne in se vam za vaše mnenje tudi zahvaljujemo. Nobena pripomba ali mnenje ne bosta ostala neopažena.

4. ZAKLJUČEK

Anketni vprašalnik je izpolnilo 71 učencev. Večina učencev je s šolsko prehrano zadovoljnih in jo ocenjujejo z oceno »**dobro**«. Učenci so podali svoje želje in mnenja o malici in kosilu. Njihova mnenja bodo v največji možni meri upoštevana.

Za zaključek analize naj navedem nekaj točk iz **Smernic zdravega prehranjevanja v vzgojno-izobraževalnih ustanovah**:

- *Jedilniki naj bodo usklajeni s priporočenimi energijskimi in hranilnimi vnosi in priporočenimi kombinacijami različnih vrst živil iz vseh skupin živil.*
- *POTREBNO JE: povečati uživanje svežega sadja in zelenjave, prehranskih vlaknin, kalcija, vitamina C, zmanjšati delež zaužitih maščob in še posebej nasičenih maščob, dati prednost polnovrednim žitom in žitnim izdelkom, mleku in mlečnim izdelkom z manj maščobami, ribam, pustim vrstam mesa, kakovostnim maščobam (oljčno in repično olje), izogibati se sladkanim pijačam in pripravkom, omogočiti dovolj časa za obroke in jih ponuditi v vzpodbudnem okolju ...*
- *Pri načrtovanju prehrane je potrebno upoštevati tudi želje otrok in mladostnikov in jih uskladiti s priporočili.*