

ANALIZA ANKETE O ŠOLSKI PREHRANI ZA ŠOLSKO LETO 2024/2025

Podatke zbrala in obdelala:

Anja Novak, vodja šolske prehrane

Domžale, maj 2025

UVOD

Prehrana in način življenja pomembno vplivata na naše zdravje in počutje. Zdrava prehrana je še posebej pomembna v obdobju odraščanja. Zato stremimo k temu, da učencem ponujamo kar se da zdravo in uravnoteženo prehrano ter kvalitetna živila slovenskega izvora. Prav tako podpiramo lokalne dobavitelje, kar nam omogoča tudi vključenost v projekt šolska shema sadja in zelenjave ter mleka in mlečnih izdelkov. Trudimo se, da se jedi ne pojavljajo prepogosto na jedilniku. Pestrost kosil je odvisna tudi od razpoložljivosti kuhinjskega osebja, a kljub temu upoštevamo sezonsko ponudbo živil, vključujemo slovenske tradicionalne jedi.

Ker pa so prehranjevalne navade in želje otrok in staršev glede prehrane različne, smo učence in starše povabili k izpolnjevanju ankete, s katero smo želeli izmeriti stopnjo zadovoljstva z organizirano šolsko prehrano.

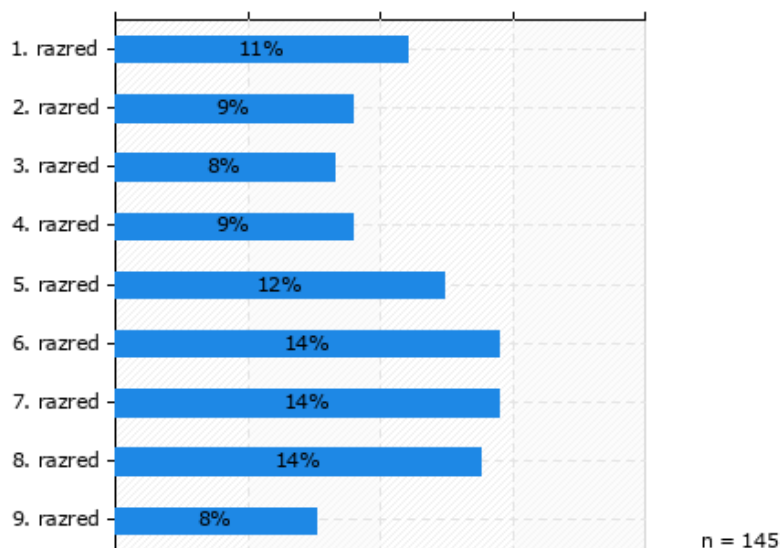
Anketo so učenci in starši izpolnjevali v obdobju od 14. 4. do 25. 4. 2025, obvestilo in povabilo k izpolnjevanju so prejeli starši po elektronski pošti, poslani z eAsistenta, učence so obvestili tudi razredniki. Povezavi sta bili dostopni na šolski spletni strani.

Na vsa vprašanja je odgovorila šestina povabljenih anketirancev, tako učencev kot staršev. V letošnjem šolskem letu smo uvedli novost, izvedbo ankete o šolski prehrani med zaposlenimi oz. strokovnimi delavci. Zanimal nas je tudi njihov pogled na prehranjevalne navade učencev ter kako pogosto so šolski obroki vključeni v njihovo prehranjevanje.

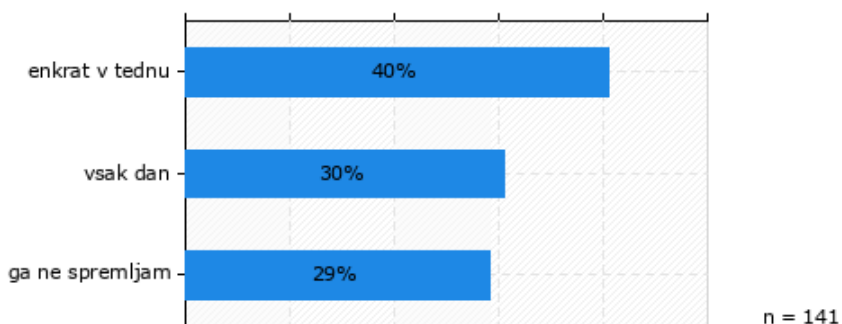
Vsem, ki ste si vzeli čas in izpolnili anketni vprašalnik zahvaljujemo.

UČENCI

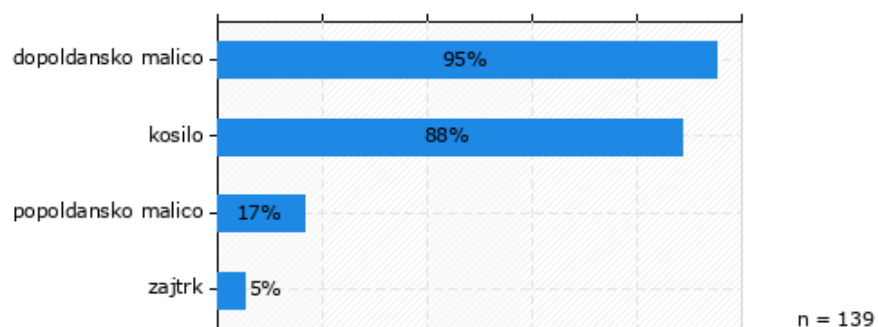
1. Kateri razred obiskuješ? Možen en odgovor.



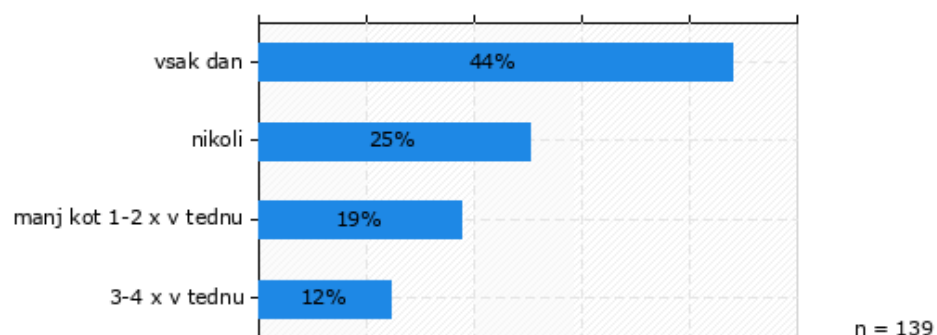
2. Kako pogosto spremljaš (prebereš) šolski jedilnik?



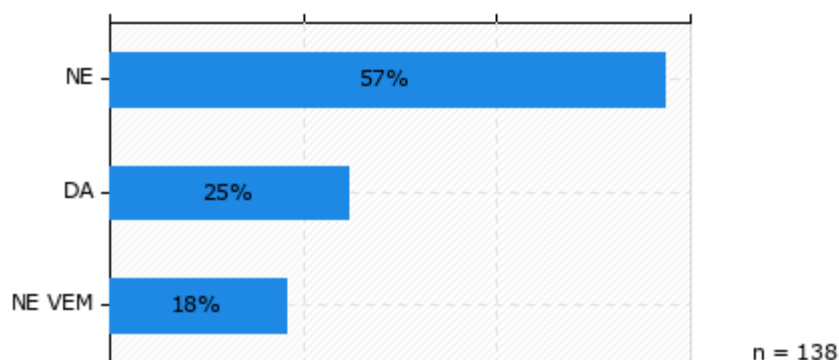
3. Katere obroke zaužiješ v šoli?



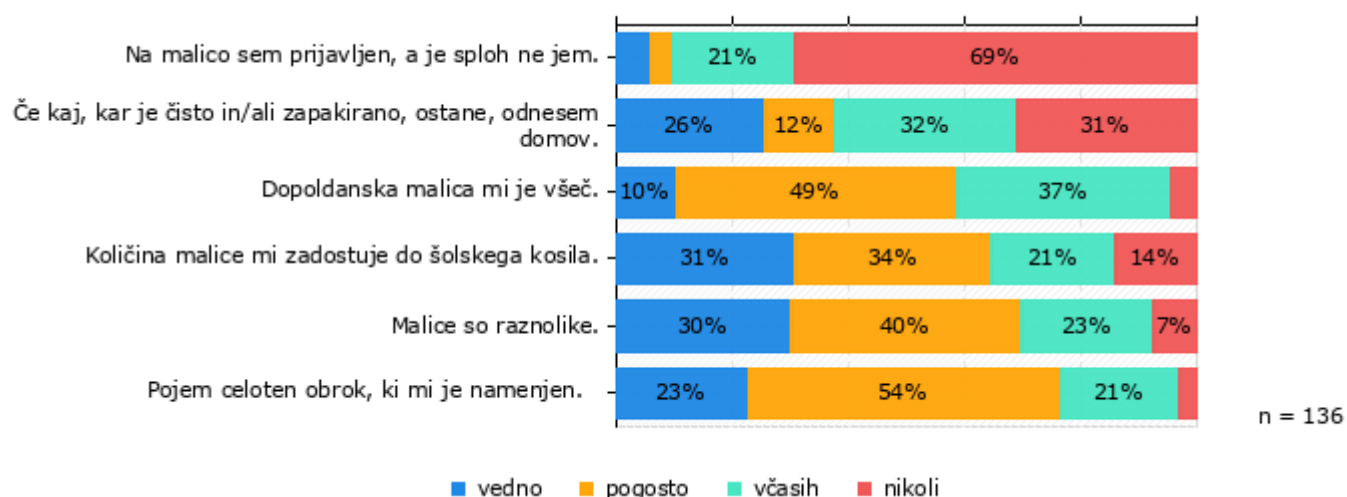
4. Kako pogosto zajtrkuješ doma pred odhodom v šolo? Ne upoštevaj vikenda.



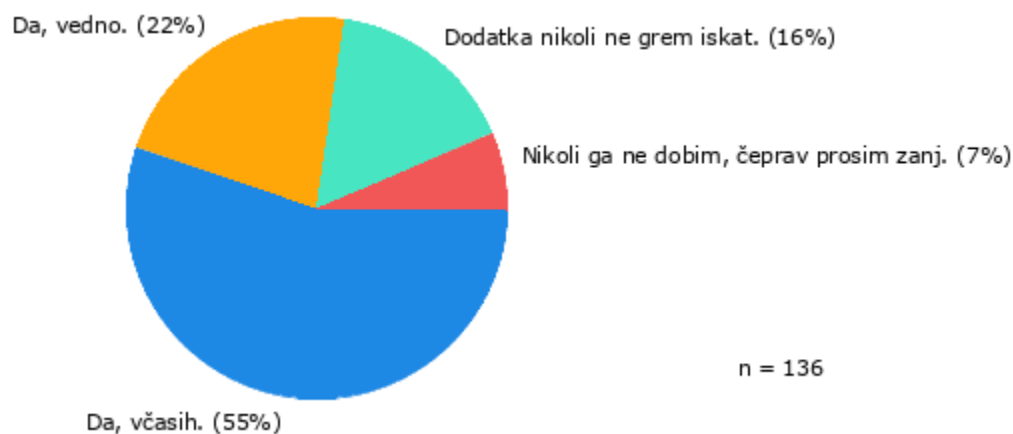
5. Ali meniš, da dopoldanska malica nadomesti zajtrk?



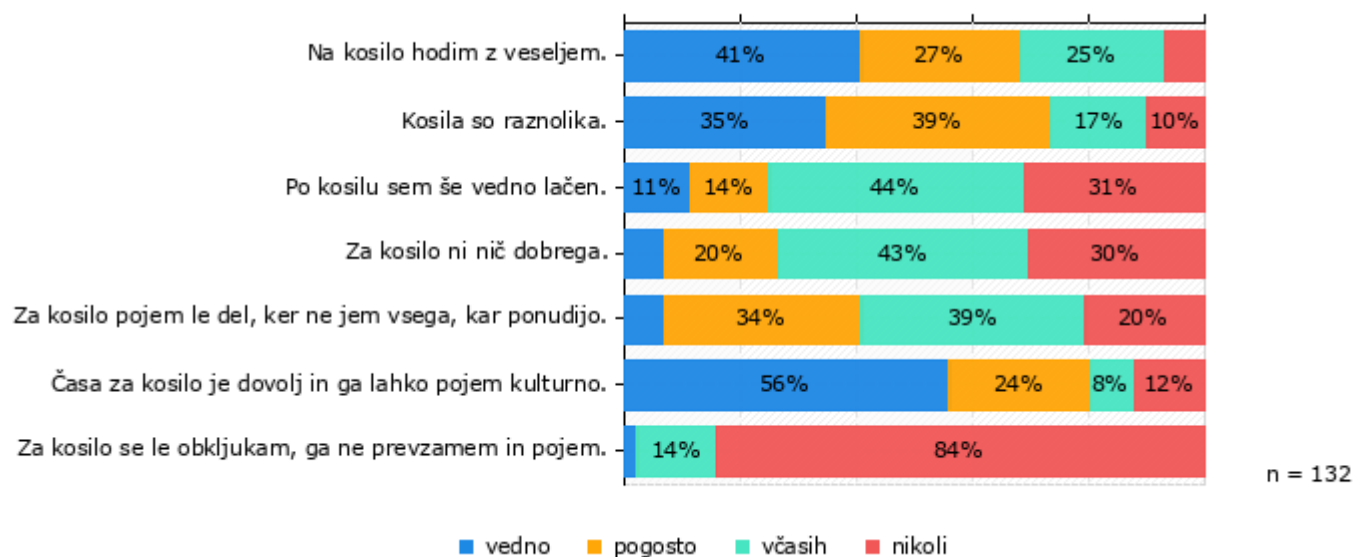
6. Zadovoljstvo z DOPOLDANSKO MALICO



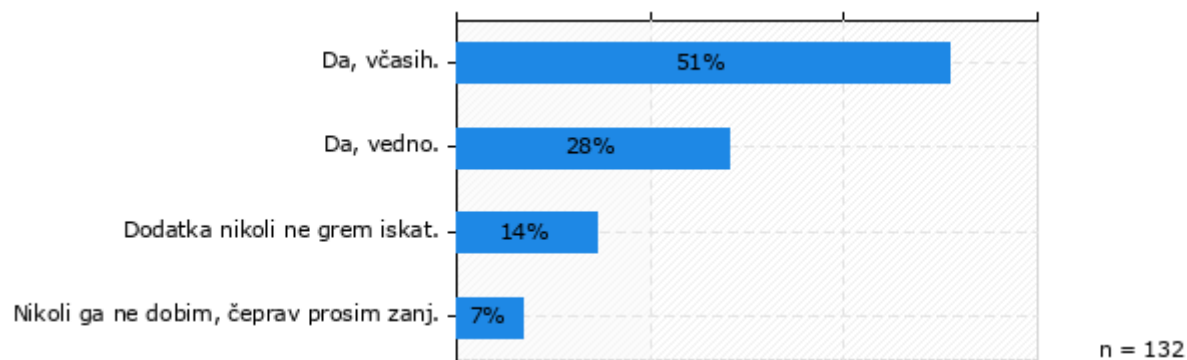
7. Če želiš pri dopoldanski malici dobiti dodatek, ali ga dobiš?



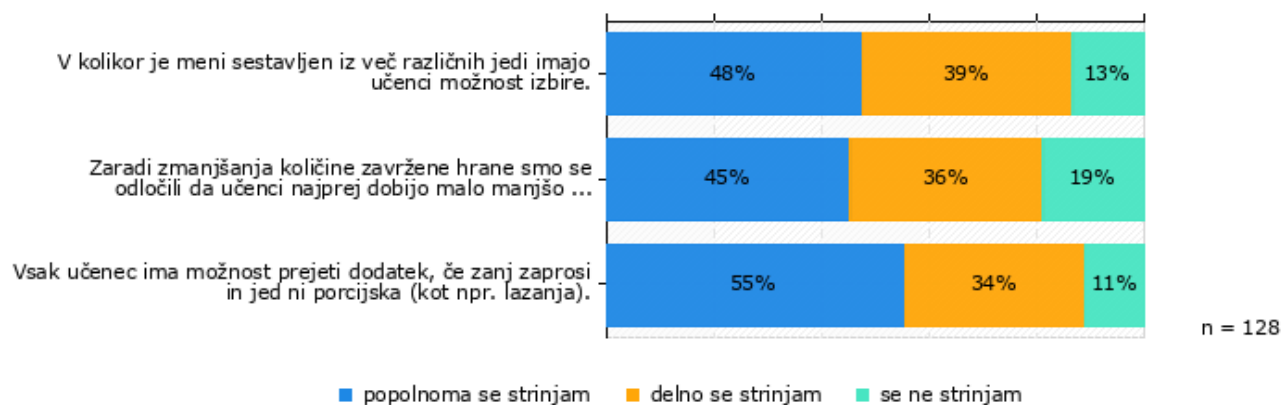
8. Zadovoljstvo s KOSILOM



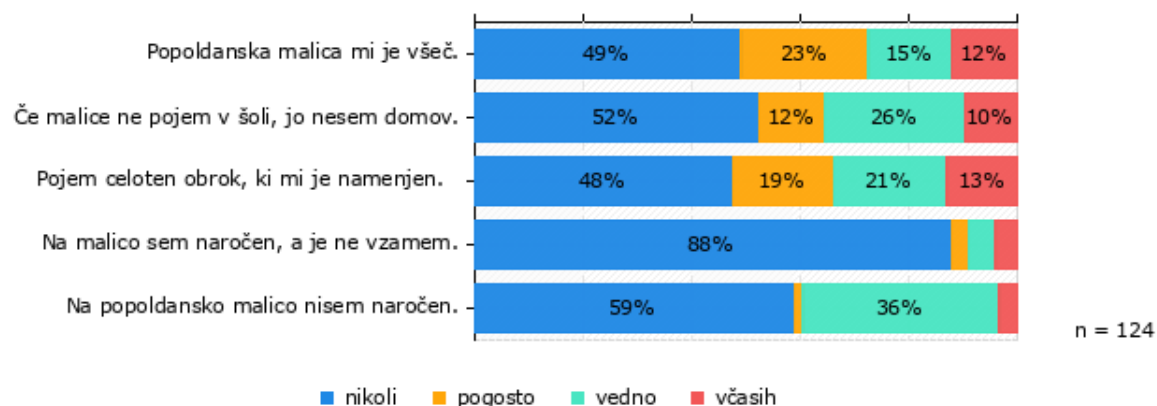
9. Če želiš pri kosilu dobiti dodatek, ali ga dobiš?



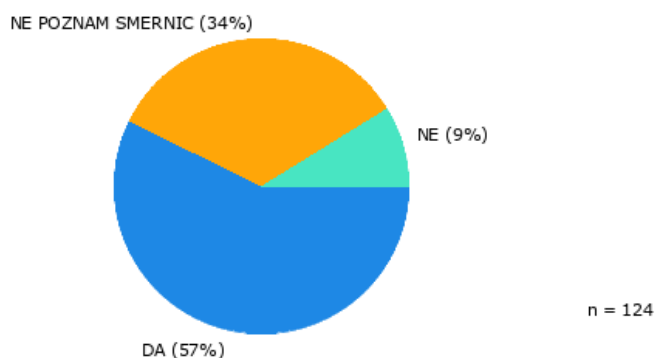
10. Spodnje trditve se nanašajo na sistem porcioniranja kosil. Označi, v kolikšni meri se z njimi strinjaš.



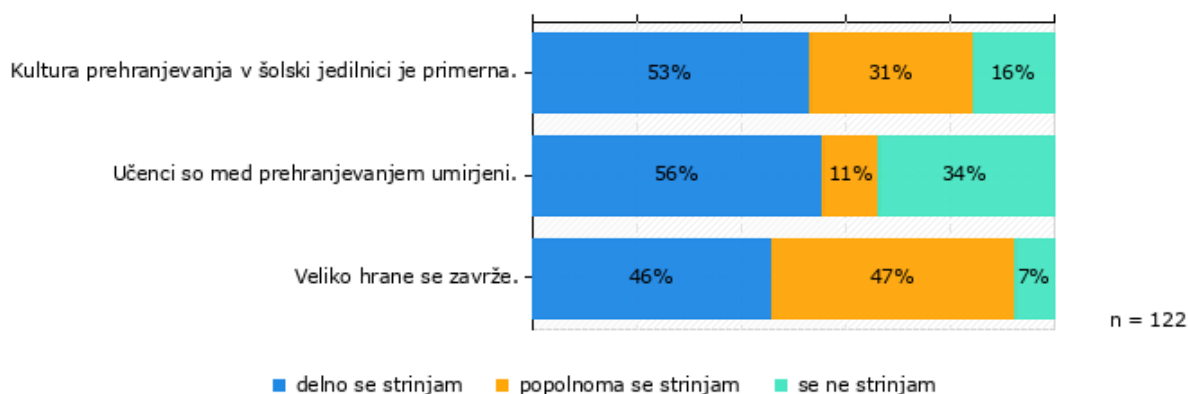
11. Zadovoljstvo s POPOLDANSKO MALICO



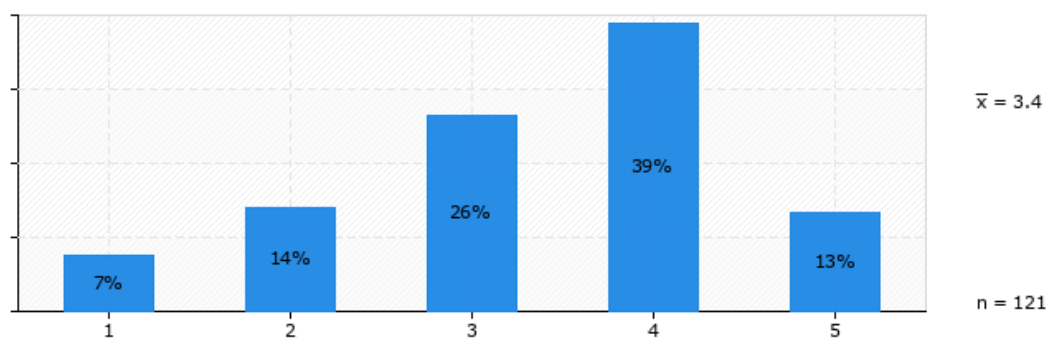
12. Ali meniš, da šolski obroki sledijo smernicam zdravega prehranjevanja?



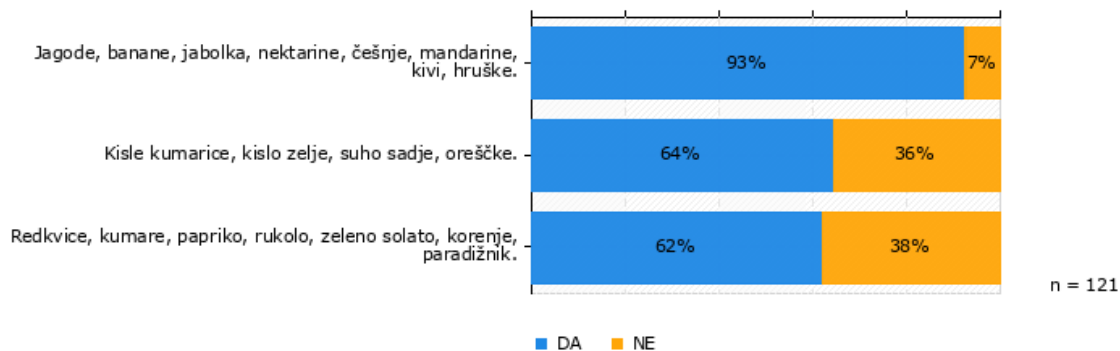
13. Preberi spodnje trditve in označi, v kolikšni meri se z njimi strinjaš



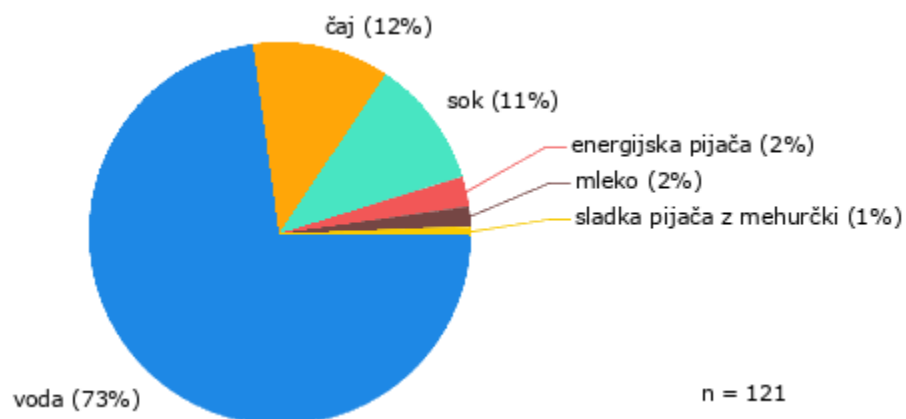
14. Oceno svoje splošno zadovoljstvo s šolsko prehrano (1 = zelo slabo, 5 = odlično). S premikanjem drsnika izberi vrednost od 1 do 5. _____



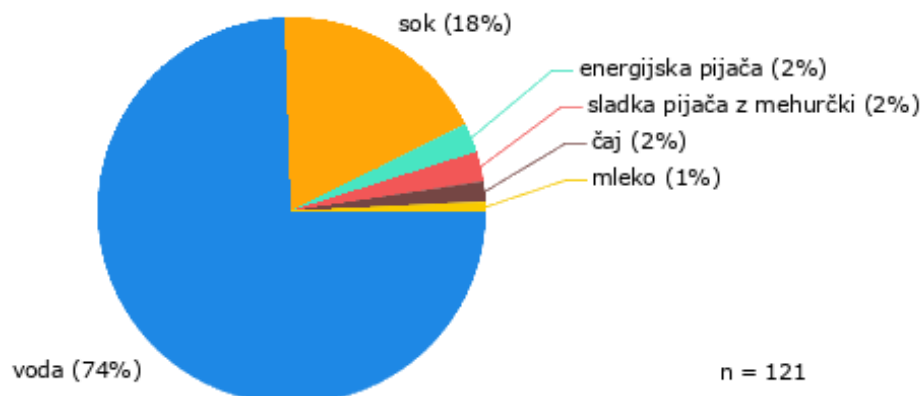
15. Ali rad ješ? DA/NE (navedeno v stolpcu)



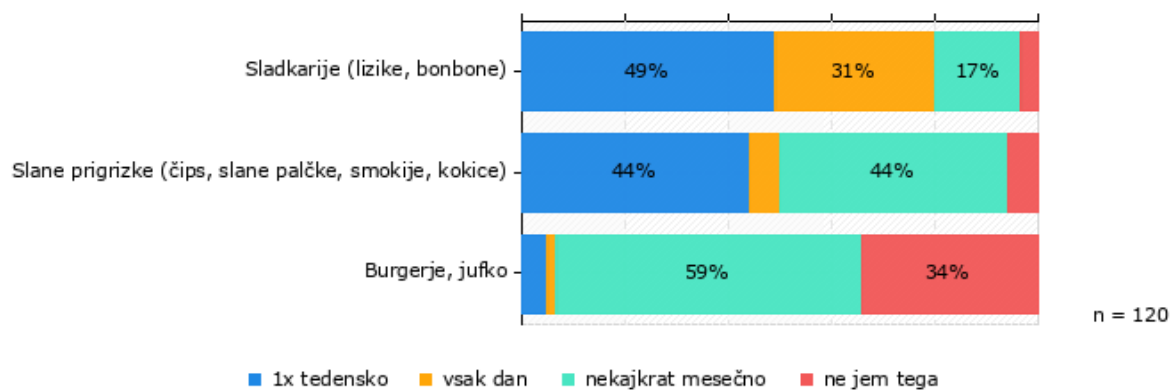
16. Pijača, ki me V ŠOLI najbolj odžeja oz. jo najpogosteje pijem:



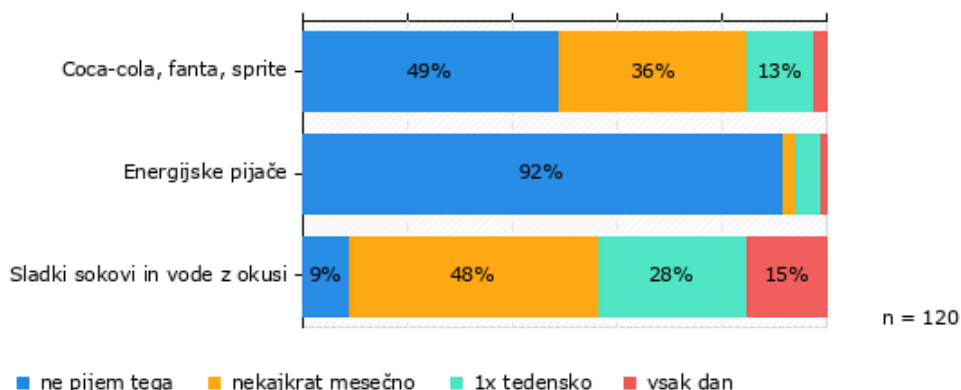
17. Pijača, ki me DOMA najbolj odžeja oz. jo najpogosteje pijem:



18. Kako pogosto uživaš navedeno hitro hrano?



19. Kako pogosto uživaš navedeno pijačo?



20. Mnenja in predlogi za zaposlene v šolski kuhinji.

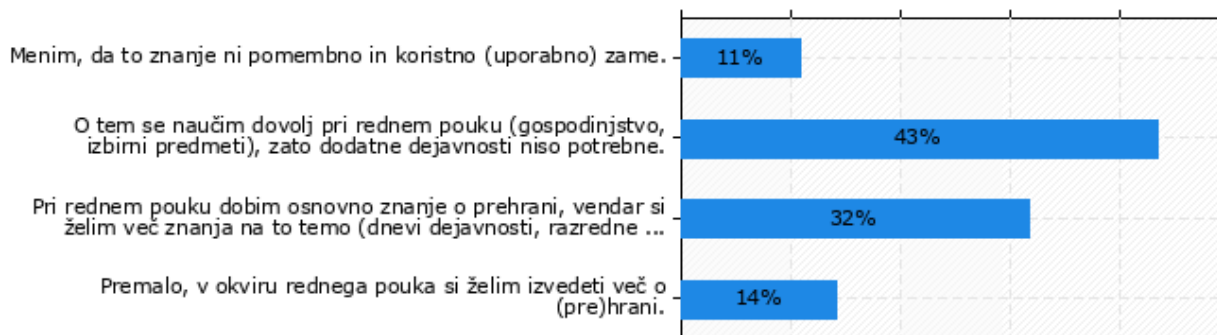
- iskrena hvala kuharjem, saj kuhajo res odlično. hvala tudi vodji šolske prehrane, gospe anji novak, da izbere odličen jedilnik in poskrbi, da v kuhinji, med malico in kosilom ni zmede. velika večina jedi mi je zelo všeč. še enkrat hvala vsem zaposlenim v šolski kuhinji.
- da bi bili marelicni cmoki večji :)
- da bi delali bolj raznoliko in bolj okusno hrano
- top so
- spremenil bi popoldansko malico in bi rad čim bolj podobno hrano kot učenci brez diete
- meso mi ni najbolj všeč.
- ne ponavljajete ustih kosil ki jih nikoli nobeden ne poje
- bolj raznoliko hrano, ker imamo vedno isto prehrano ter če prosim za dodatek da mi ga kuharice dajo. lahko bi bili obroki večji npr. več mesa
- moja najljubša hrana na naši šoli so makaroni s parmezanom ki je zelo dobra
- zelo se trudijo
- špageti,sladoled,čevapčiči,pomfri
- da bi bil večkrat sladoled ali sladica pri kosilu.
- zelo dobro kuhajo
- boljšo hrano dajte.
- manj hrane ki vsebuje svinjino,ker ji zdrava
- želim si toast!
- več sadja, ponujene skodelice za pitje vode
- večkrat si želim na meniju pecivo.
- dobro kuhate:)
- za kosilo lahko dobiš 3 porcije
- dobro kuhate,a v drugih šolah imajo maknakce. prosimmm dajte jih večkrat. in za malico(ne samo za tiste ki gredo v šolo v naravi) dajte sendvič z maknakci. za kosila,dajte več

pečenke, piščanca, majn makarovon (čeže špagete) in prosim ne dajate fulkrat njokov. res upam da boste izpolnili. drgač ste pa the best kuharjiii

- če so za jest makaroni s faširanim mesom nam dajte večje porcije
- nimam nič proti vse super
- po 6. uri se jedilnica prehitro zapre, včasih že celo 20 do dveh kar je prekmalu za tiste, ki jih učitekli mogoče kdaj malo dlje zadržijo
- jaz bi rada da bi imeli večkrat palačinke
- zelo dobra hrana, edino kar me moti je, da je samo sirov burek ne pa mesni burek.
- dajte hrano ce otrovi zaprosijo vec
- v šoli nikoli nimamo dobre hrane, nikoli se ne najemo in ce gremo iskati se dobimo mogoce eno majhno zlicko ce imamo sreco. kuharji bi se lahko malo vprasali ker je ta hrana in kombinacije hrane ki nam dajejo zelo cudna in ne okusna.
- dajte nam malo več ne zdrave hrane, ker se jo bo manj zavrglo. na primer carski praženec, palačinke, govejo juho in manj fižola, pasula...
- večkrat bi imeli lazanjo in vedno tople bureke drugače pa zelo odlično
- kuharji so zakon
- večkrat skuhajte cmoke, čufte, palacinke... ne samo enkrat v letu in mogoce bi lahko dajali manj zelenjave in vseh teh stvari
- da kuharji kuhajo zelo dobro
- prosim postrezite surovo neokisano zelenjavo, ker okisane ne jem. jem pa svezo brez kisa in olja.
- več rib
- vse je vredi
- več orehov pri siru in kruhu prosim
- nimam mnenja
- hrana je kot predjed premalo jo je doma moram spet jest
- super so kuharji
- meso je včasih gumjasto
- omogočanje repete tudi takrat, ko gre za manj zdravo hrano in kolicinsko povečanje vseh obrokov
- lahko še bolje
- moje mnenje je ,da ko se pogovarjamo o zdravi prehrani, potem takoj dobimo npr. nutello pa kruh...
- ok
- bolj raznolika in dobra hrana
- vsi kuharji so zelo prijazni
- predem nam date hrano, jo malo probajte sami in premislite ali bi to jedli tudi mi. solata je kdaj preveč kislja in tudi hrana je kdaj preveč slana.
- bodite bolj prijazni.. so velikokrat slabe volje in nas nadirajo.
- v času poletja večkrat sladoled. njoki bi bili lahko boljši in za dopoldnansko malico bi lahko bile bolj zdrave stvari.
- pred delitvijo kosila me vprasajo po kolicini hrane

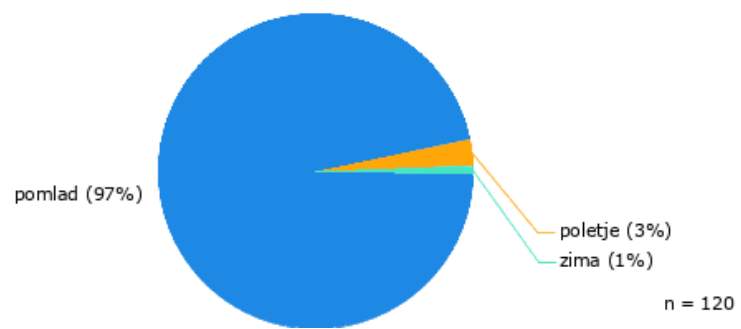
- da bi imeli možnost večih kosil npr. da bi si lahko zbral ali bi makarone ali špagete
- lahko bi bilo na jedilniku več juh(npr.grahova...).
- oki
- kuharji so zelo prijazni
- veliko manj mlečnih izdelkov in sirnih jedi
- vsi kuharji so vedno zelo prijazni.
- ne vem
- da ne dajajo dodatkov dokler ne pridejo vsi na kosilo ker včasih zmanjka za ostale
- prevečkrat kruh za dopoldansko malico. želim si, da bi bila večkrat za malico pica, mlečni riž. prav tako si želim, da bi bila solata bolj kisla
- da kuhajo ne pa odmrzujejo hrano
- da bi bile kdaj kaksne palacinke.
- želim si boljše hrane. lahko bi bil kdaj krvavi biftek ali školjke na buzaro. lahko bi bila tudi bolj urejena jedilnica.
- boljša prehrana, raznolika in dobra!
- rad bi tekoči jogurt, rad bi juho vsak dan
- da ne spreminjajo dobrih receptov in hrane.
- preveč rižote
- prosm vas da ne dajete poli namaza več na jedilnik,špagetov bi bili ful veseli, sadne solate bi bile fajn al pa un kompot s sadjem pomoje iz lidla
- repete
- prosim, da bi bila na meniju večkrat pica, palačinke za kosilo. več tuninega namaza. velikokrat ze res mučim z raznoraznimi čorbami za koslio.
- so prijazni
- ce je dobra hrana, naj se prpravi vec; palacinke :)manjka pitnik za vodo v jedilnici.
- dobro imate za jesti v kuhinji, super ste in prijazni.

21. Oцени, v kolikšni meri (pri pouku ali pri različnih dejavnostih) dobiš uporabne informacije o prehrani in njenem pomenu za tvoje zdravje?

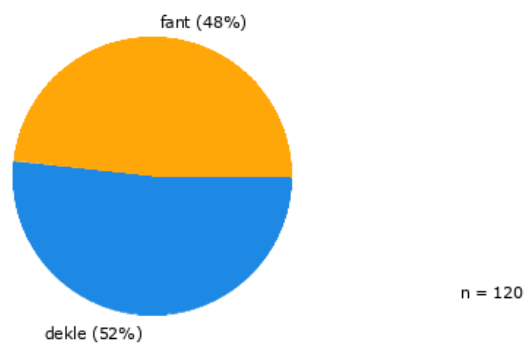


n = 120

22. Anketo rešujem v letnem času:

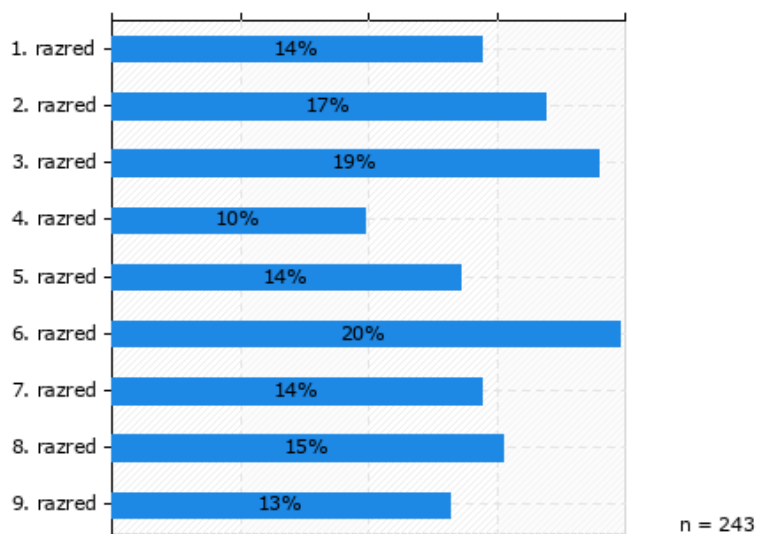


23. Izberi spol

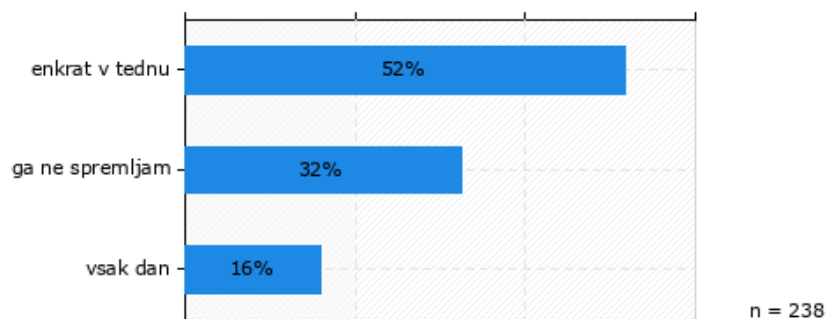


STARŠI

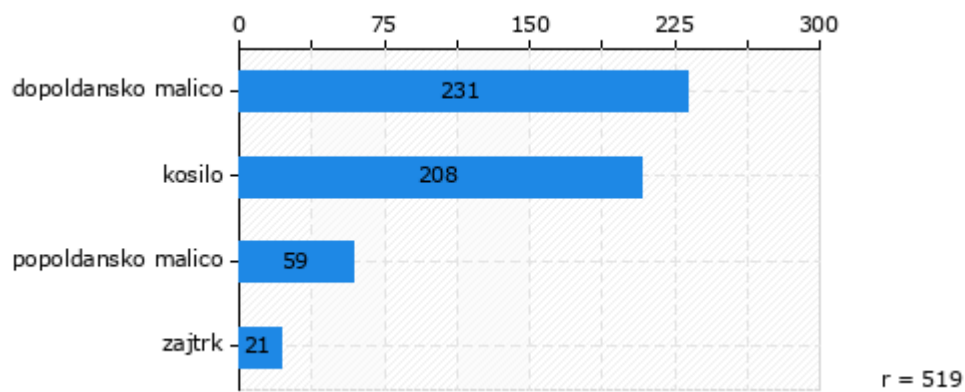
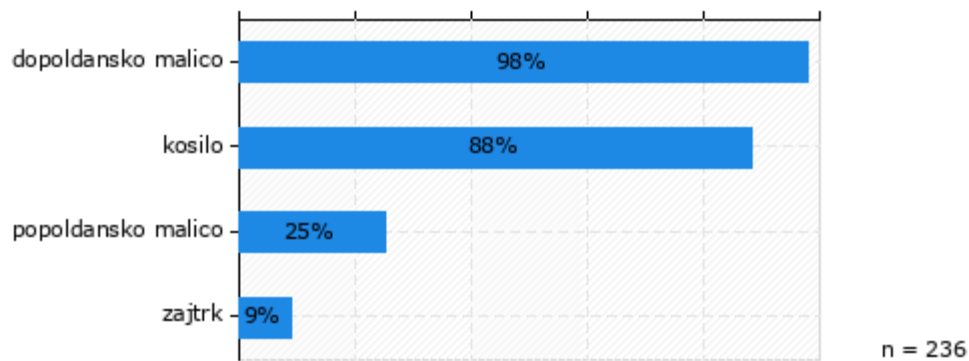
1. Kateri razred obiskuje vaš otrok? Možnih več odgovorov, saj imate nekateri več kot enega osnovnošolca.



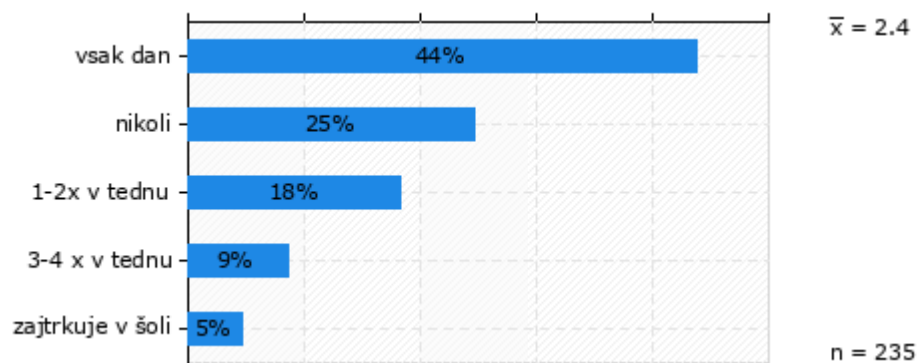
2. Kako pogosto spremljate (preberete) šolski jedilnik?



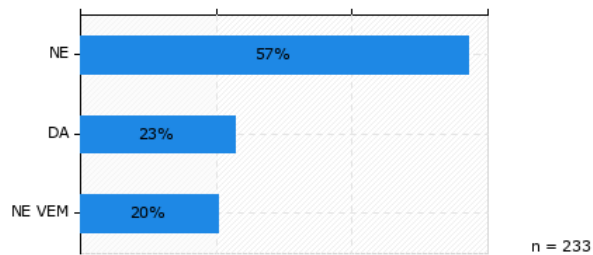
3. Katere obroke zaužije v šoli?



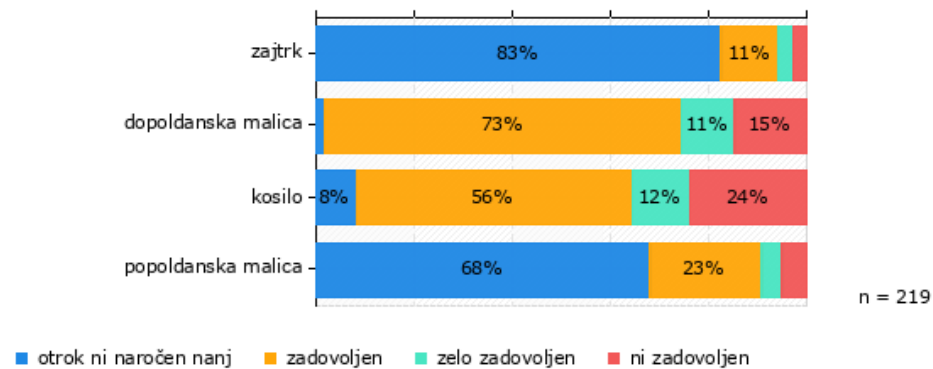
4. Kako pogosto vaš otrok zajtrkuje doma pred odhodom v šolo? Ne upoštevajte vikenda.



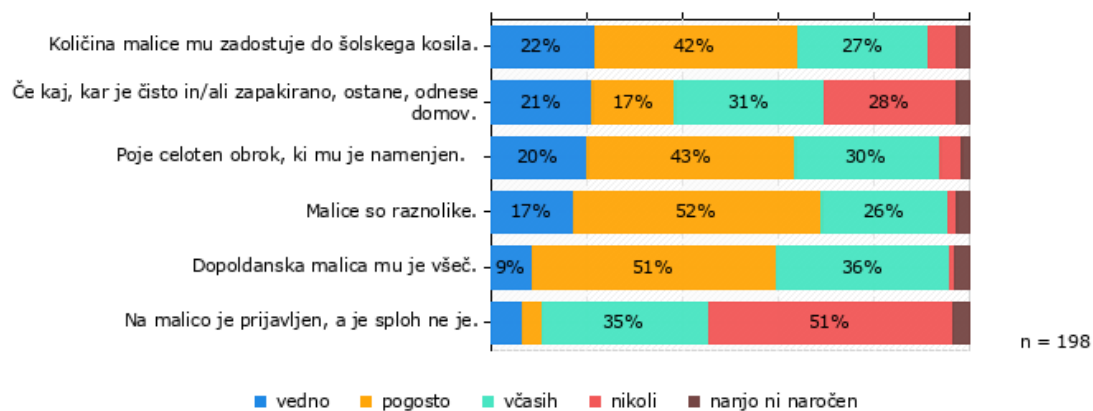
5. Ali menite, da dopoldanska malica nadomesti zajtrk?



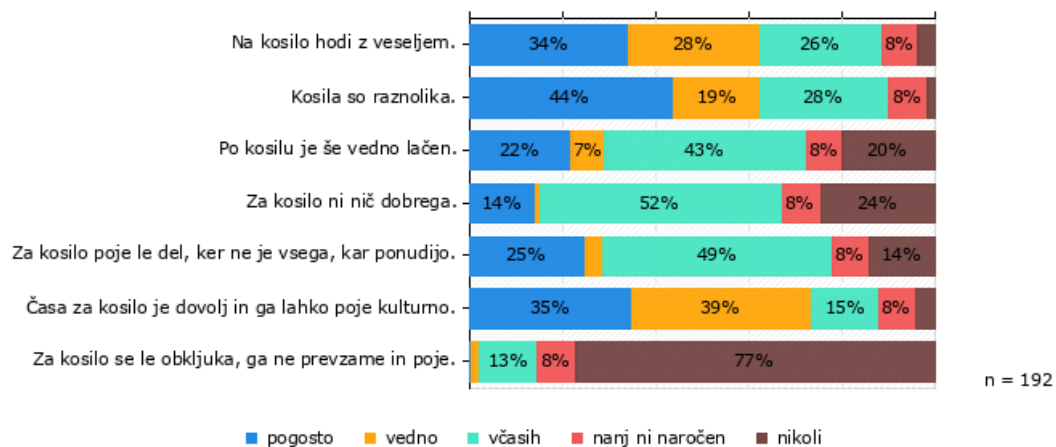
6. Ali je vaš otrok zadovoljen s pestrostjo šolskih obrokov? Označite v ustreznem okencu.



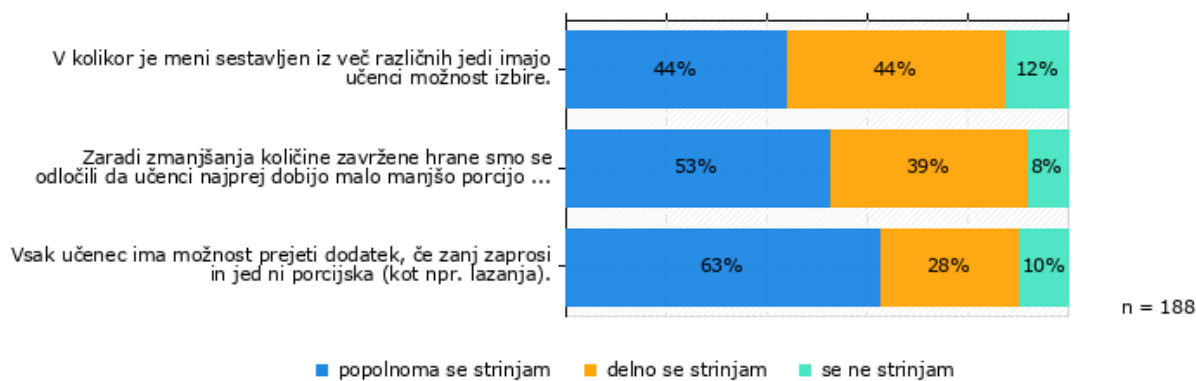
7. Zadovoljstvo z DOPOLDANSKO MALICO, po pogovoru z otrokom.



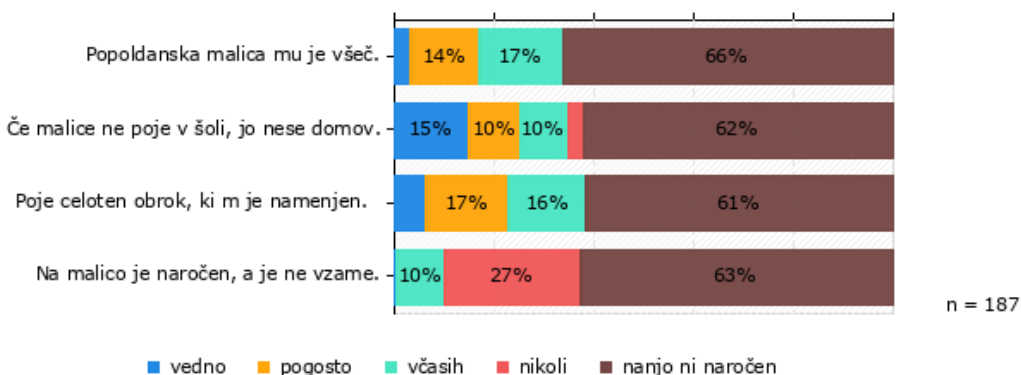
8. Zadovoljstvo s KOSILOM, po pogovoru z otrokom.



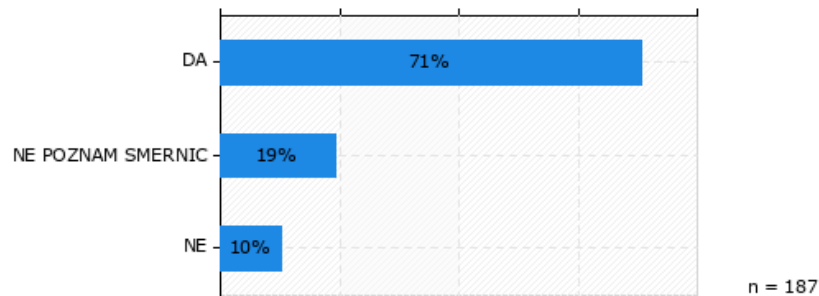
9. Spodnje trditve se nanašajo na sistem porcioniranja kosil. Označite, v kolikšni meri se z njimi strinjate.



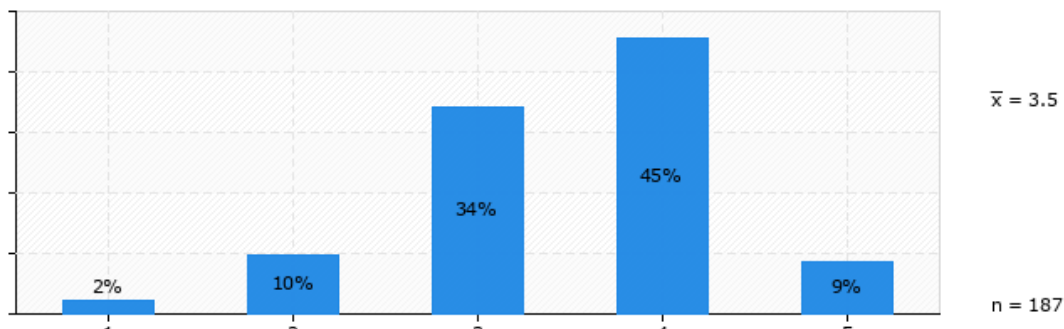
10. Zadovoljstvo s POPOLDANSKO MALICO, po pogovoru z otrokom.



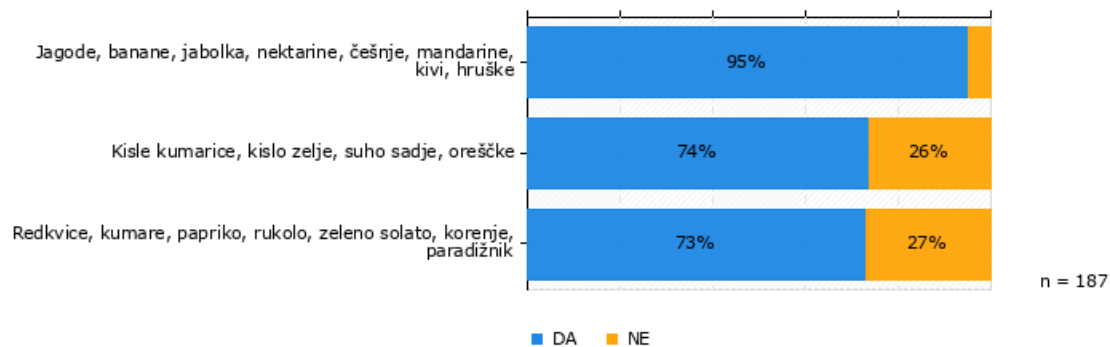
11. Ali menite, da šolski obroki sledijo smernicam zdravega prehranjevanja?



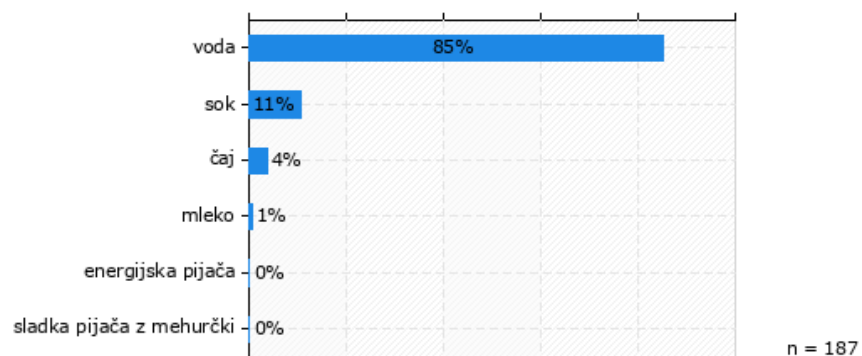
12. Ocenite svoje splošno zadovoljstvo, s šolsko prehrano (1 = zelo slabo, 3 = dobro, 5 = odlično). S premikanjem drsnika izberi vrednost od 1 do 5.



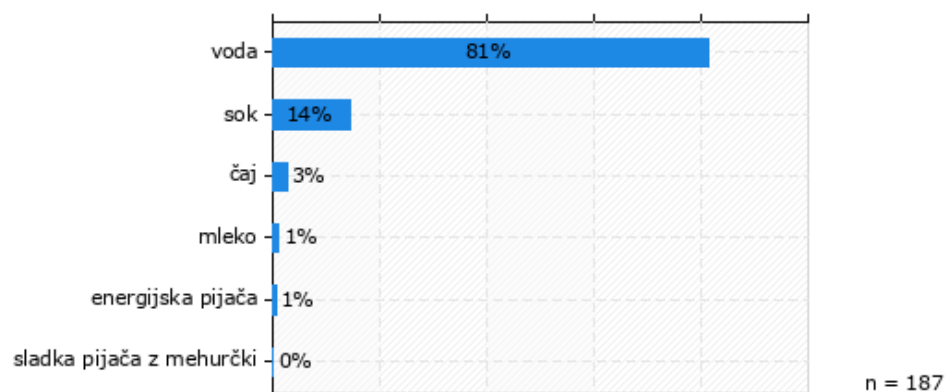
13. Ali vaš otrok rad je? DA/NE (navedeno v stolpcu)



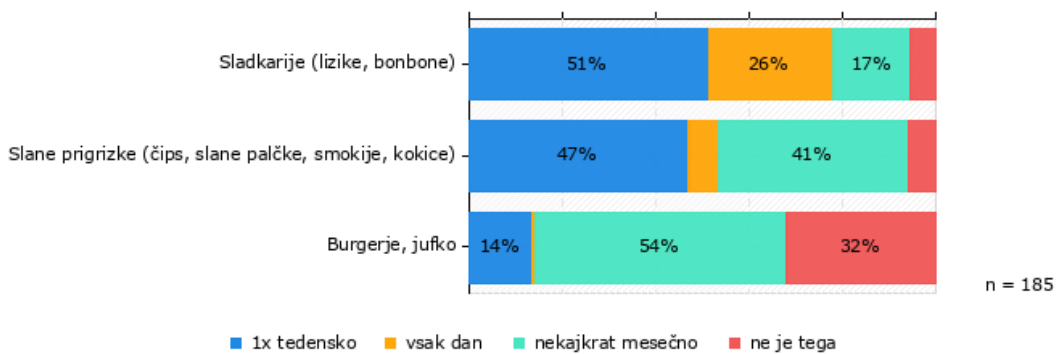
14. Pijača, ki vašega otroka najbolj odžaja:



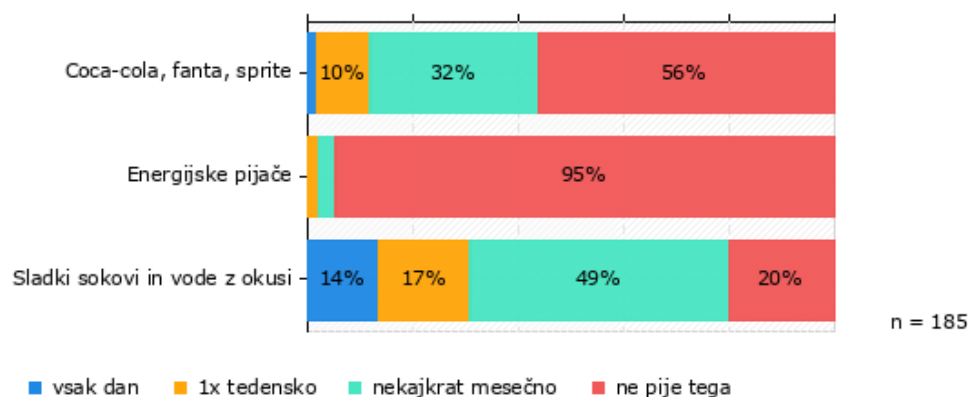
15. Pijača, ki jo vaš otrok najpogosteje pije:



16. Kako pogosto vaš otrok uživa navedeno hitro hrano?



17. Kako pogosto vaš otrok uživa navedeno pijačo?



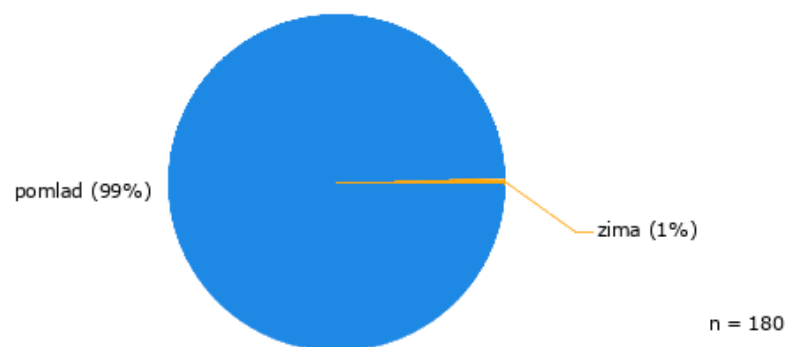
18. Mnenje in predlogi za zaposlene v šolski kuhinji

- pohvala za letošnje šolsko leto, da je več polnozrnatih izdelkov, kaš in precej manj sladkih zadev (roglički, krofi ipd). vztrajajte pri tem, kljub temu, da se otroci zmrdujejo. prav se mi zdi, da se jim ne popusca in uvrsta hrana, ki jim odgovarja (pizze, pomfri, ipd) v nameri, da se manj zavrže. tudi preko prehrane vzgajamo.
- včasih, ce ji je kaj vsec ne dobi dodatek ceprav zaprosi
- da je na voljo solata brez kisa in olja. drugace solate ne vzameta.
- vodilo ošvp naj ne bo zjn (kjer najcenejši ponudnik izrine najugodnejšega) pač pa otroci v vaši začasni oskrbi (otrok bo dobro zrastel le iz dobrih sestavin!). predlagam tudi, da poiščete lokalne pridelovalce (kar krepi lokalno gospodarstvo) in sezonske vire hrane (ti so najcenejša svežina). vem, da se trudite in držim pesti še naprej.
- prilagodite jedilnik in dodajte jedi, ki jih imajo otroci radi, odstranite jedi ki vam ostanejo
- malo manj upoštevajte smernice in bolj otroke. določena hrana je res obupna.
- ukinite ribe, ker vsebujejo koščice in otroci niso večji odstranjevanja
- najbolj se otrok pritožuje zaradi neprijaznosti in zadirčnosti.
- kuhanje sezonsko in bolj okusno, otroci niso zadovoljni s prehrano v šoli saj je veliko sladkih malic in bazirano na sladkorju. kje so umešana jaca in podobno..kosilo pojejo malo saj ni okusno ali razkuhano ali premalo kuhana ajda. glede na to da imajo doma kosilo vsak dan in da je hrana draga posledično tudi malica in kosilo v šoli bi bili lahko boljši pri kuhi. otroci bi jedli v kolikor bi bilo okusno in zdravo obenem, saj ste eko šola ne pa menza! treba se je bolj potruditi.
- uence 8 in 9-tega razreda naj se pred porcianiranjem kosila vprasa za kolicino hrane, da ucenci ne ostanejo kljub kosilu lacni hkrati pa da se ne mece hrana v smeti
- otrokovim okusom prijaznejse kombinacije jedi;
- super
- več sadja in ponujene skodelice z vodo na pultu pri kuhinji

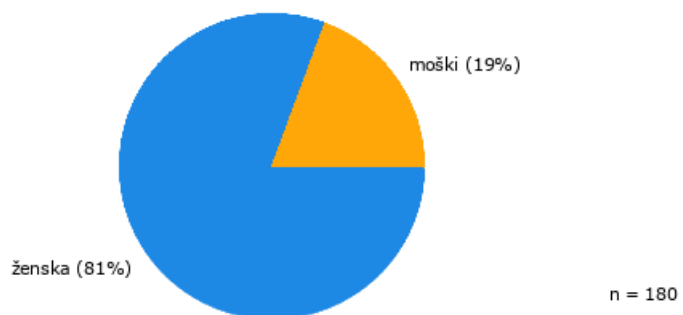
- večkrat poudarek na pristnih slovenskih jedeh, sicer pa smo zelo zadovoljni z raznolikostjo (zelenjava, sadje, zelenjavne juhe)
- predloga nimam ni mnenja ker smo zadovoljni.hvala.
- otroci so zelo nezadovoljni z vaso kuhinjo
- otrok vedno pohvali osebje iz kuhinje.
- pozitivno
- pridne
- prosim za večjo izbiro hrane in včasih nekaj sladkega..lep pozdrav
- večkrat je na meniju juha in pecivo in juho večkrat skritizirajo, da je vse narezano, brez okusa in so lačni. žganci so suhi, pa jih drugače oba jesti. na sendviče so bili komentarji šli so s kislimi kumaricami ali pa le sir. in potem pustijo. morda se tudi na sendvič naročijo v naprej. ali z mesom ali brez. anketa je za oba otroka, a en je kisle stvari, drugi ne. tako da je malo težje odgovarjati.
- hvala za vašo prijaznost in strokovnost. otroka vas imata zelo rada in se zavedata, da imate težko delo priprave raznolike hrane na dnevni ravni.
- otrok pogosto potoži, da je gumjasto in neokusno meso. tudi sama sem mnenja, da bi bilo na jedilniku lahko manj mesa. sicer pa hvala za trud.
- hvala za trud. moji puncu zelo cenijo prijazen odnos. :-)
- uprite se!
- manjšanje porcij za nižje razrede se mi ne zdi ok. če gledam po svojem otroku, bo pojedel, pa tudi če bo se lačen, ne bo rekel za se, ker se mu bo mudilo in ne hozele biti zadnji in da se ga caka, da poje. hrana mu se ni užitek. redkokdaj pojama čez hrano, velikokrat pa rece, da je dobil samo eno palacinko, večji pa dve in da ni posteno, ker so se lačni (pa tudi dobre so). mogoče, da se tu razmisli, da se jih lahko se kasneje dobi?
- delajte normalna kosila z mesom/ribami in priloge, ne eksperimentirajte z veganskimi golobovskimi šalami
- manj enolončnic, prosim.
- le tako naprej.
- po mojem mnenju je preveč kruha na jedilniku, sploh če ima otrok še popoldansko malico. zelo močno dvomim, da dopoldanske malice, kot je npr. buhtelj in mleko, zadosti beljakovinskim potrebam odrasčajočim otrokom.
- zagotovljen obrok brez svinjskega mesa.
- večje porcije za razrede zadnje triade- fantje so lačni
- manj kislega zelja, več kremnih zelenjavnih juh :-)
- včasih deluje tako, kot da sestavljalci jedilnika niso prebrali za sabo. na primer: dopoldanska malica je sirov burek in jogurt, popoldanska malica vafli in sir (četrtek ta teden). ali pa sirova pica dopoldan, skutni zavitek popoldan (petek ta teden). takšne kombinacije "sir na sir" oz. "mleko na mleko" v enem dnevu se vam ponavljajo večkrat v letu in res niso potrebne.
- hrana je raznolika in pestra
- super delate, le tako naprej!
- zelo dobro kuhate. tretješolka.

- v višjem razredu večje obroke, saj pogosto pride po kosilu domov in je lačna čeprav je vso kosilo pojedla (velikokrat ne dobi dodatka ko gre iskat). več mesnih obrokov. manj kruha ter večkrat tople dopoldanske malice, sadja, oreščkov, zelenjave,..
- ne je svinjine
- v šoli kuhajte predvsem iz izkušenj, saj veste kaj otroci radi jejo, ne mislim samo pic in pomfrija...je veliko hrane ,ki jo pojejo...ne eksperimentirajte preveč....preprosta hrana,ki jo bodo z veseljem pojedli
- po mnenju mojih otrok včasih hrani manka samo malo soli.
- vsi ste super, že to, da vlagate svoj trud v izboljšave.
- zelo prijazni
- prijaznost do otrok, v kolikor česa otrok ne želi, naj mu ne dajo na krožnik...
- dobro
- če je omaka, npr. pri njokih ali testeninah, bi lahko bila na izbiro (če jo otrok želi), saj naš otrok ne mara omak na osnovi smetane. so pa kar velikokrat na jedilniku
- vsa kuhinja je zakon sta odločni moji dve puncici...kar tako naprej :)
- hči hrano pogosto zelo pohvali. ravno tako pogosto pravi, da je neokusno. večkrat potoži, da ne dobi repeteja in je lačna.
- mogoče ne toliko \"zdrave prehrane\"
- pri nas je težava samo to, da sta skoraj vedno, ko prideta iz šolskega kosila domov, še vedno lačna. ostalo lahko samo pohvalimo šolsko kuhinjo.
- za otroke 8. in 9. razreda bi lahko pred porciniranjem kosila povprašali po kolicini porcije, da ne bi nekateri otroci zavrgli hrane drugi pa bili se vedno lačni. večkrat otrok pove, da ni bilo možno dobiti se ene porcije.
- ker otrok pride skoraj vedno domov lačen zaradi premajhne količine hrane pri kosilu. da bi starejši otroci dobili večje porcije sploh ješči učenci.
- pripraviti hrano na način, da je zdrava in zdravo vsebino zapakirajo v zanimivo jed.
- želja, da bi vse sladice pripravljali v šolski kuhinji.
- malo večji obroki malice dopoldanske.
- povečanje porcij kosila
- prehrana ni raznolika, je enolična, definitivno premalo zdrave hrane pri porcijah obrokov, kot npr. porcije mesa, zelenjave, mlečnih izdelkov je manjši del na krožniku in preveč testenin in drugih hidratov. hrana je slabo kuhana in premalo začinjena - neokusna.
- kar tako naprej. pa brez prevelikega nabora jedi ;-)

19. Anketo rešujem v letnem času:

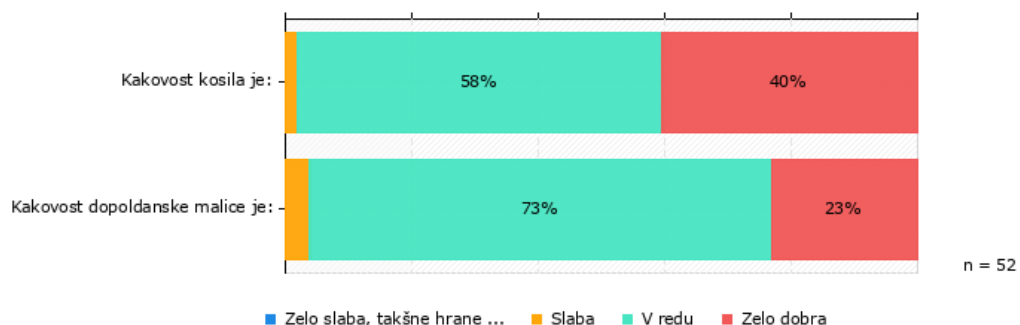


20. Spol:

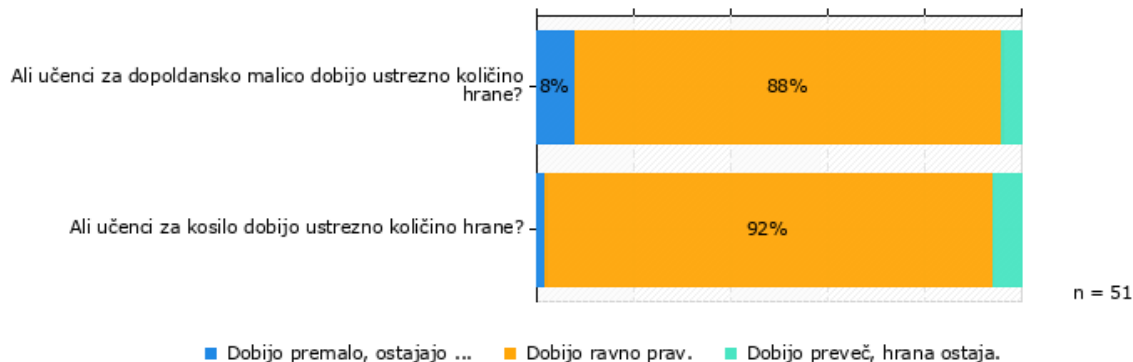


UČITELJI

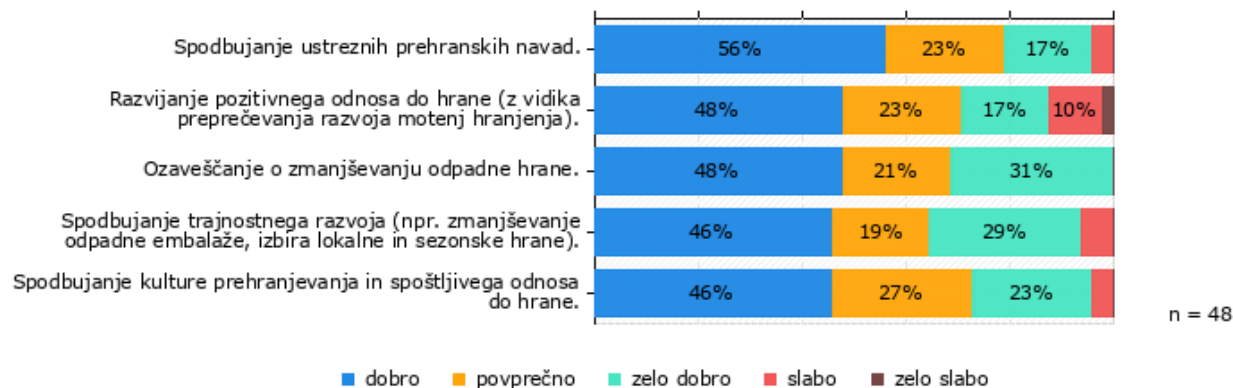
1. Zadovoljstvo s kakovostjo DOPOLDANSKE MALICE in KOSILA



2. Zadovoljstvo s količino DOPOLDANSKE MALICE in KOSILA



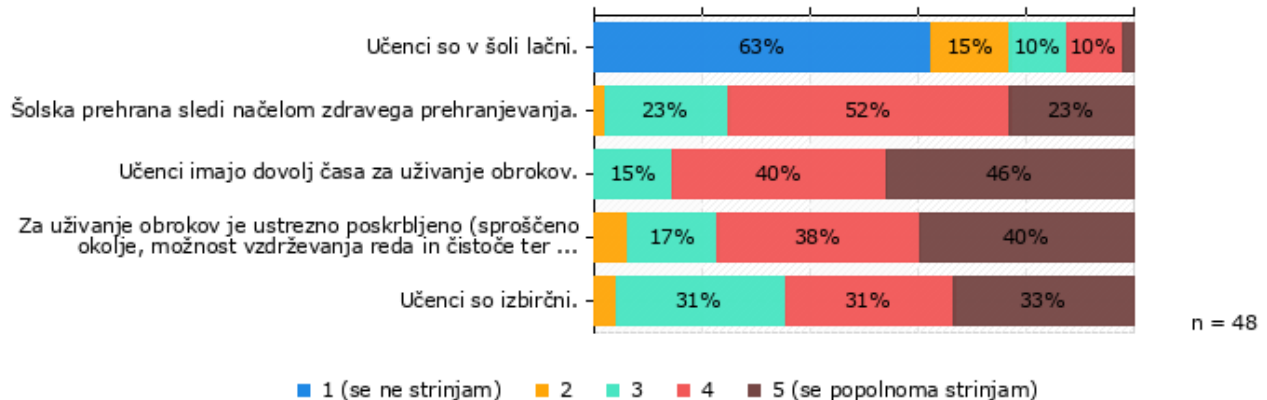
3. Ocenite, v kolikšni meri so učenci v šoli deležni vzgojno-izobraževalnih vsebin iz naslednjih področij:



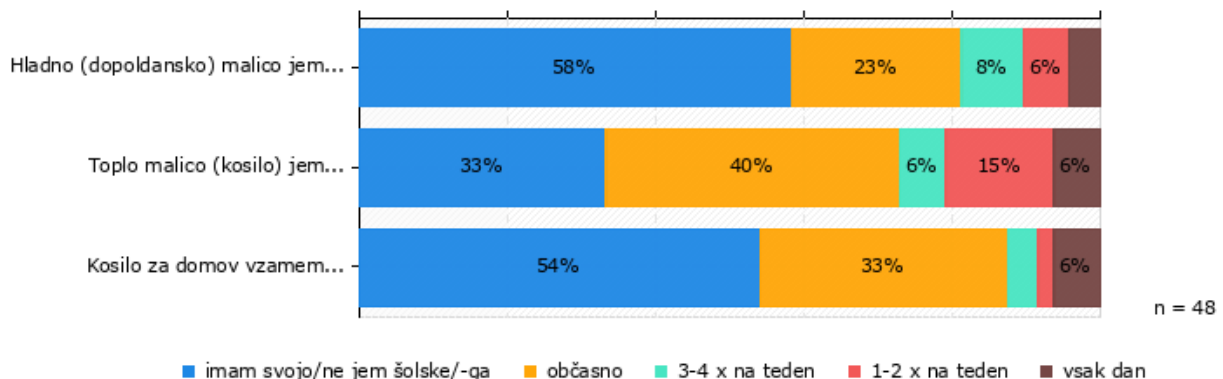
4. Če želite na temo zgornjega vprašanja še kaj dodati, prosim napišite.

- veliko preveč je raznoraznih testenin in smetanovih omak, več bi moralo biti zelenjave, tudi pri malici
- slabosti družbe ne more rešiti nekaj odraslih.
- ali je kosilo v šolah presoljeno?

5. Označite, v kolikšni meri se strinjate z naslednjimi trditvami:



6. Vprašanje o pogostosti vašega prehranjevanja v šoli



7. Če želite še kaj sporočiti zaposlenim v šolski kuhinji, prosim napišite.

- zaposleni v kuhinji so super! pohvale kuhinji!
- smo zelo zadovoljni s pripravljenimi kosili, sploh enolončnico so fantastične. hvala, ker skrbite za polnozrnat, polnovredne obroke in da so lokalno pridobljene sestavine. odlično :)
- super ste
- hvala za skrbno in odlično pripravo obrokov.
- super bi bilo, ko bi bile za dopoldansko malico pogostejše jajca in solate. hvala za vaš trud.
- kar tako naprej! nad prehrano v zavodu sem navdušena. je zelo okusno, raznoliko in količinsko ustrezno. hvala vam ker tako lepo skrbite za nas.

- večja usklajenost med zajtrkom in dopoldansko malico. večkrat se zgodi, da se živilo iz iste skupine istočasno pojavi tako pri zajtrku kot pri dopoldanski malici. kosila - meni dobro izbran, prav tako dobro skuhano.
- zdi se mi, da se je precej zmanjšala količina mesnih izdelkov pri kosilu. morda so to neke smernice, a se mi, da so pretirane.
- oba kuharja sta super.
- hvala za vaš trud
- bravo za celotno ekipo v kuhinji.