



## OSNOVNA ŠOLA ADAMA BOHORIČA BRESTANICA

Šolska cesta 29

8280 BRESTANICA

T: 07/49 73 025

F: 07/62 00 485

E: [os.brestanica@guest.arnes.si](mailto:os.brestanica@guest.arnes.si)

<http://www.osbrestanica.si>

### ZADEVA: EVALVACIJA ANKETE O ŠOLSKI PREHRANI 2017/2018

Zbiranje podatkov je potekalo od 9. 4. 2018 do 20. 4. 2018. Anketo so reševali učenci od prvega do devetega razreda ter starši otrok v vrtcu. Učenci od prvega do tretjega razreda so izpolnjevali anketo skupaj s starši od doma, učenci od četrtega do devetega razreda so anketo reševali samostojno, v šolski računalniški učilnici.

V anketi o šolski prehrani je bilo 235 sodelujočih, od tega 52% ženskega spola in 48% moškega spola. Z anketo smo skušali ugotoviti, kako so zadovoljni s šolsko prehrano in kakšni so njihovi predlogi za v prihodnje.

Na vprašanje ali učenci pred odhodom v šolo zajtrkujejo, je pritrdilno odgovorilo 30%, 33% pa jih nikoli ne zajtrkuje, ostali zajtrkujejo občasno. Da bi ta odstotek popravili, bomo **še bolj poudarjali pomen zajtrka, kot najpomembnejši obrok dneva** (naravoslovni dnevi, TSZ, projekti, oddelčne skupnosti, podaljšano bivanje). O pomenu zajtrka se sicer zavedajo, vendar ga ne realizirajo. Vzrok je predvsem v zgodnejšem vstajanju in pripravo zajtrka, za katerega si pač ne vzamejo časa. Običajno je šolska malica za te otroke prvi obrok v dnevu.

Malico poje v celoti vedno več učencev (30%), razlog, zakaj pa ne pojedjo malice v celoti je, ker so mnenja, da imamo preveč zelenjavnih namazov in zelenjavnih prilog, ne marajo ajdovega kruha in polnozrnatega kruha. 52% učencem se zdi šolska malica ravno pravšnja, ostali pa so mnenja, da bi bila lahko bolj obilna. Tu so verjetno všteti učenci/ke, ki zjutraj ne zajtrkujejo in jim predstavlja šolska malica šele prvi obrok, ki nezadostno zadovolji njihovo lakoto.

Učenci si v 81% umijejo roke pred jedjo, 12 občasno, 7% pa še vedno ne, tako da bodo smernice poudarjene tudi v higieno rok.

Pri šolski malici imajo učenci vsak dan ponujeno sadje in/ali zelenjavo. Samo 20% vzamejo eno ali drugo vedno, 40% skoraj vedno, manj kot 5% učencev pa nikoli ne vzame, kar jim je ponujeno od sadja ali zelenjave. Količina odpadkov sadja upada, saj učenci čedalje bolj posegajo po sadju, kot kruhu v popoldanski malici, ki ni sistematizirana.

Večini se zdi sestava malic primerna.

Odgovori, katere šolske malice imajo najraje, so razvidni iz tabele str. 4, 5. Najpogostejši odgovori so koruzni kosmiči z jogurtom, carski praženec, hot dog, makaronovo meso, tople

malice imajo še posebej zelo radi. Predlogi, ki jih učenci navajajo, naj bi bili za šolsko malico so: pomfrit, pica, palačinke, jajce na oko, vanilijev rogljiček, burek, marelični cmoki. Seveda so učenci vključeni v sestavljanje jedilnika s svojimi predlogi, vendar vse z upoštevanjem smernic zdravega prehranjevanja vključujemo njihove predloge v šolske jedilnike.

V tem šolskem letu je na kosilo vključenih 86% učencev od anketiranih. Zanimalo nas je, po kakšnih vrstah kruha bi učenci najraje posegali. Najraje od vrst kruha imajo beli kruh, sledi koruzni kruh, polnozrnati, polbel, pisan, črn kruh in nazadnje ajdov kruh. Belega in polbelega kruha v šoli ne ponujamo, razen izjemoma v žemljah, štručkah. Še vedno smo mnenja, da v šoli ponujamo raznovrstne zrnate oblike kruha.

Večina so mnenja, da dobijo sadja v šoli dovolj, ravno tako so zadovoljni s ponujeno solato in zelenjavnimi prilogami, ki jih pri kosilu pojedjo. 58% anketirancem je kosilo dovolj obilno in pojedjo obrok v celoti, 42% pa jih včasih poje celo kosilo.

Ti učenci so večinoma zadovoljni s sestavo jedilnika, želeli bi si še večkrat makaronovo meso, špagete, mesno lazanjo, palačinke, dunajski zrezek, testenine vseh vrst, mlince in piščanca, golaž s polento, rižote. Predlogi, ki bi jih imeli učenci v šoli za kosilo so pica, pomfrit, hamburger, juha s cmočki, vampi, krvavice, čevapčiči, ocvrti lignji, mesne kroglice v paradižnikovi omaki, piščančje meso.

Torej, kljub temu, da imamo meso vključeno vsak dan v jedilnike, ga imajo posamezniki še premalo. Ker to ni po smernicah zdravega prehranjevanja, je trend še vedno k zmanjševanju mesa in sladkorja v prehrani naših učencev. Tako učencem nudimo nesladkane čaje, vodo, v šoli pripravljeno pecivo z majhno vsebnostjo sladkorja in izbiro polnovrednih mok, enolončnice z manj mesa, kakovostne sveže ribe in vsakodnevno sveže sadje in zelenjavo pri kosilu.

Večini anketirancev se zdijo šolski obroki primerno postreženi, pripombe imajo predvsem o tem, da včasih dobijo postreženo sladico na servietah, motijo jih mize v jedilnicah, ki so na kolesih, kovinska posoda in drugo.

Na vprašanje, česa je po njihovem mnenju preveč v prehrani, so odgovarjali sledeče: preveč ogljikovih hidratov, sledijo ribe, maščobe, meso, mleka in mlečnih izdelkov, sadja in zelenjave. V naslednjem letu bomo skušali prilagoditi jedilnike glede na te predloge v okviru smernic zdrave prehrane.

Na vprašanje, česa je po njihovem mnenju premalo v prehrani, so odgovarjali sledeče: sladkarij, sadja in zelenjave, rib, mesa in mesnih izdelkov, mleka in mlečnih izdelkov, ogljikovih hidratov... V naslednjem letu bomo skušali prilagoditi jedilnike glede na te predloge v okviru smernic zdrave prehrane.

Na vprašanje, kako pogosto učenci jedo sladkarije, je 20% odgovorilo, da pogosto posegajo po sladkarijah, kar 60% učencev posega po sladkarijah občasno, cca 20% pa zelo redko zaužijejo kaj sladkega.

Za naslednje šolsko leto imamo v načrtu, da bi še povečali delež polnovrednih žit ter povečali število brezmesnih kosil.