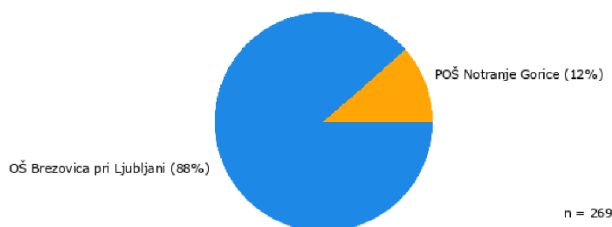


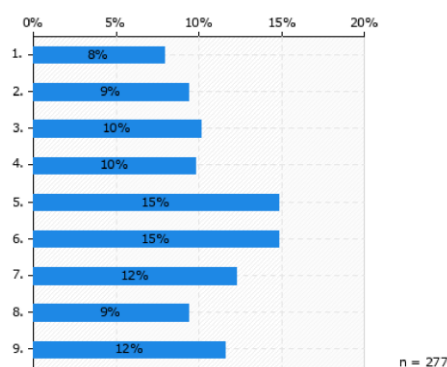
Anketa šolske prehrane 2022/2023

Na spletno anketo o šolski prehrani je odgovorilo 269 učencev OŠ Brezovica pri Ljubljani, kar predstavlja 27 % učencev. Naslednje šolsko leto bi želeli, da večina učencev izpolni anketo o šolski prehrani.

Ali obiskuješ OŠ Brezovica pri Ljubljani ali POŠ Notranje Gorice? (n = 269)

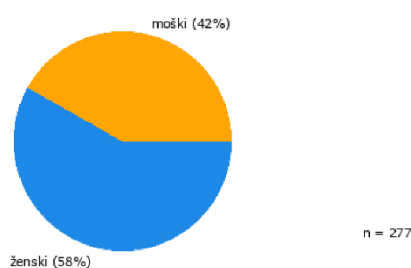


Kateri razred obiskuješ? (n = 277)



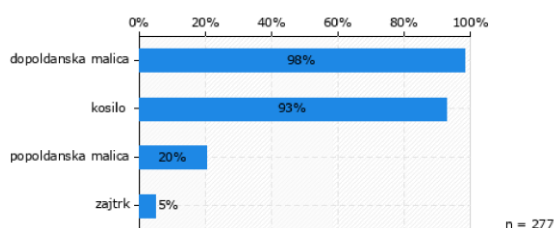
Največ učencev je odgovorilo na anketo iz 5. in 6. razredov. Najmanj odgovorov je bilo med učenci 1. razredov.

Spol (n = 277)



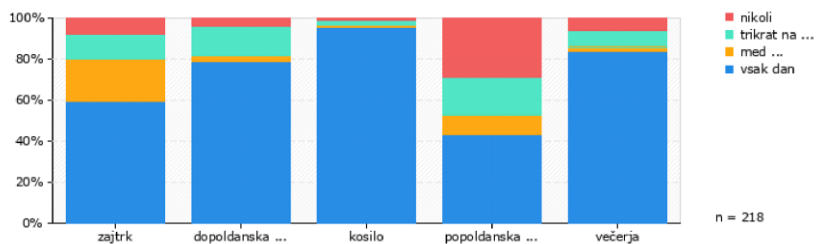
Na vprašanja je odgovarjalo več učenk kot učencev.

Katere obroke zaužiješ v šoli? (n = 277)

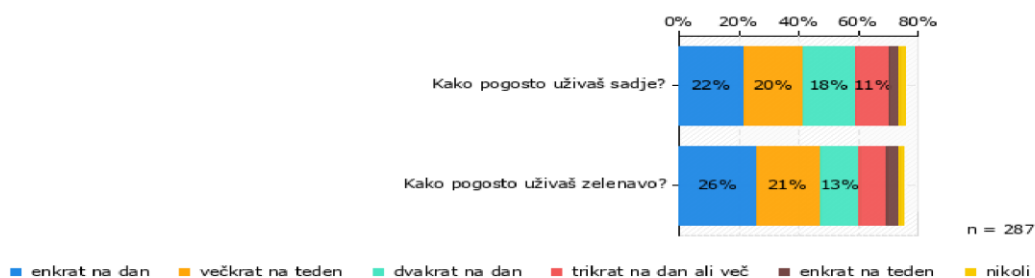


Pogostost uživanja obrokov (n = 218)

Odgovori na vprašanje o pogostosti uživanja obrokov so: nikoli, trikrat na teden, med vikendom in vsak dan. Največ jih uživa kosilo. Učenci najmanj uživajo popoldansko malico in zajtrk. Na pomen zajtrka bomo učence in starše spomnili 3. teden v novembru, ko izvedemo tradicionalni slovenski zajtrk. Potrudili se bomo, da bomo še bolj poudarili pomen zajtrka.

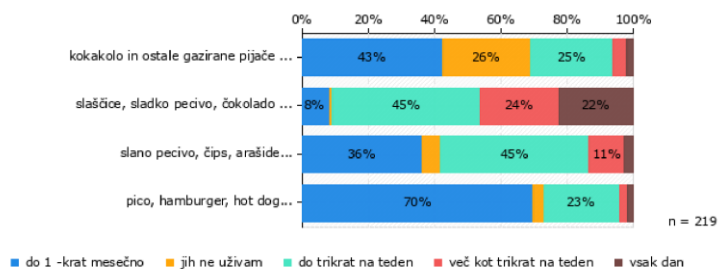


Kako pogosto uživaš sadje in zelenjavo? (n = 287)



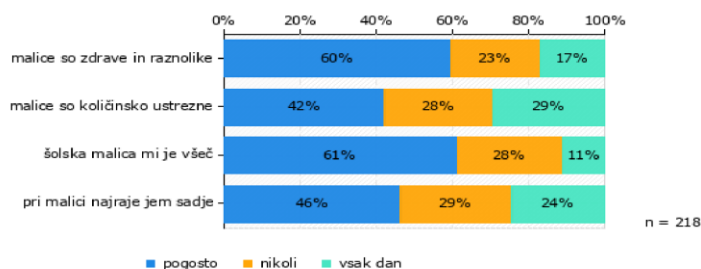
Tudi s šolsko shemo sadja in zelenjave skušamo povečati uživanje sadja in zelenjave.

Kako pogosto uživaš odsvetovana živila? (n = 219)



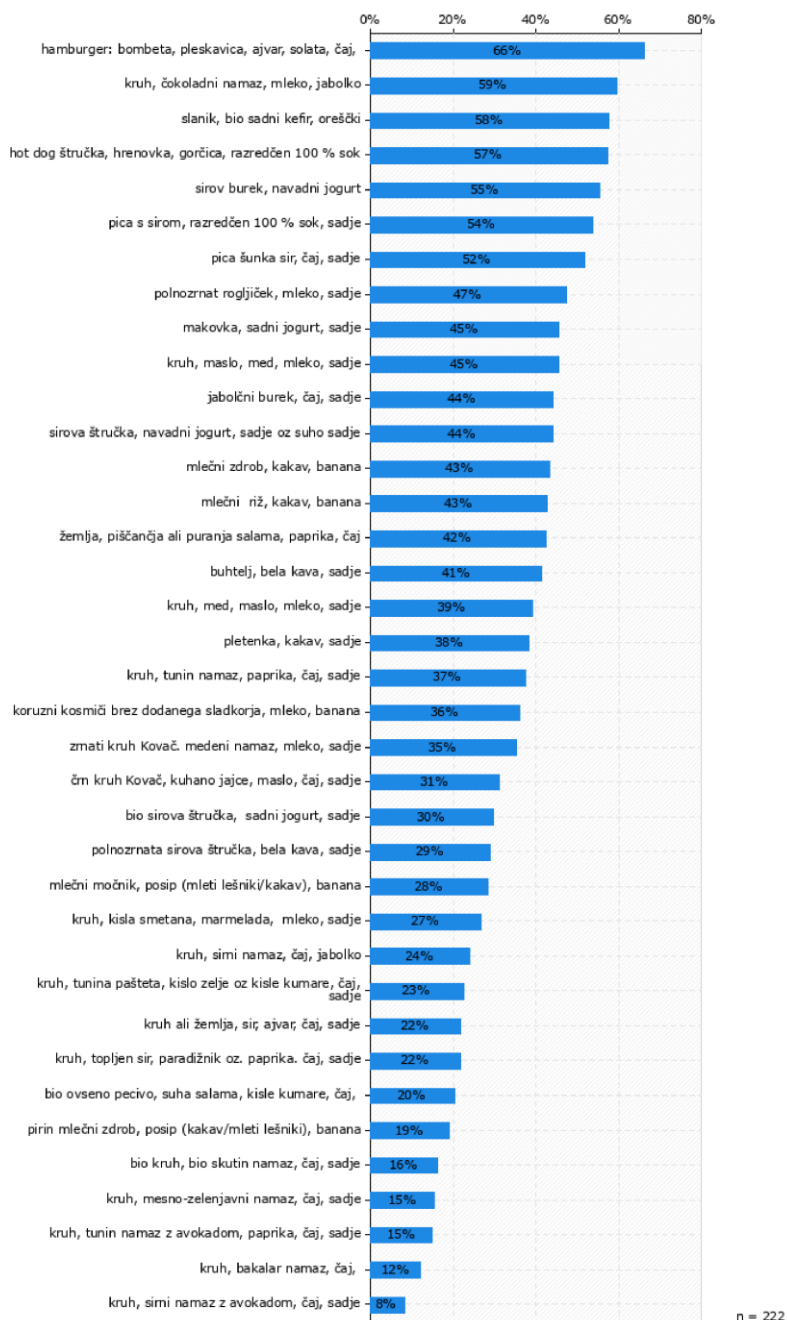
Graf prikazuje, da se učenci kar pogosto posladkajo s slaščicami in slanim pecivom.

Zadovoljstvo z dopoldansko malico (n = 218)



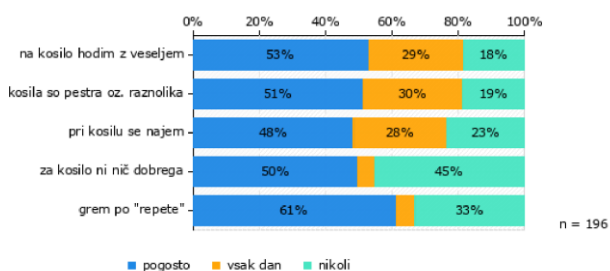
Nekateri anketiranci so izrazili željo, da se jim ponudi več možnosti za odgovor in ne samo tri.

Katere malice imaš najraje? (lahko označiš več malic) (n = 222)



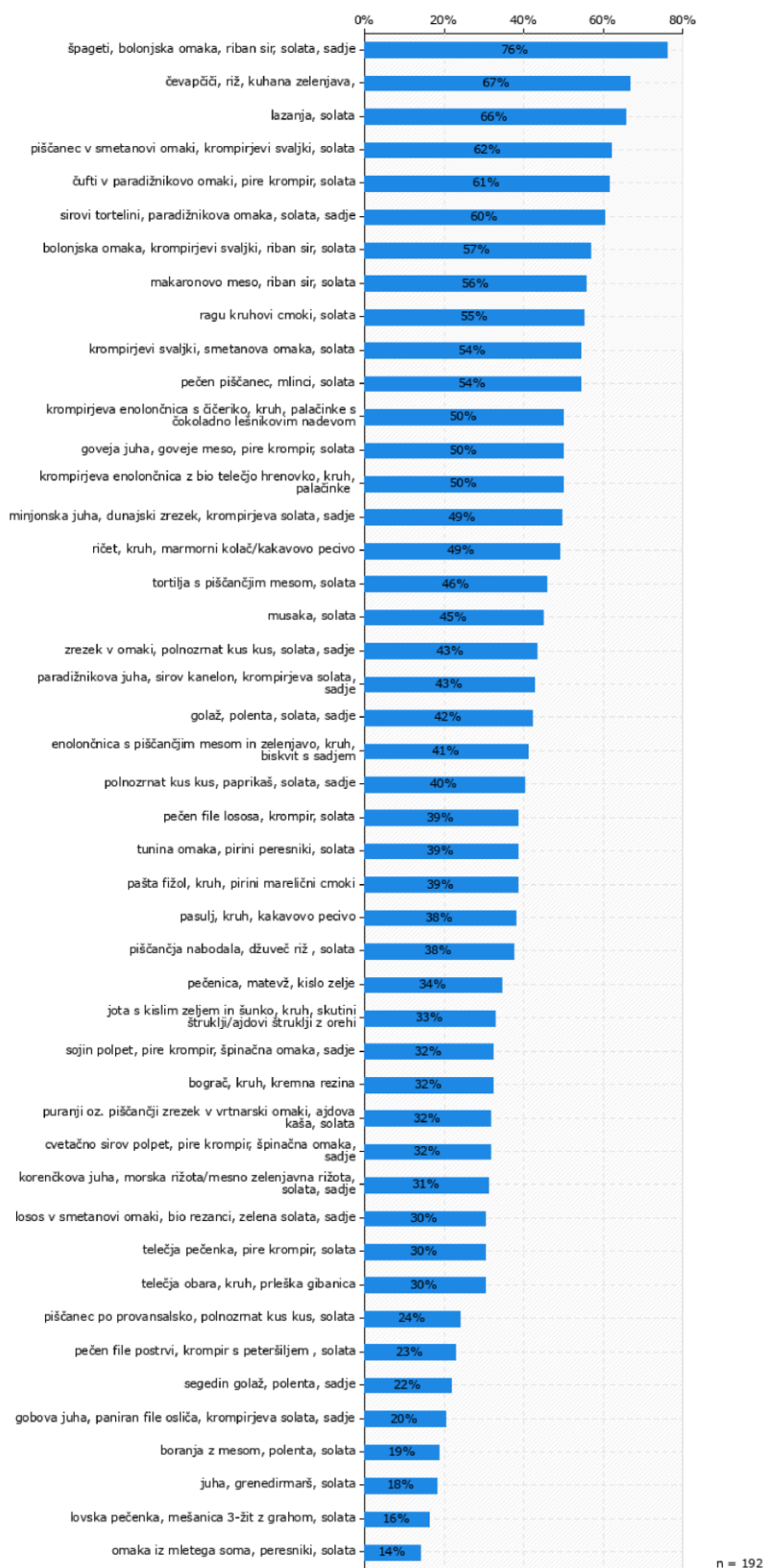
Na vrhu grafa so predvsem malice, ki naj bodo na jedilniku bolj poredko (hamburger, pica, čokoladni namaz in hot dog). Na dnu grafa pa najdemo bolj zdrave namaze. V šolske jedilnike bomo uvrstili jedi skladno s smernicami.

Zadovoljstvo s kosilom (n = 196)



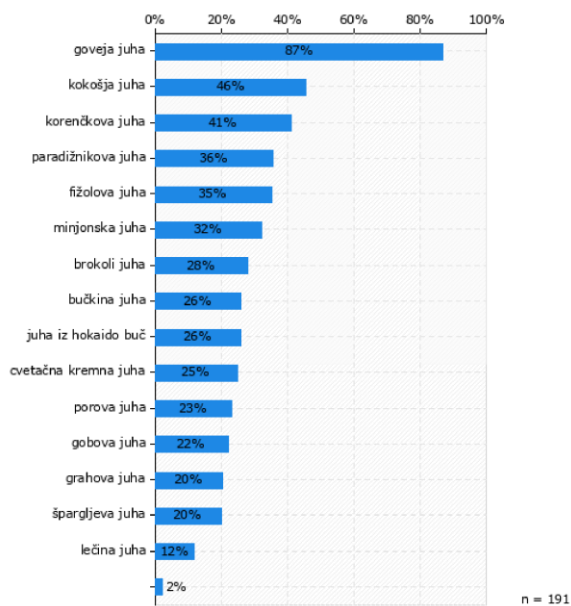
Učenci z veseljem hodijo na kosilo, vendar jih je tudi 50 % odgovorilo, da za kosilo pogosto ni nič dobrega. V nadaljevanju odgovarjajo, da pogosto gredo po repete, in sicer 61 %.

Katera kosila imaš najraje? (n = 192)



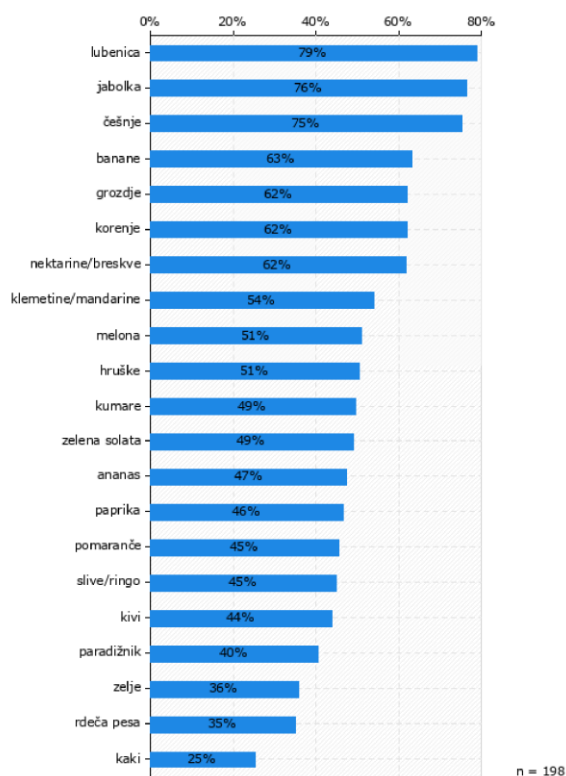
Učenci imajo še vedno najraje za kosilo testenine.

Katere juhe imaš najraje? (n = 191)



Goveja juha je na prvem mestu.

Katero sadje in zelenjavo imaš najraje? (n = 198)



Predvsem je pomembno, da se uživa sezonsko sadje in zelenjava.

Mnenja, sporočila, pobude:

1. razred:

- ▶ večje porcije popoldanske malice;
- ▶ zelo dobri sta fižolova in goveja juha;

- ▶ pire krompir ni dober, meso je dostikrat suho;
- ▶ večkrat bi si želeli ribje jedi, pečen krompir;
- ▶ načeloma so s prehrano zelo zadovoljni.

2. razred:

Super hrana, hvala; dobro kuhate, vseč mi je prehrana, dobra zdrava in raznolika prehrana; manj procesirane hrane (večkrat palačinke, šmorn, sendviči, krompir); želijo si pico za kosilo, omaka pesto genovese, zmiksani fižol.

3. razred:

- ▶ več raznolikosti, hrana ima premalo okusa in je preslana, drugače je dobra;
- ▶ pripomba na porcije – malo in veliko kosilo;
- ▶ kvaliteta sadja;
- ▶ hrana je zelo dobra;
- ▶ želje po repeteju za govejo juho in sladico;
- ▶ manj morskih jedi;
- ▶ juhe so polne olja in neokusne, malice nekaterim niso všeč.

Kuhinja ne more skuhati večje količine goveje juhe, ker nimamo kapacitet. Sladic ne more dobiti vsak učenec repete. Smernice omenjajo ribje jedi 1–2 krat na teden.

4. razred:

Še naprej dobro kuhajte; večje količine solate, da je ne bo zmanjkalo; vse je zelo dobro; večkrat zelje za solato in testenine; želijo si kakšno novo jed, sladoled; hrana v Notranjih Goricah je super.

5. razred:

- ▶ premalo hrane in premalo okusna hrana, ne dobijo repeteja;
- ▶ repete za sladice; preveč hrane, ki je otroci ne jedo;
- ▶ odlično, dokaj dobra hrana;
- ▶ našel polža v solati;
- ▶ radi bi pizzo in hamburger, večkrat zelena solata s koruzo;
- ▶ večkrat solata iz kumar.

6. razred:

- ▶ obožujejo jedilnik, dobra hrana; šolska prehrana je slaba (slana, nezdrava, hrana ni zadosti kuhana), prevečkrat kruh za dopoldansko malico, hrana bi lahko bila bolj raznolika;
- ▶ v anketi bi bilo potrebno dodati možnost „redko“;
- ▶ sojina hrenovka za brezmesno malico ni dobra;
- ▶ prevečkrat kruh in mesno-zelenjaven namaz, ki ni dober; več sadja za malico (češnje) in več novih jedi – tortilje;
- ▶ rižota naj bo brez bučk, na izletih bi radi kaj drugega kot vegetarijansko malico;

- ▶ slabša kvaliteta hrane (sendviči z izletov so zelo skromni);
- ▶ žužki v solati.

V analizi kosil iz leta 2020, ki jo je na šoli izvedel NIJZ smo imeli dober rezultat pri uporabi soli.

7. razred:

- ▶ majhne porcije, repete, bolj topli obroki;
- ▶ hrana je dobra, zelo mi je všeč sadje (jagode);
- ▶ hrana je zelo dobra;
- ▶ prevečkrat kruh za malico, več soli pri kosilu;
- ▶ večkrat sirovi tortelini, premajhne porcije malice in zakaj so ribe vedno ob sredah – dolgočasno;
- ▶ večkrat palačinke in tortilje;

Verjetno je potrebno najstnike opozoriti, da je glede na smernice potrebno uživati manj slano hrano. Da so ribe za kosilo ob sredah, je povezano z dobavitelji in dostavo rib.

8. razred:

- ▶ premastna hrana za kosilo, prevečkrat kruh za malico, lahko bi dobili mesni burek;
- ▶ ne več cvetačnih polpetov, preveč bio ali pa se ponavlja;
- ▶ več sadja, prevečkrat je pašteta in zelje;
- ▶ porcije so premajhne, ampak bi pohvalil dobre juhe, bograč, golaž, segedin in sladice (marmorni kolač);
- ▶ ne maram tuninega namaza, otroci na šoli ne marajo sira, ajvarja, kruha, bakalarja; zdrob je premalokrat;
- ▶ večkrat lazanja in tortilje.

Mesni burek večini učencev na šoli ni všeč, zato željo izpolnimo samo posameznemu razredu (otroški parlament). Ta malica je predraga, da bi se naročalo za celo šolo, saj je veliko odpada. Analiza NIJZ iz leta 2020 je pokazala, da ne presegamo referenčne vrednosti za maščobe pri kosilu.

9.razred:

- ▶ hrana je super; nezadovoljen (2-krat);
- ▶ prevečkrat je kruh, prehrana diet ni kvalitetna; bakalar namaz je še vedno na jedilniku, čeprav so učenci izrazili nezadovoljstvo;
- ▶ hrana mora biti začinjena in okusna, večje porcije za kosilo.

Pri dietah smo omejeni z živili in dobavitelji. Zahvaljujemo se vsem, ki so izpolnili anketo. Rezultati nam bodo v pomoč pri organizaciji šolske prehrane v prihodnje.

Irena Kambič

Organizator šolske prehrane