

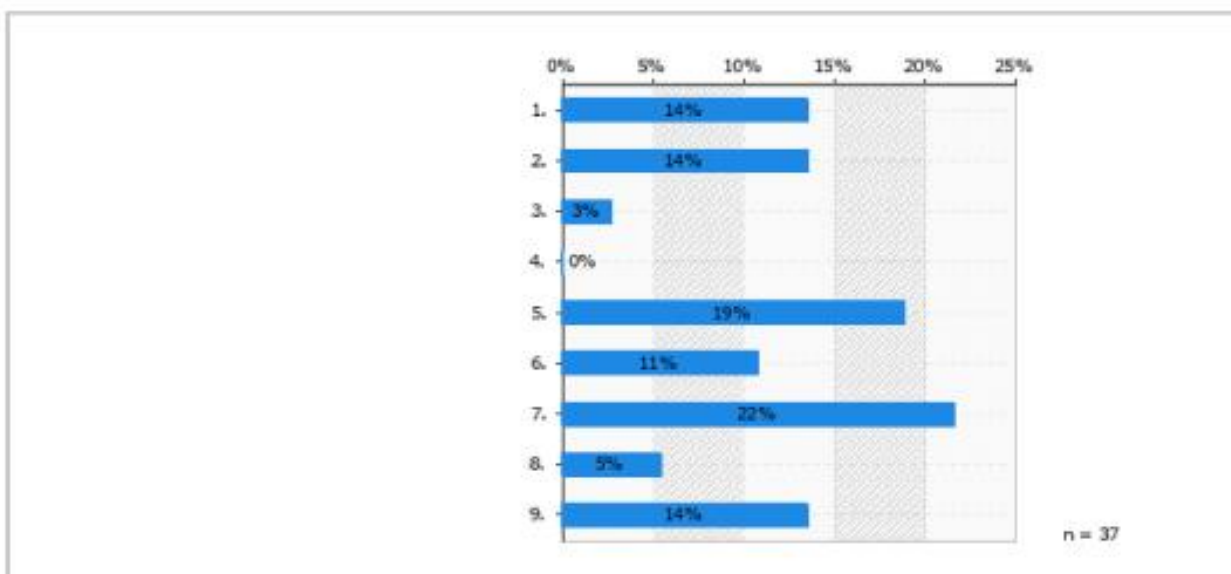
ANALIZA ANKETIRANJA STARŠEV O ZADOVOLJSTVU S ŠOLSKO PREHRANO

(šolsko leto 2021/2022)

V skladu z Zakonom o šolski prehrani smo v mesecu maju izvedli anketo, s katero smo preverili stopnjo zadovoljstva staršev otrok, ki obiskujejo Osnovno šolo Mirna, s šolsko prehrano. Anketa je bila na voljo na šolski spletni strani, izpolnilo jo je 37 staršev.

1. Kateri razred obiskuje vaš otrok?

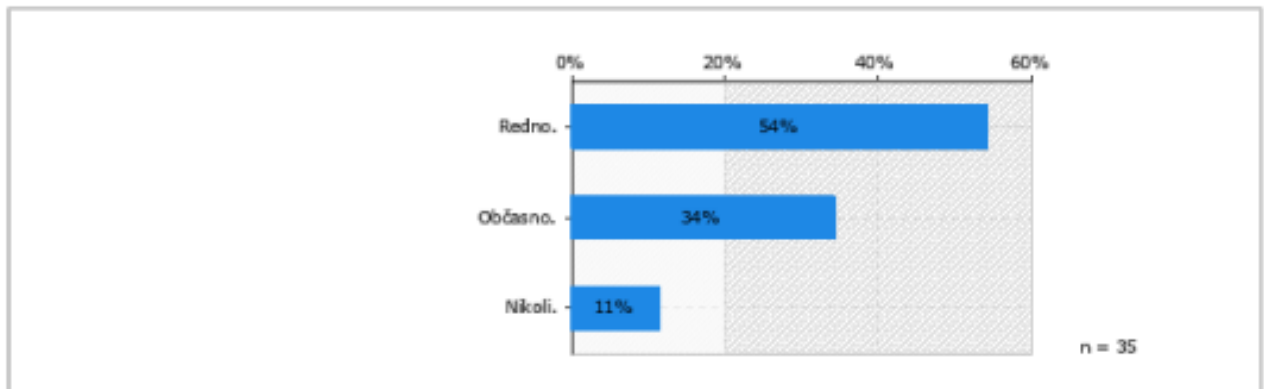
Kateri razred obiskuje vaš otrok? (n = 37)



Anketo je izpolnilo največ staršev otrok, ki obiskujejo 7. razred (22%) in 5. razred (19 %) ter 1., 2. in 9. razred (14%). Manj anket so izpolnili starši otrok, ki obiskujejo 3. razred (3%), starši otrok, ki obiskujejo 4. razred, pa ankete niso reševali.

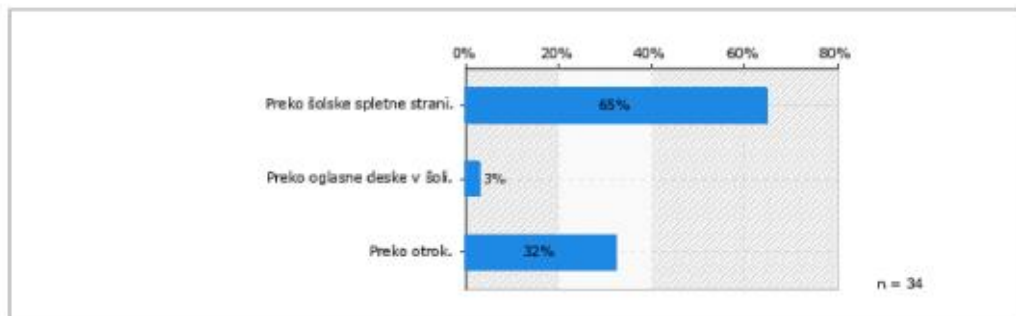
2. Kako pogosto spremljate šolski jedilnik?

Kako pogosto spremljate šolski jedilnik? (n = 35)



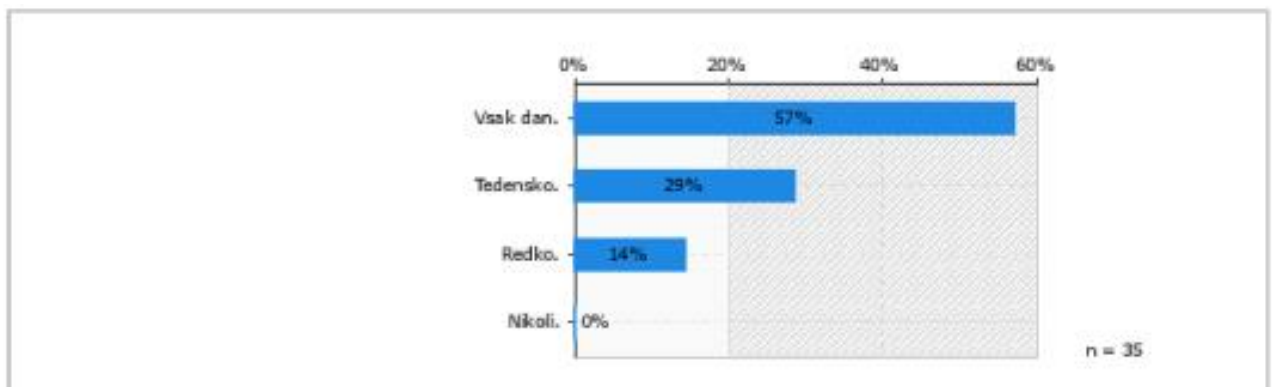
3. Če šolski jedilnik spremljate, na kakšen način najpogosteje pridobivate informacije o njem?

Če šolski jedilnik spremljate, na kakšen način najpogosteje pridobivate informacije o njem? (n = 34)



4. Kako pogosto se z otrokom pogovarjate o šolski prehrani?

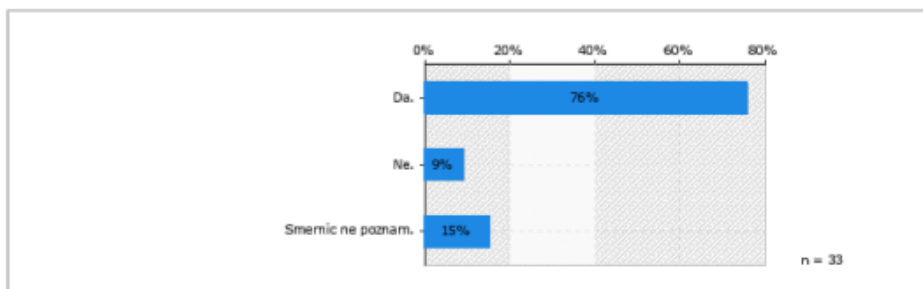
Kako pogosto se z otrokom pogovarjate o šolski prehrani? (n = 35)



Večina staršev (54 %) šolski jedilnik spremlja redno, nekaj manj (34 %) pa jih spremlja občasno. Največ staršev za pridobivanje informacij o jedilniku uporabi šolsko spletno stran (65 %), le nekaj staršev (32 %) pa spremlja jedilnik preko otrok. Večina staršev (57 %) se z otrokom o šolski prehrani pogovarja vsak dan, nekaj manj (29 %) na tedenski ravni. Iz podatkov ankete je razvidno, da starši spremljajo šolske jedilnike najpogosteje preko šolske spletne strani. Z otroki pa se večina staršev o šolski prehrani tudi pogovarja.

5. Ali menite, da prehrana na naši šoli ustreza smernicam zdravega prehranjevanja v šoli?

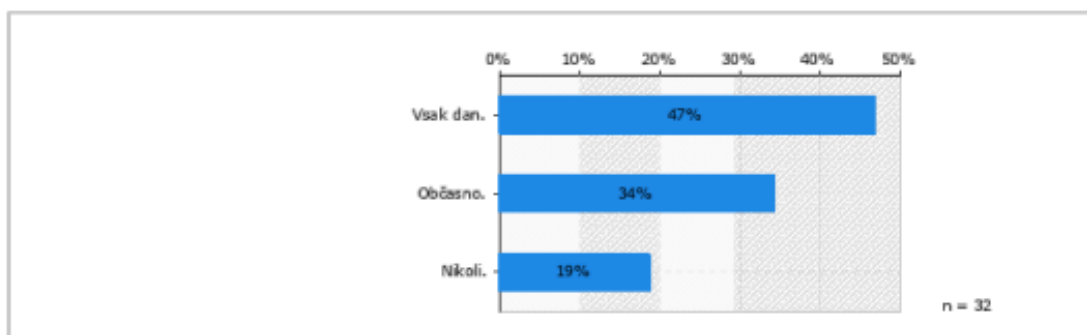
**Ali menite, da prehrana na naši šoli ustreza smernicam zdravega prehranjevanja v šoli?
(n = 33)**



Večina staršev (76 %) meni, da prehrana na naši šoli ustreza smernicam zdravega prehranjevanja. Nekaj staršev (9 %) meni, da prehrana ne ustreza smernicam zdravega prehranjevanja, nekaj staršev (15 %) pa smernic ne pozna. Smernice zdravega prehranjevanja v vzgojno-izobraževalnih ustanovah so osnovno vodilo, ki se ga moramo držati pri načrtovanju šolske prehrane. Smernice zdravega prehranjevanja v VIZ je izdalo Ministrstvo za zdravje. Mnenje staršev o omenjenem vprašanju je poglavitno za naše nadaljnjo delo.

6. Ali vaš otrok pred odhodom v šolo zajtrkuje?

Ali vaš otrok pred odhodom v šolo zajtrkuje? (n = 32)



Večina staršev (47 %) pove, da njihov otrok pred odhodom v šolo zajtrkuje, nekaj staršev (34 %) pove, da otrok občasno zajtrkuje, najmanj staršev (19 %) pa pove, da otroci pred odhodom v šolo ne zajtrkujejo. Redno zajtrkovanje je del zdrave prehrane in je pomemben dejavnik zdravega sloga življenja. Zajtrk predstavlja približno 15 % dnevnega energijskega vnosa. Z zajtrkom telesu že zjutraj zagotovimo dovolj energije za delo, igro, učenje in razmišljanje. Raziskave kažejo, da učenci, ki zjutraj redno zajtrkujejo, dosegajo v šoli boljše učne rezultate, saj so bolj zbrani, imajo boljši spomin ter manj težav s povečano telesno težo. Dopoldanska malica nikakor ne sme in ne more biti nadomestilo za zajtrk.

7. Ali nam želite še kaj sporočiti?

MNENJA:

Manj predpripravljenih živil in več sveže zelenjave.

Zelo raznolika hrana, všeč mi je, da so na jedilniku tudi jedi, ki niso neka stalna ponudba v šolah (makaronova solata, hren z jajci, tisoč in en domači namaz. Pogrešam več različne sezonske zelenjave pri malici (redkvice, kisle zelje, solata, sveža narezana repa), saj se v večji meri pojavljajo korenje, paradižnik, paprika. Splošno je otroku hrana všeč in mu je okusna.

Zelo okusna hrana, veliko zelenjave, brez maščob in pester jedilnik. Pohvala tudi kuharicam in kuharju.

Popoldanska malica se zaračuna vsem staršem, zato bi bilo dobro, da dobijo nekaj dobrega za pomalicati, ne samo kruh.

Opazam da so velikokrat za zajtrk na jedilniku mlečne jedi (kosmiči, prosena in ovsena kaša). Menim da je mlečnih jedi preveč.

Meniji se mi zdijo zelo dobri, žal pa otroci pravijo, da hrana ni okusno pripravljena.

ODGOVOR:

V kuhinji se izogibamo predpripravljeni hrani, zato večino jedi pripravimo sami (npr. namaze, paštete, sladice). Upoštevamo tudi čim krajšo transportno verigo, torej prednostno izbiramo lokalno hrano.

Otroke je potrebno postopoma navajati na nove vrste hrane, manjše spremembe in ne v celoti menjati jedilnikov, tudi če pri tem odstopamo od smernic. Predvsem je potrebno da otrok z veseljem poje nek obrok.

V šoli se trudimo, da so pripravljene obroki sestavljeni pestro in iz priporočenih kombinacij različnih vrst živil iz vseh skupin živil, kar bo ob ustreznem energijskem vnosu zagotovilo zadosten vnos hranil, potrebnih za normalno rast, razvoj in delovanje organizma. Prav tako se trudimo

učence privajati na različne okuse in zdravo hrano. Učence spodbujamo k sprejemanju novih jedi (največkrat so to tiste jedi, ki jih učenci niti ne poizkusijo in je zato ne jedo). Ključni mehanizem za sprejemanje nove hrane je ponavljajoča degustacija. To pomeni, da učence spodbujamo in jih pozivamo k temu, da bi novo jed čim večkrat poizkusili.

Jolanda Debevec, organizatorica šolske prehrane