

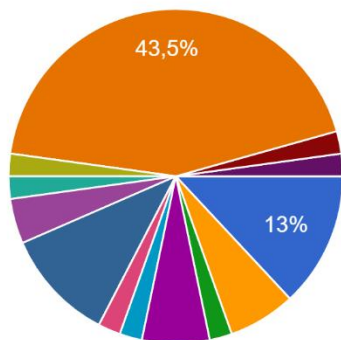
## ANALIZA ANKETE ZA UČENCE NA OSNOVNI ŠOLI SLAVE KLAVORE MARIBOR

Na anketo se je odzvalo zelo malo učencev (samo 46). Na osnovi tako majhnega števila odgovorov in predlogov težko spreminjamo šolsko prehrano za vse učence. Predvidevam, da se večina učencev ni odzvala na anketo zato, ker se strinja s takšno prehrano, kot jo imamo sedaj in so z njo zadovoljni.

Sledi predstavitev odgovorov in komentar (obarvan modro).

### 1. Kateri razred obiskuješ?

46 odgovorov

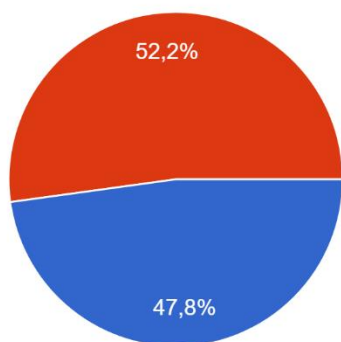


1. a	6
1. b	0
2. a	3
2. b	1
3. a	3
3. b	1
4. a	1
4. b	0
5. a	0
5. b	5
6. a	2
6. b	1
7. a	1
7. b	0
8. a	20
8. b	1
9. a	1
9. b	0

V večini oddelkov se je le malo učencev odločilo za izpolnjevanje ankete. Sklepamo, da so tisti, ki niso izpolnili ankete, zadovoljni s šolsko prehrano. Tudi mnogi med tistimi, ki so jo izpolnili so zadovoljni s šolsko prehrano.

### 2. Si dekle ali fant?

46 odgovorov

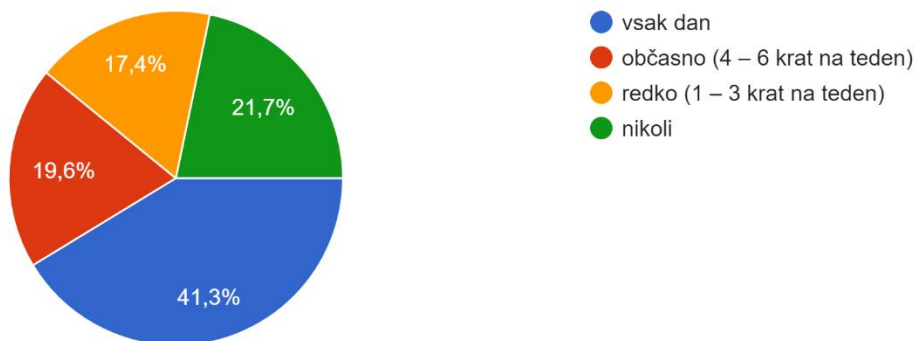


● dekle  
● fant

Anketo je izpolnilo 22 deklet in 24 fantov.

### 3. Ali zajtrkuješ?

46 odgovorov

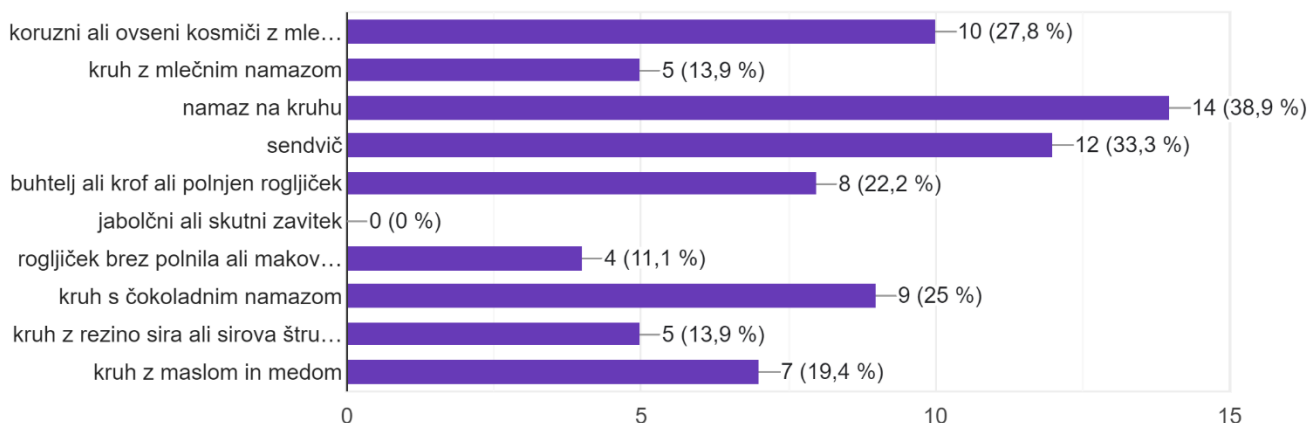


Zajtrk je najpomembnejši obrok vsakega dneva. Zajtrk je prvi obrok, ki ga zaužijemo, a žal ga nekateri združijo z dopoldansko malico ali celo s kosilom in zajtrkujejo šele popoldan.

Zajtrkuje še vedno premalo učencev. Veliko jih pride lačnih v šolo. Zaradi tega ne morejo spremljati pouka in pri njem sodelovati. Poskrbite za zajtrk! Zajtrk lahko jeste doma ali v šoli. Zajtrk je za zmagovalce in to pri vseh dejavnostih, tudi pri učenju.

### 4. Kaj največkrat ješ za zajtrk? (izberi največ tri odgovore)

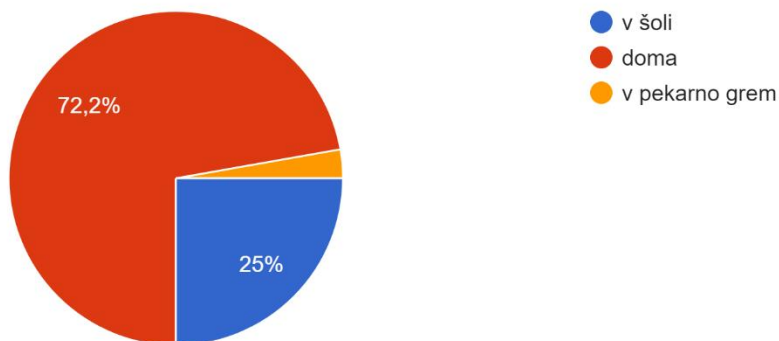
36 odgovorov



Namaz na kruhu je najbolj priljubljen. Najmanj pa zavitek. Da zagotovimo dovolj energije in se prebudimo pred začetkom pouka, si lahko pripravimo za zajtrk veliko različnih jedi. Tisti, ki zajtrka še ne jeste, se lažje nanj navadite, če si pripravite jedi, ki so vam zelo všeč. Zraven pa vedno 2 decilitra toplega napitka (mleko, bela kava, kakav, čaj, ...)

## 5. Kje najpogosteje zajtrkuješ?

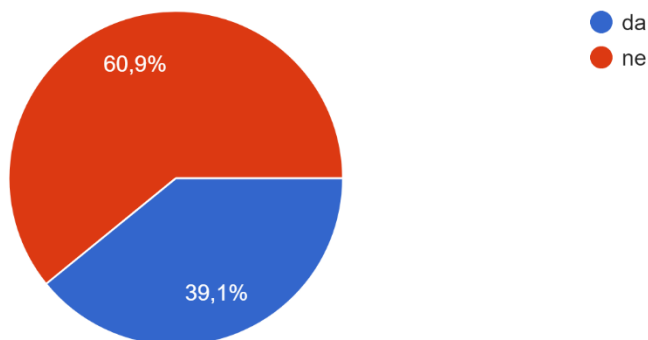
36 odgovorov



Večina učencev, ki zajtrkujejo, zajtrkuje doma, ostali v šoli, v pekarno gre 1 učenec.

## 6. Ali meniš, da lahko dopoldanska (šolska) malica nadomesti zajtrk?

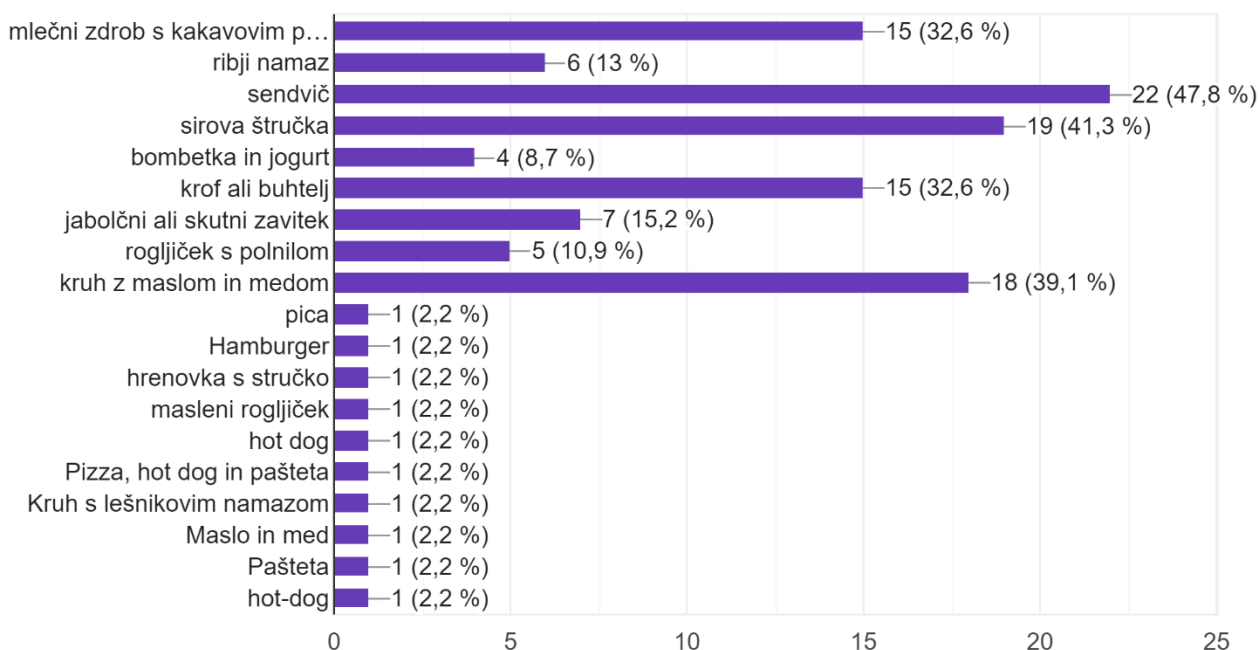
46 odgovorov



Večina učencev se zaveda, da dopoldanska (šolska) malica ne more nadomestiti zajtrka. Če preskočimo obrok in ga združimo z naslednjim, je tak obrok skoraj gotovo prevelik in to ni priporočljivo. Poskrbimo, da bo zajtrk skoraj dvakrat večji od dopoldanske malice, da bodo lahko naši učenci takoj po dopoldanski malici spet zbrano sodelovali pri pouku.

## 7. Katere šolske malice so ti najbolj všeč? (izberi največ tri odgovore)

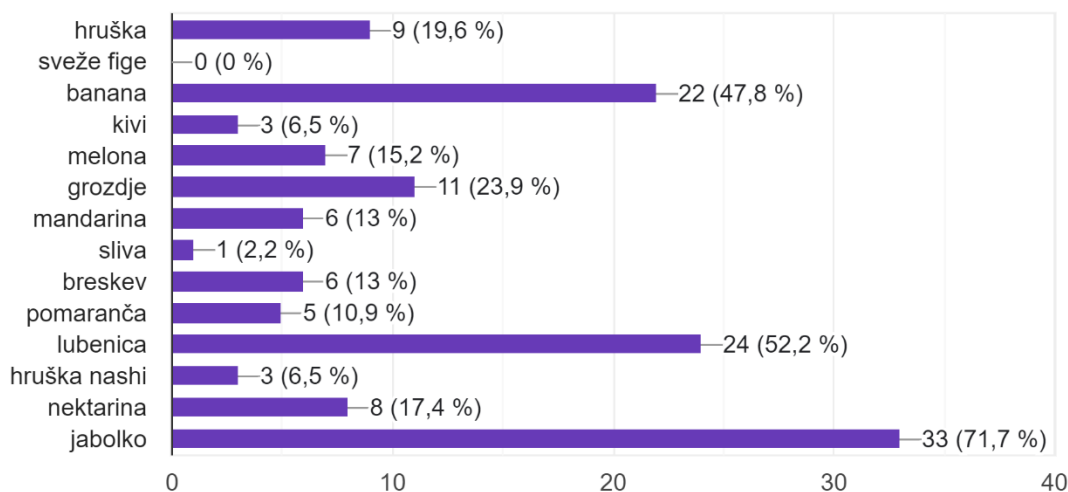
46 odgovorov



Med šolskimi malicami je najbolj priljubljen sendvič, sledi sirova štručka in kruh z maslom in medom iz dejavnosti Tradicionalni slovenski zajtrk, s katero želimo spodbuditi učence, da začnejo redno jesti zajtrk. Četrto mesto si delita mlečna jed s kakavovim posipom in sladka malica krof ali buhtelj. Veseli me, da si učenci želijo tako raznoliko izbiro, ki jo v šoli tudi zagotavljamo.

## 8. Katero sadje imaš pri šolski malici najraje? (izberi največ tri odgovore)

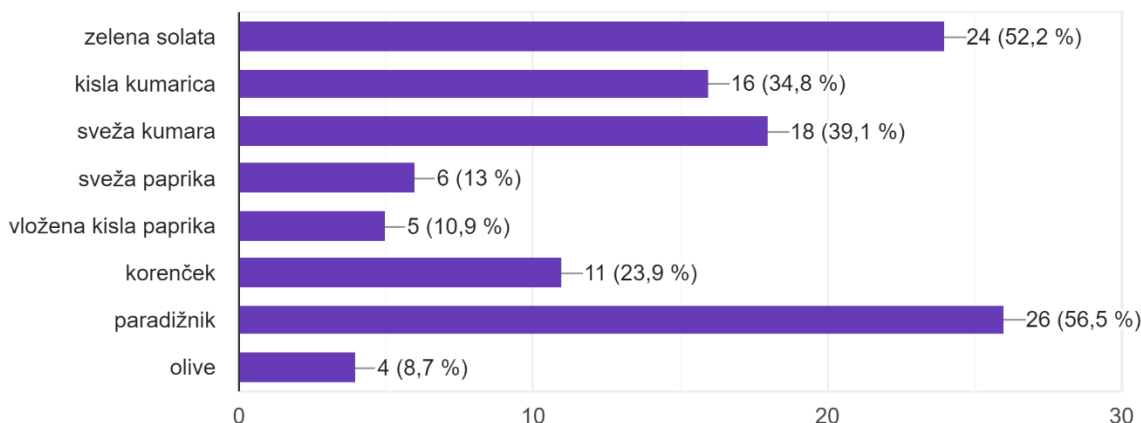
46 odgovorov



Sadje je zelo pomembno živilo, da zaužijemo dovolj vitaminov in mineralov, ki jih telo potrebuje za pravilno delovanje. Jabolko je še vedno najbolj priljubljeno, sledi lubenica in banana. Učenci imajo sadje radi in še naprej ga bomo zagotavljali pri vsaki (ali skoraj vsaki) dopoldanski malici.

### 9. Katero zelenjavo imaš pri šolski malici najraje? (izberi največ tri odgovore)

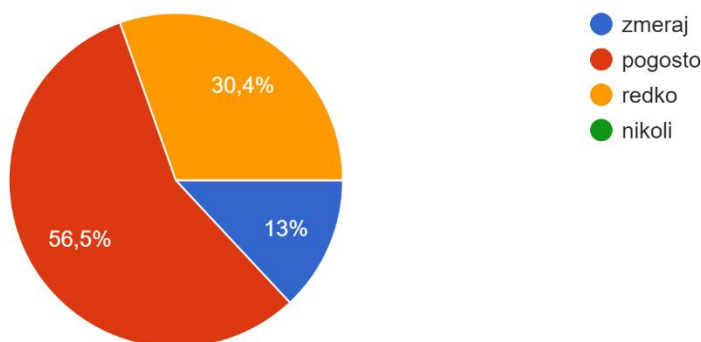
46 odgovorov



Zelenjava je še pomembnejše živilo kot sadje. Priporočamo jo, da zaužijemo dovolj vitaminov in mineralov, pa tudi vlaknin. Zelenjava ima prednost pred sadjem zato, ker vsebuje manj sladkorja in zato prinese v telo manj energije kot enaka količina sadja. Paradižnik, zelena solata in sveža kumara so najbolj priljubljene vrste zelenjave v šolski prehrani, velikokrat pa tudi doma.

### 10. Ali ti je šolska malica všeč?

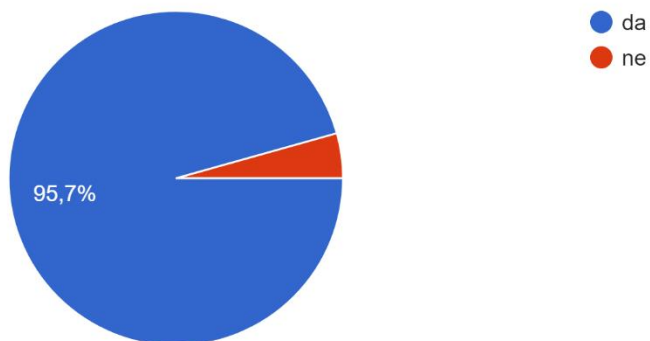
46 odgovorov



Kar veliko učencev je zapisalo, da jim je dopoldanska malica v šoli redko všeč. Vendar je tistih, ki jim je malica zmeraj ali pogosto všeč še vedno vsaj dvakrat več. Kdor želi drugačno hrano pri dopoldanski malici, lahko (tudi brez imena in priimka – anonimno) odda na listku svoj predlog razredniku\_razredničarki, da bomo s tem seznanjeni in bomo morda tudi to jed uvrstili na jedilnik, če je dovolj v skladu s Smernicami za prehranjevanje v vzgojno-izobraževalnih zavodih.

### 11. Ali ješ kosilo v šoli?

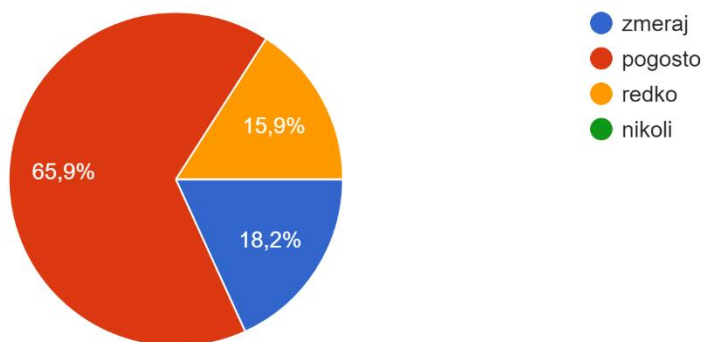
46 odgovorov



Kosilo je v šoli skoraj 96 % učencev. Glede na to, da se je na anketo odzvalo malo učencev, je morda ta delež pri celotnem številu malo manjši, podatki iz števila prijavljenih je okoli 90 %.

### 12. Ali ti je šolsko kosilo všeč?

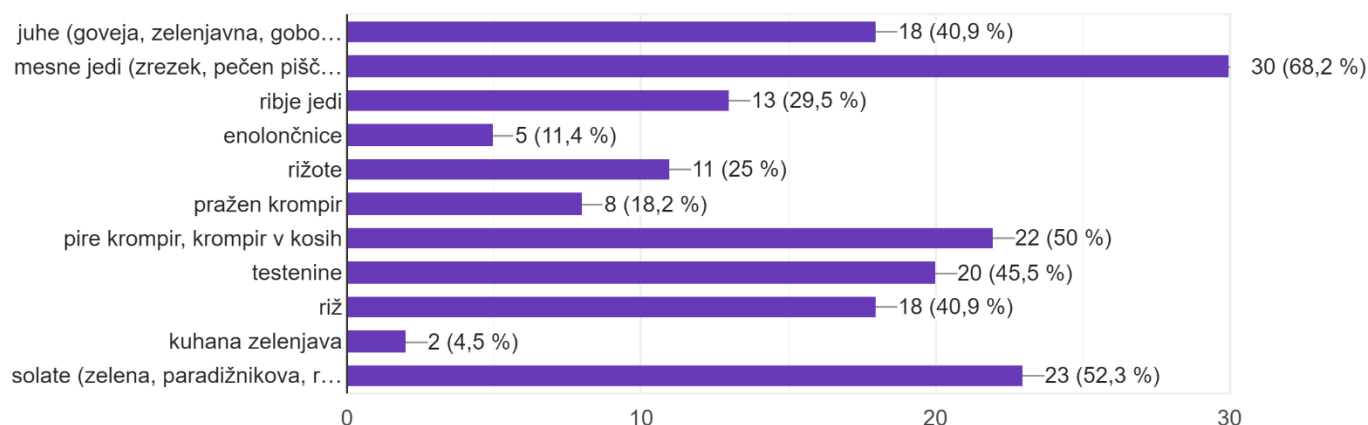
44 odgovorov



Večina učencev je zadovoljna s kosilom, ki jim je tudi všeč.

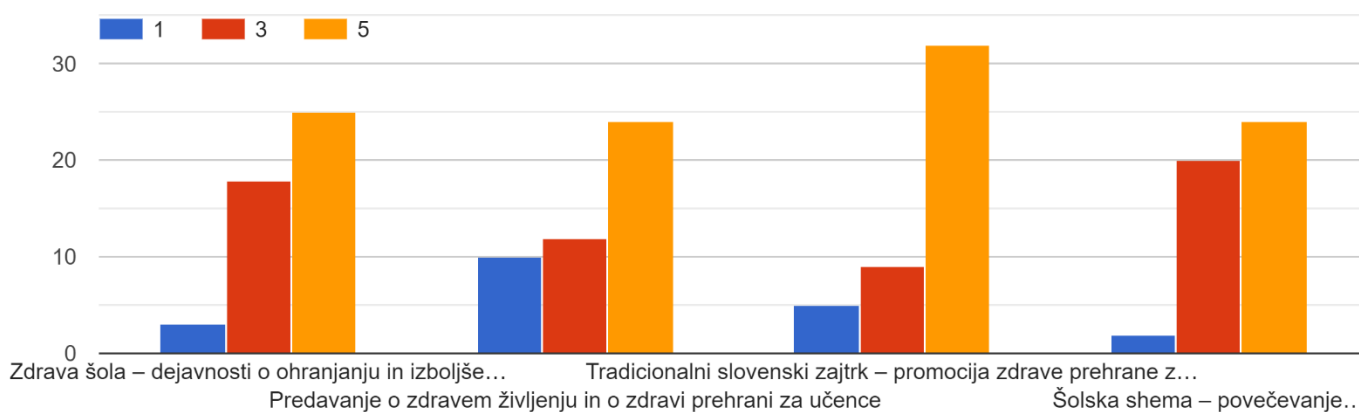
### 13. Katere jedi so ti pri šolskem kosilu najbolj všeč? (izberi največ pet jedi)

44 odgovorov



Učencem so najbolj všeč mesne jedi, solate in kuhan krompir v kosih ali v obliki pireja.

### 14. Ali so dejavnosti, s katerimi spodbujamo zdravo prehranjevanje in kulturo prehranjevanja v šoli, primerne? Ocenite posamezne trditve 1 – se ne strinjam, 3 – delno se strinjam, 5 – popolnoma se strinjam



Učenci se strinjajo, da so aktivnosti za spodbujanje zdravega prehranjevanja in kulture prehranjevanja v šoli, primerne.

### 15. Kaj želiš še sporočiti glede šolske prehrane (pohvale, predlogi ...)? 26 odgovorov

zelo prijazne kuharice, radi vas imamo ❤️

Hvala.

Pohvale

Hvala.

Da je majn mlečnega griza

Mleko in mlečne izdelke moramo jesti vsak dan, ker so priporočena hrana, še posebej pri odraščajoči mladini. Vnos hranilnih snovi, ki jih vsebuje mleko, je zelo pomemben. Najpomembnejši je kalcij, da imamo zdrave kosti in zobe.

Nič

manj mlečnega griza

Odgovor zgoraj.

prehrana je zelo dobra

Hvala.

zelo mi je všeč hrana

Hvala.

prehrana je zelo dobra

Hvala.

manj griza in mlečnega zdroba

Odgovor zgoraj.

da naj bo zrezek bolj sočen, NIKOLI VEČ MLEČNEGA ZDROBA NA JEDILNIKU!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

Vsa hrana je zelo dobra in v kuhinji poskusimo, preden jo damo učencem. Zato smo prepričani, da je zelo dobra.

Glede mlečnega zdroba je odgovor zgoraj.

Večkrat čufti in pire krompir za kosilo. Za malico pa hot dog.

Večkrat čufti za kosilo, za malico hot dog.

Enolična hrana je kmalu našemu telesu in zdravju v breme, namesto, da bi nam koristila.

več ribljih izdelkov.

Več rib zahtevajo tudi Smernice za prehranjevanje v vzgojno-izobraževalnih zavodih, vendar čim več svežih rib in manj ribjih izdelkov, ker je ribji izdelek industrijsko pripravljen za prodajo in pri njegovi izdelavi niso upoštevane Smernice.

Predlog da je več mesa, pa manj BIO hrane.

Meso je na vrsti pri štirih kosilih in eni do dveh malicah na teden. Tako imamo dobro uravnotežen jedilnik.

Ekološko pridelana hrana je najbolj zdrava hrana, ker pri pridelavi ne smejo uporabljati vseh sredstev za zatiranje škodljivcev. Zato so ekološka ali BIO živila žal dražja, a tudi veliko bolj zdrava.

Manj griza in več mlincev z pečenim piščance, čuftov s pire krompirjem

Glede mlečnega zdroba je odgovor spet enak – mleko in mlečne izdelke moramo jesti vsak dan, zato imamo mlečno jed na jedilniku pri dopoldanski malici enkrat na teden. Mlince in pečenega piščanca ter čufte in pire krompir bi uvrstili večkrat na jedilnik, a menim, da se bodo nekateri tudi te hrane kmalu naveličali.

ne

Hvala da se kuharice trudijo.

Hvala.

Vse je super, vse mi je všeč

Hvala.

Pohvalil bi kuharice, ker dobro kuhajo.

Hvala.

Celotna šolska prehrana mi je všeč

Hvala.

Hvala, zelo mi je dobro

Hvala.

Najbolj srečen sem, ko imamo za kosilo čufte!



Predlogi: da bi bilo pri večjih obrokih za pit sok

Sadni sok, tudi če je 100 %, ni priporočeno živilo v zdravi prehrani. Priporočeno pa je, da po kosilu popijemo kozarec vode.

Sem zadovoljen z šolsko prehrano, včasih pa bi pasalo namesto peciva pojesti kos tortice.

Sladica ni priporočeno živilo v zdravi prehrani. Zato jo imamo redko na jedilniku in ne morete dobiti ponovno repete).

Včasih mi je hrana všeč, včasih pa ne. Želela bi da bi imeli več sladkih stvari za kosilo in malico.

Različne vrste hrane so na jedilniku zato, da jih učenci spoznate. Včasih je na jedilniku hrana, ki nam nekoč ni bila všeč. Poskusite jo in videli boste, da je dobra. Morda je v šolski kuhinji pripravljena drugače, kot ste bili navajeni. Ko smo v družbi in jo drugi z veseljem jedo, ponavadi vidimo, da je zelo dobra.

Želimo, da je v šolski prehrani več priporočenih in manj odsvetovanih živil. Sladice so odsvetovana živila in jih ne moremo večkrat uvrstiti na jedilnik.

da bi dobili količinsko večje porcije pri malici in kosilu

Vsak učenec, ki zjutraj pred poukom poje zajtrk, nato dopoldansko malico in kosilo v šoli ter morda tudi popoldansko malico, dobi dovolj energije in drugih hranilnih snovi. Če kdo potrebuje več energije tudi popoldan za ukvarjanje s športom, lahko pri kosilu dobi ponovno še malo hrane (repete). Če je kdo še vedno lačen, lahko dobi še kos kruha in jabolko. Na ta način zagotovimo, da je hrane dovolj tudi za najbolj zahtevne.