



ANALIZA ANKETE O ŠOLSKI PREHRANI ZA ŠOLSKO LETO 2022/2023

Podatke zbrala in obdelala Nadja Rejec,
organizatorica šolske prehrane

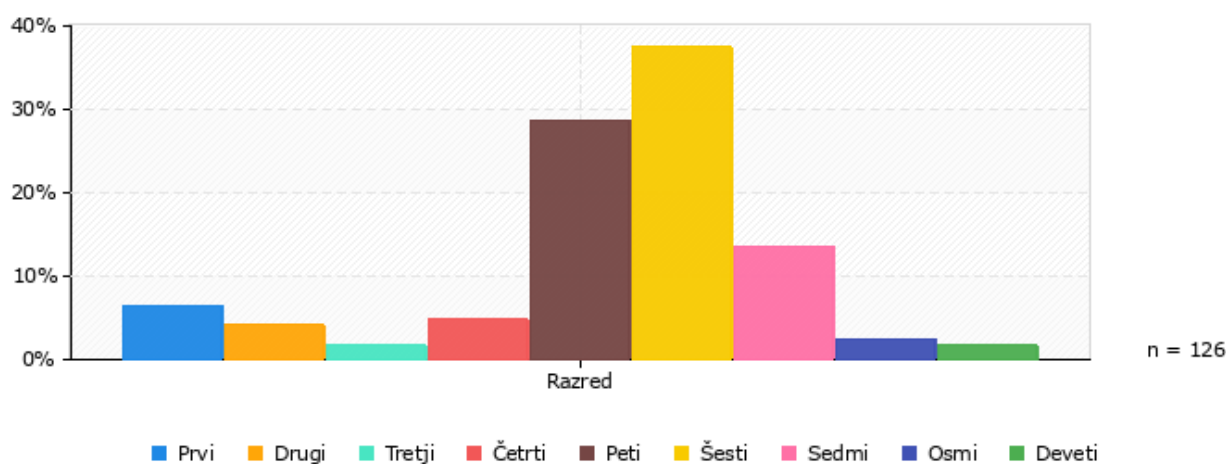
Kobarid, julij 2023

1. UVOD

Prehrana in način življenja pomembno vplivata na naše zdravje in počutje. Zdrava prehrana je še posebej pomembna v obdobju odraščanja. Zato stremimo k temu, da učencem ponujamo kar se da zdravo in uravnoteženo prehrano. Ker pa so prehranjevalne navade in želje otrok in staršev glede prehrane različne, smo učence in starše povabili k izpolnjevanju ankete, s katero smo želeli izmeriti stopnjo zadovoljstva z organizirano šolsko prehrano. Rezultati ankete, vključno z vsemi izraženimi mnenji, pobudami, pripombami oziroma pohvalami, nam bodo v pomoč pri organizaciji šolske prehrane v prihodnosti, zato se vsem, ki ste si vzeli čas in izpolnili anketni vprašalnik zahvaljujemo.

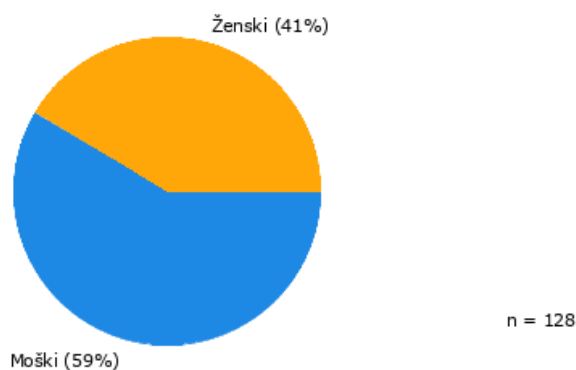
2. ANALIZA ANKETE O ŠOLSKI PREHRANI ZA UČENCE

Vprašanje 1: Kateri razred obiskuješ?



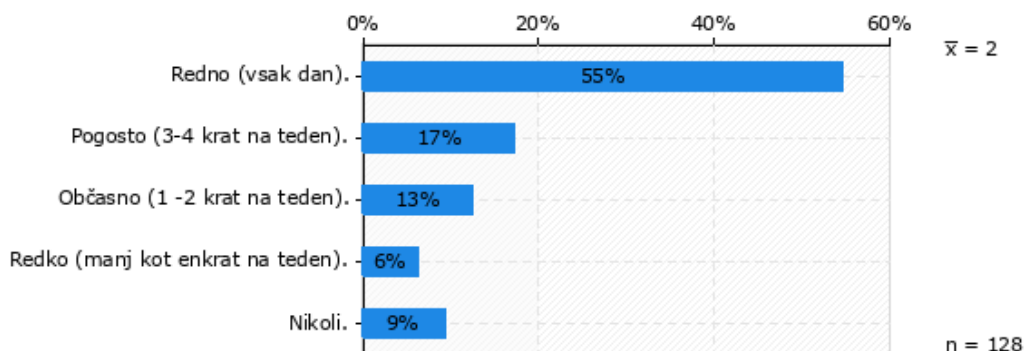
Spletni anketni vprašalnik je izpolnilo 128 učencev, kar predstavlja 32% vseh učencev na šoli. V največjem obsegu so anketo reševali učenci od 5. in 6. razreda.

Vprašanje 2: Spol:



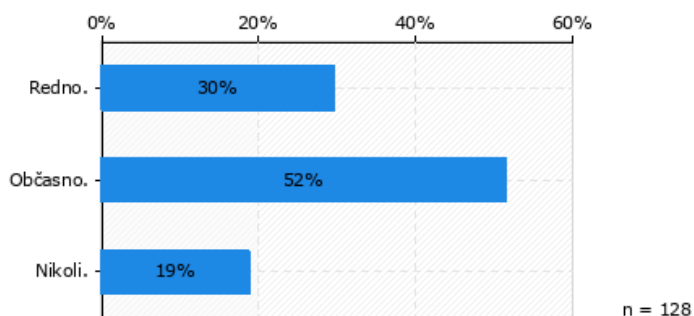
59% anketirancev je bilo moškega spola, 41% ženskega spola.

Vprašanje 3: Kako pogosto pred odhodom v šolo zajtrkuješ?



Pred odhodom v šolo redno oziroma pogosto (več kot trikrat tedensko) zajtrkuje 72% anketiranih otrok, občasno (1 do 2 krat tedensko) zajtrkuje 13% vprašanih otrok, medtem ko je za 15% anketiranih otrok šolska malica prvi dnevni obrok. Dopoldanska malica nikakor ne sme biti nadomestilo za zajtrk. Redno zajtrkovanje je del zdrave prehrane in je pomemben dejavnik zdravega življenjskega sloga. Zajtrk naj bi predstavljal približno 20% vseh dnevnih energijskih potreb. Z zajtrkom že zjutraj telesu zagotovimo dovolj energije za delo, igro, učenje in razmišljanje. Raziskave kažejo, da dosegajo učenci, ki zjutraj redno zajtrkujejo, v šoli boljše učne rezultate, saj so bolj zbrani, imajo boljši spomin ter manj težav s povečano telesno težo.

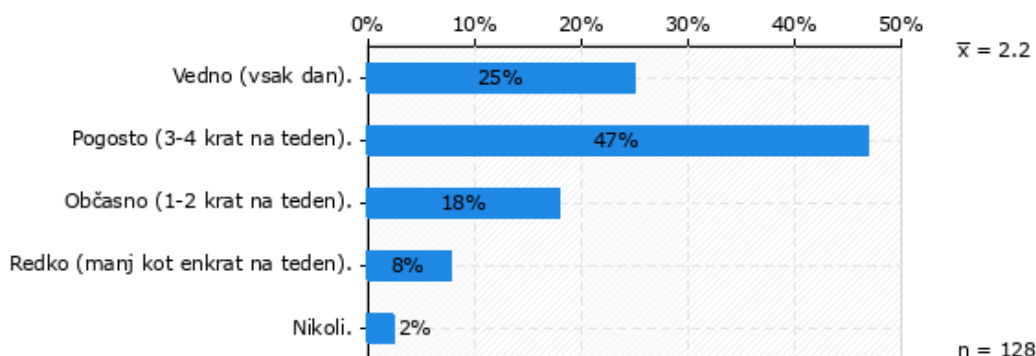
Vprašanje 4: Kako pogosto spremljaš šolski jedilnik?



Šolski jedilnik redno spremlja 30% vprašanih otrok, občasno 52% otrok, medtem ko preostalih 19% učencev jedilnika ne spremlja.

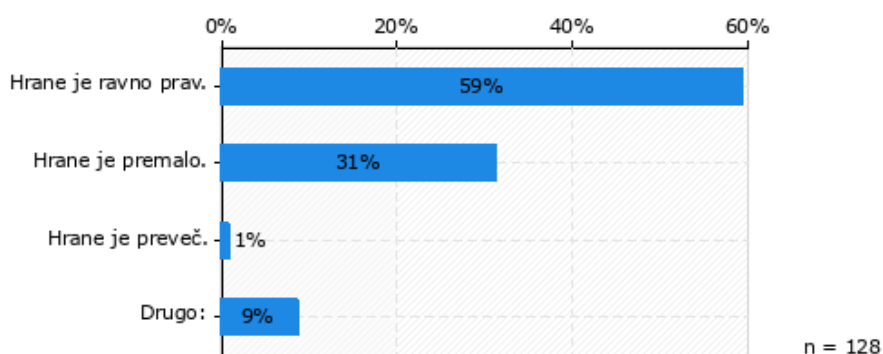
SKLOP VPRAŠANJ, KI SE NANAŠAJO NA ŠOLSKO MALICO

Vprašanje 5: Ali običajno za šolsko malico vzameš vse jedi (kruh, namaz, sadje/zelenjavo, pijačo)



25% učencev pri šolski malici vedno vzame vse jedi, ki so jim ponujene, 47% učencev to stori pogosto. Nekateri učenci pa si postrežejo zgolj s tistimi sestavinami malice, ki so jim všeč.

Vprašanje 6: Oceni šolsko malico glede na količino hrane?



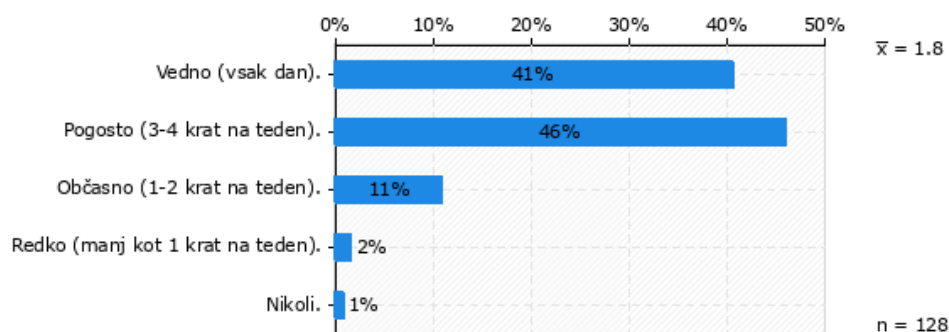
59% učencev meni, da je hrane ravno prav, medtem ko jih 31% meni, da je hrane premalo, 1% pa, da je hrane preveč.

Učenci, ki so izbrali odgovor »drugo« pravijo:

- Včasih grem po dodatek.
- Sem še lačen.
- Grem po dodatek, ampak ga pogosto zmanjka
- Včasih jo je preveč, včasih premalo, včasih ravno prav.
- Odvisno kateri dan. Kakšen dan je dovolj kdaj pa premalo npr. hrenovke v kruhu.

Naše mnenje je, da so obroki primerno veliki v primeru, da učenci vzamejo vse kar jim je za malico ponujeno. Imajo pa učenci vedno možnost, da dobijo dodatek, le vprašati morajo.

Vprašanje 7: Kako pogosto poješ celoten obrok?



Celoten obrok šolske malice vedno poje 41% učencev, 46% učencev to stori pogosto, 11% učencev celoten obrok šolske malice poje največ dvakrat tedensko, 3% pa redko ali nikoli. Rezultati so glede na prejšnja leta veliko bolj spodbudni. Menimo, da je to posledica tega, da vsi učenci malicajo v učilnicah.

Vprašanje 8: Navedi nekaj jedi, ki jih najraje ješ za malico.

Učenci so najpogosteje navedli naslednje jedi: pica, kosmiči, sendvič, slanik, hot dog, Nutella, lešnikov namaz, med oziroma marmelada in maslo, rogljiček, gres, ribji namaz ter sirni namaz.

Vprašanje 9: Napiši katerih jedi pri šolski malici ne maraš.

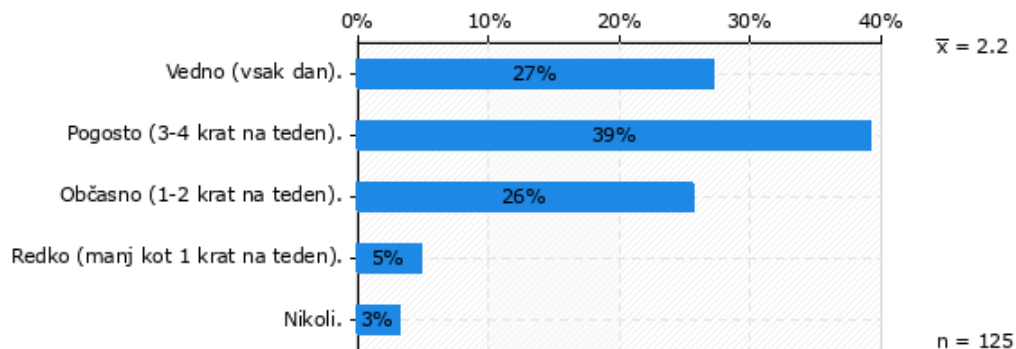
Navedbe učencev so zelo raznolike, najpogosteje se pojavljajo naslednje jedi: zeliščni namazi, zelenjava, ribji namaz, kruh s semeni, sendvič, marmelada in čaj.

Vprašanje 10: Predlagaj nove jedi, ki bi si jih želel/a jesti za šolsko malico.

Učenci najpogosteje navajajo naslednje jedi: palačinke, prava Nutella, vafliji, jajca, Čokolino, smuti, prava pica, toast, mafini, poli salam. Ostale navedene jedi se na jedilnikih že pojavljajo.

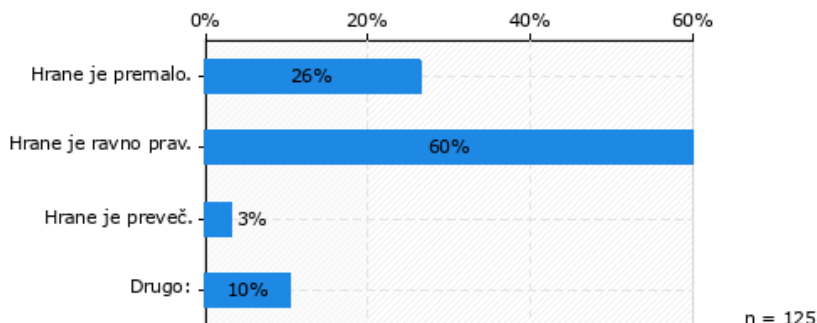
SKLOP VPRAŠANJ, KI SE NANAŠAJO NA ŠOLSKO KOSILO

Vprašanje 11: Ali pri šolskem kosilu vzameš vse jedi (juho, meso, prilogo, zelenjavno prilogo, solato)?



66% anketiranih učencev vedno oziroma pogosto vzame vse jedi, ki so sestavni del šolskega kosila, medtem ko so ostali vprašani učenci bolj ali manj izbirčni. Opažamo, da učenci predmetne stopnje v veliki meri zavračajo zelenjavne juhe, zelenjavne priloge in solate.

Vprašanje 12: Oceni šolsko kosilo glede na količino hrane.



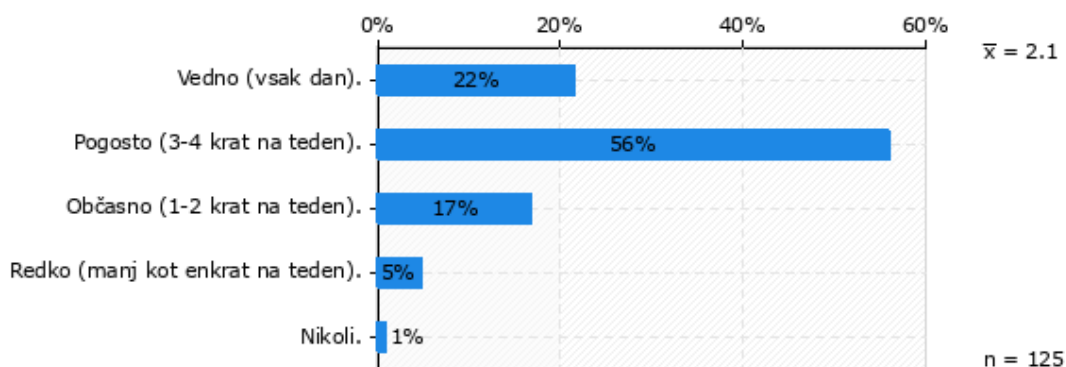
60% učencev meni, da je hrane ravno prav, 26% jih trdi da je hrane premalo, 3% pa je mnenja da je hrane preveč.

Učenci, ki so izbrali odgovor »drugo« pravijo:

- *Včasih jo je preveč.*
- *Sem še lačen.*
- *Včasih premalo.*
- *Včasih premalo, včasih ravno prav*
- *Ko je hrana dobra, jo je premalo, ko je slaba, jo je pa preveč.*
- *Hrane je včasih malo preveč, včasih pa premalo.*
- *Za dodatek dajo premalo.*
- *Dodatkov je premalo.*
- *Grem po dodatek.*

Naše mnenje je, da je hrane dovolj v primeru, da učenec vzame vse sestavine šolskega kosila. Žal pa pre pogosto opažamo, da učenci predmetne stopnje vzamejo zgolj meso oziroma prilogo iz skupine ogljikovih hidratov, medtem ko juhe in solate odklanjajo. Tak način prehranjevanja ne more zadostiti njihovim energijskim še manj pa hranilnih potrebam.

Vprašanje 13: Kako pogosto poješ celoten obrok?



22% učencev trdi, da vedno poje celoten obrok kosila, 56% učencev to stori pogosto, 17% učencev poje celotno kosilo dvakrat tedensko ali manj, medtem ko 5% učencev nikoli ne pojedjo vsega.

Vprašanje 14: Napiši nekaj jedi, ki jih imaš za kosilo najraje.

Nabor jedi, ki so jih navajali učenci je zelo raznolik. Najpogostejše navedbe so: čevapčiči, testenine z omako, jota, testenine z lososom v smetanovi omaki, kruhovi cmoki, njoki, pohano meso in pohan sir, obara, pecivo, špageti s skuto in orehi, ražnjiči, piščančje meso, solata, goveja juha, polenta, kus kus,...

Vprašanje 15: Napiši katerih jedi pri šolskem kosilu ne maraš.

Učenci najpogosteje navajajo naslednje jedi: zelenjavne juhe, ribe, krompirjeva solata, zelje, jota, različne zelenjavne priloge,...

Vprašanje 16: Predlagaj nove jedi, ki bi si jih želel/a na jedilniku.

Učenci navajajo naslednje jedi: pomfri, hamburger, pica, palačinke, kalamari, kaneloni, tortilje, piščančji medaljoni, kobariški štruklji,...

Vprašanje 17: Imaš kakšne predloge, pohvale oziroma pripombe v zvezi s šolsko prehrano?

Navedbe učencev:

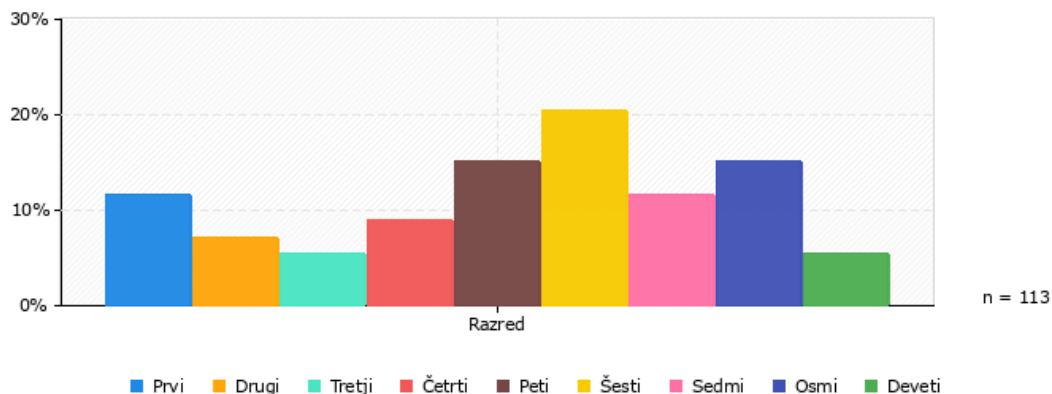
- *Veliko krat je kosilo mrzlo in preveč začinjeno. velikokrat pa je kosilo dobro.*
- *Hvala vsem kuharjem nam to hrani pripravljajo. Hvala.*
- *Da je veliko zdrave hrane.*
- *Je zelo lepo kosilo.*
- *Prevečkrat so na jedilniku testenine z orehi in skuto, premajhne porcije.*
- *Ene jedi mi niso všeč, drugače bi pohvalila kuharice da nam pripravijo hrano.*
- *Hrana je zelo fina, hvala vam kuharji/kuharice.*
- *Kuharice kuhajo kar dobro.*
- *Preveč zdrave hrane.*
- *Pohvala kuharicam in kuharju za tko dobro pripravljene obroke.*
- *Hvala vsem kuharicam ker kuhajo zelo dobre jedi.*
- *Občasni dodatki pri kosilu.*
- *Šolska hrana mi ni najbolj všeč, riž je prekuhan.*
- *Šolska hrana je dobra ampak včasih jo je malo premalo...*
- *Kuharice in kuharji se zelo trudijo za naše obroke.*
- *Kosilo je večkrat mrzlo, včasih zmanjka malice.*
- *Da bi večkrat jedli čevapčiče.*
- *Dobra hrana.*
- *Vsak dan ko je omaka, je čisto vedno enaka, redko kdaj je gorgonzola.*
- *Kuhajo dobro.*
- *Zahvaljujem se kuharjem, ker dobro skuhajo.*
- *Hrana je zelo okusna.*
- *Kuharice kuhajo zelo dobro hrano.*
- *Hrane je premalo.*
- *Vse pohvale kuharjem in kuharicam.*
- *Včasih je kakšno meso z žilami.*
- *Zelo je dobra, a veliko krat je namaz in jaz nočem imeti velikokrat namaza . Prosim, vas a se lahko to uredi.*
- *Hrane je premalo, čevapčiči so okusni, malice so okusne.*
- *Kuharice kuhajo dobro.*

- *Hrana je zdrava in dobra.*
- *Kuhajo solidno.*
- *Kosilo je za nič.*
- *Pogosto razkuhano, brez okusa, plehek okus, razmehčana hrana (pečen krompir), mrzla, čaj ima kovinski okus.*
- *Malo več dobre hrane.*
- *Dobro.*
- *Več soli.*
- *Pohvalo bi dal predvsem kuharju in kuharicam, ker nam dajo vedno toplo hrano. Hrana v šoli mi je všeč, ker je topla in sveže kuhana.*
- *Dobra je.*
- *Kuharice kuhajo v redu nimam nobene pripombe.*
- *Hvala ker se potrudite da nam pripravite tako zdrav in okusen obrok.*
- *Hrane bi bilo lahko malo več saj nimamo časa hoditi po dodatke. Pa pogrešam testenine malo večkrat na meniju.*
- *Kosila so dobra.*
- *Na živce mi gre, ker je črn kruh in ker so prevečkrat sirni in ribji namazi za malico. Pri kosilu bi lahko bil manjkrat pire krompir. Večkrat bi lahko bila sladica pri kosilu oziroma različno sadje.*
- *Da so kuharice pridne in dobro kuhajo!*
- *Dodatni niso vedno na razpolago.*
- *Preslano, za malico mi vse pojejo.*
- *Hrane je včasih preveč, včasih premalo.*
- *Zakaj je skoraj vedno samo krompir.*
- *Pa ni preveč dobro, lahko bi vsaj izboljšali pire krompir.*
- *Da vse zelo dobro skuhamo.*
- *Je okusna, včasih tudi ne, vendar se mi zdi, da je hrana pogosto zdrava in okusna.*
- *Boljši obroki, nič več bio, boljši jedilniki, brez ribe v skorjici.*
- *Hrana, ki jo imamo v šoli me ne moti . Vse je super. Želel bi si manj rib.*
- *Pohvaliti moram razne namaze, ki jih pripravljate sami.*
- *Ni ravno dobra hrana.*
- *Mislím, da je hrana zelo dobra in da je težko oz. nemogoče zadovoljiti vseh učencev v bistvu njihovih staršev, tako, da nimam pripomb, ampak pohvale.*
- *Večina obrokov mi je odličnih.*
- *Hrana je včasih preveč slana.*
- *Da je zelo okusno.*
- *Premalo hrane za dodatke.*
- *Hrana mi je zelo dobra.*
- *Meso brez žil, boljši obroki ,nič več bio, boljši jedilnik brez ribe.*
- *Premalo pečeno meso in kdaj je preveč soljen pire krompir.*

3. ANALIZA ANKETE O ŠOLSKI PREHRANI ZA STARŠE

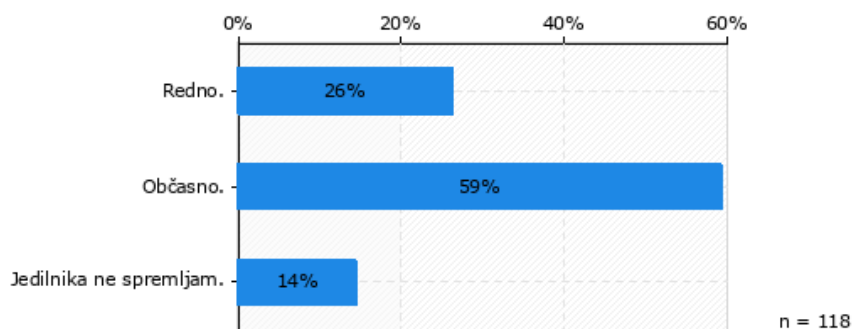
Spletno anketo o šolski prehrani za starše je izpolnilo 118 staršev.

Vprašanje 1: Kateri razred obiskuje vaš otrok?



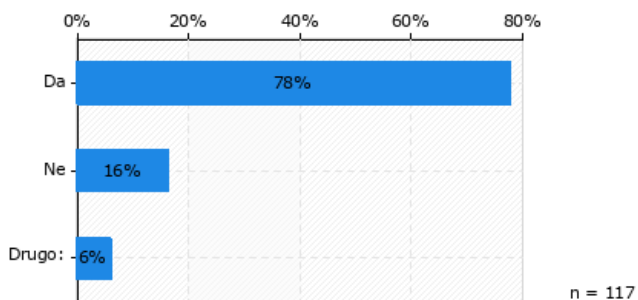
Največ anketnih vprašalnikov so izpolnili starši učencev 5., 6. in 8. razreda.

Vprašanje 2: Kako pogosto spremljate šolski jedilnik?



Šolski jedilnik redno spremlja 26% anketiranih staršev, 59% vprašanih jedilnik spremlja občasno, preostalih 14% staršev s šolskim jedilnikom ni seznanjenih.

Vprašanje 3: Ali je šolska prehrana dovolj raznolika?

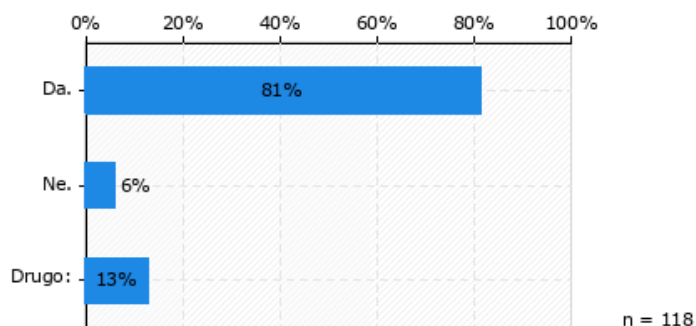


Velika večina staršev meni, da je šolska prehrana dovolj raznolika, medtem ko je 16% vprašanih staršev mnenja, da hrana ni dovolj raznovrstna.

Starši, ki so izbrali odgovor »drugo« menijo:

- *Se trudite.*
- *Po pripovedovanju otroka menim, da je dovolj raznolika, vendar ne tako zelo okusna.*
- *Jedilniki so precej raznoliki.*
- *Mogoče bi raje dali kar otrok poje, ne da se zadosti smernicam.*

Vprašanje 4: Ali menite, da šolska prehrana ustreza kriterijem zdrave prehrane?

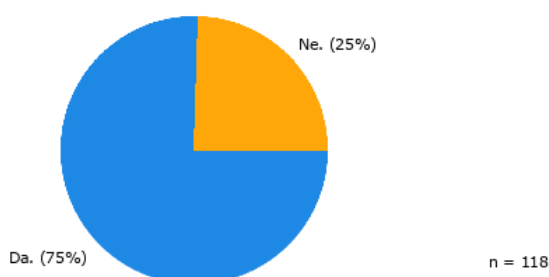


Kar 81% vprašanih staršev je mnenja, da je šolska prehrana zdrava, medtem ko je 6% vprašanih drugačnega mnenja.

Starši, ki so izbrali odgovor »drugo« menijo:

- *Delno.*
- *Pretiravanje in posledično preveč zavržene hrane.*
- *Včasih je kakšna jed preveč slana.*
- *Preveč poudarka na zdravi prehrani.*
- *Hodi se precej po robu dileme "zdravo in/ali ekonomsko upravičeno".*
- *Menim, da je kombinacija živil (čeprav zdravih) včasih neprimerna za malico otrok (večina ne je tistega, pojejo samo kruh).*
- *Ne vem.*
- *Industrijsko pred pripravljena hrana ne sodi na jedilnik "zdrave" prehrane, kot so npr. sojini polpeti, paniran sir, pašteta, topljen sirček in podobno..., kvečjemu samo izjemoma. Prevečkrat so na jedilniku živila, ki vsebujejo pšenico in na splošno škrobnata živila (s premalo vlaknin).*
- *Po pripovedovanju otroka menim, da ja.*
- *Naj bi ustrezala.*
- *Moti me da plačujemo hrano in na koncu dobi otrok Merkatorjev sok namesto 100% Fruktalov, ne vedno ampak se dogaja.*

Vprašanje 5: Ali se z otrokom pogovarjate o šolski prehrani?



Tri četrtine staršev se s svojimi otroki doma pogovarja o prehrani v šoli.

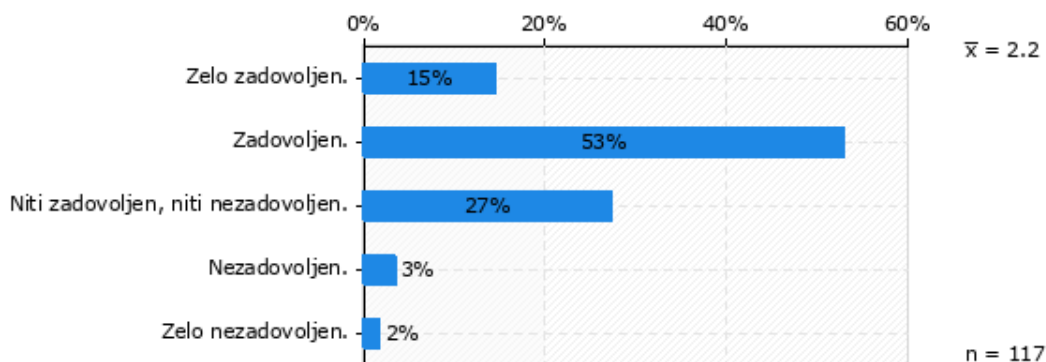
Vprašanje 6: O čem se z otrokom pogovarjate?

Starši so najpogosteje navajali naslednje odgovore:

- *O količini, okusih, ali pojejo vso hrano oz. količini zavržene hrane.*
- *O tem, kaj mu je bilo dobro oz. velikokrat sam pove, kaj je v šoli jedel.*
- *O hrani in kako zanič je.*
- *Ali je bila otroku pripravljena hrana všeč.*
- *Da je potrebno veliko piti in jesti sadje in zelenjavo. Tudi vsa ostala hrana je pomembna za razvoj.*
- *Kaj so otroci jedli, če ste imeli dovolj sadja.*
- *O tem, kakšna se ji zdi hrana in če ima dovolj ali preveč.*
- *Največkrat vprašam, kaj so imeli za kosilo in ali je bilo dobro.*
- *Da je včasih dobro včasih pa itak ne, kar razumem, nikoli ni za vse dobro. Da so majhne porcije.*
- *O tem kakšno hrano jedo, kaj je bilo in seveda koliko je dobil.*
- *Da se hrano poizkusi tudi če ne izgleda dobro, da je potrebno pojesti vsaj nekaj zelenjave*
- *Kaj imajo na jedilniku; kaj je dobro; da ne pušča hrane; če česa ne je, naj ne vzame...
Otrokom velim, da morajo vse pojesti, da se malica plača in da tudi, če jim ni prav dobro, naj se potrudijo pojesti. Otroci odgovarjajo, da je hrana neprimerna, eno in isto (kosilo), majhne porcije,...*
- *Ali bo na kosilu ali ne.*
- *Ali je bilo okusno, ali je bilo zadosti, ali kuhajo boljše od mame?*
- *Vprašam kaj je pojedla, kaj ji je bilo dobro. Pogovarjava se kaj določena hrana vsebuje.*
- *Kaj je bilo na jedilniku za kosilo ali malico, ali je vse pojedel, ali je vzel tudi solato...*
- *Kaj je jedel ali mu je bilo dobro. Zakaj ja zakaj ne. Ali je imel dovolj.*
- *Zakaj ne je mesa. Kako pomembna je uravnotežena prehrana.*
- *Kaj so dobrega jedli.*
- *Občasno: o tem, kaj so jedli, kvaliteti, zadovoljstvu...*
- *Kaj bo naslednji dan na jedilniku.*
- *Količina obroka, temperatura obroka.*
- *Pogovarjamo se o okusnosti obroka, kvaliteti, količini in koliko določene hrane je otrok zaužil.*
- *Kako ji je bilo tisti dan všeč oz. ali je pojedla dovolj.*
- *Kaj je bilo za malico/kosilo? ali je bilo okusno? ali je bila dovolj velika porcija?*
- *Kaj je otrok jedel, koliko? je bilo okusno, je šel po dodatek?*
- *Česa ne poje in zakaj.*
- *Ali je bila otroku prehrana všeč, ali otrok vse poje, da je otrok vzel še dodatek,...*
- *Pretežno dovolim, da mi opiše, kaj je za malico in kosilo.*
- *O tem kaj je bilo za kosilo. Koliko je pojedel. Ali je na lastno željo dobil dodatek. Kako to, da ni jedel. Če mu kaka hrana ni bila dobra poudari, da je bila kdaj hladna, razkuhana, manj okusna. Poudarja se namen šolske prehrane in dejstvo, da mora pojesti vsaj malo od vsega, kar je na krožniku. Pogovarjamo se o tem, da ne more biti vsakič dobra za njegov okus itd.*
- *Vprašam jo za mnenje o hrani.*
- *Otrok opaža, da je kvaliteta hrane slabša kot je bila in da so porcije manjše.*
- *Kakšnega okusa je obrok, o količini, koliko je zdrav obrok.*
- *O tem kako se večina otrok pritožuje nad hrano.*
- *O tem da jim obroki niso dobri, posledično obroke puščajo oz. vzamejo le eno hrano. zato tudi domov pridejo lačni.*

- O sestavi jedilnika, kaj najraje/ ne marajo jesti.
- O tem, da je hrana enolična in da so porcije premajhne.
- Pogovarjamo se o količinah hrane. Oba moja otroka sta mnenja, da so količine malice premajhne in je dostikrat aktualen sistem: kdor prej pride, prej melje, zato včasih kakšen otrok ne dobi dovolj hrane.
- Ali je bilo dobro, včasih je zelo dobro, včasih je preslano, veliko kosti v ribi....
- Da ne dobijo dodatka, da so obroki iz živil, ki jih otroci niso vajeni in posledično puščajo obrok.

Vprašanje 7: Ocenite vaše zadovoljstvo s šolsko prehrano.



Približno 80% vprašanih staršev je s šolsko prehrano zadovoljnih, 27% je neopredeljenih, medtem ko je 5% vprašanih staršev s prehrano nezadovoljnih.

Svojo odločitev utemeljujejo:

- Hrana je nesoljena in brez okusa.
- Otrok nima pripomb.
- Premajhne količine, čakanje na kosilo v vrsti, nobene možnosti izbire, če je na jedilniku nekaj, kar otroku ni všeč, jesti pa mora, ker ima pouk do pol treh.
- Raznovrstna, zdrava hrana, izbrani lokalni dobavitelji.
- Hrana je ok.
- Zadovoljna sem, da imajo otroci možnost kosila v šoli, vendar se je kvaliteta kosil precej zmanjšala. Otrok večkrat pride domov lačen, saj in potoži da je bila hrana slabšega okusa in enostavno ne je.
- Ker je otrok zadovoljen in obroke zaužije.
- Imamo otroke v različnih razredih, vsi pravijo, da se je na splošno prehrana poslabšala. Da je hrana pogosto mrzla, preslana oz. premalo slana in preveč pikantne juhe, golaži, mineštre.
- Hrana je dobra, raznolika, nimam pripomb.
- Premalo in večkrat ni dobro.
- Ni veliko pred pripravljene hrane. Je zelo raznolika.
- Veliko otrok se zadnje čase pritožuje nad hrano, tudi pravijo da se dogaja ko je kaj dobrega za kosilo zmanjka pa dobijo drugo hrano, ne vem kako se lahko to dogaja če so prijavljeni vsi in je izračunana količina hrane na otroke.
- Zdi se mi, da je dovolj raznolika in da so kdaj tudi jedi, ki jih otroci obožujejo in ne spadajo med zdrave.

- Težko ocenim, ker nisem poizkusil/videl v živo.
- Menim, da je prehrana dovolj raznolika in zdrava.
- Hrana je topla in okusna.
- Hrana je raznolika in ok.
- Raznolika, precej zdrava, dokaj kakovostna prehrana.
- Moje mnenje je, da je šolska prehrana dobra.
- Nekateri obroki niso smiselno sestavljeni. Pečen oslič, ribe so presuhe-po oceni otroka, ki drugače obožuje ribe. Smiselno bi bilo, če bi imeli na izbiro 2 menija. npr. krompir v oblicah in skuta- tega marsikateri otrok ne je.
- Potrebno več sadja zelenjave in žitaric.
- S hrano smo zadovoljni saj je raznolika in tako pripomore k dobremu počutju otroka.
- Že res, da se gleda, da je hrana zdrava, vendar meni kot staršu je tudi pomembno, da otrok poje obrok (tako, kot starejši - hrane, ki je ne jemo radi, si je ne kuhamo oz. naročamo). Dosti krat otrok tudi reče, da je bilo kosilo mrzlo.
- Manj mesa.
- Kvaliteta in priprava prehrane je v zadnjem letu zelo padla.
- Prehrana je raznolika.
- Srednja vrednost je vedno najboljša izbira, če nisem tak, da pokusim in ocenim skozi lastne oči, ne skozi oči otroka.
- Sestavine delujejo čimbolj lokalne in raznolike.
- Ker je dovolj raznolike hrane.
- Včasih je premalo, a vseeno zrihtajo kak dodatek. Kosilo je občasno.
- Ker največkrat pove da ni bilo dobro ali pa je bila porcija premajhna.
- Prevelik poudarek na bio hrani.
- Hrana je raznolika, pestra, pogrešam pa več ribjega mesa. Želela bi si tudi, da ne bi bilo več čevapčičev in pleskavic, lepinj, saj niso zdrava prehrana in tudi niso naša domača/lokalna hrana.
- Večkrat se ponovi isti obrok.
- Raznolika.
- Veliko otrok zadnje čase pravi, da so kosila mrzla.
- Ker mislim, da je kar dosti raznolike hrane.
- Po mnenju otroka se je kvaliteta prehrane v primerjavi s prejšnjimi leti močno poslabšala. Velikokrat dobijo mrzlo hrano, hrana plava v omaki, včasih so tudi porcije premajhne. Je pa prehrana pestra, mogoče bi si želeli več sadja.
- Otrok je zadovoljen, večkrat želi dodatek.
- Večinoma so premajhne porcije in je otrok lačen takoj ko pride iz šole...
- Hrana je raznolika in zdrava, včasih količinsko premajhni obroki.
- Obstajajo tudi alternative škrobnatim živilom in ne samo pšenica (testenine), riž in krompir, kot npr. ajda, sladek krompir, kvinoja, leča itd., ki so ravno tako nasitna živila in tudi (bolj) hranljiva. Raznolikost živil je pomemben dejavnik zdrave prehrane.
- Večkrat dobijo mrzlo kosilo, količinsko premalo, včasih zmanjka malice za vse.
- Ker je raznoliko. Hčerka se ne pritožuje.
- Otroci pogrešajo kakšno slaščico več.
- Zdi se mi pestra in uravnotežena prehrana, dovolj sadja in zelenjave kot tudi drugih, različnih vrst hrane.
- Kot pravim zadnje čase slišim od veliko otrok pritoževanje nad hrano.
- Raznolika prehrana, dosti zelenjave, namazi so pripravljene v kuhinji, ...
- Premajhne porcije.
- Otrokoma je všeč.

- *Pestra in raznolika z veliko sadja in zelenjave. To je vse kar potrebuje otrok za zdravo prehrano.*
- *Premalo vem.*
- *Ponavljajoč jedilnik.*
- *Premajhne porcije- na dodatek pa ne morejo čakati, bodisi zaradi nadaljnjega pouka oz. takojšnjega prevoza.*
- *Hrana je raznolika, mislim da tudi kakovostna in velikokrat od lokalnih pridelovalcev.*
- *Za našega Gala se kuharice izjemno potrudijo in mu pripravljajo raznovrstne brezglutenske jedi.*
- *Domov pride lačen, cena pa ni nizka.*
- *Hrana je brez okusa, pogosto razkuhana, pogosto mrzla, svinjski zrezki so suhi.*
- *Hrana je raznolika in po mojem mnenju tudi zdrava zato sem z izbiro hrane zadovoljna.*
- *Občasno potarnajo, da zmanjka popoldanske malice.*
- *Domov pridejo večkrat lačni, rekoč da jim kosilo ni bilo dobro oz. čudno.*
- *Pestra, dobro pripravljena in cenovno dostopna.*

Vprašanje 8: Nam želite še kaj sporočiti?

Navedbe staršev:

- *Bravo za trud! Zakaj na višji stopnji otroci nimajo možnosti popoldanske malice? Včasih naj bi imeli dostop do hrane, ki je ostala od dopoldanske malice, zdaj pa menda ne več?*
- *Večje porcije za višje razrede.*
- *Upoštevajte želje otrok, naredite več menijev, popravite sistem razdeljevanja kosil, saj mi otrok pravi, da ne ulovi 6. šolske ure zaradi gneče.*
- *menim, da je potrebno otroke spodbujati, da pojedjo od vsega ponujenega vsaj nekaj. Tako mi otrok sporoča, da ni dobil omake, ker je ni želel, da mu ni bilo treba jesti mesa, ker ga ne mara in mu ga niti ne dajo na krožnik. Menim, da tako otroci ne morejo niti spremeniti mnenja o neki vrsti hrane, če se jim ne da, na krožnik - vsaj malo za pokusit. Razumem pa, da se s tem preprečuje nepotrebno metanje hrane v smeti. Najti neko smiselno/srednjo pot. veliko sreče pri tem :-)*
- *Vprašajte otroke kaj bi jedli in koliko bi pojedli.*
- *Mogoče prilagodite porcije na željo otroka oz. če kaj od hrane ne je, da dobi malo več druge*
- *Prosim brez čevapčičev in take podobne hrane, ki ni primerna za otroke.*
- *Sladica bi lahko bila večkrat.*
- *Prosim za več raznolike, zdrave in kvalitetno pripravljene hrane.*
- *Kake palačinke s sadjem ali sadne kupe bi bile super.*
- *Nadaljujte dobro delo, prehranjevanje z zmanjšano količino odpadne embalaže ipd. Lahko bi ponovno uvedli sadje v jedilnici.*
- *Menim, da je izpolnjevanje ankete prepogosto.*
- *Tako naprej.*
- *Dostikrat se zgodi, da se 2-3 tedne enolončnica pojavi na isti dan.*
- *Poizkusite otroke prepričati, da vsaj poizkusijo vse na jedilniku. Mogoče z manjšo porcijo hrane, ki jo otrok ob delitvi malice zavrne.*
- *starši težko ocenjujemo šolsko prehrano, saj nas ni v šoli. Povemo lahko le to, kar povejo otroci, zato bi bilo morda boljše, da vprašate direktno njih.*
- *Prevečkrat so na jedilniku testenine z skuto in orehi.*
- *Premajhna količina pri malici, velikokrat zmanjka za vse učence.*
- *Naj se menuji prilagodijo otrokom.*
- *moti me, da kljub temu, da imajo vozači prednost pri kosilih določeni vrsto prehitevajo ali pa jih "sošolci, sošolke" spuščajo pred seboj. tako da otrok vozač niti ne more v miru jesti*

- kosila, saj se mu mudi na avtobus.*
- *Pohvalno.*
 - *Malica naj bo bolj "normalna" (menim, da ja dovolj zdrav navaden jogurt, bi ga več otrok jedlo, kot npr. kefir), kombinacija paprike pri malici, mi je neprimerna, namazi naj bodo čimbolj klasični (ekstra stvari, sploh majhni otroci ne jedo radi in potem raje ne jejo nič). Malica in kosilo naj bo pripravljeno v prvi vrsti, da zadovolji potrebi hrane (da bodo otroci jedli obrok), ne samo, da zadovolji zdravi prehrani in malica ostaja.*
 - *Glede na to, da starši plačujemo tople obroke, pričakujemo, da so tako tudi postreženi. Če je otrok na kosilu med prvimi v koloni, je nekaj obrokov že vnaprej pripravljenih na krožniku in posledično so le-ti mrzli, predvsem to velja za ribe.*

-

4. ZAKLJUČEK

Trudili se bomo, da bo naša prehrana tudi v prihodnje čim bolj pestra, zdrava in okusna ter da bodo otroci v šoli dobili dovolj velike obroke. Pri načrtovanju jedilnikov bomo še naprej upoštevali načelo pestrosti in na jedilnike uvrščali tudi živila ter jedi, ki jih imajo otroci radi. Ker se okusi in želje te populacije pogosto ne skladajo z načeli uravnotežene prehrane, je pomembno, da priljubljena živila kombiniramo s priporočenimi.

Tako staršem kot učencem se zahvaljujemo za vse pobude, pripombe, mnenja in pohvale. Odgovori učencev in staršev nam bodo v pomoč pri načrtovanju šolske prehrane, seveda ob upoštevanju Smernic zdravega prehranjevanja.

Tako učencem kot staršem svetujem, da se v primeru kakršnihkoli težav, ki so povezane s šolsko prehrano obrnejo na organizatorico šolske prehrane.