



Smernice za prehranjevanje v vzgojno izobraževalnih zavodih opredeljujejo vlogo in naloge organizatorja prehrane med katere sodi tudi izvedba ankete zadovoljstva s prehrano v vzgojno izobraževalnem zavodu in obveščanje deležnikov o rezultatih.

Anketa se po priporočilih smernic izvede enkrat letno z njo pa se preveri stopnjo zadovoljstva uporabnikov.

Na podlagi veljavnih smernic je bila za starše vključenih otrok v zavod Kranjski vrtci v šolskem letu 2023/2024 pripravljena anketa vsebinsko vezana na zadovoljstvo s prehrano v vrtcu, poznavanje področnih smernic, ritem prehranjevanja, seznanitev z jedilniki in sestavo jedilnikov, zastopanost skupin živil, ješčost otrok, priljubljenost jedi, vključevanje lokalnih in ekoloških živil in pobude staršev.

Anketa, za katero vam v nadaljevanju predstavljamo rezultate je bila v obliki 1Ka vprašalnika, preko aplikacije WEB vrtec posredovana vsem staršem 29.5.2024 in zaključena 10.6.2024.

Anketo je izpolnilo 591 staršev od 1478 vključenih otrok, kar predstavlja 40 % staršev.

Polovica otrok, katerih starši so izpolnili anketo obiskuje oddelke II. starostnega obdobja, tretjina oddelke I. starostnega obdobja preostali kombinirane oddelke. Za 10 % otrok, katerih starši so izpolnili anketo, v zavodu pripravljamo prilagojeno prehrano.

## SMERNICE PREHRANJEVANJA V VZGOJNO IZOBRAŽEVALNIH ZAVODIH

Smernice za prehranjevanje v VIZ sprejete leta 2024 in prehransko piramido pozna več kot polovica staršev, torej poznajo strokovne usmeritve za pripravo obrokov v vrtcu. Dve tretjini staršev obenem meni, da prehrana v vrtcu ustreza veljavnim smernicam.

## NAČIN - RITEM PREHRANJEVANJA V VRTCU IN SEZNANITEV Z JEDILNIKI

Več kot 80% staršev je dovolj seznanjenih z načinom prehranjevanja v vrtcu in kar 94% je glede seznanitve z jedilniki v vrtcu odgovorilo pritrdilno. Večina staršev jedilnike spremlja na oglasnih deskah, 25% preko spletne strani, 5 % staršev pa jedilnikov ne spremlja, posledično verjetno ne pozna veljavnih smernic in ne more oceniti prehrane v vrtcu.

Pogostost spremljanja jedilnika je različna, saj četrtnina spremlja jedilnik tedensko, četrtnina občasno, slaba polovica staršev pa redno oziroma vsakodnevno. Večina (85%-95%) staršev meni, da je jedilnik dovolj pregleden in da je sestava primerna.



Sestava jedilnika se ne zdi primerna 6% staršem, ki navajajo precej nasprotujoča pojasnila (npr. preveč mesa - premalo mesa oziroma prevečkrat brezmesno, preveč kruha - premalo kruha, premalo vode - premalo soka, ne enolončnice – da enolončnice...), navedeni pa so bili tudi komentarji, ki jih bo zavod v bodoče poskušal smiselno upoštevati pri načrtovanju prehrane in sicer:

- neustrezen ritem prehranjevanja (časovni razmik obrokov)
- hranilno vrednejša popoldanska malica
- označevanje alergenov tudi na jedilnikih (poleg kataloga alergenov)
- priprava jedilnikov za prilagojeno prehrano (trenutno ločena priprava le za zahtevnejše diete)
- ponavljanje jedi na okvirno od 6 do 8 tednov
- poznavanje izvora sestavin



### POGOSTOST UŽIVANJA SKUPIN ŽIVIL

Pogostost uživanja posameznih skupin živil kar 60 % staršev ocenjuje kot zadovoljivo (ravno prav), z izjemo oreškov in semen:

- sadje – ravno prav (65%), premalo (13%) in preveč (1%)
- zelenjava – ravno prav (53%), premalo (22%) in preveč (1%)
- kruh, kaše, izdelki iz žit in druga škrobna živila - ravno prav (65%), premalo (2%) in preveč (11%)
- meso, ribe, jajca in stročnice - ravno prav (59%), premalo (17%) in preveč (1%)
- mleko in mlečni izdelki - ravno prav (71%), premalo (5%) in preveč (5%)
- oreškov in semen - ravno prav (29%), premalo (28%), ne vem (34%)
- voda in priporočene zamenjave - ravno prav (47%), premalo (24%), ne vem (18%)

### PREHRANA V VRTCU – ZADOVOLJSTVO, JEŠČOST, PRILJUBLJENOST JEDI

Splošno zadovoljstvo s prehrano v vrtcu, je kot zelo zadovoljen ocenilo 32 % staršev, kot zadovoljen 60% staršev in kot nezadovoljen 2% staršev, kar kaže, da je več kot 90% staršev s prehrano v vrtcu zadovoljnih.

Starši so predlagali nekaj zanimivih jedi oziroma sestavin, ki jih niso zaznali na jedilnikih oziroma so jih zaznali malokrat in jih bomo v prehrano otrok poskušali vključiti kot samostojne jedi oziroma kot kombinacije:

- sladki krompir
- leča, kvinoja, proso, ajdova kaša
- puranje meso
- tortilije
- smoothi (sadni, zelenjavni)



Pri pregledu jedilnikov so starši opazili, da se prepogosto pojavljajo riž, kruh, namazi in kefir, kar se da nadomestiti s predlaganimi jedmi-živili, ki jih na jedilniku ni oziroma so malokrat, ter tako povečati tudi pestrost in raznolikost.

V splošnem starši ocenjujejo, da ima njihov otrok rad vse jedi (65%), samo določene jedi (31%), ne je rad (2%) in drugo (2%).

Odgovarjali so tudi na vprašanje »katere jedi ima vaš otrok najraje?« in izpostavili:

- |                  |                   |
|------------------|-------------------|
| - juhe in obare  | - pire krompir    |
| - zelenjavo      | - hrenovke        |
| - testenine      | - piščančje meso  |
| - bolonese omako | - lasanja         |
| - kosmiče        | - mleko in jogurt |
| - palačinke      | - ajdove krape    |
| - paniran file   | - jagode          |



Pri vprašanju »Koliko obrokov hrane zaužije otrok, poleg obrokov v vrtcu, še doma?« so starši kot večinski odgovor podali dva (65%), sledi delež otrok, ki zaužijejo še tri obroke (19%) in manjši delež otrok, ki zaužijejo le en obrok (6%).

#### **VKLJUČEVANJE LOKALNIH ŽIVIL, EKOLOŠKIH ŽIVIL IN ŽIVIL IZ SHEM KAKOVOSTI**

Zavod sledi trendom čim večjega vključevanja lokalnih živil, ekoloških živil in živil iz shem kakovosti v prehrano otrok, zato je o mnenju povprašal tudi starše, ki si želijo vključevanja ekoloških in lokalnih živil v prehrano, v odgovorih pa so izpostavili:

- povezovanje kraja – vrtca z bližnjimi kmeti
- ozaveščanje otrok o pomenu ekološke prehrane
- kupovanje sezonskih živil
- pazljivost pri preverjanju z namenom da ni »ekološko« samo na embalaži, dejansko pa je vse drugače
- višjo ceno ekoloških živil
- ni lokalno vedno najboljše (pesticidi), važen je način pridelave
- izvor živil (SLO, EU, tretje države)



#### **MNENJA IN POHVALE STARŠEV**

Anketo smo zaključili z vprašanjem »Ali nam želite sporočiti še kaj (pobude, pohvale...)?« in prejeli 20 mnenj in pohval:

- hvala, ker se trudite
- hvala za ves trud
- hvala za ves trud pri sestavi jedilnikov in pripravi živil
- hvala za vaš trud, jedilniki so pestri, tudi naš otrok pohvali obroke v vrtcu
- hvala za trud, za vse, ker je res velika odgovornost skrbeti vsak dan za toliko otrok
- hvala kuhinjskemu osebju za trud
- le tako naprej



- vse dobro v naprej
- super ste
- samo pohvale, vsi so prijazni, prehrana je odlična, otroci so zadovoljni
- s prehrano smo zadovoljni
- odlični jedilniki, dobre jedi, otroci se ne pritožujejo
- primeren izbor jedilnika, raznolika prehrana, všeč nam je, da je na voljo vsa hrana, da otrok vse poskusi
- jedilnik v vrtcu je super sestavljen, ker je zelo uravnotežen, všeč mi je, ker imajo vsaj 1x tedensko nekaj ribjega, 1-2x tedensko brezmesni dan...če bi odrasli jedli enako, bi bili tudi mi bolj zdravi
- pohvalim raznovrstnost kosil
- jedilnik je dobro organizira
- super jedilnik je
- vse pohvale vsem udeležencem pri prehrani otrok vključno z zaposlenimi v vrtcu, ker se vedno trudite, da ugodite smernicam zdrave prehrane, otrokom in staršem
- dobro blago se samo hvali, tako da se kar hvalite brez slabe vesti ;-) ... prvo leto z otrokom v vrtcu, tako da ne morem govoriti o izkušnjah, ampak kar vidim in spremljam, imate zadeve "spedenane u nulo"!
- zelo hvaležni smo, da prisluhnete vsem - tudi tistim, ki imajo različne diete in se želite prilagoditi, saj je pomembno, da je otroška prehrana čim bolj kakovostna, raznolika, zdrava - v tej smeri delate, kar pozdravljamo



#### POBUDE IN KRITIKE STARŠEV

Na vprašanje »Ali nam želite sporočiti še kaj (pobude, pohvale...)?« smo prejeli tudi 5 pobud in kritik, ki jih spodaj v celoti povzemamo in sporočamo, da bomo vse poskušali v bodoče upoštevati v največji možni meri:

- predvsem bi bilo potrebno razmisliti kako smiselno razporediti obroke, saj pridejo dnevi, ko vsaj po pogovoru z ostalimi starši, otroci zaužijejo premalo hrane, sploh kadar so kombinacije namazov za zajtrk in jedi na žlico za kosilo, ki so v prvi starostni skupini dokaj nezaželeni
- enostavnejši pregled jedilnika - na spletni strani vrtca, trenutno je potreben prenos pdf dokumenta
- premalokrat je sladoled, pica in hamburger
- s strani vrtca oziroma vzgojiteljic dobimo občutno premalo informacij
- več stika z vzgojiteljicami, ker zelo malo izvemo kaj delajo v vrtcu, spomladi naj bi bil tudi roditeljski sestanek, vendar nismo prejeli nobenega obvestila (da sestanek bo, nam je bilo rečeno jeseni oz. pozimi), zaposlene, s katerimi smo imeli stik, pa so zelo prijazne in tudi otrok gre večino dni rad v vrtec.

Pripravili Kranjski vrtci

Služba OPZHR



Urška Kejžar, ravnateljica

*Urška Kejžar*