

ANALIZA ANKETE O ŠOLSKI PREHRANI ZA ŠOLSKO LETO 2022/23

1. UVOD

Prehrana pomembno vpliva na naše zdravje in počutje. Zdrava prehrana je še posebej pomembna v obdobju odraščanja. Na šoli pri organizaciji prehrane stremimo k temu, da učencem ponujamo kar se da zdravo in uravnoteženo prehrano ter upoštevamo smernice in priporočila stroke.

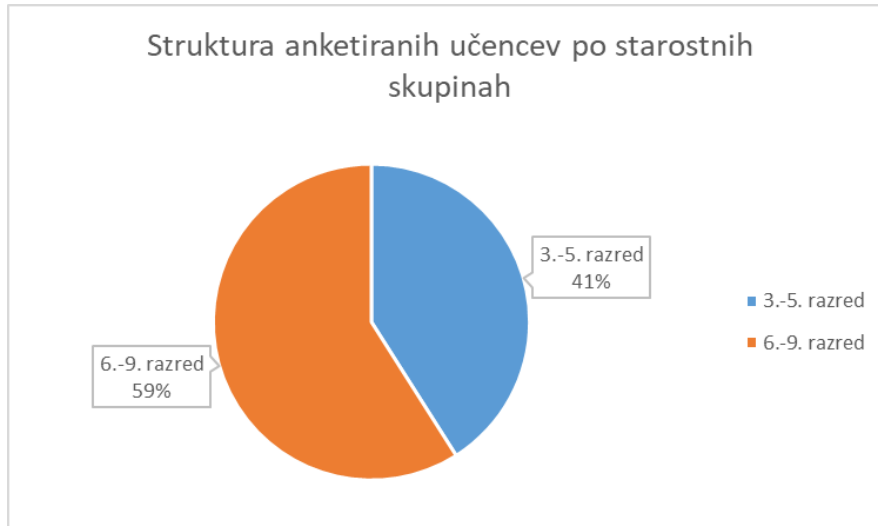
Z anketo smo želeli ugotoviti splošne prehranjevalne navade naših učencev in stopnjo zadovoljstva s šolskimi obroki. Učenci so lahko zapisali tudi svoje predloge za izboljšanje jedilnikov in šolske prehrane na splošno. Posebno anketo so izpolnili tudi starši, kjer so izrazili stopnjo zadovoljstva in svoja pričakovanja v povezavi s šolsko prehrano.

Anketo smo izvedli v mesecu juniju 2023. Učenci so anketo izpolnili na šoli, starši pa od doma.

Rezultati ankete nam bodo v pomoč pri organizaciji šolske prehrane v prihodnosti.

2. ANALIZA ANKETE ZA UČENCE

2.1 Struktura anketiranih učencev



Graf 1: Prikaz strukture anketiranih učencev po starostnih skupinah

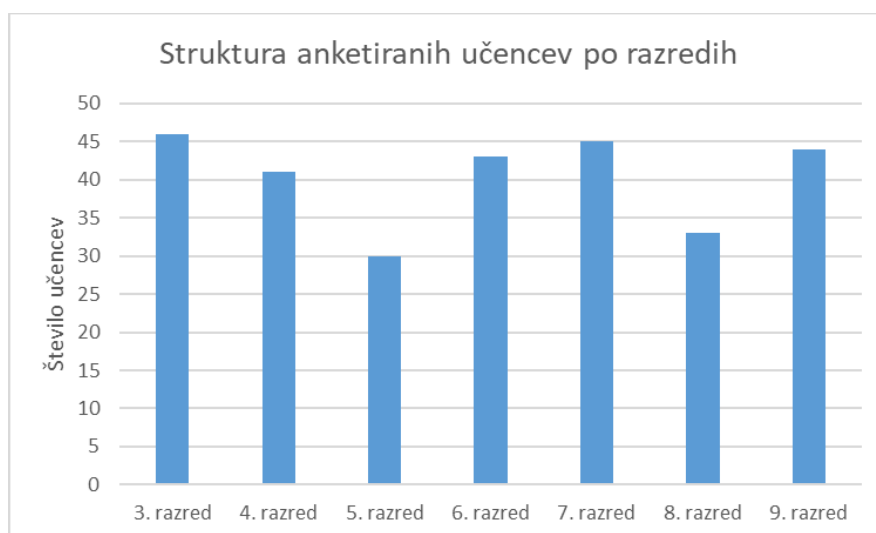
Spletno anketo je ustrezno izpolnilo 282 učencev: 141 dečkov in 141 deklic.

Tabela 1: Struktura anketiranih učencev glede na spol

Spol	Število anketiranih učencev	Število v odstotkih (%)
Deček	141	50
Deklica	141	50
Skupaj	282	100

Tabela 2: Struktura anketiranih učencev glede na razred

Razred	Število anketiranih učencev	Število v odstotkih (%)
3. razred	46	16
4. razred	41	15
5. razred	30	11
6. razred	43	15
7. razred	45	16
8. razred	33	12
9. razred	44	16
Skupaj	282	100



Graf 2: Prikaz strukture anketiranih učencev nacionalnega programa od 3. do 9. razreda

2.2 Rezultati

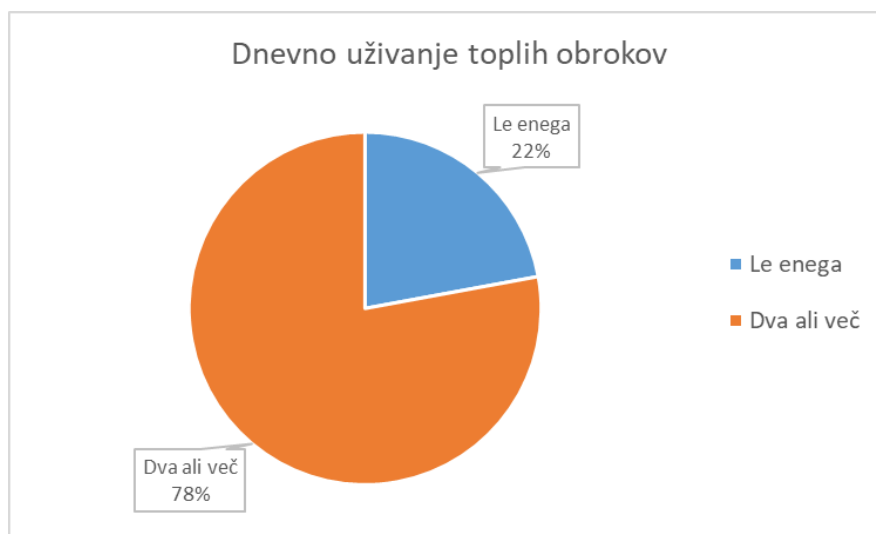
a) Prehranjevalne navade

Od vseh anketiranih učencev jih 55 % zajtrkuje vsak dan, 11 % učencev pa nikoli. Dopoldansko malico uživa vsak dan 62 % učencev, nikoli pa 16 % učencev. Kosilo vsak dan uživa 97 % učencev. Popoldansko malico uživa vsak dan 33 % učencev, nikoli pa 39 % učencev. Od vseh anketiranih učencev jih 79 % večerja vsak dan, 4 % samo med vikendom in 4 % nikoli.

Tabela 3: Pogostost uživanja posameznih obrokov v odstotkih (%)

Obrok	Vsak dan	Do trikrat na teden	Med vikendom	Nikoli
Zajtrk	55	13	21	11
Dopoldanska malica	62	17	5	16
Kosilo	97	0	0	3
Popoldanska malica	33	18	11	39
Večerja	79	13	4	4

Kar 78 % (215) vseh anketiranih učencev dnevno zaužije vsaj dva topla obroka, 22 % (61) učencev dnevno zaužije le en topel obrok.



Graf 3: Dnevno uživanje toplih obrokov

36 % vseh anketiranih učencev v šoli popije najmanj dve skodelici pitne vode. 28 % učencev popije vsaj štiri skodelice pitne vode, enak odstotek učencev v šoli popije več kot pet skodelic dnevno.

64 % anketiranih učencev zaužije dnevno vsaj eno enoto sadja, 24 % vseh anketiranih učencev zaužije vsaj eno enoto sadja večkrat na teden, 7 % pa le enkrat na teden.

61 % vseh anketiranih učencev zaužije dnevno vsaj eno enoto zelenjave, 24 % vseh anketiranih učencev zaužije vsaj eno enoto zelenjave večkrat na teden, 8 % pa le enkrat na teden.

Tabela 4: Pogostost uživanja sadja in zelenjave med učenci v odstotkih (%)

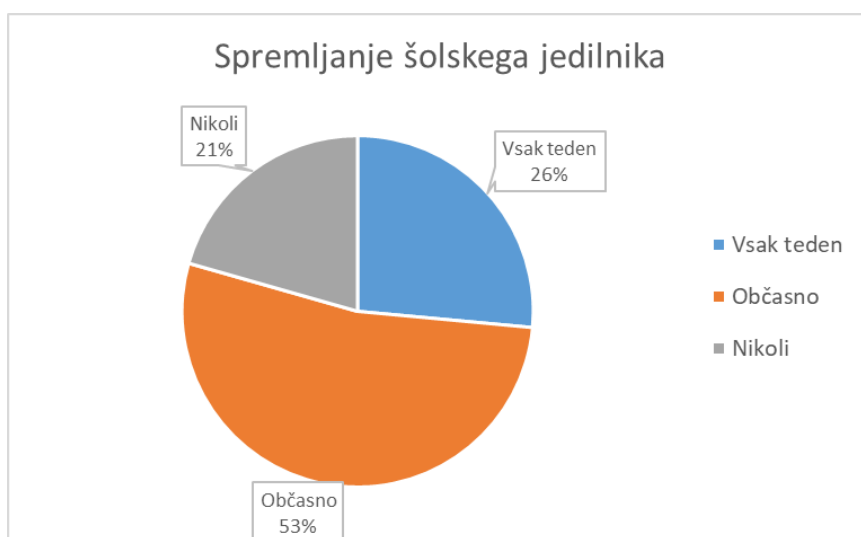
Živilo	Trikrat na dan in več	Dvakrat na dan	Enkrat na dan	Večkrat na teden	Enkrat na teden	Nikoli
Sadje	17	31	16	24	7	5
Zelenjava	15	24	22	24	8	7

Odsvetovane gazirane pijače vsakodnevno uživa 9 % vseh anketiranih učencev, 18 % učencev pa jih sploh ne uživa. 22 % vseh anketiranih učencev vsak dan uživa slaščice, 15 % učencev pa vsak dan uživa slane prigrizke. 5 % vseh anketiranih učencev vsakodnevno uživa hitro pripravljeno hrano.

Tabela 5: Pogostost uživanja odsvetovanih živil med učenci v odstotkih (%)

Živilo	Vsak dan	Več kot trikrat na teden	Do trikrat na teden	Do enkrat na mesec	Ne uživam
Gazirane pijače z dodanim sladkorjem	9	10	28	36	18
Slaščice, sladko pecivo, čokolado...	22	21	38	17	2
Slano pecivo, čips, arašide...	15	14	40	24	6
Hitro pripravljeno hrano	5	8	25	56	7

26 % vseh anketiranih učencev spremlja šolski jedilnik vsak teden, 53 % ga spremlja občasno, 21 % pa nikoli.



Graf 4: Spremljanje šolskega jedilnika

74 % vseh anketiranih učencev meni, da je v šolski prehrani dovolj sadja, 84 % učencev meni, da je dovolj zelenjave in 70 % učencev meni, da je dovolj mleka in mlečnih izdelkov.

b) Dopoldanska malica

75 % vseh anketiranih učencev uživa šolsko dopoldansko malico. 25 % anketiranih učencev, ki uživa šolsko malico, meni, da so le-te vsak dan raznolike in zdrave, 6 % učencev meni, da niso nikoli. 31 % anketiranih učencev meni, da so malice količinsko ustrezne, 38 % učencev pa meni, da so pogosto količinsko ustrezne. Malica je vsak dan vseč 12 % anketiranih učencev, prav tako 12 % učencev malica ni nikoli vseč, 48 % učencem pa je malica pogosto vseč.

Učenci imajo za malico najraje pico in limonado, hot dog, sirov burek in navadni jogurt, mafine, sendviče, domače namaze (ribji, jajčni in mesno zelenjavni) ter kupljene namaze (čokoladni, mlečni, topljeni sir, med, marmelada, pašteta, kislá smetana). Od mlečnih jedi imajo radi kosmiče, gres, mlečni riž, kaše in mlečni močnik. Radi imajo tudi različne vrste sadja (jabolka, banane, hruške, jagode in češnje) in zelenjave (paradižnik in kumarice).



Graf 5: Zadovoljstvo učencev z dopoldansko malico

c) Kosilo

86 % vseh anketiranih učencev uživa šolsko kosilo. 34 % anketiranih učencev, ki uživa šolsko kosilo, meni, da so le-ta vsak dan pestra oz. raznolika, 5 % učencev meni, da niso nikoli. 26 % anketiranih učencev se pri kosilu najejo vsak dan, 41 % učencev pa pogosto. Kosilo je vsak dan všeč 13 % učencem, pogosto pa 51 % učencem.

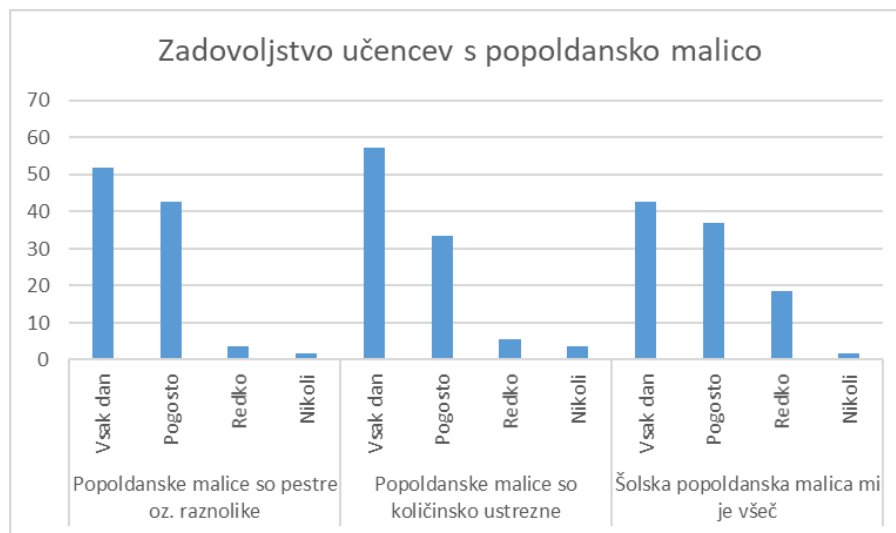
Učenci imajo za kosilo najraje različne vrste testenin z omakami (svedri, polžki, špageti, tortelini), kanelone, njoke, lazanjo ter musako, dunajski zrezek, ražnjiče in pleskavice z rižem (rizi bizi, džuveči riž), ribe (brancin, orada, losos), mesne kroglice v paradižnikovi omaki s pire krompirjem, govedino s pire krompirjem in špinačo, golaž s polento, enolončnice in domače pecivo. Kot sladico imajo radi tudi sladoled in cmoke. Radi imajo tudi paradižnikovo juho, govejo juho in špinačno juho.



Graf 6: Zadovoljstvo učencev s kosilom

d) Popoldanska malica

21 % vseh anketiranih učencev uživa popoldansko malico. 52 % anketiranih učencev, ki uživa malico, meni, da je le-ta vsak dan pestra oz. raznolika, 2 % učencev meni, da ni nikoli. 57 % anketiranih učencev meni, da je popoldanska malica količinsko ustrezna, 4 % pa meni, da ni nikoli. Popoldanska malica je vsak dan vseč 43 % anketiranih učencev, pogosto pa 37 % učencem.



Graf 7: Zadovoljstvo učencev s popoldansko malico

Učenci imajo za popoldansko malico najraje mafine, rogljičke, piškote, sadno žitno ploščico, kruh ali pekovsko pecivo z različnimi namazi (čokoladni, marmelada, med) in sadje (melona, češnje, jagode, banane).

e) Predlogi in želje učencev ter splošno zadovoljstvo s šolsko prehrano

Učenci si želijo, da bi pogosteje bila na jedilniku njihova najljubša hrana. Za dopoldansko malico učenci predlagajo: jajca, toast, sadne solate..., manj pogosto si želijo kruh, več mlečnih izdelkov in različne namaze (medeni, marmelade). Za kosilo predlagajo: čevapčiče, tortilije, pice, hamburgerje, pomfrit..., večkrat si želijo kot napitek domačo limonado, želijo tudi večje porcije. Za popoldansko malico si želijo puding, palačinke in več sadja. Nekatere predloge učencev bomo v naslednjem šolskem letu poskušali uresničiti v skladu z načeli zdrave prehrane in našimi zmožnostmi.

23 % vseh anketiranih učencev je s šolsko prehrano zadovoljnih, 58 % je srednje zadovoljnih, 20 % učencev pa ni zadovoljnih s šolsko prehrano.

3. ANALIZA ANKETE ZA STARŠE

a) Prehranjevalne navade

63 % vseh anketiranih staršev pravi, da otroci zajtrkujejo vsak dan, 15 % staršev pravi, da otroci zajtrkujejo samo med vikendom, 16 % pa da nikoli ne zajtrkujejo. 64 % staršev pravi, da se o šolski prehrani pogosto pogovarja z otroci, 35 % pa včasih.

30 % vseh anketiranih staršev spremlja šolski jedilnik vsak teden, 56 % ga pogleda občasno, 14 % pa nikoli.

b) Zadovoljstvo s šolsko prehrano

47 % vseh anketiranih staršev meni, da je prehrana na šoli dovolj raznolika, 36 % se zdi, da je včasih raznolika, 17 % staršev pa se nikoli ne zdi raznolika. 68 % vseh anketiranih staršev meni, da je v šoli dovolj sadja, 76 % staršev meni, da je na šoli dovolj zelenjave in 83 % staršev meni, da je na šoli dovolj mleka in mlečnih izdelkov.

35 % vseh anketiranih staršev je zadovoljnih s šolsko prehrano, 47 % je srednje zadovoljnih, 19 % staršev pa ni zadovoljnih s šolsko prehrano.



Graf 8: Zadovoljstvo staršev s šolsko prehrano

c) Predlogi in mnenja staršev

Starši imajo v večini pozitivno mnenje o šolski prehrani. Želijo si predvsem spremembe popoldanske malice, ker je preveč suhih prigrizkov, manj kruha za dopoldansko malico, večje razlike med malim in velikim kosilom oz. večje porcije, možnost neokisane solate/zelenjave.

Vsem učencem in staršem se lepo zahvaljujemo za sodelovanje in vse pohvale, mnenja in predloge.