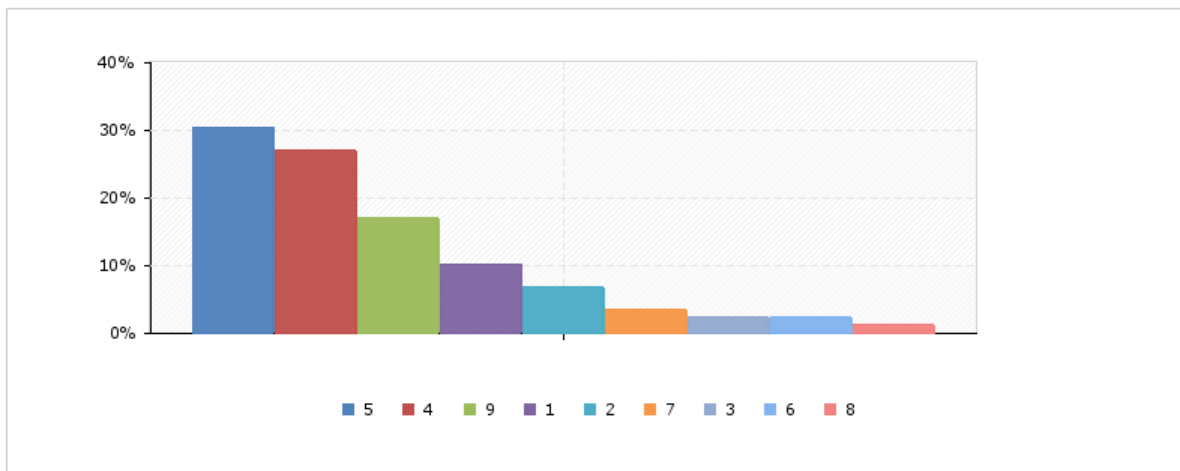


ANALIZA - Grafi

Zbiranje podatkov je potekalo od 4.6. 2019 do 17.6. 2019.

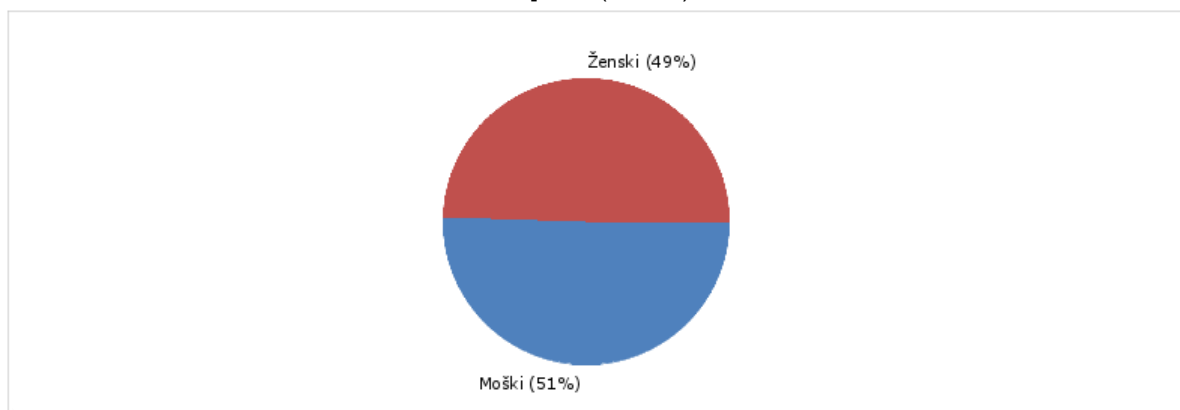
Spletno anketo je rešilo 91 učencev osnovne šole Antona Globočnika Postojna.

Kateri razred obiskuješ? (n = 89)

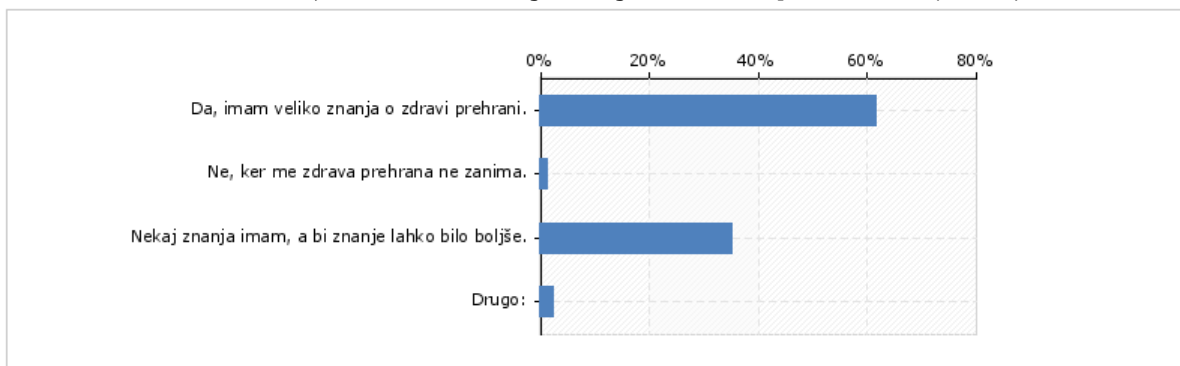


Spletno anketo je rešilo 27 učencev 5. razreda (30%), 24 učencev 4. razreda (27%), 15 učencev 9. razreda (17%), 9 učencev 1. razreda (10%), 6 učencev 2. razreda (7%), 3 učenci 7. razreda (3%), po 2 učenca v 3. in 6. razredu (2%) ter en učenec 8. razreda (1%). 2 učenca se nista opredelila v kateri razred hodita.

Spol: (n = 91)

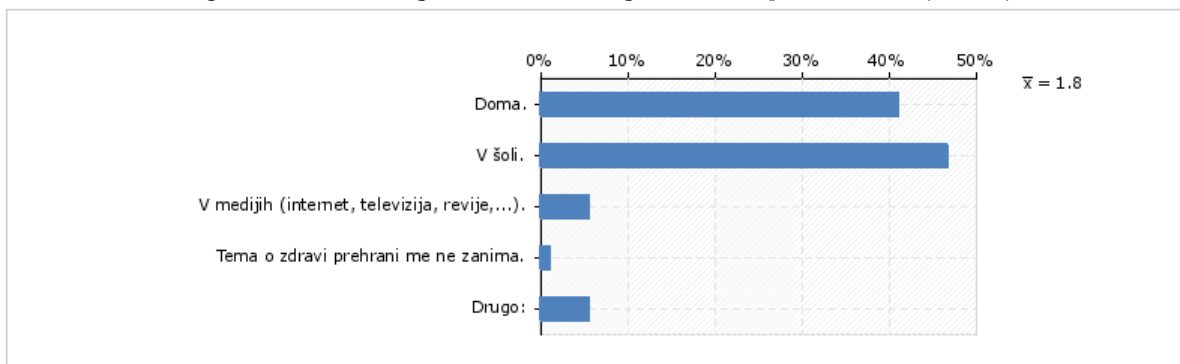


Spletno anketo je izpolnilo 51 odstotkov učencev in 49 odstotkov učenk.

Ali meniš, da imaš dovolj znanja o zdravi prehrani? (n = 91)

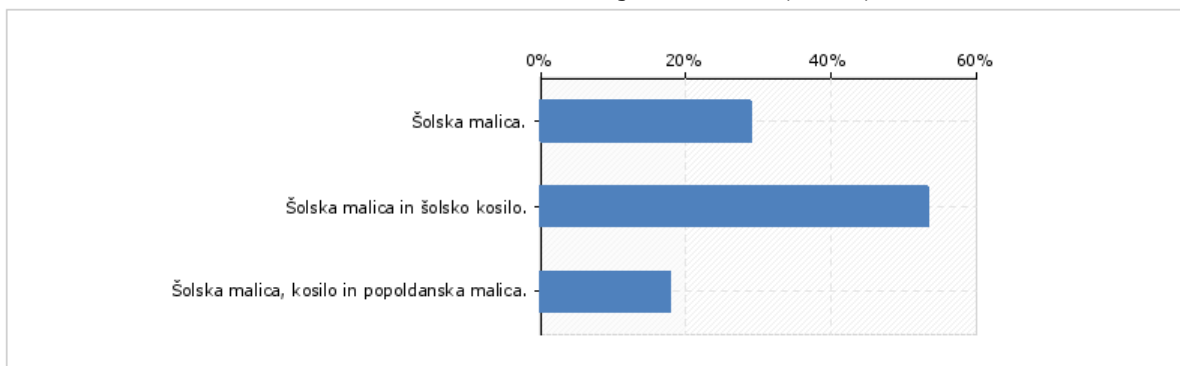
Odgovori	Frekvenca
zato ker da smo zdravi.	

Največ učencev meni, da imajo veliko znanja o zdravi prehrani (kar 62 odstotkov). Razveseljiv je podatek, da je samo 1 učenec odgovoril, da ga zdrava prehrana ne zanima (1%). Sklepamo lahko, da se učenci zavedajo pomena zdrave prehrane in da se tudi izobražujejo na tem področju.

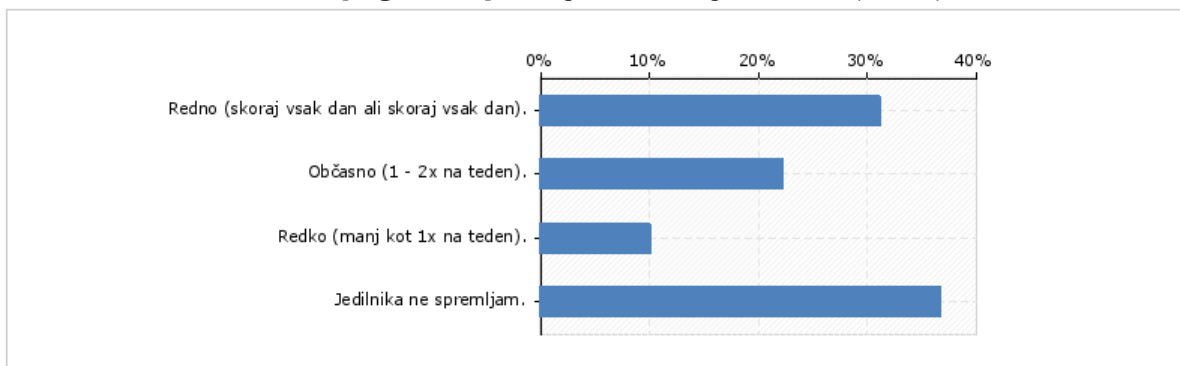
Kje si dobil/a največ informacij o zdravi prehrani? (n = 90)

Odgovori	Frekvenca
z njo se ukvarjam	
v soli doma prijateljev	
v šoli in doma	
v stični	
šola zdrave prehrane	

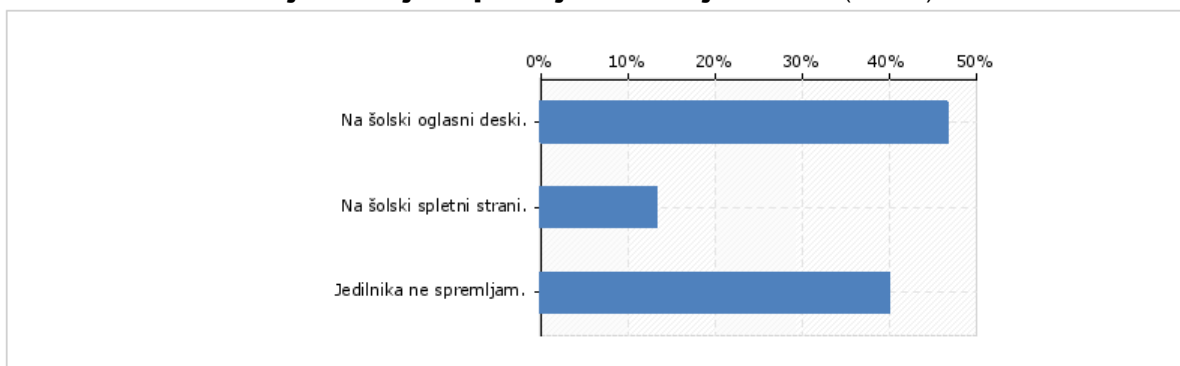
Največ informacij o zdravi prehrani učenci pridobijo v šoli (47%) in doma (41%). Učenci preživijo največ časa v šoli in doma, zato da podatek ne preseneča.

Katere obroke zaužiješ v šoli? (n = 90)

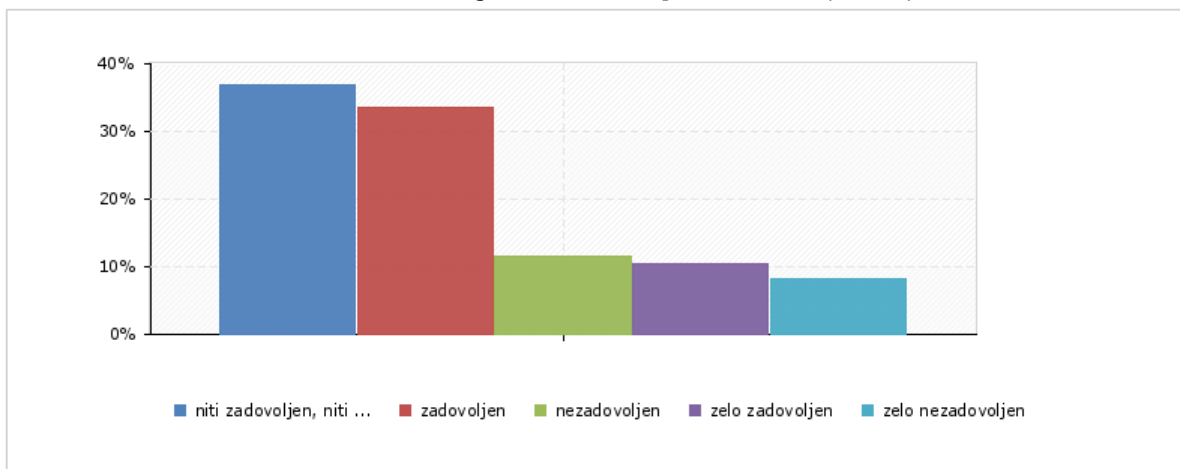
V šoli je šolsko malico in šolsko kosilo 53 odstotkov anketiranih učencev, 29 odstotkov samo šolsko malico in 18 odstotkov vse tri obroke, ki jih ponuja naša šola.

Kako pogosto spremljaš šolski jedilnik? (n = 90)

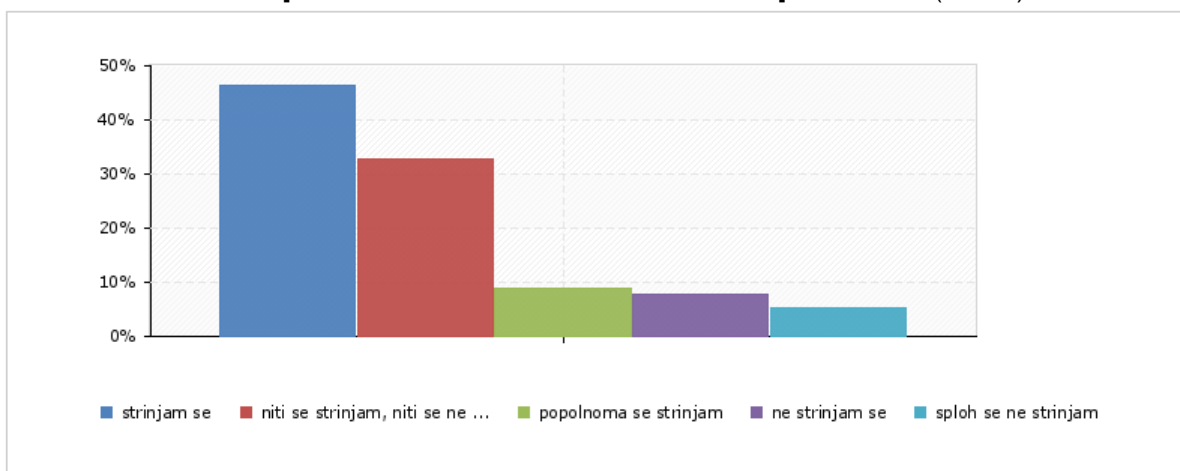
Kar 37 odstotkov učencev ne spremlja jedilnika medtem, ko je staršev le 14 odstotkov. Redno spremlja jedilnike 31 odstotkov učencev. Sklepamo lahko, da učenci redno spremljajo jedilnik ali pa ga sploh ne.

Kje običajno spremljaš šolski jedilnik? (n = 90)

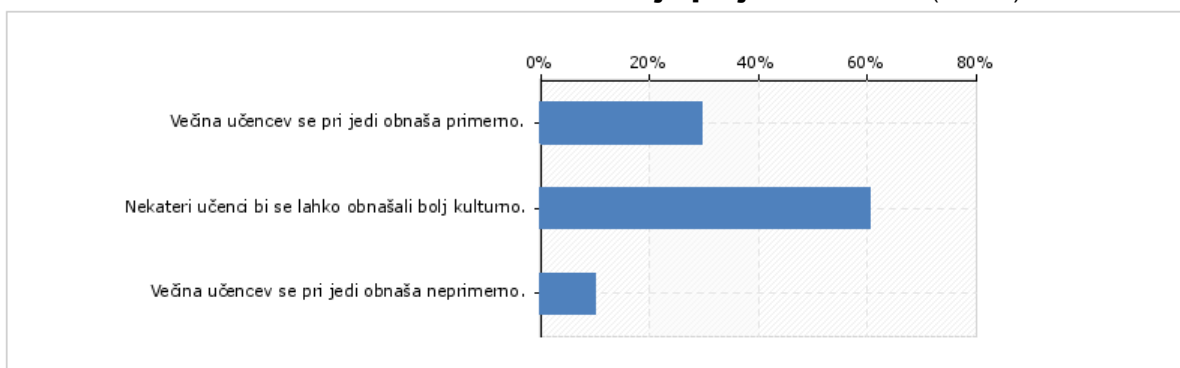
Zelo očitna je razlika med spremljanjem jedilnika pri starših in učencih. Učenci največ spremljajo jedilnik na šolski oglasni deski (47%), medtem ko starši na šolski spletni strani (64%).

Ali si zadovoljen s šolsko prehrano? (n = 87)

37 odstotkov učencev je na zgornje vprašanje odgovorilo s srednjo možnostjo (niti zadovoljen, niti nezadovoljen). 33 odstotkov učencev pa je zadovoljnih s šolsko prehrano. 8 odstotkov pa jih je nezadovoljnih.

Šolska prehrana ustreza načelom zdrave prehrane. (n = 80)

Učenci so v večini (55%) mnenja, da šolska prehrana ustreza načelom zdrave prehrane (se strinjajo oziroma se popolnoma strinjajo). 13 odstotkov učencev meni obratno (se ne strinjajo oziroma se sploh ne strinjajo). 33 odstotkov učencev, je odgovorilo, da se niti strinjajo, niti ne strinjajo. Predvidevamo lahko, da ti učenci načel zdrave prehrane ne poznajo najboljše ali pa se jih ni moglo odločiti.

Kakšna se ti zdi kultura obnašanja pri jedi na šoli? (n = 81)

Učenci ugotavljajo, da bi se nekateri učenci pri jedi lahko obnašali bolj kulturno (60%).

Kaj te še posebej moti pri nekulturnem obnašanju učencev?

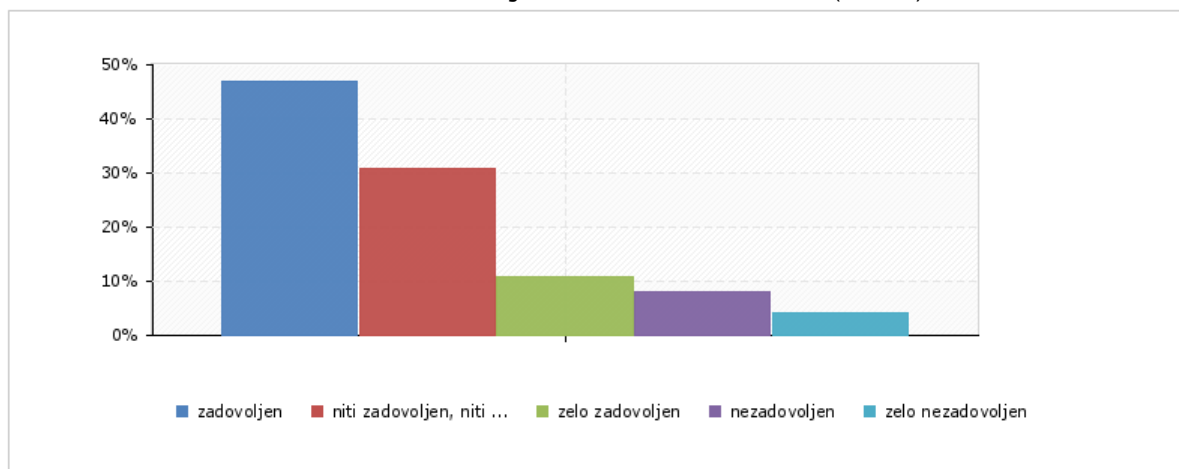
da so zelo glasni in nevljudni
ko zavračajo hrano
kričanje
glasno govorjenje
da vsi kricijo
da vsi kričijo
preklinjanje
da kričijo
glasno govorenje
metanje hrane
kričanje, prerivanje med čakanjem na kosilo
prerivanje v vrsti.
zato ker ni me to ne zanima in zato kee imam za tone
hrup
da mečejo burek
ko me porinejo in kaj polijem.
zavračanje hrane, smejanje, govorjenje...
nekateri si mešajo, obmetavajo hrano
nič me ne moti razen ,ko so tečni
motime to da pri kosilu vsi kricijo

packanje s hrano
kricanje in packanje po mizi
da so umazani
tekanje, glasno govorjenje
puščanje hrane v jedilnici na mizah
ko se vrivajo v vrsto (tudi pri pospravljanju pladnov)
v času kosila ne jedo in govorijo neokusne besede
govorjenje in kricanje
prerivanje
nic

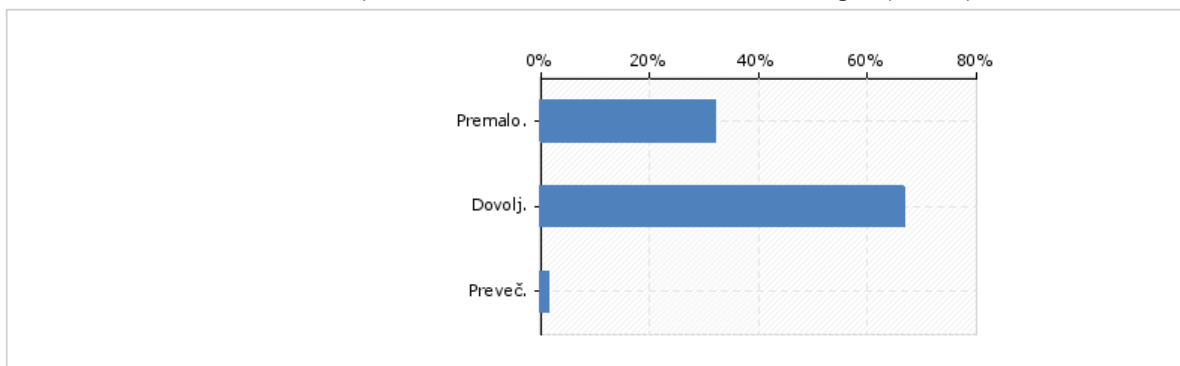
Učence največkrat moti kricanje in glasno govorjenje med jedjo, govorjenje s polnimi usti, zavračanje hrane ter zmrdovanje nad hrano, vrivanje v vrsto, ...

V jedilnici je v času šolskega kosila navadno zelo glasno, ker se v majhnem prostoru nahaja veliko učencev. Glasno je predvsem v času, ko so na kosilu mlajši učenci. Hrup očitno moti tudi učence.

Kako si zadovoljen s šolsko malico? (n = 75)

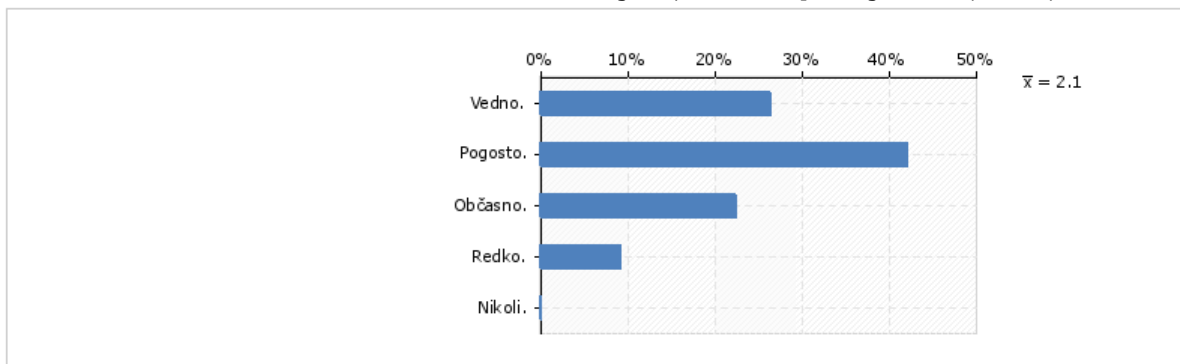


Iz rezultatov ankete je razvidno, da so učenci, ki s šolsko malico niso zadovoljni v manjšini (12%), ostali pa so z malico zadovoljni (47%) oz. zelo zadovoljni (11%). 31 odstotkov pa niso niti zadovoljni niti nezadovoljni.

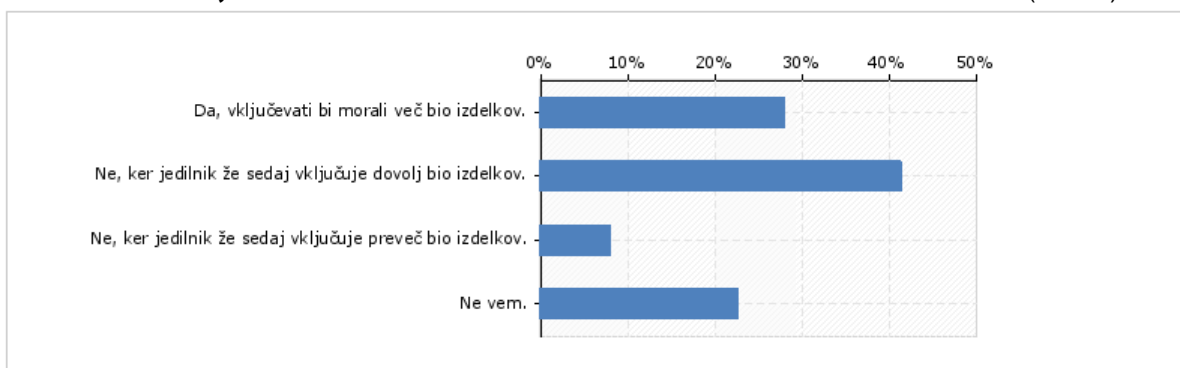
Ali meniš, da za šolsko malico dobiš dovolj? (n = 75)

67 odstotkov učencev, ki je izpolnjevalo anketo, je mnenja, da je malica količinsko primerna (lani je bilo teh 70 odstotkov), medtem ko 32 odstotkov učencev meni, da jih malica ne nasiti (lani 28 odstotkov).

Tako kot v lanskem šolskem letu, letošnje leto ni bilo nič drugačno. Učenci so množično povpraševali po dodatku takrat, ko so bile na jedilniku jedi, ki so pri učencih zelo priljubljene, medtem ko v ostalih primerih je hrana pri malici ostajala (predvsem navadni jogurti, navadni kefirji).

Ali za šolsko malico vzameš vse jedi, ki so ti ponujene? (n = 76)

68 odstotkov učencev za šolsko malico pogosto oziroma vedno vzame vse kar je ponujeno. 9 odstotkov redko ne vzame vsega kar je na jedilniku. Nihče od učencev pa se ni odločil za izbiro nikoli.

Ali meniš, da bi za šolsko malico morali dobiti več bio izdelkov? (n = 75)

Učenci so v letošnjem šolskem letu imeli vsaj en dan v tednu malico, ki je bila sestavljena iz bio izdelkov. V anketi se je izkazalo, da učenci ne želijo imeti več bio izdelkov kot jih jedilnik vsebuje že sedaj (tako jih meni 41%). Da bi morali vsebovati več bio izdelkov meni 28 odstotkov učencev.

Ugotavljam, da učenci niso navajeni na bio izdelke. Če primerjamo bio mleko in »navadno« mleko, veliko raje popijejo »navadno mleko kot pa bio. Otroci v večini niso navajeni jesti oziroma piti bio izdelkov in imajo kar nekakšen odpor do besede bio.

Navedi 3 jedi, ki jih najraje poješ pri šolski malici.

ribji namaz, buhtelj, kosmiči z mlekom
kruh z namaz, salam in kumari, kruh z aerokrem, kruh in pasteta
kruh in sir, kruh in salama, namaz na kruhu
kruh s sirom, čokoladni namaz, kosmiči
burek, pica, bio jogurt
burek, pica, kosmiči
kruh in salama, namaz, rogljiček
rogljiček, kosmiči, skuta s sadjem
kosmiči, rogljič, krof
ribji namaz, eurokrem, sadni kefir
pica, pletenka, rogljiček
nutela, sir, sendvič
Nutela, burek, kosmiči
čokoladni namaz, burek, jagode
Frutabela, puding, grisini
hruska, jabolko, kosmiči

pico
pico
pica, burek, kosmiči
burek, grozdje, pica
kruh, salama, rogljiček
kruh, salama, krof, burek
kruh in tunin namaz, kruh in eurokrem, salama in kruh
tunin namaz, kruh s salamo, rogljiček
polnozrnati rogljiček, sirova zemljica in jogurt, pizza
kruh, marmelada, mleko
kruh, nutela, kruh, salama, kosmiči
tunina pašeta, jagode, kruh z nutelo
kosmiči, nutela, sadje
burek, pica, hot dog
BOMBETA S SIROM, BRUSNICE, BIO SOK
kosmiči, čokoladni namaz, krof
musli, rogljiček, čokoladni namaz
burek, pica, sirova žemljica
musli, čokoladni namaz, rogljiček
burek, mesni namaz, maslo in marmelada
tunin namaz, zelenjavni namaz, kruh in sir
tunin namaz, med in maslo
sirnica, hot dog, pica
sirni burek, pica, hotdog
kosmiči, nutela, sadje
burek, kosmiči, nutella
burek, nutella, pizza (ta prava)
mesno zelenjavni namaz, pizza, sirnica
burek, nutela, sadje
kruh z namazom, sok, češnje
BOMBETA S SIROM, makovka, mafin

jabolka, hruske, banane
tunina pašteta, jagode, kruh z nutello
haburger, riba, ci0s
tunin namaz, med in maslo, burek
burek, rogljiček, čokoladni namaz
burek, kosmiči, čokoladni namaz
mafin, pica, makovka
sirni burek, pica, kruh
pica, čokoladni rogljiček, nutela in kruh
kruh in salama, burek jogurt, češnje
Koruzni kruh, pašteta, burek
pica, burek, banana
pica, jagode, kruh z nutelo
ribji namaz, pizza, pršut
burek, pica, tunin namaz
burek, PRŠU,
pica, makovka, burek
jagode, kruh s tuno ☺, banana
tunin namaz, pizza, burek
riso, pica, burek
riso, evrokrem, ribji namaz
pica, burek, hrenovka
rogljič, češnje, mleko
kosmiči, pizza, jagodni jogurt
sadni jogurt, rogljiček s semeni, sadni kefir in sadje
mortadela, zelenjavno-mesni namaz, med in maslo

Učenci so izbirali zelo raznolike jedi, iz česar lahko sklepamo, da imajo v splošnem radi raznoliko prehrano. Po priljubljenosti izstopajo: pica, burek, čokoladni namaz, kosmiči, tunin in mesno zelenjavni namaz ter različne vrste sadja.

V šoli smo zavezani k upoštevanju smernic in trendov zdrave prehrane. Občasno uvrstimo na jedilnik tudi pico, burek, hot dog, pašteto, čokoladni namaz in druge priljubljene jedi, da ustrezemo željam učencev. Trudimo se, da takšne obroke dopolnimo s sadjem in zelenjavo. Ob

uravnoteženi prehrani to ne sme predstavljati problema, saj ta živila niso prepovedana, se pa svetuje, da se pojavljajo razmeroma redko.

Navedi 3 jedi, ki jih običajno ne poješ pri šolski malici.

tunin namaz
sirni namaz, pasteta, mleko
fige, orehi
kokosova potica, jogurti, bio stvari
jogurt z medvedkom, čaj
grenek čaj, salame, mstn pršut
salama, nesladkan čaj
ribji namaz, mlecni riz, jetna pasteta
salama
melona, lubenica, pomaranče
kruh z marmelado, ajdov rogiček, kruh
kruh z marmelado, korenčkov kruh, banane
namazi, sirov burek, kefir
pašteta
kruh z oreščki, hrenovka
skutin burek, zelenjavni namaz, prsut
češnje
namazi, črn kruh, marmeladain kislá smetana
lešnike, kefir, kruha z orehi
črn kruh, marmelada, nič
pršut, kruh, jogurt
Svinjsko meso, solata, k.juho
pašteta, marmelada, burek
paprike, paradižnik, gobe
paprike, koruzni kosmiči, orehi
kumarice, paprike, vroče mleko
buhtel, kefir, jabolčni zavitek

žemlja, kruh in mortadela, koruzni kosmiči
zelenjavni namaz
sirov namaz, paprike, zelenjavni namaz
ribji namaz, sirni namaz, sir
črn kruh, marmelada, nič
namaz, sir, jogurt
/, /, /
črn kruh, pršut, nič
skuta, mesni namaz, ribji namaz
skuta, ribji namaz
buhtel, kefir, jabolčni zavitek
sojata
zelenjavni namaz, kruh s pasteto, pica
paprike, paradižnik, gobe
paprike, gobe, paradižnik
burek
0, 0, 0
sirni burek, piščančji namaz
marmelada, maslo, sir
skuta, ribji namaz, mesni namaz
lešnike, tunina pašteta, kruha z orehi
mesno zrelveni namaz, mlečni riž
med, maslo, salama
cudnih okusov soka, breskev, hrusk
zelenjavni namaz, prsut in kruh, salama in kruh
sir, bio sok, mafin
sirni namaz
zelenjavni namaz, marmelada, turistična pašteta
burek, skuta, jogurt
češnje, skuta, hruške
žemlje, navaden jogurt, sir

Učenci so navajali zelo raznolike jedi. Najpogosteje so omenili različne paštete, pršut, marmelada, različni namazi, različne vrste kruha. Kar nekaj učencev je tudi omenilo različne vrste sadja (češnje, lubenice, melone hruške) in zelenjave (paradižnik, paprika). Ugotavljam, da je skoraj vsak učenec navedel vsaj en mlečni izdelek, ki ga ne mara za šolsko malico.

Katere jedi v skladu s smernicami zdrave prehrane, predlagaš za šolsko malico?

sadno solato
polenta, voce, solata, kumare
ne vem
jajca
zelenjavni in mesni namaz, sirni namaz, kuhan pršut, sir
čeburek
griz
sadna solata
borovnice, grski jogurt in kosmici
veganske izdelke
juha, sadje
vec sadja...
mandarine, hruške
mandarine, jabolka
polnozrnati rogljiček
več sadja
sadna solata
umešana jajca, sveži korenček
ananas, kivi
kakav
več sadja
več sadja
več sadja
bolj zelenjavne jedi in manj nezdravih
kruh in med
musli

več sadja
cokoladni rogljic
cokoladni rogljicek
vec sadja
ribji namaz
večje porcije, korenčki, zelenjava!, sadje
slanino
več sadja
nevem
nevem točno
več sadja
kosmice
maline
maline
ne vem
čokoladni rogljiček
več sadja
koruzni kruh
nevem točno
več sadja
slanino
ne vem
med na kruhu
marmelada in kruh
ovseni kosmiči
sveže sadje
kosmiči
sadje, sadni jogurti,

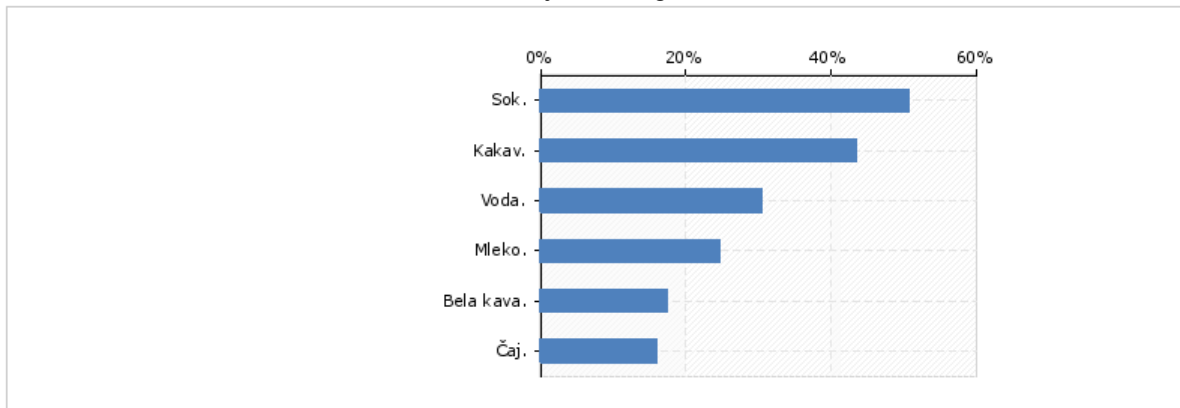
Med jedmi, ki si jih želijo učenci, prevladuje sadje. Želijo si tudi sadno solato. Učenci v večini primerov dobijo vsak dan sadje, suho sadje, oreščke ali zelenjavo. Odvisno od sezone.

Je pa razveseljiv podatek, da učenci radi posegajo po sadju in si ga tudi želijo. Nekatere njihove želje so še zaenkrat neuresničljive npr. umešana jajca ne moremo pripraviti, ker

nimamo pogojev za to.

Katero izmed navedenih pijač najraje piješ pri šolski malici? Klikni največ 2 odgovora. (n = 69)

Možnih je več odgovorov

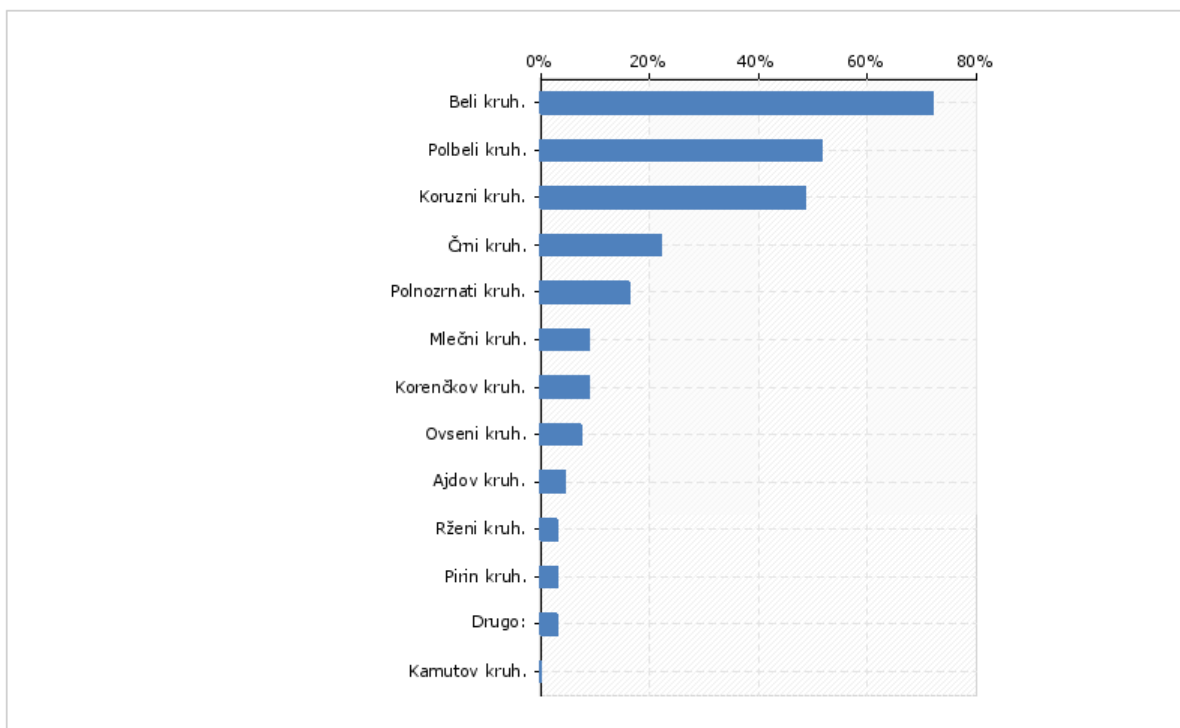


Iz odgovorov lahko sklepamo, da imajo učenci najraje sokove (51%). Najmanj pa otrokom tekne čaj (16%). Razlog zakaj ne marajo čaja, vidim v tem, da je nesladkan.

Lansko šolsko leto so učenci odgovarjali zelo podobno. Ravno tako so najraje pili sokove (34%) in pa najmanj čaj (5%). Se pa v primerjavi z lanskim šolskim letom opazi, da učenci veliko raje pijejo kakav (letos bilo takih kar 43%, lani 21%).

Razveseljiv pa je podatek, da se je povečal odstotek učencev, ki najraje pijejo vodo. V letošnjem šolskem letu je teh bilo 30 odstotkov, lani pa 11 odstotkov.

Moram pa omeniti, da so lani imeli možnost odgovoriti le na eno izmed navedenih pijač, letos pa so lahko kliknili na največ 2 odgovora. Zato je tukaj tudi prišlo do večjih razlik v odstotkih.

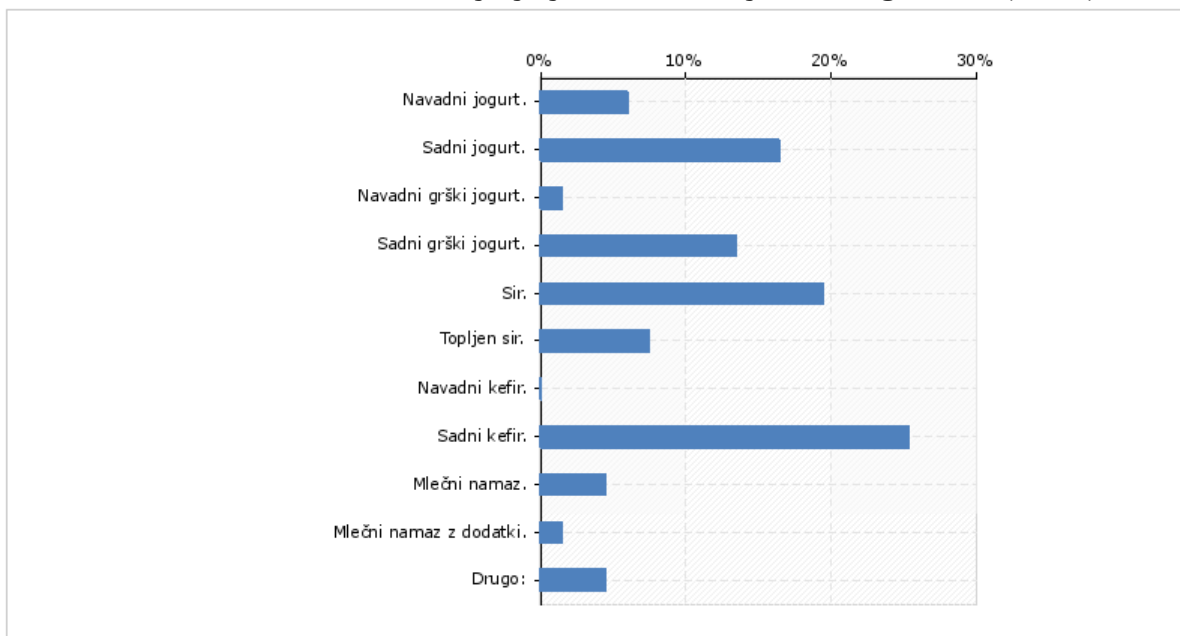
Katero vrsto kruha najraje ješ? Klikni največ 3 odgovore. (n = 68)

Odgovori	Frekvenca
ne vem	
kmečki kruh	

Učenci najraje uživajo kruh iz bele moke in koruzni kruh. Izmed polnozrnatih vrst kruha otrokom najbolj tekne poleg koruznega kruha še črni in pa polnozrnati kruh, najmanj pa rženi in pirin kruh.

Zanimiva razlika z lanskim letom je ta, da je lani precej učencev kliknilo, da imajo radi ajdov kruh.

Tudi pri izbiri kruha smo vezani na smernice, ki narekujejo naj bo kruh iz črne, ržene, ovsene, ajdove ali druge vrste polnovredne moke. Kruh in izdelke iz bele moke pa otrokom ponujamo redko (npr. sirove štručke, makovke).

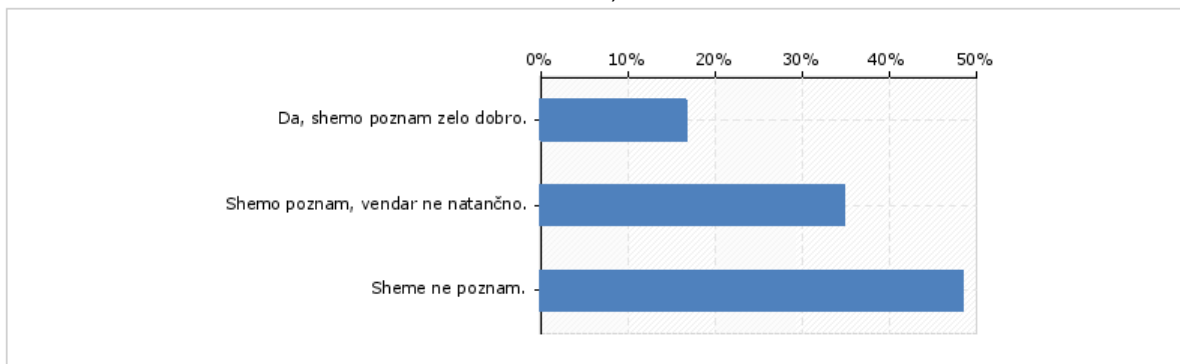
Katere mlečne izdelke najraje ješ? Klikni največ 3 odgovore. (n = 67)

Odgovori	Frekvenca
sadni jogurt, sir, mlečni namaz z dodatki	
nobedne	
sir,navadni jogurt,mlečni namaz z dodatki	

Učenci najraje pojedjo sadni kefir (25%) ter sir (19%). Najmanj pa so navdušeni nad navadnim kefirjem, saj se za njega ni odločil nihče izmed učencev.

Tukaj se opazi, da imajo učenci raje mlečne izdelke z dodatki – raje imajo sadni jogurt kot navadni jogurt, raje imajo sadni kefir kot navadni kefir, raje imajo sadni grški jogurt kot navadni grški jogurt.

V primerjavi z lani letos veliko raje pojedjo sir.

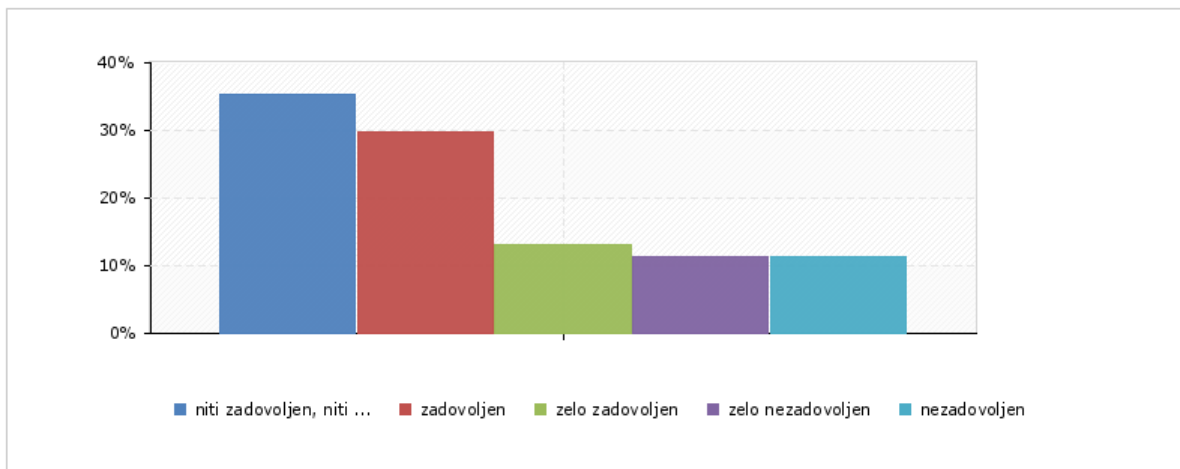
Naša šola sodeluje v shemi "Šolska shema" s finančno podporo Evropske unije. (n = 66)

48 odstotkov učencev ni seznanjenih s Šolsko shemo, medtem ko 35 odstotkov učencev shemo pozna, vendar ne dovolj natančno.

V naslednjem šolskem letu se bomo naredili, da tudi učence bolj obvestimo o Šolski shemi. Zanimiva razlika v primerjavi z lanskim letom je ta, da je lani Šolsko shemo poznalo veliko več učencev, čeprav se je zamenjala samo ena generacija.

V letošnjem šolskem letu smo se odločili, da ne bomo v okviru sheme ponujali mleka in mlečnih izdelkov, saj smo imeli lani velike težave pri razdeljevanju le-teh.

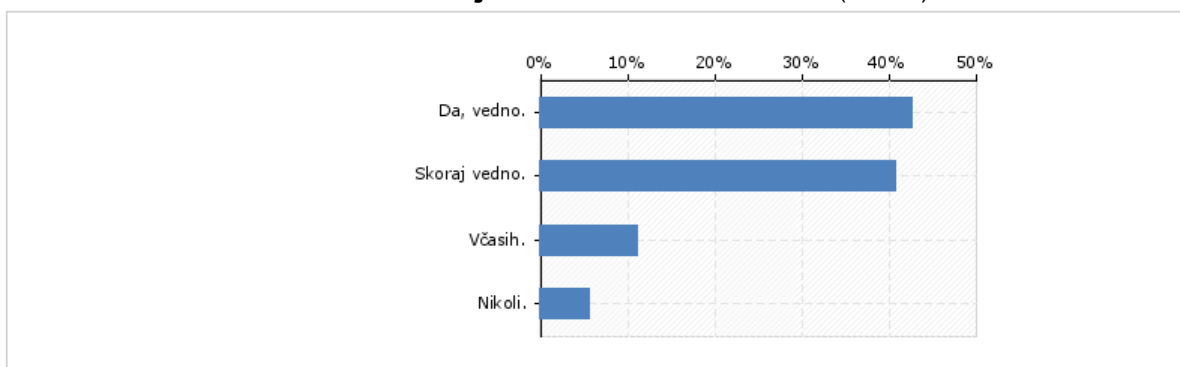
Kako si zadovoljen s šolskim kosilom? (n = 54)



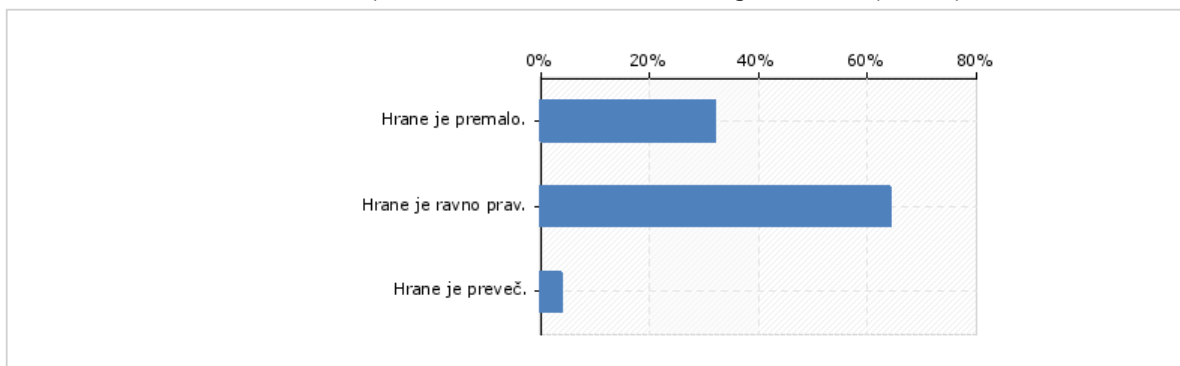
43 odstotkov učencev je odgovorilo, da so s šolskim kosilom zadovoljni oziroma zelo zadovoljni, 35 odstotkov učencev je ni niti zadovoljnih niti nezadovoljnih. 22 odstotkov jih ni zadovoljnih oziroma zelo nezadovoljni.

V primerjavi s starši je tukaj zadovoljstvo zelo različno. Kar 56 odstotkov staršev je nezadovoljnih oziroma zelo nezadovoljnih s šolskim kosilom.

Ali imaš dovolj časa za šolsko kosilo? (n = 54)



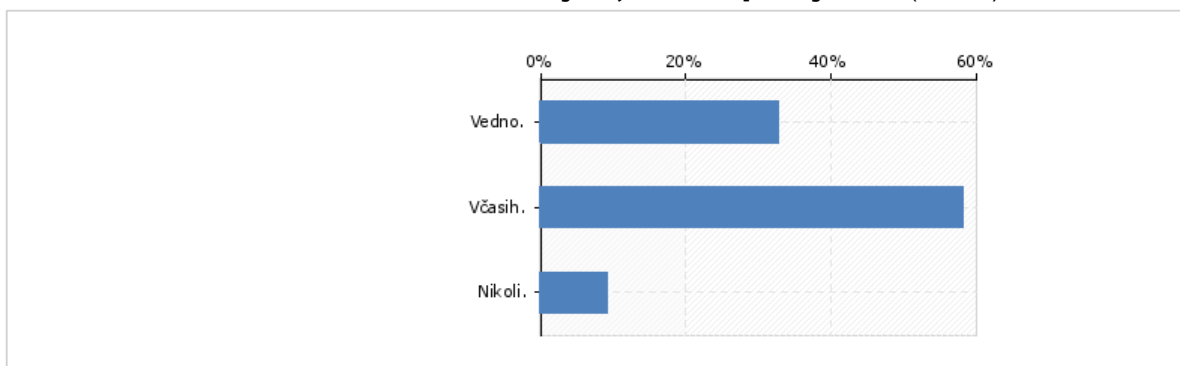
84 odstotkov učencev meni, da ima na razpolago dovolj časa za šolsko kosilo in 6 odstotkov nikoli.

Ali meniš, da za kosilo dobiš dovolj hrane? (n = 53)

Redni obrok kosila zadostuje 64 odstotkov učencev, medtem ko 32 odstotkov učencev meni da dobijo premalo. 4 odstotkov učencev pa ocenjuje, da dobijo preveč.

Učenci, ki jim redni obrok kosila ne zadostuje, praviloma dobijo dodatek hrane, pri čemer ni nujno, da so na razpolago vse jedi z jedilnika.

V primerjavi z lanskim letom se je povečal odstotek učencev, ki menijo da dobijo dovolj hrane (lani je teh bilo 54%) in zmanjšal delež tistih, ki menijo da dobijo preveč (lani 11%).

Ali za kosilo vzameš vse jedi, ki so ti ponujene? (n = 55)

58 odstotkov učencev za šolsko kosilo ne vzame vedno vsega kar je ponujeno. 33 odstotkov jih vzame vedno vse kar je na jedilniku in 9 odstotkov nikoli ne vzame vsega.

Iz teh podatkov je razvidno, da učenci za šolsko kosilo dobijo dovolj. Pri tem lahko tudi upoštevamo faktor izbirčnosti.

Predvsem kadar so na jedilniku testenine in njoki, učenci velikokrat hodijo po dodatek. V primeru, da je na razpolago dovolj hrane, jo tudi dobijo. V nasprotnem primeru ne. Na naši šoli opažam tudi, da otroci velikokrat pridejo po dodatek solate.

Napiši 3 jedi, ki jih imaš najraje za kosilo.

pašta, pohan oslič, riž s piščancem
riza
testenine, goveja juha
riz in meso, testnine s tno, fizolova juha

lazanja, belo meso z rižem, okisan krompir
testenine, polenta, njoki
piščanec, mesne kroglice, mlinci
riz, piščančje meso, kroketi
njoki, sirni tortelini, dunajski zrezek
palačinke, skutni zavitek, juha
pasta, njoki, pohano meso
jota, korenčkova juha, makaroni bolognese
pašta, meso, svalki
makaroni, pohan piščanec, pečen krompir
pašta, mineštre, mesni čufti
testenine, solata s koruzo, pečenka
dunajc, špageti bologneze, fižolovka
pohan piščančji zrezek, fižolovka, goveja juha
gov. juha, fižolovka, njoki
solata, mineštra, lasanja
meso in pašta, golaž, riž
mesne kroglice, ješpren, riba
riž, krompirjev golaž, puding
solata, njoki, cmoki
zelenjavni polpet, pire krompir, navadna juha
pašta, pohani piščanec, dunajski zraezek
pašta, pohani piščanec, cmoki
pašta, njoki, mlinci
mlinci, pašta, lasanja
lasanja, musaka, pašta
riž, pašta, puding
bedrce, pire krompir, navadna juha
mesne kroglice, njoki, mlinci
pasta, pica, riz
pašta, pohani piščanec, riž s omako

njoki, pasta, juha s kroglicami
pašta, riž, goveja juha
čufi
pasta, pica, riz
bolonjez, riz, meso
mesne kroglice, tortelini, špageti
meso, pire krompir, špinača
čufi, pire krompir, omaka
pašta, ocvrtki, njoki z golažom
makaronovo meso, ocvrtki, tortelini

Pri šolskem kosilu imajo učenci najraje testenine, njoke, goveja juha, solata. Se pa na seznamu priljubljenih jedi pojavlja velika raznovrstnost.

V splošnem so na jedilniku en dan brezmesni, en dan jed na žlico, en dan v tednu riba in dva dneva juha z glavno jedjo in zelenjavo.

Napiši 3 jedi, ki jih pri kosilu ne maraš.

ješprenj, musaka, ohrovtova enolončnica
solata
solate, zelenjavna minestra, okisan krompir
pohana riba, svinjski zrezek
meso iz golaza, korenčkova juha
riba
krompir, zelenjavne juhe
pohana riba, mlinci, mineštra
lazanja
ješprenj, zelenjavna juha, ribe
solata, brokoli
riž, jota, rdeča pesa
riž, ribe, mineštre (nekatere)
turteljini, riba, pire s čebulo
zelenjavna juha, špinača, paprikaš

tortelini
riba s krompirjem, obara, pašta z omako
tortelini, gov.meso, ribe s kostjo
špinača, špinača, špinača
bučkina juha, palačinke s skuto, špinača
špinača, riba, špinača
riba, krompir, klobasa
zelenjavna juha, korenčkova juha, s. meso
riba, čufti
mineštra, juha, riba
svinsko meso, zelenjavne juhe, grah, gobe
zelenjavna mineštra, riž, zelenjava
/, /, /
krompir, riba, špinača
bučkina juha, zelenjavne juhe, grah, gobe
juho
riz z pomeckano zelenjavo
rdeca pesa, riz, solata z
zelenjava, mineštra, golaž
juho
mineštra
gobova omaka, pečen kruh, radič
solata, gobova omaka, brokoli
pire krompir (iz vrečke), ribe
zdrobov narastek, juhe

Učenci so najpogosteje navajali, da si ne želijo rib, zelenjavnih juh, riža in špinače. Pri ribah jih najpogosteje motijo manjše kosti, ki se nahajajo v njih. Vendar ribe so nujno potrebne na našem jedilniku, zaradi njihove koristi našemu telesu. Pogosto se pojavijo tudi zelenjavne juhe. Verjamem, da imajo otroci veliko raje govejo juho na katero so tudi najbolj navajeni, vendar je zelenjavna juha zelo priporočljiva.

Katere jedi, v skladu s smernicami zdrave prehrane, predlagaš za šolsko kosilo?

riba
pašta
piščanec
meso, zelenjava, juhe, kuskus,
motovilec , grahova juha
meso riž in bela omaka,špageti
mesne polpete
krompir, ki ni iz vrečke
motovilec, dunajc
lazanja, tiramisu
manj mesa, več zelenjave
tajski rezanci
rižota z morskimi sadeži
/
jota
čokoladna torta,čevpčiči
več paradižnika za solato
rizota z rakci
ve zelenjave
juho
bolj lahke jedi ki so za otroke primerne shkrati da se otroci ne prenazirajo
užiten krompir (šolski namreč ni)
ribe
pizza
ajda, pohan piščanec,
meso, špinača

Napiši svoje mnenje, pohvalo ali kritiko o šolski prehrani:

kuharice zelo dobro pripravijo vse jedi v soli
--

dobra
moje mnenje vam ne bo všeč tako da ga ne bom izrazila, bi pa rada pohvalila kuharico M.
preveč sladki kruhi za malico
riba je bila še krvava
želim da bi učenci imeli širšo izbiro hrane
solidno je
lahko bi bilo boljše
svaka čast
malice so mi zelo všeč in naj ostanejo take kot so.
ok
je v redu
je pač zanič
ni dobra hrana , vodeni kromir , ne dovolj spečena riba
dobra,vendar bi lahko bila se veliko boljša
ni mi všeč
okusna je
zelo dobra hrana
obroki so za nič-niso okusni
/
skoraj vedno je zelo slaba, ker je v juhi kar nekaj zmetano not, pockast pire, ribe so bolj vodene,...
dobimo manj (premalo)
rada bi, da bi bila šolska prehrana bolj različna
pohvala
je v redu
v redu
premajhne porcije
premalo zapečeno meso
kar tako naprej

Rezultati ankete kažejo, da so učenci menijo, da so ozaveščeni o zdravem načinu prehranjevanja. Zdrave prehranjevalne navade, ki jih otroci pridobijo v obdobju odraščanja, pomembno vplivajo na prehranjevalne navade v kasnejšem obdobju.

Rezultati ankete kažejo, da sta šolska malica in kosilo učencem všeč. Le majhen delež učencev s šolsko malico oz. kosilom ni zadovoljen. Vsem okusom pa je v takšni množici učencev nemogoče ustreči. Opažam, da zaradi že ustaljenih prehranjevalnih navad in izbirčnosti nekateri učenci odklanjajo posamezna živila in jedi, ki so za njih nujno potrebna (npr. ribe). 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 kombinaciji s priporočenimi živili.

Organizatorica šolske prehrane Nina Strohsack