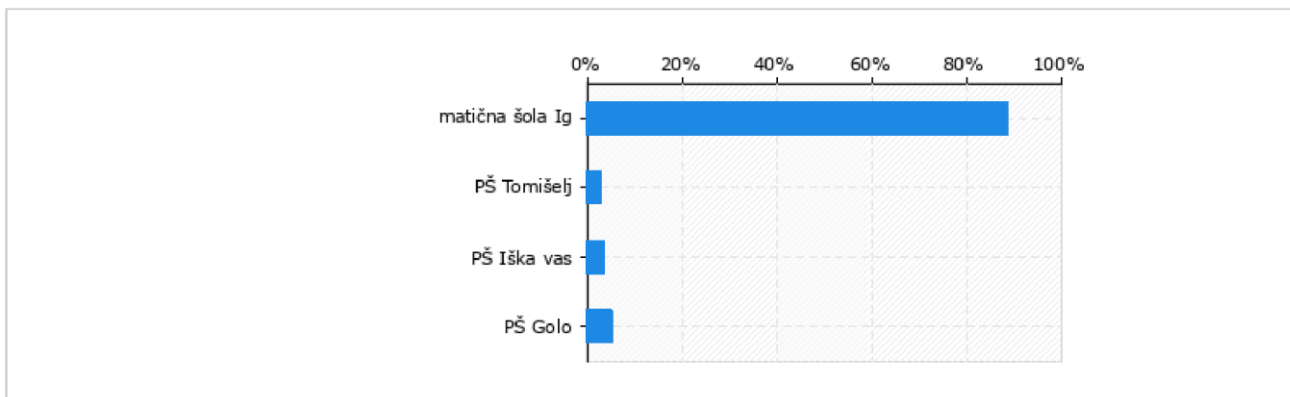


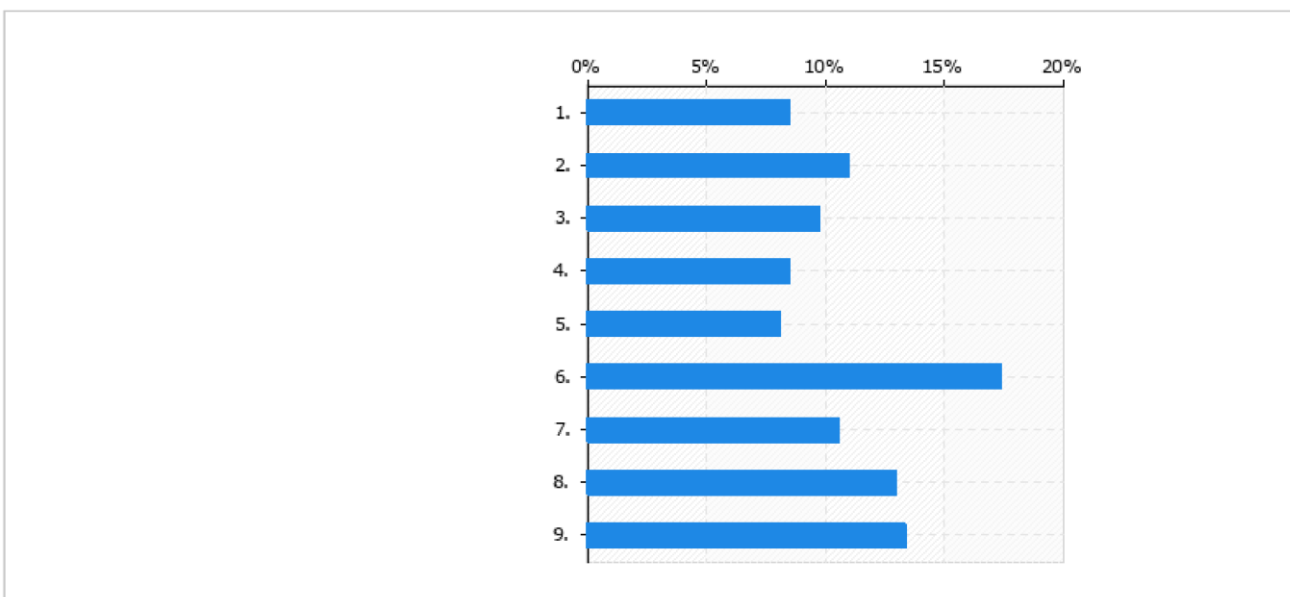
Analiza ankete o šolski prehrani v šolskem letu 2020/21

Zbiranje podatkov je potekalo od 25. 3. do 1. 4. 2021. K sodelovanju smo povabili učence v spremstvu staršev z željo, da bi pridobili mnenja učencev od 1. do 9. razreda iz vseh štirih enot šole.

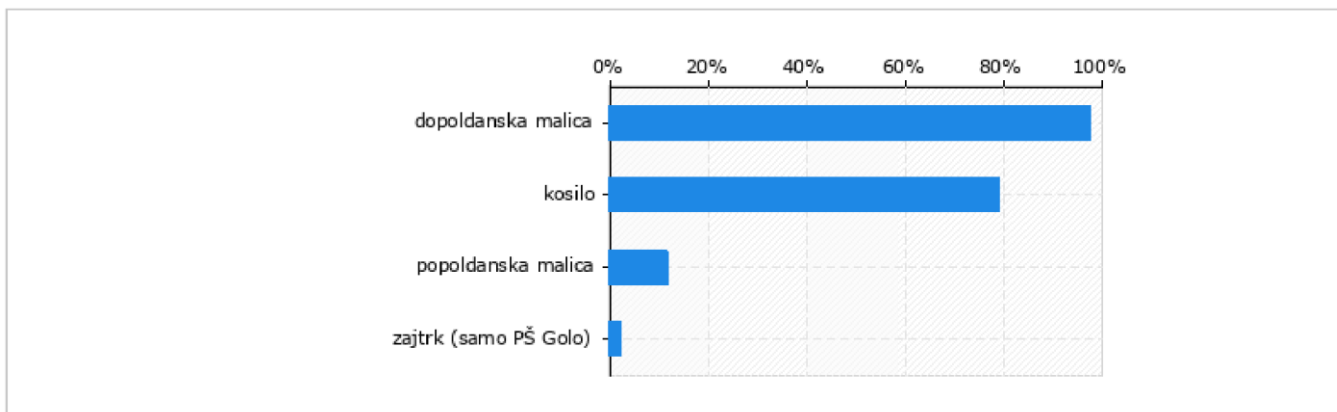
Katero šolo obiskuješ?



Kateri razred obiskuješ?



Na katere obroke šolske prehrane si prijavljen/a?

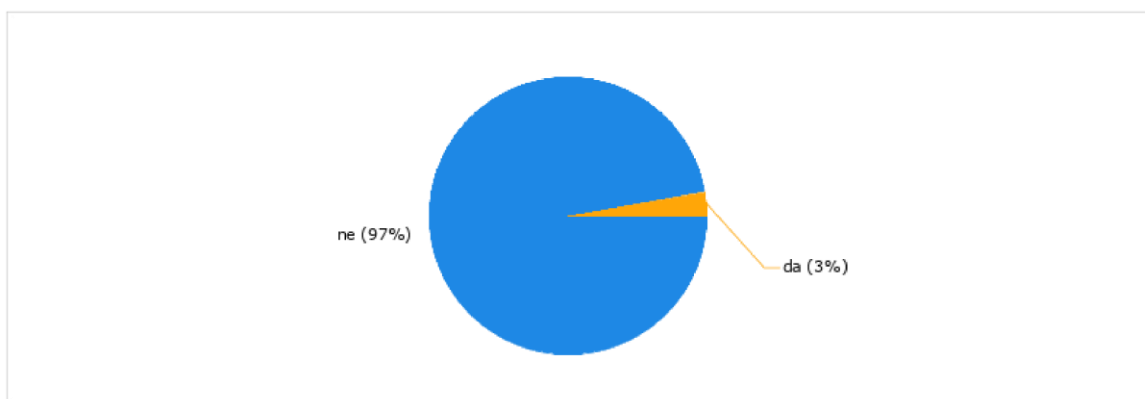


Osnovno šolo Ig trenutno obiskuje 759 učencev, in sicer 649 centralno šolo na Igu, 33 podružnično šolo Tomišelj, 24 podružnično šolo Iška vas in 51 podružnično šolo Golo.

Za učence, ki obiskujejo centralno šolo Ig, podružnično šolo Tomišelj in podružnično šolo Iška vas, pripravlja hrano centralna kuhinja Ig. Za učence pripravljajo dopoldansko malico, kosilo in popoldansko malico. Za učence, ki obiskujejo podružnično šolo Golo, pripravlja prehrano vrtčevska kuhinja enote Hribček na Golem. Za učence pripravljajo zajtrk, dopoldansko malico, kosilo in popoldansko malico.

Centralna kuhinja Ig pripravlja dnevno povprečno 692 dopoldanskih malic (za 32 oddelkov razredov), 504 kosil in 92 popoldanskih malic.

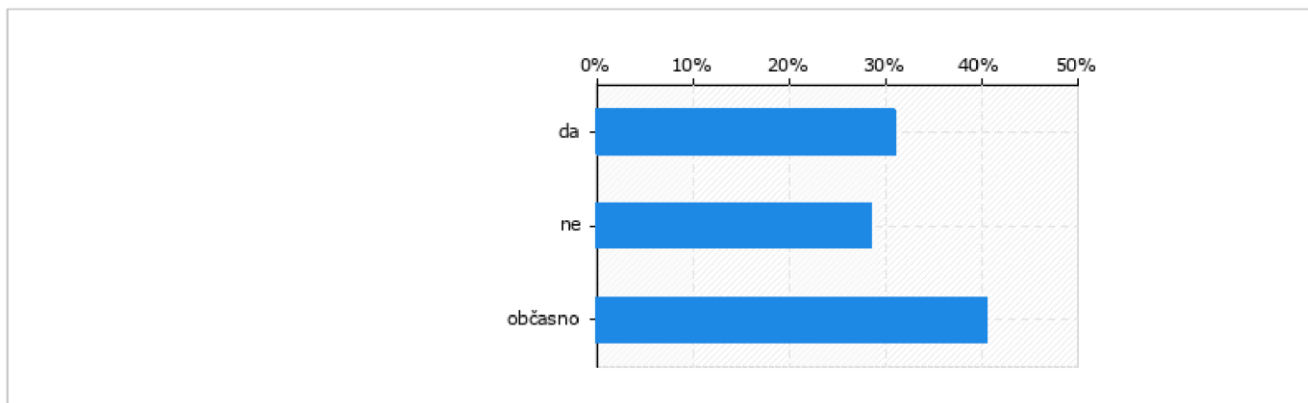
Ali v šoli prejemaš dietno prehrano?



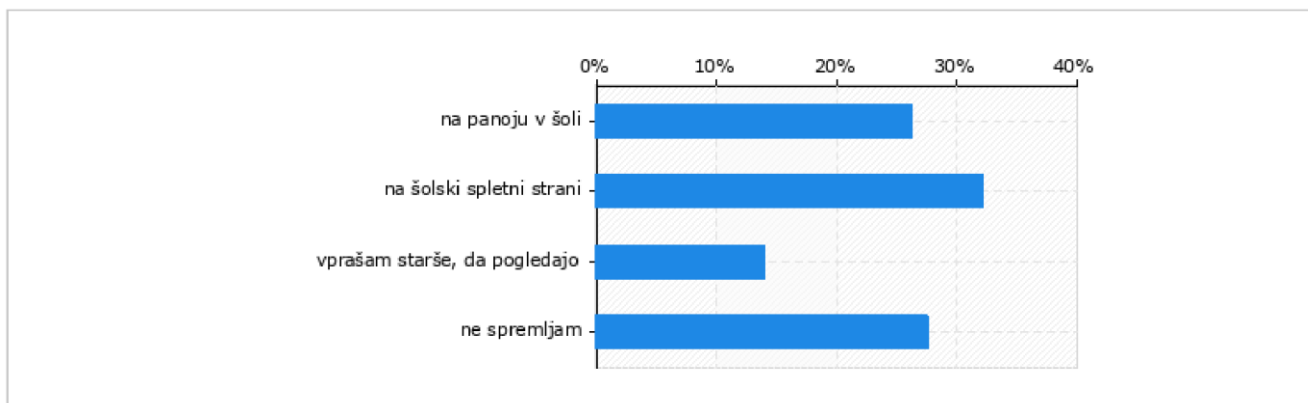
Dietno prehrano zgotavljamo izključno na podlagi Potrdila o medicinsko indicirani dieti za otroka, ki ga izda izbrani pediater ali specialist pediater. V potrdilu je jasno določena vrsta diete in pa čas trajanja.

V šolski kuhinji trenutno pripravljamo dietno prehrano za 16 učencev – večina je alergijskih diet brez kravjega mleka, jajc, pšenice, oreščkov ali arašidov, nekaj je tudi diet pri laktozni in fruktozni intoleranci, pripravljamo pa tudi eno sladkorno dieto s štetjem ogljikovih hidratov.

Ali spremljaš šolski jedilnik?

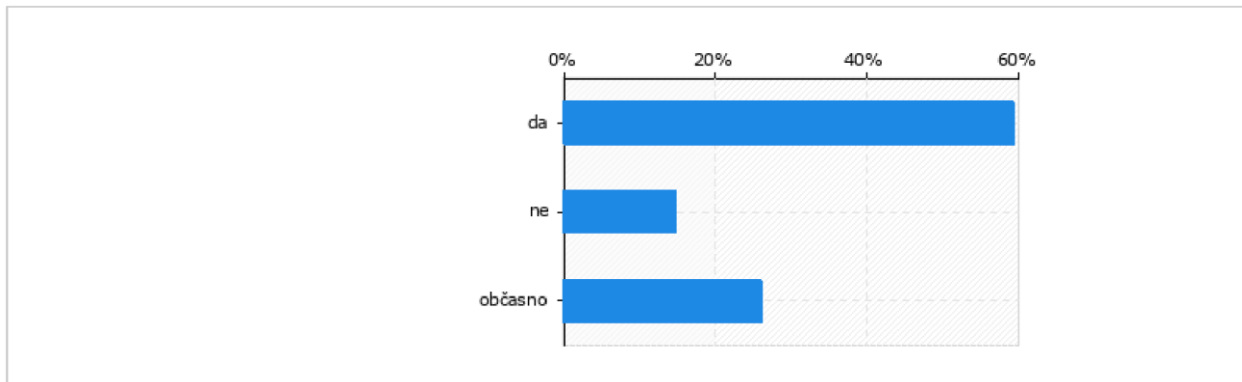


Kje najpogosteje spremljaš jedilnik?

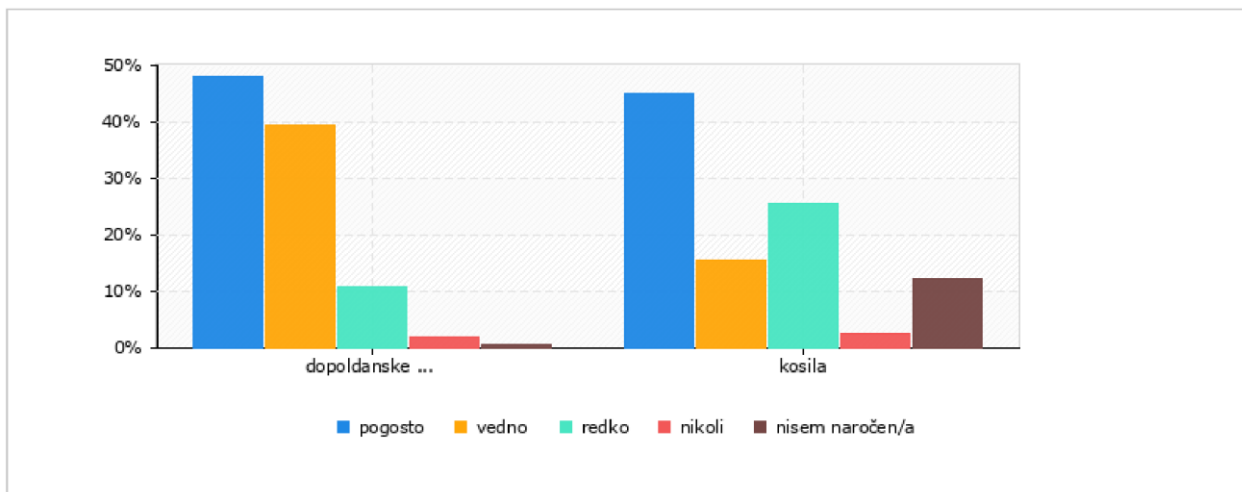


Šolski jedilnik planiramo mesečno, zaradi izrednih razmer izjemoma tudi tedensko. Jedilnik je objavljen na šolski spletni strani, na centralni šoli je izobešen na panoju v jedilnici, na panoju pri razredu 1. a (prtiličje) in na panoju nasproti razreda 2. b (1. nadstopje).

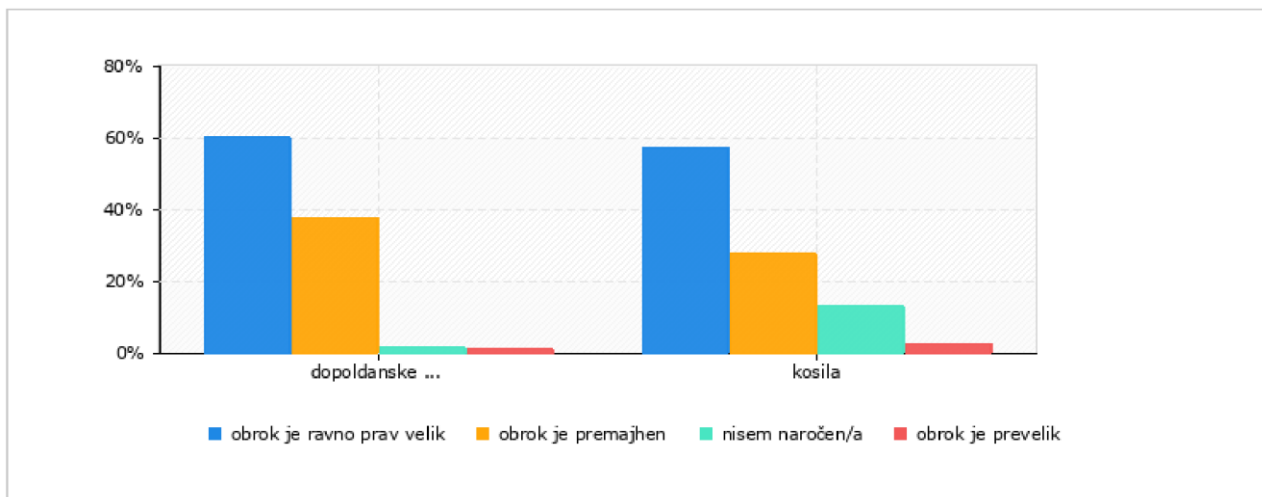
Ali poješ zajtrk pred odhodom v šolo?



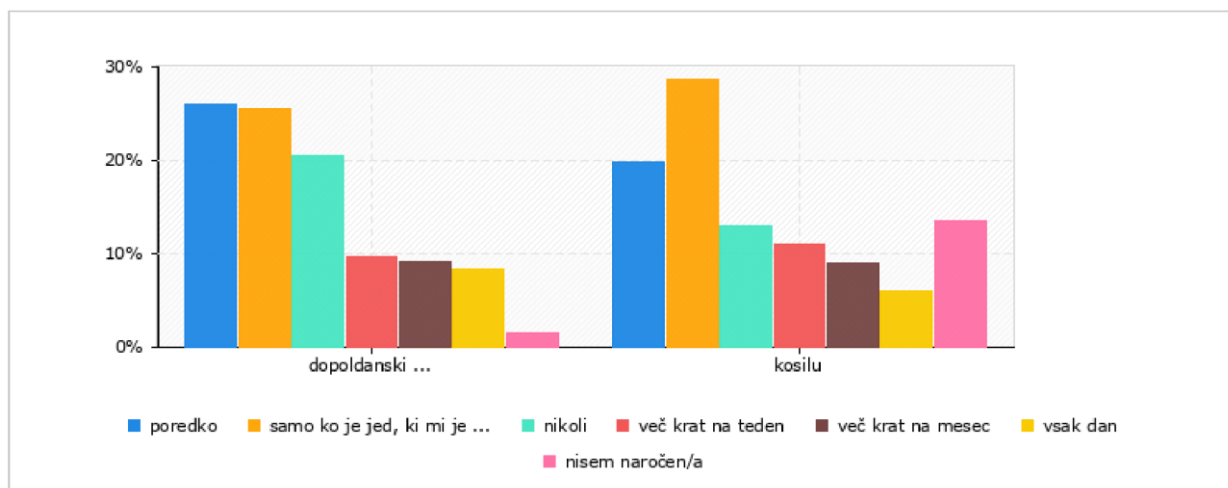
Kako pogosto poješ celoten obrok (vsa živila, ki so ponujena):



Kakšna se ti zdi količina:



Kako pogosto vzameš dodatek/repete pri:



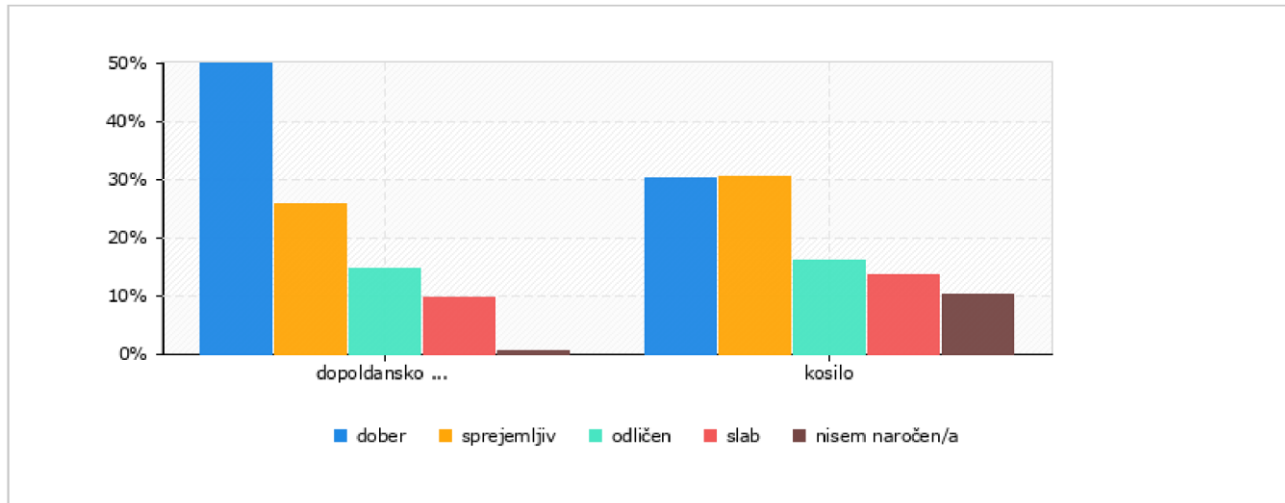
Zanimalo nas je, ali učenci pred odhodom v šolo zajtrkujejo, saj je zajtrk poleg kosila in večerje eden izmed treh glavni obrokov. Pokriva 20 % dnevnih energijskih potreb, z njim telesu že zjutraj zagotovimo dovolj energije za delo, učenje in igro. Dopoldanska malica je vmesni obrok med zajtrkom in kosilom ter ni nadomestilo zajtrka.

Jedilnik je oblikovan na podlagi smernic NIJZ, količinskih normativov ter prostorskih in kadrovskih kapacitet. Menimo, da so obroki primerno veliki, če učenci vzamejo vse, kar jim je pri obroku ponujeno. Trudimo se, da je zlasti pri kosilu obrok sestavljen iz več elementov. Tako lahko učenec, ki mu ni všeč glavna jed, izbira še na primer med juho in solato ali kruhom in sladico ali sadežem.

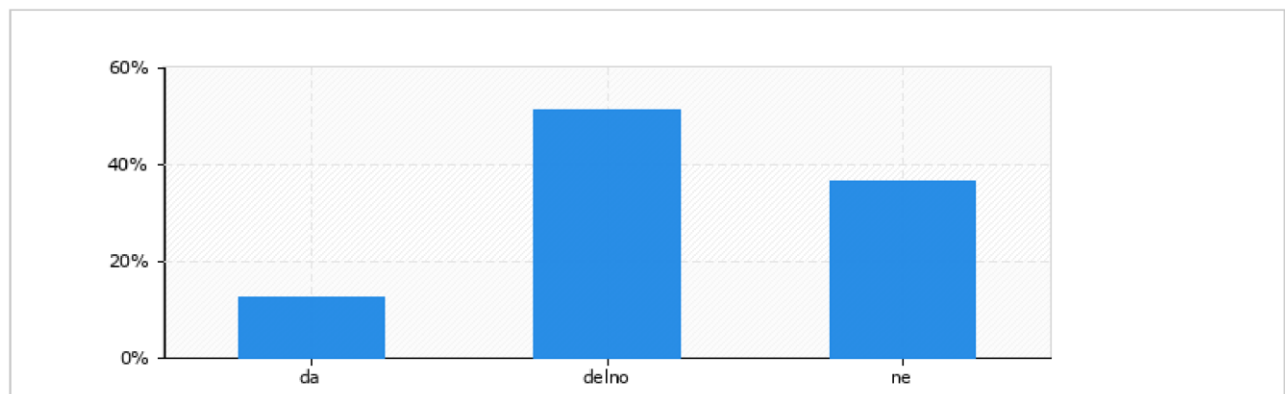
Ker želimo zmanjšati zavržek hrane, lahko učenci izbirajo, kaj želijo vzeti pri glavni jedi. Če je na primer glavna jed sestavljena iz krompirja, mesa in omake, lahko učenci izberejo, ali želijo vse troje, dve sestavini ali samo eno. Prav tako spodbujamo, da se vzame manjša porcija, če učenec ni prepričan, ali mu bo jed všeč.

Učenci najpogosteje prihajajo po dodatek, ko so na jedilniku sladice ali testenine. Opažamo, da pogosto učenci ne vzamejo vseh ponujenih jedi in kasneje želijo dodatek le tiste sestavine, ki so jo vzeli. Dodatek količinsko ne more biti enakovreden prvotnemu obroku, samo celotno kosilo lahko zadosti energijskim in hranilnim potrebam.

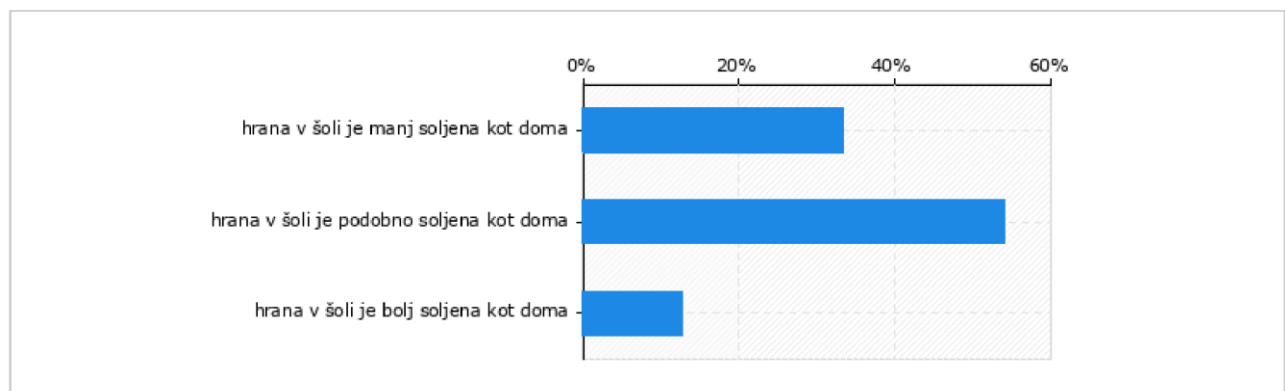
Kakšen se ti na splošno zdi šolski jedilnik za:



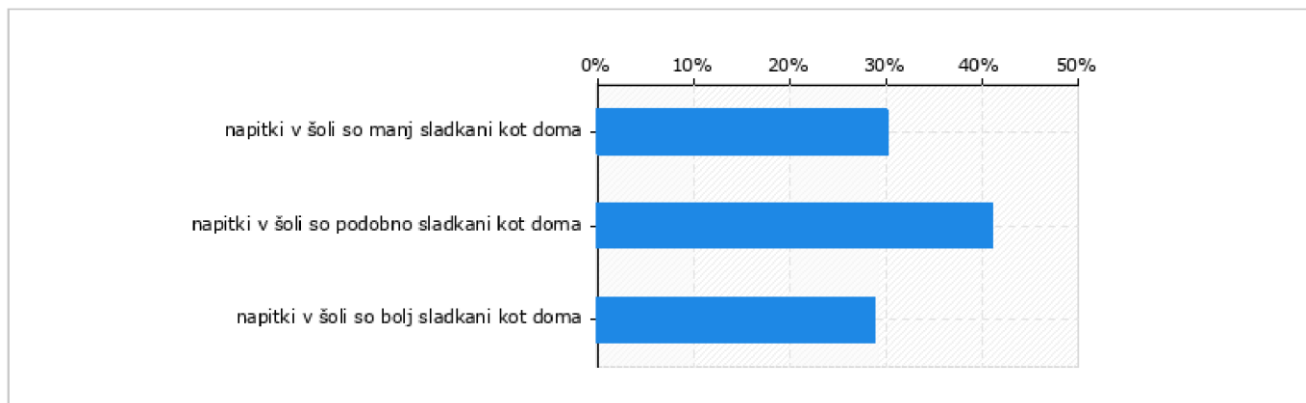
Se ti zdi šolska hrana podobna hrani, ki jo uživata doma?



Kakšna se ti zdi šolska hrana v primerjavi s hrano, ki jo uživata doma?



Kakšni se ti zdijo šolski napitki (čaj, sok) v primerjavi z napitki, ki jih uživata doma?



Pri uporabi soli in sladkorja za pripravo šolskih obrokov upoštevamo zastavljene normative. Prizadevamo si, da je hrana približana okusom učencev. Zavedamo se, da so osebni okusi zelo različni. Odvisni so od prehranskih navad, ki si jih najprej ustvarimo doma, nato v vrtcu in kasneje tudi v šoli. V zadnjem letu so učenci veliko časa preživeli doma in so še toliko bolj navajeni na okus domače hrane.

Na naši šoli tudi veliko zaposlenih dnevno uživa šolsko malico ali kosilo. To je za nas dodaten pokazatelj, da je hrana okusna in kvalitetno pripravljena.

Napiši 3 jedi, ki jih najraje poješ pri šolski malici:

Učenci so najpogosteje navajali jedi, ki spadajo pod hitro hrano – pizza, hot dog, burek. Te jedi imamo navadno na jedilniku enkrat mesečno, ker vemo, da jih imajo učenci radi. Enkrat mesečno je na jedilniku tudi žemlja s salamo; trudimo se, da ni salama vedno enaka, ampak se izmenjujejo različne vrste.

Pogosto so učenci navajali tudi sladke jedi (razni rogljički, navihančki, osje gnezdo, čokoladni namaz, med), mlečne jedi (zdrob, čokolino, mlečni riž, kosmiči), razne štručke in sadje.

Napiši 3 jedi, ki jih običajno ne poješ pri šolski malici:

Učenci so najpogosteje navajali različne vrste svežega sadja (kivi, kaki, melona, ananas), suho sadje, različne dodatke (kumarice, redkvice, korenje – dobijo jih npr. poleg štručke in salame/sira), mlečne kaše, naraven jogurt, kefir.

Predlagaj nove jedi, ki bi jih želel/a jesti za šolsko malico:

Učenci so najpogosteje navajali jedi, ki jih že imamo na jedilniku. Nekaj je bilo tudi jedi, ki smo jih že imeli za malico, vendar ne tako pogosto – puding, suha salama, krof, jabolčni burek, močnik, kuhan pršut.

Pri sestavi jedilnika moramo upoševati tudi kapaciteto kuhinje, ki nam zaradi večjega števila obrokov malic prostorsko in časovno ne omogoča, da bi pripravljali določene jedi, ki si jih učenci želijo (npr. umešana jajca). Nekatere željene jedi glede na energijsko in hranilno sestavo ne spadajo pod malico, saj je ta kot že prej omenjeno vmesni obrok in ne glavna jed (npr. makaronovo meso, hamburger, kebab, jufka). Pojavile so se tudi želje po jedeh, ki jih na jedilnik ne moremo uvrstiti, ker so sestavljene iz živil, ki so pogosti alergeni – npr. arašidov namaz ali pizza z morskimi sadeži.

Maja 2020 smo po povratku v šolo prejeli higienska priporočila za izvajanje pouka v osnovni šoli s strani Nacionalnega inštituta za javno zdravje. Ta so med drugim navajala, naj bodo jedilniki enostavnejši in malice pripravljene enoporcijsko. Pravila smo se do sedaj držali, vendar se po skoraj enem letu to močno odraža na ponudbi šolske prehrane. Učenci pogrešajo namaze, ki smo jih pripravljali v šolski kuhinji, starši pa opažajo, da imamo več pripravljenih izdelkov.

Napiši 3 jedi, ki jih najraje poješ pri šolskem kosilu:

Učenci so najpogosteje navajali jedi s testeninami, lazanjo, svaljke, rižoto, pire krompir, losos, pečenice, različne enolončnice in sladice.

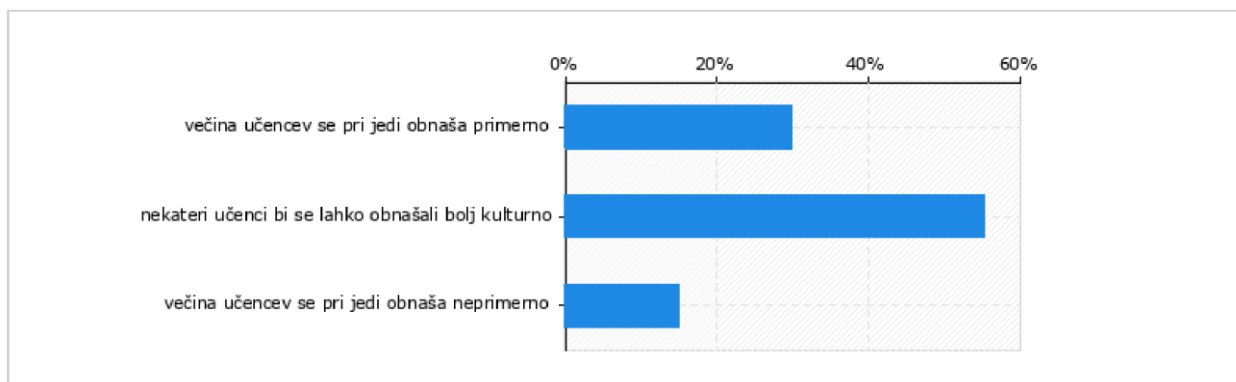
Naštej 3 jedi, ki jih običajno ne poješ pri šolskem kosilu:

Učenci so najpogosteje navajali razne juhe in enolončnice, zelenjavne omake, ribe, jedi z zeljem ali fižolom.

Predlagaj nove jedi, ki bi jih želel/a jesti za šolsko kosilo:

Učenci so najpogosteje navajali jedi, ki jih že imamo na jedilniku. Navedli so tudi nekaj jedi, ki smo jih v preteklosti že imeli in bi jih lahko ponovno obudili (npr. ribji hlebčki, jagodni cmoki, gobova omaka, pesto omaka) in nekaj takih, ki jih še nismo imeli in jih bomo v prihodnosti poskusili pripraviti (npr. krompirjevi kroketi, različne sladice). Pojavile so se tudi nekatere jedi, ki po naši oceni ne spadajo v šolski prostor, ali nam kapacitete ne omogočajo priprave tovrstnih jedi, npr. sushi, pomfri, nugets, perutničke, rebrca, hamburger, jetrca, čevapčiči, ocvrti kalamari in morski sadeži.

Kakšna se ti zdi kultura obnašanja pri jedi v šoli?

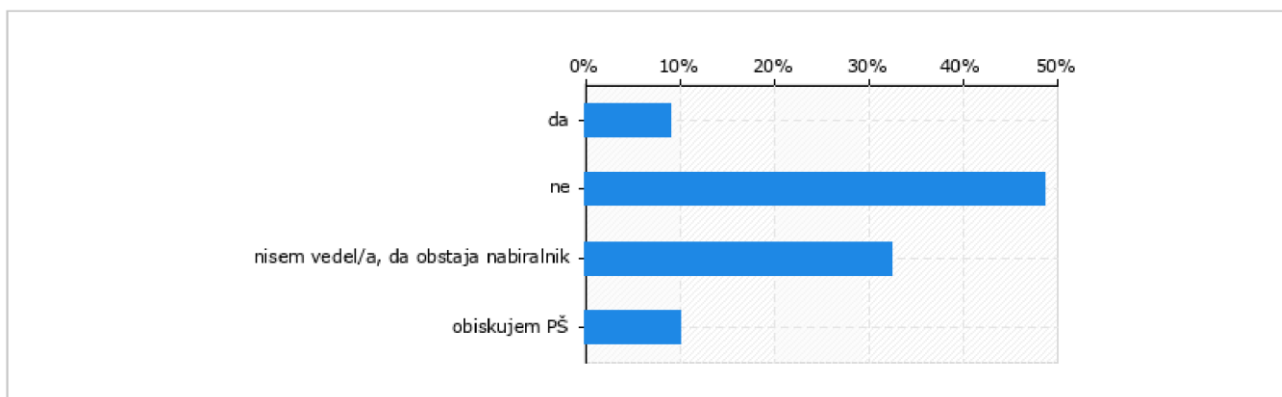


Kaj te še posebej moti pri nekulturnem obnašanju učencev?

Učenci so najpogosteje navajali, da jih moti, ko so drugi učenci glasni, neodgovorno ravnajo s hrano ter zvižajo pribor. Moti jih tudi, da se drugi učenci vrivajo v vrsto za kosilo. Dežurni učitelji pogosto opažamo, da se učenci pri kosilu izmuznejo iz jedilnice in pustijo svoj pladenj na mizi.

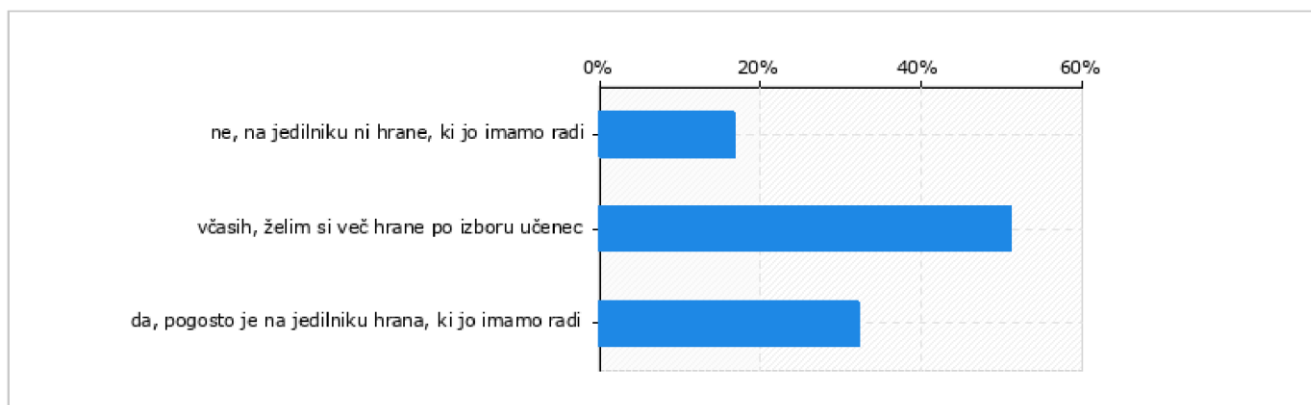
Žal takšno obnašanje odraža nivo njihove kulture. Prehranjevalne navade, pod katere spada tudi obnašanje pri jedi, otroci pridobijo najprej doma, kasneje se z učenjem o primernem vedenju oblikujejo v vrtcu in osnovni šoli. Če pri jedi ni v bližini prisoten učitelj, se le redki vedejo v skladu s pravili, ki se jih že več let učijo.

V šoli na Igu se pod panojem v jedilnici nahaja nabiralnik. Ali si ga že kdaj uporabil/a in oddal/a sporočilo?



Učenci se redko poslužujejo nabiralnika, da bi oddali svoje mnenje, kritike ali predloge. V prihodnje bomo učence bolj informirali in jih spodbujali k uporabi nabiralnika, saj lahko oddajo tudi anonimno sporočilo.

Ali meniš, da so želje učencev upoštevane pri sestavljanju jedilnikov?



V preteklem šolskem letu so lahko učenci mesečno po razredih prispevali svoje ideje in želje za jedilnik. Tako so pri sestavi jedilnika za mesec november sodelovali 9. razredi, december 8. razredi, januar 7. razredi, februar 6. razredi in marec 5. razredi. Po obdobju šolanja na domu je prišlo do spremembe načina dela in pa načrtovanja tudi v šolski kuhinji. Čeprav nismo zbirali predlogov učencev, smo njihove želje in navade vedno imeli v mislih. V jedilniku za mesec maj in junij bodo upoštevane nekatere ideje in predlogi iz ankete.

Potrebno pa se je zavedati, da učencem ne moremo nuditi samo hrane, ki bi si jo oni želeli. Šolska kuhinja mora učencem zagotoviti prehrano, ki je energijsko in hranilno uravnotežena ter primerna za njihov razvoj.

Kakšen se ti zdi odnos osebja šolske kuhinje do učencev?

Učenci so navajali različna mnenja in situacije. 67 % odstotkov mnenj je bilo pozitivnih, učenci so pohvalili kuhanje in prijaznost osebja. 20 % odstotkov mnenj je bilo deljanih, naštevali so dobre in slabe izkušnje. 13 % mnenj je bilo negativnih, najpogosteje zaradi tega, ker učenci niso dobili dodatka. Kuharice morajo pri razdeljevanju kosila slediti zalogi hrane. Če se deli preveč dodatka, se lahko zgodi, da količina ni zadostna še za učence, ki pridejo med zadnjimi na kosilo. To je povsem objektivna situacija in ne odraža osebnega odnosa zaposlenih do učencev.

Pojavilo se je tudi mnenje, da je kuharicam vseeno, kako vržejo hrano na krožnik. Najpogosteje učenci prihajajo na kosilo v skupinah in pa takoj po zvonjenju. Ustvari se dolga kolona čakajočih, učencem se mudi naprej, zato kuharice poskušajo hitro postreči hrano, da bi čakajoči prišli čim prej na vrsto.

Nekaj zapisov je bilo tudi, da kuharice niso nasmejane in strogo gledajo, prav tako dežurni učitelji. Zaposleni dnevno opažamo nekulturno obnašanje učencev, ki so nesramni do drugih, se vrivajo v vrsto, so glasni in ne upoštevajo pravil, obenem pa pričakujejo, da bodo kuharice in dežurni učitelji nasmejani in prijazni. Zlasti starejši učenci redko kuharicam zaželi dober dan, se zahvalijo za hrano, ko pridejo po dodatek, pa ne rečejo ne prosim in ne hvala. Seveda so tudi učenci, ki s svojim kulturnim vedenjem postavljajo vzor drugim, in želimo si, da bilo več učencev takih.

Če želiš, lahko tukaj zapišeš svoje mnenje, pohvalo ali kritiko o šolski prehrani.

Najpogosteje so se odgovori nanašali na živila, ki jih ne marajo in jih ne želijo jesti. Veliko je bilo tudi zahval, da imajo možnost jesti hrano v šoli, in pa pohval. Večkrat je bilo navedeno, da jih moti čakanje v vrsti za kosilo. To je žal težava, ki je vezana na urnik, saj se pogosto zgodi, da več razredov konča pouk ob isti uri in posledično nastane dolga vrsta za kosilo. Ker je na naši šoli mnogo vozačev, se s to situacijo veliko ukvarjamo; v letošnjem šolskem letu so bili tudi prevozi zamaknjeni na kasnejšo uro, da bi lahko razbremenili situacijo prihodov na kosilo.

Vsem sodelujočim se zahvaljujemo, da ste si vzeli čas in rešili obsežno anketo. Vaši odgovori nam bodo v veliko pomoč pri ocenjevanju stanja in iskanju možnih izboljšav.

Urška Brvar Rušnjak
vodja šolske prehrane