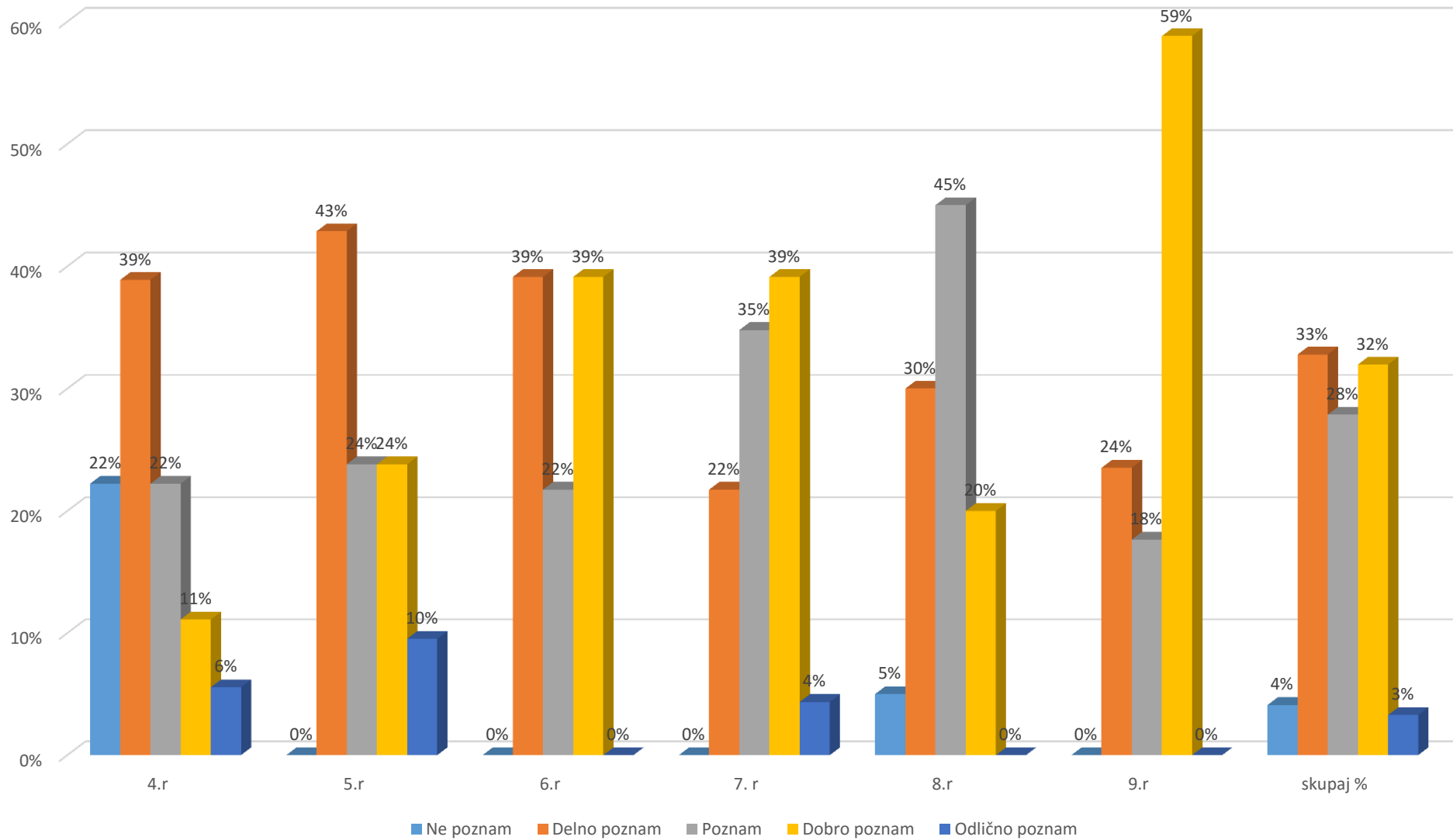
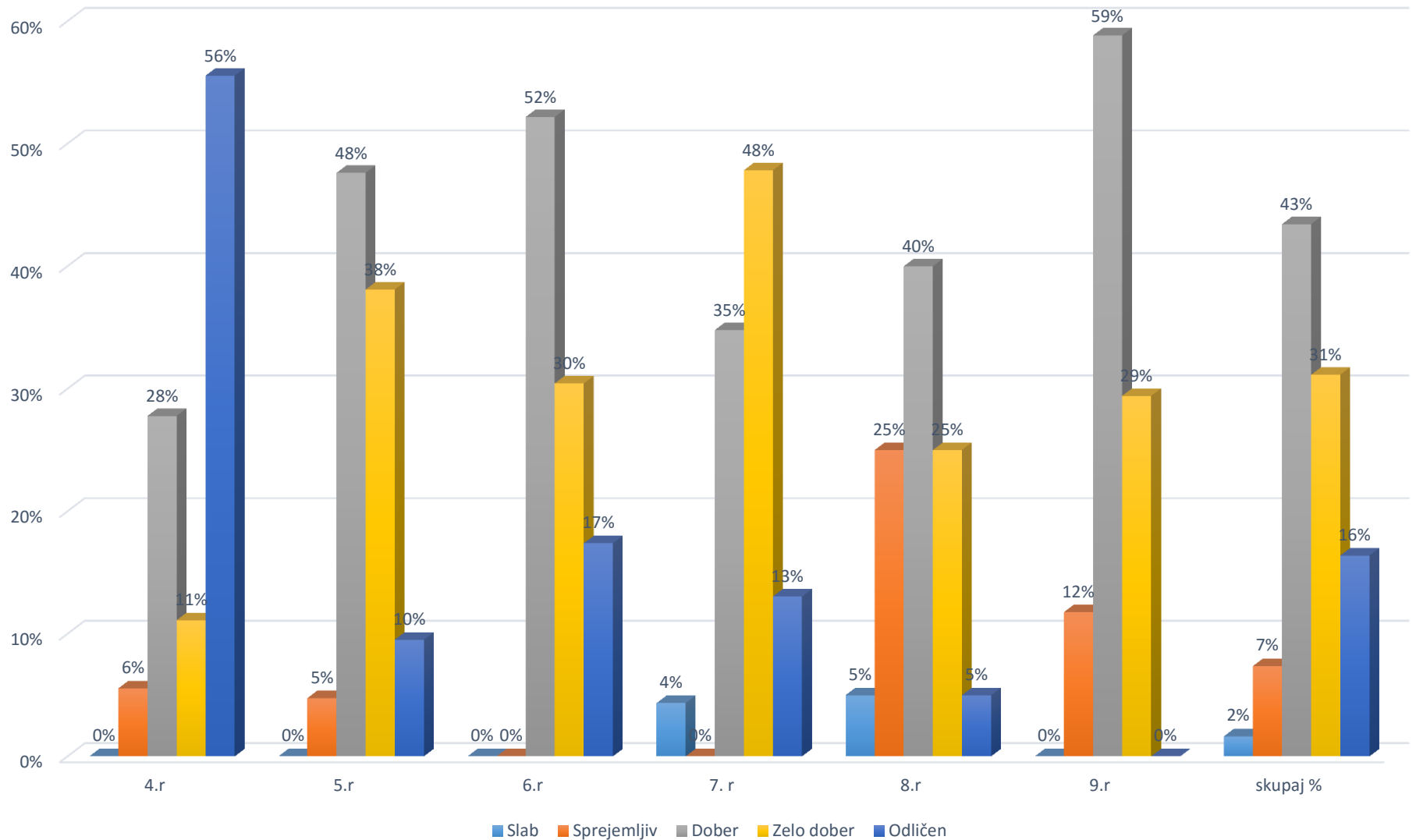


**VPRAŠALNIK ZA
UČENCE O
ZADOVOLJSTVU S
ŠOLSKO
PREHRANO**

3. Kako dobro poznaš šolski jedilnik? (po oddelkih)



4. Kakšen se ti zdi šolski jedilnik? (po oddelkih)



5. Ali meniš, da bi šolsko prehrano na naši šoli lahko označili kot zdravo prehrano?

DA	119	
veliko hrane je domače, bio, eko		43
ker imamo sadje, zelenjavo		26
ker je zdrava		17
veliko domačih sestavin		9

hrana s kmetij	8
sestavine s certifikatom-zelenim listom	4
uporabljamo naravne pridelke	2
namazi so zdravi in ogabni	1
ne jemo veliko pečenega v olju	1
vsebuje vse, kar rabim za razvoj	1

NE 3

ob zdravi hrani so še nezdravi izdelki

1

voda naj bo na razpolago ves čas

1

premalo sadja

1

6. Kako pogosto zajtrkuješ doma pred odhodom v šolo?

	vsak dan	29
kosmiči		9
kruh, maslo, med		8
marmelada		3
sendvič		2
čokolino		2

domače kekse, nesladkan čaj	1
rogljiček	1
toast s čajem	1
nutela	1
domače mleko, kruh	1
pašteto, popečen kruh	1
banana	1

jogurt	1
kakav	1
puding	1

skoraj vsak dan 27

kosmiči	7
sadje	5
čokolino	3
evrokrem, mleko, čaj	3
med	3
jogurt	2

domači kruh	2
marmelado	2
mlačno vodo, jabolko	1
mlečno rezino	1
nutela	1
kakav	1

občasno 29

tako zgodaj mi ne paše 4

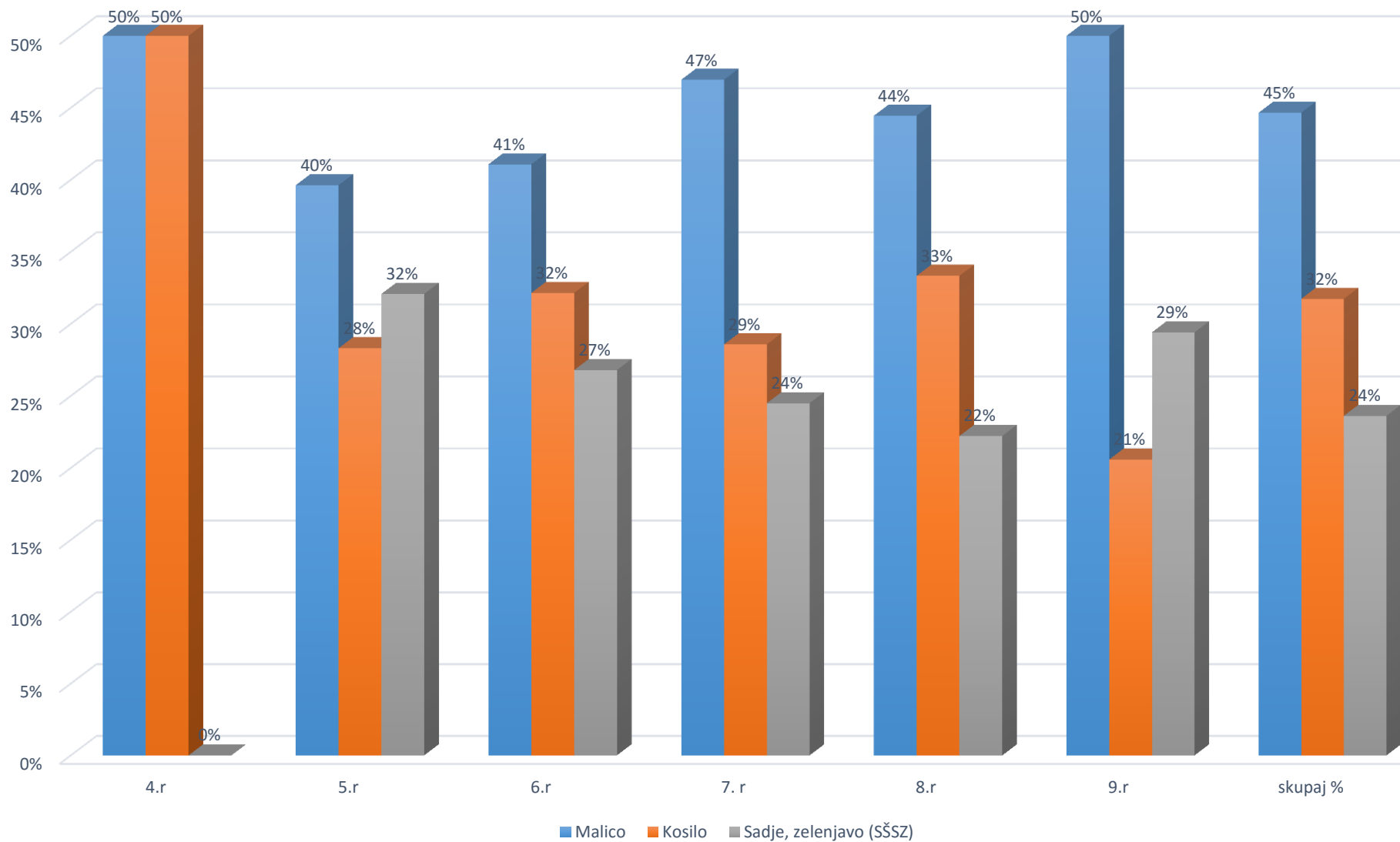
nisem lačen, nimam časa 1

prehitro imam prevoz 1

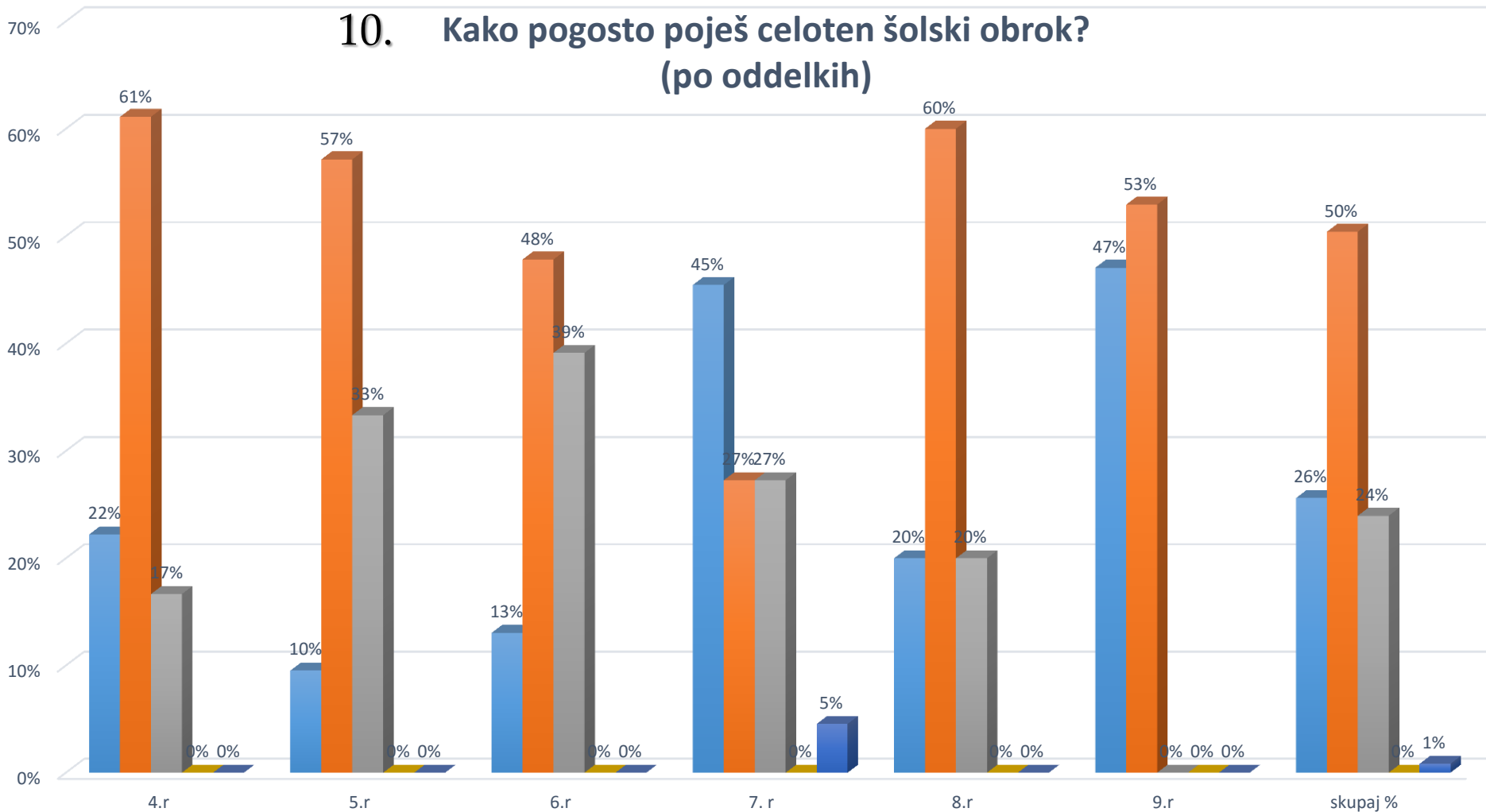
nikoli	37
nimam časa	8
nisem lačen	8
prezgodaj	5
se najem v šoli za malico	2
čaka me dobra malica v šoli	1
ne da se mi	1

ni mi do hrane	1
pouk se začne prehitro	1
prepozno vstanem	1
se mi ne ljubi	1
zjutraj mi gre vse na živce	1

9. Katere obroke zaužiješ v šoli? (po oddelkih)

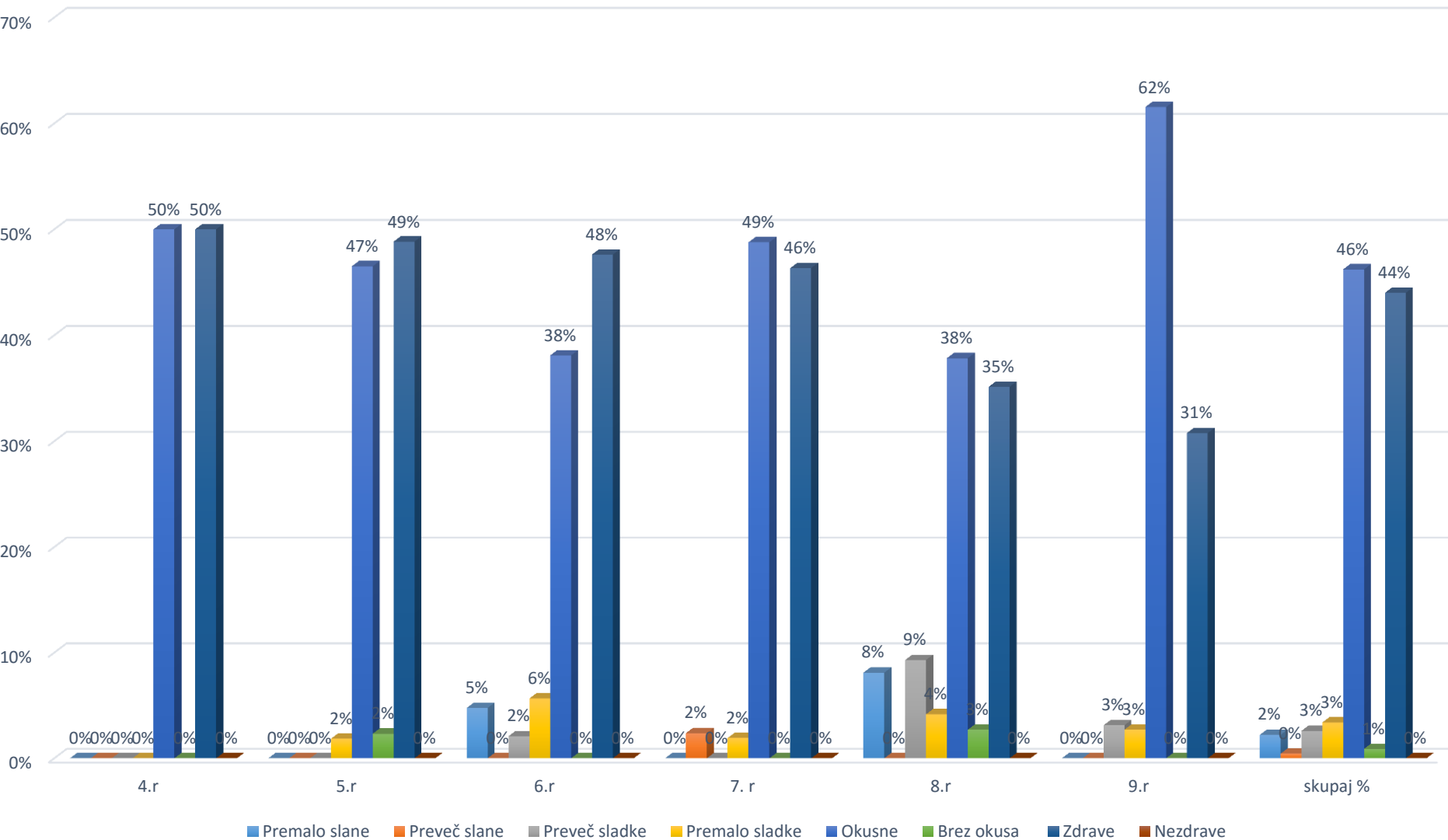


10. Kako pogosto poješ celoten šolski obrok? (po oddelkih)



■ Vedno ga pojem v celoti.
 ■ Skoraj vedno ga pojem v celoti.
 ■ Včasih ga pojem, včasih pa ne.
 ■ Skoraj nikoli ga ne pojem v celoti.
 ■ Nikoli ga ne pojem v celoti.

11. Jedi iz šolskega jedilnika so: (izberi samo dva odgovora) (po oddelkih)



12. Napiši tri jedi, ki jih najraje poješ pri šolski malici.

hot dog	51
sendvič	37
pica	36
kosmiči	33
tunin namaz	19
čokolino	15

šunka, čebula, skuta	14
zelenjavno- mesni namaz	14
mlečni riž	14
žganci	14
naša nutela	12
jetrna pašteta	12
kakav	9

rženi kruh in sir	8
prosenka kaša	7
maslo, med	7
rogljiček	6
makovka	6
šmorn	5
puding	5

sadje	5
čaj	5
jabolko	4
turistična pašteta	4
domači namaz	4
jogurt z malino	4
ovseni kosmiči z jabolki	4

namazi	3
polnjen rogljiček	3
mlečni gris	2
krompirjeva juha	2
marmelada	2

rženi kruh	1
copatek	1
koruzni kruh s pašteto	1
piščančja salama-prsi	1

13. Napiši, katerih jedi po navadi ne poješ pri šolski malici .

tuninega namaza	21
namazov	18
krompirjeve juhe	14
prosene kaše	11
mlečnega riža	9

mlečnih jedi	6
zelenjavnega namaza	6
zelenjavno mesnega namaza	5
polente z mlekom	5
kruha z nutelo	4
skutnega namaza	4
hrenovke	4

namaza s hrenom	3
pudinga	3
humusa	3
banane	2
turistične paštete	2
kosmičev	1
pice	1

kuhane šunke	1
mlečnega zdroba	1
masla, meda	1
paštete	1
svinjskega mesa	1
polnjenega rogljiča	1

mesa	1
fižolovega namaza	1
pršuta	1
ovsene kaše	1

14. Predlagaj nove jedi, ki bi jih želel na jedilniku pri šolski malici.

palačinke	13
jajca na oko	9
suha salama, klobasa	8
pečena jajca	7
pečena jajca s slanino	4

lazanja	4
pršut	4
kečap	3
slanik-štručka	3
hamburger	3
kebab	3
sadni smuti	2

pašteta rio mare	2
evrokrem	2
več namazov	2
nezdrav kruh	1
jabolčni zavitek	1
ameriški zajtrk	1
domača pašteta	1

medenjaki	1
tortilje	1
kitajska juha	1
sadna solata	1
pohan sir	1
tunina solata	1
krof	1

pohan kruh	1
sirova štručka	1
pečene hrenovke	1
ribe	1
kuhane povojene rebre	1
siri	1
toast	1

špageti	1
solata	1
majoneza	1
krofi s čokolado	1
zelenjavna juha	1
domači sok	1
česnov kruh	1

slanina-špeh	1
svinjska krača	1
kupljena nutela	1
čevapčići	1

15. Napiši tri jedi, ki jih najraje poješ pri šolskem kosilu.

hamburger	32
špageti	20
pica	18
dunajski s pirejem	17
šmorn	11
solata	10

mesne kroglice, pire	10
kompot	8
njoki	8
čevapčiči	8
cmoki	8
palačinke	8
riž	7

krompirjev pire, restan	7
ribe	7
špinača	5
musaka	5
ribe s krompirjevo solato	4
mesna štruca	4
makaroni	4

ričet	3
različne juhe	3
goveja juha	3
krompirjev zos	3
lignji s tatarsko	3
lazanja	3
makova kaša	3

kurje meso	2
rižev narastek	2
špinačna juha	1
golaž	1
kruhov kipnik	1
sadje	1
borovničev frape	1
svinjsko meso	1

sladko zelje	1
rižota	1
buhtelj	1
polnjena paprika	1
mlinci	1

16. Napiši, katerih jedi po navadi ne poješ pri šolskem kosilu.

rib	11
zelenjavne juhe	9
lazanje	9
musake	7
ajdovih žgancev	7
zelja	6
ričeta	6

juhe	5
polnjene paprike	5
govejega mesa	4
solate	4
mesnih kroglic	4
kompota	3
bučne juhe	3

mesa	3
krompirja	3
špinače	3
rižote	3
svinjskega mesa	2
špagetov	2
njokov	2

mlincev	2
fižolove juhe	2
špinačne juhe	2
polente	1
kruha v omaki	1
mesa z makaroni	1
solate z jajci	1

golaža	1
testenin	1
krompirjevega zosa, govedine	1
cmokov	1
obare	1
klobase	1
riža	1

hrenovke	1
radiča	1
šmorna	1
rdeče pese	1
palačink s skuto	1

17. Predlagaj nove jedi, ki bi jih želeli na jedilniku pri šolskem kosilu.

kebab	14
jufka	5
pohan sir	4
kečap	4
torta	4

sladoled	3
perutničke	3
tortilje	3
divjačinsko meso	3
lignji	2
paradižnikova solata	2

krvavice

2

piščanja nabodala

1

tunina solata

1

krompirjeva juha s širokimi rezanci

1

burek

1

pečenka

1

jajčna solata

1

sirovi štruklji	1
kitajska juha	1
postrvi	1
jajčna juha-prežganka	1
češpljevi cmoki	1
pomfrit	1
skutni cmoki	1

karbonara špageti	1
rižota z morskimi sadeži	1
majoneza	1
francoska solata	1
svinjsko meso-rebra, vrat	1
biftek	1
kuhane klobase?	1

18. Kakšna se ti zdi kultura obnašanja pri jedi v šoli?

večina učencev se primerno obnaša	15
nekateri učenci bi se lahko bolj kulturno vedli pri jedi	80
večina učencev se ne obnaša kulturno pri jedi	32

18. Moti me:

glasnost	62
nekateri mečejo hrano, obmetavanje (9.r)	19
prerivanje, gužva	15
govorijo s polnimi usti	10
učiteljica se dere na mlajše učence	10
preveč odpadne hrane	9

učenci rigajo	5
ne pospravljanje za seboj	4
grdo ravnanje s hrano	4
udarjanje po mizi	3
učenci ne znajo uživati ob hrani	1
težijo mi	1
izzivanje	1

žvečenje z odprtimi usti	1
eni se bašejo, kot da že dolgo niso jedli	1
polivanje pijače	1
pri jedi motijo učitelji	1
mečejo drobtine	1
pljuvajo na krožnik	1
gledajo v mojo jed	1

špukanje na druge krožnike	1
tretješolci nas vlačijo za lase	1

19. Kako si na splošno zadovoljen s šolsko prehrano?

sem zelo nezadovoljen (nočem zdrave prehrane!!!)	1
sem nezadovoljen	7
nisem niti zadovoljen, niti nezadovoljen	7
sem zadovoljen	69
sem zelo zadovoljen	37

19. Utemeljitev

imamo zdravo prehrano	29
kuhajo dobro	22
je okusno	21
kuharice kuhajo zelo dobro	10
vsaka hrana je dobra	3
včasih dobro, včasih ne	3

raznolika hrana	2
super hrana	2
uživam v hrani	1
manj juh	1
včasih ni dobro	1
dva jedilnika na izbiro	1
lahko greš po še	1

dobre porcije

1

lahko bi bilo bolje

1

preveč svinjine

1

20. Katere spremembe jedilnika predlagaš

več sadja	5
večkrat pica, hamburger, hot dog	5
manj mlečnih jedi	5
nobene kaše	5
manj zelenjavnih namazov	3
več hrane po želji učencev	3

brez porove juhe	3
brez rib	3
sladoled	3
več zelenjave	2
manj mesnih jedi	2
več zdravih jedi	2
brez zelja in čebule	2

več tuninega namaza

1

lahko bi bil lepši ?

1

kosilo brez pice

1

več šmorna

1

brez vanilijevega pudinga

1

več cmokov

1

vsak dan suho sadje

1

ukinitev zdrave hrane	1
več testenin	1
kečap	1
kuhano kračo	1
malinov sok	1
dva jedilnika za malico in kosilo	1
hitro hrano	1

obilnejše kosilo?

1

manj bio hrane, saj doma jedo vse

1

več rib s česnom

1

nesladkan čaj

1

več juh

1

več solat

1

več čaja

1

namesto peciva sadje	1
zdrav sok	1
več pireja	1
brez rižote	1
brez juh pri malici	1
brez namazov pri malici	1
več piščančjega mesa	1
preveč svinjskega mesa	1

21. Ali bi želel še kaj sporočiti vodji šolske prehrane in kuharskem osebju?

učitelji nas spustijo prepozno	18
prijazne kuharice	16
mize so pogosto umazane	9
kuharice dajo preveč, ko rečeš malo	7
preveč odpadkov hrane	6

dežurni učitelji bolj skrbni	6
prehitro zmanjka hrane, plesne vaje?	6
včasih umazan pribor	5
učitelj me moti pri kosilu	5
ukrivljen pribor	4
našla sem las v hrani	4
daljši čas malice	4

namesto avtomata domači sok	3
hvala za vašo skrb	3
hrane nam ne dovolijo zavreči?	3
aparati za sok dajmo stran	2
ukinitev zdrave hrane	1
dnevi brez odpadkov-pomij	1
plakat "Vedno lahko prideš po še" ni realen	1

na razpolago naj bo razkužilo za roke	1
včasih so pladnji umazani	1
moti me vonj iz kuhinje	1
učencem brez kosila naj bo dostopen kruh in sadje	1
opravljate dobro delo	1
nesladkan čaj ali zdrav sok	1
na izbiro dva jedilnika	1

eni dežurni učitelji preveč kričijo	1
vodja prehrane - delaj tako še naprej	1
ostanke sadja mečejo v koš namesto v pomije	1
učitelji nam ne dajo miru pri malici	1
več hrane, obilnejši obroki ?	1
namesto mrzlega soka topel čaj	1
silijo me jesti, kar ne jem	1
kuharici naj bi bili bolj prijazni	1

22. Imaš še kakšne pripombe, predloge, pohvale v zvezi z šolsko prehrano?

zelo dobra, zdrava hrana, pohvalno	31
odstranite okroglo mizo	9
odlični kuharici	4
preveč odpadka hrane	3
super je	3

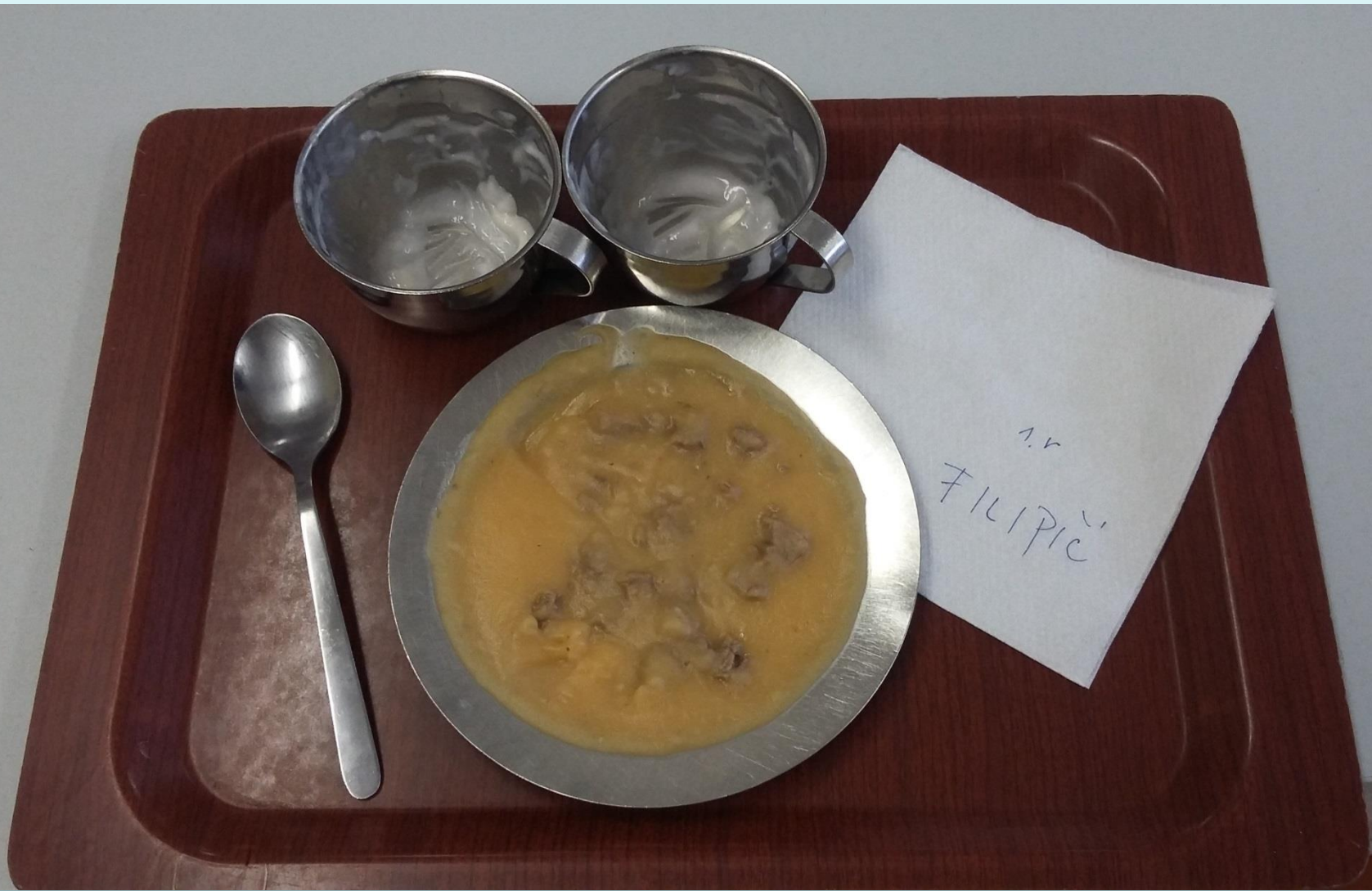
več zelenjavnih namazov	1
ukinitev zdrave hrane	1
vrača se hrana starih časov	1
kuharice dajo, kar hočeš	1
vrnite kečap	1
malo manj bio, več nezdravo	1
večkrat jabolka	1

raznolika hrana	1
kadar kaj ne jem, sem lačen	1
preveč iste hrane, jedilnik se ponavlja	1
konec malice nas nekateri učitelji preganjajo	1
prosim manjše porcije	1
ponedeljek in sreda-brez pomij	1
pomije naj bodo vsak dan	1



JURE SERNIC

1.r



1.2
FILIPIC

PAUŠER

1. r



nektar
natura



NEKTAR GREEN POMARANČA

Sestavine: sladkor; voda; kislina: citronska kislina;
aroma; barvilo: beta karoten; konzervans: natrijev
benzoat; antioksidant: askorbinska kislina;
stabilizator: glicerolni ester lesnih smol.

Pijačo uživamo sveže pripravljeno.

Povprečna hranilna vrednost na 100 ml končnega
napitka glede na priporočeno razmerje mešanja.

Energijska vrednost	120 kJ / 28,6 kcal
Maščobe	0 g
Od tega nasičene maščobe	0 g
Ogljikovi hidrati	7,0 g
Sladkorji	6,8 g
Beljakovine	0 g
Sol	0 g

Neto količina: **17,5 l**