



## Spoštovani starši!

Po seji Skupine za prehrano, kjer sodelujejo tudi predstavniki staršev, smo se odločili, da vam podamo več informacij **o organizaciji prehrane** v šoli in vrtcu, saj smo prišli do ugotovitve, da imate o tem premalo podatkov in zaradi tega prihaja občasno do nesoglasij. Tisti, ki želite izvedeti o tem več, lahko najdete dodatne informacije v omenjenih dokumentih in v Zakonu o šolski prehrani ter na šolski spletni strani, kjer so obdelani podatki izvedenih anket o zadovoljstvu s šolsko prehrano.



Fotografija: Priprava pogrinjka: Tradicionalni slovenski zajtrk 2015.

Slovenija je ena izmed redkih držav, ki ima dobro sistemsko urejeno prehrano v vzgojno-izobraževalnih zavodih, saj je omogočena dostopnost obrokov vsem otrokom, ne glede na socialni status družine, torej imajo vsi enake možnosti za ustrezno in pravilno prehranjevanje, ki vpliva na njihov zdrav način življenja ter na zdrave prehranjevalne navade.

Pa pomislimo, kaj bi bilo drugače, če urejene prehrane v šoli ne bi bilo.

Starši bi morali dan prej pomisliti, kaj bo njihov otrok malical naslednji dan v šoli. Koliko staršev bi otroku zjutraj pripravilo zdravo šolsko malico s toplim napitkom? Si predstavljate razlike med otroki, ko bi malicali v jedilnici? Koliko otrok bi bilo med njimi takšnih, ki bi prišli v šolo brez malice? Kaj bi storili takrat? Kako bi lahko ravnodušno gledali lačne otroke ali takšne z nezdravimi prigrizki in s prav takšnimi napitki?

Mislím, da bi se morali zamisliti nad tem privilegijem, ki ga imamo v naši državi, pa se nam zdi samo po sebi razumljivo, da je tako. Še nezadovoljstvo kažemo, saj se nam zdi, da se tisti, ki so na šoli in v vrtcu odgovorni za prehrano, ne potrudijo dovolj.

Šolsko prehrano v osnovnih šolah ureja **Zakon o šolski prehrani** (Ur. l. RS, št. 3/2013).

Ta ureja:

- organizacijo šolske prehrane,
- subvencioniranje šolske prehrane,
- nadzor nad izvajanjem tega zakona.

### **Vzgojno-izobraževalni vidik šolske prehrane**

Temelj zdravega prehranjevanja je pestra, kakovostna in raznolika prehrana, in sicer tako v vrtcu, v šoli kot tudi doma.

Otrokom se prehranjevalne navade šele oblikujejo, zato lahko samo s primernimi ukrepi ali pristopi vplivamo na njihove zdrave prehranjevalne navade. Otrokom določeno živilo ali jed večkrat ponudimo, da jo sprejme. Otrok ne silimo s hrano, pri njih želimo doseči vzgojni vidik, to je spoštovanje do hrane in do tistih, ki hrano zanje pripravljajo, do kulture prehranjevanja.

### **Zdravstveni vidik šolske prehrane**

Ta temelji na naslednjih dokumentih:

- Smernice zdravega prehranjevanja v vzgojno-izobraževalnih ustanovah (Gabrijelčič Blenkuš in sod., 2005),
- Praktikum jedilnikov zdravega prehranjevanja v vzgojno-izobraževalnih ustanovah (Hlastan Ribič in sod., 2008),
- Priročnik z merili kakovosti za javno naročanje živil v vzgojno-izobraževalnih ustanovah (Pograjc in sod., 2008).

### **Spremljanje in nadzor**

Zunanje preverjanje ustreznosti prehrane v vrtcu in šoli izvajajo institucije, pristojne za uradni nadzor.

Strokovno spremljanje skladnosti jedilnikov v vzgojno-izobraževalnih zavodih s strokovnimi usmeritvami in navodili določa **Zakon o šolski prehrani** (Uradni list RS, št. 3/2013).

Strokovno spremljanje in svetovanje vzgojno-izobraževalnim zavodom izvajajo **Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije** in **območni zavodi za zdravstveno varstvo**.

Uradni nadzor nad zdravstveno ustreznostjo hrane izvaja **Zdravstveni inšpektorat Republike Slovenije**.

Dne 15. 10. 2014 smo imeli v okviru rednega programa Nacionalnega inštituta za javno zdravje strokovno spremljanje prehrane v naši vzgojno-izobraževalni ustanovi. S podanim strokovnim mnenjem smo bili zadovoljni, saj pri delu upoštevamo strokovne usmeritve in priporočila ter si prizadevamo za izboljšanje situacije na področju organizirane šolske prehrane.

**Šolska kuhinja** je torej pod stalnim nadzorom – tako notranjim kot zunanjim.

Tehnologija naše kuhinje nam omogoča, da jedi ne pripravljamo na klasičen način – ne cvremo, ampak se živila pripravljajo v konvektomatu. Jedi pripravljamo z malo maščob ali brez njih. Sledimo smernicam zdravega prehranjevanja, zaposleni v kuhinji so ustrezno strokovno usposobljeni in seznanjeni z novostmi na področju vrteške in šolske prehrane. Pomislimo na zahtevnost dela kuharja pri pripravi posameznih diet, hkrati pa moramo vedeti, da je dietni obrok bistveno dražji od osnovnega, pa vendar tega ne izpostavljamo in po naših najboljših močeh poskušamo pomagati otrokom, ki potrebujejo dietno prehrano.

Trudimo se, da so jedilniki, ki jih pripravljamo, pestro sestavljeni in vsebujejo predvsem živila domačega porekla ter smo pozorni na kakovost živil, ki jih otroci zaužijejo. Pri sestavi jedilnikov sledimo navodilom in priporočilom.

Poraja pa se vprašanje, kako uskladiti želje otrok, želje staršev, visoke cene živil in Smernice zdravega prehranjevanja.

Med otroki je ena izmed najljubših malic piščančji burger v štručki. Z zdravstvenega vidika gre za sporno malico, toda burger pripravimo v konvektomatu, brez maščobe. Na krožnik dodamo zelenjavo in liste zelene solate ter štručko, kar pomeni, da piščančji burger pripravimo na sodoben način.

Na šoli deluje **Skupina za prehrano**, v katero so vključeni določeni strokovni delavci vrtca in šole, predstavnica svetovalne službe, predstavnik staršev vrtca in šole, ravnateljica, organizatorica prehrane v vrtcu in organizatorica prehrane v šoli. Namen ustanovljene skupine je, da bi v zvezi s prehrano v vrtcu in šoli informacije ustrezno krožile in da bi pri organizaciji šolske in vrteške prehrane lahko izražali svoja stališča vsi, ki jih to področje dela zanima.

**Starši, če imate utemeljene zadržke glede ponujenih jedi na jedilniku**, o tem obvestite vzgojiteljico ali učiteljico. Vašemu otroku bomo ponudili drugačen, prilagojen obrok, nikakor pa iz jedilnika ne bomo umikali jedi in s tem prikrajšali ostalih otrok, ki takšno jed obožujejo, zato občasno ugodimo njihovim željam.

Spoštovani starši, zavedajmo se, da le spoštljiva in umirjena beseda najde pravo mesto.

Metka Gumilar,  
organizatorica šolske prehrane