

VRTEC MOKRONOŽCI



REZULTATI IN ANALIZA ANKETE O ZADOVOLJSTVU S PREHRANO V VRTCU V ŠOLSLEM LETU 2022/23

Mokronog, junij 2023

Analizo pripravila: Petra Pristavnik,
organizatorka šolske prehrane

1. OSNOVNI PODATKI O ANKETI

Anketni vprašalnik in analizo ankete sem pripravila organizatorica prehrane Petra Pristavnik. Anketa je bila elektronska, izvedena s pomočjo spletne aplikacije 1ka ankete. Objavljena je bila v mesecu juniju na spletni strani <https://1ka.arnes.si/a/2992e671>. Starši so po elektronski pošti dobili povabilo k reševanju ankete s spletnim naslovom, kjer je bila anketa dostopna.

Anketo je izpolnilo 80 staršev, od katerih ima 65 % v vrtcu enega otroka, 33 % pa dva.

2. POVZETEK

Velika večina staršev je zadovoljna tako s količino kot s kvaliteto obrokov v vrtcu. Le 2 % staršev je nezadovoljnih s količino obrokov in 1 % s kakovostjo obrokov .

Jedilnike spremljajo občasno. Vsi starši, ki jedilnike spremljajo, menijo, da so jedilniki dovolj pregledni.

Večina staršev ve, da vrtec v pripravo vključuje tudi izdelke lokalnih proizvajalcev. 52 % staršev bi bilo za prehrano pripravljenih plačati več, če bi vključili še več izdelkov lokalnega izvora in ekoloških izdelkov.

Večina staršev meni, da prehrana v vrtcu ustreza kriterijem zdrave prehrane.

3. ANALIZA ANKETE

3.1 Splošni podatki

Anketo je izpolnilo 80 staršev, od katerih ima 65 % v vrtcu enega otroka, 35 % pa dva.

3.2 Kako pogosto spremljate vrtčevski jedilnik? Kje ga spremljate? Ali so jedilniki dovolj pregledni?

Največ staršev jedilnik spremlja **občasno** (43 %).

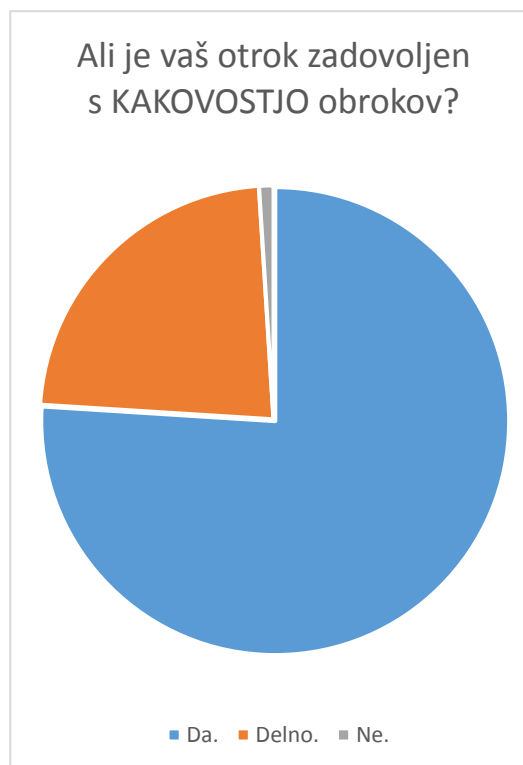
Vsi starši, ki spremljajo vrtčevski jedilnik, menijo, da so jedilniki **dovolj pregledni**.



3.3 Ali je vaš otrok zadovoljen s KAKOVOSTJO OBROKOV?

Večina staršev meni, da je njihov otrok **zadovoljen** s kakovostjo obrokov (99 %).

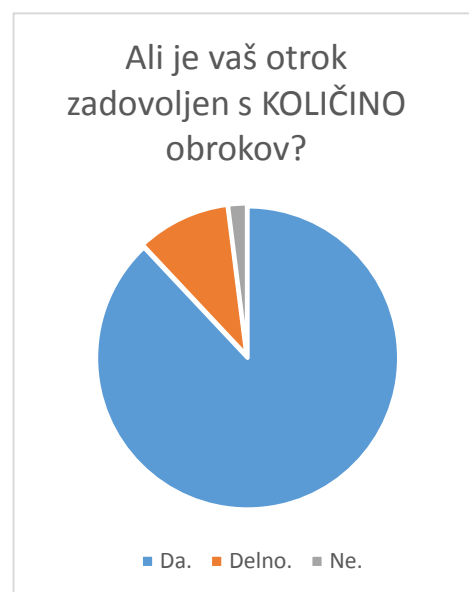
Na kakovost obroka vplivajo osnovne sestavine, mehanska in termična obdelava ter priprava jedi. Za nabavo osnovnih sestavin smo v veliki meri zavezani na ponudnike, izbrane z javnimi razpisi. To so predvsem večja priznana slovenska podjetja in obrati. V prehrano vključujemo tudi ekološko pridelana živila, vendar je pri nabavi le-teh velika omejitev njihova visoka cena, pri določenih artiklih pa tudi dostopnost količin. Priprava jedi vključuje zdrave postopke. Izpostavila bi pripravo iz svežih sestavin, zmerno soljenje in sladkanje ter izogibanju vnaprej pripravljenim jedem in pripravljanju hrane z veliko količino maščobe (cvrtja). Sama priprava pa je zagotovo odvisna tudi od kuharskega osebja. Poleg tega pa je okus zelo subjektiven.



3.4 Ali je vaš otrok zadovoljen s KOLIČINO OBROKOV?

Analiza pridobljenih podatkov kaže, da večina staršev meni, da je njihov otrok **zadovoljen** s količino obrokov (98 %).

Energetske potrebe so pogojene s starostjo otroka, spolom, z njegovo aktivnostjo, metabolizmom in drugimi dejavniki. Količino obrokov prilagajamo njihovim energetskim potrebam. Optimalno je, da otrok zaužije pet dnevnih obrokov. V vrtcu nudimo zajtrk, sadno malico, kosilo in popoldansko malico. Zajtrk pokriva od 18 do 22 % energetskih potreb, kosilo od 35 do 40 %, popoldanska malica pa predstavlja lahek premostitveni obrok in pokriva od 10 do 15 % celodnevnega energijskega vnosa. Obroki v vrtcu so skrbno načrtovani in vsebujejo različna živila oz. jedi. V kolikor otrok zaužije vse potrebne obroke, poje vse ponujene jedi, morajo obroki količinsko zadostovati.



3.5 Ali veste, da pri pripravi obrokov vključujemo tudi izdelke in pridelke lokalnih pridelovalcev (ribe, meso, jajca, mleko, sadje, kruh, zelenjavo)? Ali bi bili pripravljene za prehrano plačati več, če bi vključili še več izdelkov lokalnih pridelovalcev in ekoloških živil?

Večina staršev, ki spremlja jedilnik, **ve**, da pri pripravi obrokov vključujemo izdelke in pridelke lokalnih proizvajalcev.

Trudimo se, da je tudi na jedilniku jasno označeno, kdaj so pri jedi vključeni izdelki lokalnega izvora.

Za nabavo osnovnih sestavin smo v veliki meri zavezani na ponudnike, izbrane z javnimi razpisi. Vrtec ima to možnost, da lahko pri lokalnih dobaviteljih nakupi živila v vrednosti 20 % od celotne letne nabave živil. Pri nabavi le-teh je velika omejitev njihova višja cena, pri določenih artiklih pa tudi dostopnost količin. Težave imamo predvsem pri sveži zelenjavi, vendar vztrajno iščemo ponudnike iz bližnje okolice. V letošnjem letu je bila težava, ker je bilo tudi sadja lokalnih dobaviteljev na voljo zelo malo zaradi vremenskih neprilic.

V letošnjem letu smo imeli v celoti lokalnega izvora **jajc** (kmetija Kafol). **Sveže mleko** nam je občasno dostavljala kmetija Majcen, sveže mleko naročimo vedno, ko je na jedilniku mlečni napitek ali mlečna jed. Občasno smo otrokom ponudili **domače jogurte ali sladoled** kmetije Majcen. **Jagode, jabolka in hruške** nam je dostavljala kmetija Uhan. Letos smo pridobili lokalnega dobavitelja za **krompir**. Dostavljal nam ga je gospod iz kmetije Čebular. V sezonskem času so nam letos dostavljali tudi **sveže šparglje** iz kmetije Anžlovar. Vsaj enkrat tedensko je na jedilniku tudi **ekološka teletina ali govedina** iz KZ Sevnica. Zelo smo bili veseli, ko smo našli dobavitelja **rib** (Ribogojstvo Goričar), ki ima lastno ribogojnico in nam dostavlja sveže ribje fileje. Na ta račun v jedilnik večkrat vključujemo ribe in ribje jedi. Sodelovali smo tudi s Pekarno Mokronog, ki nam je vsaj enkrat tedensko dostavljala **kruh in pekovske izdelke**. Letos smo pričeli tudi z vključevanjem **ekoloških lokalnih testenin** podjetja Gabaroni. Izdelke lokalnih pridelovalcev vključujemo v največji možni meri. Upamo, da nam bo v ta namen v prihodnje dovoljeno porabiti še večji odstotek sredstev, ki so namenjeni prehrani. Želimo pa si pridobiti še več lokalnih dobaviteljev – predvsem za sveže sadje in zelenjavo, saj do zdaj ni bilo izkazanega interesa s strani lokalnih kmetij.

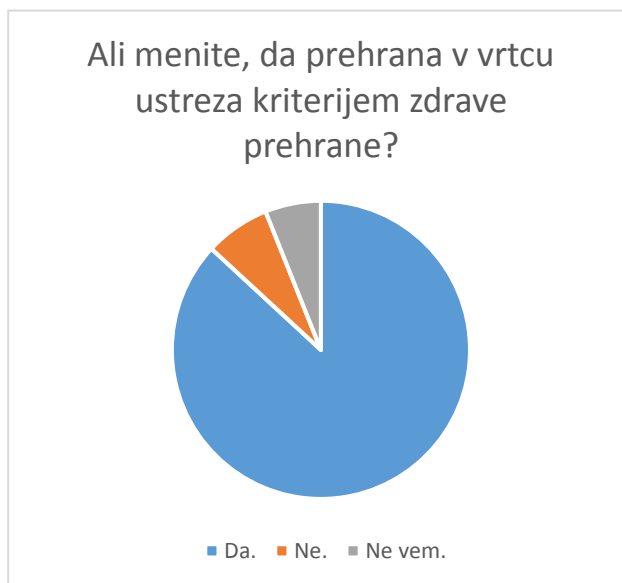
Na področju nabave ekoloških živil presegamo zahtevanih 12 % od nabave vseh živil (KZ Sevnica, Mlekarna Krepko, ekološka pekarna Vita activus, Geaprodukt, Impuls).

Večji del staršev **podpira** vključevanje lokalnih izdelkov in **bi bili pripravljene** za prehrano plačati več (52 %), saj to pomeni, da bi bila hrana kakovostnejša in bi imela večjo biološko vrednost.

3.6 Ali menite, da prehrana v vrtcu ustreza kriterijem zdrave prehrane?

Večina staršev (86 %) meni, da prehrana v vrtcu **ustreza** kriterijem zdrave prehrane.

Otroci imajo vsak dan na voljo vsaj 2 vrsti sadja (eno pri zajtrku oz. pri sadni malici, drugo pri popoldanski malici, včasih pa tudi pri kosilu) in vsaj 1 vrsto zelenjave. Zelenjava je v obliki solate, zelenjavne juhe, včasih pa je vmešana v razne omake ali pa pripravljena kot priloga. Redko pa je zelenjava tudi pri zajtrku. Trudimo se, da vključujemo sezonsko sadje in zelenjavo (tudi borovnice in maline, ki pa jih zaradi visoke cene vključimo le redko). V zimskem času, ko so vrste dostopnega sadja in zelenjave bolj omejene, se večkrat poslužujemo tudi tropskega sadja (ananasa, melon) ali suhega sadja in oreščkov.



Smernice zdravega prehranjevanja v vzgojno-izobraževalnih ustanovah so osnovno vodilo, ki se ga moramo držati pri načrtovanju šolske prehrane. Smernice zdravega prehranjevanja v VIZ je izdalo Ministrstvo za zdravje. Mnenje staršev o omenjenem vprašanju je poglavitno za naše nadaljnjo delo.

Če bi kdo želel poglobiti svoje znanje iz področja prehrane v vrtcu, so Smernice dostopne na spletnem naslovu:

http://www.mz.gov.si/fileadmin/mz.gov.si/pageuploads/javno_zdravje_09/Smernice_zdravega_prehranjevanja.pdf.

3.7 Pobude, pohvale, mnenja staršev:

- *Manj ali nič umetno, plastičnih ploščic ki jih dobijo za popoldansko malico. Naj dobi vsak raje eno jabolko!
Spremenila bi to, da bi bilo v popoldanski malici manj suhih krekerje ,grisinov itd..in več kakšnih jogurtov, skutk itd..drugo mi je pa super.*
- *Predlagala bi več lokalnih proizvodov kot so jogurti, siri, pekovski izdelki. Pohvalila pestrost živil v kosilih in raznolikost obrokov, zmanjšala količino predelanih mesnih izdelkov (pašteta, šunka,...).
Vključite še več lokalno pridelane hrane v jedilnik otrok (domač kruh, jajca, ribe, mleko in mlečni izdelki, meso in zelenjava ter sadje). Hvala.
Več lokalnih kmetij za mleko, jajca, meso,...*
- *Menim, da je hrana kakovostna.
Menim, da je prehrana v vrtcu raznovrstna in uravnotežena.*

- *Jedilnika ne spremljam, ker zaupam vaši presoji glede primerne prehrane predšolskih otrok, saj ste strokovno podkovani.*
- *Mislím da je čas, da se ne usmerjate samo v bio in eko vendar tudi na to kaj otroci jejo in imajo radi. Vedno več hrane izbirate po smernicah zdrave prehrane, a žal je to velikokrat tudi neokusno (večkrat otroci prinese tudi kaj iz vrtca, ko tam ne pojejo in če hrano poskusimo je res velikokrat neokusna). Če že toliko plačamo za hrano si želimo da otroci tudi nekaj pojedó, ne pa da se veliko zavrže. Samo primer jogurtov, ki so popolnoma brez okusa (včasih so dobili skutke od mu ki so jih oboževali), jabolčni zavitek ali pa borovničevi mafini itd. Dajmo otrokom kdaj tudi kakšen čokolešnik, ali kaj takega kot smo jedli tudi mi pa ni z nami prav nič narobe. In nismo zato nič manj zdravi itd.*
- *Otrok bi si večkrat želel govejo juho z zakuho ali v ostalih juhah večkrat jušne kroglice ali kruhove kocke ali sušene koščke palačink.*
- *Zdi se mi, da je količinsko hrane dovolj, kar je super. Menim pa, da bi se dalo prehrano oz. predvsem pripravo še izboljšati, saj opažam, da ima otrok, ko je v vrtcu slabšo prebavo.*
- *Hrana na kosilu je za otroke, ki pojejo več premalo. (primer: kos lazanje, pol polpeta, polovica palačinke... na otroka).*
- *Dietni obroki so neokusni, otrok je lačen.*
- *Bolj sezonsko sadje... torej maja ni pomaranč in podobno. Agrume nasploh bi iz jedilnika dala stran.*
- *Predzadnje vprašanje je izredno neprimerno. Kolikšno je to povišanje cene? Manjka jasnosti. Seveda je dobro, za otroke, da imajo primerno prehrano, lokalne proizvode. Prvič ni posrednikov, vendar direkt od lokalnega kmeta naj ne bi bila dražja, ker je manj deležnikov v dobavni verigi. Dobro bi bilo, da se dogovoríte za primerno ceno, seveda če je v interesu zdrava prehrana in sodelovanje s pridelovalci.*
- *Zdi se mi, da je jedilnik zasnovan dokaj dobro, želela bi si, da bi se več jedi pripravljalo "v šolski kuhinji", da ne bi bilo toliko vnaprej pripravljenih (npr. rogljiček, štrudelj, razna peciva). Morda bi bilo lahko tudi več "v kuhinji" narejenih namazov namesto sirnih namazov, paštet, salame. Kvaliteto hrane težko ocenim, saj jaslični otrok ne zna oceniti okusov, vendar po kakcu vidim, da se le-ta razlikuje od "vrtčevskega" in ko otrok je doma. Jedilnik je zastavljen dobro, o kvaliteti obrokov pa ne morem soditi.*
- *Da se nabavlja izdelke z manj sladkorja, brez umetnih sladil in palmove maščobe (čokoladni namaz); naključno sem opazila, da se na Trebelnem večkrat ne upošteva napisanega jedilnika za zajtrk. Na jedilniku je bil napisan nek zdrav namaz, otroci so vsakič dobili čokoladni namaz.*
- *Hvala vsem udeleženiim za trud pri pripravi obrokov za nase otroke.*
- *Pohvale za jedilnik.*
- *Moj otrok je zadovoljen s prehrano. V vrtcu poje več kot doma in to je zame dovolj velik pokazatelj, da je hrana dobra.*

V vrtcu pripravljajo hrano brez vseh koncentratov in je pripravljena izključno iz svežih surovin. Cvrtje kot termični postopek obdelave živil se v kuhinji že nekaj let ne uporablja. Hrana se pripravlja v konvektomatu in se kuha/peče na vročem zraku. Trudimo se, da predpripravljenih izdelkov (buhtlji, polpeti, piškoti) vključujemo v minimalnih količinah v primerih kadrovskih stisk v kuhinji. V primeru, ko jih vključimo poskrbimo, da so višje kakovosti (iz ekoloških surovin ali lokalnega izvora npr.). Sok ponujamo enkrat tedensko. Vedno ponudimo 100 % jabolčni ali

pomarančni sok, ki se ga po potrebi razredči z vodo. Piškotki pa so na jedilniku največ enkrat mesečno in še takrat posegamo po piškotkih, pripravljenih iz polnovrednih živil.

V vrtcu imajo otroci na voljo zelo raznolike in kakovostne zelenjavne juhe pripravljene izključno iz sveže zelenjave in začimb. Na voljo so: špinačna, brokolijeva, cvetačna, grahova, fižolova, bučna, porova, korenčkova juha in juha iz zelene. Kot zakuha pa se uporabljata pšenični zdrob ali ribana kaša (fižolova juha). Enkrat mesečno zraven juhe ponudimo tudi jušne kroglice. Želimo si da otroci zaužijejo juho kot toplo zelenjavno predjed jed brez nepotrebnih zakuh, saj bi se drugače že z juho preveč nasitili in ne bi mogli pojesti glavne jedi. Poleg zelenjavnih pa občasno ponudimo tudi govejo juho z zakuho v obliki ribane kaše, rezancev ali vlivancev. Goveja juha je največkrat pripravljena iz ekološke govedine.

Vsako leto v jedilnik vključimo še kakšen dodaten domači namaz pripravljen v šolski kuhinji. V letošnjem letu smo pripravljali: mesno-zelenjavni namaz, korenčkov namaz s kisló smetano, ribji namaz s sardelami, tunin namaz, sirni namaz z ajvarjem, sladek skutni namaz, jajčni namaz, medeni namaz. Verjamem, da bomo v prihodnje lahko popolnoma nadomestili predpripravljene namaze z domačimi in se bomo predpripravljenih posluževali le v primeru kadrovskih stisk. Hvala za obvestilo iz vrtca na Trebelnem. Bomo raziskali zakaj prihaja do takšni razlik.

Pri otrocih z alergijami se trudimo, da dobijo obroke, ki so čim bolj podobni obrokom za ostale otroke. Zamenja se le živilo, ki ga ne smejo uživati. Žal smo pri dobavi ustreznih nadomestkov zelo omejeni, saj nam jih dobavitelj pogosto ne dobavi, kljub temu, da jih trži. V prihodnje se bomo potrudili in še bolj dosledno naročali ustrezne nadomestke. Kuhinjsko osebje se je udeležilo izobraževanja za dietne kuharje, tako da imamo kader izobražen na zelo visokem nivoju.

Kot sem že zapisala, je pri ekoloških in lokalnih živilih težava višja cena in dostopnost kljub manjšemu številu posrednikov v dobavni verigi. Težavo imamo, ker kmetje z nami ne želijo sodelovati zaradi naročanja premajhnih količin. Ekološko sadje in zelenjava sta kljub temu, da sta ekološki, navadno pridelana v tujini in se raje poslužujemo slovenskih pridelkov, ki so pridelani na konvencionalen ali integriran način. Vsekakor pa bomo v prihodnje iskali nove dobavitelje lokalno ali ekološko pridelanega sadja in zelenjave.

Že pri razpisu za nabavo živil so vključeni pogoji, da živila ne vsebujejo umetnih sladil, da vsebujejo manjše količine sladkorja ali so celo brez dodanega sladkorja.

Pripombe so bile v večini pozitivne in se vam za vaše mnenje tudi zahvaljujemo. Takšnih komentarjev smo nadvse veseli, ker kažejo na to, da se trudimo v pravi smeri. Nobena pripomba ali mnenje ne bo ostala neopažena. Hvala za zaupanje.

4 ZAKLJUČEK

Anketo je vrnilo 80 staršev. Večina staršev je mnenja, da so njihovi otroci s prehrano v vrtcu zadovoljni. Starši menijo, da prehrana v vrtcu ustreza Smernicam zdravega prehranjevanja. Starši podpirajo vključevanje živil lokalnega izvora. Še naprej se bomo trudili, da bomo upravičili vaše zaupanje.