



ANALIZA ANKETE

O ZADOVOLJSTVU S ŠOLSKO PREHRANO

OŠ Kapela

Šolsko leto 2022/2023

Pripravila: Damjana Pondelek, organizatorica šolske prehrane

KAZALO

1	UVOD	3
2	REZULTATI SPLETNE ANKETE	4
2.1	REZULTATI SPLETNE ANKETE ZA UČENCE.....	4
2.2	REZULTATI SPLETNE ANKETE ZA STARŠE	12
3	ZAKLJUČEK	19

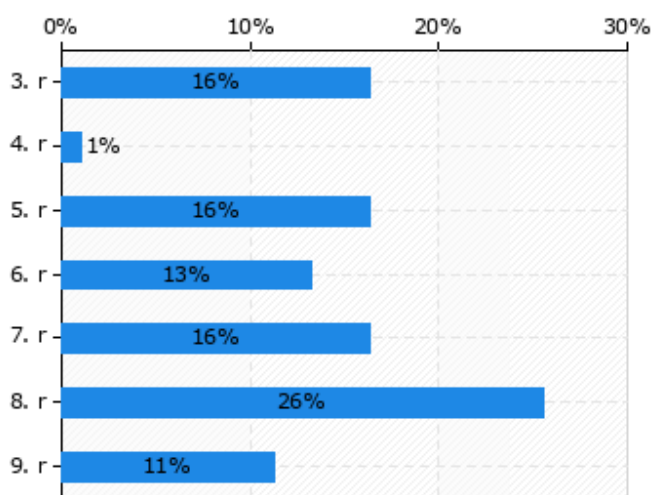
1 UVOD

Zdravje je ena najpomembnejših vrednot. Pri tem pa je bistveni dejavnik zdrava prehrana, ki je še posebej pomembna v obdobju odraščanja. OŠ Kapela stremi k temu, da učencem ponuja kar se da zdravo in uravnoteženo prehrano. Pri oblikovanju jedilnikov dosledno upoštevamo Smernice zdrave prehrane predpisane za vzgojo in izobraževanje. Zaradi različnih prehranjevalnih navad otrok in staršev, smo učence in starše povabili k izpolnjevanju anketnega vprašalnika, s katerim smo želeli izmeriti stopnjo zadovoljstva z organizirano šolsko prehrano. Rezultati ankete, vključno z vsemi izraženimi mnenji, pohvalami oziroma pripombami, nam bodo v pomoč za nadaljnje delo, zato smo hvaležni vsem, ki so si vzeli čas in izpolnili anketni vprašalnik.

2 REZULTATI SPLETNE ANKETE

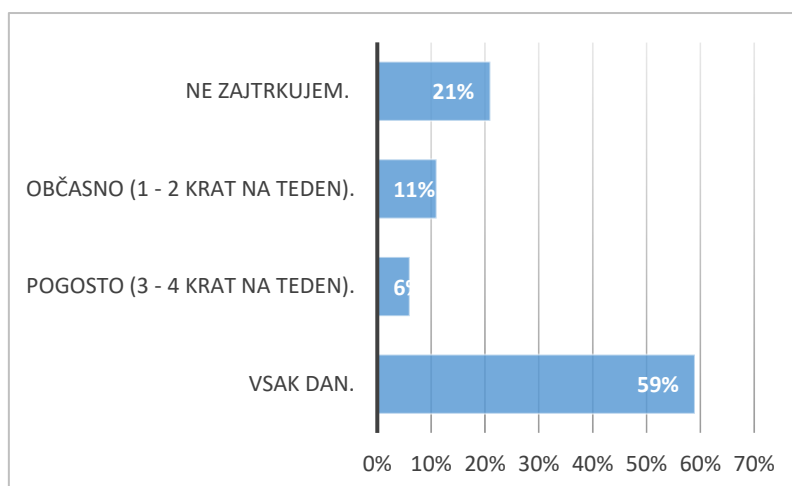
2.1 REZULTATI SPLETNE ANKETE ZA UČENCE

Vprašanje 1: Kateri razred obiskuješ?



Anketni vprašalnik je izpolnilo 98 učencev, kar predstavlja 67% vseh učencev naše šole (anketo so izpolnjevali učenci od 3.-9. razreda). V največjem obsegu so anketo rešili učenci 8. razreda, sledijo učenci 7. in 5. razreda.

Vprašanje 2: Kako pogosto običajno zajtrkuješ pred odhodom v šolo?



Največ otrok redno zajtrkuje (59%). Velik odstotek učencev (21%) doma ne zajtrkuje, občasno jih zajtrkuje samo 11% učencev in pogosto (3-4 krat na teden) pa zajtrkuje 6% učencev.

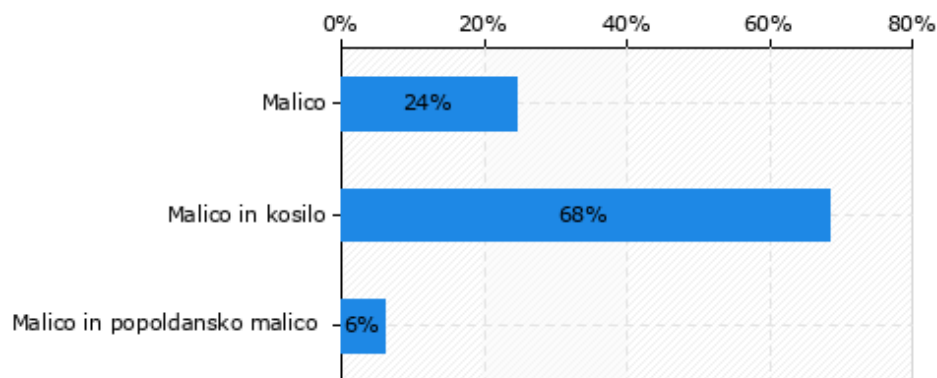
Vprašanje 3: Navedi razloge za izpuščanje obrokov.

RAZLOGI:

- slabost
- ni časa,
- nič,
- sok,
- šola,
- ker mi ne paše,
- nisem lačen,
- prevelika količina,
- nimam apetita,
- premalo časa,
- ne morem jesti zjutraj,
- nisem pri volji,
- prepozno vstanem in nimam časa za zajtrk.

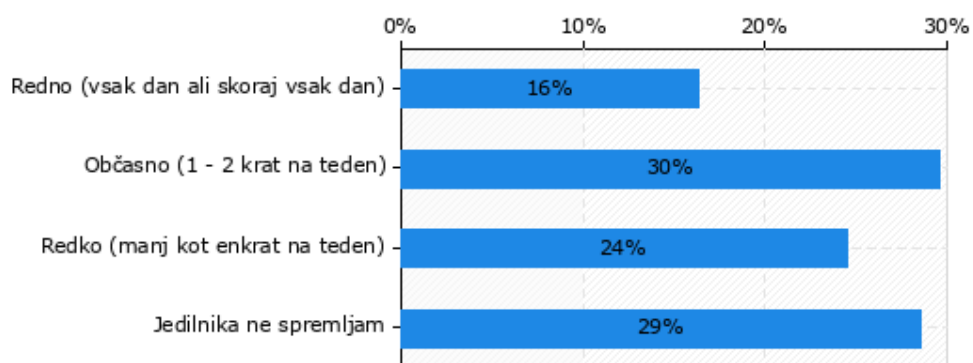
Učenci so navajali različne razloge za izpuščanje zajtrka, med najbolj pogoste pa so navajali, da za obrok nimajo časa ali pa da niso lačni.

Vprašanje 4: Katere obroke zaužiješ v šoli?



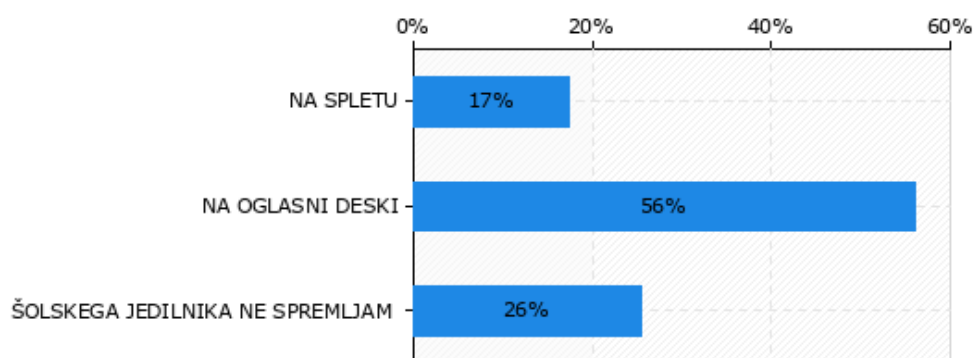
Izmed anketiranih učencev je 68 % učencev, ki v šoli zaužijejo malico in kosilo, samo malico jih zaužije 24 % in zgolj 6% takih, ki v šoli zaužijejo malico in popoldansko malico.

Vprašanje 5: Kako pogosto spremljaš šolski jedilnik (na spletu ali na oglasni deski)?



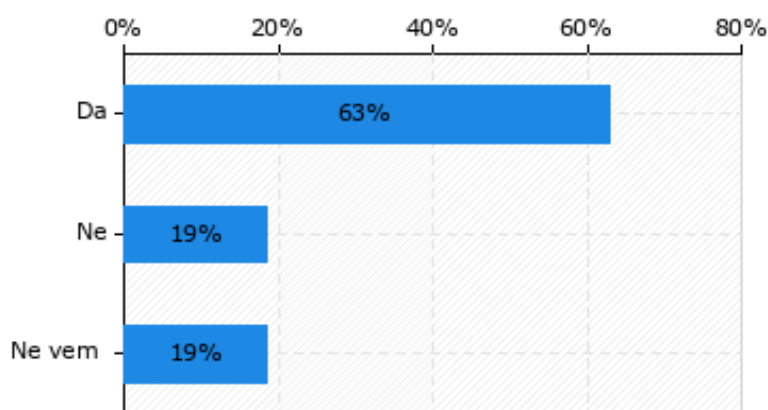
Šolski jedilnik redno spremlja 16 % otrok, občasno (1-2 krat na teden) 30 % otrok in redko (manj kot enkrat na teden) 24 % učencev. Velik delež učencev (29 %) pa je jedilnika ne spremlja.

Vprašanje 6: Kako običajno spremljaš jedilnik?



Največ učencev si jedilnik ogleda na oglasni deski, manjši delež učencev pa si jedilnik ogleda na spletni strani šole.

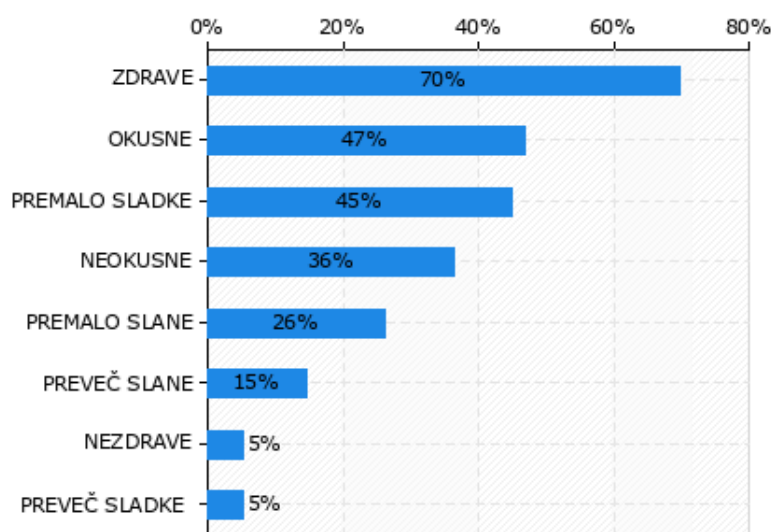
Vprašanje 7: Ali se ti zdi, da je v šoli ponujenega dovolj svežega sadja in zelenjave?



63 % anketiranih učencev je mnenja, da imajo v šoli na razpolago dovolj svežega sadja in zelenjave, ostali menijo, da bi lahko svežega sadja in zelenjave bilo več ali pa se niso opredelili (to pomeni, da so za odgovor izbrali »ne vem«).

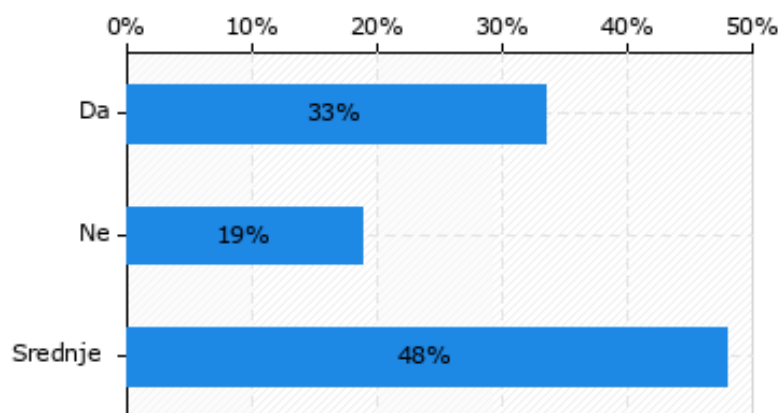
Učencem kot dodatek k šolski malici vsak dan ponudimo bodisi sveže sadje ali zelenjavo. Šola se prav tako vključuje v projekt Evropska shema šolskega sadja in zelenjave, v okviru katerega dobimo dodatna sredstva za nakup sadja in zelenjave.

Vprašanje 8: Jedi iz šolskega jedilnika so:



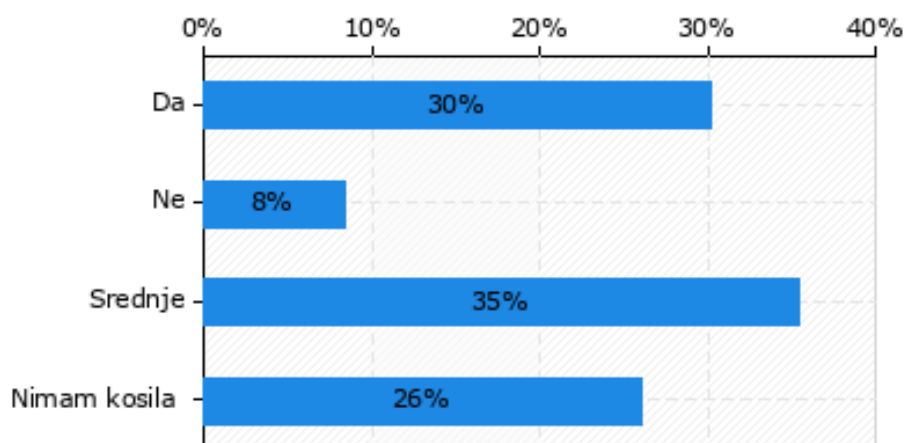
Kar 70 % anketiranih učencev je mnenja, da so jedi iz šolskega jedilnika zdrave, 47 % jih meni, da so okusne. Hkrati se kar 45 % anketiranih učencev zdi jedi premalo sladke, 36 % učencev meni, da so neokusne in samo 5 % anketiranih učencev meni, da so jedi nezdrave.

Vprašanje 9: Ali si na splošno zadovoljen/a s šolsko malico?



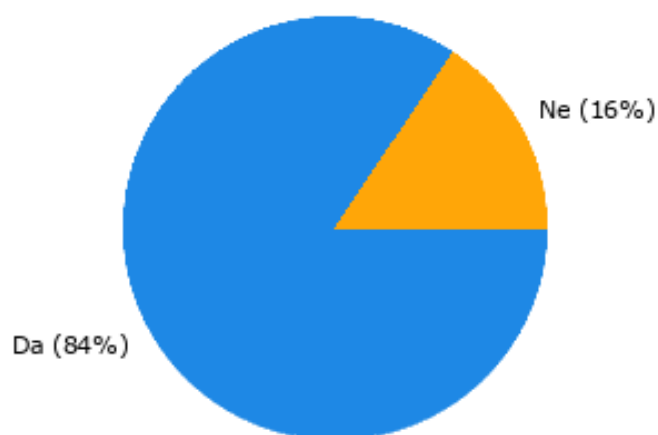
33 % učencev je s šolsko malico zadovoljnih, srednje zadovoljnih je 48 % učencev, medtem ko 19 % vprašanih s šolsko malico ni zadovoljnih.

Vprašanje 10: Ali si na splošno zadovoljen/a s šolskim kosilom?



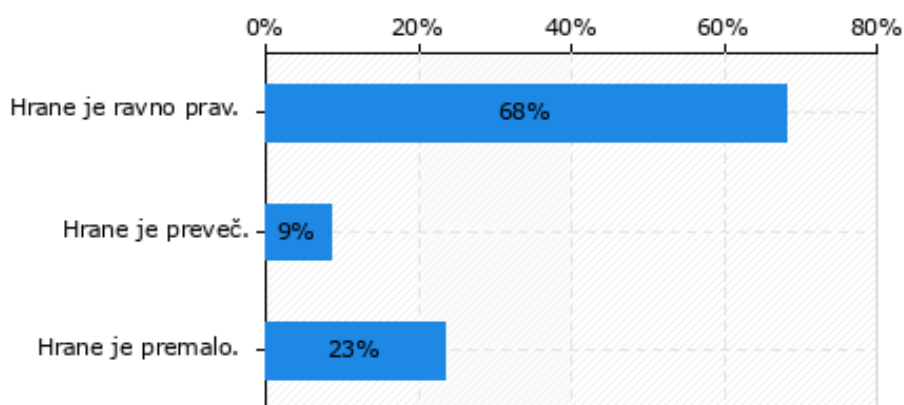
Največji delež anketiranih otrok je srednje zadovoljnih s šolskim kosilom (35 %). 30 % otrok je popolnoma zadovoljnih s šolskim kosilom, medtem ko pa samo 8 % otrok ni zadovoljnih s kosilom.

Vprašanje 11: Ali meniš, da bi prehrano na šoli lahko označili, kot zdravo prehrano?



Večina učencev meni, da šolska prehrana na naši šoli ustreza merilom zdrave prehrane (84 %). 16 % anketiranih učencev meni, da hrana v šoli ni zdrava, saj se občasno na jedilniku pojavi tudi jed, ki je ne uvrščamo v rubriko priporočenih jedi, vendar jo kljub temu ponudimo, saj je učencem všeč.

Vprašanje 12: Oceni šolsko malico glede na količino hrane, ki ti je ponujena.



68 % učencev meni, da je hrane ravno prav, medtem ko jih je 23 % mnenja, da je hrane premalo. 9 % anketiranih učencev meni, da je hrane pri malici preveč. V šolski kuhinji se osredotočamo na to, da so obroki prilagojeni starosti otrok. Učenci pa imajo tudi možnost, da izrazijo željo, da določenega živila/jedi ne želijo, predvsem zato, da ne zavržemo preveč hrane.

Vprašanje 13: Navedi 3 jedi, ki jih najraje ješ za malico.

Mini pica	44
Nutella	38
Hamburger	32
Hot dog	28
Sirova štručka	22
Pašteta	15
Jogurt s kosmiči	12
Mlečni riž	12
Jajčni namaz	9
Med, maslo	9
Sendvič	8
Pisani kruh	8
Tunin namaz	7
Pletenica	6
Med, marmelada	5
Jajca	5
Palačinke z nutello	5
Testenine	5
Marmelada	3
Sadje	2
Klobase	2
Tuna	2
Maslo	2
Jabolčni burek	2
Sok	1
Ocvrto meso in riž	1

Ovseni kruh	1
Sir mozzarella	1
Jabolčni zavitek	1
Kosmiči z mlekom	1
Riba in krompir	1

Učenci so najpogosteje navajali jedi: mini pica, nutella, hamburger, hotdog, sirova štručka.

Vprašanje 14: Zapiši katerih jedi običajno ne poješ za malico.

Namazi	68
Juhe	6
Mlečne jedi kadar ni kakava	4
Vse pojem vedno	4
Zelenjava	2
Klobase	2
Mlečni zdrob	2
Jabolko	2
Tunini makaroni	2
Nič	1
Sendvič	1
Ne vem	1
Marmelada	1
Makova štručka	1
Mleko	1
Kakav	1
Nesladkan čaj	1
Solata s fižolom	1
Pašteta	1
Pica	1
Zelenjavni kruh	1
Makaroni	1

Odgovori učencev so bili zelo raznoliki. V največji meri pa se je pojavil odgovor: zelenjavni namaz (avokadov, čičerikin, sončnični, jajčni).

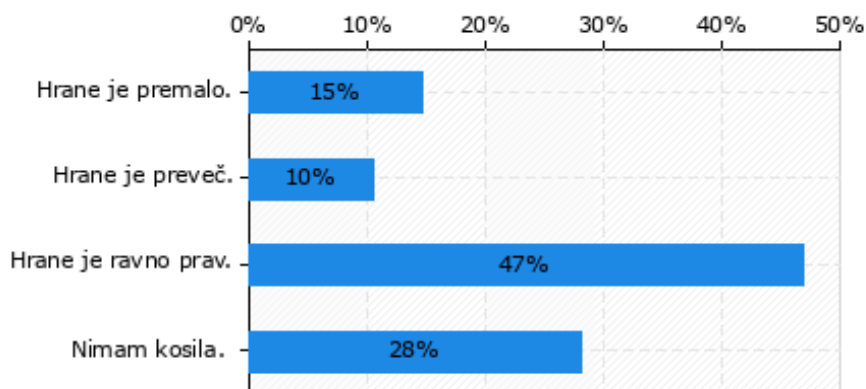
Vprašanje 15: Predlagaj nove jedi, ki bi si jih želel/a jesti za šolsko malico.

- palačinke s nutelo,
- pražena jajca,
- krvavi močnik,
- več sladkega kruha,
- nobene,
- jajčka na oko,
- rogljiček,

- slanik,
- jogurti in kosmiči,
- keksi,
- krof,
- solato,
- vafli,
- sirove štruce,
- mini pice,
- hrana je v redu ampak dobro hrano bi lahko jedli bolj pogosto,
- tortilije,
- kaki,
- kebab,
- hotdog,
- njoke,
- sendviči,
- hamburger,
- hrenovke,
- božiček na žaru,
- čokoladne kosmiče,
- čokolino,
- jurkova marmelada,
- nimam predlogov,
- nič, ker ni nič okusno,
- avokadov namaz,
- hamburger,
- ne vem,
- lazanja.

Učenci so pri tem vprašanju najpogosteje navajali sledeče: palačinke s nutello, pražena jajca, jajca na oko, rogljiček, jogurt in kosmiči, vafli, mini pice, tortilije, kebab, hotdog, hamburger, hrenovke, čokolino. Opažamo, da so učenci zapisali predvsem jedi, ki niso v skladu s smernicami zdravega prehranjevanja v vzgojno – izobraževalnih zavodih.

Vprašanje 16: Oceni šolsko kosilo glede na količino hrane, ki ti je ponujena.



Kar 47 % anketiranih učencev je odgovorilo, da je hrane pri šolskem kosilo dovolj oz. ravno prav. 10 % učencev je mnenja, da je hrane preveč, 15 % pa da je ponujene hrane premalo.

Vprašanje 17: Navedi 3 jedi, ki jih imaš za kosilo najraje.

špageti	51
palačinke	48
čufti	46
makaroni	33
perutničke	32
pleskavice	28
Ocvrto meso	28
Rižota	20
Ribe	15
Carski praženec	14
Špinača	10
kruhovi cmoki	8
Golaž	4
krompirjevi tortelini z gobovo omako	2
skutni štruklji	2
Pecivo	1
Testenine	1
Repa	1
kosilo imam 2- krat na teden	1
Mlince	1
Ne vem	1

Odgovori učencev so bili zelo raznoliki. V največji meri pa so se pojavljali odgovori, kot so: špageti, palačinke, čufti, makaroni, perutničke, pleskavice, ocvrto meso.

Vprašanje 18: Napiši katerih jedi pri kosilu ne maraš.

Zelenjavne juhe	60
Enolončnice	48
Govejega mesa	39
Fižola	22
omake	20
Piščančja bedra	14
Čufti	12
Zelenjava	12
sesekljane pečenke v omaki	10
Tuninih jedi	9
Vse maram / vse mi je všeč / vse imam rad	8
Palačinke	7
Čevapčičev	4
Ne vem	4
Kisle solate	3
Gobe	1

Pekarski krompir	1
Nič	1
95% vseh jedi	1

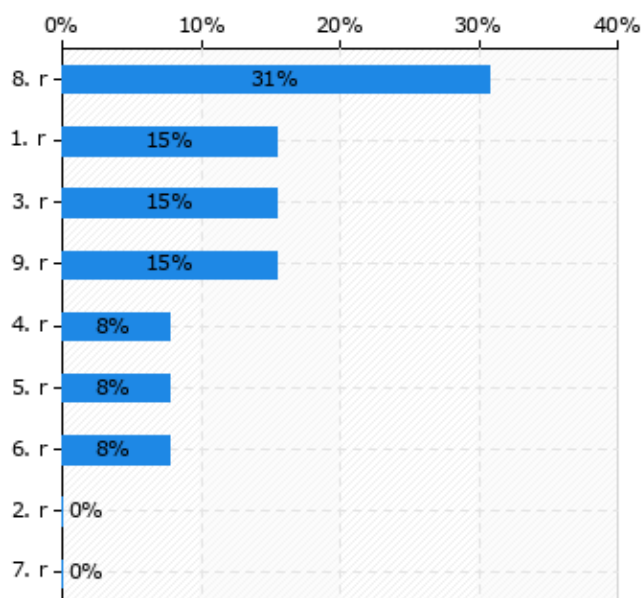
Odgovori anketiranih učencev so bili raznoliki, vseeno pa se je nekaj jedi pojavilo večkrat, to so: zelenjavne juhe, enolončnice, govejega mesa.

Vprašanje 19: Imaš kakšne predloge, pohvale oziroma pripombe v zvezi s šolsko prehrano?

Da bi imeli avtomate z različnimi pijačami
Več sladic
Ni dobra hrana
Ne vem
Pohvalim malico, saj me vsak dan preseneti kaj je za jest
Lahko bi večkrat pili sok
Več sladkih jedi
Hrana je neokusna
Nekatere jedi so zelo dobre, nekatere pa malo manj
Da je dobra hrana
Da bi jedi to kar imamo radi in ne namazov, ki niso okusni
Lahko bi večkrat jedli hot dog in sok
Hvala za hrano
Lahko bi bilo več svežega sadja
Pohvalila bi šmoren
Slaba hrana
Hrana je dobra in zdrava
Zelo je dobro
Odlična je
Lahko bi bilo boljše
Bolj sladkajte čaj
Vse je za drek
Večino hrane ne jem, npr. namazov
Kuharica zelo dobro kuhajo
Bolj namazane palačinke, ker so bile nazadnje suhe
Nimam predlogov

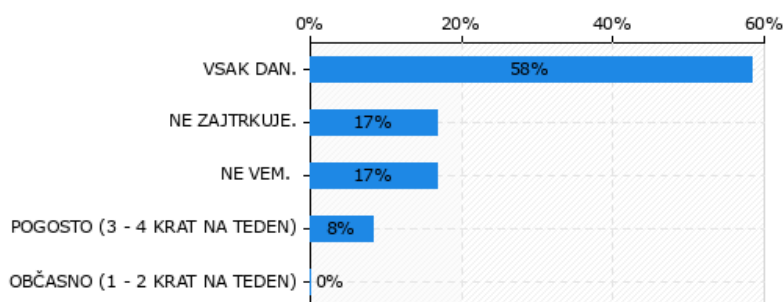
2.2 REZULTATI SPLETNE ANKETE ZA STARŠE

Vprašanje 1: Kateri razred obiskuje vaš otrok?



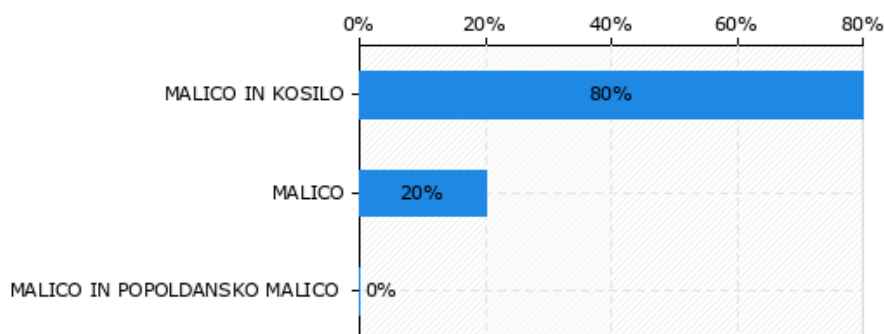
Anketo je rešilo 15 staršev. Podatki so pokazali, da je kar 48 staršev zgolj odprlo povezavo do anketnega vprašalnika, za nadaljevanje izpolnjevanja pa se niso odločili. Največ staršev, ki se je odzvalo spletnemu vprašalniku, so starši otrokom iz osmega razreda. Odzvali pa se niso starši učencev iz 2. in 7. razreda (ankete namreč ni rešil niti eden starš).

Vprašanje 2: Kako pogosto vaš otrok zajtrkuje pred odhodom v šolo?



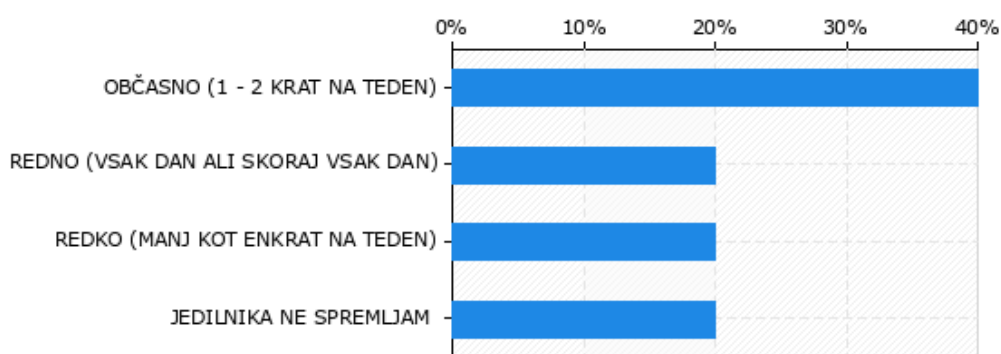
Večina staršev je zapisalo, da njihov otrok zajtrkuje vsak dan (58 %). 8 % staršev je odgovorilo, da njihov otrok zajtrkuje pogosto (3-4 krat na teden), ne zajtrkuje 17 % otrok, 17 % staršev pa ne ve, ali njihov otrok zajtrkuje.

Vprašanje 3: Katere obroke vaš otrok zaužije v šoli?



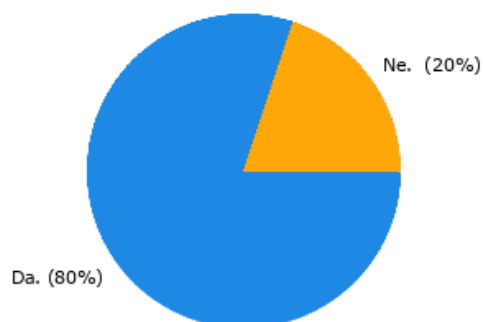
Največ otrok v šoli zaužije malico in kosilo (80%). 20 % učencev v šoli zaužije zgolj malico.

Vprašanje 4: Kako pogosto spremljate šolski jedilnik (na spletu ali na oglasni deski)?



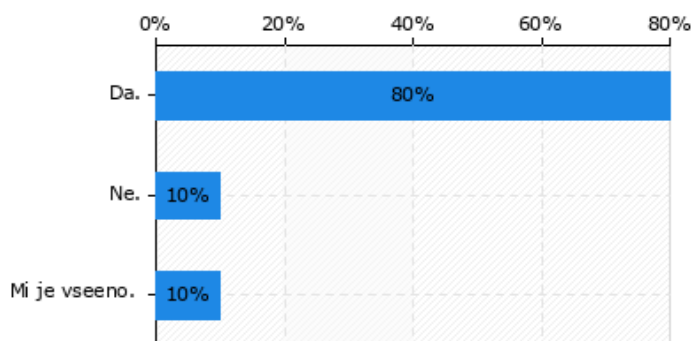
Šolski jedilnik redno spremlja 20 % staršev, občasno (1-2 krat na teden) 40 % staršev in redko (manj kot enkrat na teden) 20 % staršev. Prav tako 20 % staršev jedilnika ne spremlja.

Vprašanje 5: Ali poznate projekt ŠOLSKA SHEMA SADJA, ZELENJAVE IN MLEKA?



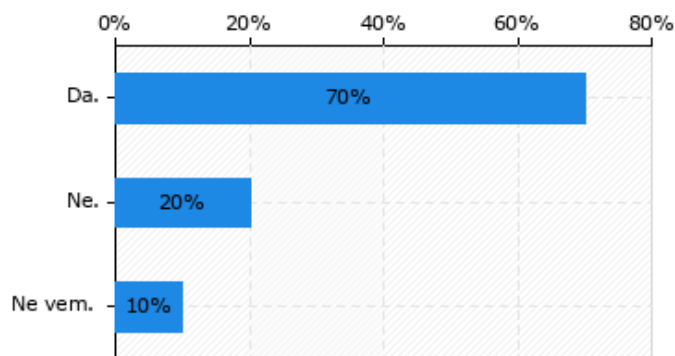
S projektom šolske sheme, je seznanjenih kar 80 % staršev, 20 % anketiranih staršev pa projekta ne pozna.

Vprašanje 6: Podpirate omenjeni projekt (šolske sheme), v katerega je vključena tudi naša šola?



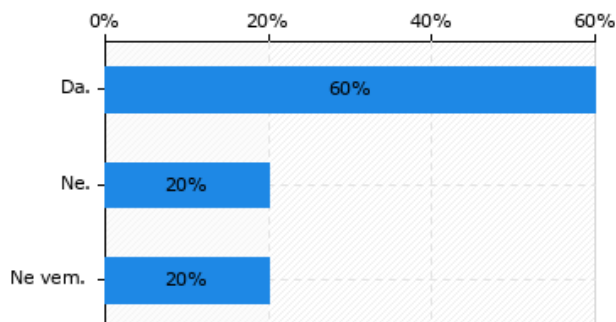
Večina anketiranih oseb, kar 80 %, omenjeni projekt podpira, 10 % staršev je odgovorilo, da jim je vseeno. Prav tako pa 10 % anketiranih oseb projekta šolske sheme ne podpira.

Vprašanje 7: Ali se vam zdi, da je v šoli ponujenega dovolj svežega sadja?



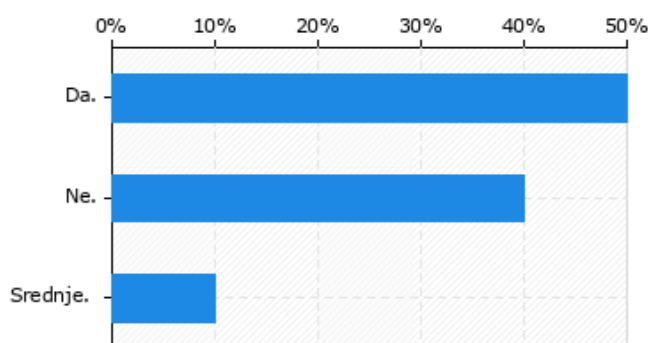
70 % anketiranih staršev je mnenja, da imajo učenci v šoli na razpolago dovolj svežega sadja in zelenjave, ostali menijo, da bi lahko svežega sadja in zelenjave bilo več ali pa se niso opredelili (to pomeni, da so za odgovor izbrali »ne vem«).

Vprašanje 8: Ali menite, da na šoli ponujamo živila/obroke, ki so skladni s Smernicami zdravega prehranjevanja v vzgojno izobraževalnih zavodih?



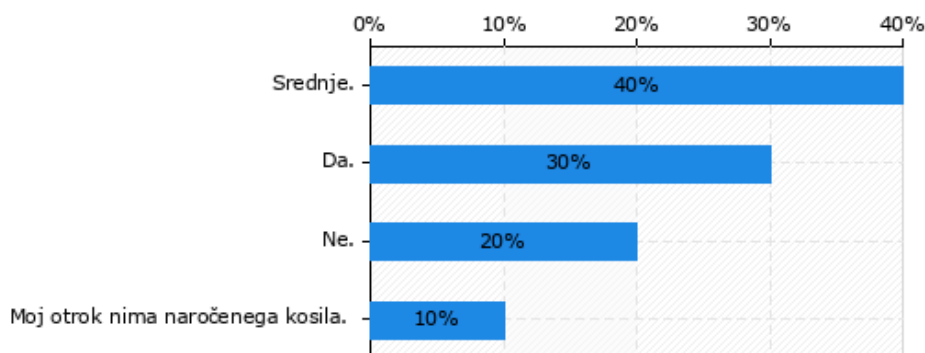
60 % anketiranih staršev je mnenja, da na naši šoli ponujamo živila, ki so skladni s smernicami zdravega prehranjevanja, 20 % staršev pa meni, da živila niso uvrščena v smernice zdravega prehranjevanja.

Vprašanje 9: Ali ste na splošno zadovoljni s šolsko malico, ki jo ponujamo na šoli?



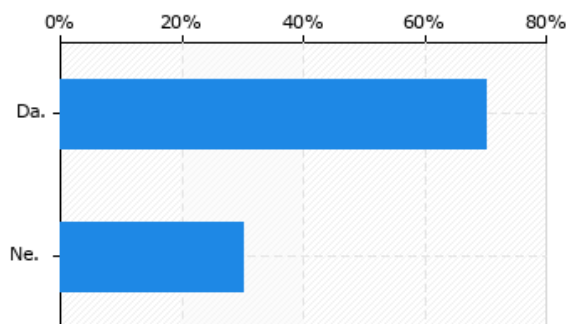
50 % anketiranih staršev je s šolsko malico zadovoljnih, srednje zadovoljnih je 10 % staršev, medtem ko 40 % vprašanih s šolsko malico ni zadovoljnih. Opazimo lahko, da je odstotek pri učencih, ki niso zadovoljni s šolsko malico le 19 %, medtem ko pa je kar 40 % staršev izrazilo nezadovoljstvo s šolsko malico.

Vprašanje 10: Ali ste na splošno zadovoljni s šolskim kosilom, ki ga ponujamo na šoli?



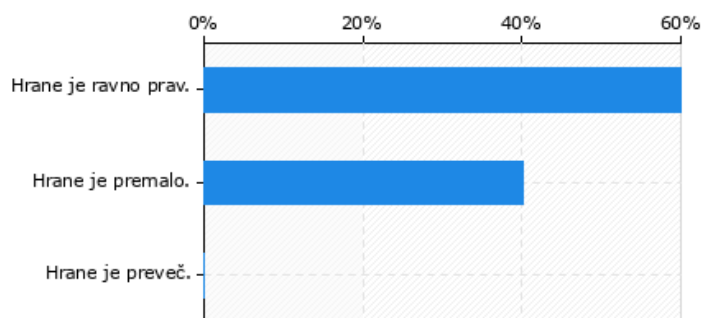
30 % anketiranih staršev je s šolskim kosilom zadovoljnih, srednje zadovoljnih je 40 % staršev, medtem ko 20 % vprašanih s šolskim kosilom ni zadovoljnih. Ponovno lahko opazimo, da je odstotek v primerjavi z učenci glede nezadovoljstva s kosilom višji pri starših (20 %).

Vprašanje 11: Ali menite, da bi prehrano na šoli lahko označili, kot zdravo prehrano?



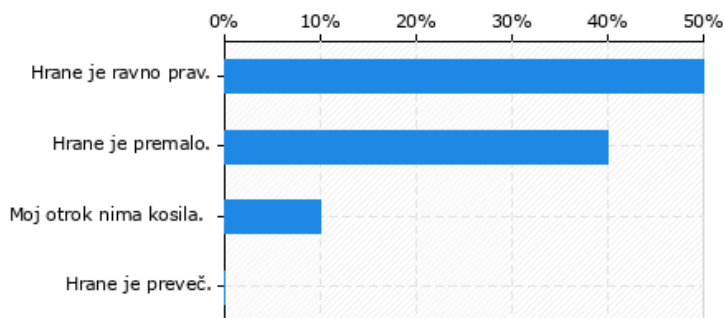
70 % vprašanih je odgovorilo, da menijo da lahko hrano, ki jo ponujamo na šoli, označimo kot zdravo prehrano. 30 % anketiranih je mnenja, da hrano ne bi označili kot zdravo prehrano.

Vprašanje 12: Ocenite šolsko malico glede na količino hrane, ki je ponujena vašemu otroku.



60 % anketiranih staršev meni, da je njihovemu otroku ponujene hrane ravno dovolj, 40 % staršev meni, da je hrane pri šolski malici premalo, medtem, ko noben starš ne meni, da je hrane pri šolski malici preveč.

Vprašanje 13: Ocenite šolsko kosilo glede na količino hrane, ki je ponujena vašemu otroku.



50 % anketiranih staršev meni, da je njihovemu otroku ponujene hrane ravno dovolj, 40 % staršev meni, da je hrane pri šolskem kosilu premalo, medtem, ko noben starš ne meni, da je hrane pri šolskem kosilu preveč.

Vprašanje 14: Imate kakšne predloge, pohvale oziroma pripombe v zvezi s šolsko prehrano?

PREDLOGI, POHVALE, PRIPOMBE STARŠEV
kosila so po informacijah učencev in zaposlenih neokusna in čudnih kombinacij. verjamemo, da se sledi smernicam zdrave prehrane in tako je tudi prav, vendar je tudi zdrav obrok lahko pripravljen okusno in privlačno. v preteklosti je oš kapela bila poznana po kvalitetni in okusni hrani.
hrana mora biti pravilno pripravljena. mleko z rozinami??? kombinacije kosil, ki nikakor ne paše skupaj. žal bo v kuhinji se moglo marsikaj spremeniti.
tako kuharice kot učiteljice se trudijo otroke motivirati k temu, da hrano vsaj poizkusijo.
učenci velikokrat hrane niti ne poizkusijo.
ko so palacinke baj otroci dobijo dovolj.

3 ZAKLJUČEK

Rezultati ankete kažejo, da je večina anketiranih učencev in staršev s prehrano v šoli zadovoljnih. Trudili se bomo, da bo naša prehrana tudi v prihodnje čim bolj pestra, zdrava in okusna. Pri načrtovanju šolske prehrane bomo še naprej upoštevali načelo pestrosti in na jedilnike uvrščali tudi živila ter jedi, ki jih imajo otroci radi. Ker se okusi in želje otrok ne skladajo vedno z načeli uravnotežene prehrane, je pomembno, da priljubljena živila kombiniramo s priporočenimi živili oziroma le – te ponujamo redkeje. Tako staršem kot učencem se zahvaljujemo za vse pobude, pripombe, mnenja in pohvale. Odgovori učencev in staršev nam bodo v pomoč pri načrtovanju šolske prehrane v nadaljnje, seveda ob upoštevanju Smernic zdravega prehranjevanja.