



Osnovna šola Gornja Radgona, Prežihova 1, 9250 Gornja Radgona

ANKETA O ŠOLSKI PREHRANI

ŠOLSKO LETO 2021/22

Organizatorica šolske prehrane:
Anja Bregar

Ravnatelj:
Dejan Kokol

Gornja Radgona, april 2022



Osnovna šola Gornja Radgona, Prežihova 1, 9250 Gornja Radgona

UVOD

Eden izmed pomembnih temeljev vzgojno-izobraževalnih dejavnosti vsakega vzgojno-izobraževalnega zavoda je organizacija šolske prehrane. Na naši šoli se pri pripravi obrokov trudimo slediti smernicam zdrave prehrane ob upoštevanju vaših mnenj.

V skladu z Zakonom o šolski prehrani smo tudi v letošnjem šolskem letu 2021/22 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 smo izvedli na daljavo. Vsi starši in učenci so preko e-pošte dobili prijazno povabilo, da anonimno izpolnijo anketna vprašalnika. Eden je bil namenjen učencem, drugi staršem. Odprta za izpolnjevanje sta bila od ponedeljka, 28. 3. 2022, do vključno nedelje, 3. 4. 2022.

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

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



Osnovna šola Gornja Radgona, Prežihova 1, 9250 Gornja Radgona

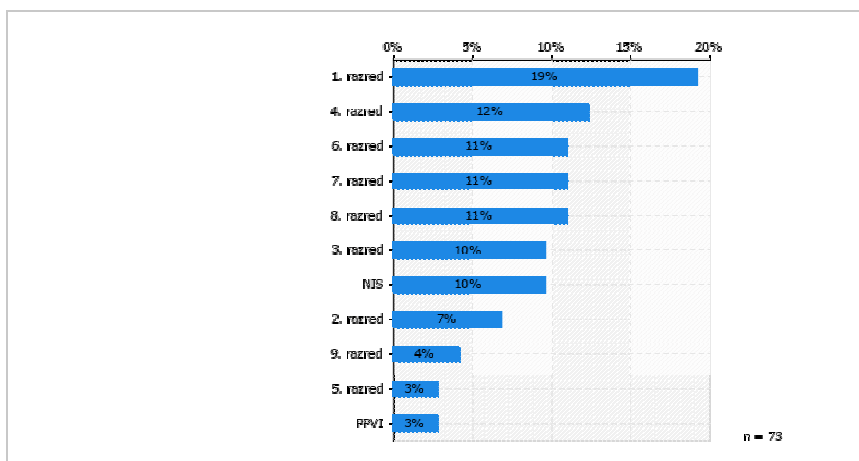
REZULTATI IN ANALIZA

1. ANKETNI VPRAŠALNIK ZA UČENCE

VPRAŠANJE 1

Kateri razred obiskuješ? (n = 73)

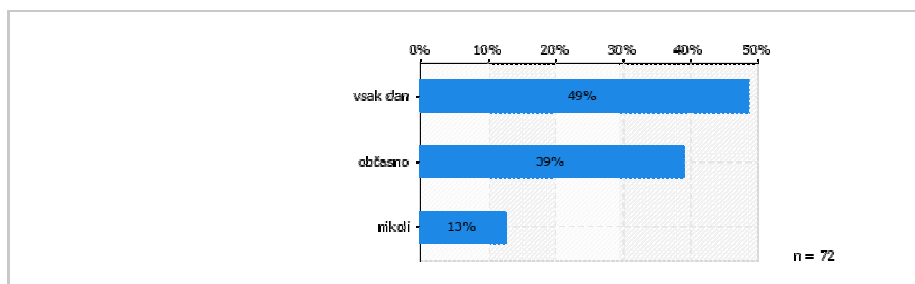
Možnih je več odgovorov



Anketni vprašalnik je rešilo 73 otrok, kar predstavlja 12,6 % vseh vpisanih učencev. Največ posameznikov je izpolnilo anketni vprašalnik iz 1. razreda (14 učencev).

VPRAŠANJE 2

Ali zajtrkuješ? (n = 72)



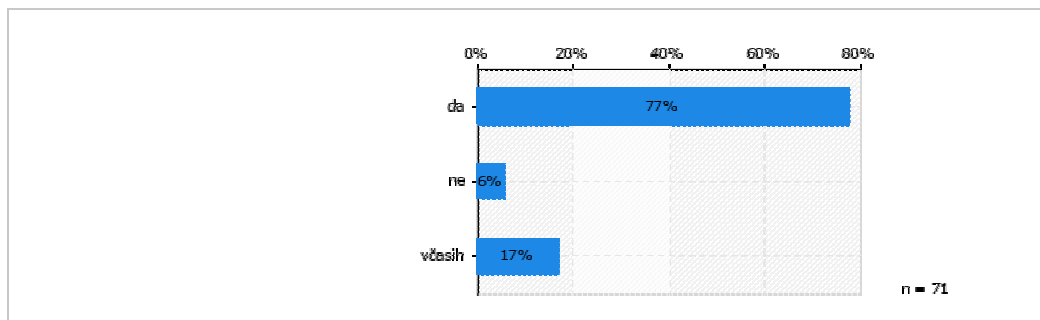
49 % anketiranih učencev zajtrkuje vsak dan, občasno 39 % in 13 % jih nikoli ne zajtrkuje.

VPRAŠANJE 3 IN 4

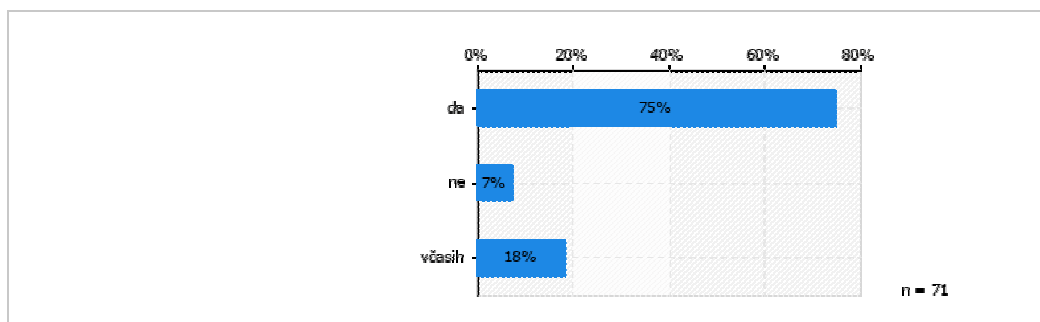


Osnovna šola Gornja Radgona, Prežihova 1, 9250 Gornja Radgona

Ali imaš na razpolago v šoli dovolj sadja? (n = 71)



Ali imaš na razpolago v šoli dovolj zelenjave? (n = 71)



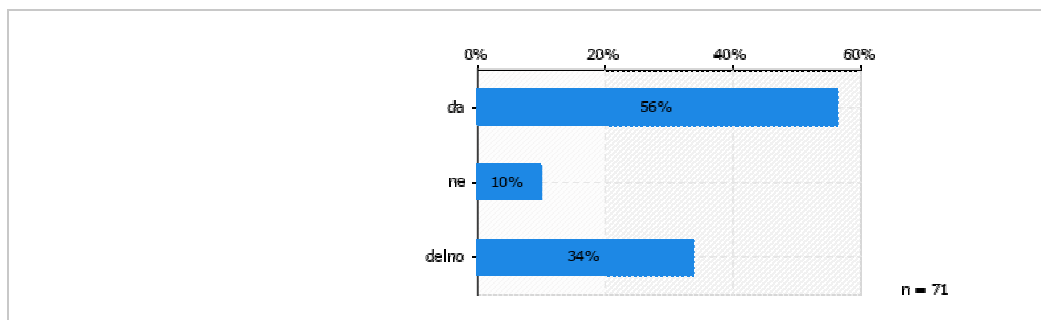
Na razpolago v šoli ima dovolj sadja 77 % učencev, ki je izpolnilo anketni vprašalnik, medtem, ko ima zelenjave dovolj na razpolagi 75 % anketiranih učencev.



Osnovna šola Gornja Radgona, Prežihova 1, 9250 Gornja Radgona

VPRAŠANJE 5

Ali si zadovoljen s kakovostjo dopoldanske malice? (n = 71)



Več kot polovica (56 %) anketiranih učencev je zadovoljnih s kakovostjo dopoldanske malice, 34 % jih je delno in 10 % jih ni 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.

ker je kruh vsak dan	ker je hrane premalo, brezokusna hrana
namazi mi niso najbolj všeč	količinsko premalo
vsaki drugi dan je ista hrana	premalo sokov
večkrat bi lahko bile različne klobase	premalo različnih okusov jogurtov
zaradi mlečnih izdelkov	ni dobro
včasih mi stvari niso všeč nič takega :)	danes je bil brez okusa jogurt
namazi niso dobri, juhe so brezokusna, premalo sadja	hrana je zelo neokusna, če pa je kdaj dobra, pa je takoj zmanjka
premajhna količina	preveč mlečne malice
preveliko mesa	premalo sadja
ne ustreza mojemu okusu	ni mi všeč
ni dober jedilnik	zato ker je včasih hrana, ki je ne jem
večkrat kaj mlečnega kot je gris, kruh in maslo	včasih dobimo samo kruh in vodo, ne tako dobri namazi
namazi se prevečkrat ponovijo.	namazi mi včasih niso všeč (tuna,...)
ker do kosila mi ne bo dovolj	včasih premajhen obrok, ali neokusen.

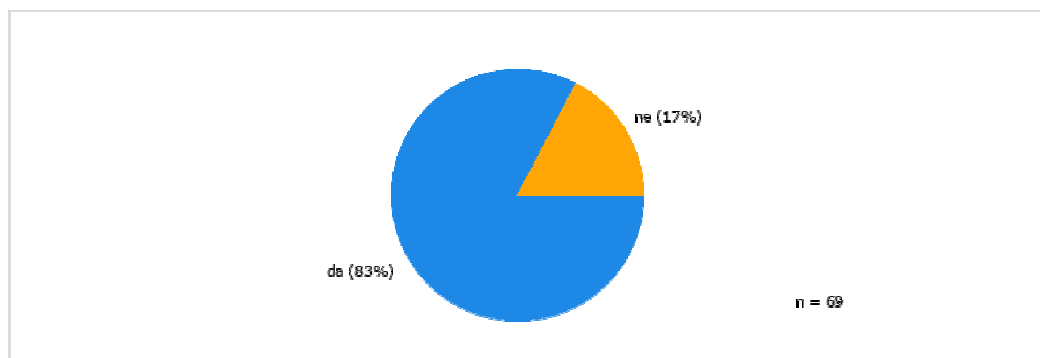
Glede na odgovore učencev, so le-ti najbolj nezadovoljni z nekaterimi namazi, težavo predstavljajo premajhne količine, mlečni izdelki in okus hrane.

VPRAŠANJE 7



Osnovna šola Gornja Radgona, Prežihova 1, 9250 Gornja Radgona

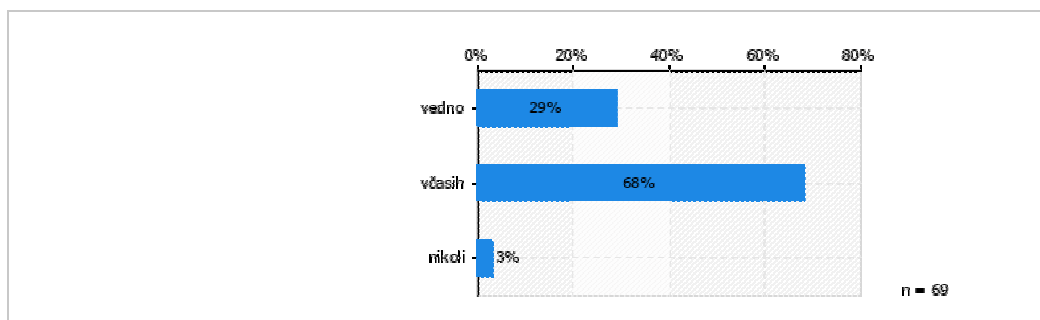
Ali je dopoldanska malica količinsko zadostna? (n = 69)



Da je dopoldanska malica količinsko zadostna, meni 83 % anketiranih učencev, 17 % posameznikov se s tem ne strinja.

VPRAŠANJE 8

Ali za dopoldansko malico zaužiješ vse jedi, ki so ti ponujene? (n = 69)



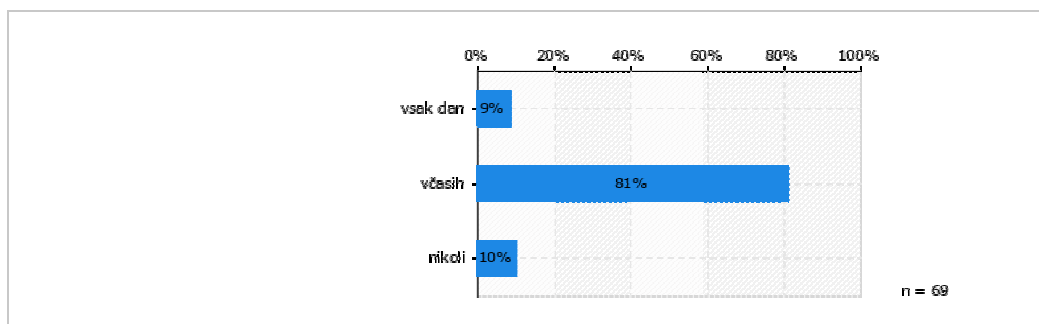
Na vprašanje 8 je 68 % učencev odgovorilo, da včasih zaužijejo vse jedi, ki so bile ponujene, vedno zaužije vse ponujene jedi 29 % anketiranih, nikoli pa 3 %.



Osnovna šola Gornja Radgona, Prežihova 1, 9250 Gornja Radgona

VPRAŠANJE 9

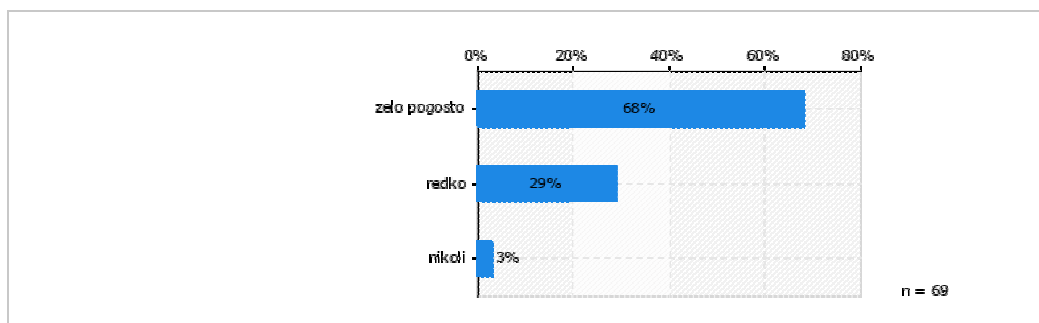
Kako pogosto vzameš dodatek malice? (n = 69)



Vsak dan dodatek k malici vzame 9 % anketiranih, včasih 81 % in nikoli 10 % posameznikov.

VPRAŠANJE 10

Kako pogosto si postrežeš s sadjem, ki je ponujeno pri malici? (n = 69)



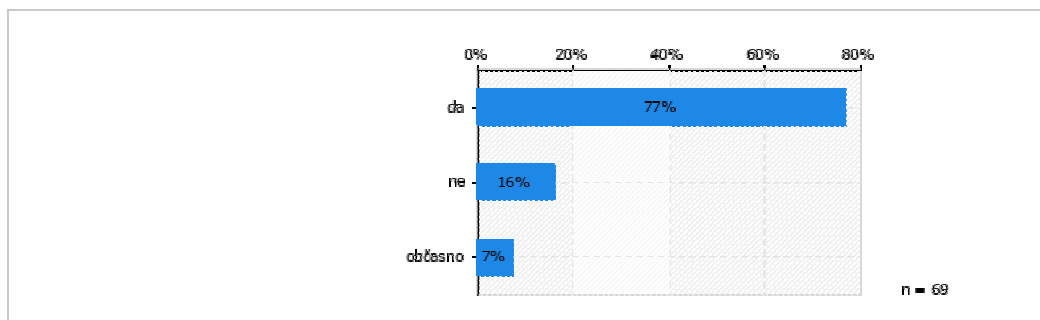
68 % učencev, ki je izpolnilo anketni vprašalnik zelo pogosto poseže po sadju, ki je bilo ponujeno pri malici, redko pa 29 %.



Osnovna šola Gornja Radgona, Prežihova 1, 9250 Gornja Radgona

VPRAŠANJE 11

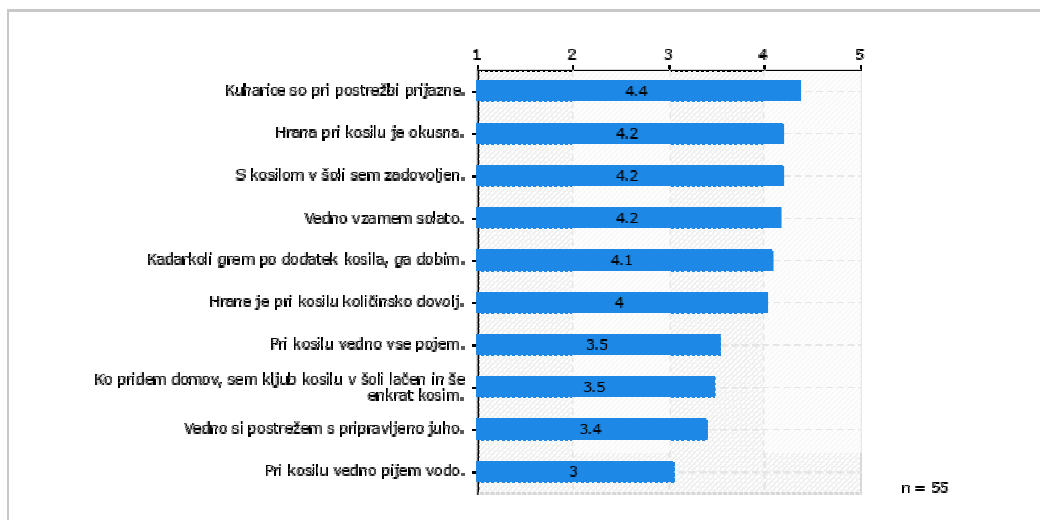
Ali v šoli kosiš? (n = 69)



V šoli ima kosilo 77 % anketiranih, 16 % pa kosila nima. Kosilo ima v šoli v povprečju 75,9 % vseh vpisanih otrok.

VPRAŠANJE 12

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 = 55)



85,5 % anketiranih se je s trditvijo, da so zadovoljni s kosilom v šoli strinjalo (27 učencev) ali popolnoma strinjalo (20 učencev). S trditvijo, da so kuharice pri postrežbi prijazne, se strinja oz. povsem strinja 83,6 % anketiranih posameznikov (14 učencev se je strinjalo, 32 učencev se je popolnoma strinjalo). Enak delež anketiranih (83,6 %) je mnenja, da je hrana pri kosilu okusna (25

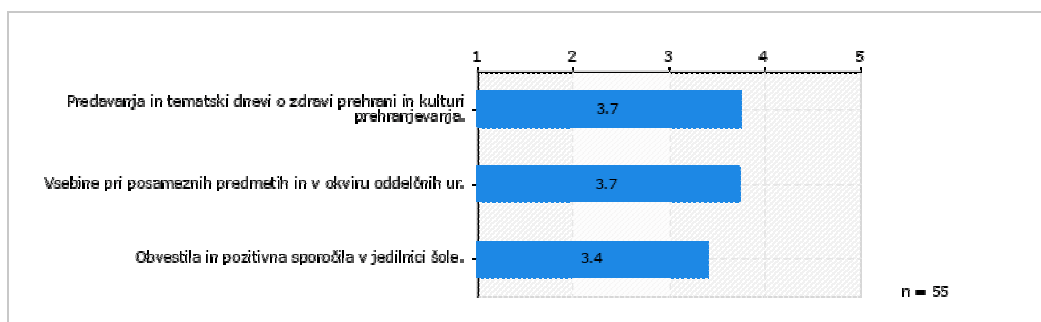


Osnovna šola Gornja Radgona, Prežihova 1, 9250 Gornja Radgona

učencev se je strinjalo, 21 učencev se je popolnoma strinjalo). 80 % učencev je označilo, da se strinjajo (21 učencev) ali popolnoma strinjajo s trditvijo (23 učencev), da pri kosilu vedno vzamejo solato. Enak delež (80 %) posameznikov, ki je rešilo anketo, se je strinjalo (25 učencev) ali popolnoma strinjalo (19 učencev), da dobijo dodatek kosila, kadarkoli gredo po njega. Da je hrane količinsko dovolj meni 76,4 % anketiranih učencev, saj so se s to trditvijo strinjali (20 učencev) ali popolnoma strinjali (22 učencev). S trditvijo, da pri kosilu vse pojem se je strinjalo 16 učencev in 10 učencev, se je s trditvijo popolnoma strinjalo (47,3 %). 26 učencev (47,3 %) je, ko pridejo domov lačnih, kljub kosilu v šoli (13 učencev se je s trditvijo strinjalo in 13 popolnoma strinjalo). Enak delež anketiranih (47,3 %) je odgovorilo, da si vedno postrežejo s pripravljeno juho, saj so se s trditvijo strinjali (16 učencev) in popolnoma strinjali (10 učencev). 43,6 % učencev je označilo, da se s trditvijo, da pri kosilu vedno pijejo vodo strinja (11 učencev) ali povsem strinja (13 učencev).

VPRAŠANJE 13

Kako si zadovoljen z aktivnostmi, s katerimi šola vzpodbuja zdravo prehranjevanje in kulturo prehranjevanja učencev? (n = 55)



Rezultati so pokazali, da je : (1) 69,0 % anketiranih s predavanji in tematskimi dnevi o zdravi prehrani in kulturi prehranjevanja (29 učencev zadovoljnih oz. 9 zelo zadovoljnih), (2) 61,8 % z vsebinami pri posameznih predmetih in v okviru oddelčnih ur (24 učencev zadovoljnih oz. 10 zelo zadovoljnih) in (3) 45,5 % jih je z obvestili in pozitivnimi sporočili v jedilnici šole (18 učencev zadovoljnih oz. 7 zelo zadovoljnih).

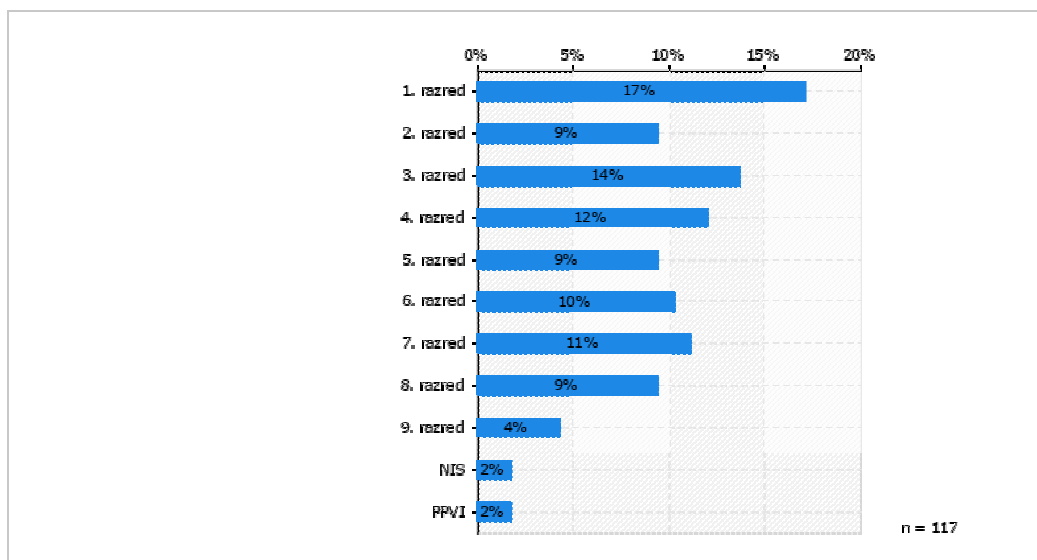


Osnovna šola Gornja Radgona, Prežihova 1, 9250 Gornja Radgona

2. ANKETNI VPRAŠALNIK ZA STARŠE

VPRAŠANJE 1

Kateri razred obiskuje Vaš otrok? (n = 117)



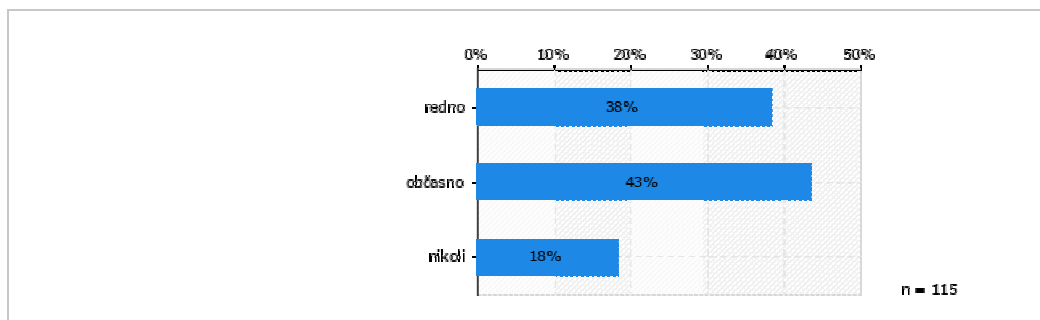
Anketni vprašalnik za starše je izpolnilo 117 staršev, od vseh 580 vpisanih otrok, kar predstavlja 20,2 %. Največ staršev je izpolnilo anketni vprašalnik, katerih otrok obiskuje 1. razred.



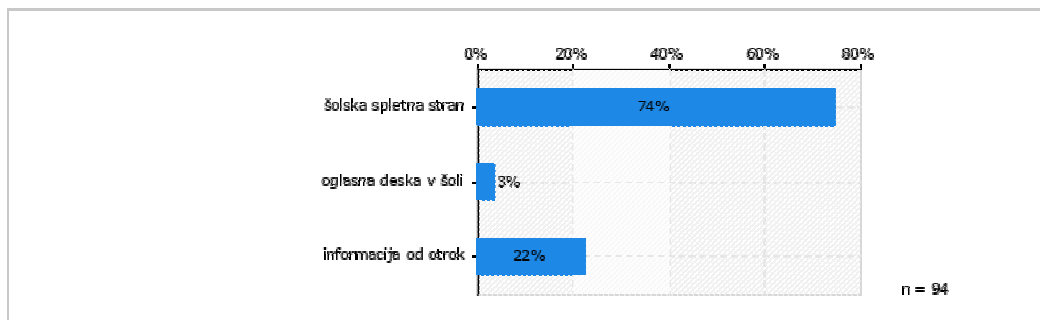
Osnovna šola Gornja Radgona, Prežihova 1, 9250 Gornja Radgona

VPRAŠANJE 2, 3 in 4

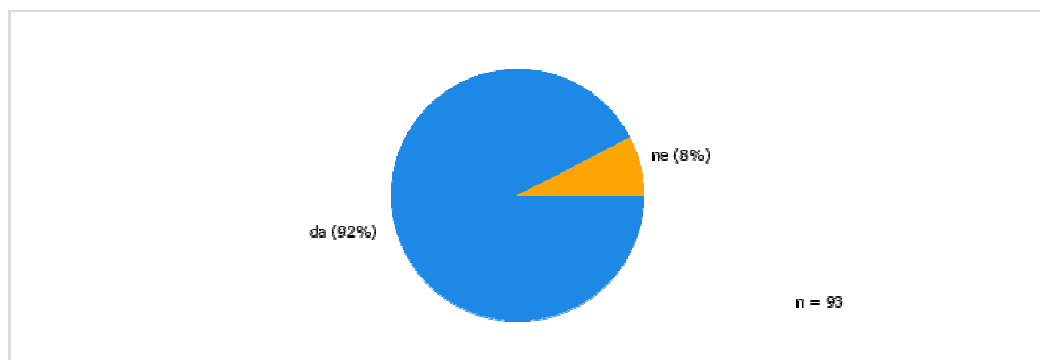
Kako pogosto spremljate šolski jedilnik? (n = 115)



Na kakšen način pridobivate informacije o šolskem jedilniku? (n = 94)



Je šolski jedilnik dovolj pregleden? (n = 93)



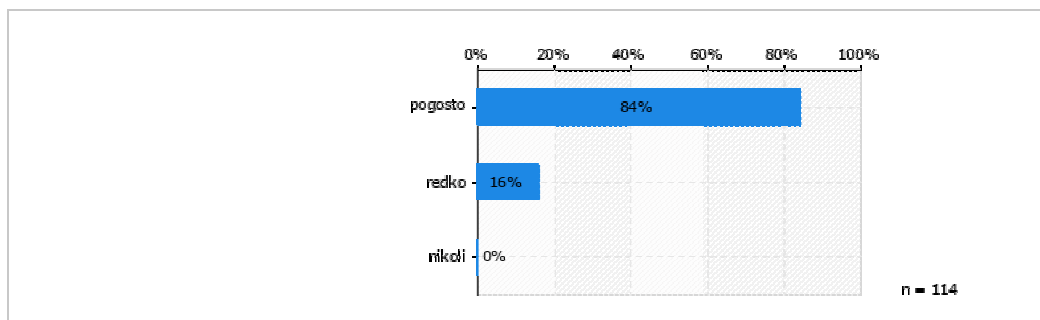
Jedilnik redno spremlja 38 % anketiranih staršev, včasih pa 43 %. Informacije o šolskem jedilniku več kot polovica staršev (74 %) pridobi na šolski spletni strani, 22 % pa jih pridobi informacije od otrok. 92 % anketiranih je mnenja, da je šolski jedilnik dovolj pregleden.



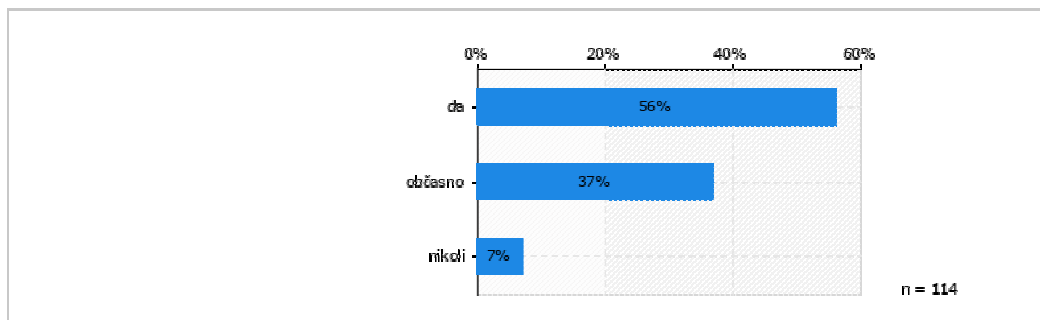
Osnovna šola Gornja Radgona, Prežihova 1, 9250 Gornja Radgona

VPRAŠANJE 5, 6 in 7

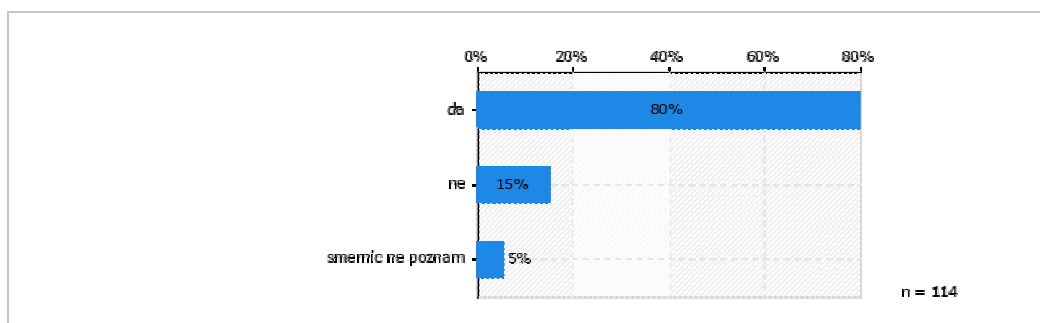
Kako pogosto se z otrokom pogovarjate o šolski prehrani? (n = 114)



Ali Vaš otrok pred odhodom v šolo zajtrkuje? (n = 114)



Ali menite, da prehrana na šoli ustreza smernicam zdravega prehranjevanja učencev? (n = 114)



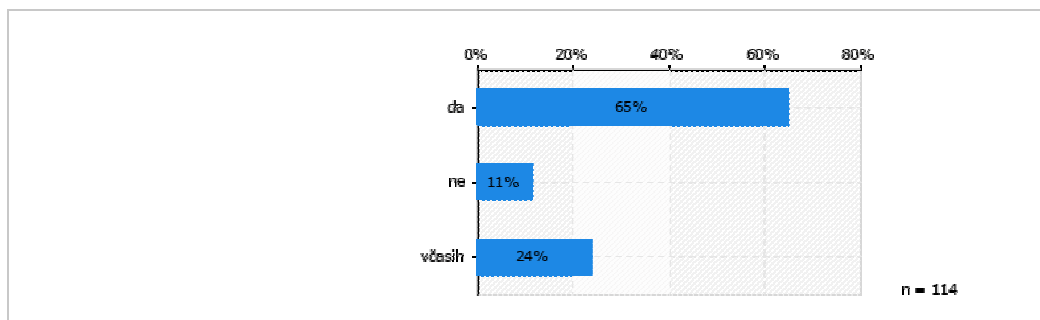
84 % anketiranih staršev se s svojim otrokom pogosto pogovarja o šolski prehrani, redko pa 16 %. Redno zajtrkuje pred odhodom v šolo 56 % otrok. 80 % anketiranih staršev meni, da prehrana na šoli ustreza smernicam zdravega prehranjevanja.



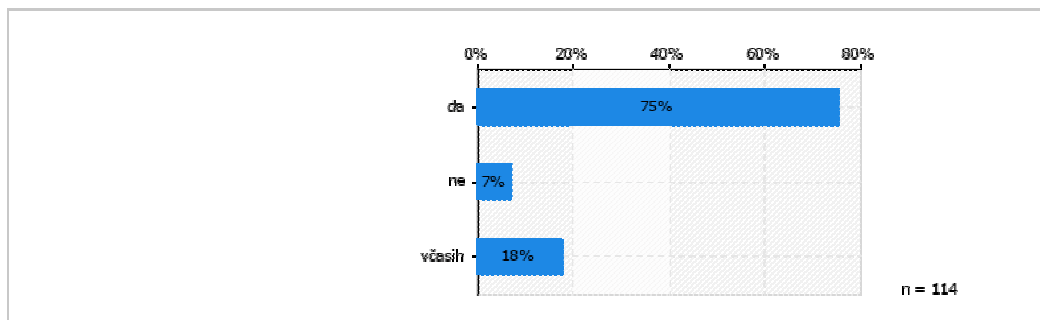
Osnovna šola Gornja Radgona, Prežihova 1, 9250 Gornja Radgona

VPRAŠANJE 8, 9 in 10

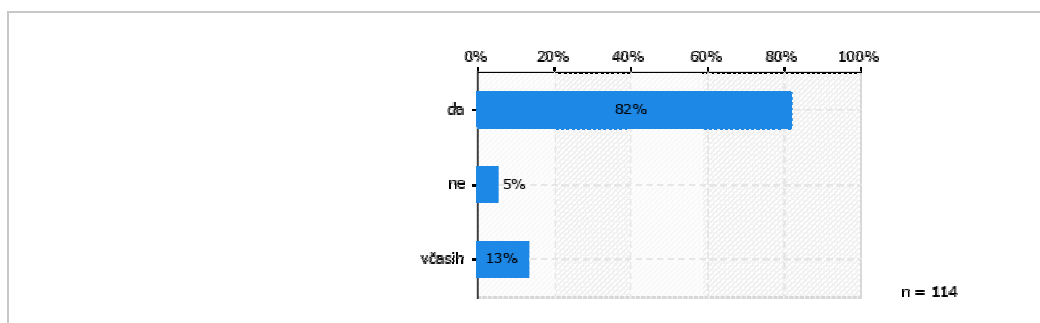
Ali ste s kakovostjo jedi, ki jih ponuja šola, zadovoljni? (n = 114)



Ali menite, da ima Vaš otrok na razpolago v šoli dovolj sadja? (n = 114)



Ali menite, da ima Vaš otrok na razpolago v šoli dovolj zelenjave? (n = 114)



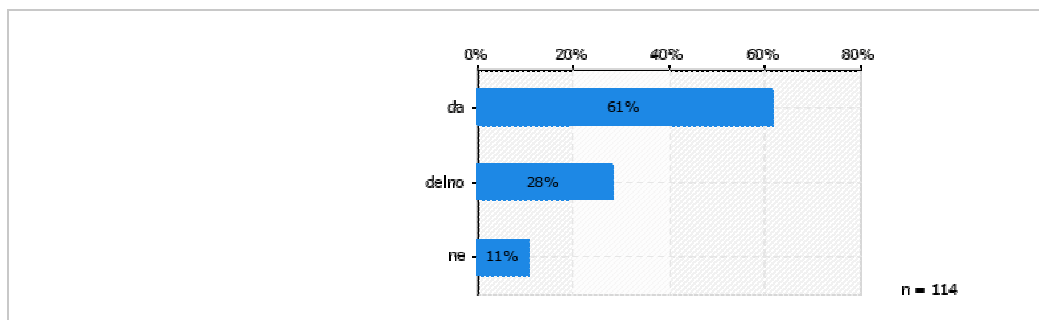
S kakovostjo jedi, ki jih ponuja šola je 65 % staršev zadovoljnih, 75 % jih meni, da ima njihov otrok na razpolago dovolj sadja in 82 % jih meni, da imajo na razpolago dovolj zelenjave.



Osnovna šola Gornja Radgona, Prežihova 1, 9250 Gornja Radgona

VPRAŠANJE 11 in 12

Ali ste zadovoljni s kakovostjo dopoldanske malice? (n = 114)



61 % staršev, ki je izpolnilo anketni vprašalnik je zadovoljnih s kakovostjo dopoldanske malice, medtem ko je 28 % staršev delno zadovoljnih in 11 % nezadovoljnih. Le te smo prosili, da pri naslednjem vprašanju zapišejo razloge, zakaj je temu tako. V tabeli so prikazani odgovori.

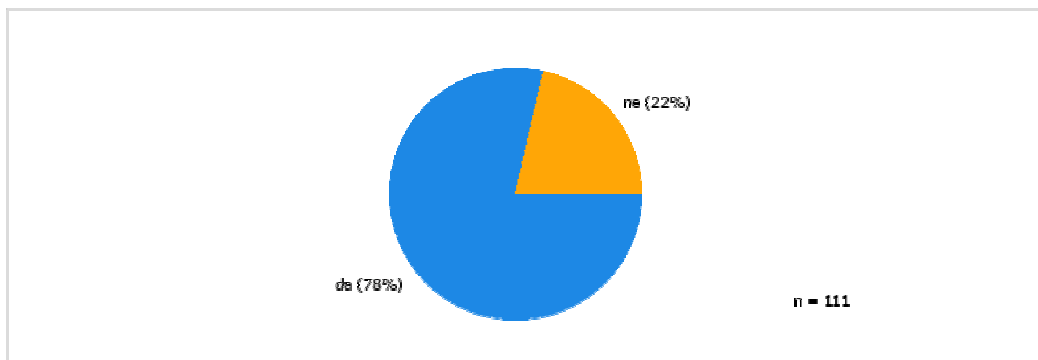
pretiravanje z bio prehrano ...popolnoma nepotrebno	ker moj otrok ne je mlečnih izdelkov in se ne naje	preveč pogosto je na jedilniku kruh
lahko bi imeli več različnih vrst klobas, ker namaze so se že naveličali se veliko ponavlja	ponavljajoči se jedilnik (kruh, sir, pšenični gres?), nekvalitetna prehrana	otrok sam pove da je malica včasih dobra drugič pa ne najbolj... na podlagi izjav otroka
občasno potoži, da bi včasih še, pa več ne dobi, ker nimajo več na vozičku	šola nima pojma kaj je to zdrava prehrana, še manj pa o dietah, otroci pridejo domov lačni	glede na konstantne pritožbe otroka glede hrane, ter, da domov prihaja lačen sem razočarana. otrok konstantno tarna, kako je hrana mastna, kako je ali prekuhana ali pa npr.: čufti ne dovolj kuhani saj naj bi bili na sredin surovi. količinsko premajhni obroki, saj otrok v razvoju potrebuje včasih več kot to kar je preračunano v gramih za njih. če so na jedilniku polnozrnat špaget, to naj ...
otrok marsikdaj ne je malice, predvsem namazov...	otrok ne mara namazov, zato pogosto je le kruh in sadje/zelenjavo.	
včasih so količine premajhne	kruh in klobase niso primerni	
določenih namazov ne marajo (ribji, tuna,...)	veliko kruha, malo jedi na žlico	
lahko bi bile še bolj raznolike	preveč mlečnih namazov	
premajhni obroki	večja raznolikost	
ni alternative	včasih je mogoče premalo	
premalo hrane, včasih brezokusna hrana	preveč kruha na jedilniku in svinjskega mesa	
ker včasih pride doma lačen	mogoče jim je premalo	včasih preveč nezdrava
včasih premajhen obrok, oz. makovka in kakav; kar bi prej dali raje za zajtrk to in ne za malico	po mojem kuhana hrana, juhe, zelje... nismo primerne za dopoldansko malico	preveč namazov, juhe niso za malico, čaji so nesladkani lahko bi bili vsaj z medom
otrok toži, da hrana ni dovolj okusna	zelo enolične malice, s poudarkoma na kruhu z namazi	prevečkrat so namazi, lahko bi bilo več toplih obrokov
enolična, naprej pripravljena, postana, nekvalitetni napitki; pričakujem več sveže pripravljene, dnevno skuhane hrane	moj otrok nima rad namazov in bi bilo fajn, če bi bil vedno na razpolago tudi kruh brez namaza	premalo raznolika prehrana, prevladuje kruh z namazi, katerih otroki ne jedo



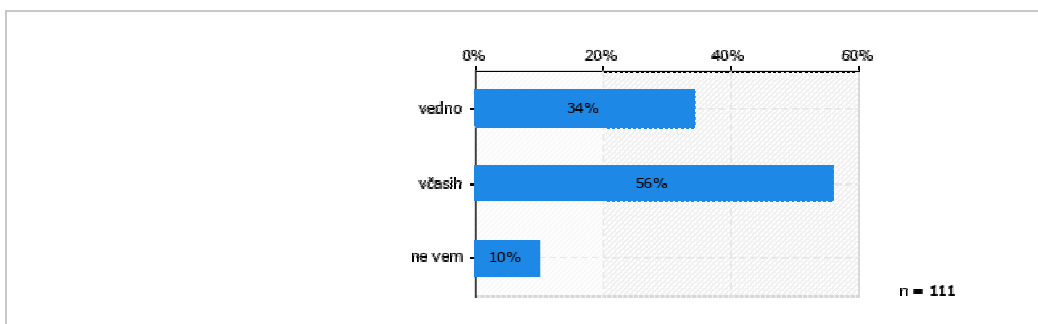
Osnovna šola Gornja Radgona, Prežihova 1, 9250 Gornja Radgona

VPRAŠANJE 13 in 14

Ali menite, da je dopoldanska malica količinsko zadostna? (n = 111)



Ali Vaš otrok za dopoldansko malico zaužije vse jedi, ki so mu ponujene? (n = 111)



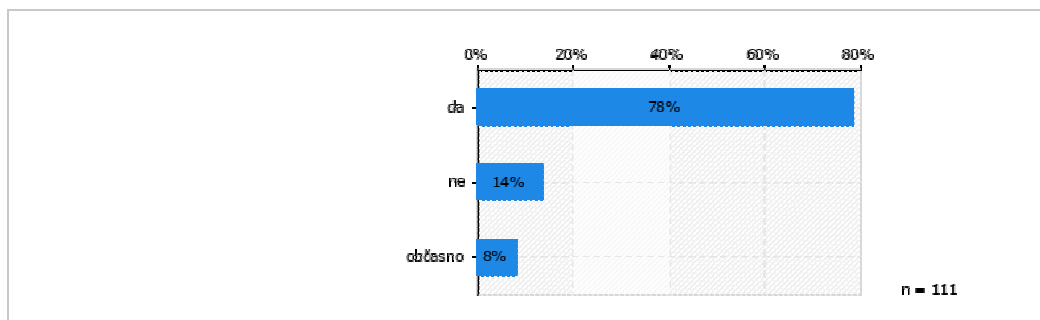
78 % anketiranih staršev meni, da je dopoldanska malica količinsko zadostna. Vedno zaužije vse jedi, ki so mu bile ponujene 34 % otrok, včasih pa 56 % otrok.



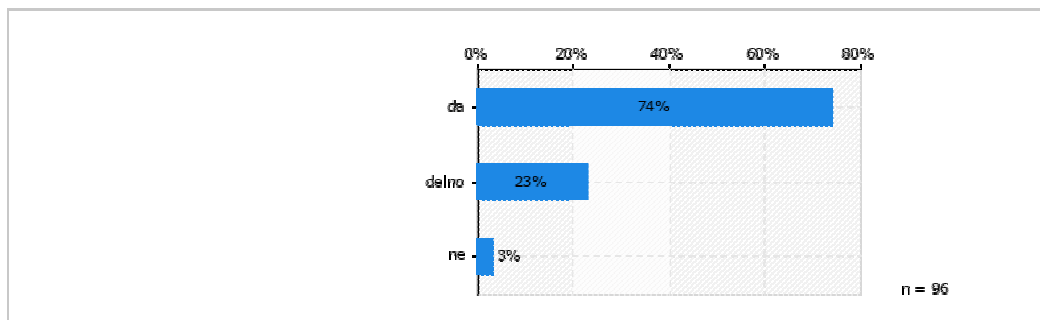
Osnovna šola Gornja Radgona, Prežihova 1, 9250 Gornja Radgona

VPRAŠANJE 15 IN 16

Ali Vaš otrok v šoli kosi? (n = 111)



Ali ste zadovoljni s kakovostjo kosila? (n = 96)



V šoli ima kosilo 78 % otrok, katerih starši so izpolnili anketni vprašalni. 74 % jih je zadovoljnih s kakovostjo kosila.



Osnovna šola Gornja Radgona, Prežihova 1, 9250 Gornja Radgona

VPRAŠANJE 17

V primeru, da so označili, da so delno oz. nezadovoljni, smo jih pri naslednjem vprašanju prosili, da zapišejo razloge zakaj. V tabeli so prikazani odgovori.

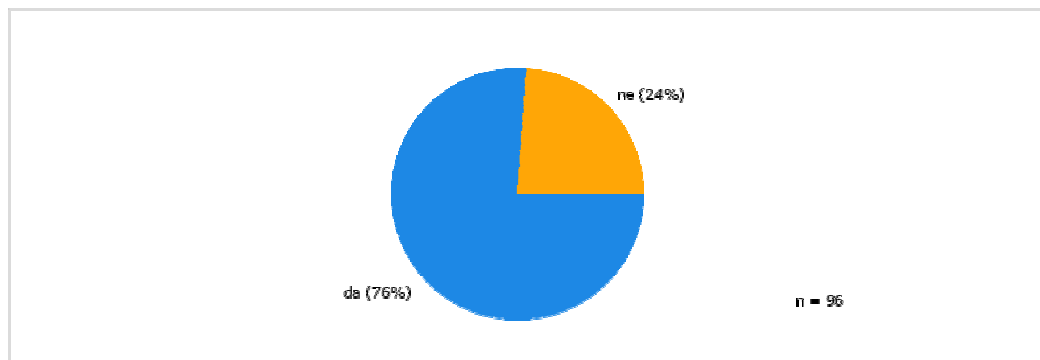
moj otrok npr. ne je morskih sadežev. ko so na jedilniku, bi bilo fajn, da je še kaj druga na razpolago. kdor pa zahteva za kosilo morske sadeže, si jih naj sam naredi doma.	hrana je neokusna in otroci je ne jedo radi, zato pridejo domov lačni	premalo sveže zelenjave, siljenje otrok z določeno hrano in pogojevanje le te z možnostjo dobiti dodatek. dodatek kuharice ne bi smele pogojevati z praznim krožnikom. zagotovo vem, da se to dogaja. otroku se ne bi smelo reči, ni več solate ali ni več carskega praženca - \ "šmorna\ ". žal se to dogaja!
	otrok se pritožuje da včasih ni hranaokusna, juhe vodene brez okusa	
sicer je hrana po zdravih smernicah, kar pa nam vedno ne ustreza. bi bili veseli, da bi večkrat bil tudi hamburger ...	juhe so prevodene. včasih vse presuho (včerajšnje kosilo: rižota), včasih polno vsega, včasih zelo malo.	slaba hrana se pogosto ponavlja.
otroci pravijo da je ena porcija količinsko majhna in si želijo več	male porcije, ponavljajoča kosila po okusu slaba, neprimeren odnos kuharic	
premajhne porcije, predvsem testenin, včasih trdo meso	preveč v smetanovih omakah, svinjsko meso	premalo ne mesnih jedi.
našteti razlogi so v prejšnjem odstavku zapisani.	preveliko je jedi iz rib se zgodi v enakem tednu večkrat ;riba in ribja omaka...	premajhne porcije
ni vse za vsakega	ni okusno	otrok pravi, da ni okusno
velikokrat premajhne porcije	preveč bio prehrane popolnoma odveč	male porcije, brezokusna hrana



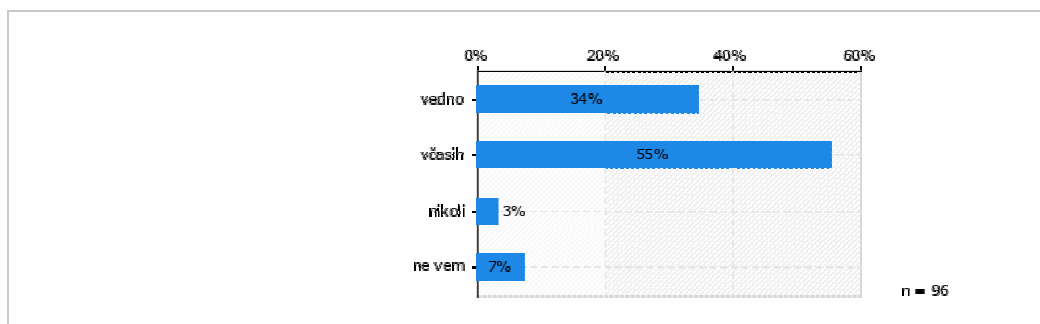
Osnovna šola Gornja Radgona, Prežihova 1, 9250 Gornja Radgona

VPRAŠANJE 18, 19 in 20

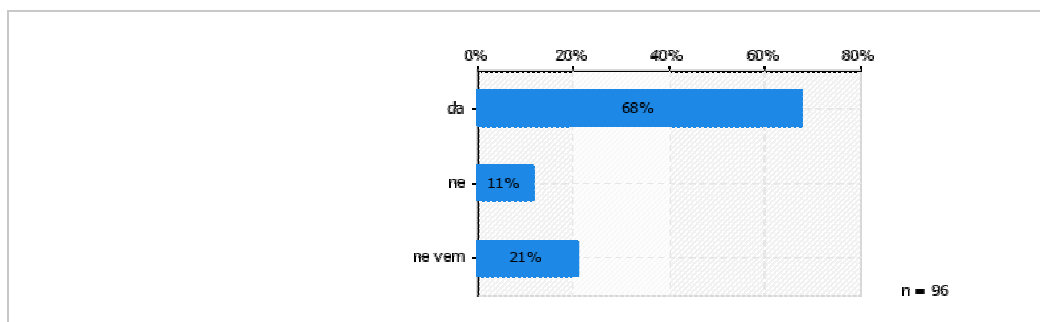
Ali menite, da je šolsko kosilo količinsko zadostno? (n = 96)



Ali Vaš otrok za šolsko kosilo vzame vse jedi, ki so mu ponujene? (n = 96)



Ali Vaš otrok dobi dodatek, v primeru, da mu je obrok količinsko premajhen? (n = 96)



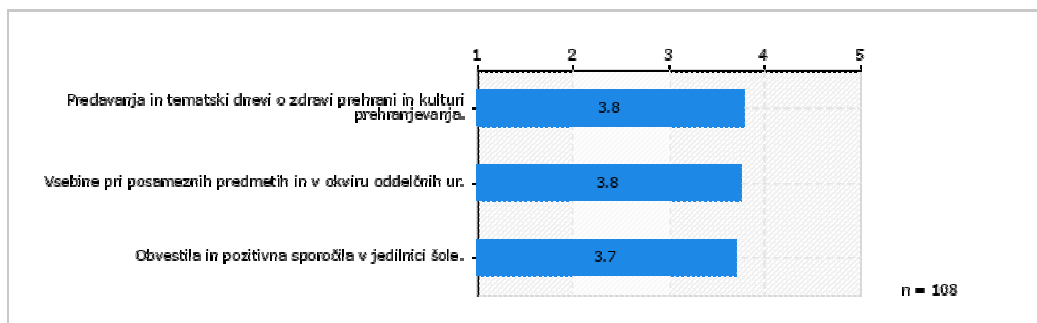
Da je kosilo količinsko zadostno meni 76 % staršev, ki je izpolnilo anketni vprašalnik. 34 % anketiranih staršev je navedlo, da njihov otrok vedno za šolsko kosilo vzame vse jedi, ki so mu bile ponujene in včasih 55 %. 68 % staršev, je označilo, da njihov otrok dobi dodatek, v primeru, da mu je obrok količinsko premajhen.

VPRAŠANJE 21



Osnovna šola Gornja Radgona, Prežihova 1, 9250 Gornja Radgona

Kako ste zadovoljni z aktivnostmi, s katerimi šola vzpodbuja zdravo prehranjevanje in kulturo prehranjevanja učencev? (n = 108)



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.



Osnovna šola Gornja Radgona, Prežihova 1, 9250 Gornja Radgona

VPRAŠANJE 22

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

ni zadosti začinjeno	manj mesa	otroka moti kruh
hrana je primerna, po standardih zdrave hrane, včasih tudi kaj kar otroci radi jedo, otrok meni, da je večinoma tudi okusno pripravljena, v objavljenem jedilniku so občasno pravopisne napake, je pa do otrok včasih neprimeren odnos s strani kuharic in količinsko je hrane malo, več pa ne dobijo oz. dobijo neprimerne opazke, če prosijo več.	razumem in podpiram smernice za zdravo prehranjevanje. kljub temu sem vesel, da osebno več ne obiskujem osnovno šolo in se prehranjujem na tak način. včasih se zdi, da že nekoliko pretiravamo z zdravim prehranjevanjem, ki tudi ne pomeni vsega za zdrav slog življenja. medtem, ko se daje manj poudarka na gibanje, telesni razvoj in motorike pri otrocih	premalo časa in prostora v jedilnici. otroke se neprestano priganja, da morajo hitro, prehitro jesti, kar vemo, da je bolj škodljivo kot kakšna dobra sladica. Otroci so v jedilnici pod stresom, ker nekaj v časovni organizaciji ni dobro usklajeno. pri razdelitvi pultu je potrebna stopnica, da bodo ta mali otroci dosegli pladnje in hrano. tako kot je narejeno pri odlaganju odpadkov bi bilo ...
zanima me zakaj otrok v kolikor prosi za dodatno porcijo in je še ta na voljo in ne želi priloge potem ne dobi mesa	otroci ne marajo če so ribe v naprej več časa že pripravljene. drugače smo zadovoljni	včasih, bi lahko bilo na jedilniku tudi kaj nezdravega, kaj imajo otroci radi, bi jo z veseljem jedli. in ne bi lačni prihajali domov
želimo si na jedilniku tudi kaj manj zdravega in otrokom bolj dobrega.	se več brezmesnih dni oz. ribe prehrana je v redu	zelo slabo se posluša o dietah, premajhna razgledanost v tej smeri.. in nasploh v prehrani.. hrenovke, paštete...nutela! eh
predlagam da se jedilnik spremeni v smeri bolj zdrave prehrane (več zelenjave, enolončnice manj nasičenih maščob)	mogoče bi raje namesto raznih juh (čebulna, porova, špinačna) imeli še čisto juho s kroglicami ali kaj druga. moj otrok doma je juho, vendar ne takšnih.	v primeru, ko je za malico namaz, bi bilo dobro, da bi bil otrokom ponujen tudi kruh brez namaza, saj vsi otroci namazov ne marajo.
dajte otrokom pravo hrano kot nekoč...smo jedli vse živeli dobro in lepo...stop bio prehrani	otrok občasno potoži, da hrana ni okusna. da občasno ne pašejo stvari skupaj po okusu...	želel bi več domače lokalne prehrane, ki je boljšega okusa in bolj zdrava kot bio izdelki!!!
v zvezi zadnjimi vprašanji nimam podatkov	večje porcije, včasih so dovolj velike porcije	zaželen spoštljiv odnos do otrok, pri predaji hrane
želeli bi, da bi manj stvari samo pogrevali in jih več zares skuhali. tako bi bilo vse skupaj sigurno bolj okusno. želeli bi tudi, da otrok dobi dodatek solate tudi, če ni pojedel mesa ipd. da bi lahko imeli poleg različnih štručk za malico na razpolago navaden kruh, ker nekateri npr. ne jedo sirove štručke...	na zgornje vprašanje odgovorim težko realno, ker ne poznam vsebin. zato je označeno vse z "niti niti" naš otrok edino omeni, da so bili domači jogurti boljši kot ti kupljeni, ki jih po novem dobivajo. mislim, da so pred tem imeli jogurte iz kmetije dirbek krajnc.	če se na svet staršev podajo pripombe glede prehrane, pričakujemo, da se vsaj preveri, ali so te upravičene, in ne, da se že na sami seji odgovori, da so otroci izbirčni (predvsem fantje v 9. razredu lahko pojedjo velike količine hrane, tudi, če jim ni najbolj všeč, zato menim, da so njihove pripombe v zvezi s prehrano upravičene)
poslužujte se domače lokalne prehrane, ki je bistveno bolj zdrava kot bio izdelki!!!	naj kuharice pripravijo več jedi v kuhinji in ne da samo segrejejo	malo bi potrebno jedilnik spremeni se veliko ponavljajo stvari

ZAKLJUČEK



Osnovna šola Gornja Radgona, Prežihova 1, 9250 Gornja Radgona

Rezultati so pokazali, da je: (1) 85,5 % anketiranih učencev je zadovoljnih s kosilom v šoli, (2) 83,6 % učencev, ki je izpolnilo anketo je mnenja, da je hrana pri kosilu okusna in (3) 76,4 % učencev, ki je rešilo anketo mnenja, da je hrane pri kosilu količinsko dovolj. Manj so zadovoljni z dopoldansko malico, a kljub temu jih je več kot polovica zadovoljnih s kakovostjo dopoldanske malice in več kot tri četrtine, jih meni, da jo je količinsko dovolj. Več kot polovica anketiranih staršev je zadovoljnih, tako s kakovostjo kosila, kot tudi z dopoldansko malico. Da sta dopoldanska malica in kosilo količinsko zadostna, meni več, kot tri četrtine staršev, ki je izpolnilo anketni vprašalnik.

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, bolezen 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.). Podaljšal 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 žlico, dvakrat na teden je bil namaz, ki smo jih v kuhinji večinoma sami izdelovali. Kruh in pekovski izdelki so ponavadi 3-krat na teden in so iz ržene, ovsene, pirine, polnozrnate 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 (sadež, 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.

Pri učencih so pri malici, kot tudi kosilu bolj priljubljene manj zdrave izbire, v primerjavi z zdravimi.

Novosti vplivajo tudi na pestrost in raznovrstnost jedilnika. Opazili smo, da jih učenci različno dobro sprejmejo (avokadov namaz, jogurt s svežim sadjem, rižota z morskimi sadeži, mesna lazanja, kvinoja, ajdovi polpeti ipd.), zato jih ne pripravljamo, tako pogosto, kot bi želeli.

Nezadovoljstva med starši in učenci je bilo številčno največje s premajhnimi porcijami in namazi. V primeru, da je učenec še lačen, lahko dobi dodatek, pri vseh obrokih. Nekateri starši so izpostavili negativen odnos kuharic ob željenem dodatku. Rezultati so pokazali, da je 83,6 % anketiranih učencev mnenja, da so kuharice prijazne. Glede namazov, pa je tako, da želimo zagotoviti čim bolj raznovrstno prehrano, moramo pripravljati in v prehrano vključevati tudi namaze. Opažamo, da učenci niti ne poskusijo zelenjavnih namazov ali pa jih ne marajo, kljub temu, da so to bolj zdrave izbire. Učenci skoraj vedno prihajajo po dodatne porcije, ko so občasno na jedilniku mesna zaseka, pašteta, čokoladni namaz, vendar te izbire niso najbolj zdrave. Tekom



Osnovna šola Gornja Radgona, Prežihova 1, 9250 Gornja Radgona

šolskega leta, smo bolj poslušali želje učencev in se je pogostost manj zdravih izbir namazov malenkost povečala.

V anketi se je pokazalo tudi pripombe s pogostostjo mleka in mlečnih izdelkov in rib na jedilniku. Prehranske smernice priporočajo, da se mleko in mlečne izdelke vključuje na jedilnik vsak dan, ribe pa 1 do 2 krat na teden.

V anketnem vprašalniku se je nekajkrat pojavil odgovor, da uporabljamo preveč BIO/EKO izdelke. Trudimo se, kolikor nam dopuščajo finančna sredstva, da v naše obroke čim bolj vključujemo živila lokalnih ponudnikov in živila, ki imajo oznako EKO ali BIO. Ekološko pridelana hrana je boljša izbira, saj je visoko kakovostna in bolj varna, saj pri pridelavi uporaba gnojil, pesticidov, gensko spremenjenih organizmov in proizvodov pridobljenih iz teh organizmov ter različnih regulatorjev rasti ni dovoljena. Z tremi ponudniki redno sodelujemo, občasno pa še z drugimi. V šolski prehrani največkrat uporabljamo EKO jogurte in kefirje, EKO goveje meso in različne BIO mlevske izdelke, in določene vrste sadja in zelenjave. Kot javni zavod, pa moramo tudi upoštevati je potrebno Uredbo o zelenem javnem naročanju, ki določa, da znaša delež ekoloških živil najmanj 15% glede na število vseh artiklov živil ali celotne predvidene količine živil, delež živil, ki izpolnjujejo posamezno/več/vse zahteve iz sheme kakovosti pa najmanj 20%. Iz tega sledi, da zato bolj posegamo po EKO/BIO živilih v primerjavi z lokalnimi. 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.

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. Zavedati pa se moramo, da se prehranske navade, kot tudi okusi in stališča posameznikov razlikujejo, zato se prehrana v šoli ne more prilagoditi željam vsakega posameznika.

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.