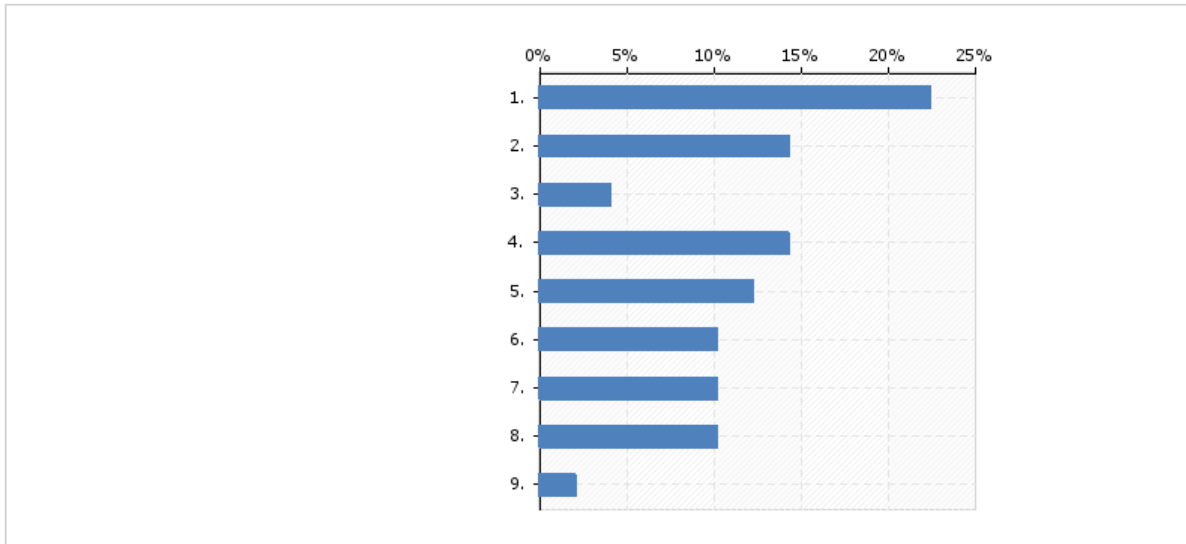


ANALIZA - Grafi

Zbiranje podatkov je potekalo od 23.5.17, 10:21 do 12.6.17, 8:58

Kateri razred obiskuje vaš otrok? (n = 49)

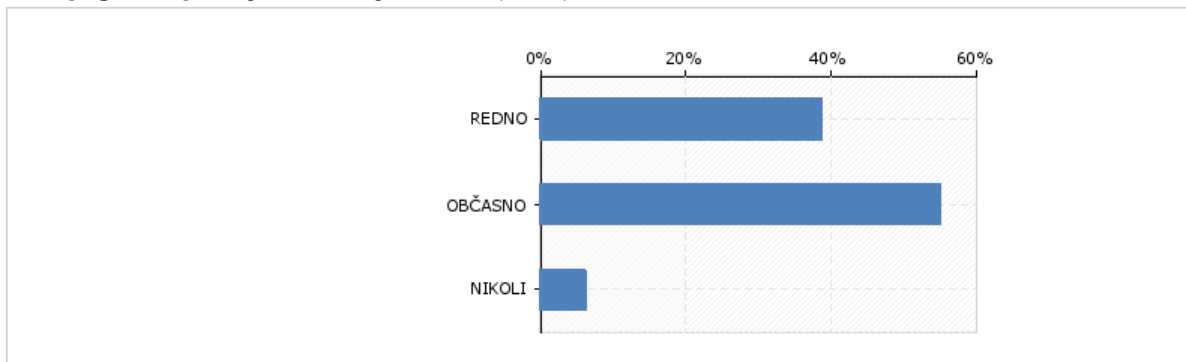


KOMENTAR:

Anketa, ki bo pokazala, kako ste starši zadovoljni s šolsko prehrano na **OŠ Antona Globočnika Postojna** je bila odprta na spletni strani šole 20 dni.

V tem času je od 550 učencev (100%) anketo izpolnilo 49 staršev, t.j. 9% staršev. V največjem številu so sodelovali starši učencev, ki obiskujejo 1. razred (23%), najmanj pa so se v anketo vključili starši otrok, ki obiskujejo 9.razred (3%)in 3. razred (4%).

Kako pogosto spremljate šolski jedilnik? (n = 49)

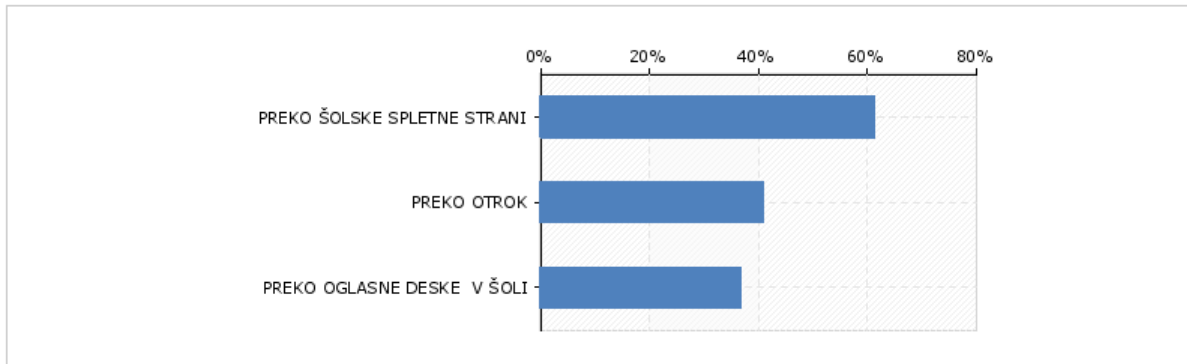


KOMENTAR:

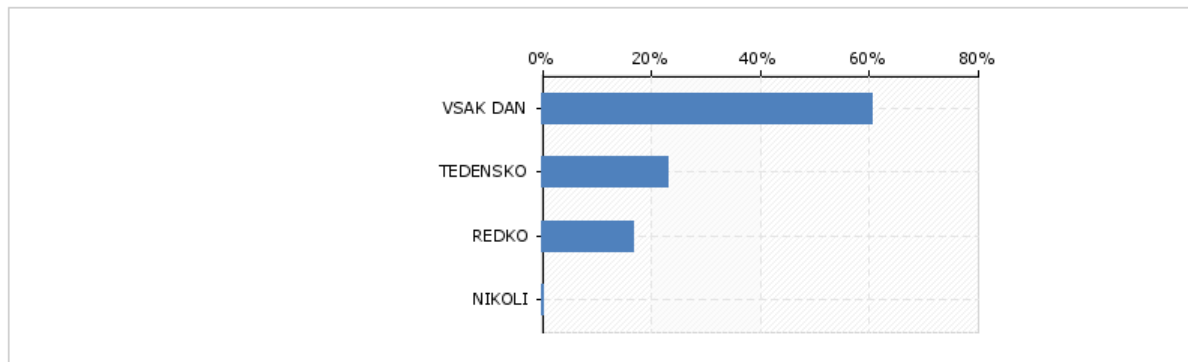
Šolski jedilnik je spremljalo 40% staršev, ki so sodelovali pri izpolnjevanju ankete.

Nekateri starši (55%) so spremljali jedilnik le občasno.

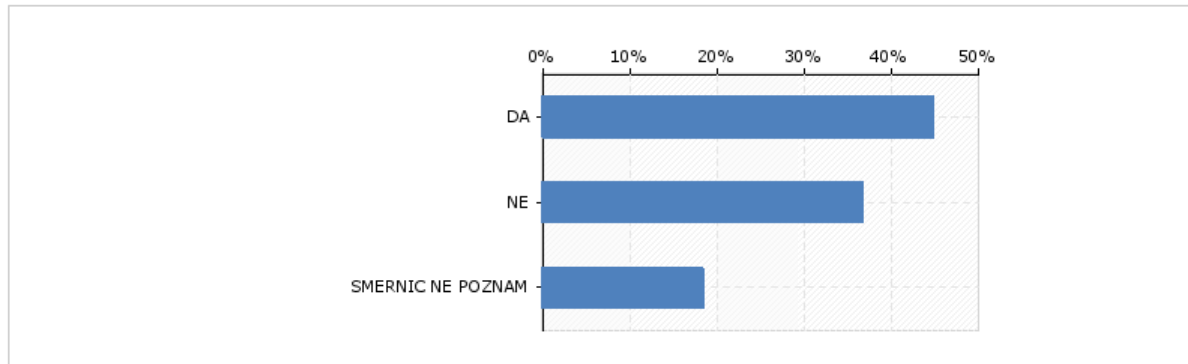
5% od 49 staršev jedilnika ni spremljalo.

Če šolski jedilnik spremljate, na kakšen način pridobivate informacije o njem? (n = 49)
Možnih je več odgovorov**KOMENTAR:**

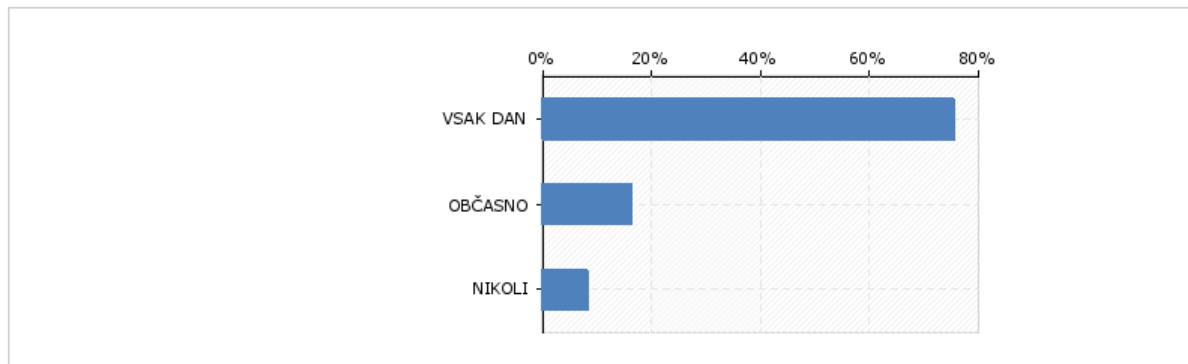
Skoraj 35 staršev od 49 (60%), ki so reševali anketo, je dobilo informacije o jedilniku na spletni strani. 40% staršev se je posvetovalo s svojimi otroki, lahko pa so se z jedilnikom seznanili tudi na oglasni deski.

Kako pogosto se z otrokom pogovarjate o šolski prehrani? (n = 48)**KOMENTAR:**

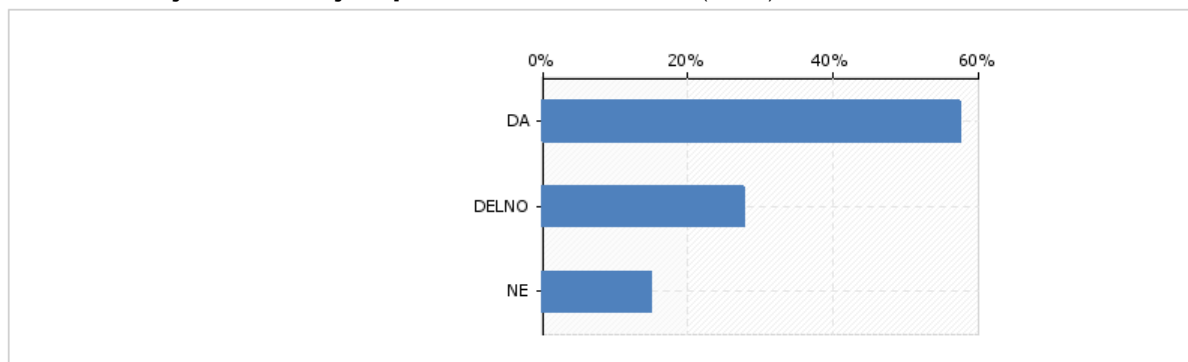
60% staršev se z otrokom o šolski prehrani pogovarjajo vsak dan. Nekateri, se z otroki pogovarjajo tedensko (20%), drugi pa se o prehrani pogovarjajo zelo redko (18%).

Ali menite, da prehrana na šoli ustreza smernicam zdravega prehranjevanja šolarjev? (n = 49)

KOMENTAR: 45% tistih staršev, ki je izpolnjevalo anketo meni, da šolska prehrana (malici in kosilo) ustreza smernicam zdravega prehranjevanja, približno 35% je nasprotnega mnenja. Kar 18% staršev pa smernic ne pozna.

Ali vaš otrok pred odhodom v šolo zajtrkuje? (n = 49)

KOMENTAR: Kar 75% otrok anketiranih staršev pred odhodom v šolo zajtrkuje. 10% otrok ne zajtrkuje preden oddide k pouku.

Ali ste zadovoljni s kakovostjo dopoldanske malice v šoli? (n = 47)

KOMENTAR: S kakovostjo dopoldanske malice je zadovoljnih 58% anketiranih staršev. Približno 15% staršev je nezadovoljnih, ostali pa so le deloma zadovoljni (27%).

Če je vaš odgovor NE ali DELNO, napišite, kaj vam ne ustreza.

da je mleko mlačno. včasih kaj drugega kot kruh.
manj že narejenega-sladko pecivo
učenci so dobili sadje, nekaj ga je bilo zgnito
tisti skutni ploščki kot jih moj otrok opiše, baje niso dobri.
količina bi morala biti večja
mesno-zelenjavni namaz , riblji namaz , kefir ter štruca , eko pizza ... to vsaj 2x na teden hvala
ponavljajoči se jedilnik
preveč zmrznjene hrane
vklučiti bi bilo potrebno več svežega sadja in zelenjave. nesladkan čaj ni ustrezna zamenjava za vodo, ker ga otroci pač običajno ne želijo piti. voda je osnovna dobrina in bi jo morali imeti otroci vedno na voljo, ne pa da jo na skrivaj hodijo pit na wc-je.
premajne porcije
enolika, premalo sadja in zelenjave
dobijo premajhne porcije hrane. hrana ni kombinirana
ne jedo vsi otroci polnozrnatega kruha, jogurtov sploh ne. štirje piškoti in jogurt ne zadostujejo malici, ko bi poznali črn ali bel kruh bi bilo pa zelo dobro.
premalo tekočine ob dopoldanski malici pri višjih razredih.
sokovi v tetrapaku.dosti boljše bi bilo če bi dobili zeliščni čaj, limonado ali vodo.
kdaj ne dobijo dodatkov
ker je malica bolj enolična (vedno je kruh) ko so otroci dobili sadje je bilo nagnito
večinoma je vse na bazi kruha - kam je iz šol izginil gres npr. ali polenta? burek se mi ne zdi primerna malica, nima v sebi nič koristnega zdravju

KOMENTAR:

1. Ker je mleko že pasterizirano in ga torej ni potrebno prekuhati, ga segrejemo na tako temperaturo, da ga vsi učenci, tudi najmlajši lahko brez strahu, da bi se spekli, pijejo. Zato je mogoče za starejšega otroka premalo topel.

2. Trenutno naša kuhinja na centralni šoli v Postojni nima pogojev za pripravo mlečnega zdroba, kaše ali močnika. Zato so, razen kosmičev, osnova pri ponujeni malici vedno kruh in pekovski izdelki. Na podružničnih šolah pa se lahko odločijo za kuhane mlečne jedi zaradi danih tehničnih pogojev in manjšega števila učencev.

3. Kljub skrbnemu pranju in pregledu sadja se kdaj zgodi, da se med ponujenim sadjem znajde kaj nagnitega. V tem primeru svetujem, da otroci nagnito sadje odmaknejo in na to opozorijo kuharico, ki je v bližini. To se pogosto zgodi pri hitro pokvarljivem spomladanskem sadju - jagode in češnje. . Učenci tudi zamenjujejo resnično gnilo z madeži, ki so na jabolkih ali hruškah eko - pridelave ali od lokalnih, domačih pridelovalcev. Kuharicama večkrat pokažejo na odrgrnine na takem sadju misleč, da je gnilo!

4. Napitek v obliki mleka, mlečnega napitka, čaja ali vode je ponujen pri vsaki malici. Če v vrčih zmanjaka napitka ima učenec možnost dobiti pijačo v jedilnici na kuhinjskem pultu. Res pa je, da pitnika, če mislite tu napravo, montirano nekje v jedilnici, iz katerega bi otroci pili tudi med odmori, nimamo. To pa le iz enega ali dveh razlogov. Zraven bi moral nekdo stati, ker polivajo čez in čez. Med malico imajo dovolj tekočine in ni potrebno, da pijejo ob vsakem pomisleku nanjo. Kuharici pravita, da zlivata po malici čaj stran. To pomeni, da žeje za čaj ali vodo ni, je pa žeja za sokove, vendar to ni več prava žeja.

Ne vem zakaj morajo učenci NA SKRIVAJ!?! piti vodo na WC - ju, ko pa imajo v vsakem razredu, pri vsaki uri na razpolago pipo s pitno vodo! Gospe ali gospodu, ki je zabeležil pripombo svetujem, da njegov otrok, ki je pogosteje žejen, prinese v solo prazno plastenko vode in si jo v lijaku napolne. V zvezi z nesladkanim čajem, pa bi povedala naslednje. K meni je prišel oče, ki je za svojega otroka urejal dietno prehrano in rekel, da smo ena redkih šol, ki si " upamo" ponuditi otrokom ČAJ BREZ SLADKORJA! Ja, UPAMO SI, ker vemo, da je tako prav! Čaj je brez sladkorja, včasih sladkan z medom ali dodano limono, včasih pa le prekuhan in ohlajen.

Hkrati, ko starši povedo, da so otroci žejni pa leti kritika na nesladkan čaj! To pa je kontradiktorno.

5. Pripomba o premajhni količini dopoldanske malice je neutemeljena. Sama utemeljujem, da je malica dana v zadostni količini s tem, da iz razreda pride po malici veliko še uporabne hrane(celi in čisti kosi kruha, žemelj, peciva, jogurtov, skute,...). V kuhinji pa učence čaka vedno sadje ali zelenjava.

Da nekateri menite, da bi otroci po malici še jedli razumem. Saj prehranska navada uživanja prvega dnevnega obroka - zajtrka še vedno ni vsakdanja navada. Če otrok doma poje kos kruha z namazom ali sirom, popije skodelico mleka ali poje skodelico kosmičev s sadjem to zadostuje za povprečen zajtrk našega šolarja. Če pa stoje, medtem, ko si pripravlja torbo da v usta piškot ali spiže čaj in "šiba " skozi vrata, to pa že ne ustreza zajtrku. Saj vemo: ZAJTRK JE NAJPOMEMBNEJŠI DNEVNI OBROK. ŠOLSKA MALICA JE PA LE PREMOSTITVENI OBROK MED ZAJTRKOM IN KOSILOM.

6. Pripomba, da je našem jedilniku zamrznjena hrana NE DRŽI! V bodoče pa se bomo še bolj izogibali paštet, sladkih in mastnih jedi(čokoladni namaz, burek, krofi, francoski rogljiček).

Tako kot sedaj bomo skrbeli, da bo vsak dan na jedilniku sadje ali zelenjava, da bo kruh polnovreden, iz različnih mok, mleko pasterizirano in po možnosti nehomogenizirano. Ponujamo lokalne izdelke (sadje, mlečni izdelki, med) in ekološke izdelke (sadje, mleko, kruh). Mesni izdelki so najvišje kakovosti, nemastni, salam z mastno strukturo in posebnih salam ne ponujamo.

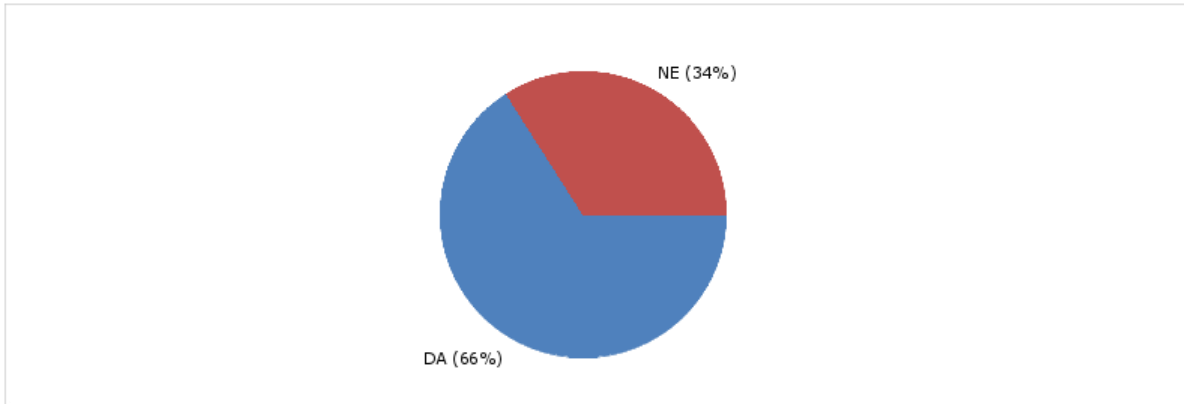
Kaj ima vaš otrok najraje za dopoldansko malico v šoli?

kruh z namazom
ribji namaz, burek, jabolčni sok
pica,burek,kruh pa salama kruhh in eurokrem češnje in jagode
jogurti, sir, paštete, sok
sirov burek in jogurt.
ribji namaz

med in maslo
pizza pekane postojna masleni rogljički s čokolado burek ribji namaz
sadni jogurt in sadje
nič, ker je vse polnozrnat, česar marsikateri otrok ne je
zelenjavni namaz, burek, sadje (razen jabolk)
kruh z namazom in seveda frutabelo.
pica
sir, sadje
kruh in ogrsko salamo, koruzne kosmice, viki namaz
ne hodi
kosmice
/
namaz s šunko in kumaricami.
vse razen ribjih namazov in paštet
večinoma je vse
namazi,sok,nutella
pico
kosmiče, sadje, sirni namaz
sendvic,burek, sadje , zelnjavo, mlečni izdelki
med in kruh.
namaze na kruh
sirovo štruco in musli kosmiči
ko je burek, ribji namaz
ne vem.

30 / 43

KOMENTAR: Med 29 odgovori je 13 staršev napisalo, da imajo otroci najraje PICO, BUREK, EVROKREM, PAŠTETO, OGRSKO SALAMO!

Ali menite, da je dopoldanska malica količinsko zadostna? (n = 44)

KOMENTAR: 66% anketiranih staršev meni, da je količina dopoldanske malice zadostna.

Menim, če bi otroci vedno vzeli vse ponujene jedi(kar 50% staršev je odgovorilo, da njihovi otroci VČASIH vzamejo vse ponujene jedi!!)in jih seveda pojedli bi tudi ostali starši , ki so odgovorili, da je dopoldanska malica preskromna (34%), bili s količino malice zadovoljni.

Tako pa,... seveda, če ne jemo tega in onega in tistega je sigurno kmalu količina premajhna. Po Smernicah zdravega prehranjevanja v šolah pripada od 100% celodnevne obroka dopoldanski malici 10 - 15%.

Porazdelitev celodnevni priporočenih energijskih vnosov po posameznih obrokih

Priporočene celodnevne energijske vnose je treba porazdeliti po posameznih obrokih tako, da predstavlja:

zajtrk: 18 - 22 % celodnevne energijske vnosa,

dop. malica: 10 - 15 % celodnevne energijske vnosa,

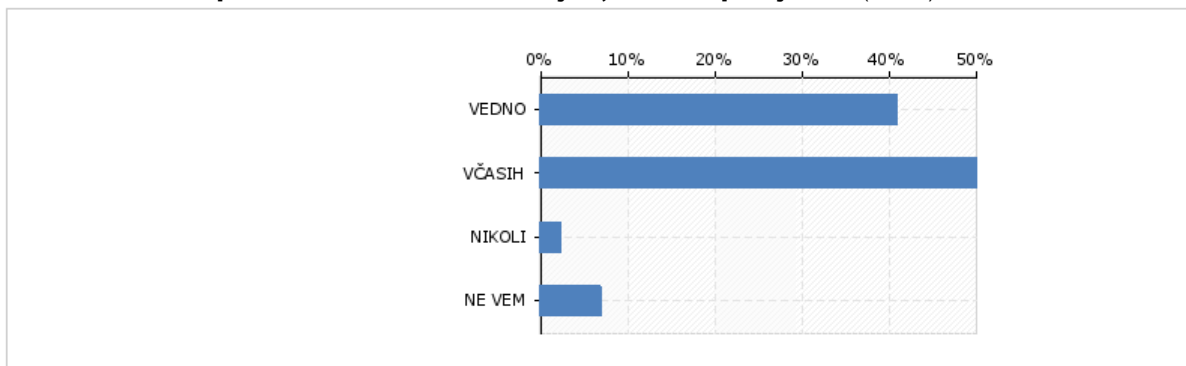
kosilo: 35 - 40 % celodnevne energijske vnosa,

pop. malica: 10 - 15 % celodnevne energijske vnosa,

večerja: 15 - 20 % celodnevne energijske vnosa.

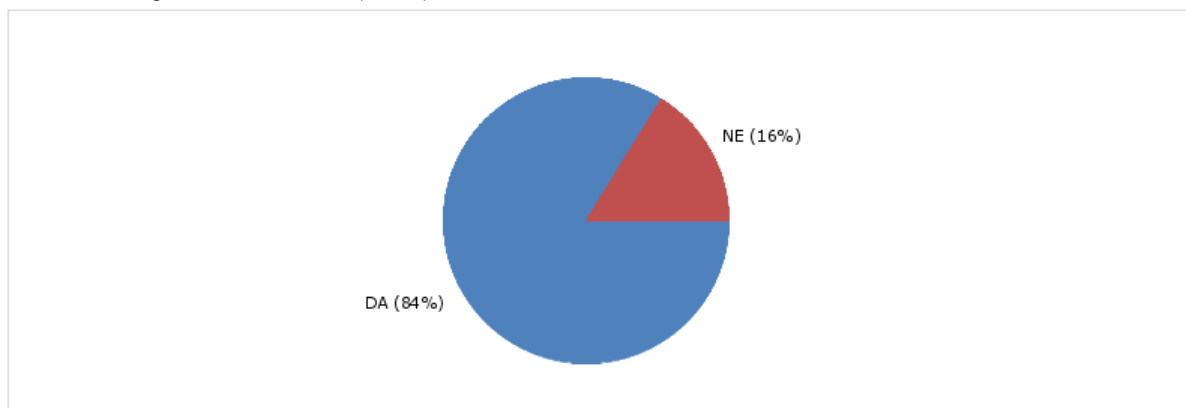
Vir: <http://solskilonec.si/?p=1566>

Ali vaš otrok za dopoldansko malico vzame vse jedi, ki so mu ponujene? (n = 44)



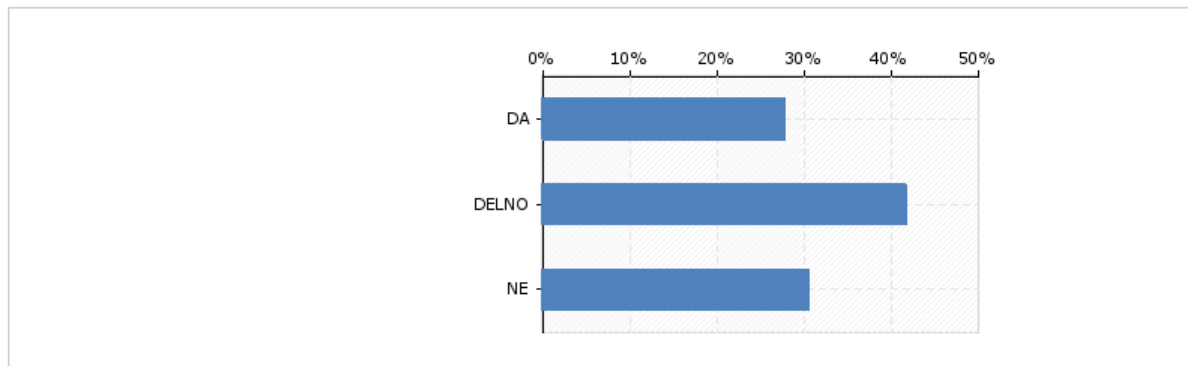
KOMENTAR: Odgovor je pri komentarju prejšnjega vprašanja.

Ali vaš otrok je kosilo v šoli? (n = 43)



KOMENTAR: Kar 84% otrok anketiranih staršev je naročeno na šolsko kosilo. 16% otrok kosi drugje.

Ali ste zadovoljni s kakovostjo šolskega kosila? (n = 36)



KOMENTAR: Priljubeno 28% staršev je zadovoljnih s šolskim kosilom. Delno je zadovoljnih 42%, nezadovoljnih pa je 30% staršev.

Če je vaš odgovor NE ali DELNO, napišite, kaj vam ne ustreza.

/
količinsko premalo kalorij
občasno so prisotne sestavine, ki so otroku nepoznane, saj se jih v družinah redkeje kuha in jih posledično ne je (ajda, proso,...).
hrana pride v podružnično šolo mrzla in neokusna. preveč je umetna.
otroka ni treba silit da poje hrano katra mu ni vsec, nas otrok nemara meso.
okusi včasih niso dobri, v petkih je skoraj vedno riba, bolj različne solate(v glavnem je vedno zelena solata), včasih so čudne jedi, ki jih otroci ne poznajo, preveč mastno in želirno, kuhanje je bolj industrijsko kot pa domače, sirove in smetanove omake sploh nimajo okusa temveč je po večini bešamel
ponavljajoči se jedilnik, brez branja tedenskega menuja točno vemo, kaj bodo jedli. vsaka sprememba je na slabše. uvajanje bučk s kašo in podobnih trendovskih jedi zaradi občutka zdravega je porazna, posledično otrok lačen. 10-15 let nazaj smo jedli vse in smo zdravi, predvsem pa smo bili siti. dejstvo, da pride otrok večkrat lačen, kot sit pove več, kot dovolj. poraz odkar je slorest prevzel šolsko prehrano!!! pri starejšem otroku nismo nikoli zaznali lakote, ko je prišel domov (dobavitelj vrtec), mlajši se nam pa resnično smili, ker ga dnevno posiljujete s hrano za odrasle

fizične delavce!!!
kosti v ribah, kvaliteta hrane, mrzla hrana, zmanjka hrane za vse učence,
bolje bi bilo če kuharice ne bi hrane pripeljale na šolo, ampak jo skuhale
preveč zmrznjene hrane, maščob, slano, panirano v olju, juhe so preredke,
večkrat preslana solata, paradižnik ni preveč okusen, včasih žilavi zrezki, panirane ribe (panga)
hrana je zelo mastna, kdaj tudi mrzla, veliko hrane se zavrže, ker po opisu mojih otrok zglada že prebavljena.
ker se mi zdi boljše, da bi kuhale kuharice, same v šoli
premalo sadja
včasih brez okusa, ribe imajo velikorast kosti, tortilija brez okusa, sestavine ne pašejo skupaj,...
kdaj jim kaj ni vsec kar ne marajo...kdaj dodatka ne dobijo,
premalo pogreta hrana, neokusna, premajhne porcije, dodatka ne dobijo vedno oz. premalo!!!!!!!!!!!!
večkrat bi lahko bila juha z zakuho (ne prežganka) panga in oslič nista ribi, ki ju lahko štejemo za zdravi
postana hrana.
kosila iz menze slo rest niso primerna za šolo. boljše kosila so bila, ko je bila prehrana iz vrtca.
količinsko premalo, neraznovrstna prehrana
postana, prekuhana hrana, kombinacije hrenovka, špinača...premalo
kvaliteta hrane, mrzla hrana, včasih zmanjka hrane in otrok dobi samo del kosila, solata ni sveža, ...
zelo ga motijo priloge.lahko je vse zdravo,vendar a ne bi bilo boljše če bi imeli večkrat krompir in potem zraven razno zelenjavo,kot prikuho.po teh kosilih so otroci lačni in zraven pojejo dosti kruha,kar pa vemo da je zelo redilno.tako da je na prvi pogled zdravo kosilo,na koncu zelo slabo.namesto celotnega toplega obroka imajo otroci tretjič zaporedoma kruh.

KOMENTAR: V zgornji tabeli so izpisani odgovori staršev, če s šolskimi kosili niso ali so le delno zadovoljni.

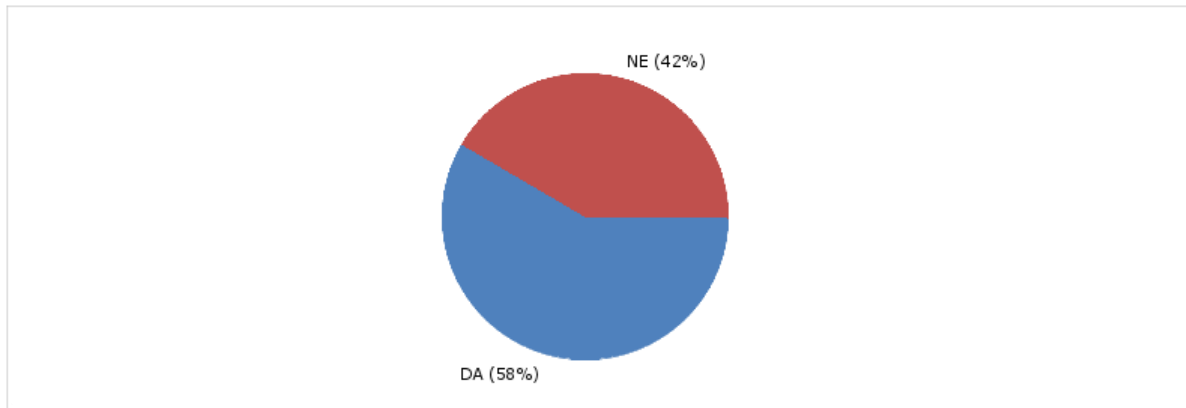
Kaj ima vaš otrok najraje za šolsko kosilo?

enolončnice
pasta,riz
/
krompir, pašto in riž, solato, meso, goste juhe
njoke
enolončnice, makaroni na različne načine, puranji zrezek, ocvrtki, lazanja, rižota,,,
njoke ali polento z golažem, testenine, piščančja nabodala ali kaj podobnega
pizza

pašta,njoki
najraje je njoke
njoke z bolonjez omako, solato, goveja juha, spagete..sadje
testenine in piščančje meso.
testenine
njoki z glažom in testenine
vse poje, če je skuhan in kvalitetno pripravljeno, ne pa da otrokom ponujate žilnate, masne zrezke...
fižolovo mineštro.
pohano ribo in kisan krompir
razne juhe,krompir,meso,solata
goveja juha, testenine, piščančje meso
juha, piščanec, riž s piro, tortelini, sok, čaj, ocvrt sir, sladoled
čufte
solato, juho, pico, vse od krompirja...
juho
cmoki, pašta, grahova juha, zelenjavne juhe, štruklji,...
testenine, juhe
ribe, če že so na jedilniku
ribe, testenine,
ribo ali lazanjo
enolončnice, ribe s krompirjevo solato, piščanca, pohano meso.
fižolova juha in buhtelj

KOMENTAR: Med priljubljenimi jedmi pri kosilu prevladujejo testenine in njoki z omakami, fižolovka ter piščančje meso.

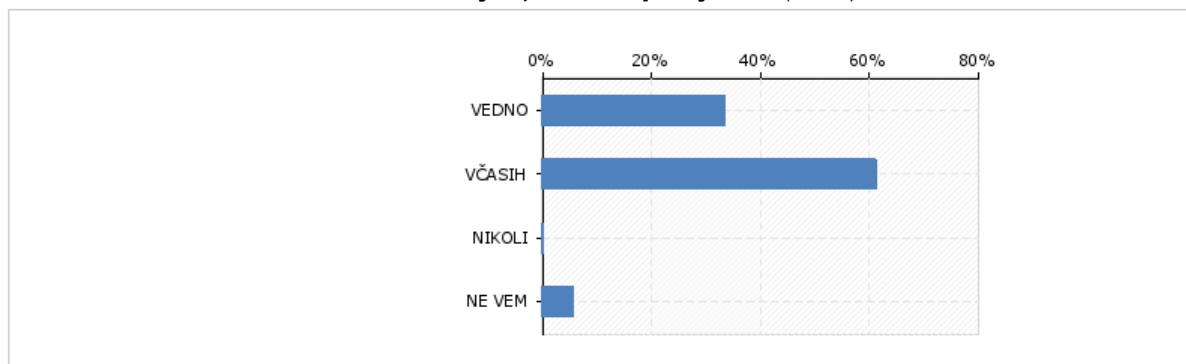
Ali menite, da je šolsko kosilo količinsko zadostno? (n = 36)



KOMENTAR: Odgovor na to vprašanje je povezan z naslednjim vprašanjem.

Otrok, ki ne vzame ponujenih jedi, ki poje le, kar mu je všeč, ki pri 80% jedi viha nos, ki bi jedel le pohanega piščanca in cvrti krompirček, NE MORE dobiti zadostne količine hrane. Govorimo o ZBIRČNOSTI!

Ali vaš otrok za šolsko kosilo vzame vse jedi, ki so mu ponujene? (n = 36)



KOMENTAR: Komentar o tem vprašanju je zajet pri prejšnjem. Če bi vse jedli, ne bi bilo premalo!

Ali nam želite še kaj sporočiti? Napišite vaše predloge, pripombe, pohvale ...

popoldanska malica bi lahko bila bolj kakovostna.
jedilnik kosil je v primerjavi s preteklim šolskim letom boljši (recimo otrokom prijaznejši).
otroka ni treba silit da poje hrano katera mu ni vsec!!!! hvala
zamenjat ponudnika slorest ni za šolsko prehrano
za ponujeno je previsoka cena.sem že napisal,namesto raznih sokov ponudite drugo pijačo,ki je cenejša in tudi bolj zdrava,čeprav naj bi imeli zdravo prehrano.navajanje otrok na sladke sokove,čeprav so 100%, po mojem mišljenju ni najbolj zdravo.
zamenjati dobavitelja kosil, otrokom ponuditi zadostno porcijo (14 letni fant poje veliko več kot 10 letna dekllica!!!) če pride otrok po dodatek, naj se mu le to omogoči,
otroci imajo premalo časa da pojedjo
morda bi šola v jedilnik lahko vključila tudi kozje izdelke? ali več domačih izdelkov iz okoliških kmetij (jabolka, domač jogurt...). če bi se hrana pripravljala v šoli, bi bila zapečena, hrustljava. ocvrt piščanec bi hrustal. ker pa šola dobi že pripravljeno hrano (skuhano v glavnem od drugod), je le-ta postana, prehukana v zaprti posodi. ali res ne bi uvedni kuhanja v šolo nazaj, tako kot je to bilo pred 40-letji? (z mnogo manj dodatkov) in na ta račun zaposlili koga več? kuharice so zelo prijazne, ustrežljive.

z malico smo zadovoljni. občasno moj otrok je tudi kosilo. bil je bolj zadovoljen s hrano iz vrta, kot pa s slorestom. hvala
po jedilniku težko komentiram kakšna oziroma kako je hrana pripravljena (govorim o kosilu). dejstvo pa je, da ne preveč izbirčen otrok, ki je še leto nazaj užival ob vrtečevski hrani, sedaj vsak dan stoka nad kosilom v šoli.
hrana pripeljana iz kuhinje vrta je bila bistveno boljša ,okusnejša in otroci so jo z užitkom pojedli.
popoldanska malica je količinsko nezadostna
moti me, da se kljub opozorilu, da so v ribjih filejih kosti, v nekaj letih ni še nič spremenilo. zato je popolnoma brez pomena, da napišem še kakšno kritiko. sprememb očitno ne bo.
predlagam, da se nazaj vrne hrana iz vrta postojna, saj je bila lično in okusno pripravljena. naši otroci niso izbirčni pri hrani pa vseeno velikokrat prideta lačna domov.
želeli bi živila lokalnih proizvajalcev, manj maščob, manj razlik med obroki. en dan veliko (otrok je sit), drugi dan premalo (domov pride lačen-takrat ko je redka juha).
hzh
bi bilo morda bolje, če bi imeli kuhinjo v šoli?
hrana je okusna, vendar premalo omake, predlog za sladico je pa sladoleđ. za zajterk mogoče kak sok- sirup da se omogoči tistim, ki radi pojejo kakšen kos več.
pri šolski malici preskočite vsaj 1x kisló smetano in papriko. za šolska kosila zamenjajte dobavitelja čim prej in prihranite otrokom mučenje in vsiljevanje jedi, ki jih niti doma ne jemo!
otroci so izbirčni
nočemo skute
lepo je da, v šoli imajo otroci tudi raznoliko hrano.
sin pove, da so popoldanske malice dobre ampak količinsko premajhne - mogoče bi morali otroci dobiti poleg sadja še kaj drugega. nekajkrat se je zgodilo, da ni dobil popoldanske malice, ker je imel krožek in, ko je prišel v razred je malice že zmanjkalo.
vključiti v prehrano več mesa, zelenjave, sadja, manj testenin
pohvale za vključeno zdravo prehrano v jedilnik šole!
hvala za posredovanje ankete in zanimanje za naše mnenje.
otroci bi kdaj lahko zbirali kaj bi jedli...recimo zelenjavno ali govejo juho, ker kdaj kdo cesa ne mara...
šolska kosila po mojem mnenju niso primerna za otroke v razvoju. po informacijah ki jih imam, je večina hrane instant, kar pa ni v skladu s smernicami zdravega prehranjevanja.

KOMENTAR: Hvala, spoštovani starši za vse dobronamerne komentarje, pripombe in predloge. Vem, da smo na istem bregu. Vem, da želimo našim otrokom vse najboljše.

Želim, da bi bili zadovoljni, zdravi, srečni. Kanček k temu prispeva tudi zdrava - uravnotežena prehrana.

Potrudili se bomo v vsem, na kar lahko vplivamo in kar je v naši moči. So pa nekatera dejstva, ki so zakonsko določena, na katera smo zakonsko vezani. Med ostalimi predpisi sta zelo pomembna Zakon o šolski prehrani

nepredelanih živil (sadje, zelenjava). Izogibajmo se pretirani uporabi sladkorja, soli in maščobnih živil.

Vir: <https://www.google.si/search?q=mediteranska+piramida+zdrave+prehrane>

Svet je poln nasprotij.

Evropsko združenje za študij debelosti v državah Evropske skupnosti (European Association for the Study of Obesity - **EASO**), ki spremlja pojav debelosti med šolarji in mladostniki v državah EU, ocenjuje, da ima v 25 državah članicah EU kar 16 do 26 % mladostnikov povečano težo, od tega pa jih lahko 4 do 6 % uvrstimo v kategorijo predebelih.



Po drugi strani pa Organizacija Združenih narodov oz. Agencija za hrano in kmetijstvo navaja, da je l. 2003 na svetu vsak dan umrlo zaradi pomanjkanja hrane kar 25 000 ljudi, med njimi je največ otrok. Kar 800 milijonov ljudi v Afriki in Aziji pa trpi za podhranjenostjo.

Vir: http://keminfo.pef.uni-lj.si/e-kemija/zdrava_prehrana/index.html

Pripravila in komentirala: HELENA VEKAR, organizatorica prehrane , OŠ ANTONA GLOBOČNIKA POSTOJNA