



OSNOVNA ŠOLA
GORNJA RADGONA



OSNOVNA ŠOLA
GORNJA RADGONA

ANKETA O ŠOLSKI PREHRANI

ŠOLSKO LETO 2020/21

Organizator šolske prehrane:

Anja Bregar

Ravnatelj:

Dejan Kokol

Gornja Radgona, junij 2021

UVOD

Eden izmed glavnih dejavnikov krepitve in varovanja zdravja je zdravo prehranjevanje, zato moramo posamezniki uživati zdravo, uravnoteženo prehrano. Zdrava, uravnotežena prehrana je pomembna predvsem pri otrocih in mladostnikih, saj pozitivno vpliva na njihovo zdravje v tem življenjskem obdobju in v tudi v prihodnjih.

Na naši šoli zato učencem, kot tudi zaposlenim vsakodnevno pripravljamo raznovrstno prehrano in se trudimo, da poskrbimo za zdrave in uravnotežene obroke, ki zagotovijo ustrezno količino energije in hranilnih snovi, potrebnih čez dan.

V skladu z Zakonom o šolski prehrani smo tudi v letošnjem šolskem letu 2020/21 izvedli anketo, s katero smo preverili stopnjo zadovoljstva učencev in staršev s šolsko prehrano in dejavnostmi, s katerimi šola vzpodbuja zdravo prehranjevanje in kulturo prehranjevanja.

Anketo o šolski prehrani ob koncu šolskega leta 2020/21 smo izvedli na daljavo. Vsi starši in učenci so preko e-pošte dobili prijazno povabilo, da izpolnijo anketna vprašalnika. Eden je bil namenjen učencem, drugi staršem. Odprta za izpolnjevanje sta bila od ponedeljka, 17. 5. 2021, do vključno nedelje, 23. 5. 2021.

Anketni vprašalnik za starše je bil sestavljen iz 19 vprašanj zaprtega tipa, 3 vprašanja so bila odprtega tipa.

Anketni vprašalnik za učence je imel 12 vprašanj zaprtega tipa, 1 vprašanje je bilo odprtega tipa.

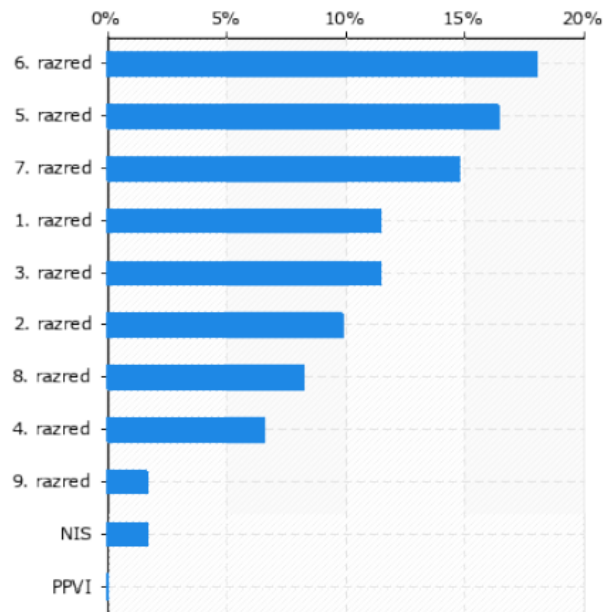
REZULTATI IN ANALIZA

1. ANKETNI VPRAŠALNIK ZA UČENCE

VPRAŠANJE 1

Kateri razred obiskuješ? (n = 61)

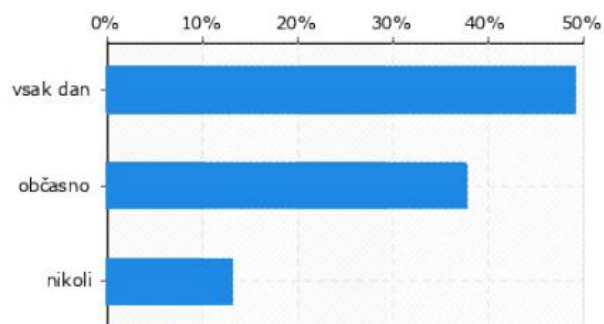
Možnih je več odgovorov



Anketni vprašalnik je rešilo 61 otrok, kar predstavlja 10,7 % vseh vpisanih učencev. Največ posameznikov je izpolnilo anketni vprašalnik iz 6., 5. in 7.razreda.

VPRAŠANJE 2

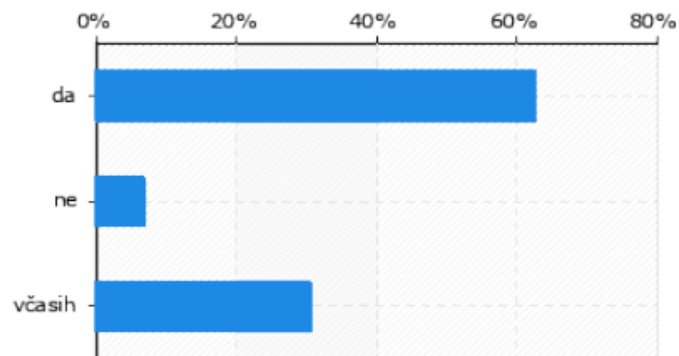
Ali zajtrkuješ? (n = 61)



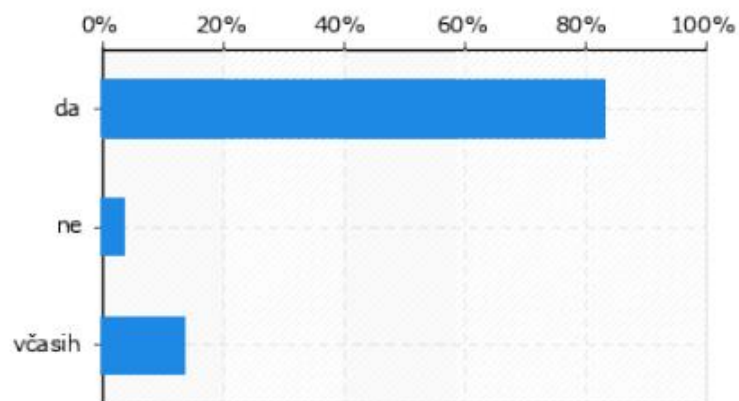
49 % anketiranih učencev zajtrkuje vsak dan, občasno 38 % in 7 % jih nikoli ne zajtrkuje.

VPRAŠANJE 3 IN 4

Ali imaš na razpolago v šoli dovolj sadja? (n = 59)



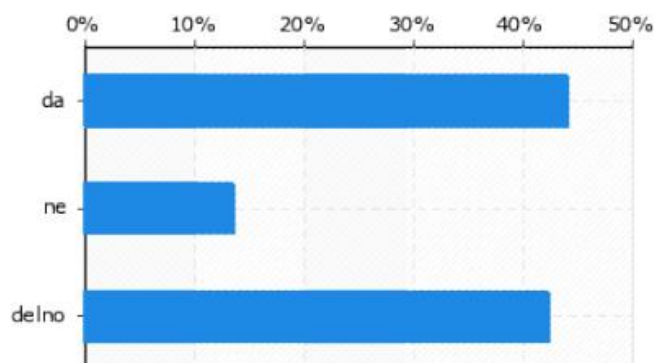
Ali imaš na razpolago v šoli dovolj zelenjave? (n = 59)



Na razpolago v šoli ima dovolj sadja 63 % učencev, ki je izpolnilo anketni vprašalnik, medtem, ko ima zelenjave dovolj na razpolagi 83 % anketiranih učencev.

VPRAŠANJE 5

Ali si zadovoljen s kakovostjo dopoldanske malice? (n = 59)



14 % anketiranih ni zadovoljnih s kakovostjo dopoldanske malice, 42 % jih je delno in 44 % jih je zadovoljnih.

VPRAŠANJE 6

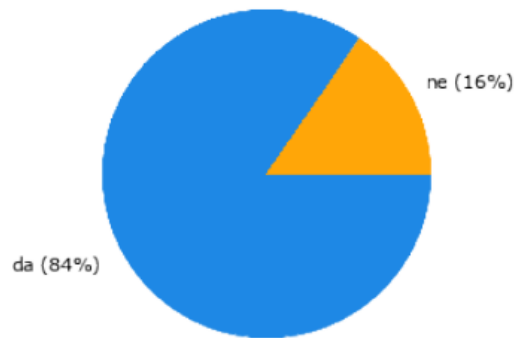
Pri tem vprašanju so v primeru, da so pri vprašanju 5 odgovorili, da so delno oz. niso zadovoljni, zapisali razloge zakaj je temu tako. V tabeli so navedeni razlogi.

občasno neokusni namazi	zato ker juhe ki jih dobimo nimajo okusa
vedno jemo kruh in namaz, redko kaj drugega	prevečkrat imamo kruh z nekakšnimi namazi ki jih večina ne je.
občasno premajhni obroki in določene stvari ki jih v večini ne jemo	malica je ogabna, sploh tisti namazi ki jih dobimo
nisem ljubitelj raznih namazov	premalo raznolika
zato, ker ni tak fejest dobra.	ne hodim k popoldanski malici
ker je premali obrok	včasik mi hrana ni všeč
prevečkrat imamo kruh in premalo raznolikega za malico	ker mi dajo dietno prehrano, ki ni primerljiva s hrano za ostale. ni z brezlaktoznim mlekom, pač pa z riževim, ki mi ni všeč.
včasih mi ni všeč	neokusna hrana
preveč krat je samo kruh z namazi...	zato ker dopoldanske malice niti ne obiskujem
majhne količine	nekateri namazi
ni ustrezne higijene	zaradi redke hrane, ki je ne jem rad
ne bomo komentirali	parjena solata in postarane salame
neje neke dobra za jesti	premalo sadja in preveč hruha z namazi
preveč krat je juha	ker je skoraj vedno kruh z namazi.
nimam komentarja.	

Glede na odgovore učencev, so le-ti najbolj nezadovoljni z nekaterimi namazi in, da so le-ti prevečkrat na jedilniku. Omenjajo tudi, da težavo predstavljajo majhne količine in premalo raznolika in okusna hrana.

VPRAŠANJE 7

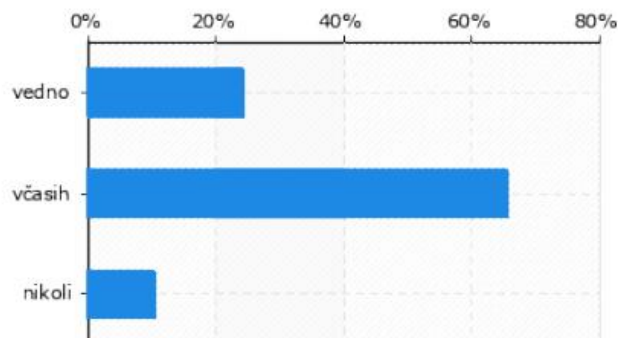
Ali je dopoldanska malica količinsko zadostna? (n = 58)



Da je dopoldanska malica količinsko zadostna, meni 84 % anketiranih učencev, 16 % posameznikov se s tem ne strinja.

VPRAŠANJE 8

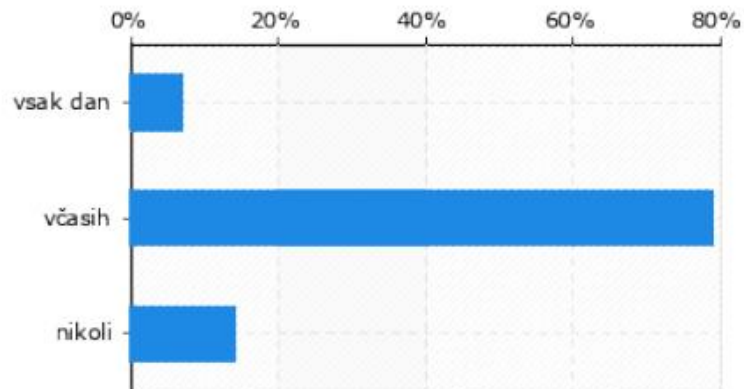
Ali za dopoldansko malico zaužiješ vse jedi, ki so ti ponujene? (n = 58)



Na vprašanje 8 je 66 % učencev odgovorilo, da včasih zaužijejo vse jedi, ki so bile ponujene, vedno zaužije vse ponujene jedi 24 % anketiranih, nikoli pa 10 %.

VPRAŠANJE 9

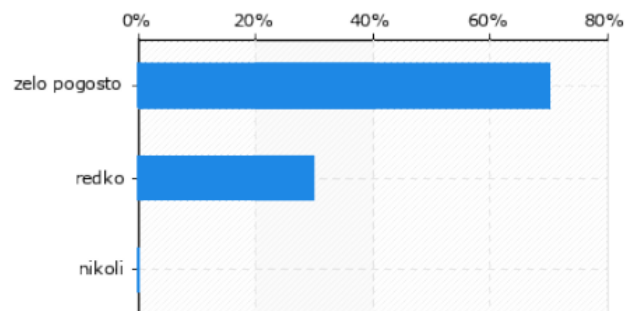
Kako pogosto vzameš dodatek malice? (n = 57)



Vsak dan dodatek k malici vzame 7 % anketiranih, včasih 79 % in nikoli 14 % posameznikov.

VPRAŠANJE 9

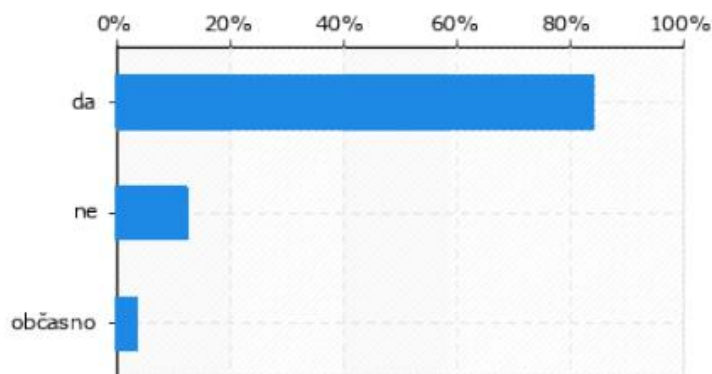
Kako pogosto si postrežeš s sadjem, ki je ponujeno pri malici? (n = 57)



70 % učencev, ki je izpolnilo anketni vprašalnik zelo pogosto poseže po sadju, ki je bilo ponujeno pri malici, redko pa 30 %.

VPRAŠANJE 10

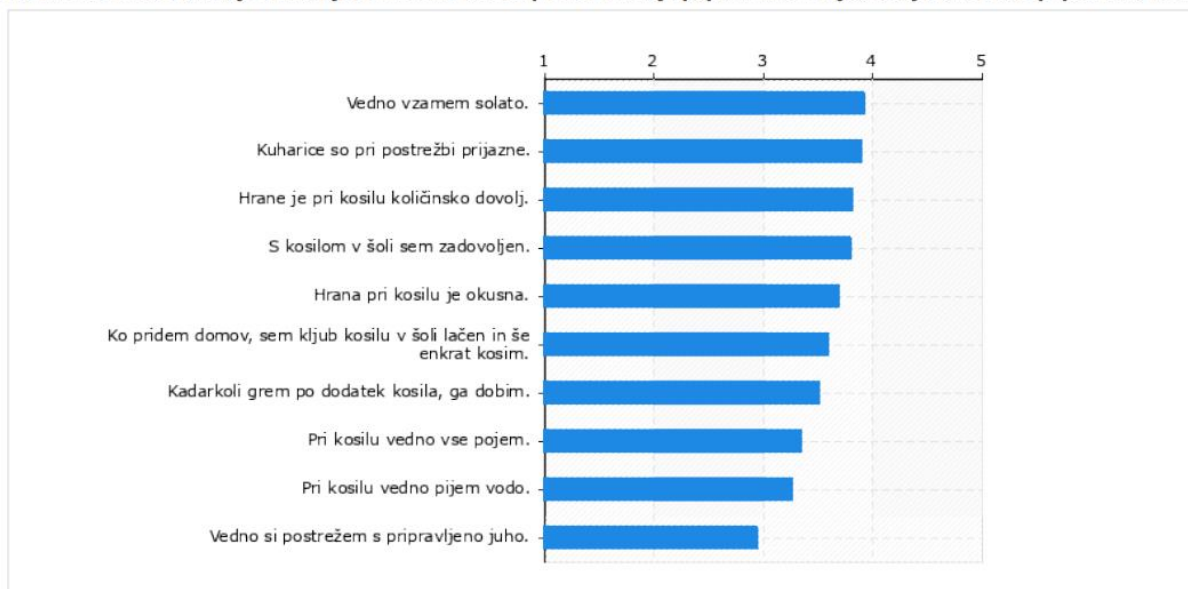
Ali v šoli kosiš? (n = 57)



V šoli ima kosilo 84 % anketiranih, 12 % pa nima kosila v šoli. Kosilo ima v šoli 83,5 % vseh vpisanih otrok.

VPRAŠANJE 11

Ovrednoti trditve ali se s trditvijo ne strinjaš in zate ne drži ali pa se s trditvijo popolnoma strinjaš, torej trditev zate popolnoma drži. (n = 49)

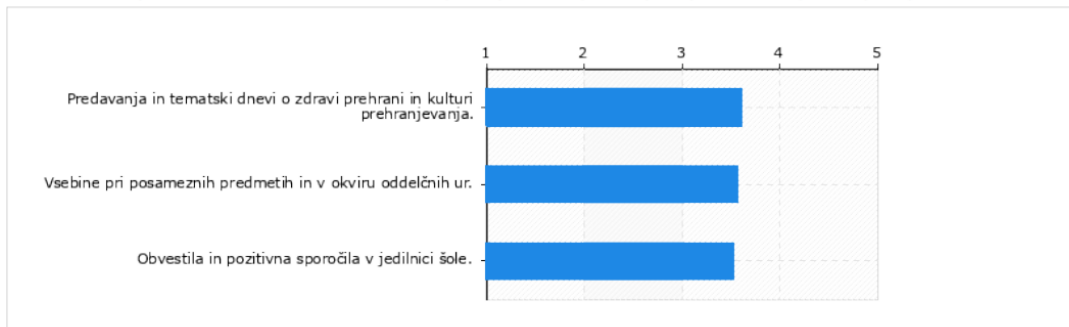


S trditvijo, da so kuharice pri postrežbi prijazne, se strinja oz. povsem strinja 75,5 % anketiranih posameznikov. 69,4 % anketiranih se strinja oz. povsem strinja s trditvami, da je hrane pri kosilu količinsko dovolj, da vedno vzamejo solato in da so zadovoljni s kosilom v šoli. Da je hrana okusna meni 67,3 % anektiranih učencev, saj so se s to

trditvijo strinjali ali popolnoma strinjali. 55,1 % dobi dodatek h kosilu, kadarkoli gre po njega in 44,9 % anketiranih ne poje vsega. S trditvijo, da ko pridem domov, sem kljub kosilu v šoli lačen in še enkrat kosim, se je strinjalo oz. povsem strinjalo 51,0 % udeležencev ankete. Vedno si postrežem z juho, je odgovorilo 34,7 % in pri kosilu vedno pijem vodo, je odgovorilo 44,9 % učencev, ki je označilo, da se s tema dvema trditvama strinja ali povsem strinja.

VPRAŠANJE 12

Kako si zadovoljen z aktivnostmi, s katerimi šola vzpodbuja zdravo prehranjevanje in kulturo prehranjevanja učencev? (n = 49)

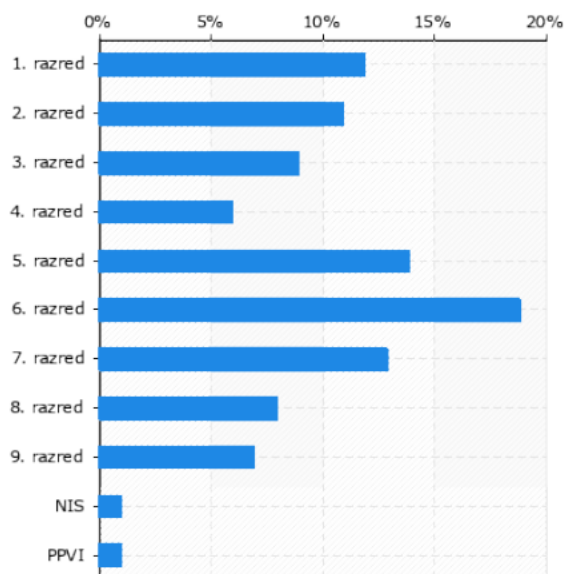


Rezultati so pokazali, da je zadovoljnih oz. zelo zadovoljnih (1) 67,3 % anketiranih s predavanji in tematskimi dnevi o zdravi prehrani in kulturi prehranjevanja, (2) 65,3 % z vsebinami pri posameznih predmetih in v okviru oddelčnih ur in (3) 57,1 % jih je z obvestili in pozitivnimi sporočili v jedilnici šole.

2. ANKETNI VPRAŠALNIK ZA STARŠE

VPRAŠANJE 1

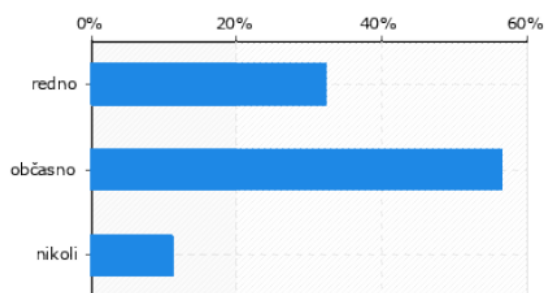
Kateri razred obiskuje Vaš otrok? (n = 101)



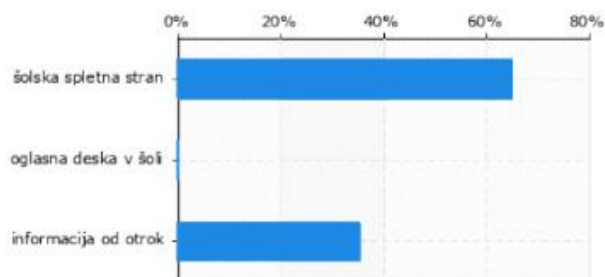
Anketni vprašalnik za starše je izpolnilo 101 staršev, od vseh 571 vpisanih otrok, kar predstavlja 17,7 %. Največ staršev je izpolnilo anketni vprašalnik, katerih otrok obiskuje 6. razred.

VPRAŠANJE 2, 3 in 4

Kako pogosto spremljate šolski jedilnik? (n = 99)



Na kakšen način pridobivate informacije o šolskem jedilniku? (n = 88)



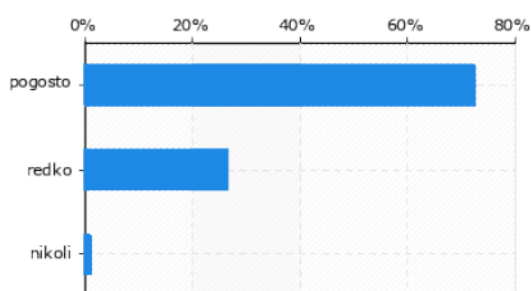
Je šolski jedilnik dovolj pregleden? (n = 87)



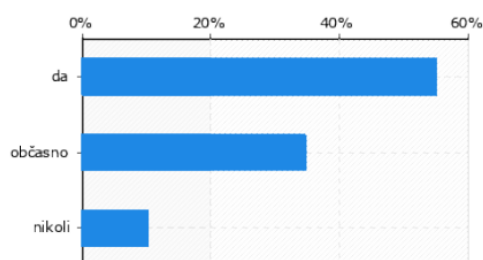
Jedilnik redno spremlja 32 % anketiranih staršev, včasih pa 57 %. Informacije o šolskem jedilniku več kot polovica staršev (65 %) pridobi na šolski spletni strani, 3 % pa jih pridobi informacije od otrok. 94 % anketiranih je mnenja, da je šolski jedilnik dovolj pregleden.

VPRAŠANJE 5, 6 in 7

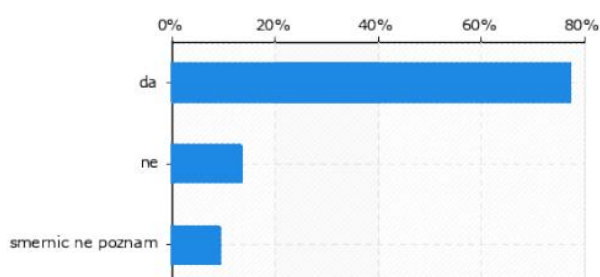
Kako pogosto se z otrokom pogovarjate o šolski prehrani? (n = 98)



Ali Vaš otrok pred odhodom v šolo zajtrkuje? (n = 98)



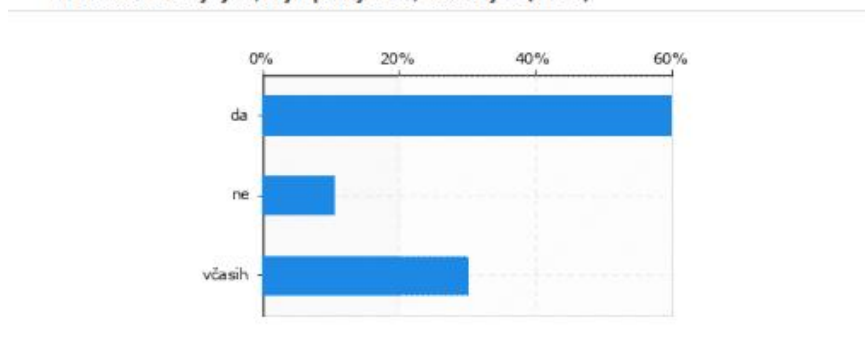
Ali menite, da prehrana na šoli ustreza smernicam zdravega prehranjevanja učencev? (n = 97)



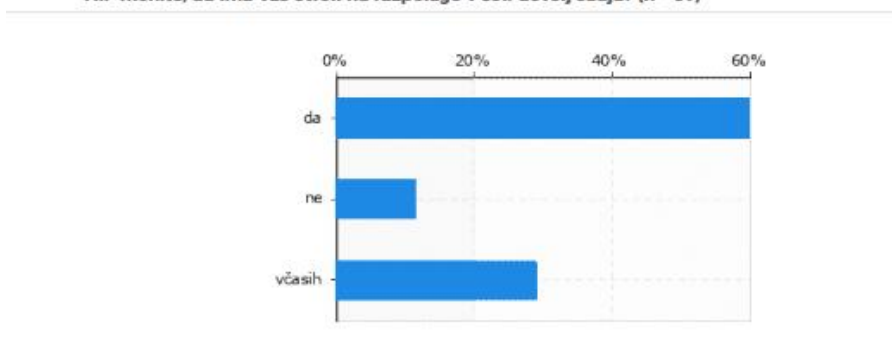
72 % anketiranih staršev se s svojim otrokom pogosto pogovarja o šolski prehrani, redko pa 27 %. Redno zajtrkuje pred odhodom v šolo 55 % otrok. 77 % anketiranih staršev meni, da prehrana na šoli ustreza smernicam zdravega prehranjevanja.

VPRAŠANJE 8, 9 in 10

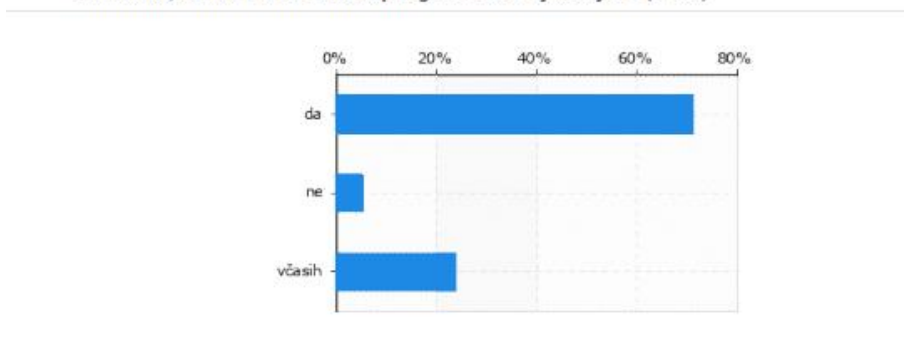
Ali ste s kakovostjo jedi, ki jih ponuja šola, zadovoljni? (n = 97)



Ali menite, da ima Vaš otrok na razpolago v šoli dovolj sadja? (n = 97)



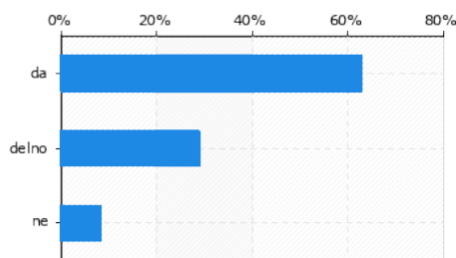
Ali menite, da ima Vaš otrok na razpolago v šoli dovolj zelenjave? (n = 97)



S kakovostjo jedi, ki jih ponuja šola je 60 % staršev zadovoljnih, enak odstotek jih meni, da ima njihov otrok na razpolago dovolj sadja, 71 % jih meni, da imajo na razpolago dovolj zelenjave.

VPRAŠANJE 11 in 12

Ali ste zadovoljni s kakovostjo dopoldanske malice? (n = 97)

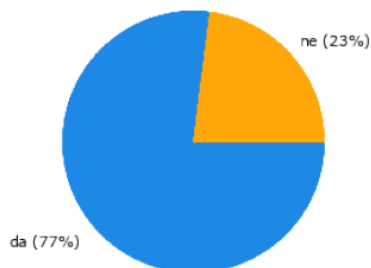


63 % staršev, ki je izpolnilo anketni vprašalnik je zadovoljnih s kakovostjo dopoldanske malice, medtem ko je 37 % staršev delno oz. ne zadovoljnih. Le te smo prosili, da pri naslednjem vprašanju zapišejo razloge, zakaj je temu tako. V tabeli so prikazani odgovori.

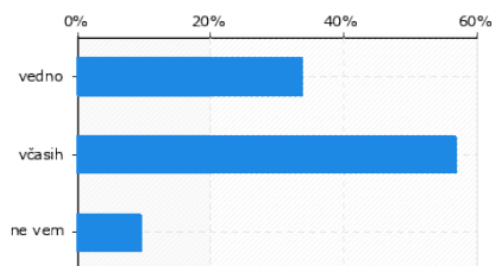
otrok je takoj po kosilu se vedno lačen, ceprav vse poje.	ker je zelo pogosto v prehrani sir, ki ga otrok ne je.	dieta - ne vem, katera živila dobi kot nadomestek živilom iz jedilnika
premalo sadja	preveč krat juhe	malica ni vedno okusna
skoraj vedno kruh in namaz	ne hodi na popoldansko malico	nekateri otroci ne jejo te hrane
nasplošno menim, da malica temelji preveč na ogljikovih hidratih, kar je za otroke, ki že imajo prekomerno telesno težo neprimerno oz. se kruha najedo, pogosto zelenjave ali sadja sploh ne vzamejo	raznolikost vsak dan otroci dobijo čaj, v današnji ponujeni izbiri lokalnih ponudnikov imamo še kaj druga na voljo kot pa industrijski čaji. lahko bi jim kdaj ponudili domač sok, mlečne napitke,...	preveč enolična hrana, jedilniki se ponavljajo, količinsko premalo, po več učenci ne upajo iti, ker so kuharice neprijazne, komentirajo, to se dogaja v zadnjih dveh letih, prej je bilo tega manj, učenci so lačni.
otroku je premalo	bi želeli večkrat sadje	hamburge ob 9:20??
mojega otroka moti, da je za dopoldansko malico juha in ni dovolj sadja	veliko vnaprej pripravljene hrane ki se samo pogreje ali pa da iz konzerve. preveč kruha in namazov, pekovskih izdelkov	ko sem nazadnje preverjal jedilnik je vsebovalo 96% jedi sestavine živalskega izvora. po mojem mnenju nedopustno! preverjal sem vse obroke
premalo kvaliteten kruh, veliko kupljenih štruc, pogosto domači sadni jogurti, preveč sladki	pretežno enaka/podobna malica (kruh in namaz). več juh in mlečnih jedi na žlico.	količina premajhna sin pravi, da je prevečkrat za malico kruh in namaz...pogreša gris, kosmiče...
kruh z rezino sira	vprasajte ucence, zakaj nocejo jesti malice	ne bompo komentirali, ker se ne upošteva
izgled in okus hrane nista otrokom po volji	premala količina, hrana neokusna	ker otrok pravi, da je okus hrane ni dober.
premajhni obroki, zmečkano sadje (npr. borovnice)	preveč juh dobivajo za malico. po mojem mnenju se za malico ne je juh.	preveč gotovih kupljenih jedi (jabolčni zavitek, pica, čokoladni žepek..)

VPRAŠANJE 13 in 14

Ali menite, da je dopoldanska malica količinsko zadostna? (n = 95)



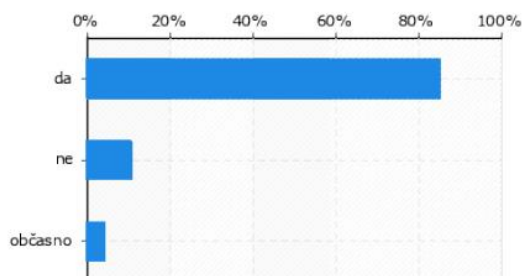
Ali Vaš otrok za dopoldansko malico zaužije vse jedi, ki so mu ponujene? (n = 95)



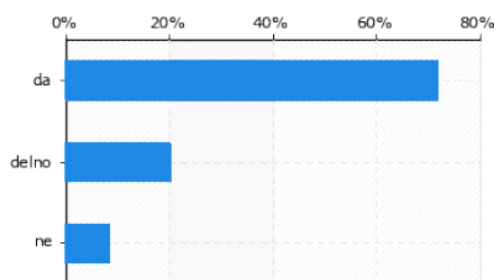
77 % anketiranih staršev meni, da je dopoldanska malica količinsko zadostna. Vedno zaužije vse jedi, ki so mu bile ponujene 34 % otrok, včasih pa 57 % otrok.

VPRAŠANJE 15 IN 16

Ali Vaš otrok v šoli kosi? (n = 95)



Ali ste zadovoljni s kakovostjo kosila? (n = 85)

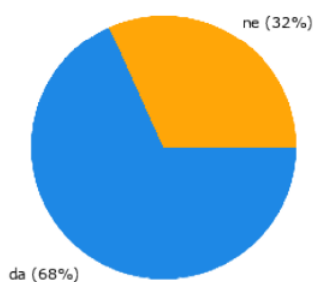


V šoli ima kosilo 85 % otrok, katerih starši so izpolnili anketni vprašalni. 72 % jih je zadovoljnih s kakovostjo kosila. V primeru, da so označili, da so delno oz. ne zadovoljni, smo jih pri naslednjem vprašanju prosili, da zapišejo razloge zakaj. V tabeli so prikazani odgovori.

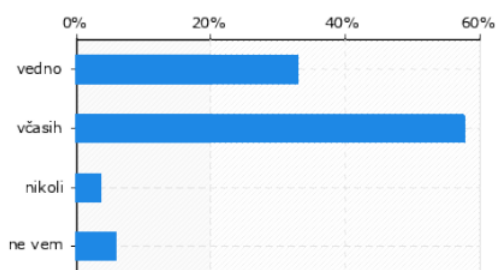
ne bomo komentirali, ker se predlogi ne upoštevajo	moti me, da je meso včasih pre surovo, suho ali mastno.	preveč mesa - skoraj vsak dan je na jedilniku meso
ni raznolika prehrana	premajhna kolocina	premajhna količina
premale porcije, hrana neokusna, občasno ne dovolj kuhana	premalo, pogosto je enolončnica in pecivo, po kateri so zelo hitro lačni	jedilnik se ponavlja, občutek, da jedo vedno isto, pogosto brez juhe
hrana pogosto neokusna in postana, največkrat ribe in ocvrto meso	kosilo ni vedno okusno, otrok redko poje juho, ki je redko okusna	če gre prosit za več, mu kuharica ne da oz. se obregne - vodja..
ko je na jedilniku enolončnica in pecivo, se mi zdi da je preskromno kosilo.	juha in kos peciva - premalo	ker pravi, da je okus hrane zelo slab.
slab okus, vnaprej pripravljene jedi	otrok pride domov velikokrat lačen.	ne ustreza okusu otrok.
juhe so vodene, neokusne. mesa skoraj ni, če so juhe, je to premalo, v juhah ali omakah dobijo le kak manjši kos mesa, če grejo iskat več, dobijo zelo zelo malo in potem raje sploh ne grejo iskat, otroci pravijo, da so se po izobraževanju na daljavo spremenili okusi, količinsko je hrane manj, juhe so neprimerno bolj redke, tudi smutiji niso več enaki, ribe so puste, lososa sploh več ni.	ko sem nazadnje preverjal jedilnik je vsebovalo 96% jedi sestavine živalskega izvora, po mojem mnenju nedopustno! preverjal sem vse obroke.	ponavadi ne dobi več, če je še lačen.

VPRAŠANJE 17 IN 18

Ali menite, da je šolsko kosilo količinsko zadostno? (n = 85)



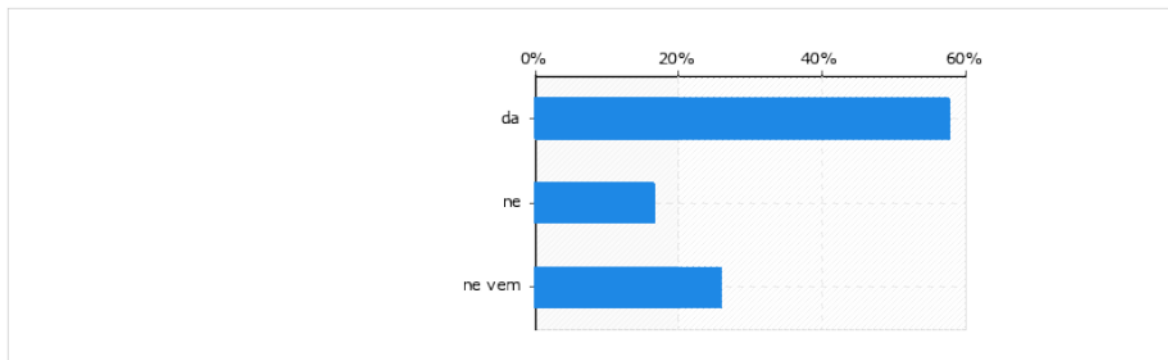
Ali Vaš otrok za šolsko kosilo vzame vse jedi, ki so mu ponujene? (n = 85)



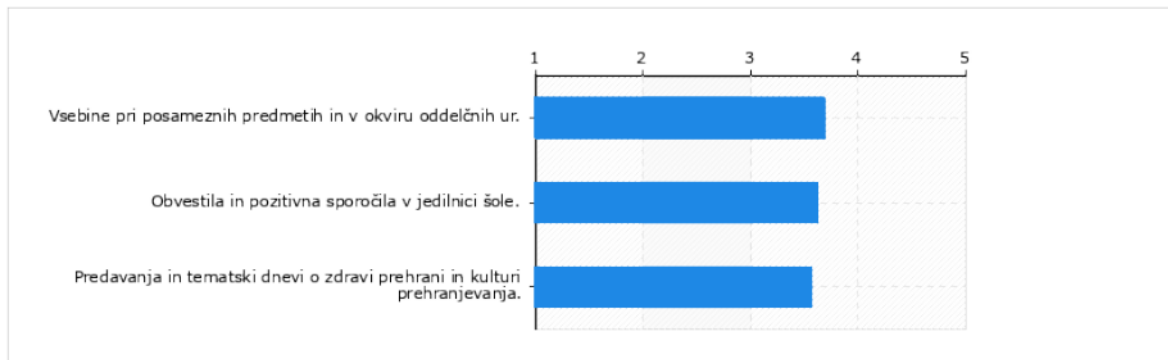
Da je kosilo količinsko zadostno meni 68 % staršev, ki je izpolnilo anketni vprašalnik. 33 % anketiranih staršev je navedlo, da njihov otrok vedno za šolsko kosilo vzame vse jedi, ki so mu bile ponujene in včasih 58 %.

VPRAŠANJE 19 IN 20

Ali Vaš otrok dobi dodatek, v primeru, da mu je obrok količinsko premajhen? (n = 85)



Kako ste zadovoljni z aktivnostmi, s katerimi šola vzpodbuja zdravo prehranjevanje in kulturo prehranjevanja učencev? (n = 92)



58 % staršev, je označilo da njihov otrok dobi dodatek, v primeru, da mu je obrok količinsko premajhen. Več kot polovica staršev je zadovoljnih oz. zelo zadovoljnih z vsebinami pri posameznih predmetih in v okviru oddelčnih ur, obvestili in pozitivnimi sporočili v jedilnici šole ter predavanji in tematskimi dnevi o zdravi prehrani in kulturi prehranjevanja.

VPRAŠANJE 21

Pri tem vprašanju smo prosili starše, da nam, če želijo sporočiti kaj v zvezi s prehrano na šoli, to napišejo (predloge, pripombe, pohvale ipd.).

menim, da se hrana nujno mora izboljšati.	pri prehrani pogrešam izdelke domačih kmetov ker je domače bolj zdravo.	naj bi bila hrana čimbolj pestra in raznolika, domači namazi in peciva
hrana se je v zadnjih letih zelo spremenila, v šolskih jedilnikih, ki so objavljeni na spletni strani šole je ogromno napak v zapisu, neprimerljivo slabše kot je bilo še nekaj let nazaj.	pohvalno, da omogočate dietno prehrano. sinovi hvalijo kuharico Manjo.	otrok je s šolsko prehrano zadovoljen, sama opažam, da je na jedilniku skoraj vsak dan meso in bi predlagala več rib, zelenjavnih obar in drugih nemesnih jedi
	večkrat kaj sladkega.	
	vse je v redu obrokih	
mogoče bi lahko kak naravoslovni dan namenili dejanski pripravi zdravih obrokov in prigrizkov v šoli, saj tisto kar sami naredijo raje jedo in tudi učinek skupine ima pozitiven vpliv, tako bi lahko učencem približali zelenjavo, zelenjavne namaze, juhe....	kvaliteta hrane je padla v času korone in po njej.	ne
	pohvalimo, da se šola trudi in pripravlja jedi tudi za otroke s posebno dieto, zaradi dietne prehrane v korona času sin včasih ne more dobiti dodatka in mu je obrok premajhen, sicer je večinoma lahko dobil še.	obvestila in pozitivna sporočila v jedilnici šole nam staršem niso znana - zato menim, da ne moremo pravilno odgovoriti
		ne morem se strinjati, da gre za zdravo prehrano pri 96% deležu obrokov, ki vsebujejo sestavinami živalskega izvora
dajte manjše količine hrane ki ni tako priljubljena in dajte možnost repeti tistim ki jim je všeč	želela bi da se napise od katere kmetije je določena hrana. in tudi za ostalo hrano, ki ni od lokalnih kmetij me zanima sledljivost hrane	izboljšajte okus, otrokom dajte dodatek (s tem ne mislim sladice), če želijo, ne silite jih jesti kar ne jedo...
zdi se mi da je ozaveščanje o zdravi prehrani na tej šoli zelo dobro	nekatero kuharice bi lahko bile bolj prijazne, ribe so neokusne...	hrana bi bila lahko bolj okusna, takšna kot je bila v vrtcu, kuharice bi lahko šle tja pogledat kako se kuha
za učence, ki imajo dieto napisati, s čim bo nadomeščeno živilo, ki ga ne sme uživati (npr. testenine - koruzne testenine, kvasenica - kruh z marmelado,...). večkrat se tudi zgodi, da ostali dobijo malico kot je, dietni pa popolnoma drugo živilo (vem, da vseh nadomestkov ni mogoče najti, nabaviti, ampak vseeno...pogosto kruh z marmelado kot nadomestilo pa se mi tudi ne zdi ok).	porcije so premajhne, potrebujejo več kot dobijo	kot sem že napisal bi lahko namesto čaja ponudili kaj druga.
	zelo zadovoljna	če otrok prosi za več hrane,jo tudi naj dobi,saj placam.
	koliko otrok je, toliko jedilnikov bi potrebovali, da bi bili vsi zadovoljni	manj pripravljene hrane, več sveže skuhane, odnos kuharic je včasih neustrezen
	pohvalno, da omogočate dietno prehrano	kuharji naj zacnejo kuhati

ZAKLJUČEK

Rezultati so pokazali, da je s kakovostjo jedi, ki jih ponuja šola v povprečju 60% anketiranih staršev zadovoljnih, tako s kosilom, kot tudi z dopoldansko malico. Da sta dopoldanska malica in kosilo količinsko zadostna, meni približno 75 % staršev, ki je izpolnilo anketni vprašalnik. Učenci, so manj zadovoljni s kakovostjo dopoldanske malice v primerjavi s starši, s kakovostjo kosila pa približno enako kot starši. Prav tako se strinjajo s starši, da sta kosilo in dopoldanska malica v zadovoljivih količinskih razmerjih.

Trudimo se, kolikor nam dopuščajo finančna sredstva, da v naše obroke čim bolj vključujemo živila, ki imajo oznako EKO ali BIO, po možnosti slovenskih oziroma lokalnih pridelovalcev. Ekološko pridelana hrana ali je boljša izbira, saj je visoko kakovostna in bolj varna, tega se zavedamo tudi na naši šoli. Z dvema ponudnikoma redno sodelujemo, občasno pa še z drugimi. V šolski prehrani največkrat uporabljamo EKO goveje meso in različne BIO mlevske izdelke, rdečo peso in določene vrste sadja in zelenjave. Pomembno je, kakšno hrano uživamo, zato v naše jedilnike in obroke v skladu z možnostmi vključujemo živila iz svežih, surovih, sezonskih in lokalnih sestavin. Redno sodelujemo s šestimi lokalnimi ponudniki, občasno pa še s tremi. Lokalne izbire sadja in zelenjave so po navadi bolj kakovostne, saj so bolj dozorele in imajo višjo hranilno vrednost (več vitaminov), saj niso izpostavljanje dolgotrajnemu transportu, ki negativno vpliva na živila. Poleg negativnega vpliva na živila, pa transport tudi zelo obremenjuje okolje. Poleg sadja in zelenjave, se trudimo, da kolikor je mogoče uporabimo sveže mleko in mlečne izdelke, olja, meso, žitne izdelke lokalnih ponudnikov. Na jedilniku so ta živila (BIO/EKO/lokalno) označena z rdečo barvo. S tem pripomoremo, da učenci uživajo bolj kakovostno hrano in s tem pozitivno vplivajo na svoje zdravje, skrbimo za okolje ter ohranjamo delovna mesta.

Jedilnik je večinoma osnovan tako, da se jedi v enem mesecu pri posameznih obrokih ne ponavljajo, razen v primer, ko nastanejo objektivni razlogi (težave z dostavo, tehnične težave, ipd.). V tem šolskem letu učenci zaradi COVID-19 niso imeli dopoldanske malice v jedilnici, zato smo morali v šolski kuhinji pripravljati jedi, pri katerih je bil možen ustrezen transport v učilnico (primerne posode, čas, da se živila ne bi ohladila ipd.). Podaljšan pa se je tudi čas priprave obroka in tudi sama razporeditev, zaradi dodatnih higienskih ukrepov. To je posledično tudi malo vplivalo na pestrost in raznovrstnost obrokov dopoldanske malice.

Tedenski jedilnik dopoldanske malice je bil ponavadi sestavljen tako, da je bil 2-krat na teden obrok na osnovi mleka, en obrok je bil na žlito, dvakrat na teden je bil namaz, ki smo jih v kuhinji večinoma sami izdelovali. Učenci so izpostavili, da ne marajo oz. niso zadovoljni z namazi. Če želimo zagotoviti čim bolj raznovrstno prehrano, moramo pripravljati in v prehrano vključevati tudi namaze. Učenci skoraj vedno prihajajo po dodatne porcije, ko so občasno na jedilniku mesna zaseka, pašteta, čokoladni namaz, vendar te izbire niso najbolj zdrave. Opažamo, da učenci ne marajo predvsem zelenjavnih namazov, ki pa so najbolj priporočljivi. Kruh in pekovski izdelki so ponavadi iz ržene, ovsene, pirine, polnozrnat ipd. mok, ki jih priporočajo smernice zdrave prehrane. Vsak dan je bilo na razpolago tudi sadje in zelenjava, včasih tudi oboje. Pred

COVID-19 so bila določena živila (sadje, zelenjava, kruh, ipd.) vedno na razpolago v jedilnici, ukrepi letos tega niso dopuščali. Občasno pa so se na jedilniku pojavljale tudi manj zdrave izbire živil, saj smo želeli ugoditi tudi željam učencem. Kosilo pa je tedensko bilo osnovano tako, da je bil enkrat na teden brezmesni obrok, enkrat tedensko jed na žlico, ostale tri dni pa vedno različne vrste mesa z različnimi prilogami. Enkrat do dvakrat mesečno pa smo dali na jedilnik tudi manj zdrave izbire. Nezadovoljstva med starši in učenci je bilo številčno največje s premajhnimi porcijami in da je prevečkrat na jedilniku juha (tako za kosilo, kot dopoldansko malico), ki pa njihove otroke ne nasiti za dolgo. Če bi učenci zaužili vse obroke, vključno z zajtrkom in pojedli vse ponujene jedi bi jim moralo zadostovati. V primeru, da je učenec še lačen, lahko dobi dodatek, pri vseh obroki. Opažamo pa da učenci ne vzamejo oz. ne pojedjo vsega, kar jim je ponujeno, predvsem z razlogom, da jim to ni všeč.

Zavedati se pa moramo, da se prehranske navade, kot tudi okusi in stališča posameznikov razlikujejo, zato se prehrana v šoli ne more prilagoditi željam vsakega posameznika. Eden izmed staršev je v anketnem vprašalniku napisal, da koliko otrok je, toliko jedilnikov bi potrebovali, da bi bili vsi zadovoljni, to pa je na žalost v šolski kuhinji težko izvedljivo.

Rezultati ankete, podani predlogi, pripombe in pohvale tako staršev kot učencev, nam bodo v veliko pomoč pri organizaciji šolske prehrane za naslednje šolsko leto. Preučili jih bomo in glede prehranske smernice in naše zmožnosti skušali realizirati. Še naprej se bomo trudili z različnimi vzgojno-izobraževalnimi dejavnostmi in projekti, pozitivno vplivati na prehranske izbire otrok in zdrav način prehranjevanja. Zdravo prehranjevanje je pomemben zaščitni dejavnik zdravja posameznikov. Zato je pomembno, da imamo pozitiven odnos do prehranskih smernic, priporočil in informacij o zdravem prehranjevanju, ki so zdravstveno utemeljene. Poznavanje in njihovo upoštevanje pripomore k zdravemu načinu prehranjevanja in zmanjšanju tveganja za nastanek nenalezljivih kroničnih bolezni (bolezni srca in ožilja, sladkorne bolezni tipa ipd.) v vseh življenjskih obdobjih.