

ANKETA ZA STARŠE O PREHRANI OTROK, februar 2015

1. Ali spremljate jedilnik OŠ Pirniče, ki je vsak teden objavljen na spletni strani šole?														
	1.A	1.B	2.R	3.R	4.A	4.B	5.R	6.R	7.A	7.B	8.R	9.R	skupaj	%
a) Da	2	5	3	4	2	3	2	2	1	3	3	2	32	21
b) Ne			1	4	6	1	4	4		1	1	4	26	17
c) Občasno	9	1	9	12	6	5	13	3	7	4	5	3	77	51
d) Nikoli	1	4	1		1	1	1	3	3			1	16	11
													vseh	151

2. Kaj menite o jedilniku? Možnih je več odgovorov.														
	1.A	1.B	2.R	3.R	4.A	4.B	5.R	6.R	7.A	7.B	8.R	9.R	skupaj	%
a) Menim, da je v skladu s smernicami zdrave prehrane	4	4	7	4	7	4	4	3	1	2	1	1	42	21
b) Pester	5	5	7	5	5	3	7	4	2		2	1	46	23
c) Enoličen			1	1					3	2	1	4	12	6
d) Uravnotežen	5	5	1	6	8	4	11	2	3	2	2	1	50	25
e) Vsebuje dovolj sadje in zelenjave	2	5	1	9	9	2	6	5	3	1	3		46	23
f) Neustrezen	1			1			1		1			1	5	2
g) Drugo:													vseh	113

- 1.a /
- 1.b - bio, iz okoliških kmetij
- 2.r-porcije so premajhne (otrok pravi, da poje vse in da je velikokrat še lačen, lahko bi dodali več zelenjave npr. pop. malica)
- 3.r za malico je pre pogosto kruh
- 4.a-premalo raznolik
- 4.b-preveč že pripravljene (kupljene) hrane oz. jedi;
- 5.r- dop. Malica (pica, burgerji, burek...), marsikateremu otroku je to zajtrk; ne spremljam jedilnika; nisem strokovnjak na tem področju; odličen;
- 6.r-obroki premajhni in dragi; predlagamo večjo uporabo lokalnih pridelovalcev; kljub temu, da ga ne gledam nimam pripomb
- 7.a - ne spremljam, premajhne količine, otrok si želi več mesa,
- 7.b - veseli me, da so na jedilniku redno ribe
- 8.r - premajhne količine kosila

9.r - premalo sladoleda

3. Ali poznate projekt »Voda zmaga«?	1.A	1.B	2.R	3.R	4.A	4.B	5.R	6.R	7.A	7.B	8.R	9.R	skupaj	%
a) Da	12	8	11	16	16	10	19	12	8	7	9	9	137	96
b) Ne		1	2	1					1			1	6	4
													143	

4. Ali vam je všeč, da je OŠ Pirniče v tem projektu?	1.A	1.B	2.R	3.R	4.A	4.B	5.R	6.R	7.A	7.B	8.R	9.R	skupaj	%
a) Da	12	8	11	15	15	10	16	9	9	6	9	4	124	86
b) Ne			1	1	1		3		1	1		3	11	8
c) Ne vem		1	1	1				3				3	9	6
													144	

5. Ali vaš otrok doma zajtrkuje?	1.A	1.B	2.R	3.R	4.A	4.B	5.R	6.R	7.A	7.B	8.R	9.R	skupaj	%
a) Da	9	6	11	13	9	9	13	10	9	4	5	2	100	68
b) Ne	1	2	2		1		2	1			3	3	15	10
c) Občasno	1	2	1	4	6	1	4	1	2	4	1	5	32	22
													147	

6. Kaj bi bilo po vašem mnenju še dobro vključiti v šolski jedilnik?

1.a- tople malice, več polnozrnatih jedi, sveže zelenjave, hrano z okoliških kmetij, slovenske jedi (ne mehiške itd.), lasagna, goveja juha

1.b - ravioli z omako; Za malico npr:maslo in med-večkrat, hot dog-večkrat. Govedino-sočen zrezek. Popečen file postrvi, osliča.

Otroški okus se zelo spreminja, zato je težko ugoditi vsem okusom.

2.r- smutije, beljakovinske napitke, več testenin, več juh, bolj otroško hrano ne npr. chilli con carne, več surove zelenjave-pop. malica, hrenovke, čufti večkrat

3.r- več mlečnih izdelkov; ne vem; več goveje juhe in testenin. Naš otrok si želi še več mesa; zdrava, nepredelana, polnovredna sveže pripravljena živila, ki jih sedaj ni;

pogovor s starši in otroci-bonton hrane, odnos do hrane. Na govorilnih urah sem izvedel, da je v našem razredu obnašanje v jedilnici zelo žalostno (obmetavanje s hrano). Hrana je zelo dobra-starši bi morali biti odgovorni za svoje otroke. Več mlečnih izdelkov. Več testenin.

4.a- kaša, žganci, palačinke, goveja juha; ne vem; zaupam vaši kuharski službi; nič; girice-ribe; pečen krompir; poleg vode še neomejene količine nesladkanega sadnega čaja (poleg sadnega lahko tudi planinski); nimam pripomb

4.b-hrano z okoliških kmetij; tople malice oz. manj suhe hrane; več sadja; več lokalno pridelanega sadja in zelenjave, čim več sveže pripravljenih jedi; stročnice; mislim, da je jedilnik dobro pripravljen-ničesar. Palačinke z nutelo;

5.r- enolončnice niso dobre, alternative pa ni (13.2.-neokusno preslana juha);dovolj tekočine, lahko čaj; nič; vsaj v zimskem času čaj-topel (limona, med kot sladilo);lasanja, goveja juha; sladice; čevapčiči, pomfri (občasno); obroki naj bodo količinsko večji, kakšno sladico bi si želeli; več testenin, sira, oreščkov, svežih namazov, večkrat mlečni izdelki

6.r-kaše, žganci, goveja juha, palačinke; več solate, manj soljenja, da so testenine lahko tudi kdaj brezmesne; več hrane domačih-lokalnih pridelovalcev

več zelenjave, sem zadovoljna z njim

7.a-sadje in meso, mlečne izdelke; domači namazi; večje količine obrokov; nič polnovredne hrane, pri jedeh, ki so priljubljene naj otroci dobijo repete, več mesnih jedi, čaj je brez okusen, v hrani se najdejo lasje

7.b - da bi lahko pili vodo ali sok; Malico pustite samopostrežno, z izborom različnih jedi in vsak učenec vzame, kar in koliko želi. Mleko, nesladkan čaj in kruh (lahko rezine različnih kruhov, ni treba da je to drobno pecivo (žemlje, štručke) naj bodo vedno na izbiro; sadje-2x, možnost da pije vodo ali sok

8.r-enolončnice, slovenske avtohtone jedi; sveži smoothiji; več živil iz polnozrnatih žit

9.r-več sladoleda, bolj zdravo prehrano od lokalnih pridelovalcev, večje količine, navaden jogurt (ne vedno samo sadnega -a ali pa na izbiro) sveže korenje, še kakšno drugo hrano, ne samo eno in isto

7. Česa menite, da je preveč na jedilniku?

1.a- krompir, odločno preveč ogljikovih hidratov, preveč sladkorja v mlečnih malicah (mlečen riž, kaša), pečenica, chilli con carne, pizza

1.b-pečenica; jedilnik je pester in uravnotežen;

2.r-mlečni gres, krompirjeva juha s hrenovko, ričet s suhim mesom, nezdravih prigrizkov, sladkih izdelkov (procesiranih)

Na jedilnik nimam pripomb, menim, da je pester in uravnotežen, verjetno pa je težko ugoditi vsem okusom.

3.r-nekvalitetne ribe; menim, da je preveč mlečnih izdelkov; ne vem; predelana živila (hrenovke, paštete), živila za hitro pripravo (instant juhe, škrobnate omake)

Nič ne pomagajo projekti z vodo, če so sladkor in OH vključeni v ostala živila (rogljički, zavitki, slaniki)., nekisana solata, več jedi na žlico

ne spremljam-zaupam vaši kuhinji. Mlečnih stvari. Nekvalitetna riba. Kruha, belega peciva (iz bele moke).

4.a- ocvrte jedi, že pripravljenih jedi (pakiranih), krompir v prahu; krompirja; maščobe; vse ok, jedilnik mi je všeč, tudi hrana je dobra (pove otrok).

4.b-vsega je ravno prav; krompir, ribe; kus kus in ribji namaz;

5.r-mlečnih kuhanih jedi (mlečna kaša, gres, mlečni riž); vse je v redu; pečenic, chili con carne; gobe; mleka in mlečnih izdelkov; nekvalitetne ribe, kruha, predpakiranih sladkih stvari, jedi iz bele moke

6.r-mastnih jedi; vsega je ravno prav; preveč namazov

7.a-puranjih prsi; ribe; ogljikovih hidratov, polenta in golaž, zelenjavne juhe

7.b - ponudite živila v rinfuzi pa naj potem sami naložijo, kolikor potrebujejo. Res ni potrebe, da so za malico npr. francoski rogljički.

Naj bodo enostavne stvari. Npr. trdo kuhano jajce, sir v rezinah, ovseni kosmiči, maslo, med, marmelada, kislina smetana...rezine sadja in zelenjave.; gresa

8.r-mlečne kaše in zdroba; testenine; mlečnih jedi; mlečnega riža; gres, kaša; gres-zdrob-2,

9.r-mlečnega zdroba, preveč kupljenih, zapakiranih stvari, veliko hrane je prelito z raznimi omakami, na jedilniku je vsekakor preveč bio hrane mesa, preveč je pripravljene, pakirane hrane - lahko bi peciva npr. pekli v šoli

8. Ali se strinjate, da se v šolski kuhinji iz jedilnika izločujemo ocvrte jedi?

	1.A	1.B	2.R	3.R	4.A	4.B	5.R	6.R	7.A	7.B	8.R	9.R	skupaj	%
a) Da	9	7	11	6	12	6	11	11	5	2	5	7	92	67
b) Ne	3	3	3	5	5	2	8	1	6	6	1	3	46	33

1.a - Menim, da so obroki v šoli, predvsem dop. malica, kosilo in pop. malica preblizu skupaj. Otroci namreč dobijo tri obroke v razmaku štirih ur, kar je preblizu skupaj! Doma ne pripravljamo ocvrtih jedi, vendar včasih teknejo.

3.r -vprašalnik je tako ali tako brezpredmeten, saj vam morajo te informacije posredovati strokovnjaki, ne pa da o tem sprašujete starše.

Predlagam, da popoldnasko malico popestrite, saj je zelo velikokrat na jedilniku (različen) kruh v kombinaciji s sadjem.

4.a - Malo je že treba izločevati, otroci bi to jedli non stop. Zdi se mi, da ni nič narobe, če občasno pojedjo kakšno ocvrto perutničko :).

4.b - menim, da če so na jedilniku 1-2x mesečno, to ni narobe: Saj se da cvrti tako, da jed ne vpije preveč maščobe in le to pravočasno zavreč.

Ocvrtih jedi naj bo čim manj, ni pa jih potrebno popolnoma izločiti.

6.r - Menim, da bi učenci lahko imeli več časa, da obrok malice ustrezno zaužijejo.

9.r-občasno je cvrtje v redu.

	1.A	1.B	2.R	3.R	4.A	4.B	5.R	6.R	7.A	7.B	8.R	9.R	
število učencev v razredu:	17	16	28	24	17	15	23	23	14	15	20	27	239
oddanih anket:	12	10	14	18	16	10	20	12	11	8	9	9	149
% oddanih anket	71	63	50	75	94	67	87	52	79	53	45	33	64