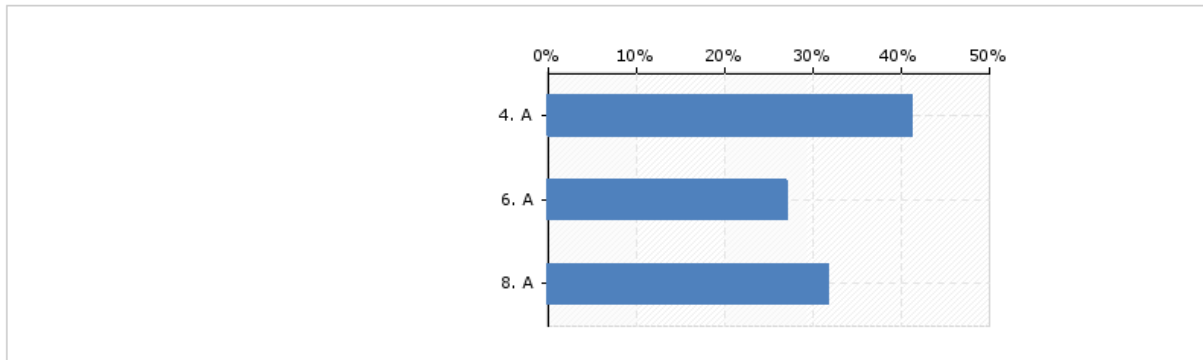


ANALIZA - Grafi

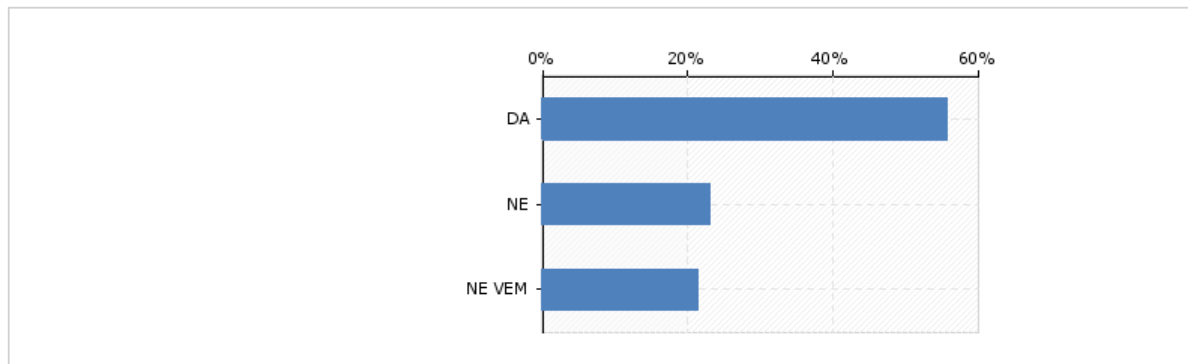
Zbiranje podatkov je potekalo od 25.5.17, 16:09 do 14.6.17, 5:48

Kateri razred obiskuješ? (n = 63)



KOMENTAR: V anketi so sodelovali učenci **4.a** (41%), **6.a** (27%) in **8.a** (32%).

Ali meniš, da šolska prehrana ustreza načelom zdrave prehrane? (n = 61)



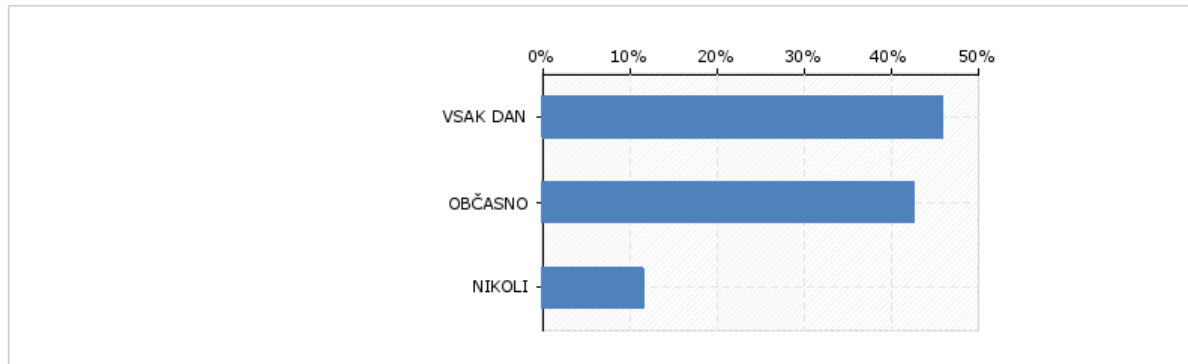
KOMENTAR: Približno 57% anketiranih učencev meni, da šolska prehrana ustreza načelom zdravega prehranjevanja. 22% jih meni nasprotno, 21% pa ne vedo, kaj so načela zdravega prehranjevanja.

NAČELA ZDRAVEGA PREHRANJEVANJA

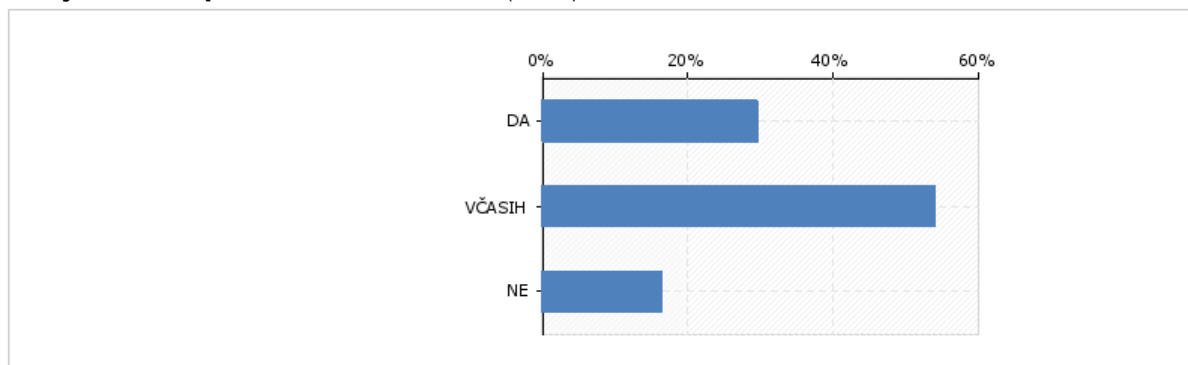
1. V jedi uživajte in jejte redno. Izbirajte pestro hrano – sezonsko in lokalno pridelano, ki naj vsebuje več živil rastlinskega kot živalskega izvora.

2. Izbirajte živila iz polnovrednih žit in žitnih izdelkov.
3. Večkrat dnevno jejte pestro zelenjavo in sadje. Izbirajte lokalno pridelano in svežo zelenjavo ter sadje.
4. Nadzorujte količine zaužite maščobe in nadomestite večino nasičenih maščob (živalskih maščob) z nenasičenimi rastlinskimi olji.
5. Dnevno uživajte priporočene količine manj mastnega mleka in manj mastnih mlečnih izdelkov.
6. Nadomestite mastno meso in mastne mesne izdelke s stročnicami, ribami, perutnino ali pustim mesom.
7. Jejte manj slano hrano.
8. Omejite uživanje sladkorja in sladkih živil.
9. Zaužijte dovolj tekočine.
10. Hrano pripravljajte zdravo in higiensko.
11. Bodite telesno dejavni toliko, da bo vaša telesna masa normalna.

Vir: http://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/datoteke/nacela_zdravega_prehranjevanja.pdf

Ali pred odhodom v šolo zajtrkuješ? (n = 61)

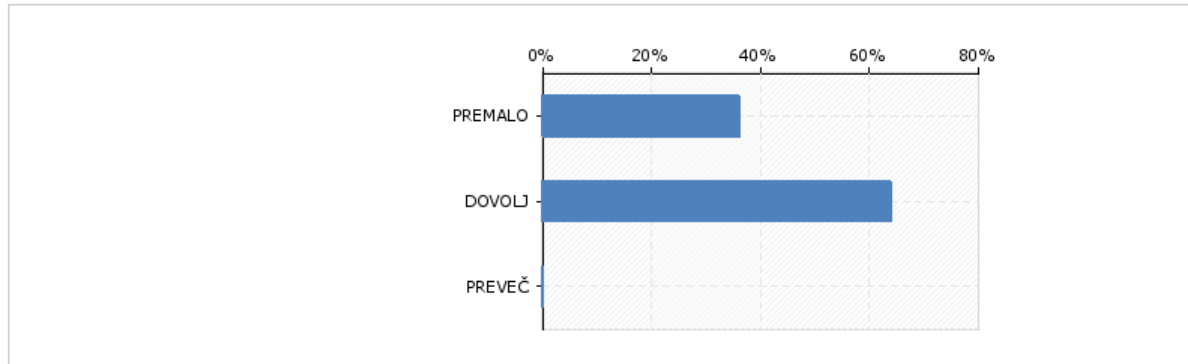
KOMENTAR: 46% anketirancev zajtrkuje oz. 41% le občasno.
13% otrok pred odhodom v solo ne zajtrkuje.

Ali ti je šolska dopoldanska malica všeč? (n = 61)

KOMENTAR: 30% učencev, ki so sodelovali v anketi, so z dopoldansko malico zadovoljni.. 58% otrok je z malico včasih zadovoljnih.

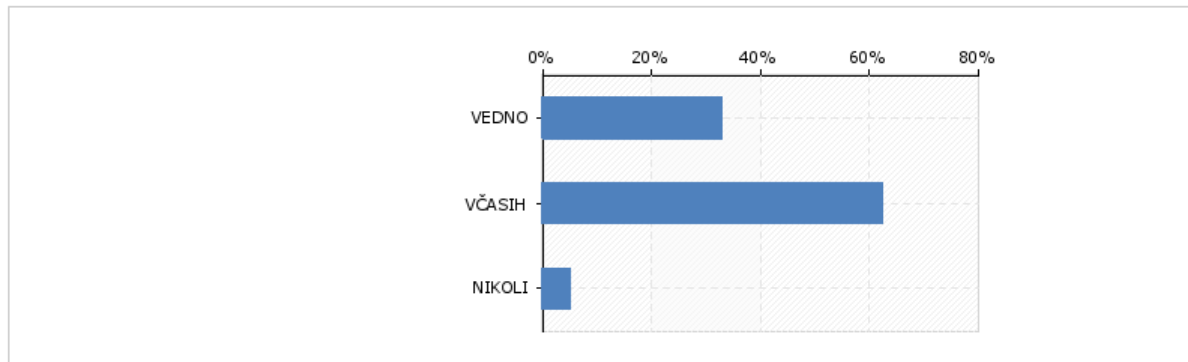
18% učencev pa z malico niso zadovoljni.

Predvidevam, da z malico niso zadovoljni tisti učenci, ki ne poznajo načel zdravega prehranjevanja.

Ali za dopoldansko malico dobiš dovolj? (n = 61)

KOMENTAR: Približno 64% otrok meni, da je količinsko malice dovolj.

Ostalih (36%) je malice premalo. Sklepam, da učenci, ki ne zajtrkujejo zamenjuje zajtrk z malico. Kar pa pa načelih zdravega prehranjevanja ne more biti!

Ali za dopoldansko malico vzameš vse jedi, ki so ti ponujene? (n = 61)

KOMENTAR: Nekaj čez 30% otrok poje vse, kar mu je ponujeno. Približno 60% vzame vse ponujene včasih. Nekaj manj kot 10% pa nikoli ne vzamejo vseh ponujenih jedi.

Kaj najraje ješ za dopoldansko malico?

pico,burek,pršut,pašteta,
mleko in kosmiči
mleko kosmiči
pico,mortadela,pršut,mesno zelenjavni namaz
hrenouke,jabolčni sok,jagode
čokoladni namaz, burek, ribji namaz
sadje,pico,sirni burek,tunina pašteta
pica burek sirova stručka parsut
najraje jem kruh z medom in maslom
pizza sladoled burek makaroni
mortadela
i78tguzghl
piškote,jagode,kefir,puding,sok,banane
pico burek
kruh in ribi namaz
pica
kruh in ribji namaz
sadje
pizzo, hot dog, sirovo štručko, burek
burek,evrokrem,pašteta
krompir meso in pudins in juho in pitičaj
jagode,češnje
pico, burek, maslo in med, marmelada
jagode,maline,kruh z evrokremom,ribjim namazom,pico,...
jabolčni sok,jagode,jabolka,jogurt.
pizza, burek, marmelada, šunka, prčut,...
nutello in kruh
sirni burek
salamo,navadni jogurt in sadje.

Česa ne maraš za dopoldansko malico?

piščanec sok
skutko,sir
sadno skuto, zelenjavno-mesni namaz, samo kruh in jogurt..
vse kar imamo za dopoldansko malico mi je všeč
pokvarjen jogurt
tega kar je bilo danes
zelenjavnih namazov,jogurtov s koščki
skuto
sadne skute,
jogurt,jabolko,kivi,
vse imam rada
domači jogurti,skuta,
domači jogurti,skuta
polnozrnatega kruha ter skute
sirnega namaza z zelišči
zelenjavnega namaza, kruha s semeni
njoki
navadno žemljico,jetrne paštete,koruzne kosmiče
skuta
kisli jogurt
skuto na kruhu ali skutni jogurt
zelenjavnega namaza, bureka
kosmičev v mleku
skutni jogurt, evrokrem
to kar nisem naštel
zelenjavnega namaza
sadna skuta,,,
vse kar dobim maram
skute,sadne skute,

zelenjavno-mesni namaz,sadno skuto,jogurt,...

30 / 59

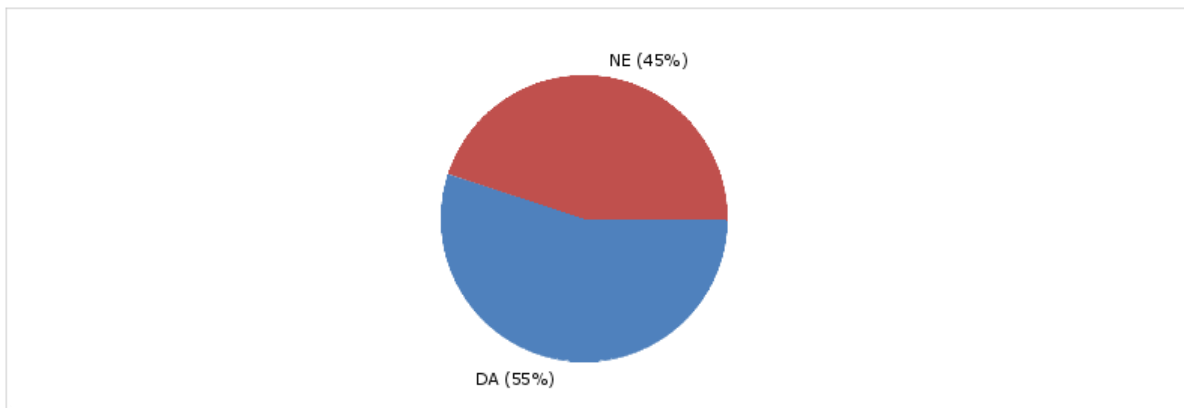
KOMENTAR: Učenke in učenci se privajajo na raznovrstno hrano. Odklanjajo predvsem mlečne izdelke, kar je pa prvenstvena hrana pri šolski malici. Mleko in mlečni izdelki so velik vir beljakovin, ki jih otrok pri svojem delu potrebuje za nemoten psihofizični razvoj.

Kaj bi si želel za dopoldansko malico, kar sedaj še ni na jedilniku?

nic
palačinke, čokoladne kosmiče
-
vse je na jedilniku
vmešana jajčka, toast
jajca
mesni burek, cips,coca cola
burek z mesom
čokolino
sladoled coca cola krompirček
klobaso,zelenjava
kruh namakan v jajcih nato pa ga spečemo (šnite)
vse je na jedilniku
sladoled, oreo milka,keks milka
palačinke,
palačinke
čokolado jagodni sok
jajce,toast,riblje palčke,slanino,
toast
sendvič z mesom
juha
nič prav posebnega kar zdaj ne dobimo
močnik
vmešana jajca
marelice

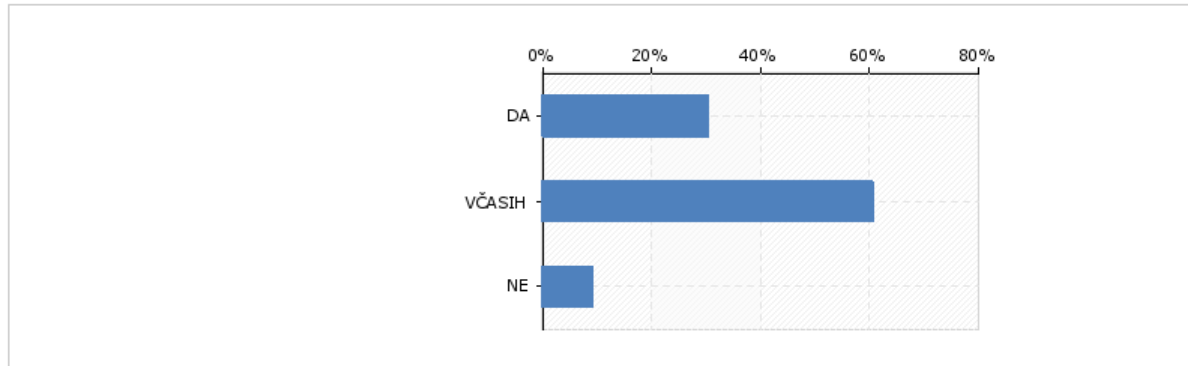
toast,ledeni čaj,
toust
močnik,lazanja
toast in ledeni čaj
jajce, toast, slanine

30 / 55

Ali ješ kosilo v šoli? (n = 60)

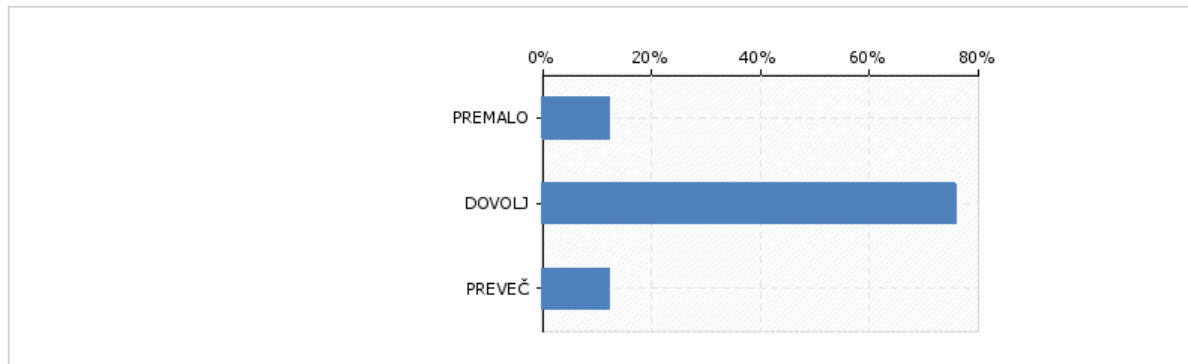
KOMENTAR: Več kot polovica anketiranih otrok (55%) je naročenih na šolsko kosilo.

Ali ti je šolsko kosilo všeč? (n = 33)



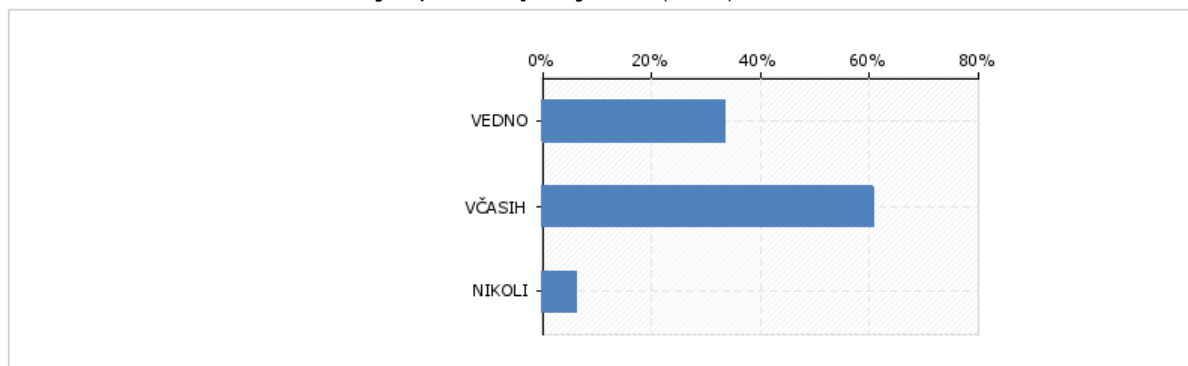
KOMENTAR: Le 10% otrok s kosilom ni zadovoljnih. Ostalim je kosilo vedno vseč (30%) ali jim je vseč včasih (60%).

Ali za šolsko kosilo dobiš dovolj? (n = 33)



KOMENTAR: Skoraj 80% otrok meni, da za kosilo dobijo količinsko dovolj. 10% ima občutek, da je kosila premalo in 10%, da ga je preveč.

Ali za šolsko kosilo vzameš vse jedi, ki so ti ponujene? (n = 33)



KOMENTAR: 35% otrok je odgovorilo, da vedno vzamejo vse, kar jim je ponujeno. Kar 60% vzame vse ponujeno včasih. Nekateri (5%) pa nikoli ne vzamejo vsega.

Kaj najraje ješ za šolsko kosilo?

meso, ribe, riž, solatoo, kisel krompir..
zrezek
kosmiče in mleko ž
najraje jem juhe
korenčkovo juho,sladoled,čokolino...
ribo,torteline,krompir,hrenovke,joto,fižolovko,kalamarov
fižolovko, torteline v paradižnikovi omaki, skuhane njoke
torteline, pašto, solato, paradajze,
njoke
krompir in cufte,pizzo,ribo,przganko,
ribo cufte
ocvrt golaž
krompir,golaš in solato
pico
pašto
njoki, makaroni, lasanja, tortelini
pire krompir z špinačo,riž z zelenjavno omako
zeleno solato in mineštre ter limonado
torteline
pire krompir s špinačo in hrenovko
pizza
torteline,mineštre,solato,pašto,pire krompir z špinačo,pire krompir z omako
makarone
pasta
puding mineštro.
pire krompir
lasanjo,ribe,meso,makaroni,tortelini,solata,juha,takos,
krompir in pohano meso ali ribo
sladolet
špinačo, pire krompir hrenavka

Česa ne maraš za šolsko kosilo?

gobovo juho
polento
nič
zelenjavne lazanje
vse imam rada
fižoletov,skotnega zavitka
čorbe
zelja
maram vse
juhe
čorba,
goveje juhe,riž
zelenjave
zelenjavnih juh
ajdove kaše
fižoletov,
nevem
kar nisem naštela
minešterc
polpet zelenavni
pohane vribe
polenta
mesa,mesne omake. skoraj vsak dan je nekaj mesnega.
prežganko
-
/
solato cvekla
s
ker mi je dolgčas

Kaj bi si želel za šolsko kosilo, kar sedaj še ni na jedilniku?

nič
/
hamburger
burek
pomfri in dunajski zrezek
pleskavica, ponfri
ogromna pica ogromna čokolada
lešnikovo mleko
nič posebnega
hambajsi
rezance,gobe
pomfrij in megnagci,špinača,ribje palčke
nic
pico
večkrat bi morala biti za kosilo riba
vec zelenjavne omake
čevapčiči
oreo milka, keks milka
palačinke
dunajski zrezek
izbira vegeterijanske hrane. veliko šol okoli nas imajo na razpolago vec menijev razen naše. zelo bi si želela več izbire saj sama ne jem mesa in nisem edina.
cevapi
vse je
kalamari
veliko sladoleda
burger
jajce na oko
do zdaj nič