

OŠ ANTONA GLOBOČNIKA
CESTA NA KREMENCO 2
6230 POSTOJNA

REZULTATI ANKETE O ŠOLSKI MALICI IN ŠOLSKEM KOSILU DECEMBER 2011

ANKETIRANCI:

Sodelovali so učenke in učenci 9. b razreda v šolskem letu 2011/2012.

ZAKAJ?

Želeli smo pridobiti mnenje o tem, kako ocenjujejo šolsko kosilo in malico oziroma zbrati njihove tehtne pripombe o tem, jim prisluhni in kolikor se da upoštevati pri nadaljnjem oblikovanju jedilnikov in organizaciji šolske prehrane.

VPRAŠANJA in ODGOVORI:

1. Kateri razred obiskuješ?

Sodelovalo je **18** učencev devetega razreda, 12 deklet in 6 dečkov.

** Izbrala sem le oddelek devetega razreda, 18 učenk in učencev zato, ker iz izkušenj vem, da se odgovori ponavljajo in zdi se mi, da so odgovori devetošolcev bolj konkretni.*

2. Ali za naročene obroke dobiš dovolj jedi?

Da so po obrokih še lačni, so odgovorili štirje dečki in ena deklica, ostalim trinajstim je v obroku ravno prav jedi.

** Količina obroka ni sporna. Učenci imajo možnost dobiti dodatek, razen za tiste jedi, ki so pripravljene kosovno in so preštete. Na koncu razdeljevanja (kosil in malic) lahko dobijo tudi te, če kaj ostane.*

3. Napiši tri jedi, ki jih najraje poješ pri šol. malici?

Prve tri jedi, ki so jih omenili, da jih imajo najrajši so: pica(17), čokoladni namaz(7) in burek(7), potem pa še hrenovka, mesni namaz, sirova štručka.

** Njihovo mnenje me ne preseneča, že vrsto let se ponavljajo podobni rezultati. Učenci, kljub znanju o priporočilih zdrave prehrane izbirajo za najljubše jedi tiste, ki spadajo v zgornji del prehranske piramide torej so bolj energetsko polne jedi. Te jedi, kljub priporočilom, uvrščamo na jedilnik, vendar ne tako pogosto, kot bi si učenci želeli.*

3. Napiši, katerih jedi ponavadi ne poješ pri šolski malici?

Prve tri jedi, ki jih pri šolski malici ne pojedjo so: džem (s 100% sadnim deležem, brez konzervansov in drugih aditivov)- 10 učencev, polnozrnata žemlja (4 učenci) ter med maslo (4 učenci), navadni jogurt(3 učenci).

** Zanimivi odgovori, pa spet ne presenečajo. Navadno marmelado kdaj pa kdaj zamenjamo za 100% džem z znakom varnega živila, saj je brez konzervansov in drugih aditivov.*

Učenci odklanjajo živila, na katera niso navajeni, kljub temu, da so živila zdrava in kvalitetna.

4. Predlagaj nove jedi, ki bi jih želel na jedilniku pri šolski malici.

Čokolino, sendvič, sladkan čaj, hrenovka z gorčico, čokoladni rogljički

** Opažam, po pogovorih z učenci, da tudi za zajtrk jedo čokolino. Mislim, da ta jed ni primerna za osnovnošolske otroke, predvsem ne za učence tretje triade, ker nima hranilne pestrosti in spada med jedi, ki so energetsko nabite in hranilno prazne. Vsekakor je dobro, da učenec vsaj nekaj poje za zajtrk. Na dolgi rok je tako živilo nepriporočljivo, saj mora človek, ki odrašča dobiti raznovrstna, polnovredna živila, ki jih z zobmi grize, v ustih melje in ne samo spasirana in tekoča požira v svoj želodček.*

Sladkor, čokolada, maščobe spadajo med živila, ki jih najdemo na vrhu prehranske piramide. Ta živila so tudi na šolskem jedilniku, vendar redkeje. Sladkor postopoma zamenjuje z medom.

5. Napiši tri jedi, ki jih najraje poješ pri šolskem kosilu:

6 učencev: široki rezanci 5 učencev: lazanja 6 učencev: njoki 3 učenci: testenine s paradižnikovo omako

Ostalo: lubenica, sladoled, puran v omaki, tortelini s sirovo omako, pastičo

** Učencem so vseč predvsem tiste jedi, na katere so navajeni (odvisno kaj pogosto jedo doma), ki pa so značilne tudi za njihovo oziroma naše okolje.*

6. Napiši, katerih jedi ponavadi ne poješ pri šolskem kosilu:

8 učencev: zelenjavne mineštre 4 učenci: ribe 2 učenca: rižota

Ostalo: sojini polpeti, klobase, polpete, krompir z blitvo, matevž in neža

** Zelenjavne juhe so pri otrocih in mladostnikih, glede na izkušnje, vedno odrinjene na rob. Učenci odklanjajo vse vrste zelenjave, za katero pa vsi, tudi oni, vemo, da vsebuje prepotrebne vlaknine, ki so nujno potrebne za zdravo prebavo. Nekatere minerale in vitamine dobimo lahko le v zelenjavi in sadju (vitamini topni v vodi). To pa ne pomeni da jim, zaradi njihovega odklanjanja, te vrste hrane ne bomo ponudili. Tako kot mnogo navad v življenju, se otrok prehranskih navad navzame od staršev. Svoj vpliv ima tudi šola, med drugim tudi skozi šolsko prehrano.*

7. Predlagaj nove jedi, ki bi jih želel-a pri šolskem kosilu.

»Pomfri«, pica, nemasten kos piščanca, »tenstan« krompir, tortelini s sirovo omako

** Po odgovorih sodeč, si učenci želijo jedi, ki niso »nove«, za katere vemo, da so jim vseč, niso pa prijazne človekovemu zdravju. Pomfri pripravljajo na drugačen način, brez olja, in ni takšnega okusa kot »Mc Donaldsov«. Hkrati si želijo pomfri in nemasten kos piščanca!?!*

Željo za sirovo omako pa bomo posredovali dobavitelju šolskih kosil .

8. Si zadovoljen s kulturo obnašanja učencev pri jedi? Če ne, predlagaj ukrepe za bolj kulturno prehranjevanje.

11 učencev je zadovoljnih, 4 učenci niso zadovoljni

- Pripomba učenca: moti me, da pridejo otroci iz podaljšanega bivanja na kosilo istočasno, ko starejši končamo pouk

- Pripomba učenca: starejši učenci, ki imajo avtobus ali IP bi morali na kosilo pred vrsto
- Mnenje učenke: obnašanje je v redu, če pa ni, učenca opozoriš pa neha

** Nihče ne želi dolgo čakati v dolgi vrsti za kosilo. Vendar prihod učencev, vseh, tako PB kot ostalih je odvisen od urnika pouka in drugih dejavnosti. Če pa pride učenec iz višjih razredov na kosilo zaradi nujnih zadev, bi moral vljudno stopiti do dežurnega učitelja in mu povedati. Večkrat se starejši učenci kar vrinejo med »ta male« in zato seveda pride do nepotrebne slabe volje.*

9. Ali bi želel/a še kaj sporočiti vodji prehrane in kuharskemu osebju?

- višji razredi malo močnejše malice
- hočem bolj obilno malico, saj se ne najem dovolj
- več pijače
- kuharice bi lahko malo bolj komunicirale
- riba ima neprijeten vonj, premalo okusa, premalo pečena, mokra
- krompir vedno enako narejen
- zelenjava ni dovolj raznolika
- enolončnice niso dobre
- kuharice naj ostanejo take kot so, ker so zakon!
- želim vam srečno novo leto, veliko izpolnjenih želja in ljubezni in da bi se želje izpolnile tudi nam
- bolj prijazno osebje
- da šoli ne bi več kuhal vrtec
- v čaj več sladkorja ali medu, ker imajo nekateri čaji grozen okus
- moti me, ko dobimo za malico samo en jogurt, ali samo en puding, ali po eno suho majhno žemljico
- pogosteje tekoče jogurte
- za kosilo manj enolončnic, večkrat riž
- v šol. prehrani se je že veliko spremenilo na dobro, lahko pa bi se še kaj

** Nikoli ne bo za vse enako dobro. Količinsko obroki niso sporni. Dodatek učenci lahko dobijo tako pri malici kot pri kosilu. Bolj zaskrbljujoče so učenčeve slabe prehranske navade, o katerih se zelo pogosto pogovarjamo. Te privzgapamo od malega starši, šola pa vzgojno držo staršev dopolnjuje kolikor je le mogoče. Karkoli pri otrocih » zamudimo« težko nadoknadimo. Vendar NIKOLI NI PREPOZNO. Splača se vztrajati in vzgajati ves čas. Otroci pa se najhitreje in najlažje učijo po modelu »vzglede«.*

MNENJE DEVETOŠOLCEV O ŠOLSKEM KOSILU

OD 18 UČENCEV 9. b RAZREDA JIH 9 KOSI V ŠOLI.

- **KAKŠNO SE TI ZDI ŠOLSKO KOSILO ?**

ZELO DOBRO , nihče
DOBRO, 7
SLABO, 2

- **KAKŠNA SE TI ZDI KOLIČINA KOSILA?**

DOVOLJ VELIKO, 8
PREVELIKO, nihče
PREMAJHNO, 1

- **KAKŠNA JE TEMPERATURNA USTREZNOST KOSILA?**

PREHLADNA, 1
PREVROČE, nihče
DOVOLJ TOPLO, 8

- **KAKŠNA SE TI ZDI PESTROST KOSILA?**

PREMALO PESTRO, 6
PEVEČ PESTRO, nihče
DOVOLJ PESTRO, 2

Kosilo je po mnenju učencev: dovolj dobro, dovolj veliko, dovolj toplo, premalo pestro.

** Dobavitelj šolskih kosil pripravlja šolska kosila po priporočenih zdravstvenih smernicah. Če bi pri pripravi jedi dodali različne aditive, bi hrani samo navidez »izboljšali« organoleptične lastnosti. Hrana bi bila v tem primeru »okusnejša« (učenci so navajeni bolj intenzivnejših dražljajev okusa in vonja), bolj intenzivno bi dišala in zato bi bila učencem tudi bolj všečna. Ker skrbimo na prvem mestu za zdravje naših otrok in posledično tudi na zdravje odraslih, jedi šolskih kosil vseh teh aditivov ne vsebujejo in imajo naravni okus po živilih, ki so v njih.*

Dobavitelj v okviru komisije za šolsko prehrano objavlja jedilnik za ves mesec, praviloma se jedi, ki so na jedilniku ne ponovijo vsak teden pač pa se jedilnik zamenja na vsake tri tedne. To pomeni, da se jedi po določenem času ponavljajo, kar je povsem normalno in običajna praksa v vseh obratih z organizirano prehrano.

Organizatorica šolske prehrane
HELENA VEKAR