

OŠ TABOR LOGATEC

Tržaška c. 150

1370 Logatec

# Šolska prehrana

analiza ankete 2020-21



Logatec, september 2021

pripravila: Veronika Škedelj,  
organizatorica šolske prehrane

## Priprava ankete

Anketna vprašanja sem pripravila organizatorica šolske prehrane. Anketa je letos zasnovana nekoliko drugače kot pretekla leta, z drugačnim naborom vprašanj. Izvedli smo dve anonimni anketi: anketo za starše in anketo za učence. Obe anketi sta se izpolnjevali prek spleta.

## Izvedba ankete

Povezava do ankete za starše je bila objavljena na spletni strani šole med 13. 5. in 20. 5. 2021. Starši so bili k izpolnjevanju ankete povabljeni preko e-asistenta.

Učenci so do ankete lahko dostopali v računalniški učilnici pod vodstvom učiteljev. V obdobju med 11. 5. in 28. 5. 2021 smo v času pouka oz. drugih dejavnosti anketirali učence od 1. do 9. razreda matične šole in podružnične šole Rovtarske Žibrše.

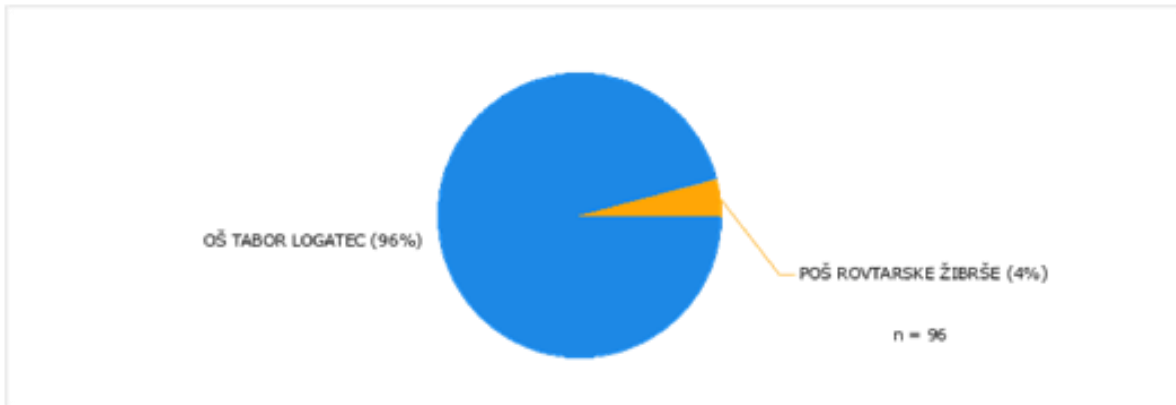
## Odziv na anketo

Anketo je v rešilo 96 staršev ( 68 staršev v šolskem letu 2019/20), kar predstavlja 13% staršev, ki so bili povabljeni k izpolnjevanju ankete. Odziv je boljši kot v preteklih letih. Anketo za učence je izpolnilo 410 učencev od 1. do 9. razreda, kar predstavlja 78 % učencev matične in podružnične šole Rovtarske Žibrše. Z odzivom smo zadovoljni.

# Rezultati in analiza ankete za starše

Anketo je reševalo 96 staršev. 26% staršev otrok prve triade, 28% staršev druge triade in 46% staršev tretje triade.

**Graf: Na kateri lokaciji se šola vaš otrok?**



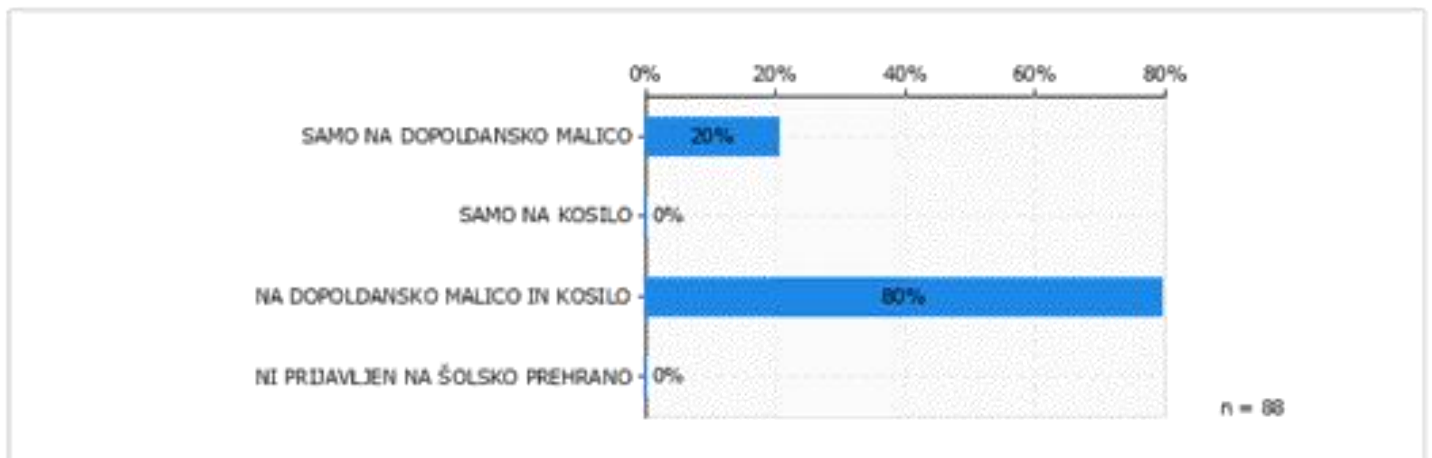
**Graf: Kateri razred obiskuje vaš otrok?**



+Glede na lokacijo šolanja je bilo 96% staršev otrok, katerih otroci se šolajo na matični šoli in 4% staršev otrok, katerih otroci se šolajo na podružnični šoli Rovtarske Žibrše.

### Graf: Na kateri obrok je prijavljen vaš otrok?

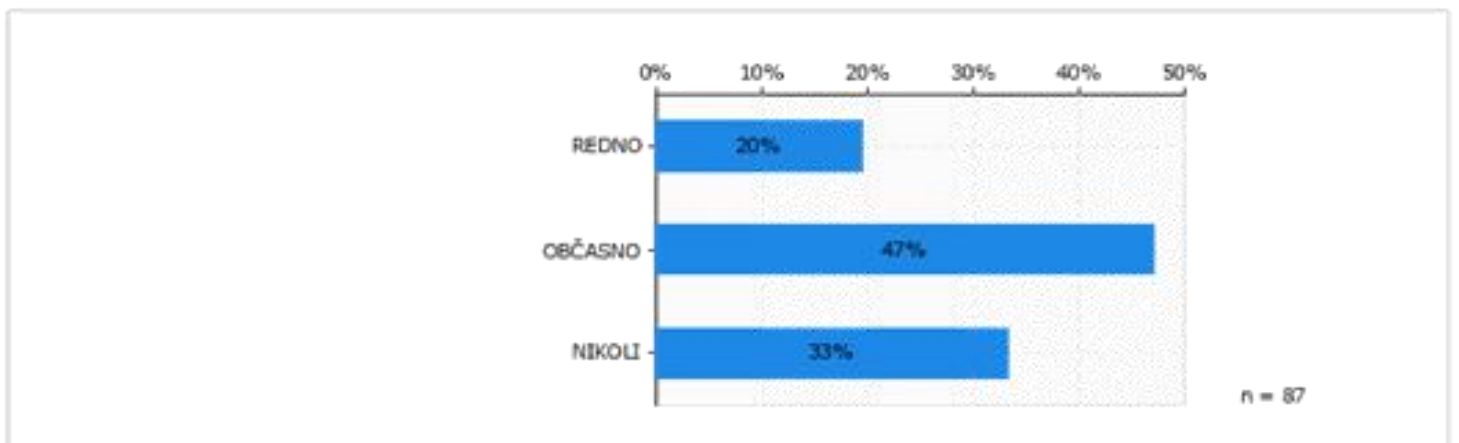
80% staršev ima otroka prijavljenega na šolsko malico in kosilo ter 20% staršev ima otroka prijavljenega le na šolsko malico.



### Spremljanje šolskega jedilnika:

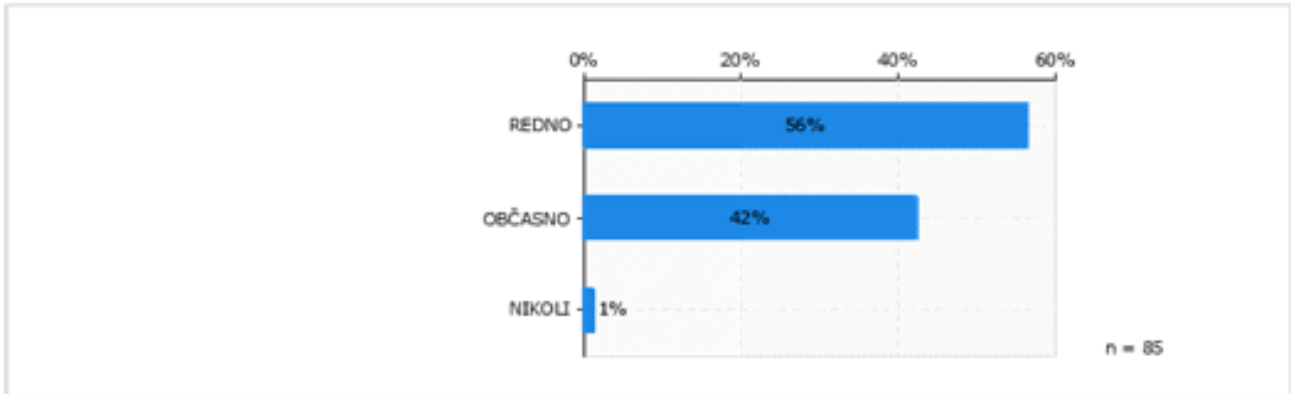
20% staršev jedilnik redno spremlja in 47% staršev jedilnik spremlja le občasno. 33% staršev jedilnika ne spremlja. V primerjavi z lanskim šolskim letom se je delež staršev, ki jedilnika ne spremljajo zvišal za 17%. Delež staršev, ki jedilnik redno spremlja ostaja podoben kot v preteklih letih.

### Graf: Spremljanje šolskega jedilnika



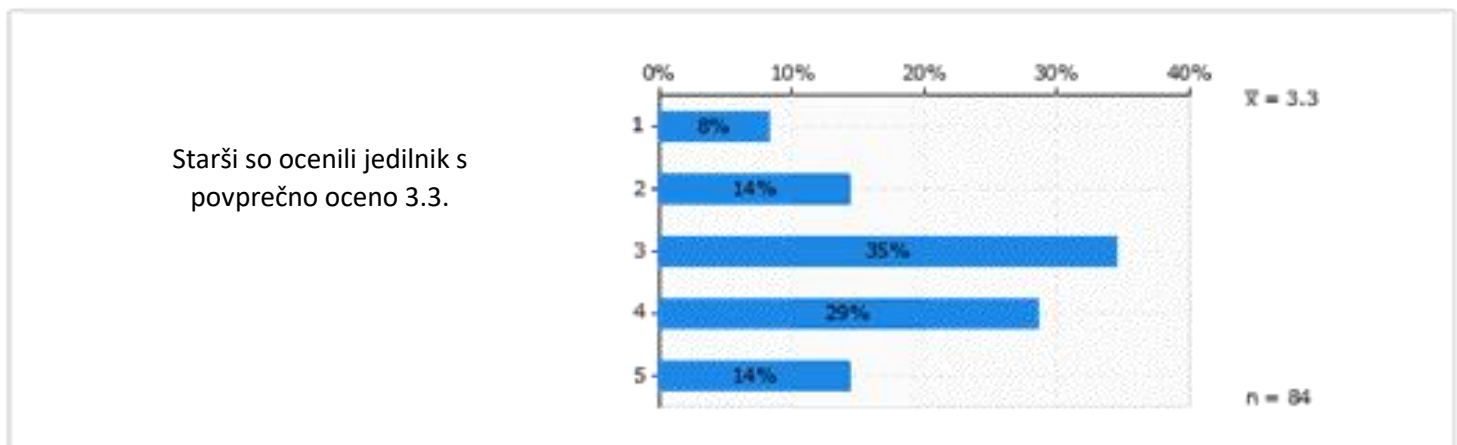
Rezultati ankete so pokazali, da se 56% staršev redno in 42% staršev občasno z otrokom pogovarja o šolski prehrani in le 1% anketiranih o tej temi z otrokom ne razpravlja. Rezultat je primerljiv rezultatu preteklih šolskih let.

**Graf: Kako pogosto se z vašim otrokom pogovarjate o šolski prehrani?**

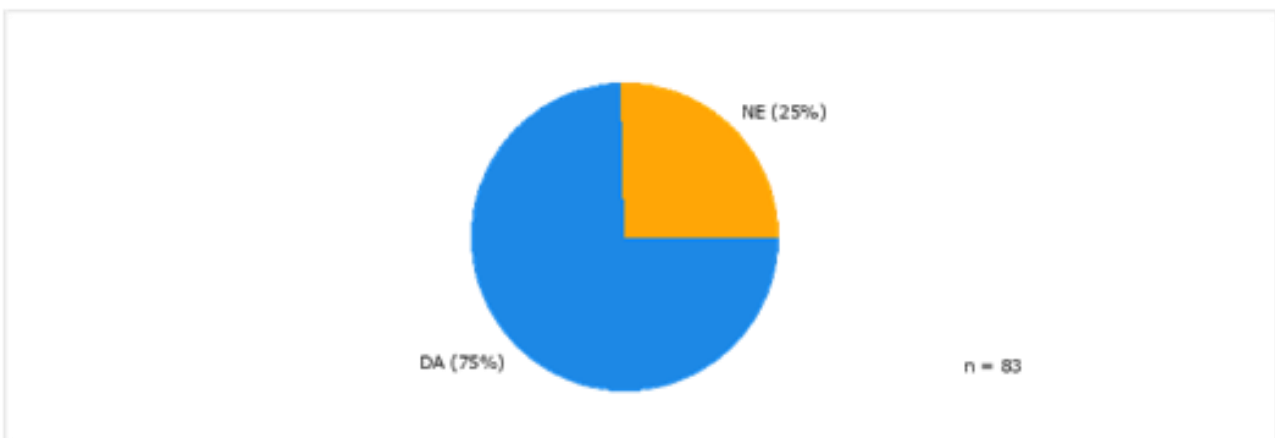


### Ocena šolskega jedilnika.

**Graf: Ocena šolskega jedilnika**



**Graf: Ali je po vašem mnenju v jedilniku vključeno dovolj sadja in zelenjave?**

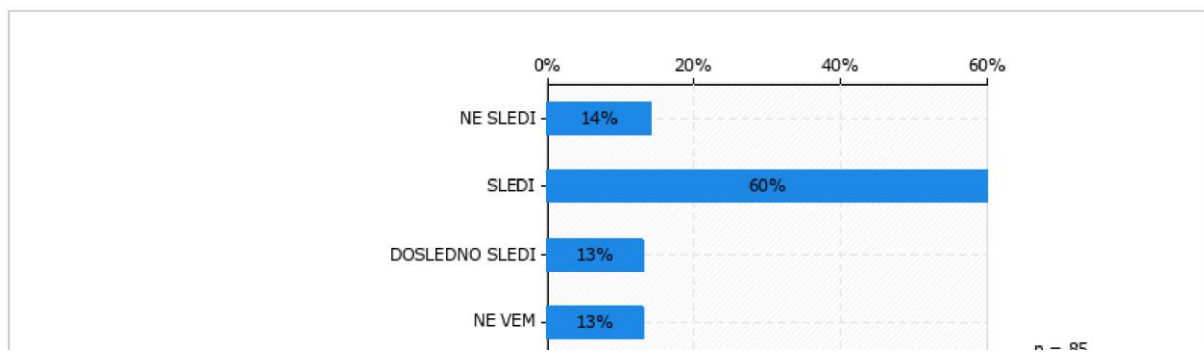


75% staršev je ocenilo, da je v jedilniku vključenega dovolj sadja in zelenjave. Večji delež sadja in zelenjave v šolskem jedilniku bi želelo 25% anketiranih.

## Ali menite, da šolska prehrana ustreza kriterijem zdrave prehrane?

Rezultati kažejo, da večina staršev (73%) meni, da šolska prehrana sledi (60% staršev) oziroma dosledno sledi (13% staršev) kriterijem zdrave prehrane in 14% staršev pa je mnenja, da šolska prehrana ne sledi smernicam zdravega prehranjevanja. Rezultat je primerljiv z rezultatom v preteklem šolskem letu. Šolska prehrana mora slediti smernicam zdravega prehranjevanja, ki jih je izdalo pristojno ministrstvo. Zdrava prehrana je še posebej pomembna v obdobju odraščanja. Zdrave prehranjevalne navade, ki jih otroci pridobijo v zgodnjem otroštvu, vplivajo na izbiro živil in način prehranjevanja tudi v kasnejšem življenjskem obdobju in s tem na zdravje v odrasli dobi.

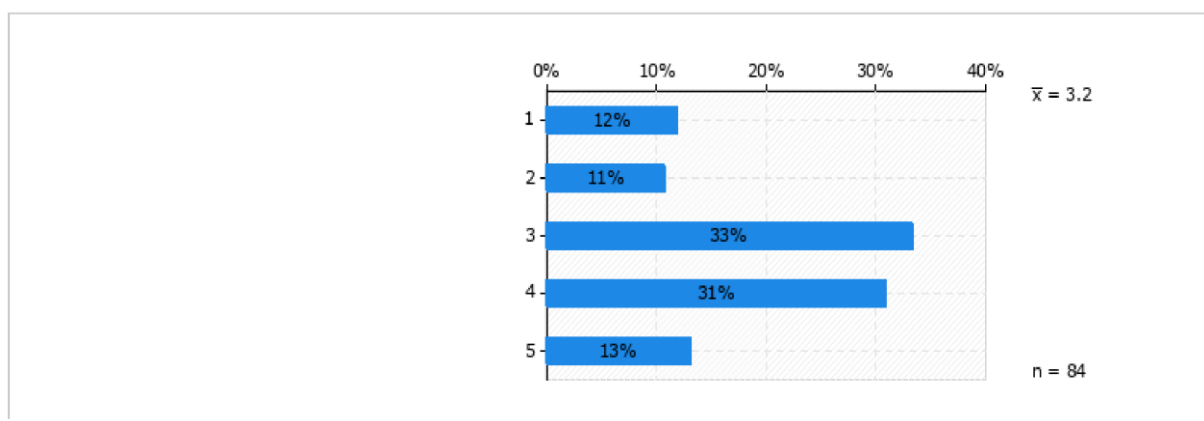
**Graf: Šolska prehrana sledi načelom zdravega prehranjevanja**



## Ocena zadovoljstva otroka s šolskimi obroki

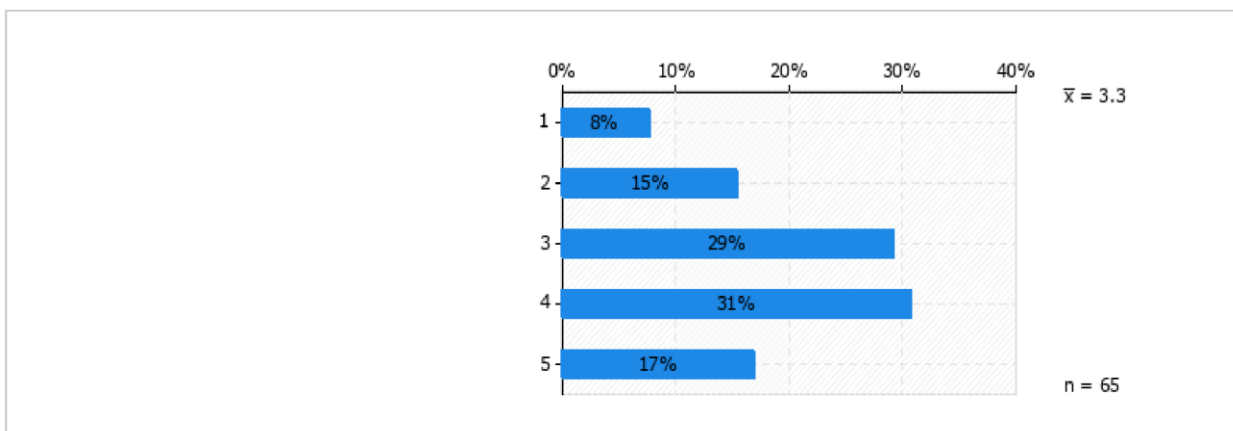
33% staršev je zadovoljstvo otroka s šolsko malico ocenilo z oceno 3, kar pomeni, da je otrok še kar zadovoljen s šolsko malico. 13% staršev ocenjuje, da je otrok z malico zelo zadovoljen in 31% staršev, da je otrok zadovoljen s šolsko malico. 12% staršev ocenjuje, da je otrok z malico zelo nezadovoljen.

**Graf: Ocena zadovoljstva otroka s šolsko malico**



Deleži ocen zadovoljstva oziroma nezadovoljstva s šolskim kosilom so je primerljivi z deleži zadovoljstva oziroma nezadovoljstva s šolsko malico. Po oceni staršev je 8% otrok s kosilom zelo nezadovoljnih, 15% otrok nezadovoljnih, 29% otrok še kar zadovoljnih, 31% zadovoljnih in 17% zelo zadovoljnih.

**Graf: Ocena zadovoljstva s šolskim kosilom**

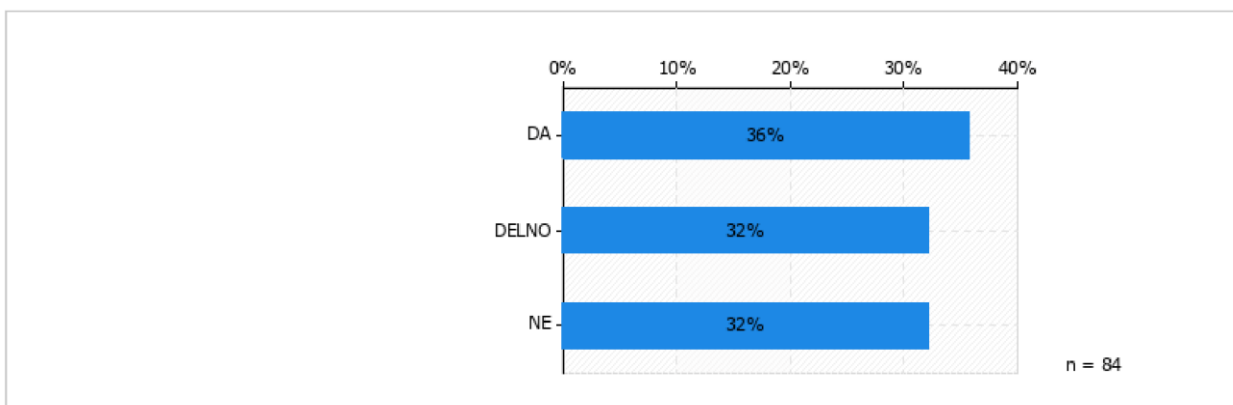


Na kakovost obroka vplivajo osnovne sestavine, mehanska in termična obdelava ter priprava jedi. Za nabavo osnovnih sestavin smo v veliki meri zavezani na ponudnike izbrane z javnimi razpisi. To so predvsem večja priznana slovenska podjetja in obrati. V prehrano vključujemo tudi biološko pridelana živila, vendar je pri nabavi le teh velika omejitev njihova visoka cena, pri določenih artiklih pa tudi dostopnost količin. Vključujemo tudi lokalno pridelana živila kot so mleko in mlečni izdelki, kruh, meso, sadje in zelenjava. Trudimo se, da pri pripravi jedi izbiramo zdrave postopke toplotne obdelave živil. Izpostavila bi pripravo iz svežih sestavin, lastnih sladici ter izogibanje pripravi jedi v velikih količinah maščobe (cvrtja), zmerno soljenje in sladkanje ter ne uporabo umetnih arom in drugih umetnih dodatkov jedem. Sama priprava pa je zagotovo odvisna tudi

### Ali je vaš otrok zadovoljen s količino šolske malice/kosila?

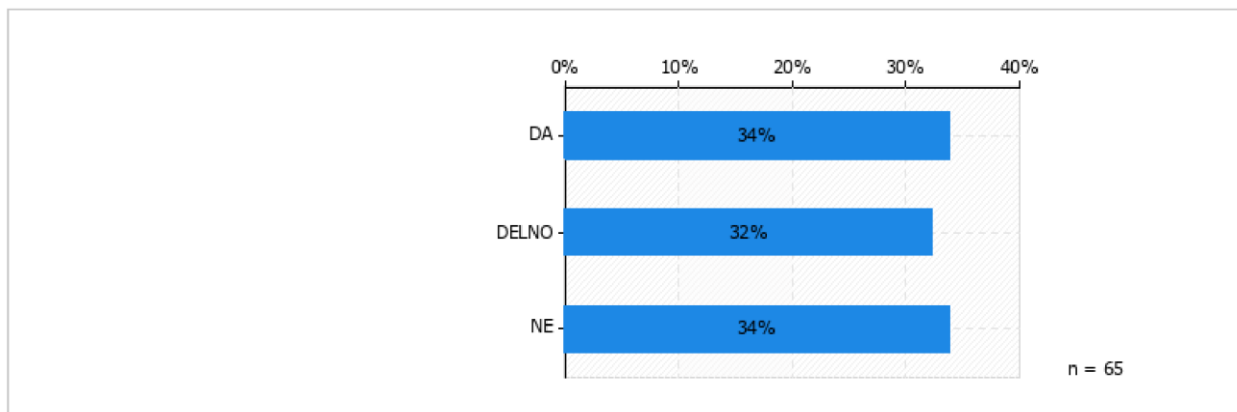
36% staršev meni, da je otrok zadovoljen s količino šolske malice. Delno zadovoljnih otrok s količino šolske malice je po oceni staršev 32% otrok in nezadovoljnih 32% otrok. V šoli nudimo zajtrki, dopoldansko malico, kosilo in popoldansko malico. Tako kot v preteklih letih opažamo, da veliko učencev ne poje vseh živil, ki so vključena v malico (sadje, zelenjava, polnozrnatni izdelki, bio mlečni izdelki, ...), zato jim malica količinsko ne zadostuje. Še vedno so na šoli otroci, ki ne zajtrkujejo. Šolska – dopoldanska malica predstavlja premostitveni obrok med zajtrkom in kosilom in ne nadomešča zajtrka.

**Graf: Zadovoljstvo otroka s količino šolske malice**





### Graf: Zadovoljstvo otroka s količino šolskega kosila

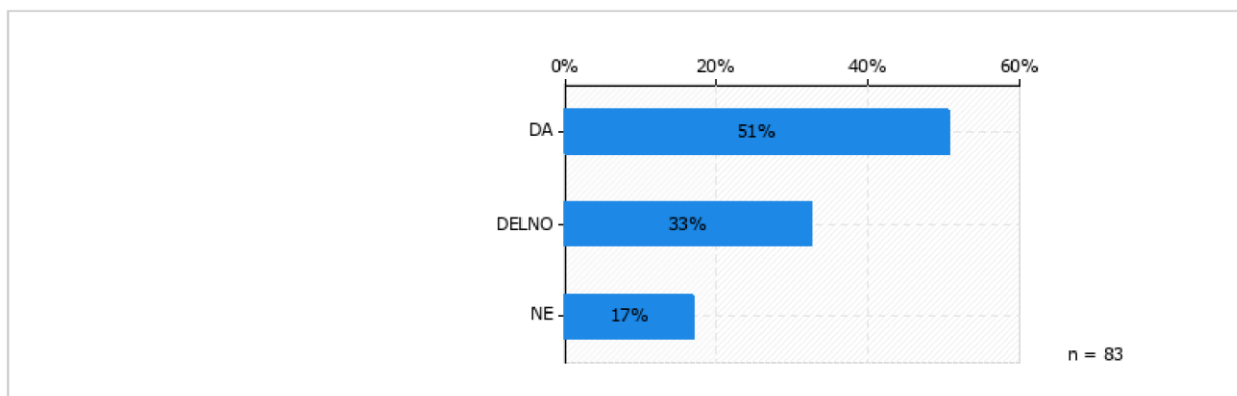


Rezultat zadovoljstva s količino šolskega kosila je podoben rezultatu zadovoljstva s šolsko malico. 34% staršev meni, da je otrok zadovoljen s količino šolskega kosila. Delno zadovoljnih otrok s količino šolskega kosila je po oceni staršev 32% otrok in nezadovoljnih 34% otrok. Kot pri šolski malici tudi pri kosilu opažamo, da veliko učencev ne vzame ali ne poje vseh živil, ki jih imajo na jedilniku za kosilo (solata, zelenjavna juha, zelenjavne priloge).

### Ali ste zadovoljni z raznolikostjo živil/jedi pri šolskih obrokih?

51% staršev je z raznolikostjo živil/jedi pri šolski malici zadovoljna. Delno zadovoljnih z raznolikostjo živil/jedi pri šolski malici je 33% staršev in nezadovoljnih 17% staršev.

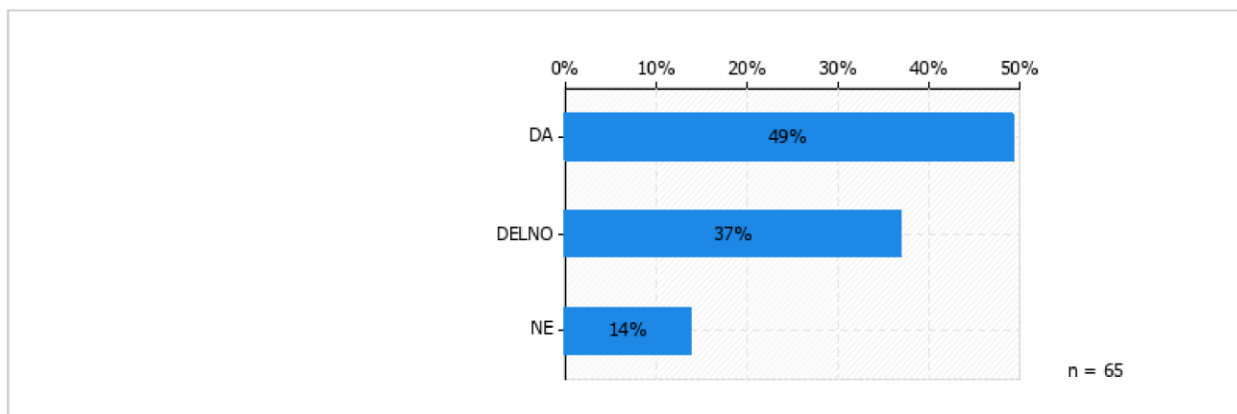
### Graf: Zadovoljstvo z raznolikostjo živil/jedi pri šolski malici



Rezultat zadovoljstva z raznolikostjo živil/jedi pri šolskem kosilu je primerljiv z rezultatom zadovoljstva z raznolikostjo živil/jedi pri šolski malici. 49% staršev je z raznolikostjo živil/jedi pri šolskem kosilu zadovoljna. Delno zadovoljnih z raznolikostjo živil/jedi pri šolskem kosilu je 37% staršev in nezadovoljnih 14% staršev.

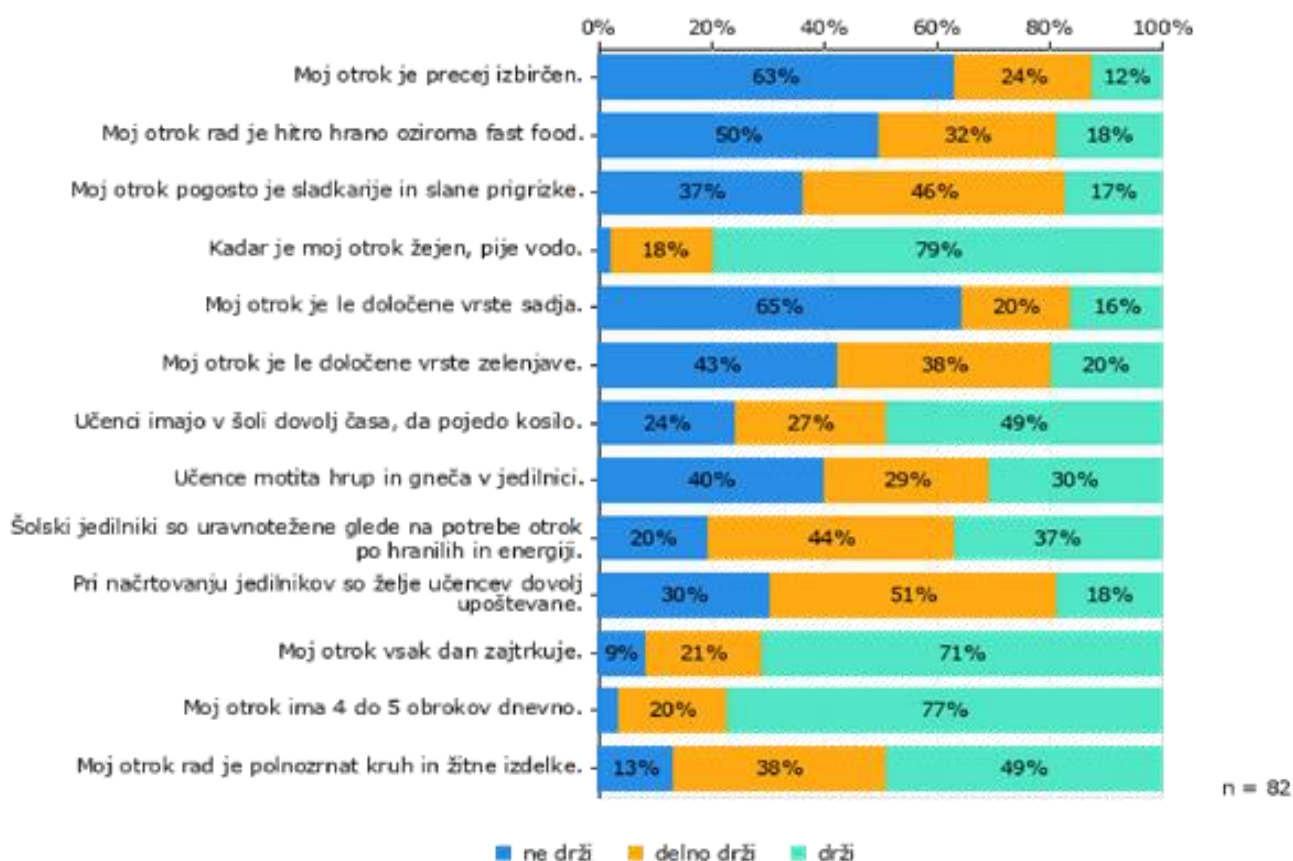


**Graf: Zadovoljstvo z raznolikostjo živil/jedi pri šolskem kosilu**



## Ocena prehranskih navad otrok

**Graf: Prehranske navade otrok**



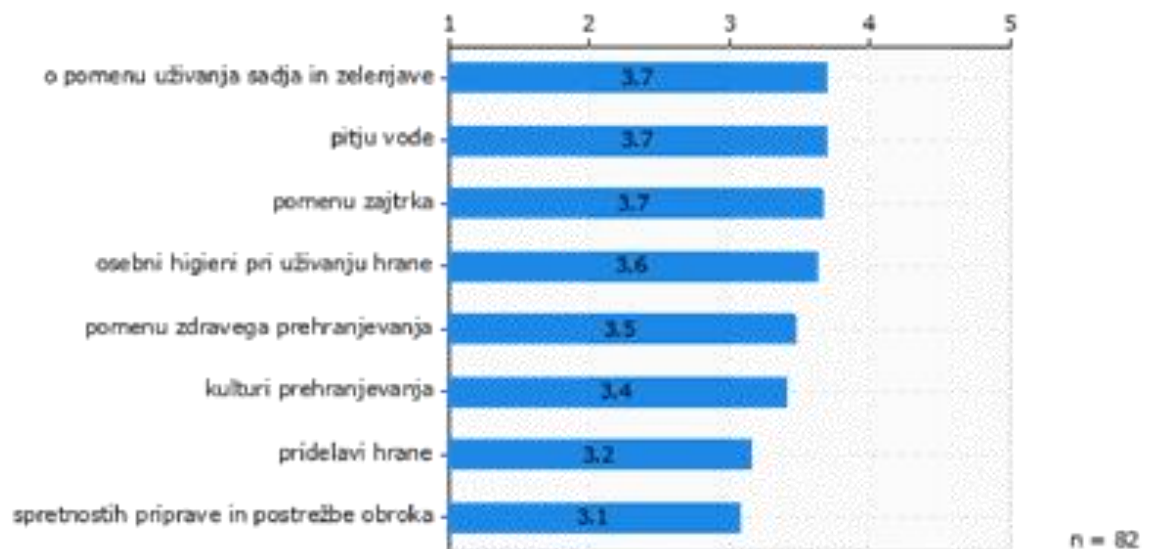
Rezultati kažejo, da večina otrok po oceni staršev (52%) ni izbirčnih. Le 12% staršev je mnenja, da je njihov otrok izbirčen. Polovica staršev meni, da njihov otrok ne je rad hitre hrane, 15% staršev pa da jo rad je.

30% staršev je ocenila, da njihov otrok le občasno poseže po sladkarijah in slanih prigrizkih. Večina otrok anketiranih staršev (79%) za žejo pije vodo. Sadje je pri otrocih bolj priljubljeno kot zelenjava, saj je 65% staršev mnenja, da njihov otrok je vse vrste sadja. Vse vrste zelenjave pa 43% otrok anketiranih staršev. Rezultati kažejo, da večina otrok anketiranih staršev zajtrkuje (71%) in ima 4 do 5 obrokov dnevno (77%) in rad je polnozrnat kruh in žitne izdelke (49%). Večina staršev (49%) ocenjuje, da imajo otroci v šoli dovolj časa, da pojedjo kosilo. 30% staršev meni, da otroke motita hrup in gneča v jedilnici. Večina staršev se strinja (37%) oziroma delno strinja (44%), da so šolski jedilniki uravnoteženi glede na potrebe otrok po hranilih in energiji. 20% staršev je mnenja, da jedilniki se ustrezajo dnevni potrebi njihovega otroka po hranilih in energiji. 30% staršev bi si želelo, da bi bile želje učencev pri načrtovanju jedilnikov bolj upoštevane.

## Ocena vzgojno – izobraževalnih dejavnosti povezanih s šolsko prehrano

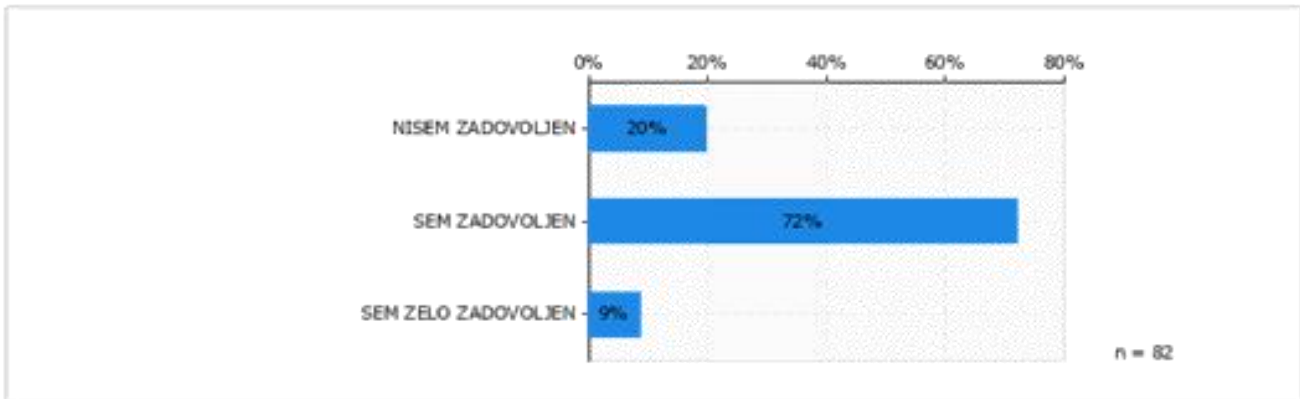
Šola učence navaja na kulturno uživanje hrane in pravilen odnos do hrane. Zdravo prehranjevanje spodbuja z različnimi projekti, z vsebinami na dnevih dejavnosti, pri interesnih dejavnostih, na razrednih urah s temami o zdravi prehrani idr.

**Graf: Ocena vzgojno – izobraževalnih dejavnosti povezanih s šolsko prehrano**



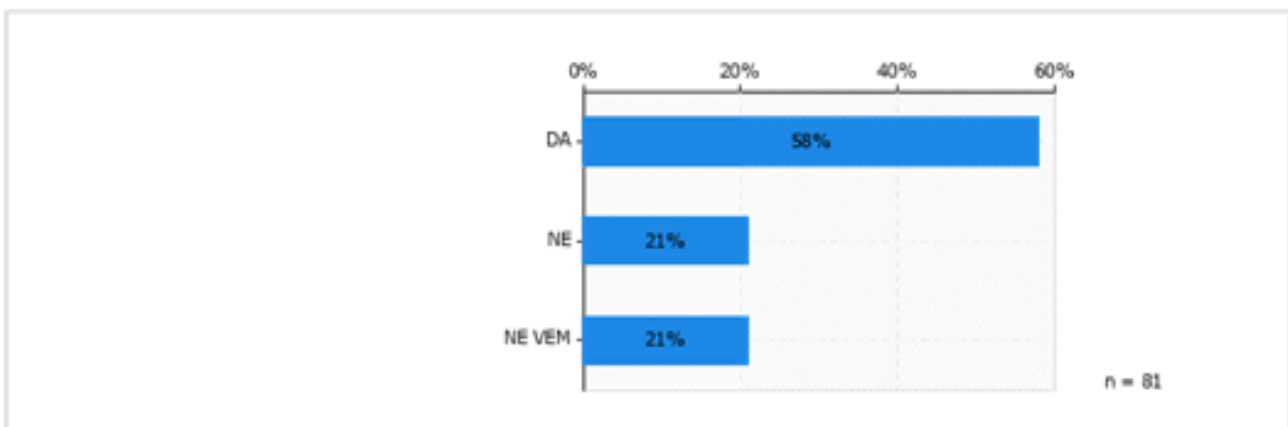
Starši so vzgojno – izobraževalne dejavnosti, ki so povezane s šolsko prehrano ocenili s povprečno oceno 3.5. Z najnižjo oceno so ocenili dejavnosti, ki so povezane s pripravo in postrežbo obrokov ter ozaveščanju o pridelavi hrane.

**Graf: Zadovoljstvo staršev z vzgojno – izobraževalnimi dejavnostmi, s katerimi šola vzpodbuja zdravo prehranjevanje in kulturo prehranjevanja.**



Večina staršev (72%) je z izvedbo vzgojno – izobraževalnih dejavnosti, s katerimi šola vzpodbuja zdravo prehranjevanje in kulturo prehranjevanja zadovoljna. Kljub temu 58% staršev meni, da bi morala šola v prihodnje izvesti več tovrstnih dejavnosti.

**Graf: Ali menite, da bi šola morala v prihodnje izvesti več vzgojno - izobraževalnih dejavnosti, ki vzpodbujajo zdravo prehranjevanje in kulturo prehranjevanja?**



Starši so predlagali naslednje vzgojno - izobraževalne dejavnosti, ki vzpodbujajo zdravo prehranjevanje in kulturo prehranjevanja:

- praktična priprava obrokov (10 staršev)
- pridelava sadja in zelenjave na šolskem vrtu (5 staršev)
- obisk lokalnih pridelovalcev hrane (3 starši)
- pogovori, delavnice o pomenu zdravega prehranjevanja (3 starši)
- pogovori, delavnice o kulturi prehranjevanja (3 starši)
- pogovori, delavnice o zavrženi hrani (1 starš)

61% staršev predloga ni podalo.

## Predlogi, pobude, pohvale in mnenja staršev o šolski prehrani.

Pohvalo za skrbno, dobro, okusno ter količinsko ustrezno pripravljene šolske obroke smo prejeli s strani štirih staršev.

Starši, ki so izrazili nezadovoljstvo s šolsko prehrano so navedli naslednje vzroke za njihovo nezadovoljstvo:

- Količinsko premalo hrane pri malici in/ali kosilu (8 staršev).
- Hrana je neokusna (4 starši).
- Želje otrok so premalo upoštevane (3 starši).
- V šolske obroke je vključenih preveč predpripravljenih živil (2 starša).
- Preveč zdrava prehrana (2 starša).
- Premalo časa za kosilo (2 starša).
- Preveč sladkorja v prehrani učencev (1 starš).
- Bolj raznoliki jedilniki za učence z dietami (1 starš).
- Več svežega sadja (1 starš).
- Manj mleka in mlečnih izdelkov pri malici (1 starš).
- Več mlečnih jedi pri malici (1 starš).
- Manj kruha pri malici (1 starš).

48% staršev ni podalo predloga, pobude, pohvale in/ali mnenja o šolski prehrani.

# Rezultati in analiza ankete za učence

Anketo je v celoti ali delno izpolnilo 410 učencev od 1. do 9. razreda. Vprašanja so napisana v moški obliki in veljajo za oba spola.

Razred	Število anketiranih učencev
1.razred	39
2.razred	64
3.razred	61
4.razred	17
5.razred	56
6. razred	50
7. razred	19
8. razred	42
9. razred	62
SKUPAJ	410

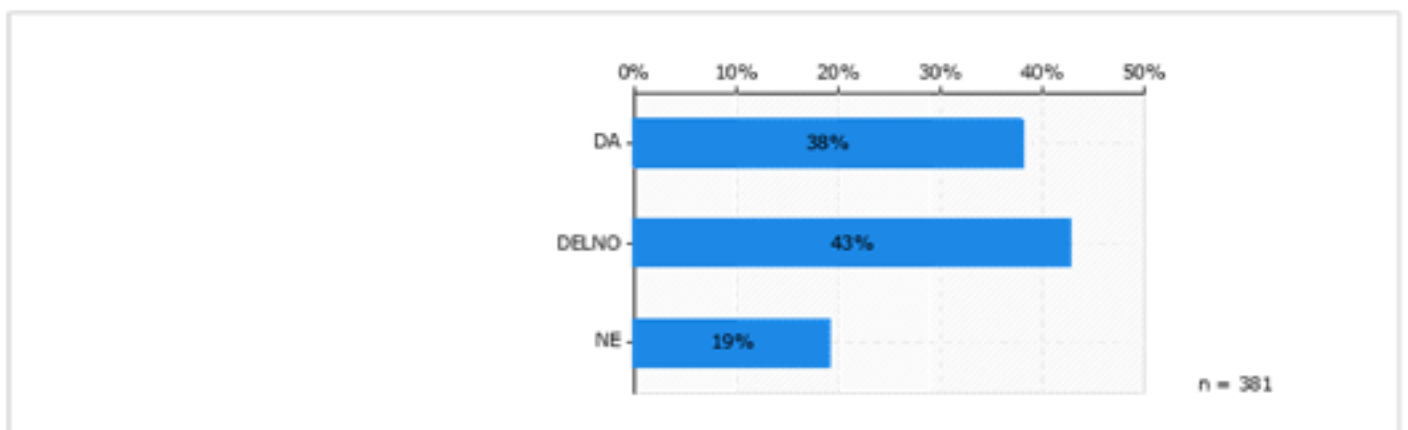
Delež na malico je naročenih anketiranih učencev je 97%, delež naročenih na kosilo pa 70%.

## Zadovoljstvo s šolsko malico/kosilom

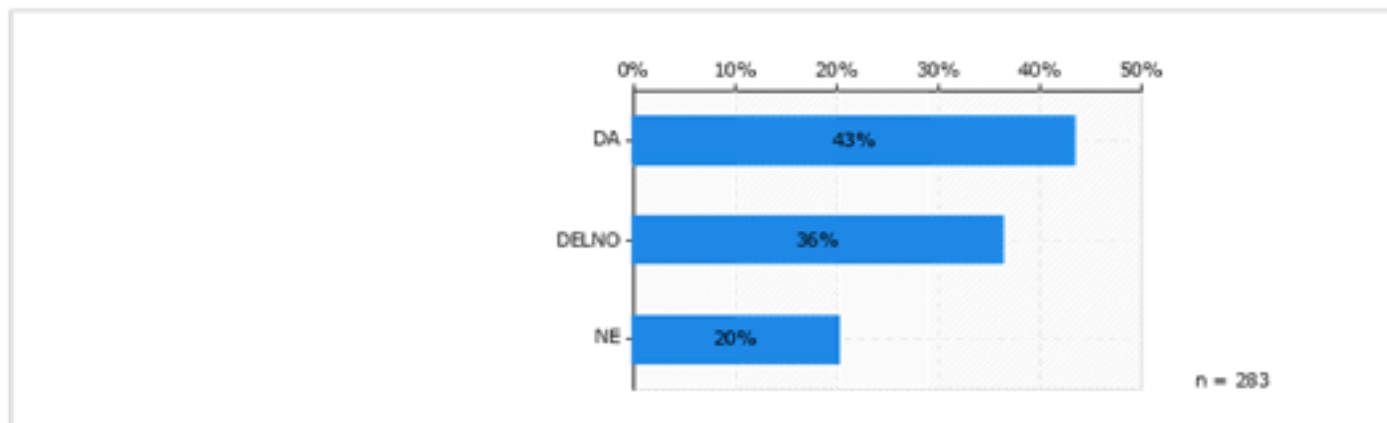
### Količina hrane

Rezultat kaže, da je 38% anketiranih učencev s količino hrane pri šolski malici zadovoljnih, 43% učencev delno zadovoljnih in 19 % učencev nezadovoljnih. Rezultat je podoben tudi pri šolskem kosilu, saj je 43% anketiranih učencev zadovoljnih s količino hrane, ki jo ponudimo pri šolskem kosilu, 36% delno zadovoljnih in 20% nezadovoljnih. Delež zadovoljstva po razredih upada.

**Graf: Zadovoljstvo učencev s količino hrane, ki jo ponudimo pri šolski malici**

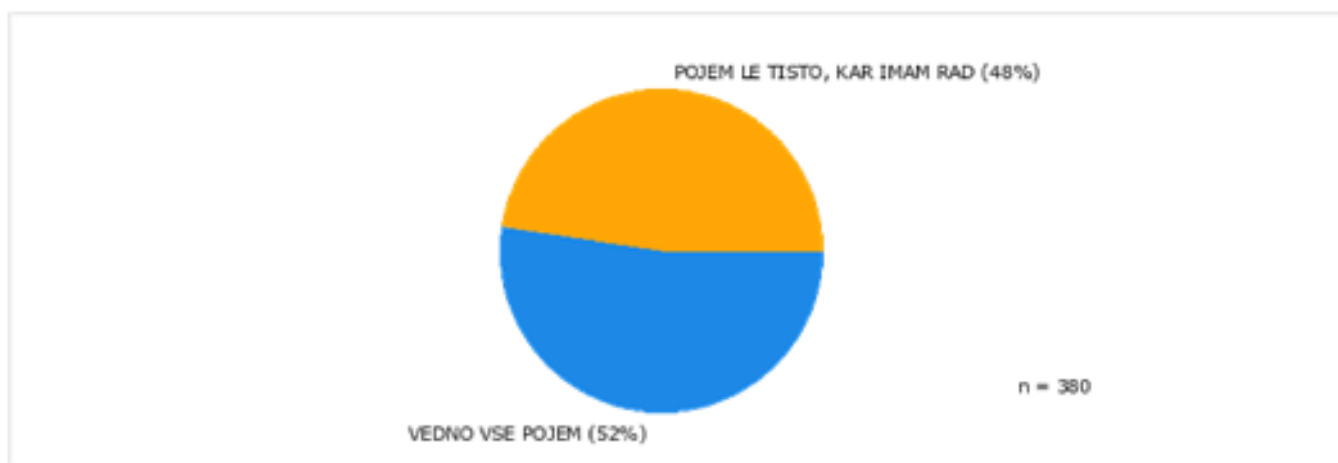


**Graf: Zadovoljstvo učencev s količino hrane, ki jo ponudimo pri šolskem kosilu**



52% učencev pri malici vedno poje vsa ponujena živila. kosilo vsakodnevno v celoti poje 48% učencev. Rezultat je presenetljiv, saj tako pri malici kot pri kosilu opažamo, da učenci kljub vzpodbudi vzamejo le del živil/jedi, ki so del obroka. Med ostanki hrane opažamo največji delež zelenjave, sadja, polnozrnatoga kruha in natur mlečnih izdelkov.

**Graf: Malico pojem v celoti**



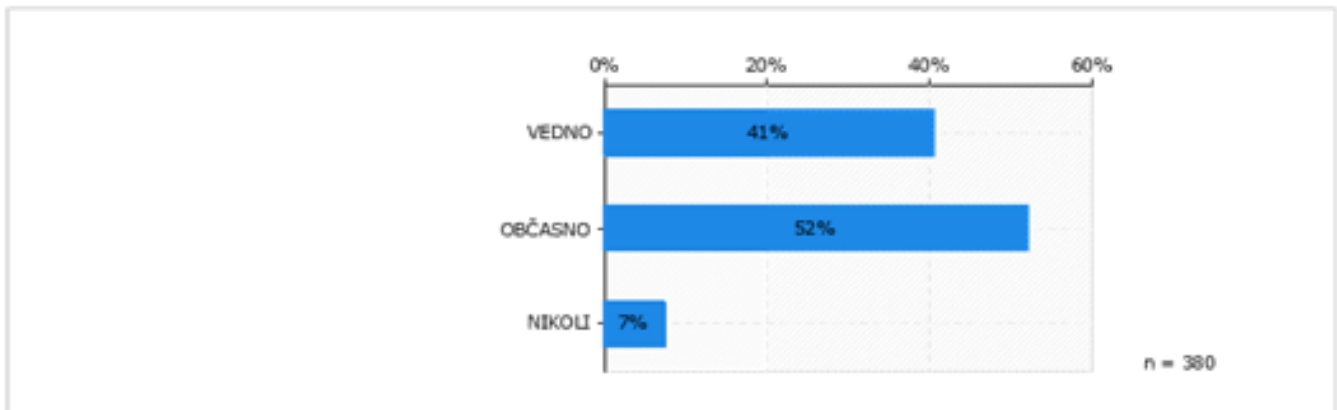
**Graf: Kosilo pojem v celoti**



## Uživanje sadja in zelenjave pri šolski malici/kosilu

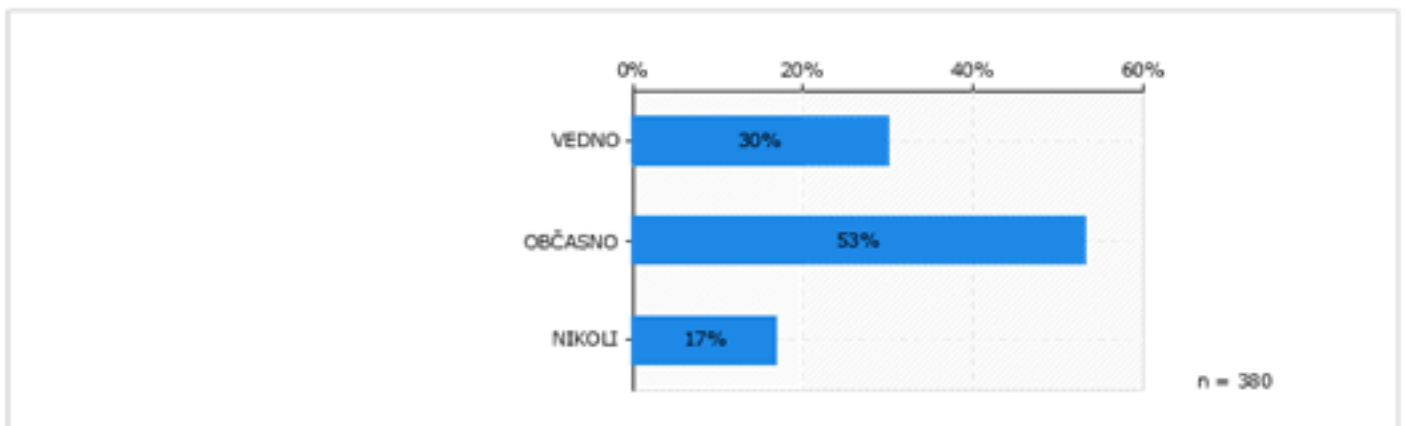
Učenci navajajo, da imajo zelo radi sadje. Rezultati kažejo nasprotno, saj večina učencev 52% anketiranih učencev po sadju poseže občasno poje. Opažamo, da trend uživanja sadja s starostjo učencev upada.

**Graf: Pri malici/kosilu sadje vedno pojem**



Zelenjava je pri učencih manj priljubljena od sadja, saj je delež učencev, ki zelenjave nikoli ne poje za 10% višji kot delež učencev, ki nikoli ne poje sadja.

**Graf: Pri malici/kosilu zelenjavo vedno pojem**

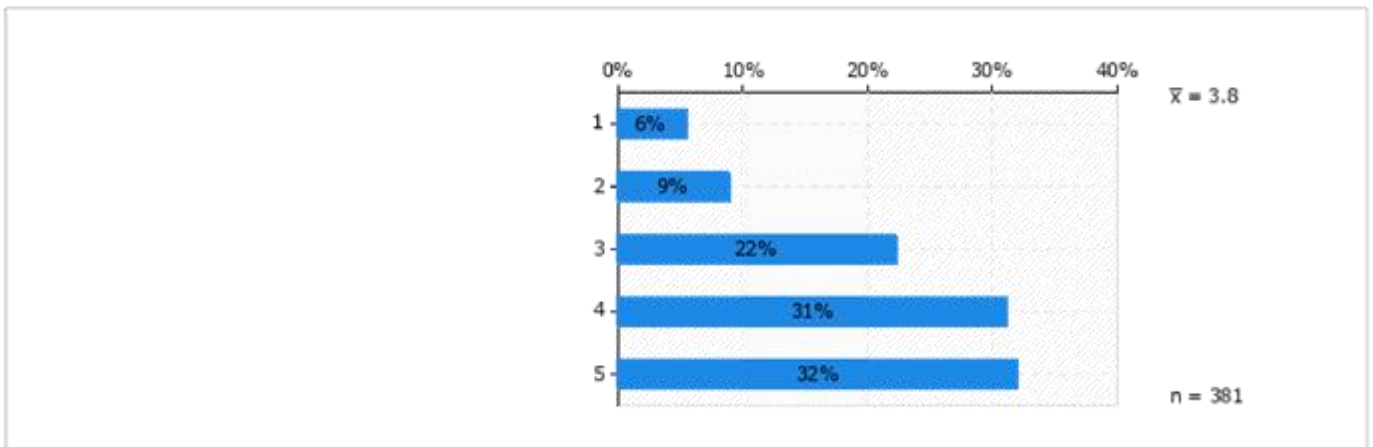


## Raznolikost jedi

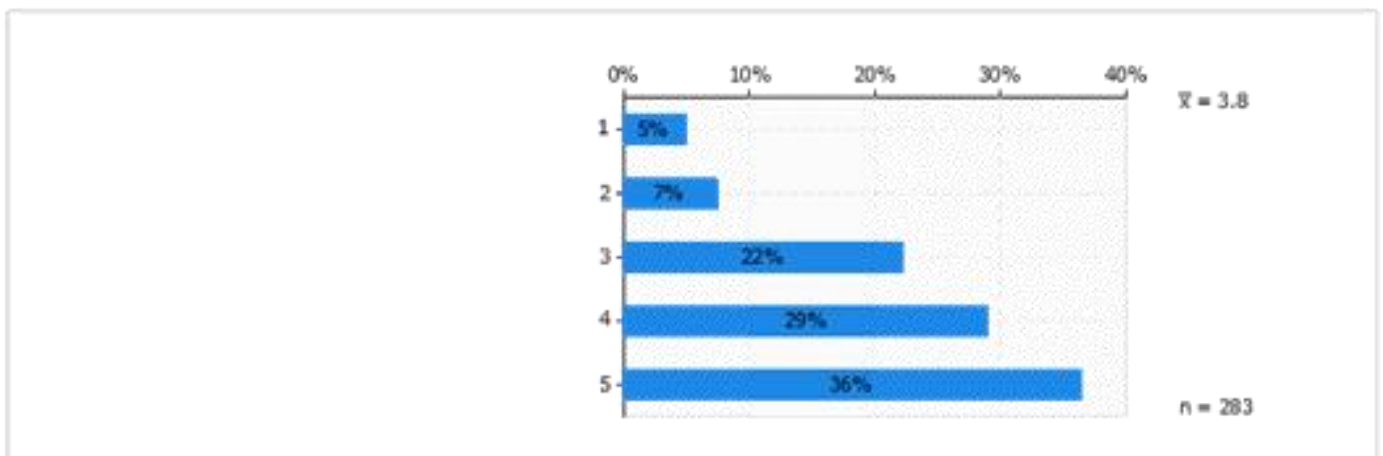
Delež zelo zadovoljnih oziroma zadovoljnih učencev z raznolikostjo jedi pri šolski malici je 53%, pri šolskem kosilu pa 64% anketiranih učencev. Povprečna ocena zadovoljstva z raznolikostjo živil/jedi tako pri malici kot kosilu je 3.8. Nezadovoljstvo z raznolikostjo jedi pri šolski malici je izkazalo 6%, pri šolskem kosilu pa 5% učencev. Menimo, da delno zadovoljstvo oziroma nezadovoljstvo z izborom jedi izhaja predvsem iz razloga, da si učenci želijo več jedi po njihovem izboru (pizza, sladice, sladoled, palačinke, čokoladni namaz, burek, hamburger, ...).



**Graf: Zadovoljstvo z raznolikostjo jedi pri malici (1-nezadovoljen/5-zelo zadovoljen)**



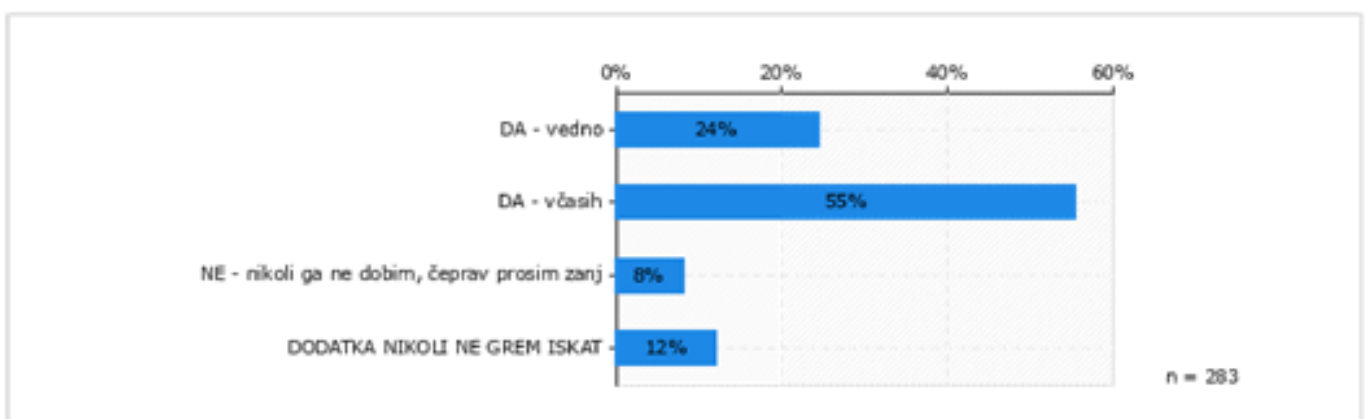
**Graf: Zadovoljstvo z raznolikostjo jedi pri kosilu (1-nezadovoljen/5-zelo zadovoljen)**



### Dodatek pri šolski kosilu

24% učencev dodatek pri kosilu dobi vedno, 55% učencev pa dodatek dobi le včasih. 8% učencev dodatka kljub temu, da prosijo zanj nikoli ne dobi. 12% učencev dodatka nikoli ne gre iskat.

**Graf: Dodatek pri šolskem kosilu**

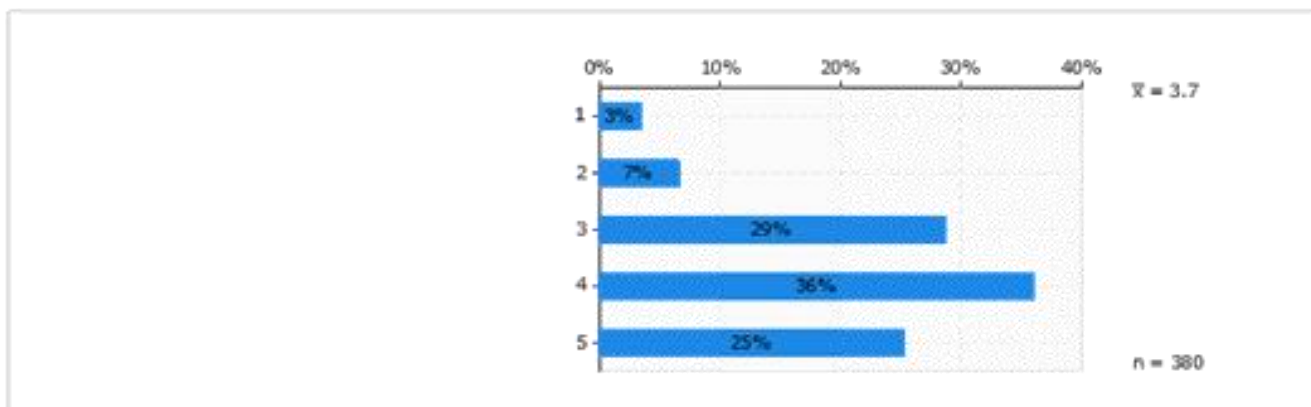


Najpogosteje grede učenci po dodatek sladkih jedi (palačinke, pecivo, cmoki, ...), sledijo solata, meso, krompir, musaka, špageti, kuskus in lasanja.

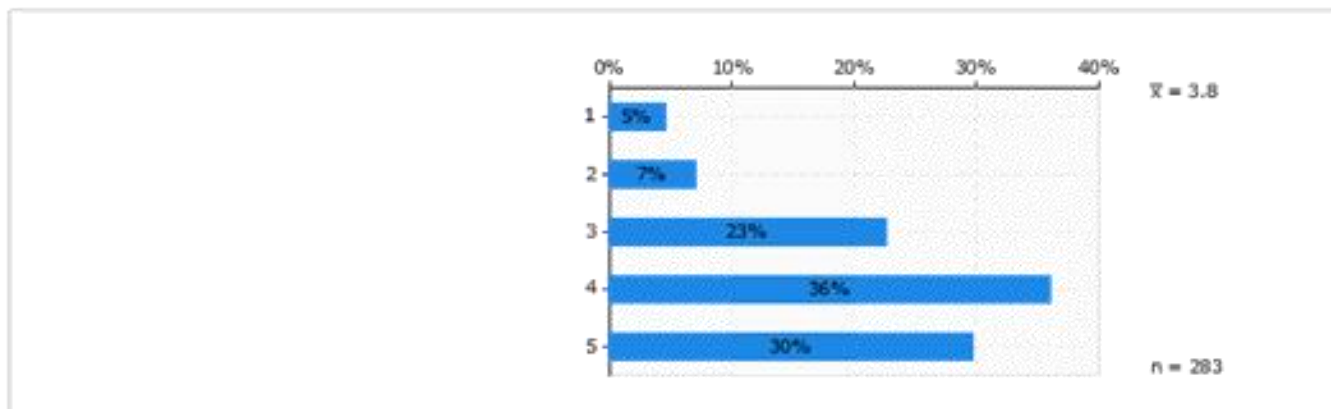
### Ocena okusnosti šolske malice/kosila

Učenci so z okusnostjo malice in kosila v šoli zadovoljni. Okusnost malice so ocenili s povprečno oceno 3.7 in kosila s povprečno oceno 3.8. Z oceno nižjo od tri je okusnost malice ocenilo 10% učencev in kosila 12% učencev.

**Graf: Ocena okusnosti šolske malice (1-malica je zelo neokusna/5-malica je zelo okusna)**



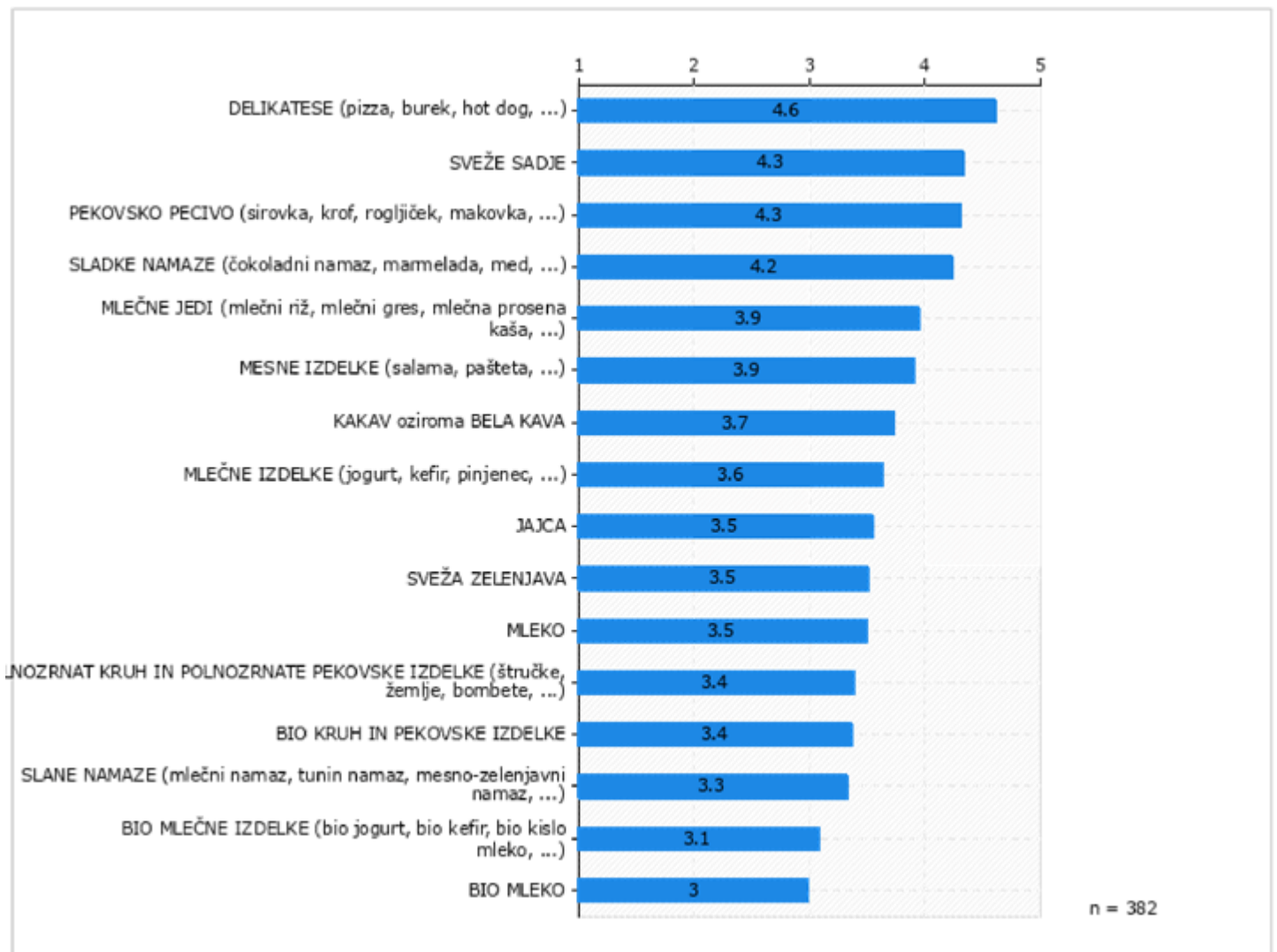
**Graf: Ocena okusnosti šolskega kosila (1-kosilo je zelo neokusno/5-kosilo je zelo okusno)**



### Kaj učenci najraje jedo za šolsko malico/kosilo?

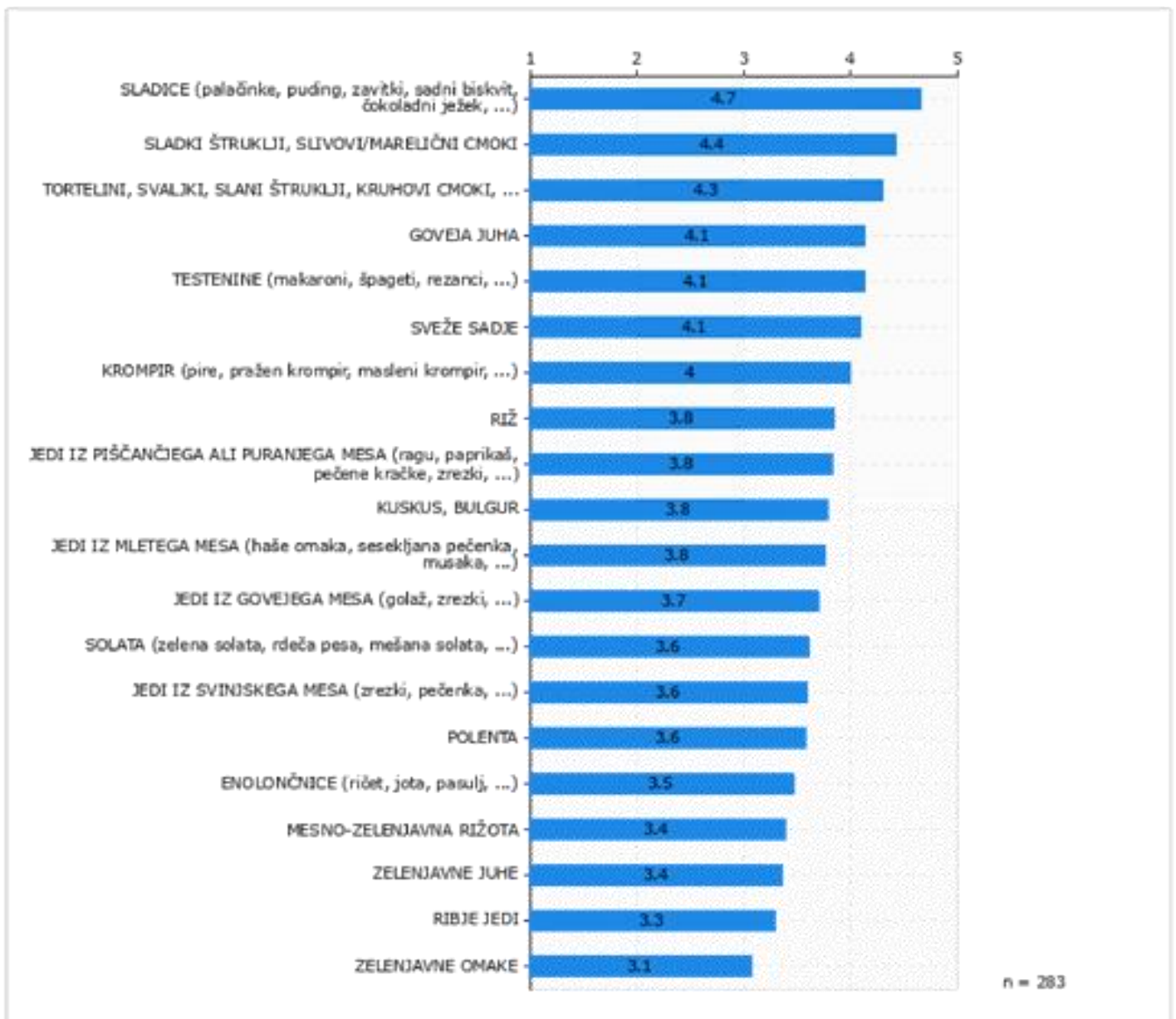
Rezultat je pričakovan, saj so se na vrhu seznama najbolj priljubljenih malic znašli pizza, burek, hot dog, rogljiček, makovka, sirovka, sveže sadje in sladki namazi. Sledijo mlečne jedi in mesni izdelki. Mleko in mlečni izdelki so se znašli na sredini seznama priljubljenosti, tako kot jajca, zelenjava, polnozrnat kruh in žitni izdelki ter bio kruh in pekovski izdelki. Dno seznama priljubljenosti zasedajo slani namazi, bio mlečni izdelki in bio mleko.

Graf: Ocena jedi/živil, ki jih dobiš v za šolsko malico (1 – sploh ne maram, 5 – imam zelo rad)



Rezultati so pokazali, da učence najbolj razveseli, ko so na jedilniku goveja juha, testenine, sladice, jedi iz piščančjega ali puranjega mesa. Sadje je na seznamu priljubljenosti zelo visoko, kljub temu, da večina učencev po njem seže le občasno. Sledijo priloge iz zamrznjenega testa, krompirjeve jedi, riž, kuskus, jedi iz mletega in govejega mesa. V spodnji tretjini pričakovano zasedajo mesta solate, ribje jedi, jedi iz svinjskega mesa, zelenjavne juhe in enolončnice.

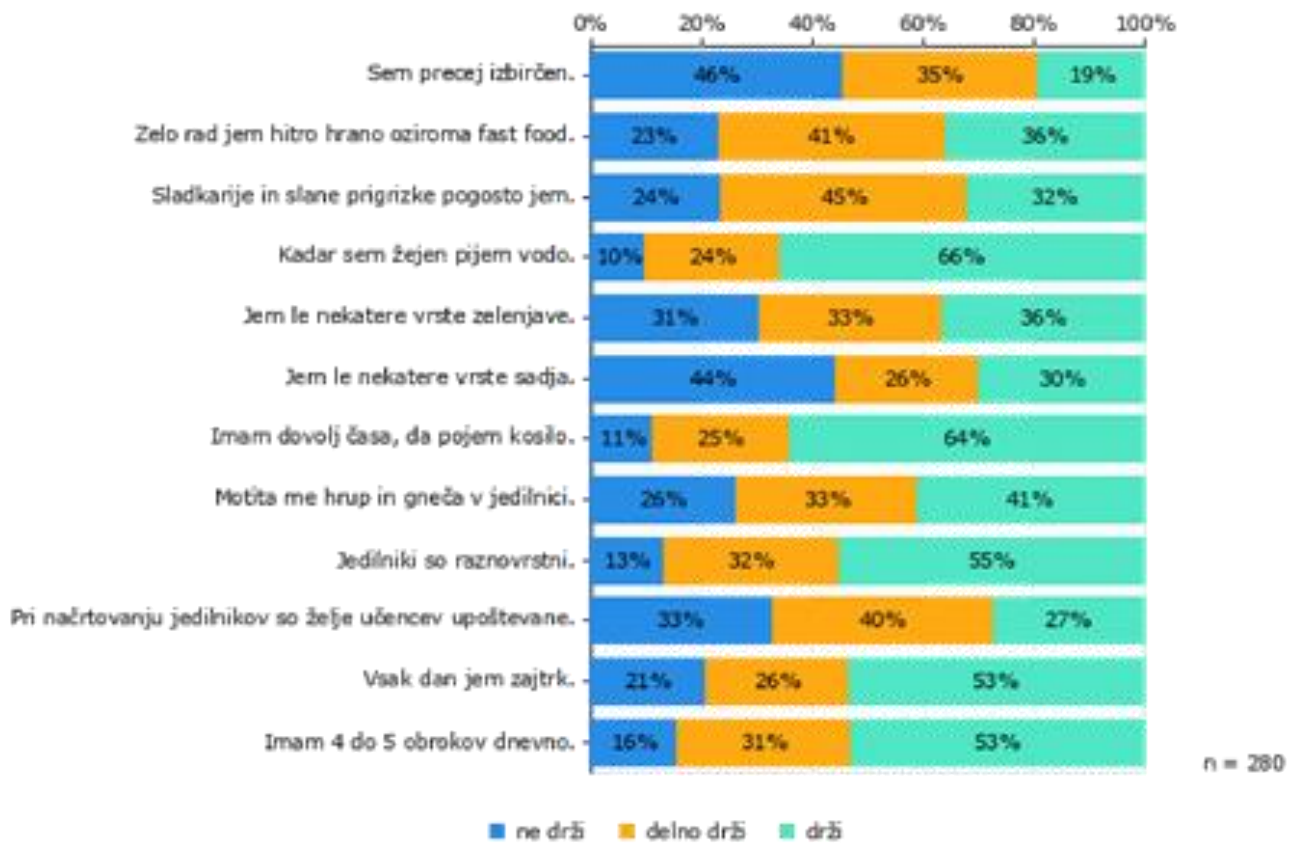
Graf: Ocena jedi, ki jih dobiš šolsko kosilo ( 1 – sploh ne maram, 5 – imam zelo rad)



Rezultati so pokazali, da učence najraje jedo sladke jedi (palačinke, puding, pecivo, cmoki,...). Sledijo tortelini, svaljki, slani štruklji, goveja juha, testenine, sveže sadje in krompir. Med mesnimi jedmi so najmanj priljubljene jedi iz svinjskega mesa. Najmanj priljubljene jedi so zelenjavne jedi in ribe. Glede na spremljanje odpadka hrane pri kosilu je rezultat pričakovan.

## Prehranske navade učencev

Graf: Prehranske navade učencev

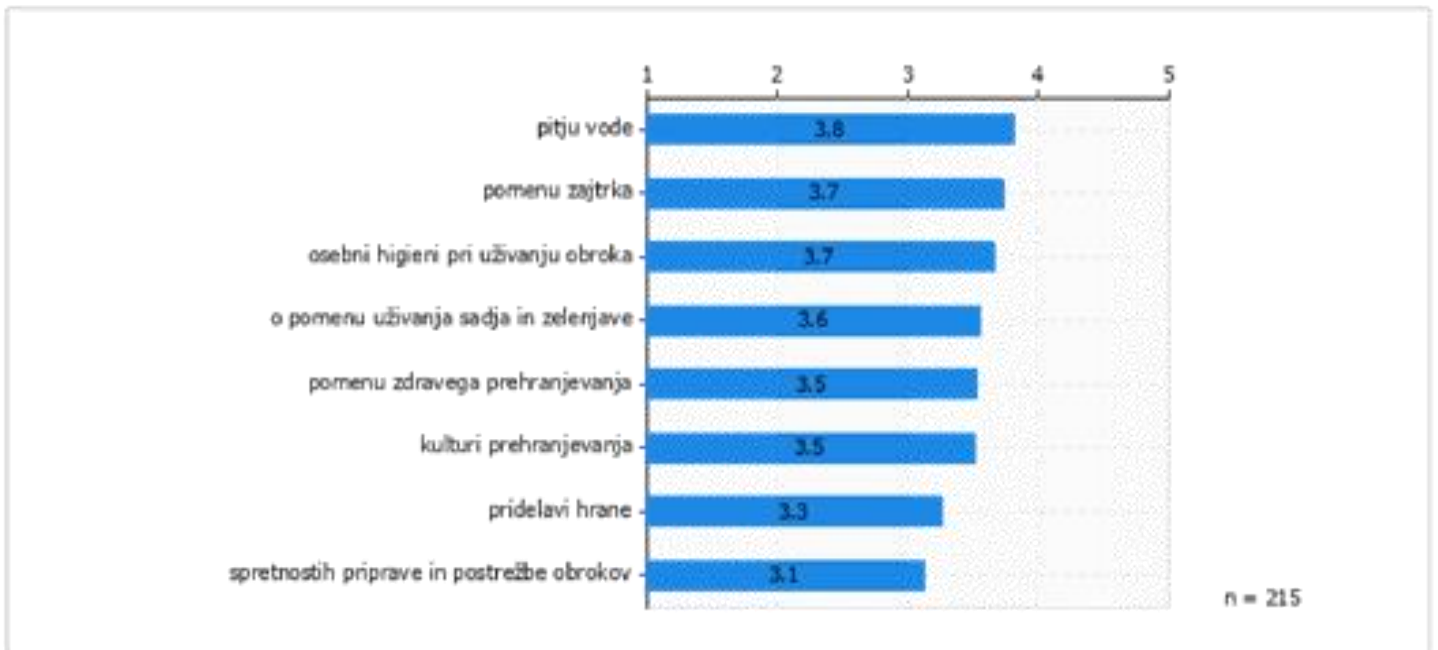


Slaba polovica učencev (46%) ocenjuje, da niso izbirčni jedci. Delež učencev, ki imajo radi hitro prehrano je 36%. Sladkarije in slane prigrizke pogosto je 32% učencev. 66% učencev za žejo pije vodo, kar je spodbuden podatek. 30% učencev je le nekatere vrste sadja in 36% učencev le nekatere vrste zelenjave. Večina učencev (64%) ocenjuje, da imajo dovolj časa, da pojedjo kosilo. Le 26% učencev hrup in gneča v jedilnici ne motita. 55% učencev se strinja, da so jedilniki raznovrstni. Učenci si želijo, da bi bile njihove želje pri načrtovanju jedilnikov bolj upoštevane. Radi bi imeli na jedilniku več njim ljubih jedi kot so pizza, burek, hamburger, sladice, ...). Ta živila sodijo med odsvetovana živila, kar pomeni, da se jim je potrebno v vsakodnevni prehrani izogibati oziroma jih uživati redko in v zmernih količinah. V teh okvirjih jih vključujemo v šolski jedilnik. Spodbudno je, da 53% učencev redno zajtrkuje in ima 4 do 5 obrokov dnevno.



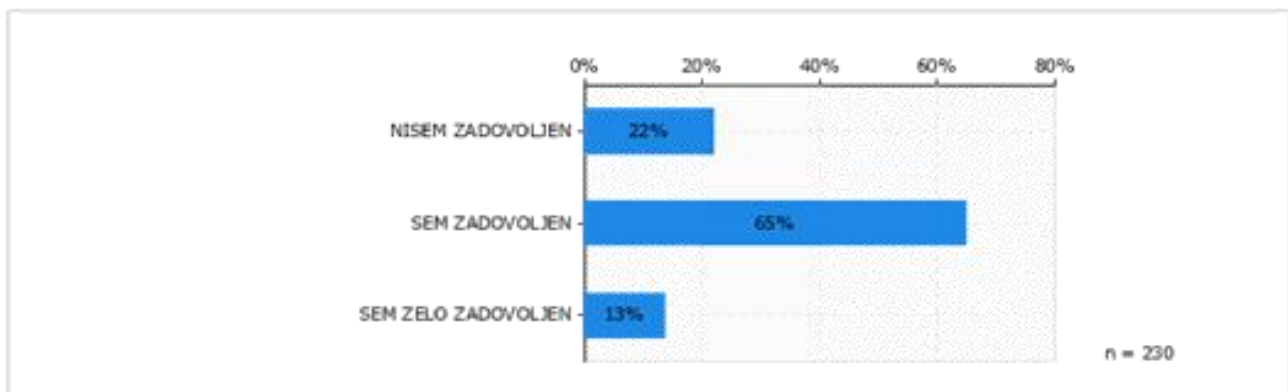
## Zadovoljstvo učencev z vzgojno – izobraževalnimi dejavnostmi povezanih s prehrano in dejavnostmi, s katerimi šola vzpodbuja zdravo prehranjevanje in kulturo prehranjevanja

**Graf: Ocena vzgojno izobraževalnih dejavnosti, ki so povezane s šolsko prehrano (n = 491)**



Povprečna ocena učencev vzgojno izobraževalnih dejavnosti povezanih z zdravim načinom prehranjevanja in kulturo prehranjevanja je 3.5. Ocena kaže, da šola dobro ozavešča učence o temah, ki so povezane s šolsko prehrano in so zadovoljni z vzgojno – izobraževalnimi dejavnostmi, ki vzpodbujajo zdravo prehranjevanje in kulturo prehranjevanja.

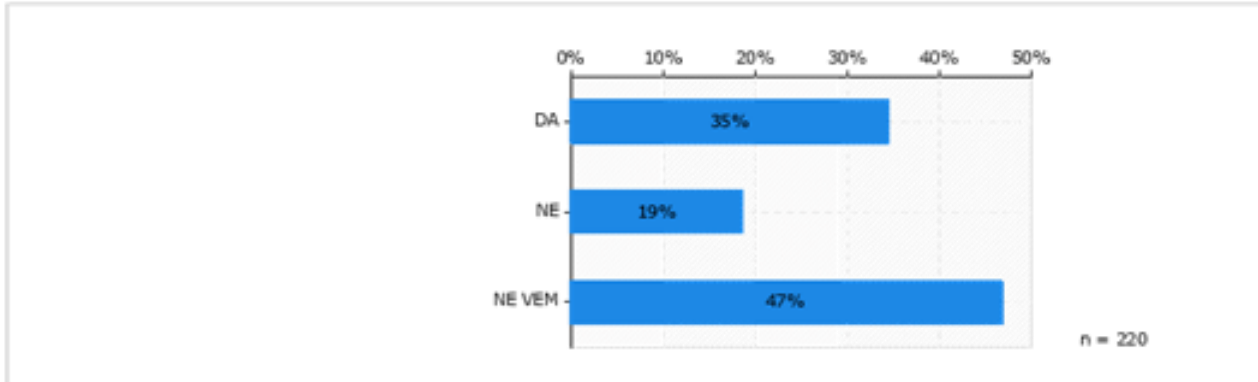
**Graf: Zadovoljstvo z vzgojno – izobraževalnimi dejavnostmi, ki vzpodbujajo zdravo prehranjevanje in kulturo prehranjevanja.**



65% učencev je z vzgojno – izobraževalnimi dejavnostmi, ki vzpodbujajo zdravo prehranjevanje in kulturo prehranjevanja zadovoljnih, 13% učencev zelo zadovoljnih in 22% učencev nezadovoljnih.

Kljub splošnemu zadovoljstvu učencev z vzgojno – izobraževalnimi dejavnostmi, ki vzpodbujajo zdravo prehranjevanje in kulturo prehranjevanja, si 35% učencev želi več tovrstnih dejavnosti.

**Graf: Šola bi morala v prihodnje izvesti več vzgojno-izobraževalnimi dejavnosti, povezanih s prehrano, in dejavnosti, s katerimi šola vzpodbuja zdravo prehranjevanje in kulturo prehranjevanja**



Učenci so predlagali naslednje vzgojno – izobraževalne dejavnosti v povezavi z zdravim načinom prehranjevanja in kulturo prehranjevanja:

- Dan dejavnosti o pomenu uživanja sadja in zelenjave.
- Praktična priprava jedi v okviru krožka, pouka in dneva dejavnosti.
- Več športnih dejavnosti.
- Spoznavanje hrane drugih kultur.

### Predlogi, pohvale, komentarji in mnenja učencev o šolski prehrani

Dobro je, nimam mnenja.
Všeč bi mi bilo če bi uvedli brezmesni petek. Manj enolončnic in bolj raznolike malice. Manj namazov.
Več vanilijevega pudinga. Pri jedih sok. Kosilo juha, glavna jed, sadje in zelenjava in na koncu sladica.
Porazno.
Več sirovih tortelinov.
Več hrane, bolj slana hrana in solate.
Hvala za dobro hrano.
Da bi bile večkrat palačinke.
Malica mi je kar nekaj.
Večinoma je dobra, kdaj mi pa tudi ni všeč.
Hrana v šoli mi je všeč.
Nihče ne mara polnozrnatih stvari.
Čokolino za malico.
Odlično
Hrana je preveč slana.
Riž je slabo pripravljen.
Pogosteje pica in marelični cmoki.
Hrana je zelo dobra.
Brezmesi petki, manj enolončnic, več surovega sadja in zelenjave, manj namazov.
Kuharski krožek.
Palačinke s banano in z rozinami.



Rada bi za kosilo več sladic.
V šoli imamo zelo dobro poskrbljeno za obroke. Moti me dolgo čakanje na kosilo.
Kar dobro, le preveč vegi.
Ni mi bila všeč polenta s sirom. Čudne kombinacije jedi. Večje porcije za starejše učence.
Vse je zelo odlično, ker je tako dobro.
Mislím da bi morali učitelj/kuhinja bolj upoštevati želje učencev.
Nimam pripomb.
Hrana je zelo dobra.
Malica mi je kar v redu, kosilo pa nekako ne.
Več špagetov.
Zelo sem zadovoljna s prehrano.
Hrana mi ni niti malo dobra.
Hrana, ki jo dobim v šoli mi je zelo všeč in jo rad okušam.
Prehrana je v redu, ampak je preveč vegeterjanskih jedi.
Večkrat hot dog.
Pohvale za prehrano.
Všeč mi je.
Hrana je dobra, potrebujemo večje porcije.
Kuharice dobro kuhajo.
Boljše upoštevanje želja učencev.
Dobro je.
Obvezno bi morali dobivati večje porcije hrane. Za malico in kosilo bi morali vedno dobiti dodatek ne glede za katero jed gre. Letošni jedilniki in hrana so boljši kot prejšnja leta.
Zelo dobro.
Manj slane juhe. Predlagam, da se naredi solato tudi brez olja in kisa za tiste učence, ki ne okisane solate ne marajo.
Večkrat makaroni.
Mislím, da bi morali učitelj/kuhinja bolj upoštevati naše mnenje, želje pri načrtovanju in pripravi hrane. Gledati tudi na to, koliko hrane pojemo pri določenih obrokih. Kuharice naj upoštevajo to, da starejši učenci rabimo več hrane, saj ponavadi dobimo enako porcijo od 5. do 9. razreda. Več časa za kosilo.
Hrana je zelo redko okusna in dobra.
Manj polnozrnatega kruha in testenin.
Imamo zelo dobro hrano.
Kar dobro kuhajo.
Večkrat pica.
Želim si, da za malico dobili več namazov in stvari za na kruh, saj jih občasno zmanjka še pred dodatkom. Za kosilo bi mi bilo zelo všeč, da bi bilo več slaščic.
Vse je dobro. Želim si manj rib in več testenin.
Da bi bila večkrat pizza.
Dobro kuhajo.
Več sadja in zelenjave.
Ne vem.
Dobro je.
Hrana mi je zelo všeč. Večkrat bi lahko bili tortelini, cmoki, palačinke, lasanja...
Pohvala zaradi tega, ker ste nas vprašali, kaj bomo jedli. Še enkrat pohvala.
Dobra kosila in malice.
Upoštevajte želje učencev.
Večkrat pica.
Dodatek za vse učence pri palačinkah.

Super, ker vse pojem.
Prehrana je vredu.
večkrat palačinke in jagode.
Boljši je bel kruh. Hrana je dobra, a bi bilo bolje da bi bilo več sladic.
Dobra hrana, a včasih je preslana.
Vredu je.
Želim si boljše hrana in bolj kvalitetne hrane.
Vse je vredu.
Starejšim učencem bi lahko dajali učencem večje porcije, bolj svežo in raznoliko hrano.
Manj sira in mleka. Več raznolikega sadja npr. ananas, manj temnih štručk. Bolj okusni sadni čaji.
Več krompirja.
Zelo okusna malica in kosilo. Šolska jabolka so najboljša na svetu! Morda bi naredili semafor za odvrženo hrano, da učenci vidijo, koliko hrane so odvrgli tisti dan.
Večji dodatek kosila.
Zelo rada imam šolske jedi.
V šoli je najboljša hrana.
Še kar dobro.
Jem vse razen solate.
Zelo dobro kuhajo.
Da bi bilo največ pic in palačink.
Lahko bi bilo več sadja.
Hrana je dobra Občasno se preveč ponavlja in je nekakovostna.
Večkrat goveja juha.
Solata brez kisa, bolj sočno meso ( je preveč pečeno), sladkana limonada.
Super.
Mimam pohval. Večje porcije. Več testenin. Majn soli v goveji juhi. Več sladkorja na makarončkih z orehi. itd. Naj nas ne silijo z jedmi, ki jih ne maramo.
Jerdi so mi zelo so mi všeč. Še zlasti musaka.
Za malico bi lahko večkrat tuna in koruza.
Jedilnik brez ekološkopridelane hrane in polnozrnatega kruha inžitnih izdelkov.
V šoli imamo zelo dobro poskrbljeno za prehrano. Motijo me predlogi t. i. ekološko in zelo bio usmerjenih staršev, ki so iz jedilnika naredili nabor vseh vrst zelenjave, ki obstaja. Pred temi predlogi je bila šolska prehrana okusna in ni bilo novih jedi, ki jih pred tem ni bilo za jedilniku.
Več sadja.
Hrana je zelo okusna.
Manj ovsenih štručk.
Dobre sladice.
Šolska kuha nam marsikdaj lepo popestri dan ter ga iz groznega ali dolgočanega spremeni v veselega in vedrega.
Hrana je zelo okusna.
Nimam pohval, predlogov in pobud.
Večkrat palačinke.
Večja količina hrane pri obrokih, boljša kvaliteta, več mesa, ne več ovsenih štručk, sveže sadje.
Hrana mi je všeč, ampak lahko bi bilo bolje.
Hrana je dokaj okusna in malce manj raznolika.
Hamburger.
Jedi so mi zelo všeč.
Šolska prehrana mi je všeč.
Več naravne in manj umetne hrane.
Kosilo je dobro. Več sladic prikosilu. Bolj obilne malice.

Všeč mi je raznolika in zdrava prehrana. Predlagam sladoled pred počitnicami.
Samopostrežna malica in kosilo.
Premajhe porcije.
Dobre jedi so.
Večkrat pica in sladice. Malo bio živil.
Dobro kuhate.
Večkrat hot dog.
Zanič je.
Pohvale.
Nimam pohval.
Odlično.
Dobro je.
Hrana je zelo dobra.
Včasih so dobre jedi.
Hrana je zelo dobra, občasno mi pri kosilu ni kaj všeč.

Predloge, pobude, pohvale in mnenja o šolski prehrani je podalo 52% učencev.

## Povzetek

V skladu z Zakonom o šolski prehrani smo tudi v letošnjem šolskem letu 2020/2021 izvedli anketo, s katero smo preverili stopnjo zadovoljstva učencev in staršev s šolsko prehrano. Anketne vprašalnike so reševali učenci vseh oddelkov centralne šole in podružnične šole Rovtarske Žibrše v času od 11. 5. do 28. 5. 2021. Povezava do ankete za starše je bila objavljena na spletni strani šole med 13. 5. in 20. 5. 2021. Starši so bili k izpolnjevanju ankete povabljeni preko e-asistenta. Anketne vprašalnike je izpolnilo 410 učencev in 96 staršev.

Rezultati ankete kažejo, da so učenci in starši, ki jim dopoldanska malica in kosilo nista všeč oz. niso zadovoljni z njima, v manjšini. 33% staršev je zadovoljstvo otroka s šolsko malico ocenilo z oceno 3, kar pomeni, da je otrok še kar zadovoljen s šolsko malico. 13% staršev ocenjuje, da je otrok z malico zelo zadovoljen in 31% staršev, da je otrok zadovoljen s šolsko malico. 12% staršev ocenjuje, da je otrok z malico zelo nezadovoljen. Deleži ocen zadovoljstva oziroma nezadovoljstva s šolskim kosilom so je primerljivi z deleži zadovoljstva oziroma nezadovoljstva s šolsko malico. Po oceni staršev je 8% otrok s kosilom zelo nezadovoljnih, 15% otrok nezadovoljnih, 29% otrok še kar zadovoljnih, 31% zadovoljnih in 17% zelo zadovoljnih.

Večina učencev in staršev meni, da sta dopoldanska malica in kosilo količinsko zadostna. Šolska malica količinsko nezadošča 19 % učencem in 32 % staršem. Pri odgovorih o količinski ustreznosti kosil, kosilo količinsko nezadošča 20% učencev in 34% staršev. Neskladje med odgovori učencev in staršev je pri primerljivo tako pri malici kot pri kosilu. 49% staršev je z raznolikostjo živil/jedi pri šolskem kosilu zadovoljna. Delno zadovoljnih z raznolikostjo živil/jedi pri šolskem kosilu je 37% staršev in nezadovoljnih 14% staršev. Delež zelo zadovoljnih oziroma zadovoljnih učencev z raznolikostjo živil/jedi pri šolski malici je 53%, pri šolskem kosilu pa 64% anketiranih učencev. Povprečna ocena zadovoljstva učencev z raznolikostjo živil/jedi je tako pri malici kot kosilu 3.8. Nezadovoljstvo z raznolikostjo jedi pri šolski malici je izkazalo 6% učencev, pri šolskem kosilu pa 5% učencev. Delež zadovoljstva po razredih upada.

Vse ponujene jedi pri malici poje 52 % učencev, pri kosilu pa 48 % učencev. Rezultat je presenetljiv, saj tako kot v preteklih letih opažamo, da veliko učencev ne poje vseh živil, ki so del malice ali kosila (sadje, zelenjava, polnozrnatni izdelki, bio mlečni izdelki, solata, zelenjavna juha, zelenjavne priloge), zato jim malica in kosilo količinsko ne zadostujeta. Poleg tega rezultati ankete kažejo, da 52% učencev sadje pri malici in kosilu vzame le občasno. Zelenjavo pri malici in kosilu vsakodnevno poje 30% učencev, 17% učencev pa nikoli. Še vedno so na šoli otroci, ki ne zajtrkujejo. Šolska malica predstavlja premostitveni obrok med zajtrkom in kosilom in ne nadomešča zajtrka.

Po pričakovanjih imajo učenci najraje mastne in sladke jedi (hot dog, pica, hamburger, palačinke, peciva, čokoladni namaz), ki so bile najbolj priljubljene jedi tudi v prejšnjih šolskih letih. Ta živila sodijo v sam vrh prehranske piramide, kar pomeni, da se jim je treba v vsakodnevni prehrani izogibati oz. jih uživati redko in v zmernih količinah. V teh okvirih jih vključujemo v šolski jedilnik. Med učenci so najmanj priljubljene jedi za šolsko malico mesno-zelenjavni, jajčni in ribji namaz. Pogostost uvrščanja omenjenih namazov na jedilnik malic smo že v preteklih letih zaradi neprijetnosti zmanjšali, vendar pa jih, ker se pojavljajo tudi na seznamu jedi, ki jih imajo učenci radi in so zelo priljubljeni pri mlajših učencih, ne bomo ukinili. Najbolj neprijetne jedi za šolsko kosilo so ribe in zelenjavne jedi.

Tako starši kot učenci so vzgojno – izobraževalne dejavnosti povezane z zdravim načinom prehranjevanja in kulturo prehranjevanja ocenili s povprečno oceno 3.5. Ocena kaže, da šola dobro ozavešča učence o temah, ki so povezane z zdravim načinom prehranjevanja in kulturo prehranjevanja, saj je 65% učencev s tovrstnimi dejavnostmi zadovoljnih, 13% učencev zelo zadovoljnih in 22% učencev nezadovoljnih. Delež zadovoljnih staršev je 72%, zelo zadovoljnih 8% staršev in nezadovoljnih 20% staršev.

Kljub splošnemu zadovoljstvu učencev in staršev z vzgojno – izobraževalnimi dejavnostmi, ki vzpodbujajo zdravo prehranjevanje in kulturo prehranjevanja, si 35% učencev in 58% staršev želi več tovrstnih dejavnosti. Učenci in starši so predlagali naslednje vzgojno – izobraževalne dejavnosti v povezavi z zdravim načinom prehranjevanja in kulturo prehranjevanja: dan dejavnosti o pomenu uživanja sadja in zelenjave, praktična priprava obrokov, pridelava sadja in zelenjave na šolskem vrtu, obisk lokalnih pridelovalcev hrane, več športnih aktivnosti in spoznavanje hrane drugih kultur.