



REZULTATI IN ANALIZA ANKETE O ZADOVOLJSTVU S ŠOLSKO PREHRANO V ŠOLSKEM LETU 2019/2020

Ravnatelj:
Vinko Hostar

Organizatorica šolske prehrane:
Nives Žabkar

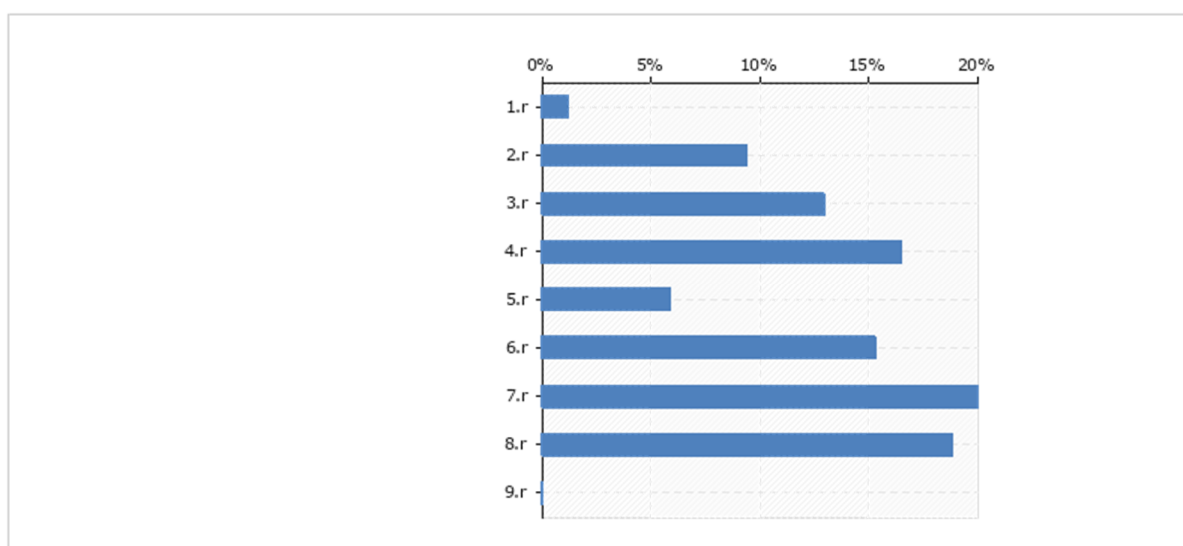
Senovo, 2020

OSNOVNI PODATKI O ANKETI

Anketni vprašalnik in analizo ankete sem pripravila organizatorica prehrane Nives Žabkar. Anketa je bila elektronska, izvedena s pomočjo spletne aplikacije 1ka ankete. Objavljena je bila v mesecu juniju. Povezava do anketnega vprašalnika je bila objavljena na spletni strani šole, starši in učenci pa so bili preko elektronske pošte povabljeni k reševanju vprašalnika.

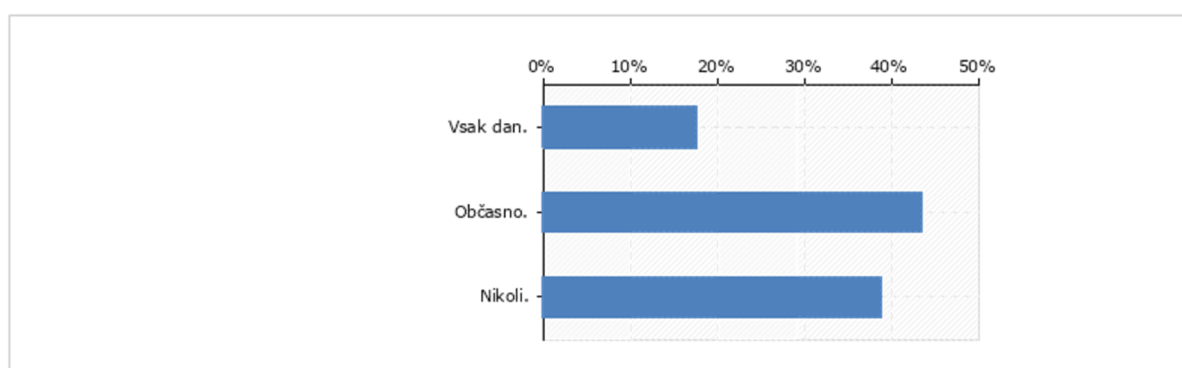
ANALIZA ANKETE O ŠOLSKI PREHRANI ZA UČENCE

Vprašanje 1: Kateri razred obiskuješ?



Spletni anketni vprašalnik je izpolnilo 85 učencev, kar je 28% vseh učencev na šoli. V največjem obsegu so anketo izpolnili učenci 7., 8. in 4. razreda. Učenci nižje stopnje so na anketna vprašanja odgovarjali s pomočjo staršev.

Vprašanje 2: Ali pred odhodom v šolo zajtrkuješ?

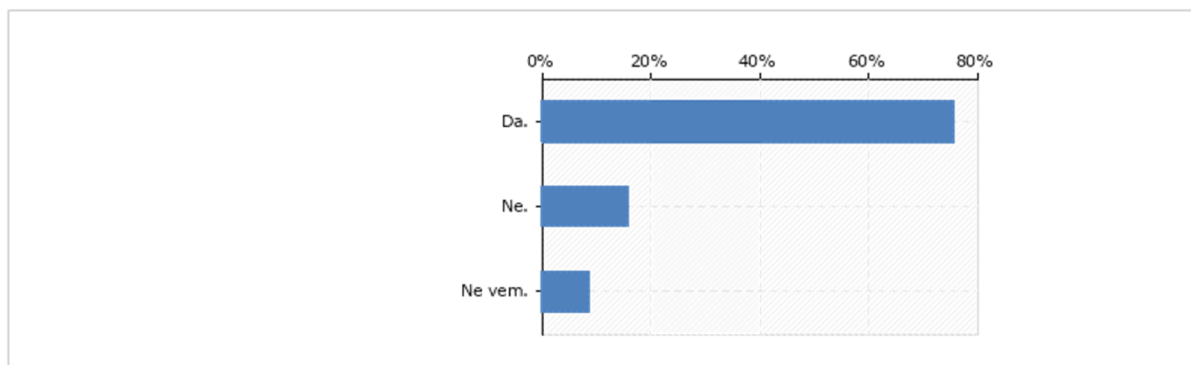


Pred odhodom v šolo vsak dan zajtrkuje 19% anketiranih otrok, občasno zajtrkuje 43% vprašanih otrok, medtem ko je za 39% anketiranih otrok šolska malica prvi dnevni obrok. Redno zajtrkovanje je del zdrave prehrane, zato nikakor ne sme biti dopoldanska malica nadomestilo za zajtrk. Z zajtrkom telesu omogočimo dovolj energije za učenje, delo, razmišljanje ter igro. Prav tako raziskave kažejo, da učenci, ki zajtrkujejo dosegajo boljše rezultate, so bolj zbrani in imajo manj težav s povečano telesno težo.

Vprašanje 3: Z ocenami od 1 do 5 oceni šolska obroka (malico in kosilo). (1- slabo, 2- zadovoljivo, 3- povprečno, 4- dobro, 5- zelo dobro)

Učenci so v povprečju šolsko malico in kosilo ocenili z oceno dobro, kar nam pove, da so s prehrano v šoli zadovoljni.

Vprašanje 4: Ali si seznanjen/-a s šolskim jedilnikom?



Šolski jedilnik redno spremlja 78% vprašanih otrok, medtem, ko se preostalih 22% učencev z jedilnikom seznanja zgolj redko oziroma nikoli.

Vprašanje 5: Katere malice imaš rad/-a?

Vprašanje je bilo odprtega tipa, tako da so učenci navajali kaj najraje jedo pri malici. Učenci so najpogosteje navajali jedi: hot dog, pizza, čokoladni namaz, tunin namaz, pašteta, mlečni gres. Gre predvsem za jedi, ki se jih glede na prehranske smernice uživa zgolj občasno, učenci pa jih imajo radi.

Preglednica 1: Odgovori anketiranih učencev

sirovke, hot dog, zelenjavni namaz, kosmiči, evrokrem, pica, češnje, jagode, marelice
gres, hot dog, sirovke, jogurte
gres, pica, sirovka, marmelada, pašteta, sir na kruhu, tunin namaz, skuta,
hot dog, pizza, evro krem, paštete
hot-dog, kruh pašteta, sirovi namazi,...
med in maslo,

kosmiči, pizza in rogljički.
enolončnica, pica, marmelada in kruh, sir in kruh..
namazi - tunin, zeliščni, zelenjavni, med, maslo, marmelada, pašteta, čokoladni, sendvič, hot dog, gres, mlečni riž, ovsena kaša, tradicionalni zajtrk, sadje,...
mlečni riž, hrenovke,
mlečni gres, evrokrem, marmelada
mlečna juha, greš, evrokrem
peciva.
ena lončnica
hot dog, pica, namaz, rogljički, čokoladno mleko.
hot dog gres. sirovke.
mleko in kosmiče, jogurt, sirovko, pleteničko, maslo in med.
hrenovke, sirovke
tople malice imam zelo rad(enolončnice), pa različne namaze.
pašteto z zeleno papriko in kruh mlečni zdrob sirova štručka enolončnica žemljo in sadni jogurt evrokrem in kruh
namaz
čokoladni namaz, kosmiči,gres
tunin namaz, pico in zelenjavni namaz
hot dog, gres, ribji namaz, marmelada in maslo
tunin namaz
hot dog
hot dog
tunin namaz, hrenovke, kruh, gres
sirne namaze, hrenovke, zelenjavo
viki kremo , salama, štučke,sir

Vprašanje 6: Katera kosila imaš rad/-a?

Vprašanje je bilo odprtega tipa, tako da so učenci navajali kaj najraje jedo za kosilo. Učenci so najpogosteje navajali jedi: marelični cmoki, kruhovi cmoki, palačinke, testenine, pire krompir, piščanec.

Preglednica 2: Odgovori anketiranih učencev

mlinci.meso piscancje
enolončnice, marelični cmoki, mlečna juha, špageti z omako.
vse

nimam kosila
mlince,njoke,pire krompir,cufte,rizoto,riba
matevž,pečenica,palačinke,golaž in polenta,njoke s smetanovo omako,kruhovi cmoki,metuljčki-testenine
vsa
kruhovi cmoki, mlinci in meso
marelični cmoki, kruhov cmok, kremne juhe, belo meso, solato,
palačinke, kompot, mlinci, meso
vsa ki imajo sladice , kroglice , piščančje meso
mlinci, juha z rezanci, špageti, makaroni, solata
metuljčki, špageti, palačinke, tortelini, mlinci
makaroni, špageti, prežganka,
špagete, riž
dopoldansko kosilo.
meso,krompir,solata,testenine,juhe,
mafin,solata z paradižnikom,goveja juha
cmoke,palačinke,špagete
mlinci in piščanec, juha s kašo
raznolike
njoki v beli omaki z piščančjim mesom,enolončnico,juha z kroglicami,pečeno meso zraven krompir in zelenjava,špageti,cmoki, ribe.
kruhovi cmoki z omako, marelični cmoki, kompot, špinača in pire krompir, mlečna juha, juha s kroglicami.
špinača, pire krompir,polenta, golaž, sojini polpeti, marelični in kruhovi cmoki, mlinci, riž, piščanec, sv. zrezki, govedina, kompot, štrukli, bistra juha, kremne juhe, pečen krompir, pečen oslič
sladice, testenine, ...
cmoke
cmoki
palačinke, špageti, tortelini, metuljčki
palačinke,mlečna juha in enolončnica.
juha, krompir, meso....

Vprašanje 7:Katerih kosil poješ najmanj?

Vprašanje je bilo zopet odprtega tipa, tako da so anketirani učenci najpogosteje navedli naslednje jedi: različne juhe (zelenjavna, gobova..), rižota, ribje jedi. Opažamo, da učenci v veliki večini zavračajo zelenjavne juhe, zelenjavne priloge in solate.

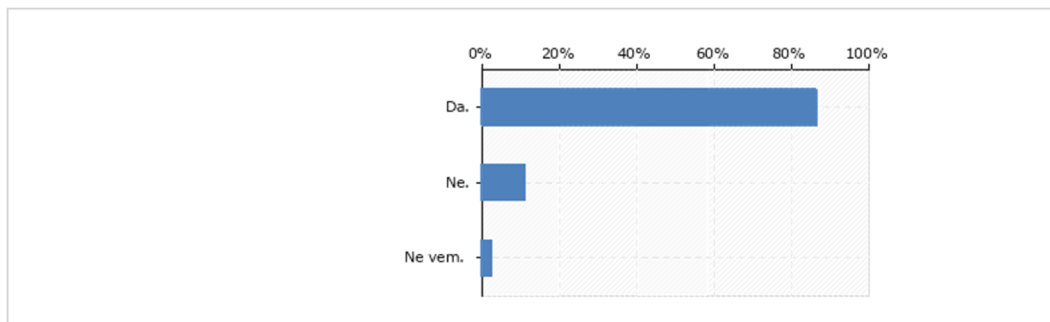
Prepogosto opažamo, da učenci ne vzamejo celotnega kosila, kar ne more zadostiti njihovim energijskim še manj pa hranilnih potrebam.

Preglednica 3: Odgovori anketiranih učencev

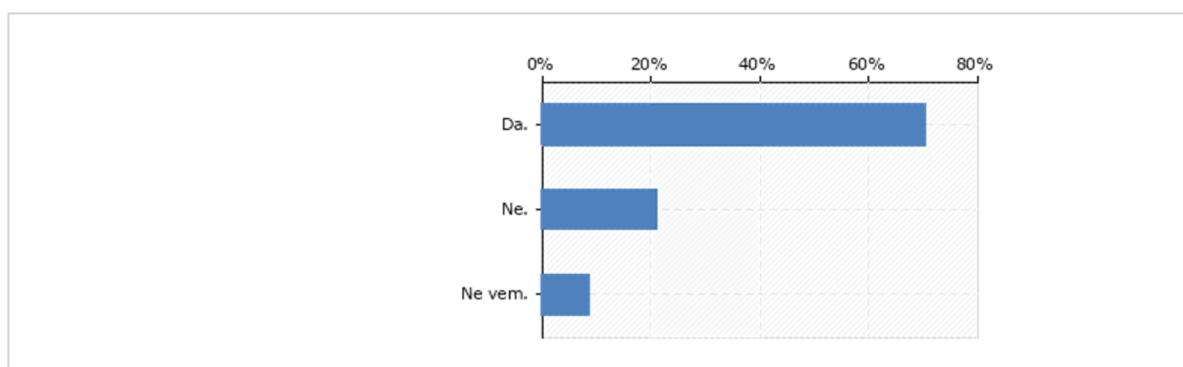
nič
juho z zelenjavo
nimam
cmokov
u
zelenjavna juha, som v rižoti, solata, rdeča pesa
ne jem kosila
zelenjavnih juh in rižev
paradiznikova juha, palacinke z marmelado
nisem prijavljena na kosilo.
zelenjavne juhe, kus kus, polenta, ajdova kaša, kislo zelje, matevž, ješprenj
zelenjavne juhe, špageti s tuno
ričet, golaž, ribe, testenine, obare
zelenjavne juhe
ribo soma tega kosila ne jem, obare, testenine, golaž
ajdovi žganci v gobovi juhi, sadna solata s sladko smetano.
polento
kruhove cmoke,
dobra so
zelenjave
ajdovi štruklji, špageti z ribjo omako
solato, juho
juha
juhe
zelenjavnih juh, mrzli krompir, ribe, ribjih omak, golaž, testenine iz eko moke.
rižote, kuskus, razne testenine v omakah.
rižota, špageti, mlinci,
sirovi štruklji
gobova juha, bučna juha
ko dobimo špagete z ribjo omako

Vprašanje 8, 9, 10 in 11:

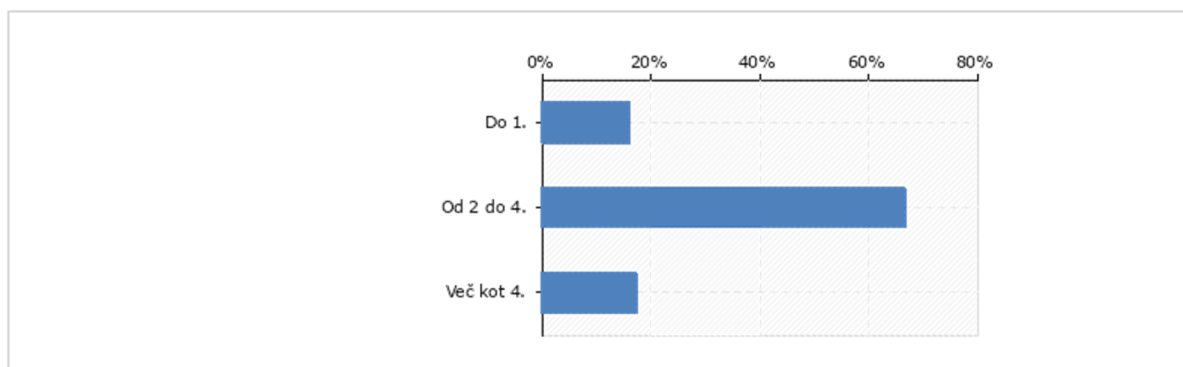
Ali je v šolskih obrokih dovolj sadja?



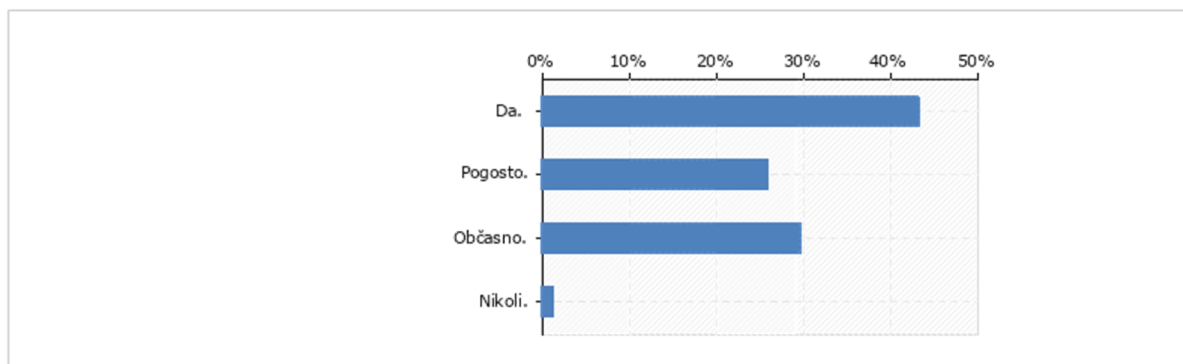
Ali v šolskih obrokih ješ zelenjavo?



Koliko kosov sadja in zelenjave poješ dnevno?

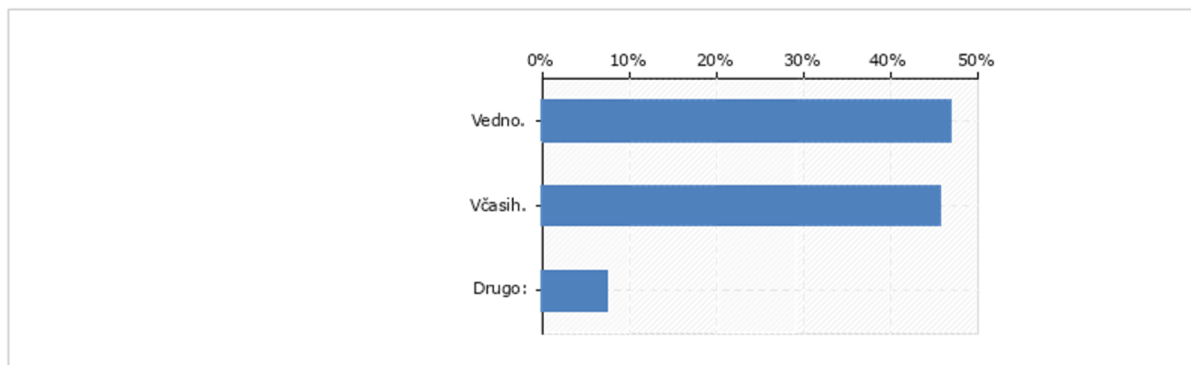


Ali poješ sadje in zelenjavo, ki jo ponujamo v šolski shemi?



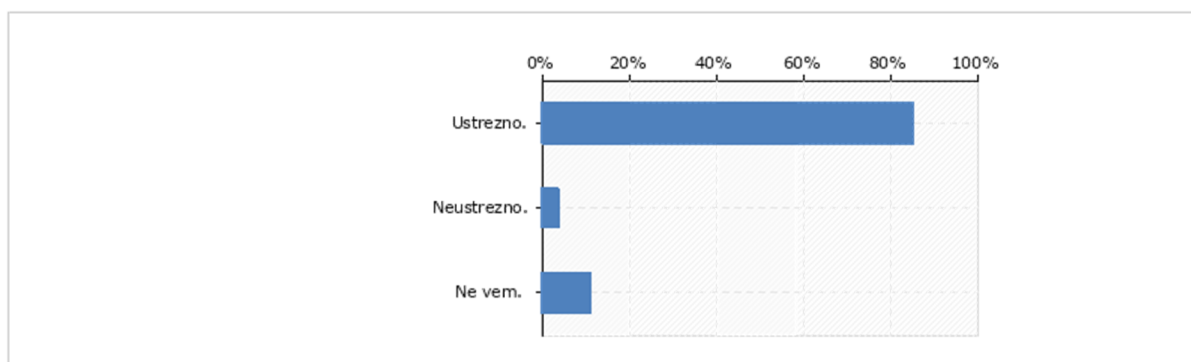
Rezultati kažejo, da v šoli ponujamo dovolj sadja, saj je skoraj večina anketiranih učencev to potrdila. Po prehranskih priporočilih je potrebno sadje uživati vsak dan, večkrat na dan, bodisi kot samostojen obrok (malica) ali kot sestavni del obroka. Opažamo, da učenci sadje radi jedo in pogosto posegajo po njem. Čeprav zelenjava ni ravno priljubljena med učenci, je anketa pokazala, da jo približno 70% učencev uživa v šolskih obrokih. Velik poudarek dajemo temu, da otrokom ponujamo veliko zelenjave, v raznolikih jedeh in na različne načine. Zelenjava ni samo sestavni del kosil, temveč jo otrokom pogosto ponudimo tudi pri šolski malici. Po rezultatih sodeč, večina anketiranih učencev dnevno zaužije dovolj sadja in zelenjave. Sadje in zelenjava, ki jo ponujamo v sklopu evropskega projekta Shema šolskega sadja in zelenjave učenci (68%) redno oz. pogosto zaužijejo.

Vprašanje 12: Ali so šolski obroki količinsko zadostni?



Približno manj kot polovica anketiranih učencev (45%) meni, da je so obroki količinsko zadostni, ravno toliko učencev hkrati trdi, da obroki včasih niso dovolj veliki. Podobno kot pri malicah smo tudi pri kosilu mnenja, da je hrane dovolj v primeru, da učenec vzame vse sestavine šolskega obroka.

Vprašanje 13: Šolski obroki so postreženi:



Večina učencev je s šolsko prehrano zadovoljnih, saj menijo, da je hrana ustrezno postrežena.

Vprašanje 14: Ali nam želiš še kaj sporočiti glede prehrane na šoli?

Učenci so v splošnem zadovoljni s prehrano. Pohvala gre kuhinjskemu osebju za njihovo prijaznost. Nekateri učenci bi želeli večje porcije.

Preglednica 4: Odgovori anketiranih učencev

večje količine kosila, kosila se vsak teden ponavljajo, lahko bi imeli tudi kdaj čevapčičein in pečen krompir.
naj bo več jogurtov in manj salam ter sendvičev. namesto čaja naj bo mleko.
lahko bi bilo večkrat piscancje peceno meso ker naredijo zelo dobro
ne.
raje sveža kot pa kuhana zelenjava, kuhane in na solati zelenjava mi ni všeč
zelo dobra hrana in okusna, ponavadi grem iskati še eno porcijo.
zelo okusna hrana
kuharice zelo dobro kuhajo in naj tako naprej kuhajo
lazanje so bile zelo dobre in sem jih z užitkom jedu ampak jih ni več ;(. drugače pa mi ni všeč rižota in testenine. ker so testenine razkuhane in rižota razkuhana. razumem in vem zakaj, ker se vse dela v velikih količinah.
da bi imeli malo več časa za malico,ker je prehitro konec in včasih ne uspem pojest.
da bi zjutraj v jedilnici lahko imeli nekateri tudi za zajtrk čaj in žemljo
občasno zmanjka sadja pri malici
vse je ok
eni nejemmo usega
čaj nima okusa, saj je v njem premalo čaja, pogosto je le topla voda. včasih so testenine preveč mehke. ribji namaz mi ni dober.
sem zadovoljen ampak ne zmeri
ni potrebno
da dobivamo manj mlečnih izdelkov
kuhajte se naprej tako dobro
v soli mi je hrana dobra in jo dobim dovolj . kuharice so prijazne in vedno dobre volje
pri kosilih bi lahko večkrat dobili sadje.
kosila bi morali biti vec, ker sem vedno lačen ko pridem iz šole in moram doma še enkat jest.
majn rib pa polente
/
za malico bi kdaj jedel jajčka, kuhana ali pečena na oko.
0
ne

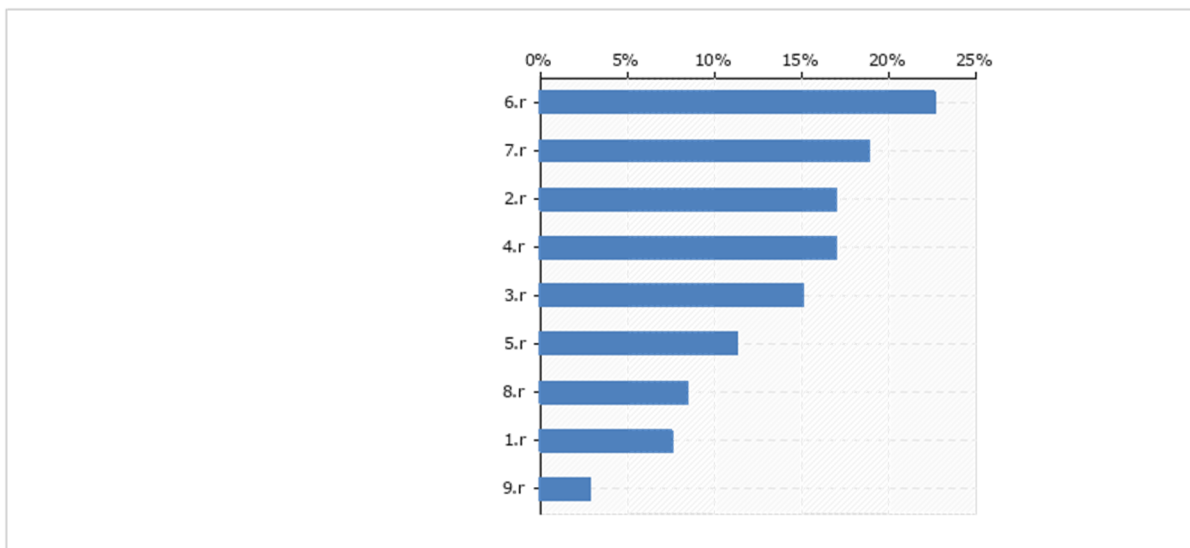
ne vse je vrede samo za malico nimam najraje tutnin namaz.

da se vključijo tudi hamburgerji.

ANALIZA ANKETE O ŠOLSKI PREHRANI ZA STARŠE

Spletno anketo o šolski prehrani je izpolnilo 106 staršev.

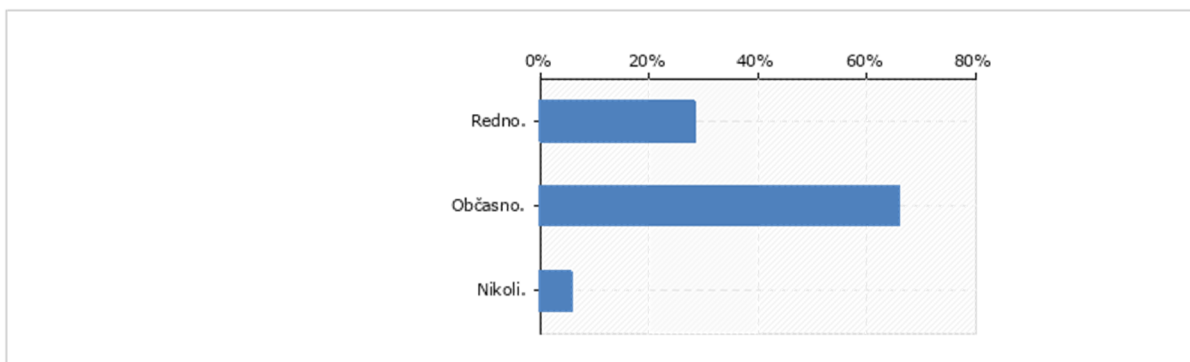
Vprašanje 1: Razred vašega otroka.



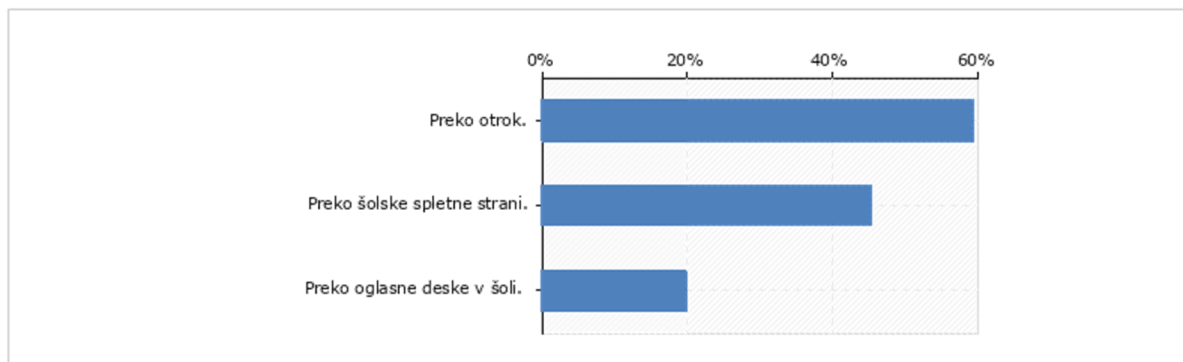
Največ anketnih vprašalnikov so izpolnili starši 6., 7. in 2. razreda.

Vprašanje 2 in 3:

Kako pogosto spremljate šolski jedilnik?



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



Večina (90%) anketiranih staršev redno ali občasno spremlja šolski jedilnik. Starši informacije o šolskem jedilniku večina izvedo preko otrok ali šolske spletne strani. Manjši del staršev si jedilnik ogleda na oglasni deski v šoli.

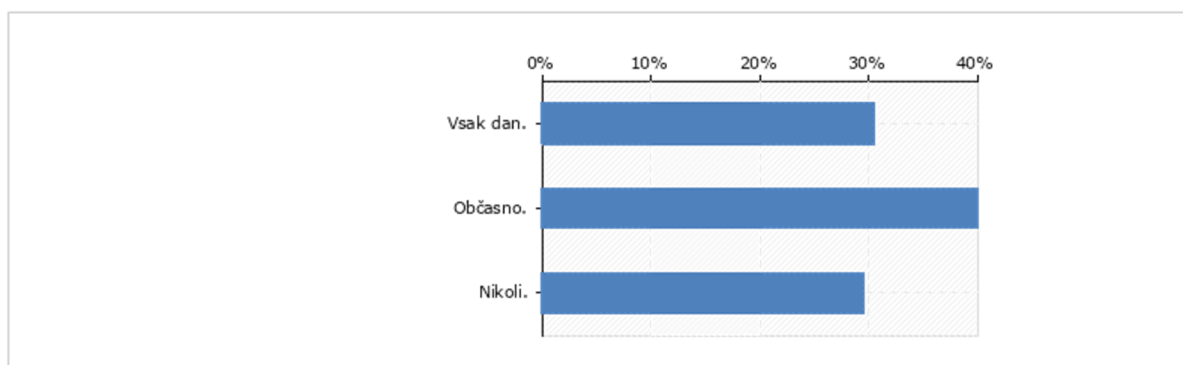
Vprašanje 4: Kako pogosto se z otrokom pogovarjate o šolski prehrani?

Anketni vprašalnik je pokazal, da se starši vsak dan ali vsaj tedensko pogovarjajo o šolski prehrani. To dokazuje, da se starši zanimajo, kaj njihov otrok čez dan zaužije. Starši imajo tudi velik vpliv na otrokovo prehranjevanje in dojetanje hrane.

Vprašanje 5: Ali menite, da prehrana na šoli ustreza smernicam zdravega prehranjevanja v šoli?

Večina staršev meni, da šola sledi smernicam zdravega prehranjevanja. Manjši odstotek staršev pa smernic ne pozna.

Vprašanje 6: Ali vaš otrok pred odhodom v šolo zajtrkuje?

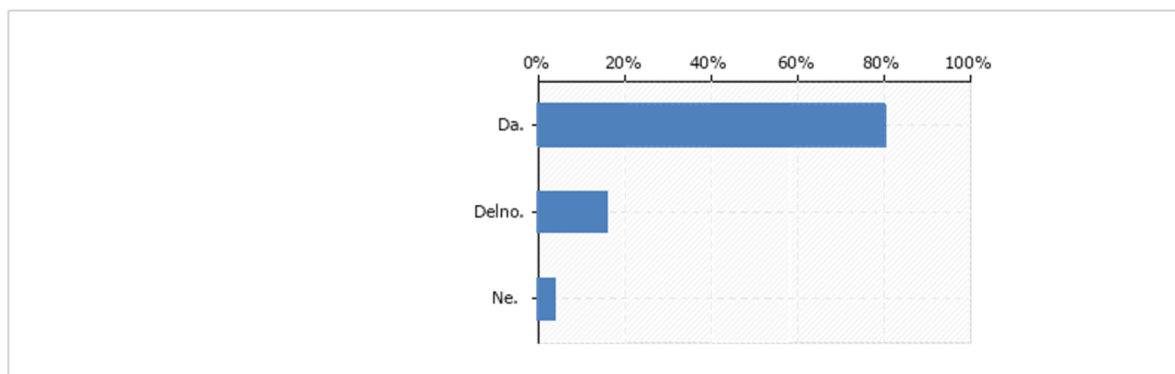


Rezultati anketnega vprašalnika kažejo, da premalo otrok zjutraj redno zajtrkuje. Skoraj 70% staršev, je odgovorilo, da njihov otrok zajtrkuje občasno ali pa nikoli. Podobno kot pri analizi anketnega vprašalnika za učence, se je pokazalo, da zajtrk pri večini učencev ni dnevni obrok. Zajtrk pa je najpomembnejši obrok dneva, saj telesu omogoča energijo in zagon.

Vprašanje 7: Menite, da je šolska prehrana dovolj raznolika?

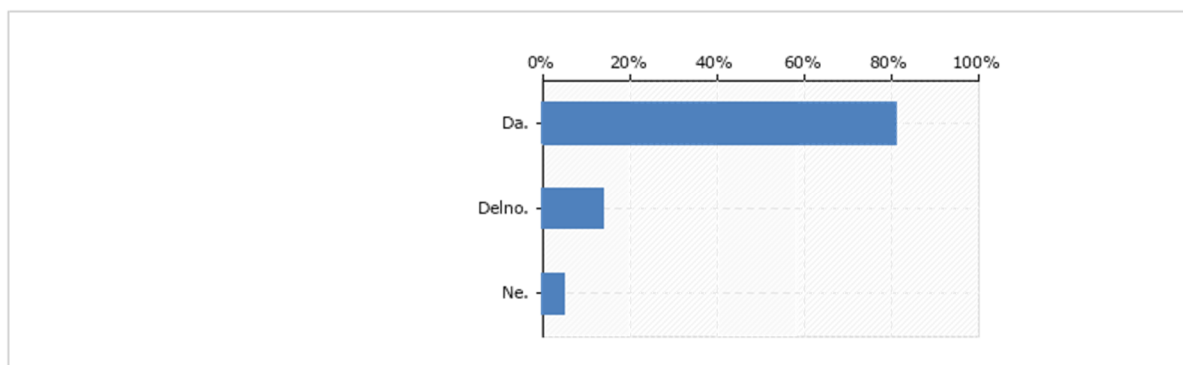
Starši menijo, da je šolska prehrana dovolj raznolika, saj jih je 80% odgovorilo pritrdilno. Manjši odstotek anketiranih staršev pa se s tem ne strinja.

Vprašanje 8: Ali ste zadovoljni s kakovostjo šolske malice?



80% anketiranih staršev menijo, da je malica v šoli kakovostna. Ostali starši (20%) pa so odgovorili, da so s kakovostjo šolske malice delno zadovoljni ali sploh ne. Kot razlog so navajali, da bi želeli več zdravih namazov, še več zelenjave, na jedilniku se pojavlja preveč pekovskih izdelkov, premajhna količina malice, premalo kvalitetna hrana.

Vprašanje 9: Ali ste zadovoljni s kakovostjo šolskega kosila?



Podobno kot pri šolski malici so anketirani starši mnenja, da je šolsko kosilo kakovostno. Takšnega mnenja je 80% staršev. Ostali starši pa so s kakovostjo šolskega kosila delno zadovoljni ali sploh ne. Kot razlog so navajali, da imajo vse omake podoben okus, premalo raznolika kosila, premajhne porcije ter več zdravih obrokov.

Na kakovost obroka vplivajo osnovne sestavine, mehanska in termična obdelava ter priprava jedi. Za nabavo osnovnih sestavin smo v veliki meri zavezani na ponudnike, izbrane z javnimi razpisi. To so predvsem večja priznana slovenska podjetja in obrati. V prehrano vključujemo tudi lokalno pridelana živila, vendar je pri nabavi le-teh velika omejitev njihova visoka cena, pri določenih artiklih pa tudi dostopnost količin. Sama priprava pa je tudi odvisna od kuharskega osebja. Poleg tega pa je okus zelo subjektiven.

Vprašanje 10 in 11:

Ali menite, da vaš otrok dobi zadostno količino hrane za šolsko malico?

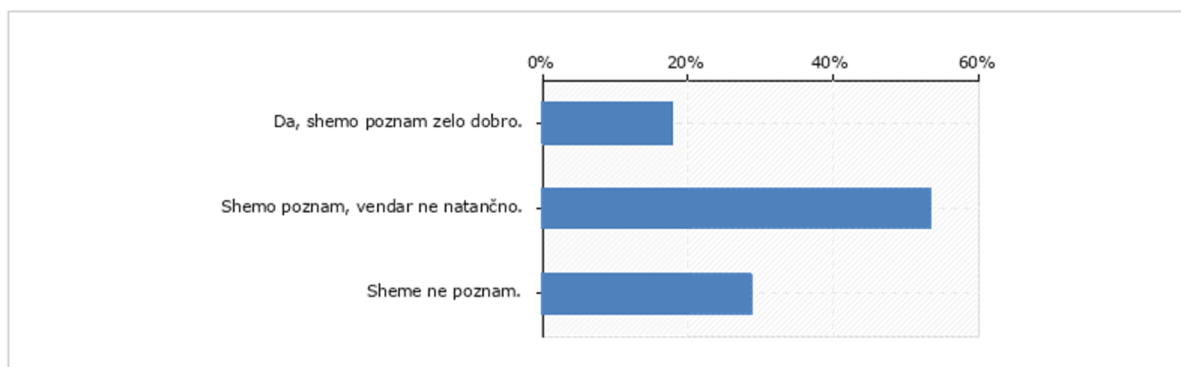
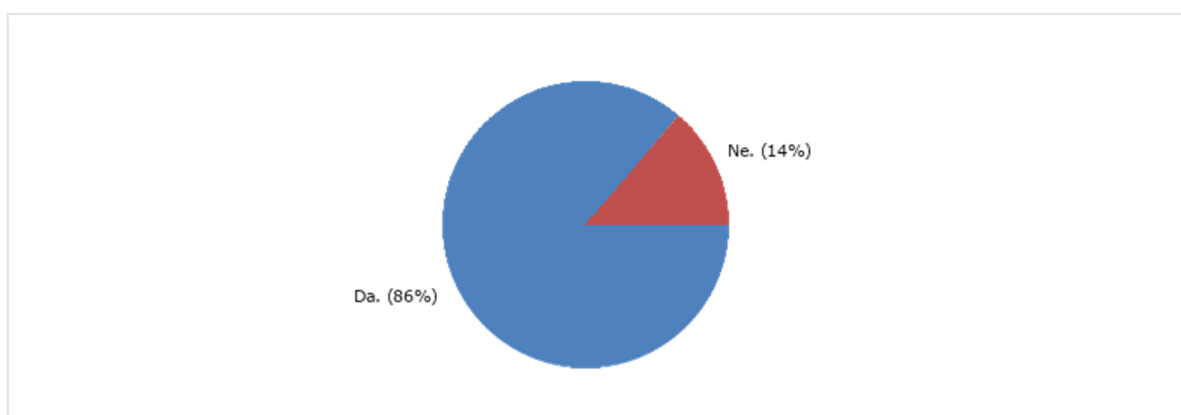
Ali menite, da vaš otrok dobi zadostno količino hrane za šolsko kosilo?

Približno 90% staršev meni, da je hrane za šolsko malico dovolj. Manjši odstotek pa jih meni, da otroci dobijo premalo. Prav tako so anketirani starši mnenja, da za šolsko kosilo dobijo zadostno količino hrane (70%). Podobno kot smo zasledili pri vprašanju za učence, smo mnenja, da je hrane dovolj v primeru, da učenec vzame vse sestavine šolske malice in kosila.

Vprašanje 12 in 13:

Ali menite, da ima vaš otrok v šoli na razpolago dovolj sadja in zelenjave?

Naša šola sodeluje v shemi "Šolska shema" s finančno podporo Evropske unije.



V Smernicah zdravega prehranjevanja je priporočeno, da čez dan zaužijemo dovolj vitaminov, mineralnih snovi in vlaknin, ki jih dobimo predvsem v sadju in zelenjavi. Na naši šoli sledimo smernicam in v jedilnik vključujemo veliko sadja in zelenjave. S tem se strinjajo tudi starši, saj menijo, da je v šoli na razpolago dovolj sadja in zelenjave. Trudimo se, da vključujemo sezonsko sadje in zelenjavo. Prav tako smo vključeni v projekt Šolska shema sadja in zelenjave. Glede na rezultate ankete, smo nad odgovorom presenečeni, saj večina anketiranih staršev sheme natančno ne pozna ali je sploh ne pozna. V prihodnje bomo starše še več informirali o tem projektu.

Vprašanje 14: Ali nam želite še kaj sporočiti glede šolske prehrane?

Starši so v splošnem zadovoljni s šolsko prehrano. Izpostavljajo, da bi hrana lahko bila bolj raznolika.

Preglednica 5: Odgovori anketiranih staršev

kuha naj se taka hrana ki jo otroci pojedjo,ker je lahko nekaj zelo zdravo pa ostaja,otroci pa pridejo lačni domov,hrana pakonča kot odpadek
kar tako naprej..
smo zadovoljni z prehrano
ni potrebno
za kosilo naj otroci dobijo dovoljenje da si greji se iskati. bolse da pojejo hrano kot da se mece. ker nekateri ne uzamejo vse na kosilu pa pol kar ostane naj dobijo tisti ki so se lacni
zadovoljni, da ima otrok na razpolago sadje
otroci tožijo edino po pomanjkanju časa za malico. 20 minut je premalo.
vse je zelo dobro.
smo zadovoljni.
ne.
kosila so vsak teden skoraj enaka. premalo so raznolika. večje porcije rabijo otroci. posebno otroci v sednem,osmem in devetem razredu. domov prihajajo lačni.
ne!
za malico manjkrat jajčni namaz, za kosilo manjkrat instant pripravljene jedi.
nič za dodati
sem zadovoljna z raznoliko šolsko prehrano.
ne, se je dalo lepo dogovorit. mogoce bi lahko razmislili o vprasalniku.
hrana je dobra
po mojem mnenju je preveč prilagajanja otrokom z muslimansko vero
hrana je zelo dobro kuhana in pripravljena , vendar je le te premalo. lp
otroci pohvalijo hrano
naj bo okusna in kvalitetna.
več hrane naj kuharice pripravijo v kuhinji in brez umetnih dodatkov.
naj bo bolj raznolika hrana, večji obroki (glede na starost)
pri kosilu menim da so količine hane zadovoljive. tudi otroci se najedo. so siti. pri sami malici pa menim da niso tako nasitne, otroci bi še jedli. kakor kdo, moji bi še jedli.
otrok se vedno potoži glede ribjega menija. premalo pečeno, pa ne ustreza kombinacija riba - riž
čimveč zdravih in raznovrstnih obrokov za naše otroke
hvala vam za vse! lepe počitnice želimo! ostanite zdravi!
kosila so po količini premajhna in premalo raznolika. vsak teden so skoraj enaka. vem da marajo jesti vse ampak a ni škoda hrane ki jo vržete stran ko ne jedo. mogoče bi bilo tudi njih smiselno vprasati kaj si zelijo za kosilo. nobeden clovek ne je čisto vsega tudi otroci ne. bi bili

kdaj tudi veseli ponfrija(iz pečice) in ocvrtega mesa(iz pečice) ne pa samo da se testenine, golaz in ješprenj ponavljajo iz tedna v teden. tega so že siti.
--

še več zelenjavnih jedi, jedi na žlico
--

ZAKLJUČEK

Rezultati ankete kažejo, da je večina učencev in staršev s prehrano v šoli zadovoljnih. Trudili se bomo, da bo naša prehrana tudi v prihodnje čim bolj pestra, okusna in zdrava ter da bodo otroci dobili dovolj velike obroke. Pri načrtovanju jedilnikov se bomo še naprej ravnali po Smernicah zdravega prehranjevanja, upoštevali načela pestrosti in na jedilnike uvrščali tudi živila ter jedi, ki jih imajo otroci radi. Želje in okusi se pogosto ne skladajo z načeli uravnotežene prehrane, vendar je pomembno, da priljubljena živila kombiniramo s priporočenimi.

Staršem in učencem se zahvaljujemo za vse pripombe, pobude, pohvale in mnenja. Vaši odgovori nam bodo v pomoč pri načrtovanju šolske prehrane ob upoštevanju Smernic zdravega prehranjevanja.