

ANALIZA ANKETIRANJA UČENCEV O ŠOLSKI PREHRANI (april, maj 2019)

V skladu z Zakonom o šolski prehrani smo izvedli anketo, s katero smo preverili stopnjo zadovoljstva učencev s šolsko prehrano. Učenci so reševali anketo na spletni strani. Anketiranje je potekalo v mesecu maju. Anketo je reševalo 295 od 564 učencev. Manjkajoči učenci niso bili anketirani.

Povzetek rezultatov

1. Ali pred poukom zajtrkuješ?

Vsak dan	101 (34%)
Občasno (2-3 krat na teden)	79 (27%)
Nikoli	115 (39%)

2. Ali meniš, da je redno uživanje zajtrka pomembno za zdravje?

Da	212 (73%)
Ne	39 (13%)
Ne vem	44 (14%)

3. Koliko obrokov zaužiješ dnevno?

Enega-dva	27 (9%)
Tri	118 (41%)
Štiri ali več	150 (51%)

Komentar: V dopoldanskem času naj bi učenci zaužili 35 % vseh priporočenih dnevnih hranilnih snovi (zajtrk 20 %, malica 15 %). Iz ankete je razvidno, da 34 % učencev doma zajtrkuje vsak dan in 27% občasno. Učenci, ki ne zajtrkujejo, ne dobijo zadostne količine energije za šolsko delo v prvih dveh urah, tako sta tudi koncentracija in pomnjenje snovi teh učencev do malice veliko slabša kot sicer. Šolska malica nikakor ne more pokriti primanjkljaja energetskega vnosa, zato lahko učenci tudi po malici ostajajo lačni.

4. Kako si zadovoljen s šolsko malico?

Zelo zadovoljen	53 (18%)
zadovoljen	168 (57%)
nezadovoljen	74 (34%)

Komentar: Analiza odgovorov kaže, da so učenci ocenili malico z zelo zadovoljen (18 %), zadovoljen (57%), nezadovoljen (34%). Povprečna ocena malice in s tem zadovoljstvo z njo je dobro.

5. Ali meniš, da šolska malica sledi smernicam zdravega prehranjevanja?

da	156 (53%)
ne	39 (13%)
Ne vem	100 (34%)

Komentar: Več kot polovica vprašanih učencev meni, da šolska malica sledi smernicam zdrave prehrane. 13% jih meni, da jim ne sledi, 34 % anketiranih pa se ne more odločiti.

6. Katere malice nikoli ne poješ?

odgovori	odgovori
sirni burek 5	navaden jogurt
marmelada 2	kruh s semeni
orehovo pecivo	sirnega namaza
polnozrnati kruh	sirove štručke 2
musli z belo čokolado 3	marmeladni krof
sendvič s poli,	med in maslo
buhtelj 2	ovsena kaša
pizza 3	pasteta 2
tunin namaz 2	sir, štručka s semeni
koruzni kosmiči,	osje gnezdo
gres 3	koren fleks
sir, zeleno papriko	skuta
šunke	jajce 2

7. Katerih jedi bi si želel/a pogosteje pri šolski malici?

sendvič	mlečna prosena kaša
različne salame	mlečni zdrob
hrenovke	domači sadni jogurt
pašteta	sladka peciva
sir	sadje
med z maslom	sirni namaz
sirov burek	sadni kefir
pizza	ribji namaz
sadni jogurt	marmelada

Komentar: Ugotavljamo, da učenci radi jedo namaze, še posebno ribjega, mlečen jedi, med in kosmiče.

8. Katerih jedi bi si želel/a MANJKRAT pri šolski malici?

sendvič	marmelada
različne salame	mlečna prosena kaša
hrenovke	mlečni zdrob
pašteta	domači sadni jogurt
sir	sladka peciva
med z maslom	sadje
sirov burek	sirni namaz
pizza	sadni kefir
sadni jogurt	ribji namaz

9. Katere napitke imaš pri malici najraje?

čaj z medom	53 (33%)
manj sladkan čaj	30 (13%)
toplo mleko	25 (16%)
alpsko mleko	35 (24%)
sadni sokovi	98 (65%)
voda	54 (41%)

Komentar: Učenci za svojo rast potrebujejo veliko kakovostnih beljakovin. Pri izboru se nagibamo k pogostejši zastopanosti mleka in mlečnih izdelkov. Največ anketiranih je izbralo sadni sok, sledita voda, čaj z medom, nato pa mleko in zeliščni čaj.

10. Kako pogosto vzameš sadje v učilnici/ jedilnici?

1 (Pogosto)	118 (40%)
2 (Občasno)	132 (45%)
3 (Nikoli)	45 (15%)

Komentar: Veliko učencev (40%) posega po sadju pogosto in 45 % občasno. Učenci so lepo sprejeli skoraj vsakodnevno ponudbo sadja.

11. Kako pogosto ješ sladkarije doma?

1 (Vsak dan)	118 (40%)
2 (Občasno)	168 (57%)
3 (Nikoli)	9 (3%)

12. Katere sladkarije ješ? (vpiši dve)

Sladoled	10
Bonbone	70
Piškoti	25
Čokolada	85
Kinder pringles	5
čokoladne kroglice	5

13. Kako pogosto ješ hitro hrano oziroma fast food?

1 (Vsak dan)	22 (6%)
2 (Občasno)	244 (72%)
3 (Nikoli)	30 (10%)

14. Ali si umiješ roke pred uživanjem šolske malice?

1 (Da)	224 (76%)
2 (Ne)	71 ((24%)

15. Ali si umiješ roke pred uživanjem šolskega kosila?

1 (Da)	165 (56%)
2 (Ne)	130 (44%)

16. Ali ješ kosilo v šoli?

1 (da)	209
2 (ne)	86

17. Ali si zadovoljen s kosilom v šoli?

1 (zelo zadovoljen)	34 (16%)
2 (zadovoljen)	134 (64%)
3 (nezadovoljen)	41(20%)

Komentar: Anketa kaže, da so učenci s kosilom zadovoljni- 80 %, 20% anketiranih je nezadovoljnih.

18. Ali meniš, da šolsko kosilo sledi smernicam zdravega prehranjevanja?

1 (da)	107 (51%)
2 (ne)	34 (16%)
3 (ne vem)	68(33%)

19. Katerih jedi bi si želel/a pogosteje pri šolskem kosilu?

pečen losos	dušen riž	krompirjeva solata
rdeča pesa	razne sladice	čufti v omaki
bučna juha	kus kus	polenta
sladoled	sadje	panirane ribe
golaž	mesna lazanja	kruhovi cmoki
musaka	testenine	pražen krompir
telečja obara	goveja juha	panirani zrezki
kremna špinača	krompirjevi svaljki	štruklji
zrezki v omaki	tortelini	pire krompir
domača peciva	zelenjava v prilogi	mesna nabodala
riž	zelena solata	

20. Katerih živil je po tvojem mnenju na jedilniku premalo, a misliš, da so zdrava?

mesne jedi
zelenjavne jedi
enolončnice (obara, ričet,...)
ribe
peciva
solate

21. Ali pogosto želiš dodatno količino hrane ("repete")?

1 (pogosto)	50 (24%)
2 (včasih)	102 (49%)
3 (nikoli)	56 (27%)

22. Se ti zdijo obroki okusno pripravljene in postreženi?

Ustrezno	140 (67%)
Neustrezno	33 (16%)
Ne vem	37 (18%)

23. Ali meniš da je v šolskih obrokih dovolj sadja? 209 odg.

Da	64%
Ne	36%

24. Ali meniš da je v šolskih obrokih dovolj zelenjave? 209 odg.

Da	66%
Ne	34%

25. Ali nam želite sporočiti kaj v zvezi s šolsko prehrano?

jagode	več zelene solate
kuhana zelenjava (korenček)	več sadja
lazanja	več zelene hrustljave solate
več zelenjave pri malici, ne 1 košček na učenca	odojek
pečen korenček in paprika	ne
šmorn	pri malici si želim več mlečnega zdroba in pri kosilu več piščančjega mesa
burek	sadje, smuti
rolada brez marmelade	več brokolija
več dobrega sadja	burek
sadje, smuti	burek
več krompirjeve solate	sadni smuti sadje
smutiji	solata/sadje
sadje	vse razen fižola
nimam je	nimam predlogov

Hvala za vse pobude, pripombe in mnenja. Pri načrtovanju jedilnikov bomo še naprej upoštevali načelo pestrosti in v jedilnike vnašali tudi živila, ki jih imajo otroci radi. Okusi in želje učencev se razlikujejo. Kadar se ne skladajo z načeli uravnotežene prehrane, je pomembno, da jih upoštevamo le deloma.

Vse pripombe, nasveti in pohvale so dobrodošli pri načrtovanju v prihodnje.

Andrejka Topić, organizatorica šolske prehrane