



OSNOVNA ŠOLA TREBNJE

# **REZULTATI IN ANALIZA ANKETE O ZADOVOLJSTVU S ŠOLSKO PREHRANO V ŠOLSKEM LETU 2021/22**

Trebnje, julij 2022

Analizo pripravila: Petra Pristavnik,  
organizatorica šolske prehrane

## A) ANALIZA ANKETE ZA STARŠE UČENCEV

### 1. OSNOVNI PODATKI O ANKETI

Anketni vprašalnik in analizo ankete sem pripravila organizatorica prehrane Petra Pristavnik. Anketa je bila elektronska in izvedena s pomočjo spletne aplikacije 1ka ankete. Objavljena je bila v mesecu juniju na spletni strani <https://1ka.arnes.si/a/3f92ebc1>. Povezava do spletnega vprašalnika je bila objavljena na šolski spletni strani.

Anketo je izpolnilo 10 staršev.

### 2. POVZETEK

Večina staršev je delno zadovoljna tako s količino kot s kvaliteto obrokov v šoli.

Jedilnike spremljajo različno. Večina staršev meni, da so jedilniki dovolj pregledni.

Večina staršev je seznanjenih s tem, da šola v pripravo obrokov vključuje tudi izdelke lokalnih proizvajalcev. 60 % bi jih bilo za obroke pripravljenih plačati več, če bi vključili še več izdelkov lokalnega izvora in ekoloških izdelkov.

Največ staršev meni, da šolska prehrana ustreza kriterijem zdrave prehrane.

### 3. ANALIZA ANKETE

#### 4. Kako pogosto spremljate šolski jedilnik? Ali so jedilniki dovolj pregledni?

Jedilnike starši spremljajo različno.

Večina staršev meni, da so jedilniki **dovolj pregledni**.



## 5. Ali je vaš otrok zadovoljen s KAKOVOSTJO OBROKOV?

Večina staršev meni, da je njihov otrok delno **zadovoljen** s kakovostjo obrokov.

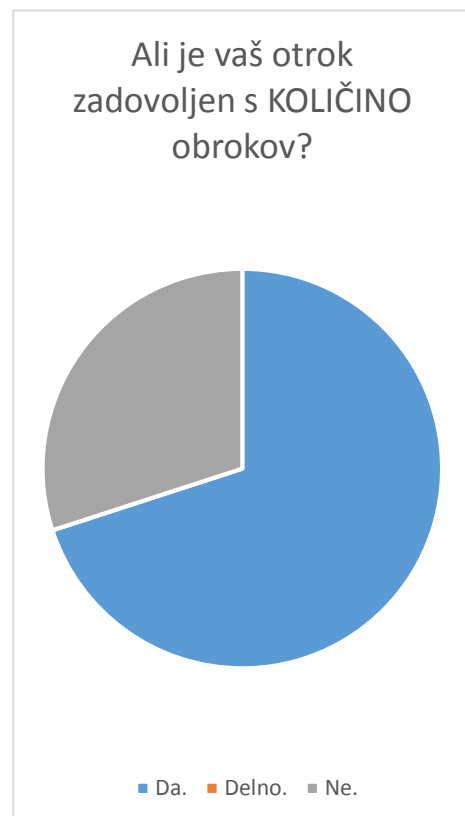
Na kakovost obroka vplivajo osnovne sestavine, mehanska in termična obdelava ter priprava jedi. Za nabavo osnovnih sestavin smo v veliki meri zavezani na ponudnike, izbrane z javnimi razpisi. To so predvsem **večja priznana slovenska podjetja** in obrati. V prehrano vključujemo tudi biološko pridelana živila, vendar je pri nabavi le-teh velika omejitev njihova visoka cena, pri določenih artiklih pa tudi dostopnost količin in dostava. Priprava jedi vključuje zdrave postopke. Izpostavila bi pripravo iz svežih sestavin, odsotnost priprave v velikih količinah maščobe (cvrtja), zmerno soljenje in sladkanje. Sama priprava pa je zagotovo odvisna tudi od kuharskega osebja. Poleg tega pa je okus zelo subjektiven.



## 6. Ali je vaš otrok zadovoljen s KOLIČINO OBROKOV?

Analiza pridobljenih podatkov kaže, da večina staršev meni, da je njihov otrok **zadovoljen** s količino obrokov.

Energetske potrebe so pogojene s starostjo otroka, spolom, z njegovo aktivnostjo, metabolizmom in drugimi dejavniki. Količino obrokov prilagajamo energetske potrebam otrok. Optimalno je, da otrok zaužije pet dnevni obrokov. V šoli nudimo malico, kosilo in popoldansko malico. Šolska dopoldanska malica predstavlja premostitveni obrok med zajtrkom in kosilom in ne nadomešča zajtrka. Dopoldanska malica naj bi pokrila od 10 do 15 % energetske potreb. Ker veliko učencev ne zajtrkuje, je dopoldanska malica v šoli energijsko nekoliko bogatejša. Kosilo pokriva od 35 do 40 % energetske potreb, popoldanska malica pa predstavlja lahek premostitveni obrok in pokriva od 10 do 15 % celodnevne energetske vnosa. Obroki v šoli so skrbno načrtovani in vsebujejo različna živila oz. jedi. V kolikor učenec zaužije vse potrebne obroke, torej ne izpušča zajtrka in poje vse ponujene jedi, morajo obroki količinsko zadostovati.



Zakon o šolski prehrani predvideva za vse šole obvezno ponudbo dopoldanske malice, zato je tudi cena šolske malice fiksna za vse šole in je predpisana s strani ministrstva. V šolskem letu 2021/22 se je cena malice dvignila na 0,9 evra na obrok. Ostali obroki, ki jih nudi šola, niso zakonsko zapovedani in jih šola lahko ponudi glede na povpraševanje in zmožnosti šole. Kosilo in popoldanska malica predstavljajo tržno dejavnost šole, zato je organizacija popolnoma prepuščena posamezni šoli in se zato cene med šolami razlikujejo.

7. Ali veste, da pri pripravi obrokov vključujemo tudi izdelke in pridelke lokalnih pridelovalcev in ekološke proizvode (ribe, meso, jajca, mleko, sadje, kruh, zelenjavo)? Ali bi bili pripravljene za prehrano plačati več, če bi vključili še več izdelkov lokalnih pridelovalcev in ekoloških živil?

Vsi starši **vedo**, da pri pripravi obrokov vključujemo izdelke in pridelke lokalnih proizvajalcev.

Trudimo se, da je tudi na jedilniku jasno označeno, kdaj so pri jedi vključeni izdelki lokalnega izvora.

Za nabavo osnovnih sestavin smo v veliki meri zavezani na ponudnike, izbrane z javnimi razpisi. Včasih imamo srečo in se na razpis prijavijo tudi lokalni dobavitelji in lahko potem pri drugih lokalnih dobaviteljih naročimo večjo količino izdelkov/pridelkov. Šola ima to možnost, da lahko pri lokalnih dobaviteljih nakupi živila v vrednosti 20 % celotne letne nabave živil. Pri nabavi le-teh je velika omejitev njihova višja cena, pri določenih artiklih pa tudi dostopnost količin. Težave imamo predvsem pri dostopnosti zelenjave.

V letošnjem letu imamo v celoti lokalni izvor za **jajca** (Kmetija Kafol). V veliki meri nabavljamo lokalno pridelan **krompir** (Kmetije Pekolj, Zadel in Adamlje). **Sveže mleko** je v celoti lokalnega izvora in nam ga zagotavlja Kmetija Marn. Občasno otrokom ponudimo **domače jogurte** Kmetije Marn in **ekološke jogurte** kmetije Kukenberger. **Jagode in češnje** smo imeli v spomladanskem delu leta od Kmetije Uhan. V času sezone nam je **šparglje** zagotovila kmetija Anžlovar. Enkrat tedensko je na jedilniku tudi **ekološka teletina ali govedina** Ekološke kmetije Zabukovec, ki nam je letos omogočila več dobav. Zelo smo bili veseli, ko smo našli dobavitelja **rib** (Ribogojstvo Goričar), ki ima lastno ribogojnico in nam dostavlja sveže ribje fileje. Na ta račun tudi na jedilnik večkrat vključujemo ribe. Nekajkrat na leto ponudimo tudi **kruh in pekovske izdelke** Pekarstva Rok in doma pridelane **kosmiče** podjetja Oljka plus d. o. o. Izdelke lokalnih pridelovalcev vključujemo v največji mogoči meri. Upamo, da nam bo v ta namen v prihodnje dovoljeno porabiti še večji odstotek sredstev, namenjenih prehrani.

Na področju nabave ekoloških živil presegamo zahtevanih 12 % od nabave vseh živil (Ekološka kmetija Zabukovec, Mlekarna Krepko, ekološka pekarna B-forma, Geaprodukt).

Večina staršev **podpira** vključevanje lokalnih izdelkov in **bi bili pripravljene** za prehrano plačati več (60 %), če bi bil delež lokalnih in ekoloških izdelkov višji.

8. Ali menite, da šolska prehrana ustreza kriterijem zdrave prehrane?

Največ staršev (60 %) meni, da šolska prehrana **ustreza** kriterijem zdrave prehrane.

Otroci imajo vsak dan na voljo vsaj dve vrsti sadja (pri obeh malicah, včasih pa tudi pri kosilu) in vsaj eno vrsto zelenjave. Zelenjava je v obliki solate, zelenjavne juhe, zelenjavne priloge in pogosto tudi vmešana v razne omake. Redko je zelenjava tudi pri malici. Trudimo se, da vključujemo sezonsko zelenjavo in sadje. V zimskem času, ko so vrste dostopnega sadja in zelenjave bolj omejene, se večkrat poslužujemo tudi tropskega sadja (ananasa, melon) ali suhega sadja, oreščkov in konzervirane zelenjave. Šola je vključena tudi v Šolsko shemo, v okviru katere učencem v času pouka ponudimo sadje in zelenjavo kot dodatni obrok. Sadje in zelenjava, ki sta vključena v Shemo, morata biti iz integrirane ali ekološke pridelave in izbrana med dobavitelji, ki jih predlaga Agencija RS za kmetijske trge in razvoj podeželja. Predvidenih je 20 delitev sadja ali zelenjave v enem šolskem letu. V letošnjem šolskem letu smo organizirali 20 delitev, v katerih smo učencem ponudili grozdje, hruške, paradižnik, jabolka, kaki, redkvice, jagode in češnje. Sadje in zelenjavo smo v 25 % naročali pri kmetih, v 75 % pa preko zadruga.



Smernice zdravega prehranjevanja v vzgojno-izobraževalnih ustanovah so osnovno vodilo, ki se ga moramo držati pri načrtovanju šolske prehrane. Smernice zdravega prehranjevanja v VIZ je izdalo Ministrstvo za zdravje. Mnenje staršev o omenjenem vprašanju je poglavitno za naše nadaljnje delo.

Če bi kdo želel poglobiti svoje znanje s področja šolske prehrane, so Smernice dostopne na spletnem naslovu:

[http://www.mz.gov.si/fileadmin/mz.gov.si/pageuploads/javno\\_zdravje\\_09/Smernice\\_zdravega\\_prehranjevanja.pdf](http://www.mz.gov.si/fileadmin/mz.gov.si/pageuploads/javno_zdravje_09/Smernice_zdravega_prehranjevanja.pdf).

9. V letošnjem šolskem letu je bil nabor šolskih malic zelo okrnjen zaradi priporočil NIJZ po porcijskih malicah. Ali menite, da je ta omejitev vplivala na kvaliteto jedilnikov.

Večina staršev se strinja, da so bili jedilniki bolj enolični zaradi priporočil NIJZ po porcijskih malicah. Vsekakor pa bomo v prihodnjem šolskem letu s ponujanjem jedi, ki so bile letos odstranjene iz šolskih jedilnikov, nadaljevali.

10. Starši so zapisali naslednje pobude:

- »Večje količine pri učencih v višjih razredih. Isti nabor jedi dnevno za vse učence. Velikokrat dva otroka dobita različne jedi. Jedi so dostikrat hladne, juhe že zelo zredčene. Vse omake so preveč goste z moko. Sladice so nedomače. Kruha pri malici je ponavadi premalo. Učitelji jedo malico učencem.«
- »Menim, da hrenovke, paštete, topljeni sir in podobni predelani izdelki ne sodijo v zdravo prehrano.«
- Želijo si bolj raznolik jedilnik in uvedbo kakšnih novosti.
- »Odstranite jedi s pango, raznimi somi in podobnimi ribami bolj eksotičnega izvora.«

Trudimo se, da ponujamo raznolike malice. Razni pekovski izdelki (pice, burek, krofi, rogljički) so zelo priljubljeni, vendar sodijo med odsvetovana živila, ki naj bi se na jedilniku pojavljala izjemoma. Pri ponudbi malic smo precej omejeni. Poslužujemo pa se tudi manjših pekarn, kjer je uporaba dodatkov in konzervansov zelo zmanjšana ali pa so njihovi izdelki celo pripravljene iz ekoloških surovin.

Učence enkrat letno povprašamo po njihovih željah. Želje pa lahko posredujejo tudi med letom. Žal so želje učencev velikokrat v nasprotju s priporočili Smernic zdravega prehranjevanja. Učenci si želijo predvsem pekovskih izdelkov, ki so po mnenju staršev neprimerni, sladkih namazov in pic. Pri kosilu pa priloge, ki niso polnozrnat. Počasi se tudi učenci privajajo na bolj zdrave jedi in jih tudi veliko bolje pojedjo kot v prejšnjih letih. Zavedamo se, da vsaka sprememba potrebuje nekaj časa, da zaživi.

Živila, ki vsebujejo različne aditive, so na jedilniku redko. Že v javnem razpisu za živila je pri večini živil/izdelkov nujna zahteva, da nam dostavijo izdelke brez aditivov, ojačevalcev okusa in pogosto tudi brez konzervansov. Večina slovenskih podjetij sledi smernicam in proizvaja izdelke z manj ali brez aditivov, konzervansov in sladkorja.

Učenci predmetne stopnje imajo pri kosilu na voljo manjšo in klasično porcijo in si sami izberejo, kateri obrok bodo prevzeli. Vedno pa lahko kuhinjskemu osebju povedo, da si želijo še več hrane ali pa pridejo po dodaten obrok. Hrana je mrzla, kadar se zgodi, da otrok prevzame obrok, ki je dalj časa na delilni liniji, ko v jedilnici ni veliko učencev. Kuharice bodo v prihodnje bolj pozorne, da obroki na delilni liniji ne bodo ostajali.

Ali menite, da je priporočilo NIJZ po porcijskih malicah vplivalo na kvaliteto jedilnikov?



- Da, jedilniki so bili bolj enolični.
- Ne, kvaliteta je ostala enaka.
- Da, malice so bile bolj nezdrave.
- Da, pogrešali smo zdrave šolske namaze.

V šolsko prehrano že zelo dolgo ne vključujemo »panga filejev«. Somi, ki jih vključujemo v prehrano so vzrejeni v slovenskih ribogojnicah. Poleg somov pa je na jedilniku le še losos in postrv. Izjemoma je na jedilniku še orada. Pri namazih za malico uporabljamo kvalitetno tuno in sardelice.

Za vaše mnenje se vam zahvaljujemo.

## 11.ZAKLJUČEK

Anketo je vrnilo 10 staršev. Večina staršev je mnenja, da so njihovi otroci s šolsko prehrano zadovoljni. Starši menijo, da šolska prehrana ustreza Smernicam zdravega prehranjevanja. Še naprej se bomo trudili, da bomo upravičili vaše zaupanje.

### A) ANALIZA ANKETE ZA UČENCE

#### 1. OSNOVNI PODATKI O ANKETI

Anketni vprašalnik in analizo ankete sem pripravila organizatorica prehrane Petra Pristavnik. Anketa je bila elektronska, izvedena s pomočjo spletne aplikacije 1ka ankete. Objavljena je bila v mesecu juniju na spletni strani <https://1ka.arnes.si/a/23a940ab>. Anketo je izpolnilo 83 učencev, od katerih je bilo 43 % učenk in 57 % učencev.

#### 2. POVZETEK

Večina učencev je **zadovoljna** tako s količino kot kvaliteto obrokov v šoli.

Jedilnike spremljajo **občasno ali dnevno** in jih ocenjujejo kot **dobre**.

Učenci vsaj včasih za kosilo in malico vzamejo vse ponujene jedi. Šolske malice ne pojedjo v celoti zato, ker nekaterih jedi ne marajo. Menijo, da imajo v šoli na razpolago dovolj sadja in zelenjave.

Učenci so podali svoje mnenje o priljubljenih in nepriljubljenih jedeh za kosilo in šolsko malico. Najraje imajo obroke, ki so energijsko zelo bogati in jih nasitijo, nimajo pa ustrezne hranilne vrednosti. Učenci zavračajo zelenjavo v obliki juhe. Njihove želje in predloge bomo upoštevali v največji možni meri.

#### 3. ANALIZA ANKETE

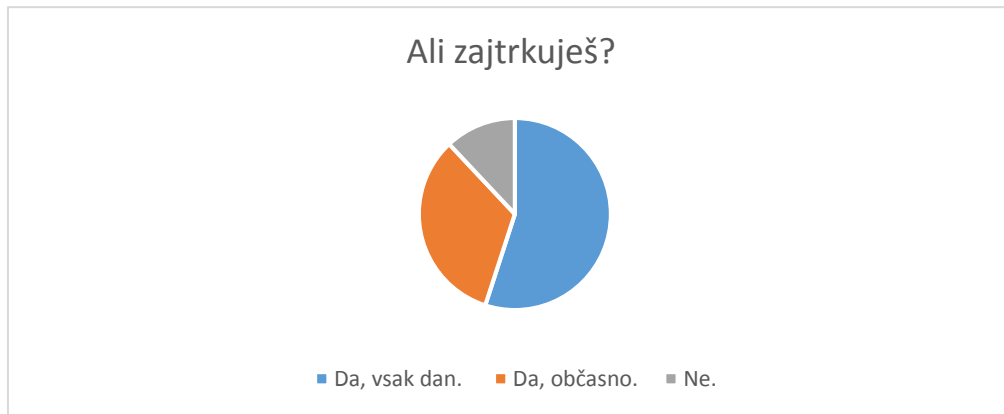
##### a. Splošni podatki

Anketo je izpolnilo 83 učencev, od tega 57 % učencev in 43 % učenk. Reševali so jo učenci vseh razredov.

Povezava do nje je bila na voljo na šolski spletni strani. Anketiranje učencev je bilo izvedeno na šoli.

##### b. Ali zajtrkuješ?

Večina učencev zajtrkuje **vsak dan ali vsaj včasih**. Delež tistih, ki ne zajtrkujejo, znaša 12 %. Večina učencev (78 %) meni, da šolska malica ne more nadomestiti zajtrka.



c. Kako pogosto spremljaš šolski jedilnik? Kakšen se ti zdi šolski jedilnik?

Največ učencev jedilnik spremlja **občasno**. Učenci menijo, da je jedilnik **dovolj pregleden** (77 % vprašanih), 16 % učencev pa jedilnika sploh ne spremlja.



Večini učencev se jedilnik zdi **dober**. Delež učencev, ki se jim jedilnik zdi slab, je nižji od 5 %.

d. Ali za ŠOLSKO MALICO vzameš vse jedi, ki so ti ponujene? Zakaj šolske malice ne poješ v celoti? Ali za šolsko KOSILO vzameš vse jedi, ki so ti ponujene?





Večina učencev za šolsko malico **vsaj včasih** vzame vse jedi, ki so jim ponujene. Delež učencev, ki nikoli ne vzamejo vseh ponujenih jedi, znaša 5 %.

Vzpodbuden je tudi podatek, da 21 % učencev vedno vzame vse ponujene jedi.

Večina učencev malice ne poje v celoti, **ker določenih jedi ne mara** (56 %). Vzpodbuden je podatek, da 29 % učencev malico vedno poje v celoti. 10 % učencev malice ne poje v celoti, ker nimajo časa.

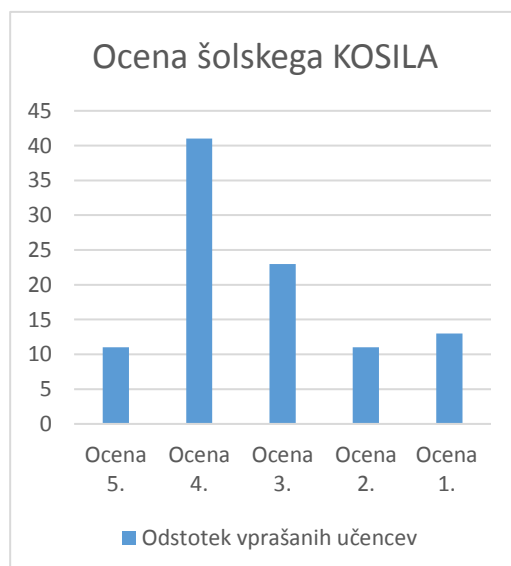
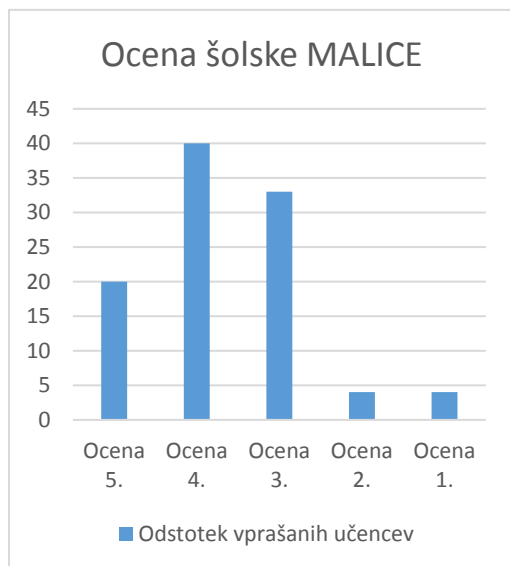
Večina učencev za kosilo **vsaj včasih** (86 %) vzame vse jedi, ki so jim ponujene. Delež učencev, ki nikoli ne vzamejo vseh ponujenih jedi, znaša 14 %.

e. Ali je v šoli na razpolago dovolj sadja in zelenjave?

Večina učencev (93 %) meni, da imajo v šoli na razpolago dovolj sadja in zelenjave.

Učenci imajo vsak dan na voljo vsaj dve vrsti sadja (pri obeh malicah, včasih pa tudi pri kosilu) in vsaj eno vrsto zelenjave. Zelenjava je v obliki solate, zelenjavne juhe, zelenjavne priloge in včasih tudi vmešana v razne omake in priloge. Redko pa je zelenjava tudi pri malici. Trudimo se, da vključujemo sezonsko sadje in zelenjavo. V zimskem času, ko so vrste dostopnega sadja in zelenjave bolj omejene, se večkrat poslužujemo tudi tropskega sadja (ananasa, melon), suhega sadja in konzervirane zelenjave. Šola je vključena tudi v Šolsko shemo, v okviru katere učencem ponujamo sadje in zelenjavo kot dodatni obrok. Sadje in zelenjava, ki sta vključena v Shemo, morata biti iz integrirane ali ekološke pridelave, izbrana od dobaviteljev, ki jih predlaga Agencija RS za kmetijske trge in razvoj podeželja. Pri kosilu je učencem na voljo mešano sveže sadje, ki ostane od malice.

f. Oceni ŠOLSKO MALICO in KOSILO z oceno od 1 do 5. (Ocena 5 pomeni, da si z obrokom zelo zadovoljen.)



Največ učencev (40 %) meni, da si šolska MALICA zasluži **oceno 4** (prav dobro), povprečna ocena malice pa znaša **3,7**. Večina učencev je z malico zadovoljna.

Prav tako največ učencev (41 %) meni, da si šolsko KOSILO zasluži **oceno 4** (prav dobro), povprečna ocena kosila pa znaša **3,3**. Večina učencev je s kosilom zadovoljna.

Razlogov za nezadovoljstvo med majhnim deležem učencev učenci je lahko več: domače prehranjevalne navade, večina učencev z leti postane bolj izbirčna, vzpodbudna beseda

učitelja je v višjih razredih zmanjšana, mnenje posameznika začne zelo vplivati na mnenje večine, spremenijo se okusi učencev v skladu z njihovim razvojem ...

#### g. Kako ocenjuješ MALICO in KOSILO po KOLIČINI?

Večina učencev (78 %) meni, da je MALICE **ravno prav**. Delež učencev, ki menijo, da je malica ali preobilna ali preskopa, znaša 23 %.

Prav tako večina učencev (70 %) meni, da je KOSILA **ravno prav**, 14 % učencev meni, da je kosila premalo, 15 % vprašanih pa, da je kosilo preobilno.

Energetske potrebe so pogojene s starostjo otroka, spolom, z njegovo aktivnostjo, metabolizmom in drugimi dejavniki. Količino obrokov prilagajamo energetskim potrebam otrok. Optimalno je, da otrok zaužije pet dnevni obrokov. V šoli nudimo malico, kosilo in popoldansko malico. Šolska dopoldanska malica predstavlja premostitveni obrok med zajtrkom in kosilom in ne nadomešča zajtrka. Dopoldanska malica naj bi pokrila od 10 do 15 % energetskih potreb. Ker veliko učencev ne zajtrkuje, je dopoldanska malica v šoli energijsko nekoliko bogatejša. Kosilo pokriva od 35 do 40 % energetskih potreb, popoldanska malica pa predstavlja lahek premostitveni obrok in pokriva od 10 do 15 % celodnevnega energijskega vnosa. Obroki v šoli so skrbno načrtovani in vsebujejo različna živila oz. jedi. V kolikor učenec zaužije vse potrebne obroke, torej ne izpušča zajtrka in poje vse ponujene jedi, morajo obroki količinsko zadostovati.

#### h. Kaj najraje ješ za šolsko MALICO?

Učenci so na vprašanje prosto odgovarjali. Odgovori so bili zelo raznoliki, prevladuje pa mnenje, da za šolsko malico učenci najraje jedo:

- pico (22 %),
- medeni namaz (14 %),
- hrenovke (12 %),
- čokoladni namaz in ribji namaz (9 %),
- kosmiče (koruzne) (6 %)
- mesno-zelenjavni namaz, sadni jogurt in sendvič (5 %).

Najbolj priljubljene malice so tiste, ki so bolj kalorične in nasitijo, nimajo pa ustrezne hranilne vrednosti. Veseli nas priljubljenost domačih namazov.

Med priljubljenimi jedmi so učenci v manjših odstotkih uvrstili tudi: mlečni zdrob, močnik, sadje, polžke, kefir, pašteto, marmelado in polnozrnatih rogljič.

#### i. Katere MALICE ne maraš?

Učenci so na vprašanje prosto odgovarjali. Odgovori so bili zelo raznoliki, prevladuje pa mnenje, da ne marajo naslednjih malic:

- korenčkovega namaza (18 %),
- zeliščnega namaza (13 %),
- ribjega namaza (6 %),
- namazov, granole, mlečnega zdroba, pice in mesno-zelenjavnega namaza (4 %).

Med najmanj priljubljenimi malicami so se znašli namazi. V prihodnje se bomo potrudili in preizkusili še kakšen domači namaz, s ponujanjem ostalih domačih namazov pa bomo nadaljevali, vendar jih bomo manjkrat vključili v jedilnik.

Med neprijetne malice so učenci v manjših odstotkih uvrstili tudi: jabolčni burek, sadje, zelenjavo, marmelado, hrenovke, jogurt, kefir, salamo, pašteto, topljeni sir, med in buhtlje.

8 % učencev pa je zapisalo, da jim je **všeč vse**, kar je zelo vzpodbudno.

#### k. Kaj najraje ješ za šolsko KOSILO?

Učenci so na vprašanje prosto odgovarjali. Odgovori so bili zelo raznoliki, prevladuje pa mnenje, da za šolsko kosilo učenci najraje jedo:

- lazanjo (30 %),
- kanelone (8 %),
- sladice, špagete, juhe, krompir in meso (6 %),
- palačinke in torteline (5 %).

Med priljubljene jedi so učenci v manjših odstotkih uvrstili tudi: piščanca, riž, enolončnice, ribe, različne in muffine.

Učenci najraje jedo **testenine** na sto in en način. Trudimo se, da v večji meri vključujemo polnozrnat ali pirine testenine. Povečuje se tudi priljubljenost **krompirja**. Letos smo večkrat vključili pečen krompir, ki ga ponujamo namesto pomfrij, ki si ga učenci izjemno želijo za kosilo. Krompir v celoti dobavljajo kmetje iz okolice. **Palačinke** vključimo nekajkrat na leto, saj jih v kuhinji pripravljajo same in jim predstavlja izziv napeči tako veliko količino palačink.

#### l. Česa pri šolskem KOSILU ne maraš?

Učenci so na vprašanje prosto odgovarjali. Odgovori so bili zelo raznoliki, prevladuje pa mnenje, da bi pri šolskem kosilu najraje izpustili iz jedilnika:

- zelenjavne juhe (bučno, gobovo, zelenjavno, cvetačno, korenčkovo, špinačno, porovo ali brokolijevo) (31 %),
- ribji testeninski narastek, pečen krompir (6 %),
- lososa, zelenjavo (5 %),
- ajdovo kašo, ričet, rižoto, telečjo obaro, krompirjevo solato in njoke (3 %).

Učenci bi pri šolskem kosilu najraje izpustili zelenjavo na splošno (predvsem v obliki juh in enolončnic). Tudi v prihodnje bomo s ponujanjem zelenjavnih juh nadaljevali in nekoliko posodobili recepte. V šolskem letu 2016/17 smo pričeli z večjim vključevanjem rib. Poiskali smo nove recepte in izvedli tudi izobraževanje s kuharskimi delavnicami za kuharice. S ponujanjem ribjih jedi bomo nadaljevali tudi v prihodnje, saj je priporočljivo, da bi učenci uživali ribe vsaj enkrat tedensko v različnih oblikah (pečene, omake, narastek). Ribe in ribje jedi pa postajajo tudi vsako leto bolj priljubljene.

Med neprijetna kosila so učenci v manjših odstotkih uvrstili tudi: vampe, krompirjev golaž, solate, enolončnice, rdečo peso, ribe in lazanjo.

m. Predlogi za novo jed.

Učenci so za nove jedi predlagali naslednje jedi:

- ovsene kosmiče,
- mlečne napitke,
- čokolino,
- sendvič s sirom in salamo,
- pomfri,
- pico,
- testenine carbonara,
- tortilije,
- testenine s sirovo omako,
- več sladic,
- hamburger,
- špagete s tunino omako,
- azijsko hrano (kitajska juha),
- lignje,
- sadno solato,
- potico in
- musako.

Ostale predlagane jedi pa so že vključene v šolski jedilnik. Pri dunajskem zrezku si želijo za prilogo pomfri. Učenci so v največji meri predlagali nezdrave jedi, ki jih lahko jedo v restavracijah s hitro prehrano, za šolski obrok pa niso najbolj primerne. Namesto pomfrija v šoli pripravljajo pečen krompir. V šoli hrane ne pripravljamo več s postopkom cvrenja. Namesto hamburgerja in čevapčičev imajo učenci na jedilniku štefani pečenko ali pleskavice, ki je pripravljena iz mletega mesa. Vnaprej bomo učencem dvakrat letno ponudili čevapčiče. Pico imajo učenci na voljo za šolsko malico. Zelo se bomo potrudili, da bodo večkrat za sladico palačinke, ki jih zaradi organizacije dela za malico ne moremo ponuditi.

n. V letošnjem šolskem letu je bil nabor malic okrnjen zaradi priporočil NIJZ. Ali meniš, da je ta omejitev vplivala na nabor jedilnikov?

Največ učencev je mnenja, da je kvaliteta malic ostala enaka.



#### o. Predloge, mnenja in pobude povezane s šolsko prehrano

Pohvale	Mnenja
Zahvaljujejo se za dobro opravljeno delo. »Kar tako naprej.«	Želijo si večjih porcij (učenci 9. razreda). Menijo, da proti koncu kosila ni več na voljo hrane, ki je na jedilniku. Hrana ki ostane pa je hladna.
Malica je zelo dobra. »Super ste.«	Menijo, da še kar dobro kuhamo. Želijo si, da se kuhinja drži jedilnika.
»Zelo dobro kuhate.«	Menijo, da so juhe preredke.
»Obroki so mi zelo všeč.«	Ne želijo si krompirja, ki je po njihovem mnenju iz vrečke.
»Hrana je dobra/okusna.«	Ne želijo si surove hrane.
»Hvala za vaš trud in skrb.«	Menijo, da bi morala biti hrana bolj kvalitetnega porekla.

Pripombe so bile v večini pozitivne in se vam za vaše mnenje tudi zahvaljujemo. Nobena pripomba ali mnenje ne bosta ostala neopažena.

## 4. ZAKLJUČEK

Anketni vprašalnik je izpolnilo 83 učencev. Večina učencev je s šolsko prehrano zadovoljnih in jo ocenjujejo z oceno »**dobro**«. Učenci so podali svoje želje in mnenja o malici in kosilu. Njihova mnenja bodo v največji možni meri upoštevana.

Za zaključek analize naj navedem nekaj točk iz **Smernic zdravega prehranjevanja v vzgojno-izobraževalnih ustanovah**:

- *Jedilniki naj bodo usklajeni s priporočenimi energijskimi in hranilnimi vnosi in priporočenimi kombinacijami različnih vrst živil iz vseh skupin živil.*
- *POTREBNO JE: povečati uživanje svežega sadja in zelenjave, prehranskih vlaknin, kalcija, vitamina C, zmanjšati delež zaužitih maščob in še posebej nasičenih maščob, dati prednost polnovrednim žitom in žitnim izdelkom, mleku in mlečnim izdelkom z manj maščobami, ribam, pustim vrstam mesa, kakovostnim maščobam (oljčno in repično olje), izogibati se sladkanim pijačam in pripravkom, omogočiti dovolj časa za obroke in jih ponuditi v vzpodbudnem okolju ...*
- *Pri načrtovanju prehrane je potrebno upoštevati tudi želje otrok in mladostnikov in jih uskladiti s priporočili.*