

Mnenje staršev o šolski prehrani na OŠ Vodmat (maj 2017)- ANALIZA

OSNOVNI PODATKI O ANKETI:

Priprava ankete: organizatorica prehrane

Analiza ankete: organizatorica šolske prehrane

Čas izvedbe: 3. -31. 5. 2017

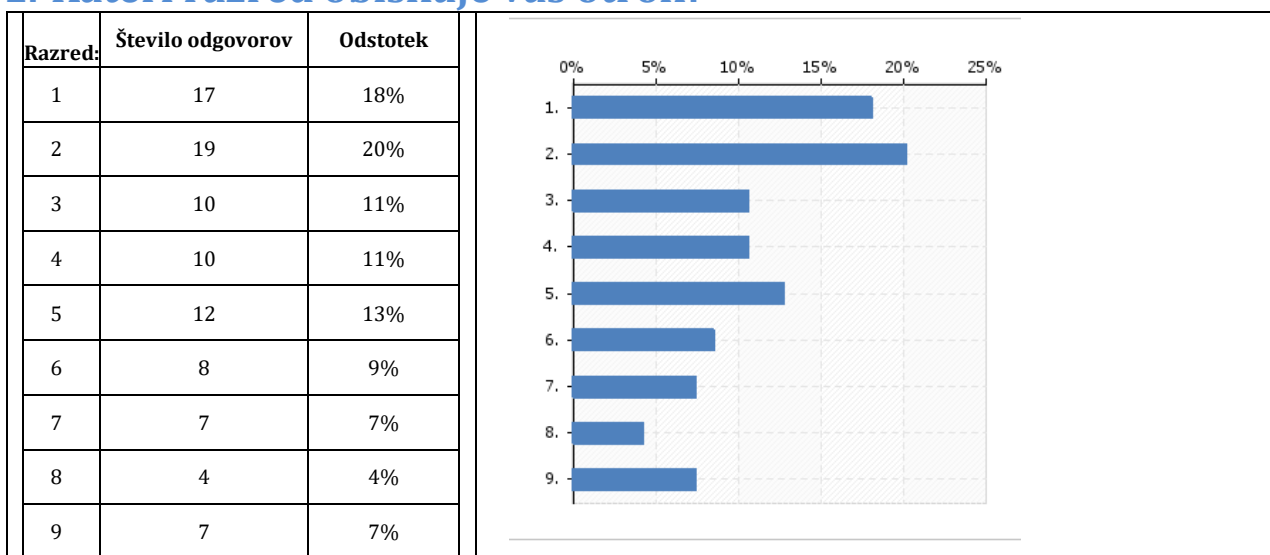
Način izvedbe: elektronska anketa, izvedena s pomočjo spletne strani 1ka ankete. Povezava do ankete je bila objavljena na spletni strani šole, prav tako smo starše o anketi obvestili po elektronski pošti.

Število izpolnjenih anket: anketa za starše: 94 od 387 vpisanih učencev = 24,3%

Vsem sodelujočim se zahvaljujem za sodelovanje!

Cvetka Tomašič, OŠP

1. Kateri razred obiskuje vaš otrok?



V anketi so dokaj enakomerno porazdeljeni starši otrok iz vseh treh triad- nekoliko več je odgovorov s strani staršev prve triade.

2. Kako pogosto spremljate šolski jedilnik?

Možni odgovori	Število odgovorov	Odstotek
1 (dnevno)	7	7%
2 (tedensko)	18	19%
3 (občasno)	52	55%
4 (nikoli)	17	18%

Zanimalo nas je, kako pogosto starši spremljajo jedilnik, saj je seznanjenost z jedilnikom osnova za podajanje mnenja o le-tem. Dostikrat se namreč dogaja, da nekateri starši omenjajo jedi, ki jih na jedilniku nimamo.

3. Kje najpogosteje spremljate vsebino šolskega jedilnika?

Odgovori	Število odgovorov	Odstotek
1 (na šolski spletni strani)	48	51%
2 (na oglasni deski pred jedilnico)	3	3%
3 (preverim pri svojem otroku)	28	30%
4 (ne spremljam vsebine)	15	16%

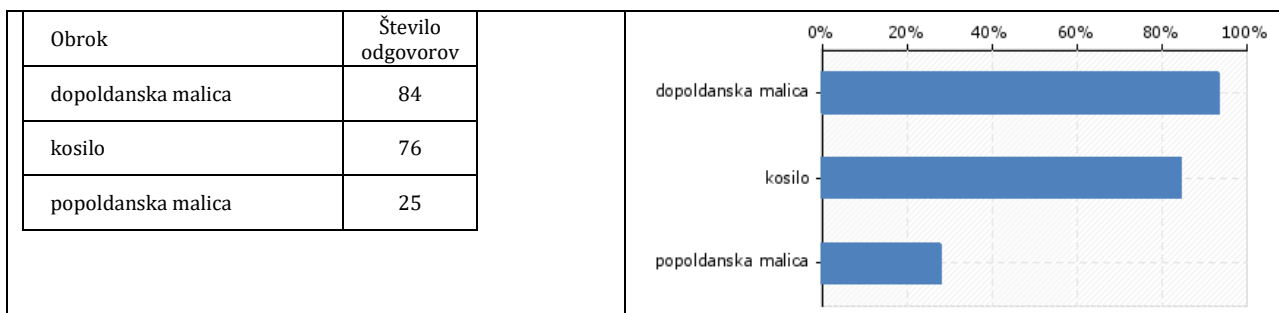
Na šolski spletni strani se trudimo ažurno objavljati tedenski jedilnik, ki ga v primeru sprememb jedilnika spreminjamo le na oglasni deski pred jedilnico.

4. Ali vaš otrok pred odhodom v šolo zajtrkuje?

Odgovori	Število odgovorov	Odstotek
1 (da)	63	67%
2 (ne)	13	14%
3 (občasno)	14	15%
4 (ne vem)	0	0%

Razveseljiv je podatek, da tako veliko število otrok zjutraj zajtrkuje, saj s tem oskrbijo telo s potrebno energijo. Slaba tretjina otrok pred odhodom ne zajtrkuje ali pa zajtrkuje le občasno. Šolska -dopoldanska malica predstavlja premostitveni obrok med zajtrkom in kosilom in ne nadomešča zajtrka. Dopoldanska malica pokriva 10 do 15 % energetskih potreb, kosilo pa 35 – 40 %.

5. Na kateri/e obrok/e je prijavljen vaš otrok v šoli?



6. Ali je vaš otrok zadovoljen s šolsko prehrano?

Obrok	Odgovori				
	da	delno	ne	ni naročen	Skupaj
dopoldanska malica	29 (32%)	42 (47%)	15 (17%)	4 (4%)	90 (100%)
kosilo	21 (24%)	39 (44%)	22 (25%)	7 (8%)	89 (100%)
popoldanska malica	11 (12%)	13 (15%)	10 (11%)	55 (62%)	89 (100%)

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, kjer pa je eden od pogojev za izbor ponudnika tudi najnižja cena, ki lahko posredno vpliva na kvaliteto živil. V prehrano vključujemo biološko pridelana živila (kruh, sadje, mlečni izdelki), vendar je pri nabavi le teh velika omejitev njihova visoka cena, pri določenih artiklih pa tudi dostopnost količin (manjše kmetije). Vključujemo tudi lokalno pridelana živila, predvsem pri delitvah sadja in zelenjave v okviru projekta Shema šolskega sadja. Priprava jedi vključuje zdrave postopke. Izpostavila bi zmerno soljenje in sladkanje ter ne uporabo umetnih arom in drugih umetnih dodatkov jedem. Poleg tega pa je okus zelo subjektiven.

7. Ali je vaš otrok zadovoljen s količino obrokov v šoli?

obrok	odgovori			
	da	delno	ne	ni naročen
dopoldanska malica	54 (60%)	18 (20%)	11 (12%)	7 (8%)
kosilo	39 (44%)	25 (28%)	18 (20%)	7 (8%)
popoldanska malica	21 (24%)	9 (10%)	5 (6%)	54 (61%)

Večina je zadovoljna s količino ponujenih jedi. Šolski obroki 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, bi morali obroki količinsko zadostovati. Stopnja nezadovoljstva s količino obrokov, predvsem kosil, običajno narašča z razredi. Vzroki so lahko različni, izpostavila pa bi to, da učenci mnogokrat ne vzamejo oz. ne pojedjo vsega kar jim je ponujeno predvsem z razlogom, ker jim to ni všeč. Opažamo tudi, da po dodatek (predvsem testenine, svaljke in druge priloge,) pogostokrat prihajajo učenci, ki za kosilo pojedjo le glavno jed. Če bi učenci pojedli vse jedi (tudi juho, zelenjavne priloge, solato, sadje, polnozrnat izdelke itd.) bi jim moralo zadostovati.

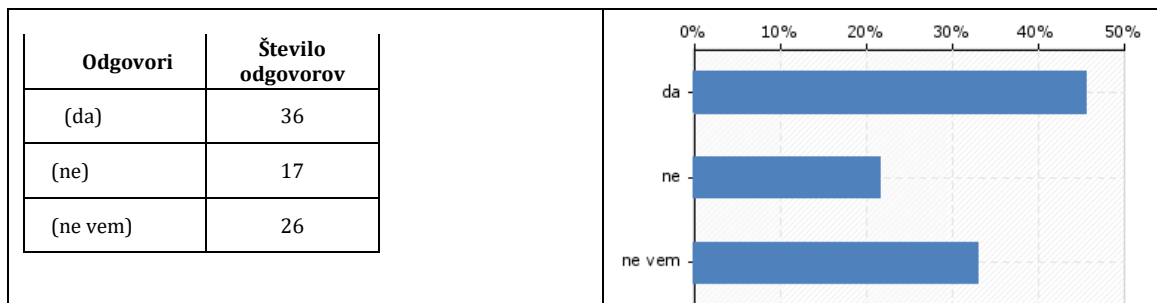
8. Kako pogosto doma pripravljate/uživata:

Jedi/živila:	Pogostost priprave/ uživanja:				
	vsak dan	večkrat tedensko	tedensko	mesečno	nikoli
mleko in mlečne izdelke	44 (51%)	31 (36%)	7 (8%)	2 (2%)	3 (3%)
polnozrnatih izdelke (npr. kruh, testenine)	28 (33%)	39 (45%)	11 (13%)	8 (9%)	0 (0%)
sadje in zelenjavo	62 (72%)	20 (23%)	3 (3%)	1 (1%)	0 (0%)
ribe in ribje jedi	2 (2%)	4 (5%)	41 (48%)	30 (35%)	9 (10%)
kaše in žitne izdelke (npr. kuskus, ajdova in prosenka kaša, kvinoja)	3 (3%)	20 (23%)	22 (26%)	29 (34%)	12 (14%)
salame, hrenovke, paštete	6 (7%)	14 (16%)	30 (35%)	27 (31%)	9 (10%)
ocvrte jedi	1 (1%)	3 (3%)	19 (22%)	46 (53%)	17 (20%)
kremne juhe (ne iz "vrečke")	1 (1%)	15 (17%)	37 (43%)	24 (28%)	9 (10%)
enolončnice (npr. ričet, jota, obara)	2 (2%)	16 (19%)	35 (41%)	31 (36%)	2 (2%)
gazirane pijače	1 (1%)	1 (1%)	9 (10%)	20 (23%)	55 (64%)
sladke namaze (npr. marmelade, čokoladne namaze)	3 (3%)	20 (23%)	28 (33%)	27 (31%)	8 (9%)
hitro prehrano (npr. pizze, bureke, kebabe)	2 (2%)	3 (3%)	17 (20%)	55 (64%)	9 (10%)

Namen vprašanja je bil raziskati odnos do uživanja določenih jedi v šoli v primerjavi s pogostosti uživanja doma. Prehranske navade anketirancev so v redu. Večina anketirancev ocvrte jedi in gazirane pijače uživa manj pogosto, medtem ko mleko uživajo pogosto. Spodbuden je tudi rezultat uživanja polnozrnatih izdelkov in sadja ter zelenjave. Tedensko ali pogosteje uživa polnozrnat kruh kar 91 % anketirancev, sadje in zelenjavo pa 99 % anketirancev. Dokaj visok odstotek anketiranih (61%) uživa tedensko ali pogosteje kremne juhe in enolončnice, ki pa pri šolskih kosilih predstavljajo največji odpadek. Prav tako polovica anketiranih pogosto uživa predelane mesne izdelke in jedi «hitre prehrane (22%) ki bi jih morali uživati čimmanj.

Starši s svojim zgledom in navadami odločilno vplivate na prehranske vzorce svojih otrok! V šoli se trudimo preko različnih dejavnosti, učnih vsebin in projektov učence osveščati o pomenu zdrave prehrane.

9. Ali menite, da prehrana v šoli ustreza kriterijem zdrave prehrane?



Večina staršev meni, da šolska prehrana ustreza kriterijem zdrave prehrane. Več kot četrtina ni znala odgovoriti na to vprašanje. Starši so lahko svoj odgovor obrazložili.

Na kratko obrazložite svoje mnenje...

Obrazložitev mnenja:

- manj mleka in mlečni izdelkov, preveč kruha in peciva
- na jedilniku me motijo pizze, izdelki hitre prehrane, pakirani sendviči, preveč izdelkov podjetja 5 minut, preveč izdelkov iz bele moke
- slepo vztrajanje na mesni prehrani šoli ni v čast.
- slaba kvaliteta
- v vrtcu je bila otroku boljše okusna hrana
- menim, da hrenovke, paštete in podobne jedi niso primerne za človeka, pijača je prepogosto sladka (sokovi, gazirane), hrana pogosto ocvrta, sadje pa je pogosto tako trdo, da predstavlja hladno orožje. tudi če se kuhinja trudi izbirati zdrave surovine, je priprava povsem neprimerna.
- premalo sveže zelenjave (surove)
- preveč ogljikovih hidratov in manj kakovostne hrane ki jo morate v šoli zaradi javnih naročil nabavljati. otroci ne bi smeli jesti perutninskega mesa, ki je povdem nezdravo in neprimerno (farmska reja s krmili). krekerji in piškoti niso primerni za malico.
- mrzla pizza to zagotovo ni.
- hladna, pogreta,
- ker je vse pogreto in postano
- Šolska hrana je po mojem mnenju preveč postana, umetna, nekvalitetna in neokusna večini otrok
- preveč izdelkov iz bele moke, preveč procesiranih živil, sladke pijače, preveč sladice.
- slaba kakovost hrane, najvnejši izdelki mercatorjeve bonus linije, majhne porcije
- prekuhana hrana ne spada pod zdravo prehrano
- verjetno šolska prehrana ustreza smernicam zdrave prehrane, ki jih je izdalo ministrstvo za zdravje in nuj. moje mnenje (glede na večletno ukvarjanje s področjem prehranjevanja in obiskovanjem konferenc v tujini) pa je naslednje: preveč živalskih beljakovin v obrokih (meso, mleko in mlečni izdelki). menim, da bi morale živalske beljakovine obsegati največ 5% - 20% celokuponega dnevnega vnosa hranil v telo. otroci z resnimi zdravstvenimi stanji pa še nekoliko manj. ob tem naj poudarim, da nismo vegetarijanci in tudi ne vegani. trudimo se, da bi otroke naučili uživati pretežno rastlinsko, nepredelano hrano, katere pot iz zemlje do mize je čimkrajša. večino obrokov doma, pripravimo sami. zavedam se, da so otroci pri hrani izbirčni in da izbirajo hrano glede na okus (sladka, začinjena in mastna hrana so okusnejše od zdrave hrane) in da zelenjava velikokrat obleži na krožniku.
- porcije so majhne, hrana neužitna, mrzla in postana.

10. Tukaj napišite vaše morebitne predloge, pohvale, mnenja in kritike povezane s šolsko prehrano:

<ul style="list-style-type: none"> • naj bo bolj raznolik in okusnejš
<ul style="list-style-type: none"> • vzpostavitev možnosti vegetarianske prehrane (kosila) za vse, ki to želijo, ne da je treba prilagati zdravniška potrdila. na več šolah otroci lahko zbirajo med mesnimi in veget. kosili.
<ul style="list-style-type: none"> • prehrana je v redu
<ul style="list-style-type: none"> • zadovoljni.
<ul style="list-style-type: none"> • pohvala prof. tomašič pri fleksibilnosti pri alergijskih dietah
<ul style="list-style-type: none"> • citiram otroka: meso z žilami, krompir, da ti je slabo.
<ul style="list-style-type: none"> • bolj zdrava hrana, bio zelenjava, sadje
<ul style="list-style-type: none"> • hrana je v redu.
<ul style="list-style-type: none"> • otrok večkrat pove da je malo časa za kosilo da so male porcije želel bi si tudi da bi bila na razpolago tudi voda
<ul style="list-style-type: none"> • hrana je predraga. otroci niso zadovoljni z njo. predvsem se mi zdi problem, da ni kuhinje v šoli in hrano vozijo.
<ul style="list-style-type: none"> • vodja prehrane je odzivna in aktivna, vendar dokler kosilo ni skuhan na licu mesta, bo hrana neprimerna. zaradi težav smo otroka že odjavili od kosila, zdaj pa imamo zdravniško priporočilo, da odjavimo še drugega otroka
<ul style="list-style-type: none"> • glede na to da se starši že veliko let opozarjamo na slabo kakovost hrane, se nič ne stori- zato moja otroka ne obiskujeta kosila. zamenjajte že dobavitelja ali pa ravnateljico
<ul style="list-style-type: none"> • bolj okusna hrana
<ul style="list-style-type: none"> • s prehrano smo zadovoljni.
<ul style="list-style-type: none"> • zamenjati dobavitelja hrane in znižati ceno
<ul style="list-style-type: none"> • večji obroki(količina)
<ul style="list-style-type: none"> • moj je tut doma problematičan za prehrano ;)
<ul style="list-style-type: none"> • kar se hrane tice je se kar v redu, sin ni zadovoljen s količino, pa ne je veliko ampak pravi da dajejo kuharice učiteljem dosti več hrane in se grede iskat repete otrokom pa ne dajo, ces da ne bo za ostale! vsaj tiste stvari ki imajo otroci radi bi jim dali malo več, pa bi učitelje malo dali na dieto!!!! lp
<ul style="list-style-type: none"> • otrokom se prevečkrat na jedilniku pojavljajo polnozrnatni izdelki saj jih kot otroci tudi mi starši nismo imeli preveč radi. se strinjam da polnozrnatna hrana mora biti na jedilniku vendar pripravljena za otroške oči in to je žal ne vidna. z ostalim so otroci zadovoljni.
<ul style="list-style-type: none"> • otrok je ob 14.00 že lačen. pravi da so obroki količinsko preskromni. menda vedno poje juho in glavno jed s prilogami, če je poleg sladica tudi nikoli ne ostane. res pa je, da si ne vzame solate. vem, da obstajajo omejitve glede postreženih jedi, ker se hrana v šolo vozi od drugod. zanima me, zakaj se v šoli ne kuha? je razlog v premajhni kapaciteti kuhinje ali kje drugje?

<ul style="list-style-type: none"> • premajhni obroki, mrzli obroki,...
<ul style="list-style-type: none"> • pripombe glede na količino hrane
<ul style="list-style-type: none"> • hrana (kosilo) je po mnenju mojih otrok velikokrat preveč začinjena.
<ul style="list-style-type: none"> • vec mlecnih, jajcnih izdelkov, manj kruha
<ul style="list-style-type: none"> • smiselno bi bilo razmisliti o nabavi zrelega sadja, ker sadje ki ga otroka prineseta domov zori še kakšen teden ali dva doma preden je užitno (predvsem hruške in kiviji), tudi količino prepečenec in grisinijev bi lahko zmanjšali.
<ul style="list-style-type: none"> • pohvala prijaznim kuharicam, želeli bi pa si več raznovrstne prehrane, ker naš otrok načeloma ne mara mes, je obsojen na testenine, krompir in kuskus. predlagamo stročnice, ajdovo kašo, ržote z raznovrstnimi žitaricami, zelenjavo. hvala za kruh in jabolka, ki so vedno na voljo!
<ul style="list-style-type: none"> • nimam posebnih predlogov
<ul style="list-style-type: none"> • zamenjati dobavitelja kosil.
<ul style="list-style-type: none"> • kosilo je velikokrat servirano hladno
<ul style="list-style-type: none"> • zadovoljni z izborom živil
<ul style="list-style-type: none"> • vodja prehrane se sicer trudi, vendar dokler bo hrana pripeljana, postana, pogreta bo stanje slabo. moja otroka imata kar nekaj težav in predlog iz strani zdravnice naj ju odjavimo od šolske prehrane
<ul style="list-style-type: none"> • po otrokovih besedah hrana ni pretirano dobra in obroki so majhni (še posebej takrat, ko je kaj dobrega). sicer ni izbirčen, rad ima vse - tudi enolončnice, ribe ipd. pravi, a občasno ne poje samo solate, vse ostalo pa. nimam posebnih pripomb, zanima me pa, zakaj se hrana voz id drugod? šola ni velika, ali kuhinja nima potrebne kapacitete?
<ul style="list-style-type: none"> • ni
<ul style="list-style-type: none"> • predlagam, da otroci pijejo samo vodo, da v prehrano vključite več zelenjave in sadja in manj sladkarij !
<ul style="list-style-type: none"> • predlagam da bi šolsko hrano kuhali v oš vodmat ne na drugem koncu mesta
<ul style="list-style-type: none"> • mi smo zadovoljni!
<ul style="list-style-type: none"> • morda je bolje več sadja in črn kruh kadar gredo iz šole na enodnevni izlet, kot pa pakirani sendviči...
<ul style="list-style-type: none"> • zelo fleksibilni pri alergijskih dietah, pohvala prof. tomašič
<ul style="list-style-type: none"> • šolska prehrana ustreza splošnim merilom zdrave prehrane.
<ul style="list-style-type: none"> • predlagam menjavo dostavljavca obrokov.
<ul style="list-style-type: none"> • kosilo je zaradi dostave pogosto hladno in zato neokusno.
<ul style="list-style-type: none"> • naš prvošolec je v glavnem zadovoljen s prehrano
<ul style="list-style-type: none"> • več zelenjave in rib (ne ocvrtih)
<ul style="list-style-type: none"> • šolska prehrana ustreza splošnim merilom zdravega prehranjevanja
<ul style="list-style-type: none"> • po besedah mojih otrok je hrana v šoli dobra in okusna, vendar pa je za potrebe odraščajočega fanta 6. razreda običajno porcija premajhna. vseeno smo zadovoljni, da imajo

otroci zagotovljen topel obrok v šoli.
<ul style="list-style-type: none"> moj otrok se vsa leta pritožuje, da hrana v šoli ni okusna, zlasti kosilo. kosilo vsak teden enkrat ali dvakrat izpusti, ker je ogabno.
<ul style="list-style-type: none"> po mojem mnenju je za malico prevečkrat bel kruh. lahko bi bilo več svežega sadja in zelenjave tudi za malico. prevečkrat je sladek jogurt, lahko bi bil navaden.
<ul style="list-style-type: none"> velikokrat dobim s strani otroka pripombo glede mesa pri kosilu. sama ne jem mesa, a ga otroku tudi ne odrekam, je pa res, da v naši družini pojemo zelo malo mesa. kosilo je za nas zelo pomembno, zato nam je tudi v interesu, da mi otrok je v šoli. kar pogosto mi pove, da je na koncu pojedel samo krompir, ker mu meso ni bilo všeč. kar pa me zelo moti, saj želim, da poje vse...dobro razen mesa. pogrešam torej raznoliko hrano pri kosilu, ne pa da je za kosilo juha, krompir in meso, ko že v naprej vem, da mesa ne bo pojedel. vsak dan hodi domov lačen. da ne bo pomote, sploh ne dvomim o tem, da hrana nebi bila okusna, sem prepričana, da bi otroci bolje jedli kosilo, če nebi gledali svojih vrstnikov, kako se nad hrano zmrdujejo. pri nas to ni dovoljeno, nimam pa nadzora, kako to poteka v šolski jedilnici. žal mi je le, da smo mi starši krivi za marsikateri predsodek glede hrane in tako potem otroci to nosijo v šolo, družbo...si pa s tem delamo veliko škodo. predlagam mogoče še večje ozaveščanje otrok in staršev, kako pomembno je jesti vso hrano in da včasih nam pač ni kosilo ali malica najbolj všeč, a moramo vseeno pojesti dovolj, da vnesemo v telo zadostno količino hrane.
<ul style="list-style-type: none"> glede na to da je v veljavi nov zskon o javnem naročanju, ki šolam. omogoča izbiro in nabavo lokalno pridelane hrane, bi preflagala, da se to koristite. povezava z strokovnjaki dietetiki in ekološkimi eksperti (nijz). ker je hrana zelo pomembna vsebina tudi pri vzgiji, bi lahko šola s pristopi postala primer dobre prakse. v kolikor smlahko starši pomagamo, nas vključite. sicer pa ste odlična šola z veliko pozitivnimi prakdami. hvala.
<ul style="list-style-type: none"> za najstnike so porcije premajhne!
<ul style="list-style-type: none"> lahko bi bila boljša hrana v soli
<ul style="list-style-type: none"> menim, da je prehrana v šoli ustrezna. morda le v razmislek o možnosti naročila večje porcije, seveda ob doplačilu.
<ul style="list-style-type: none"> kosilo: porcija je premajhna in otroci so še vedno lačni po kosilu. cena kosila je glede na porcijo prevelika. kosilo bi moralo biti vedno sestavljeno iz juhe, priloge, glavne jedi, solate in sladice. enolončnica in sladica ni kosilo!!! to je topla malica!!! in iz plehnatih posod tudi ni užitek jesti. na oš trnovo učenci že več let obedujejo iz pravih krožnikov in jih tudi učijo obnašanja za mizo in kako uporabljati krožnike in pribor.
<ul style="list-style-type: none"> vse super
<ul style="list-style-type: none"> razglejte se okrog sebe.
<ul style="list-style-type: none"> šolska prehrana je v splošnem dobro pripravljena, vendar pa otroci občasno potožijo, da hrana ni okusna. istočasno pa obrokov, ki so jim všeč, ne dobijo več. kadar bi radi jedli, ostanejo lačni. to je včasih zaradi omejenih količin hrane, včasih pa tudi zaradi omejenega časa, ki ga ima en razred za kosilo, kar je narobe. pripomba, ki se ne navezuje na prehrano: tale anketa je nerodno sestavljena, saj ne omogoča reševanja za več otrok, ki so na šoli, hkrati.
<ul style="list-style-type: none"> nimam pripomb.
<ul style="list-style-type: none"> hrana ni dovolj okusna, včasih tudi kolicinsko premalo

<ul style="list-style-type: none">• dopoldanska malica - neobičajne kombinacije (npr. puding in kruh), določene hrane so otroci manj vajeni (npr. korenčkov kruh), več otrok navaja čuden okus sicer ustrezne hrane (npr. jogurtov, čaja, pizza, burek). kosilo - pogosto je hrana postana in zato manj okusna.
<ul style="list-style-type: none">• ne prilagajajte se otrokom, vztrajajte pri zdravi hrani.
<ul style="list-style-type: none">• želim si še več ekoloških izdelkov in več v kuhinji pripravljenih izdelkov, jedi, ne kupljenih. drugače pa vseeno pohvale za raznovrsten jedilnik.
<ul style="list-style-type: none">• sveže pripravljena zelenjava, brez predpriprave
<ul style="list-style-type: none">• vsak dan ni potrebe po mesu in/ali mesnih izdelkov in manj kruha in krušnih izdelkov
<ul style="list-style-type: none">• super je da otroci imajo dosti sadja in pohvalila bi kosila. zdi se mi da je preveč kruha na meniju(prinese pogosto doma velike ostanke kruha).
<ul style="list-style-type: none">• količinsko premalo in nesveže
<ul style="list-style-type: none">• priprava kosila v šoli, ne na drugi šoli
<ul style="list-style-type: none">• dobro raznolika prehrana
<ul style="list-style-type: none">• menim, da je šolska prehrana dobra
<ul style="list-style-type: none">• najn hitre hrane