



REZULTATI ANONIMNE ANKETE STARŠEV O ZADOVOLJSTVU S ŠOLSKO PREHRANO

Tudi letos smo preverjali zadovoljstvo staršev naših učencev s šolsko prehrano in ugotavljali prehranjevalne navade učencev. Vrnjenih je bilo 98 izpolnjenih anonimnih anket staršev učencev druge in tretje triade.



ŠTEVILO ANKETIRANCEV GLEDE NA SPOL

RAZRED	4.a	5.a	6.a	7.a	8.a	9.a	4.c (Lovrenc)
MOŠKI	1	5	5	3	2	6	-
ŽENSKÉ	18	11	14	7	11	8	7
SKUPAJ	19	16	19	10	13	14	7

Tabela 1: Prikaz števila anketiranih glede na spol

Na anketo je odgovorilo 22 moških (22,5%) in 76 žensk (77,5%), skupaj 98 anketirancev.

ZAJTRKOVANJE PRED ODHODOM V ŠOLO

RAZRED	4.a	5.a	6.a	7.a	8.a	9.a	4.c (Lovrenc)
VSAK DAN	5	6	6	2	7	8	3
SKORAJ VSAK DAN	-	1	4	-	1	-	1
OBČASNO	8	5	9	7	4	3	2
NIKOLI	6	4	-	1	1	3	1
SKUPAJ	19	16	19	10	13	14	7

Tabela 2: Prikaz pogostosti uživanja zajtrka

Iz tabele 2 je razvidno, da od 98 anketiranih staršev vsak dan zajtrkuje 37 otrok, to je 38% , 7 je takšnih, ki zajtrkujejo skoraj vsak dan, kar predstavlja 7%, 16 jih ne zajtrkuje (16%), občasno pa 38 (39%). Večina je takšnih, ki so zapisali, da zajtrkujejo 2 do 3 krat tedensko.

Pomembno je vedeti, da je za uspešno delo v šoli bistvenega pomena, da otroci zajtrkujejo še pred začetkom prve šolske ure. Privzganje zajtrkovalnih navad se začne v družini, nadaljuje se v vrtcu in samo spodbuja tudi v šoli.

Šolska malica pokriva 10 - 15 % dopoldanskih dnevnih potreb po hrani in energiji. V skladu s temi izračuni so pripravljene šolski obroki za različne starostne skupine otrok.

Opažamo, da otroci, ki zjutraj ne zajtrkujejo, posegajo po večjih količinah hrane v času šolske malice, kar pa jim otežuje šolsko delo pri naslednji uri pouka.

Več o tem lahko preberete na: http://www.os-kidricevo.si/files/2017/03/pomen_zajtrka.pdf

Ste seznanjeni s šolskim jedilnikom?

RAZRED	4.a	5.a	6.a	7.a	8.a	9.a	4.c (Lovrenc)
NE POZNAM	2	-	2	1	2	1	1
DELNO POZNAM	5	7	5	3	5	4	1
POZNAM	8	6	6	3	6	5	3
DOBRO POZNAM	4	2	5	1	-	4	2
ODLIČNO POZNAM	-	1	1	2	-	-	-
SKUPAJ	19	16	19	10	13	14	7

Tabela 3: Prikaz poznavanja šolskega jedilnika

Iz tabele je razvidno, da 9% staršev ne pozna šolskega jedilnika, 31% staršev ga pozna delno, 38% staršev ga pozna, 18% staršev ga dobro pozna in le 4% staršev ga odlično pozna. Iz tega lahko sklepamo, da se 60% staršev zanima za prehrano svojega otroka v šoli.

Sestava šolskega jedilnika

RAZRED	4.a	5.a	6.a	7.a	8.a	9.a	4.c (Lovrenc)
SLABA	-	-	-	-	-	1	-
SPREJEMLJIVA	5	2	1	2	5	4	-
DOBRA	5	8	11	4	7	6	6
ZELO DOBRA	5	5	6	3	1	3	1
ODLIČNA	3	1	1	1	-	-	-
SKUPAJ	18	16	19	10	13	14	7

Tabela 3: Prikaz poznavanja šolskega jedilnika

Eden od anketiranih staršev učencev 4.a razreda je zapisal, da ne pozna sestave šolskega jedilnika, medtem ko 6 staršev ocenjuje sestavo jedilnika kot odlično, 24 jih ocenjuje kot zelo dobro, 47 ocenjuje kot dobro, 19 kot sprejemljivo in le eden kot slabo. Ta svojega odgovora ni utemeljil.

Ali menite, da se katera jed prepogosto ponavlja na jedilniku?

RAZRED	4.a	5.a	6.a	7.a	8.a	9.a	4.c (Lovrenc)
DA	5	4	3	4	11	11	1
NE	14	12	16	6	2	3	6
SKUPAJ	19	16	19	10	13	14	7

Tabela 4: Prikaz ponavljanja jedi na jedilniku

60% staršev meni, da se jedi na šolskem jedilniku ne ponavljajo prepogosto. Starši, ki mislijo drugače pa navajajo, da so to namazi, jogurti, meso, sir, mlečni izdelki, musaka, kuskus, gris, sirova štručka, ribe...

Ker poskušamo slediti Smernicam zdravega prehranjevanja in ker nas le te tudi obvezujejo pri pripravi jedilnika, smo pozorni, da se iste vrste jedi ne ponavljajo pogosteje kot v treh tednih, razen sezonsko sadje in zelenjava.

Tudi letos namenjamo veliko časa osveščanju otrok o pomenu domače in raznovrstne hrane, tako da pogosteje med živila uvrščamo sezonsko domačo zelenjavo in sadje. Zraven raznovrstnega sadja, ki se ponuja ob šolskih obrokih, so vsak dan na razpolago jabolka, ob sredah pa tudi sadje ali zelenjava iz Sheme šolskega sadja in zelenjave. Prednost dajemo lokalno pridelanemu sadju in zelenjavi.

Če vas zanima več o tem, lahko preberete na šolski spletni strani:

http://www.os-kidricevo.si/files/2015/10/shema_solskega_sadja_in_zelenjave.pdf

Ocena šolske prehrane

RAZRED	4.a	5.a	6.a	7.a	8.a	9.a	4.c (Lovrenc)
ZELO NEZADOVOLJEN	-	1	-	-	-	-	-
NEZADOVOLJEN	-	-	-	-	1	-	-
NITI NEZADOVOLJEN, NITI ZADOVOLJEN	3	1	2	-	5	4	1
ZADOVOLJEN	14	12	14	9	7	9	6
ZELO ZADOVOLJEN	2	2	3	1	-	1	-
SKUPAJ	19	16	19	10	13	14	7

Tabela 3: Prikaz ocene šolske prehrane

Glede na zapisane odgovore je iz tabele razvidno, da je zadovoljstvo s šolsko prehrano več kot ustrezno. 9% staršev je s šolsko prehrano zelo zadovoljnih, 73% je zadovoljnih, 16% je niti zadovoljnih niti nezadovoljnih, en starš je nezadovoljen, prav tako je en starš zelo nezadovoljen. Svoj odgovor je utemeljil z naslednjo povedjo: "Premale porcije, včasih je hrana neokusna in surova." Starš, ki je nezadovoljen, svojega odgovora ni utemeljil.

Veseli pa nas, da je vedno večje število staršev, ki so s šolsko hrano zadovoljni in ne bi ničesar spremenili ter zapišejo, da njihovi otroci jedo vse.

Ali se pogovarjate z otrokom o šolski prehrani?

RAZRED	4.a	5.a	6.a	7.a	8.a	9.a	4.c (Lovrenc)
DA	18	12	16	7	10	10	5
NE	1	4	3	3	3	4	2
SKUPAJ	19	16	19	10	13	14	7

Tabela 4: Prikaz ponavljanja jedi na jedilniku

Iz tabele je razvidno, da se 80% staršev z otroci pogovarja o šolski prehrani, torej jih zanima kaj njihovi otroci v šoli jedo. Navajajo, da se z otrokom pogovarjajo največkrat o tem, kaj je jedel, koliko je pojedel, ali je bilo okusno, kako je bila hrana pripravljena, je poskusil tudi hrano, ki je ne mara, kakše velikosti so porcije, kaj je bilo na jedilniku ...

Več o tem lahko preberete na:

http://www.os-kidricevo.si/files/2012/10/zdravo_prehanjevanje.pdf

O organizaciji prehrane na naši šoli lahko preberete na spletni strani šole:

http://oskidricevo.splet.arnes.si/files/2014/10/obvestilo_org_prehrane2015.pdf

KAKO ANKETIRANI STARŠI RAZMIŠLJAJO GLEDE ŠOLSKE PREHRANE?

➤ 4.a

- Ostanite takšni, kot ste.
- Otrok predlaga, da bi večkrat jedli joto.
- Večkrat bi lahko bile palačinke.
- Glede deljenja hrane: naj vsi otroci dobijo enako količino hrane, saj jim to pripada.
- Zelo me moti, da se jedilnik večkrat ne sklada z napisanim.
- Želim vam sporočiti, da bi naj bilo manj maščob in več doma pridelane hrane.
- Menim, da je šolska prehrana raznolika, da vnašate v jedilnik lokalno hrano. Zdi se mi prav, da imajo otroci možnost jesti raznoliko in da jih pri tem spodbujate.

➤ 5.a

- Kar tako naprej. Otroci imajo radi hrano, katero tako skrbno pripravite in ste jim za vzor.
- Kosila so v redu, pri malici pa nismo zadovoljni z jedilnikom, ker je prevečkrat maslo in sir. Za kosilo bi lahko večkrat bila štajerska kislja juha.
- Otrokom, prosim dajte porcije, kot je treba, saj otroci pridejo domov zelo lačni.

➤ 6.a

- Na jedilniku bi lahko bile palačinke.
- Več sezonskega sadja (jagode, češnje). **Povprašajte otroka o vrstah sadja v šoli.**
- Želim, da učence pri jedi spodbujate, naj jedo hrano, ki jim ni najbolj dobra, a je zdrava.

➤ 7.a

- Za malico je premalo mlečnih napitkov (mleko, bela kava...) in preveč enovrstnih čajev. Premalo različnega pekovskega peciva (makove, pletenice...). Premajhna količina lazanje, musake...

➤ 8.a

- Premajhne porcije.
- Opazujem, da otrok prihaja domov lačen, ker so male porcije.
Glede naslednje povedi pa vam moram podati odgovor in razložiti, da so nekateri otroci zelo izbirčni in pojedjo pri kosilu samo tisto, kar jim ugaja, medtem ko juhe, priloge ali solate ni na njihovem pladnju. Verjamem, da je vaš otrok lačen, ko pride domov.
- Poskušajte, da se jedilnik ne bo venomer ponavljal, drugače pa ste na dobri poti. Upoštevate zdravo hrano in tu pa tam dovolite tudi pregrehe.
- Če imate na jedilniku napisano nekaj, potem se tega tudi držite.
- Ali bi bilo mogoče k solati ponuditi svež česen?

➤ 9.a

- Malica, oziroma kosila se večkrat ne ujemajo z jedilnikom. **Jedilnik je zaradi določenih razlogov samo zamenjan in ne spremenjen.**
- Da bi bila boljša higiena in hrana dobro pripravljena. **Higiena? Stalno nadzorstvo.**
- Za malico bi lahko dodali palačinke, za kosilo pa sojine zrezke.

ZAKLJUČEK

Trudimo se, da prehrana v šoli ustreza Smernicam zdravega prehranjevanja, ob upoštevanju okusov in prehranjevalnih navad otrok pa so v jedilnik vključene tudi jedi, ki sodijo na seznam manj priporočene hrane. Tako učencem priljubljena živila kombiniramo s priporočenimi. Vsi tisti, ki se ukvarjamo s prehrano v šoli, smo veseli, da je vsako leto več staršev, ki zapišejo pohvale delavcem kuhinje in izrazijo mnenje, da nimajo posebnih želja, da otroci pojedjo vse in so s prehrano zelo zadovoljni, saj je le ta raznovrstna in okusna.

Prav tako se tudi vsi, ki se ukvarjamo s šolsko prehrano izobražujemo, se prilagajamo in spremljamo novosti, tudi osebje v kuhinji, saj nas k temu zavezujejo zakoni.

Dragi starši, zavedati pa se moramo vsi skupaj, da smo v šolski jedilnici in ne v hotelu. Tudi cena šolske prehrane vam je poznana.

Veseli bomo, če se oglasite pri nas in skupaj odpravimo morebitne vzroke vašega nezadovoljstva glede šolske prehrane.

Odgovori staršev bodo služili kot pomoč pri načrtovanju šolske prehrane, seveda ob upoštevanju Smernic zdravega prehranjevanja.

Metka Gumilar, organizatorica šolske prehrane