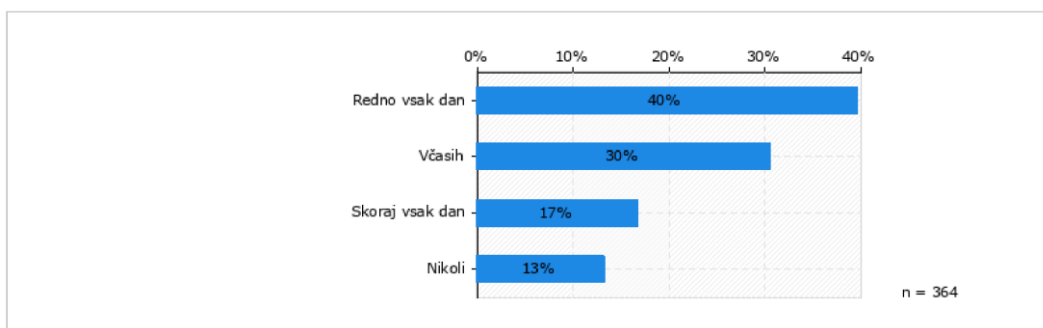


Rezultati in analiza ankete za učence

Anketo je ustrezno izpolnilo 364 učencev, od 5. do 9. razreda. Vprašanja so napisana v moški obliki in veljajo za oba spola. Zbiranje podatkov je potekalo od 10.5.2022 do 20.5.2022.

1. Ali zajtrkuješ? (n = 364)

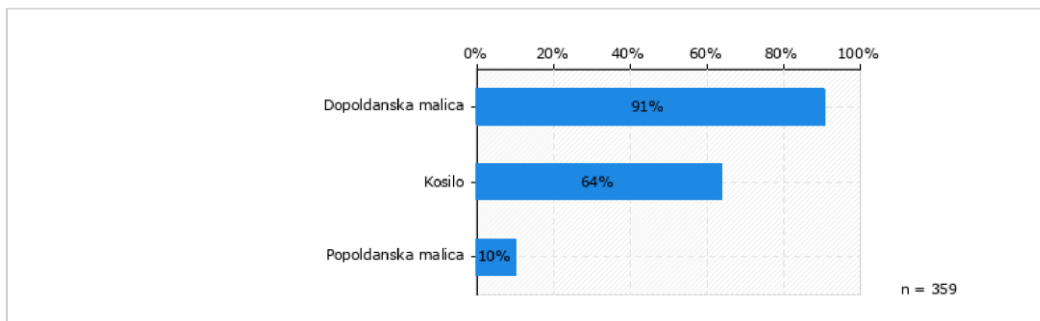
Možnih je več odgovorov



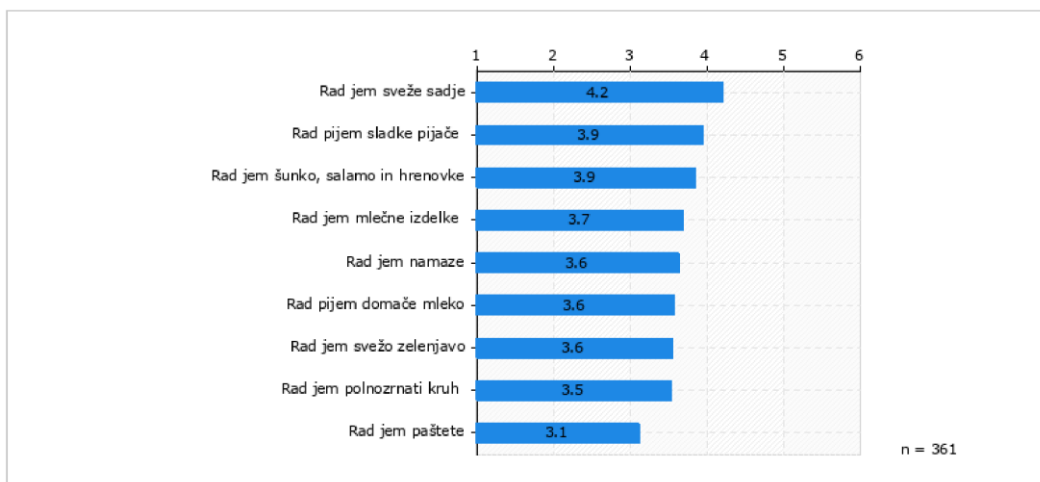
Iz anketnega vprašalnika je razvidno, da le 40 % učencev redno zajtrkuje. V šoli pripravljamo dopoldansko malico, ki jo učenci prve triade dobijo malico ob 9.00 uri, učenci druge in tretje triade pa ob 9.55 uri. V kolikor otrok doma ne zajtrkuje, je njegov prvi obrok šolska malica, ki jo v naboljšem primeru dobi čez 2,5 ure po tem ko se zbudi. Otroci, ki ne zajtrkujejo so lačni, njihova koncentracija in miselna zmogljivost pa je posledično slabša. Dopoldanska malica predstavlja le 10 % dnevnih energijskih potreb, medtem ko zajtrk 25 % le-teh.

2. Označi obroke, ki jih dobiš v šoli (n = 359)

Možnih je več odgovorov

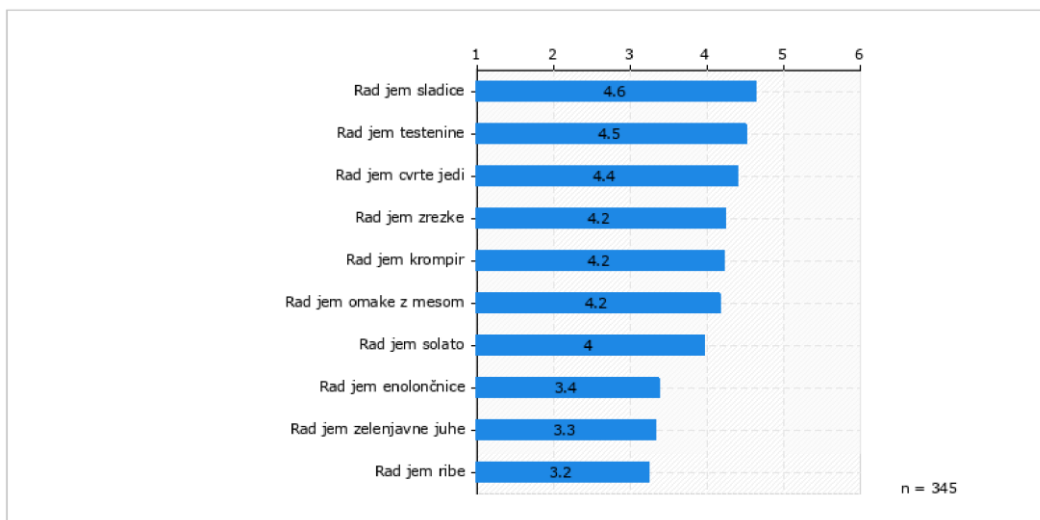


3. Z ocenami od 1 do 5 označi kako rad imaš živila in napitke, ki jih dobiš pri malici (1 - sploh ne maram, 5 - zelo imam rad) (n = 361)



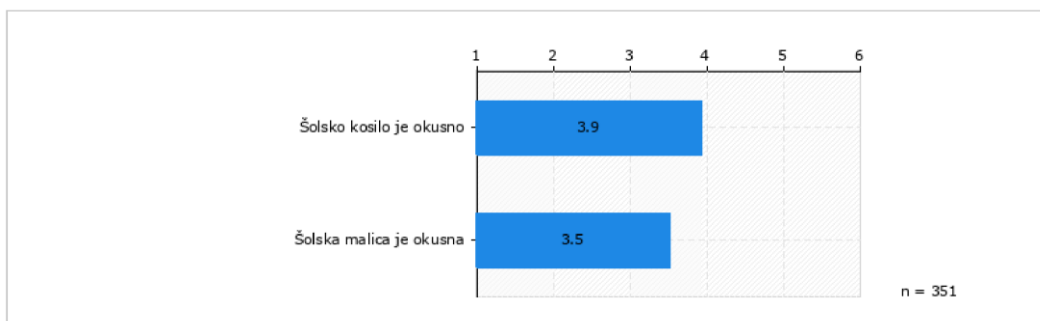
Iz tretjega vprašanja je razvidno, da učenci najraje jedo sveže sadje, pijejo sladke pijače in jedo šunko, salamo, hrenovke. Najmanj imajo radi pašteto, polnozrnat kruh in zelenjavo.

4. Z ocenami od 1 do 5 oceni, kako rad imaš jedi, ki jih dobiš v šoli za kosilo (1 - sploh ne maram, 5 - zelo imam rad) (n = 345)



Pri šolskem kosilu imajo učenci najraje sladice, testenine in cvrte jedi. Najmanj pa ribe, zelenjavne juhe in enolončnice.

5. Z ocenami od 1 do 5 oceni, koliko ti je všeč dopoldanska malica in kosilo v šoli (1 - ni okusno, 5 - zelo okusno, ne vem) (n = 351)

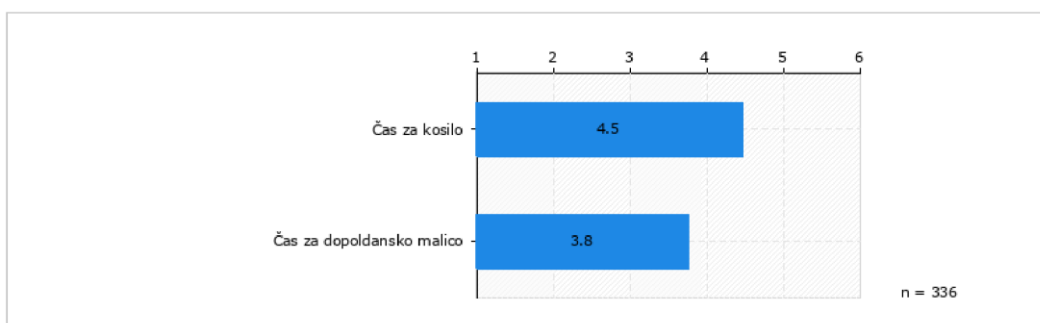


Učenci so ocenili, da je šolsko kosilo okusno za oceno 3,9 in malica za 3,5 od 5 točk. Glede na rezultate vprašanja št. 3 in 4, lahko sklepam, da imajo učenci raje manj zdrava živila, kot so: sladice, sladke pijače, šunke/salame in hrenovke, cvrte jedi, ipd.

6. Napiši 3 jedi, ki jih najpogosteje ješ doma oz. izven šole.

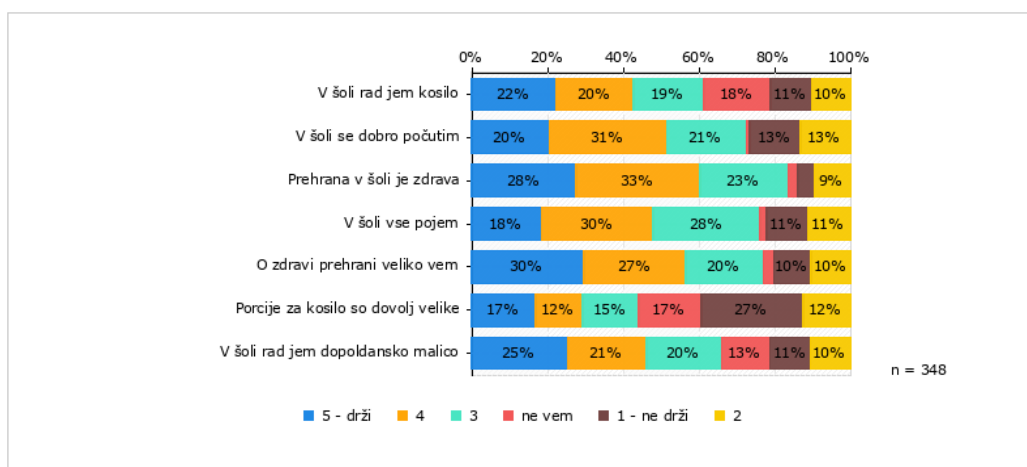
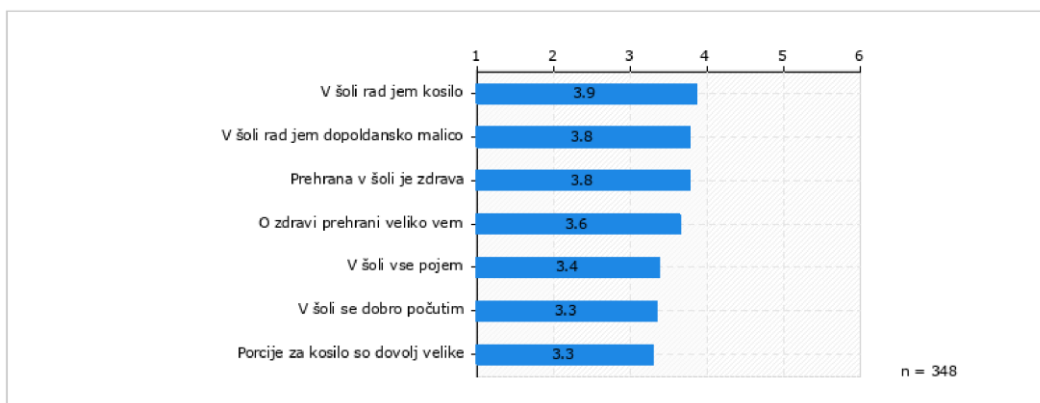
Iz napisanih odgovorov je razvidno, da učenci najpogosteje doma jedo testenine, juho, meso (zrezki, čevapčiči) in krompir ter cvrte jedi, pico, burek, kebab . Od sladkih jedi najpogosteje jedo čokolino in palačinke. Vmes se pojavlja tudi solata in zelenjava ter sadje, zelo redko je napisana mineštra, kus-kus, riž in mlečni izdelki.

7. Z ocenami od 1 do 5 oceni, ali imaš dovolj časa, da poješ malico oz. kosilo (1 - sploh nimam časa, 5 - imam dovolj časa, ne vem) (n = 336)



Iz ocen je razvidno, da imajo učenci za kosilo dovolj časa. Za malico pa niti ne. Odmor za malico traja 20 min. Dežurni gredo po malico po koncu druge ure, kar traja 5 min. Tako ostane 10 min časa za malico in 5 min časa za pospraviti. Moje osebno mnenje je, da bi čas za malico moral biti vsaj 5 min daljši, kar pa vodi v spremembo urnikov in voznih redov avtobusov. Vsekakor pa bom to spremembo predlagala vodstvu šole.

8. Z ocenami od 1 do 5 oceni spodaj navedena trditve (1 - ne drži, 5 - drži, ne vem) (n = 348)



Glede na rezultate je razvidno, da učenci v šoli kar radi jedo (3,9), medtem ko se v šoli počutijo nekoliko slabše (3,3).

9. Napiši 3 predloge za šolsko kosilo.

Učenci si po večini želijo več cvrtih jedi, kot so pohančki, pomfri s kečapom, pice, pleskavice in čevapčiče s kajmakom, sirnico, ipd. Veliko je predlogov tudi za testenine (pisane testenine, špagete in torteline) s sirovo omako. Želijo si več jedi s krompirjem in mesom ter testenin. Nekateri so omenili lososa, njoke, riž, brokoli, zelje, kebab, kalamare. Učenci si med kosilom želijo več miru. To je naloga vseh dežurnih učiteljev in učencev, ter vseh tistih, ki pridejo v jedilnico na kosilo. Potrebno je stopiti skupaj in delati na kulturnem prehranjevanju učencev in učiteljev v jedilnici.

Predlogi za kosilo so podobni tistim, ki jih najpogosteje jedo doma. Potrebno pa je vedeti, da je v šolski kuhinji pri sestavi jedilnikov potrebno upoštevati Smernice zdravega prehranjevanja v osnovnih šolah. Način priprave malic in kosil je prilagojen velikemu številu obrokov, tj. ca 830 malic in ca. 960 kosil, časovni pripravi malic in kosil, trajanju kosila in prevoz kosil, ceni živil in ostalih stroškov, ipd.

10. Naštej 3 jedi, ki ti pri šolskem kosilu niso všeč.

Pri šolskem so učencem najmanj všeč enolončnice/mineštre, zelenjavne juhe, ribe, zelenjava (bučke, brokoli, korenček). Omenjajo tudi omake: gobova omaka in papriko v omaki, njoke, speštan krompir, kus-kus, svinjino.

11. Naštej 3 jedi, ki jih pri šolskem kosilu najraje ješ.

Najpogosteje so učenci napisali: testenine, rižote, lazanja, musaka, hamburger, piščanec, krompir in špinačo, njoki, čufti in pleskavice, pohano meso, sladoled in sladice, palačinke. Pojavlja se tudi solata, kus-kus, sirova omaka. Nekdo je napisal, da pri kosilu rad je vse.

UGOTOVITVE IN ZAKLJUČEK

Glede na izvedeno anketo lahko potrdimo, da zelo malo učencev redno zajtrkuje. Rezultati ankete kažejo na to, da so otroci vajeni jesti hitro in nezdravo prehrano. V šolski kuhinji imajo možnost pestre in zdrave prehrane, vključujemo pa tudi njihove želje. Glede na to, da se doma večina otrok, ne prehranjuje zdravo, je šolska kuhinja tista, ki jim zagotovi kvalitetne in zdrave obroke. Prav zaradi navad otrok, je ocena malice letos nekoliko nizka – ocena 3,5. Za malico je veliko krat bio kruh in bio pekovski polnozrnat izdelki. Vključujemo tudi svežo zelenjavo, kar otroci nimajo najraje.

Otroci ocenjujejo, da je kosilo okusno za oceno 3,9. Z rezultatom smo zadovoljni, saj je hrana dobra. Glede na oceno, ki smo jo dobili, bi si v prihodnje želeli manj ostankov hrane.