

ANALIZA ANKETE O ŠOLSKI MALICI IN KOSILU
ZA UČENCE V
ŠOLSKEM LETU 2022/23

Zdrava prehrana je še posebej pomembna v obdobju odraščanja. Zato se trudimo, da učencem ponujamo kar se da zdravo in uravnoteženo prehrano, ki jo učenci tudi pojedjo. Pri oblikovanju jedilnikov upoštevamo Smernice zdravega prehranjevanja v vzgojno-izobraževalnih ustanovah (Gabrijelčič-Blenkuš in sod., 2005), sprejete na Strokovnem svetu RS za splošno izobraževanje, v katerih piše, da je pomembno, da upoštevamo tudi želje učencev. Glede ustreznosti imamo nadzor s strani pristojnih iz Nacionalnega inštituta za javno zdravje.

V jedilnik v čim večji meri vključujemo:

- sadje in zelenjavo (v največji možni meri sezonsko iz lokalne pridelave, bio, eko)
- kakovostna ogljikohidratna živila (npr. kruh iz črne, ržene, ovsene, pirine, ajdove moke, pogosto tudi ekološke pridelave, bio, eko, polnozrnate kaše, rižote, testenine),
- kakovostna beljakovinska živila (npr. puranja prsa, kuhan pršut, torej mesni izdelki z vidno strukturo mesa, manj mastne hrenovke in piščančje salame označene z znakom Višja kakovost, Izbrana kakovost Slovenije ter brez ojačevalcev okusa in umetnih barvil, ekološko mleko in mlečni izdelki, bio, eko),
- pijače, kot so voda, nesladkan čaj in sok s 100 % sadnim deležem, ki je razredčen z vodo.

Trudimo se dajati prednost lokalnim ponudnikom, vendar smo kot javni zavod omejeni tudi z javnim razpisom, preko katerega smo dolžni v večjem deležu naročiti živila. Vedno pa težimo h kvaliteti živil, saj v nasprotnem primeru živilo dobaviteljem zavrnamo – izvedemo reklamacijo. V jedilnik se trudimo vključiti čim več sezonske hrane. Predpripravljene jedi so v manjšem deležu. Od pred pripravljenih živil v obroke vključujemo predvsem različne cmoke, njoke, zavitke,... saj bi jih v šolski kuhinji zaradi večjih količin težje pripravljali. Vse juhe se dnevno pripravijo iz sveže zelenjave, prav tako je sveže pripravljen pire krompir in ni iz vrečke.

Zato, da učenci dobijo še več lokalno pridelane hrane, sodelujemo v slovenskem projektu Tradicionalni slovenski zajtrk in evropskem projektu Šolska shema sadja in zelenjave ter Šolska shema mleka.

Učencem postrežemo tako velike obroke, kot jih predvidevajo smernice zdravega prehranjevanja za določeno starost. Opažamo, da otroci zaradi izbirčnosti zelo pogosto ne vzamejo vseh ponujenih jedi. Pogosto odklanjajo juhe, zelenjavne priloge in solato. Vzamejo le priloge iz skupine ogljik hidratnih živil, kar ne more pokriti njihovih potreb po energiji, še manj pa po hranilnih snoveh. Deležni so tudi dodatka. Vedno pa smo veseli tudi predlogov in pobud.

Cena malice je določena s strani države in je mi sami ne moremo spreminjati (zajtrk: 0,60 € malica: 0,90 €, malo kosilo: 2,80 €, veliko kosilo: 3,20 €, popoldanska malica: 0,60 €, malica odrasli: 1,10 €, kosilo odrasli: 4,92 €, Cena malice velja od 1. 9. 2021 dalje). Trudimo pa se za to ceno zagotavljati najboljšo kvaliteto hrane.

Glede na svetovno problematiko z odpadki in trud, da bi zmanjševali količino embalaže, se tudi v šoli trudimo in težimo z zmanjševanju embalaže in tako odpadkov. Manj porcijsko pakiranih izdelkov in posledično manj embalaže nikakor ne pomeni večje higiensko tveganje.

Glede na prehranski okus otrok se je pri pripravi obrokov težko popolnoma izogniti energijsko gostim živilom, ki imajo največkrat visok delež maščob in sladkorja (pica, hrenovke, kosmiči, čokoladne kroglice, nutella, rogljiček, ocvrtki, pašta, tortelini, hamburger, palačinke, pohano meso, pomfri,), lahko pa poskrbimo, da so ta živila na jedilniku samo občasno in v kombinaciji s sadjem ali zelenjavo. Nemogoče je upoštevati tudi želje prav vsakega posameznika, saj so le-te pogosto medsebojno izključujoče.

V skladu z Zakonom o šolski prehrani v šolskem letu 2022/23 sem izvedla anketo, s katero sem preverila stopnjo zadovoljstva učencev s šolsko malico in kosilom. Odgovori učencev so nam v precejšno pomoč pri načrtovanju prehrane.

Analiza ankete je pokazala precej podobne rezultate kot ankete preteklih let. Velik delež učencev si še vedno želi energijsko gostih živil, kot so na primer pica, hrenovke, kosmiči, čokoladne kroglice, nutella, rogljiček,...

ANALIZA ANONIMNEGA SPLETNEGA ANKETNEGA VPRAŠALNIKA O ŠOLSKI MALICI IN KOSILU V ŠOLSKEM LETU 2022/23

Letošnje šolsko leto me je zanimalo, kako so učenci zadovoljni s šolsko prehrano. Prosila pa sem jih tudi za predloge, katere jedi bi še vključili v šolsko prehrano.

Na vprašalnik so odgovarjali učenci od vključno 2. do 9. razreda.

Na izpolnjevanje anketnega vprašalnika se je odzvalo 46 % učencev (272 učencev od 4. do 9. razreda).

Anketa o šolski malici in kosilu 2022/23 – učenci

Na osnovi odgovorov ugotavljam, da 15,8% učencev ne zajtrkuje, 54,4% jih zajtrkuje vsak dan, 29,8% pa občasno. 54,8% jih meni, da šolska malica ne nadomesti izpuščenega zajtrka.

27,9% učencev vedno poje celoten obrok, 65,8% skoraj vedno, 2,3% pa nikoli.

72,1% jih meni, da za šolsko malico dobi dovolj veliko porcijo.

Navajajo, da za šolsko malico najraje jejo energijsko gosta živila (pica, hrenovke, kosmiči, čokoladne kroglice, nutella, rogljiček, med in maslo, marmelada, sirovka, burek, ribji namaz, salama, pašteta, krof,...

Ta živila imajo največkrat visok delež maščob in sladkorja zato so na jedilniku občasno in v kombinaciji s sadjem ali zelenjavo.

Za kosilo pa so jim vseč ocvrtki, pašta, tortelini, hamburger, palačinke, kuskus, juhe (goveja, špinačna, korenčkova), pica, riž, nabodala, meso in omaka, gluhi štruklji, piščančje noge v omaki, testenine z belo omako, pohan sir, jota, pire krompir, pohano meso, pomfri, hrenovka, fižolovka, pohana riba, kruhovi cmoki, različna žita, okisan krompir, klobaso,...

Po njihovem mnenju je na jedilniku dovolj (69,1%) sadja in zelenjave. Večkrat dnevno uživa zelenjavo 39,7%, sadje pa 58,1% sadje).

Od pijač imajo najraje 100% sokove (43%), najmanj pa jim je vseč 100% razredčen sok (10,7%). Večkrat si želijo čokoladno mleko (51,8%).

54,4% meni, da šolska prehrana ustreza načelom zdrave prehrane.

Menijo, da se samo 18,8% učencev pri jedi obnaša primerno. Nekulturno obnašanje jih zelo moti (metanje hrane, igranje s hrano, polivanje, cmokanje, riganje, kričanje, govorjenje s polnimi usti, umazane mize od hrane,....).

Predlagali niso nobenega živila, ki že ne bi bilo vključeno v jedilnike.

Rezultati ankete kažejo, da sta šolska malica in kosilo učencem vseč. Pohvalili so hrano, okusnost hrane, raznolikost, kuharice, velikost porcij, čistočo,.... Vsem okusom pa je vedno nemogoče ustreči.

Glede na to, da je potrebno pri načrtovanju šolske prehrane v skladu s Smernicami zdravega prehranjevanja v vzgojno-izobraževalnih ustanovah upoštevati tako načela zdravega prehranjevanja, kot tudi želje otrok glede prehranjevanja, bomo tudi v prihodnje učencem ponudili živila, ki si jih želijo, torej energetsko bolj gosta živila, vendar v omejeni količini in v kombinaciji s priporočenimi živili.

Vsekakor se bomo vsi, ki smo zaposleni v šolski kuhinji še naprej trudili oblikovati pestre, zdrave in okusne jedilnike za šolsko prehrano, da bomo zadovoljili željam večine učencev ob čim večjem možnem upoštevanju Smernic zdravega prehranjevanja. Prav gotovo pa je težko zadovoljiti vse okuse in želje, saj otroci v šolo prihajajo z različnimi željami in prehranskimi navadami.

Vipava, 23.5.2023



Vinarska cesta 4, 5271 Vipava

Tel: 05 36 64 347

E-mail: info@os-vipava.si

Splet: <http://www.os-vipava.si>

Tina Bevk, organizator šolske prehrane

Priloge:

- Tortni prikaz analize anket o šolski malici in kosilu 2022/23 – učenci
- Pdf analiza anket o šolski malici in kosilu 2022/23 – učenci