



ANALIZA ANKETE O ZADOVOLJSTVU S ŠOLSKO PREHRANO

Šolsko leto: 2023/2024

Pripravil: TIM ZDRAVA ŠOLA

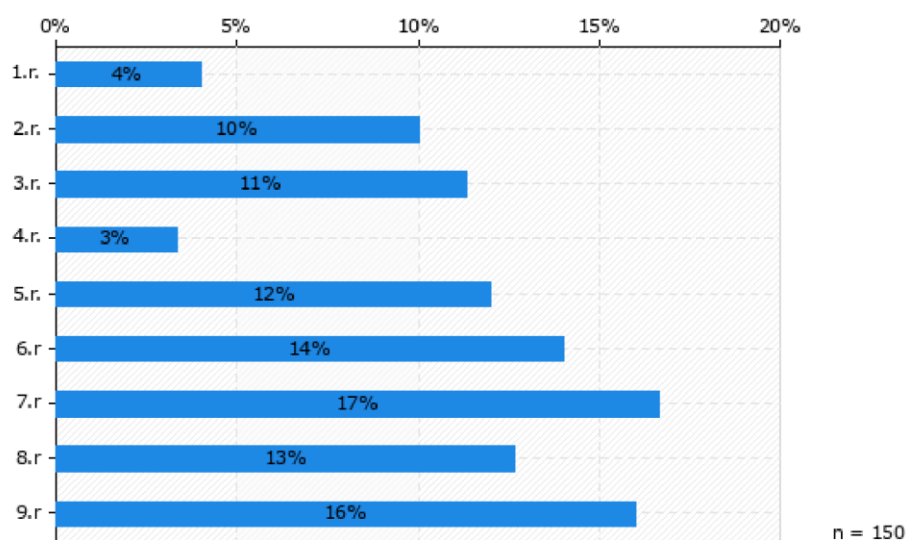
maj 2024

1. UVOD

Na Osnovni šoli Solkan je od 21. 3. do 27. 3. 2024 potekalo zbiranje podatkov o zadovoljstvu učencev in njihovih staršev s prehrano na šoli. Anketo so reševali učenci in starši od 1. do 9. razreda. Z anketo smo želeli ugotoviti splošno zadovoljstvo s šolsko prehrano. Izpolnjevanje vprašalnika je potekalo v elektronski obliki. Anketo je v navedenem času rešilo 150 učencev in 180 staršev. Anketa je bila anonimna in neobvezna.

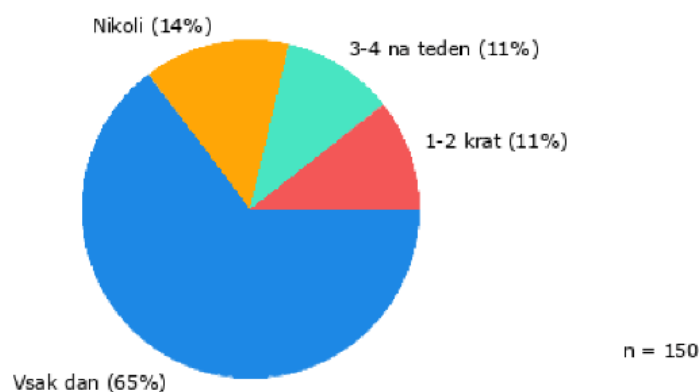
2. UČENCI

Število vrnjenih anket po razredih. (n=150)



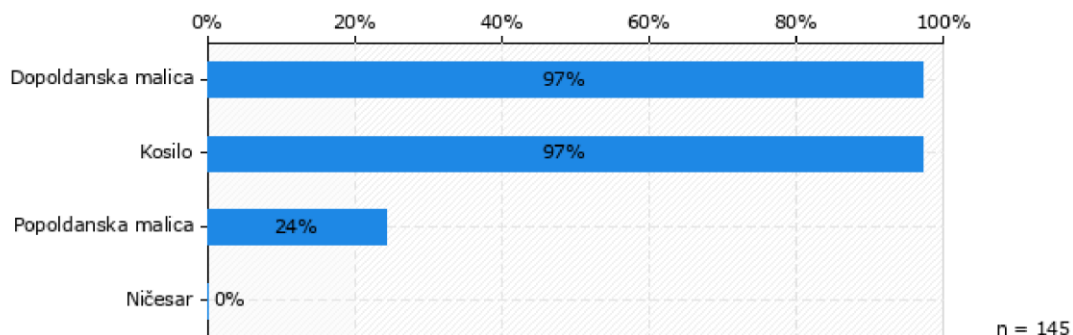
V največji meri 17% so anketo rešili učenci 7. razreda. V najmanjši meri pa učenci 4. razreda.

Od ponedeljka do petka hodiš v šolo. Kako pogosto doma zajtrkuješ? (n=150)



Takih učencev, ki doma zajtrkujejo vsak dan je 65%. Večina učencev vsaj občasno doma zajtrkuje. Še vedno pa je 14% otrok, ki doma ne zajtrkuje.

Katere obroke zaužiješ v šoli? Označiš lahko več odgovorov. (n=145)



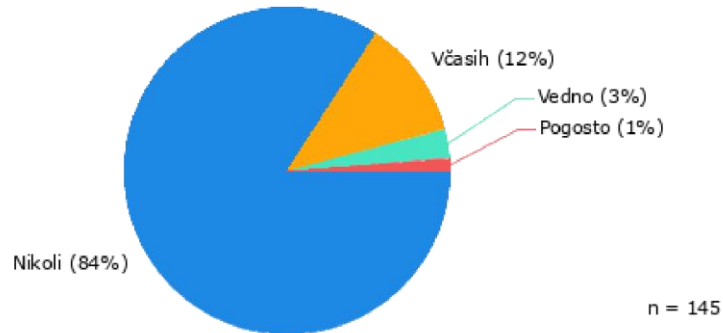
Velika večina anketiranih učencev (97%) v šoli zaužije tako dopoldansko malico kot kosilo. Od anketiranih učencev ni nobenega, ki ne bi v šoli zaužil nobenega obroka.

Ali si s šolsko prehrano v splošnem zadovoljen? (n = 145)



Dobra polovica (59%) anketiranih učencev je s šolsko prehrano srednje zadovoljna. Četrtna učencev je s prehrano zadovoljna, četrtna učencev pa s šolsko prehrano ni zadovoljna.

Ali med obroki, ponujenimi na šoli, kdaj ješ s seboj prinesene sladke ali slane prigrizke? (n=145)



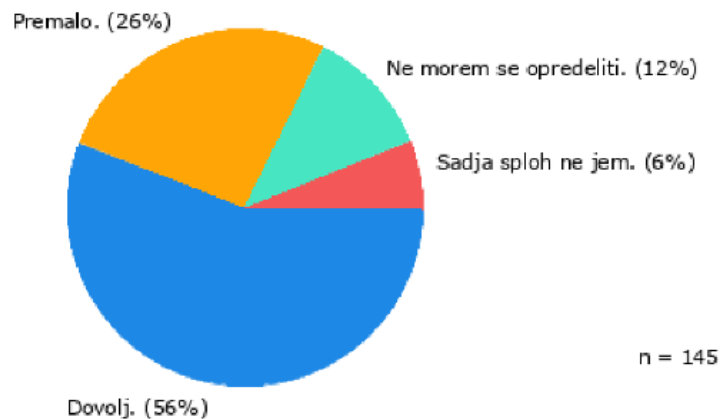
Večina (84%) anketiranih učencev med obroki ponujenimi na šoli, nikoli ne je s seboj prinesene prigrizke.

Kje navadno spremljaš šolski jedilnik? (n = 145)



Skoraj polovica (48%) anketiranih učencev jedilnik spremlja na oglasni deski šole, kar tretjina anketiranih učencev (34%) jedilnika ne spremlja.

Kaj meniš, ali ti je v šoli pri obrokih ponujeno dovolj svežega oz. suhega sadja? (n = 145)



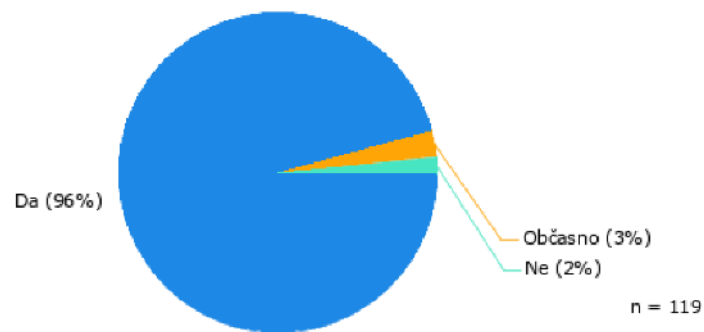
Dobra polovica (56%) anketiranih učencev meni, da je v šoli ponujenega dovolj svežega oz. suhega sadja. Slaba tretjina (26%) odstotkov meni, da je ponujenega premalo sadja.

Učenci so navajali tri jedi, ki so jim za malico najljubše, tri jedi, ki jih največkrat ne pojedjo in predloge jedi, ki bi jih poleg že ponujenih želeli za malico.

Najljubše jedi	Jedi, ki jih učenci ne pojedjo	Predlogi
1. SENDVIČ	1. SENDVIČ	1. ČOKOLINO
2. ROGLJIČ	2. KEFIR IN KRUH	2. ROGLJIČ
3. KRUH S ČOKOLADNIM NAMAZOM	3. KRUH S PAŠTETO	3. PALAČINKE
4. KRUH Z MARMELEDO IN MASLOM	4. RIBJI NAMAZ	4. JAJCA
5. SIROVA ŠTRUČKA	5. PŠENIČNI ZDROB	5. MAFIN
6. RIBJI NAMAZ	6. KRUH S SIROM	6. TOAST
7. PŠENIČNI ZDROB	7. MED IN KRUH	7. NUTELA
8. HRENOVKA V ŠTRUČKI	8. KRUH S SEMENI	8. KOSMIČI Z JOGURTOM
9. KOSMIČI	9. KRUH	9. SADNA SOLATA
10. SADJE	10. KRUH S SIRNIM NAMAZOM	10. VAFLJI
11. KROF	11. JOGURT	11. SADJE (BRESKEV, ANANAS, MARELICE, JAGODE)
12. BUHTELJ	12. SOLATA	12. SLANIK
13. KRUH S PAŠTETO	13. SUHO SADJE	13. PICA
14. KRUH S SIRNIM NAMAZOM	14. HRUŠKA	14. PŠENIČNI ZDROB S KAKAVOM
15. ČOKOLADNI PUDING	15. KOSMIČI	15. KAKAV IN PIŠKOTI

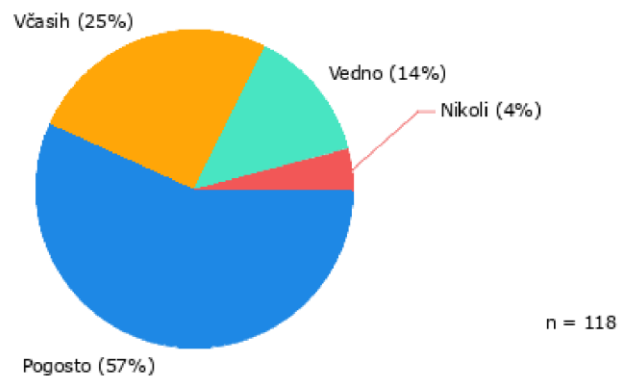
Anketirani učenci so za jedi, ki so jim najljubše navedli: sendvič s salamo, rogljič in kruh s čokoladnim namazom. Prav tako so učenci navajali, da najpogosteje ne jedo sendviča z različnimi vrstami salam, kefirja s kruhom in kruha s pašteto. Učenci so najpogosteje predlagali, da si za malico želijo Čokolino, da bi rogljiči bili na jedilniku bolj pogosto ter da bi za malico bile tudi palačinke.

Ali ješ kosilo v šoli? (n = 119)



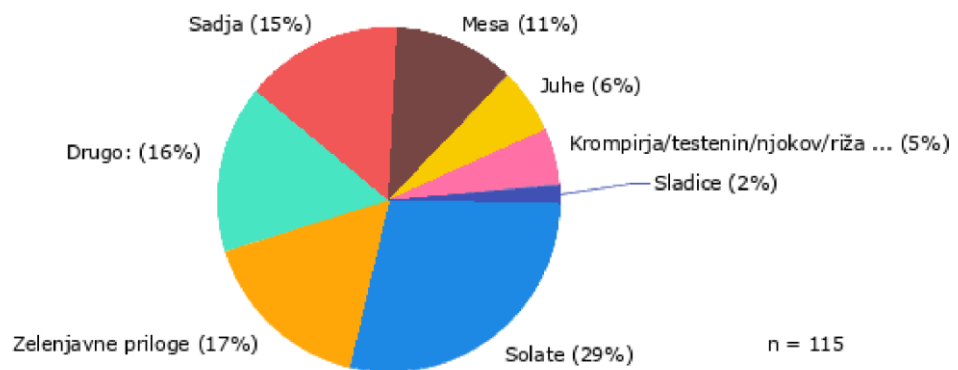
Skoraj vsi anketirani učenci (96%) jedo kosilo v šoli.

Ali pri kosilu poješ vse, kar ti je ponujeno? (n = 118)



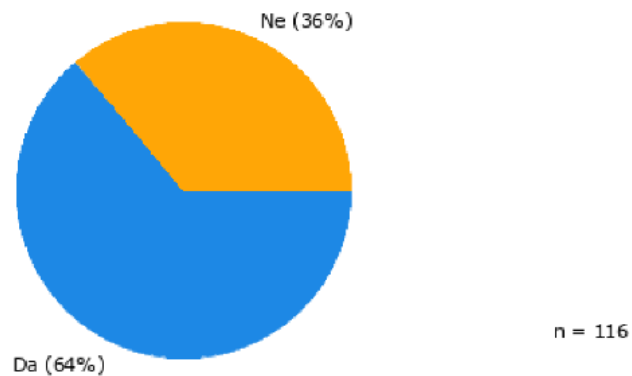
Dobra desetina (14%) anketiranih učencev vedno poje vse, kar jim je ponujeno pri kosilu, 57% jih pogosto poje, vse kar je ponujeno, četrtnina (25%) učencev včasih poje vse kar je ponujeno. Le 4 % učencev pa nikoli ne poje vse, kar jim je ponujeno.

Katerih jedi najpogosteje ne vzameš, kadar so ti ponujene? (n = 115)



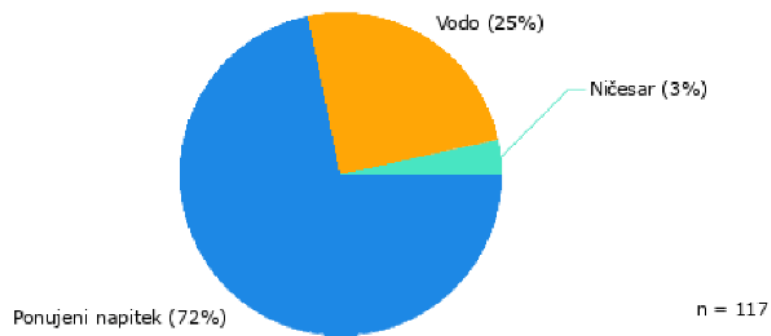
Anketirani učenci najpogosteje ne vzamejo solate in zelenjavne priloge. Pod drugo so učenci navajali kombinacijo dveh jedi npr: zelenjave in sadja, omake in preveč kisle solate. Navedli so še: mineštre, svinjsko meso, kanelon, sir, pasulj, riba, kis, špinača. Nekateri učenci so navedli, da vzamejo vse ali pa ne jedo kosila.

Ali imaš po zaužitem kosilu občutek sitosti? (n = 116)



Anketiranih učencev, ki imajo po zaužitem kosilu občutek sitosti je 64%. Dobra tretjina (36%) učencev po kosilu nima občutka sitosti.

Kaj največkrat piješ ob kosilu? (n = 117)



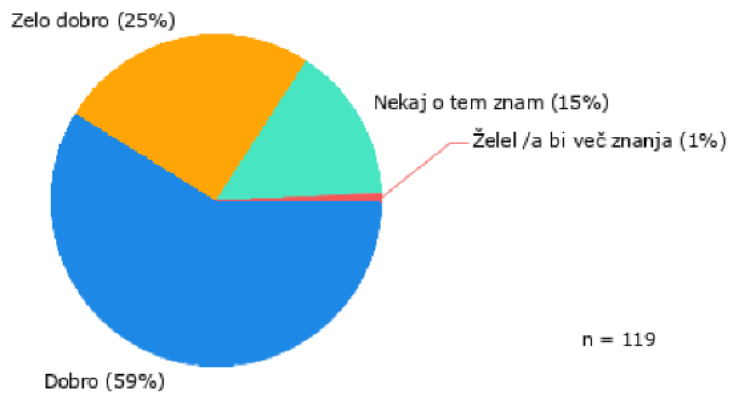
Večina anketiranih učencev (72%) pri kosilu pije ponujeni napitek, četrtnina (25%) učencev pa vodo.

Učenci so navajali tri jedi, ki so jim za kosilo najljubše, tri jedi, ki jih največkrat ne pojedjo in predloge jedi, ki bi jih poleg že ponujenih želeli za kosilo.

Najljubše jedi	Jedi, ki jih ne poješ	Predlogi
1. OCVRTKI	1. MINEŠTRA	1. PICA
2. KUS KUS S PURANJIJM MESOM	2. SOLATA	2. OCVRTO MESO
3. TORTELINI V SIROVI OMAKI	3. RIŽ	3. ČEVAPČIČI
4. TESTENINE	4. POLENTA	4. BURGER
5. NJOKI	5. TESTENINE	5. LAZANJA
6. HAMBURGER	6. GOLAŽ	6. KALAMARI
7. JUHA	7. JOTA	7. POMFRI
8. PICA	8. GOVEJA JUHA	8. JAPONSKI REZANCI
9. PALAČINKE	9. KROMPIRJEVA SOLATA	9. ŠPAGETI PO BOLONJSKO
10. DUNAJSKI ZREZEK	10. PIRE KROMPIR	10. TESTENINE S TARTUFI
11. LAZANJA	11. GOVEJE MESO	11. TESTENINE CARBONARA
12. KANELON	12. KORENČEK V SMETANOVI OMAKI	12. TORTILJE
13. MARELIČNI/SLIVОВI CMOKI	13. SOJIN POLPET	13. VEČ SLADIC
14. MESO	14. KANELON	14. NJOKI Z GORGONZOLO
15. OCVRTA RIBA	15. ŠPINAČA	15. MUSAKA

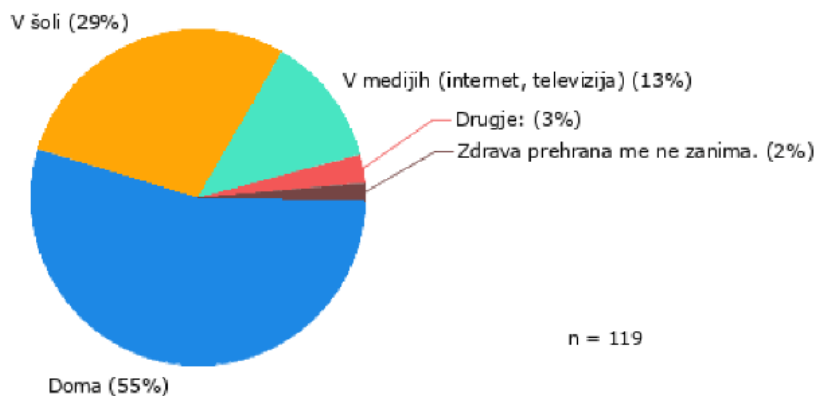
Anketirani učenci so za jedi, ki jih imajo najraje pri kosilu, najpogosteje navedli ocvrtke, kus kus s puranjim mesom v smetanovi omaki in torteline v sirovi omaki. Za jedi, ki jih najpogosteje ne pojedjo so navedli mineštro, solato in riž. Najpogosteje so predlagali, da bi bila za kosilo pica, vendar drugačna kot je sedaj, ocvrto meso in čevapčiči.

Kako bi ocenil svoje znanje o zdravi prehrani? (n = 119)



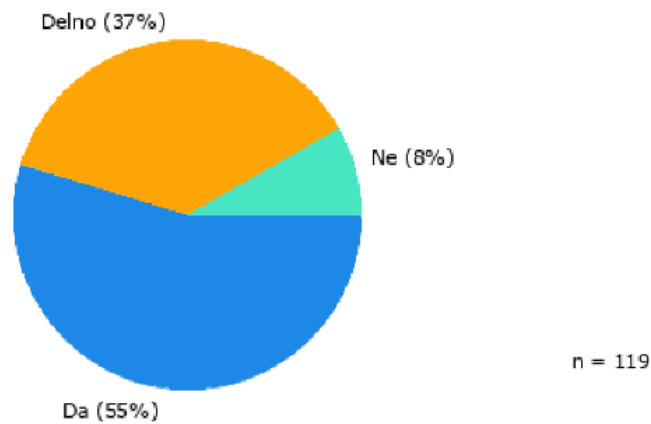
Večina anketiranih učencev (84%) ocenjuje svoje znanje o zdravi prehrani kot zelo dobro in dobro. Le 1% anketiranih učencev bi si želel več znanja o zdravi prehrani.

Kje dobiš največ znanja oz. informacij o zdravi prehrani? (n = 119)



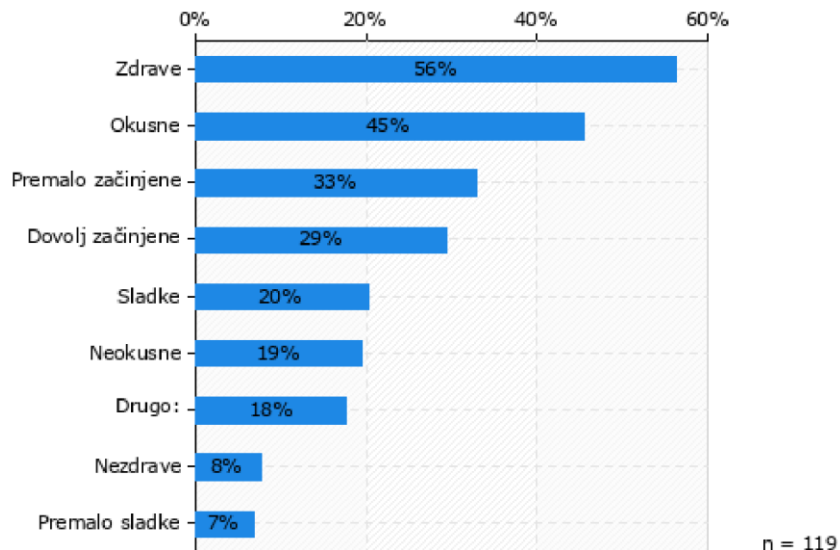
Anketirani učenci ocenjujejo, da največ znanja oz. informacij o zdravi prehrani dobijo doma. Tretjina (29%) učencev ocenjuje, da to znanje pridobijo v šolo. Učenci so pod možnostjo drugo navedli, da o zdravi prehrani izvedo največ na treningu in športnih kampih.

Ali bi označil prehrano v šoli kot zdravo? (n = 119)



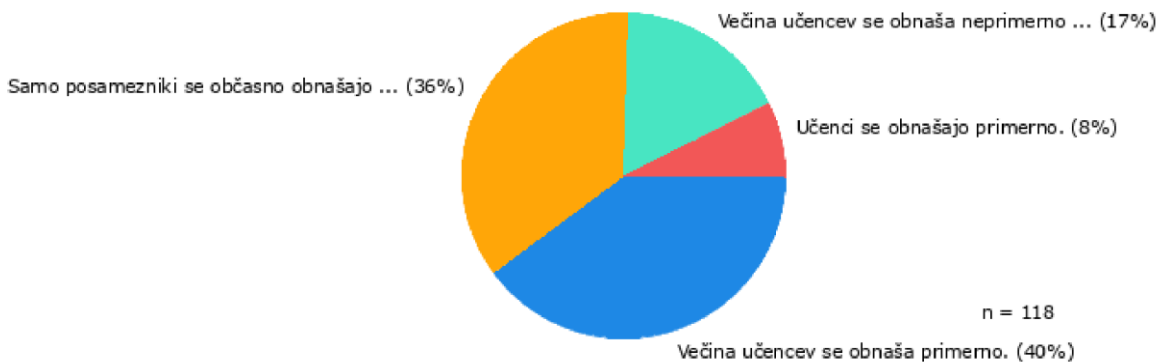
Dobra polovica (55%) učencev meni, da je prehrana v šoli zdrava. Dobra tretjina (37%) ocenjuje prehrano v šoli kot delno zdravo.

Kakšne so po tvojem mnenju jedi na šolskem jedilniku? (n = 119)



Več kot polovica (56%) anketiranih učencev meni, da so jedi v šoli zdrave, slaba polovica (45%) meni, da so jedi okusne. Pod drugo so učenci navajali, da so jedi na šolskem jedilniku: večinoma dobre, solate preslane, da je to odvisno od posamezne jedi, premajhne porcije, jedi so delno okusne, preveč sladke pijače pri malici, mrzla hrana in slabo predelana hrana.

Kako bi označil kulturo (bonton) prehranjevanja v šoli oziroma, kako bi opisal obnašanje učencev pri šolskih obrokih? (n = 118)



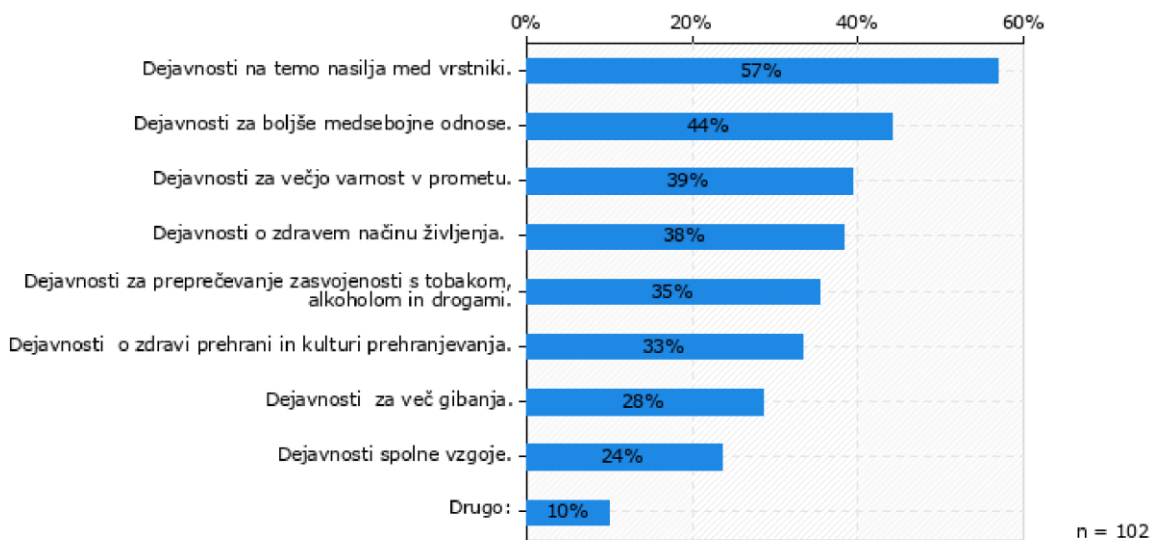
Le 8 % anketiranih učencev meni, da se pri šolskih obrokih učenci obnašajo primerno. 40% jih ocenjuje, da se večina učencev obnaša primerno, dobra tretjina jih ocenjuje, da se samo posamezniki občasno obnašajo neprimerno, 17 % učencev pa meni, da se večina učencev obnaša neprimerno.

Učenci so najpogosteje predlagali sledeče ukrepe za izboljšanja kulture prehranjevanja na šoli.

Predlogi v zvezi s kulturo prehranjevanja

- Več časa za kosilo.
- Več nadzora učiteljev pri kosilu.
- Učenje bontona za učence, ki so to pozabili.
- Med jedjo ne govorimo.
- Vsak učenec počisti za sabo in pospravi stol.
- Učenci, ki se neprimerno obnašajo v jedilnici dobijo kazen (ostanejo brez kosila, dobijo opomin).
- Ustaviti prerivanje v koloni, kdor ne upošteva pravil, gre na konec kolone.
- Tišina v jedilnici.
- Avtomat za vodo.
- V jedilnici ne kričimo.
- Če bi kdo žalil hrano in kuharje, bi dobil opomin.
- V jedilnici ne pljuvamo.

Ali si v zadnjih letih na šoli sodeloval/a pri kakšni od spodaj naštetih dejavnosti (delavnice pri razrednih urah, delavnice s šolsko svetovalno službo, delavnice Zdravstvenega doma in Mladinskega Centra)? Označi vse pri katerih si sodeloval. (n = 102)

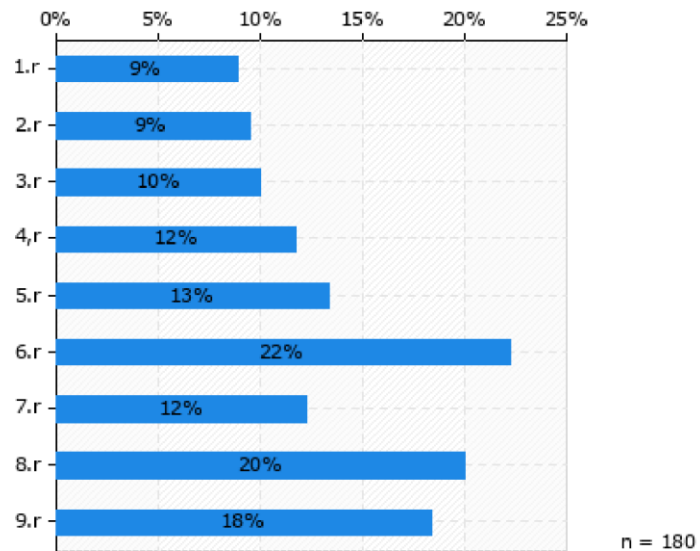


Pod drugo so učenci navajali, da se ne spomnijo, da pri delavnicah niso sodelovali, dejavnosti o komunikaciji in pozitivni samopodobi. Več kot polovica učencev (57%) je bila z izvedbo naštetih delavnic zadovoljna, tretjina učencev 34 % je bila delno zadovoljna.

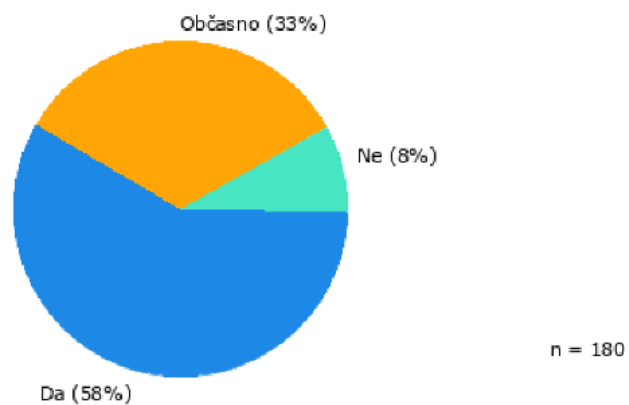
Anketirani učenci so za konec podali predloge, pohvale in opombe v zvezi s šolsko prehrano. Najpogosteje so izpostavili, da so premajhne porcije in ne dobijo dovolj dodatkov. Želeli bi si večje količine hrane in več dodatkov. Menijo, da je prehrana premalo raznolika in pestra. Pohvalili so dobro hrano in prijazne kuharice.

ANKETA ZA STARŠE

Kateri razred obiskuje vaš otrok/otroci? (n = 180)

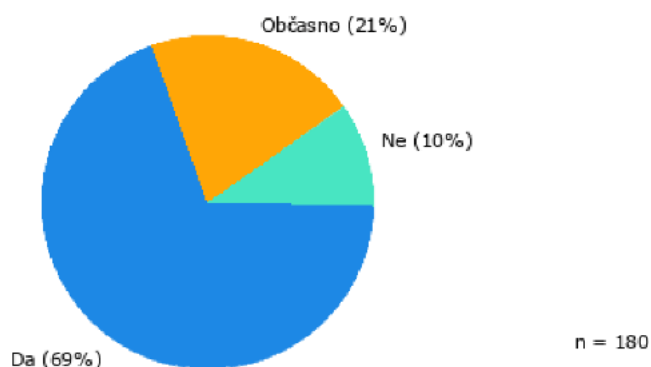


Ali ste seznanjeni s šolskim jedilnikom? (n = 180)



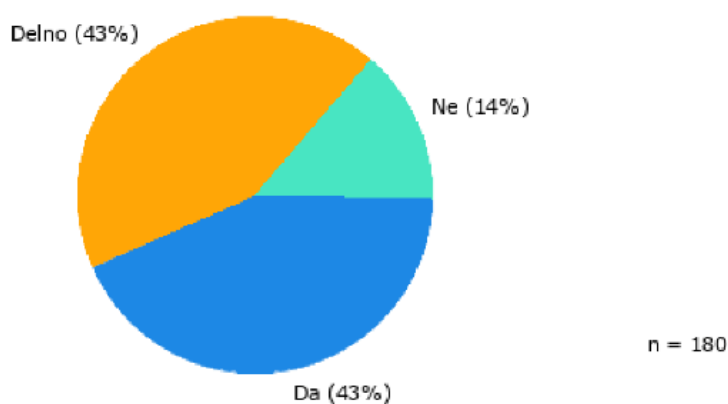
Več kot polovica (58%) anketiranih staršev je seznanjena s šolskim jedilnikom, tretjina (33%) je z njim občasno seznanjena. Slaba desetina (8%) staršev z jedilnikom ni seznanjena.

Ali vaš otrok pred odhodom v šolo zajtrkuje? (n = 180)



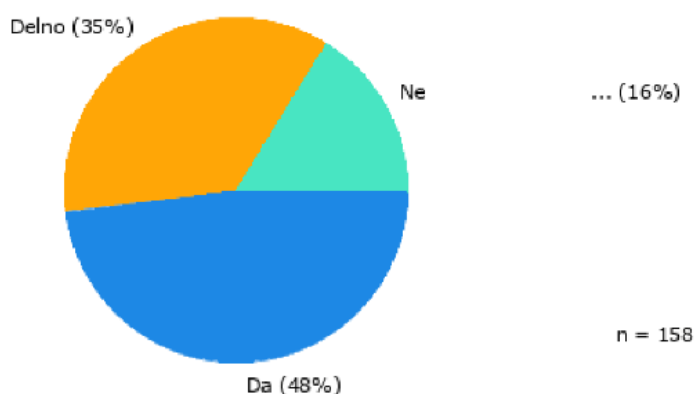
Večina otrok anketiranih staršev (69%) pred odhodom v šolo zajtrkuje, 21% jih zajtrkuje občasno, takih učencev, ki ne zajtrkujejo je 10%.

Menite, da šolska prehrana ustreza načelom zdrave prehrane? (n = 180)



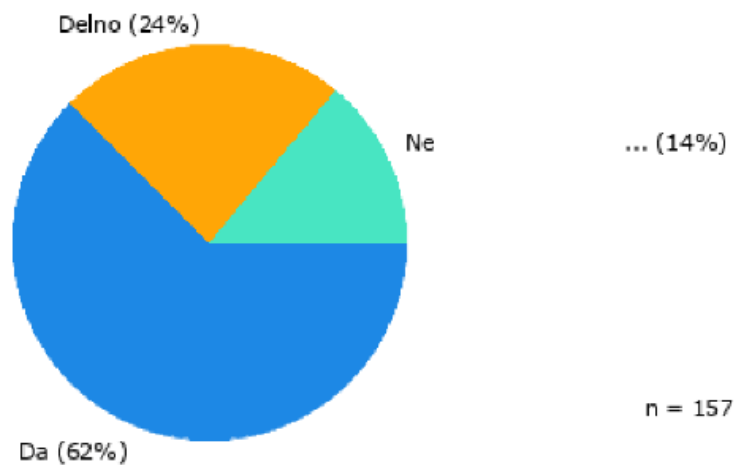
43% anketiranih staršev meni, da šolska prehrana ustreza načelom zdrave prehrane, enak odstotek staršev meni, da šolska prehrana delno ustreza načelom zdrave prehrane. 14% anketiranih staršev meni, da šolska prehrane ne ustreza načelom zdrave prehrane.

Menite, da je prehrana v šoli dovolj pestra, raznolika? (n = 158)



Skoraj polovica anketiranih staršev meni, da je prehrana v šoli dovolj pestra. Dobra tretjina (35%), jih meni, da je prehrana v šoli delno pestra. 16 % jih ocenjuje, da prehrana v šoli ni dovolj pestra. Starši, ki si odgovorili z ne, so svoj odgovor utemeljili: da je preveč kruha, meso skoraj vsak dan, ene in iste jedi se ponavljajo, jedi so že vnaprej pripravljene oz. se skuhamo z minimalnim vložkom, predlagajo več lokalne hrane, menijo, da je preveč ogljikovih hidratov in golaža, premajhne količine.

Menite, da je vašemu otroku ponujenega dovolj sadja in zelenjave? (n = 157)



Večina anketiranih staršev meni, da je njihovemu otroku ponujeno dovolj oziroma delno sadja in zelenjave. Dobra desetina 14% staršev meni, da je njihovemu otroku ponujenega premalo sadja in zelenjave. Starši, ki so odgovorili z ne, so svoj odgovor utemeljili: da bi morale biti sadje ob vsakem obroku, zelenjava je skoraj vedno zelena solata, veliko sadja je brez okusa, premalo sadja in zelenjave na jedilniku, premajhne količine sadja in zelenjave.

POHVALE, POBUDE IN OPOMBE STARŠEV V ZVEZI S ŠOLSKO PREHRANO.

Starši so v največji meri pohvalili izbiro kosila po mnenju razreda ter pester in raznolik jedilnik. Starši so najpogosteje predlagali večje porcije za učence, saj menijo, da učenci dobijo količinsko premalo hrane, sploh v višjih razredih. Želeli bi bolj pestro in raznoliko prehrano, bolj okusno in bolj začinjeno. Predlagajo bolj kvalitetne sestavine, bolj zdravo prehrano, manj ocvrte, mastne, zamrznjene in vnaprej predelane hrane. Manj kruha in manj sladkih pijač. Predlagajo solatni bar oziroma različne vrste solate, več sadja in zelenjave. Želeli bi, da bi učenci imeli na voljo več časa za kosilo. Predlagajo več lokalno predelane in sezonske hrane.

ZAKLJUČEK

Na šoli se bomo še naprej trudili, da bo šolska prehrana čimbolj pestra, raznovrstna, zdrava in uravnotežena, na ta način se učenci srečajo z novimi okusi in razvijejo ustrezne prehranske navade. Šolski jedilniki so sestavljeni v skladu s Smernicami zdravega prehranjevanja v vzgojno izobraževalnih ustanovah in Zakonom o šolski prehrani. Želje se vedno ne skladajo s smernicami zdrave prehrane, zato je pomembno, da priljubljena živila kombiniramo s priporočenimi.

V letošnjem šolskem letu smo preko javnega razpisa vključili čim več lokalno predelane kakovostne in bio /eko hrane. Učence bomo še naprej vzpodbujali k uživanju zdrave hrane.

V naslednjem šolskem letu bomo nadaljevali z dejavnostmi, ki med učenci spodbujajo zdrave prehranske navade, kulturo prehranjevanja in boljši odnos do hrane.