



Nacionalni inštitut
za javno zdravje

**STROKOVNO SPREMLJANJE PREHRANE S
SVETOVANJEM V VZGOJNO-IZOBRAŽEVALNIH
ZAVODIH V ŠOLSLEM LETU 2012/13**

Avtorji: mag. Matej Gregorič, Katja Ceglar, Rok Poličnik, mag. Branka Đukić

Za vsebino so odgovorni avtorji.

Pri izvedbi naloge so sodelovali sodelavci območnih enot NIJZ (OE):

Lilijana Spasojević (OE Maribor)

Irena Jerič, Tjaš Prinčič (OE Nova Gorica)

Franc Jesenek (OE Celje)

mag. Branka Đukić (OE Ljubljana)

Tea Kordiš (OE Novo mesto)

Gordana Toth, Cecilija Sušec, Majda Pohar, Monika Mir (OE Murska Sobota)

Helena Pavlič (OE Ravne na Koroškem)

Rok Poličnik (OE Kranj)

Mojca Vivoda (OE Koper)

Nalogo je finančno omogočilo Ministrstvo za zdravje.

Za vsebino publikacije so odgovorni avtorji publikacije.

Tekst ni lektoriran.

Elektronski vir, objavljeno na spletni strani www.nijz.si

Izdajatelj: Nacionalni inštitut za javno zdravje

Ljubljana, 2014

CIP - Kataložni zapis o publikaciji
Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana

613.22:373(497.4)"2012/2013"
37.091.217:641(497.4)"2012/2013"

STROKOVNO spremljanje prehrane s svetovanjem v vzgojno-izobraževalnih zavodih v šolskem letu 2012/13 [Elektronski vir] / [avtorji Matej Gregorič ... et al.]. - El. knjiga. - Ljubljana : Nacionalni inštitut za javno zdravje, 2014

ISBN 978-961-6911-38-2 (pdf)

1. Gregorič, Matej, 1972-
273394432

KAZALO

POVZETEK.....	4
1. UVOD.....	6
1.1 Strokovne usmeritve za zdravo prehrano v vzgojno-izobraževalnih zavodih.....	6
2. NAMEN IN CILJ STROKOVNEGA SPREMLJANJA.....	7
2.1 Namen.....	7
2.2 Cilji.....	7
3. OPIS VZORCA IN METODE DELA.....	8
4. REZULTATI.....	9
4.1 Splošni podatki.....	9
4.2 Osebe.....	10
4.3 Ponudba in izvajanje prehrane.....	15
4.4 Izbor in nabava živil.....	24
5. KLJUČNE UGOTOVITVE STROKOVNEGA SPREMLJANJA.....	28
6. PRIPOROČILA ZA KREPITEV ZDRAVE PREHRANE V VZGOJNO-IZOBRAŽEVALNIH ZAVODIH.....	30

POVZETEK

Strokovno spremljanje šolske prehrane s svetovanjem z zdravstvenega vidika opredeljuje Zakon o šolski prehrani (Ur. l. RS, št. 3/13). Po tem zakonu se pri organizaciji šolske prehrane upoštevajo Smernice za zdravo prehranjevanje v vzgojno-izobraževalnih zavodih, ki jih je 11. avgusta 2010 potrdil Strokovni svet Republike Slovenije za splošno izobraževanje. Omenjene smernice temeljijo na dokumentih, ki so bili v zadnjih letih sprejeti s strani Ministrstva za zdravje in so postali za vzgojno-izobraževalne zavode obvezujoči in s tem predmet strokovnega spremljanja.

V šolskem letu 2012/2013 smo izvedli strokovno spremljanje šolske prehrane s svetovanjem na 105 vzgojno-izobraževalnih zavodih. Podatki so bili pridobljeni iz razgovora z organizatorjem prehrane oz. vodjo prehrane (pogosto tudi z kuharji, direktorji, računovodji) in na osnovi ugotavljanja dejanskega stanja v kuhinji, iz jedilnika ali na osnovi drugih dokazil.

Zavodi v povprečju pripravijo dnevno 439 dopoldanskih malic, kar znaša 40 % vseh ponujenih obrokov, v povprečju 354 kosil, kar predstavlja 32 % ter 190 zajtrkov in 208 popoldanskih malic, kar predstavlja približno 15 % vseh obrokov. Zavodi v povprečju pripravijo dnevno 1068 vseh obrokov. Večina zavodov pripravlja obroke v lastni kuhinji (94 %) in le manjši delež je takih, ki so odvisni od zunanjih ponudnikov (6 %). Pri pripravi jedilnikov sodelujejo poleg vodje šolske kuhinje oz. organizatorja prehrane v največjem številu še kuharji, ponekod tudi drugi zaposleni v zavodu (socialna delavka, ravnateljica, učitelji, vzgojitelji), pa tudi starši in učenci. Le v dobri polovici zavodov imajo vzpostavljeno skupino za prehrano, kjer oblikujejo šolske jedilnike, spremljajo uresničevanje smernic in sodelujejo pri organizaciji prehrane na ravni šole oz. vrtca. Tretjina vodij šolske prehrane oz. organizatorjev ZHR je profesorjev gospodinjstva in biologije, sledita mu univerzitetni diplomirani inženir živilske tehnologije (25 %) in diplomirani sanitarni inženir (10 %). Za razliko od vodij šolske prehrane oz. organizatorjev ZHR, ima večina vodij kuhinje ustrezno izobrazbo. V tekočem šolskem letu se je 76 % vodij šolske prehrane oz. organizatorjev prehrane in 60 % vodij kuhinje udeležilo vsaj enega strokovnega izobraževanja oziroma usposabljanja, ki je vključevalo teme iz Smernic zdravega prehranjevanja (MZ, 2005). Ti so se največ udeleževali izobraževanj na temo načrtovanja jedilnikov, vodje kuhinj pa vsebin o dietetiki in raznih kuharskih delavnic.

Jedilnike imajo v vseh zavodih javno dostopne na vidnem mestu (oglasna deska, spletna stran, ...). Sestava jedilnikov glede na Smernice zdravega prehranjevanja (MZ, 2005) ne uresničujejo v zadostni meri, kljub temu da so za vrtce in šole po Zakonu o šolski prehrani (Ur. l. RS, št. 3/2013) obvezujoče. V mesečnih jedilnikih se premalo vključuje sadje in/ali zelenjavo, za katere je priporočeno vključevanje v vse obroke, glede na rezultate, pa je vključenost le teh 65 odstotna. Glede na priporočeno vključenost vode, nesladkanega in malo sladkanega čaja oz. sadnih sokov pri vseh obrokih, so bili ti vključeni v približno polovici vseh obrokov. Največkrat imajo na razpolago pitno vodo (80 %). Polnozrnati izdelki naj bi bili vključeni v polovici vseh obrokov, rezultati pa kažejo, da so ti najbolj vključeni pri malicah (v 42,8 % pri dopoldanski malici in v 25 % pri popoldanski malici), slabše pa pri kosilu (18,6 %). Ker smernice priporočajo dnevno vključevanje mleka oz. mlečnih izdelkov, je smiselno, da se te vključuje pri dopoldanski malici, ki jo uživa pretežna večina otrok. Priporočila za belo meso in izdelke z vidno strukturo priporočajo pojavnost le teh v vsaj 40 % obrokov, podatki pa kažejo, da so prisotni le v četrtini kosil in manj kot desetini malic. Ribe in ribje jedi se pojavljalo v manj kot desetini obrokov, čeprav se priporoča njihova prisotnost v vsaj 30 % obrokov. Največji problem in odstopanje od priporočil v Smernicah predstavljajo odsvetovana živila. Glede na smernice naj bi se v šolskih obrokih odsvetovana živila pojavila največ 2-krat mesečno. Pri obravnavanih

jedilnikih ta odstotek presega pojavnost mlečnih izdelkov z dodanimi sladkorji in večjo vsebnostjo aditivov (21,2 %) pri malici, pojavnost pekovskih in slašičarskih izdelkov z višjo vsebnostjo sladkorja in/ali maščob, vključno z deserti in sladkarijami (18,4 %), sladkih pijač (14,4 %), mesni izdelki s homogeno strukturo ali večjo vsebnostjo maščob (11,1 %) pri kosilu ter pojavnost pekovskih in slašičarskih izdelkov z višjo vsebnostjo sladkorja in /ali maščob, vključno z deserti in sladkarijami (12,3 %) pri popoldanski malici. Skoraj v vseh zavodih uporabljajo pri pripravi živil rastlinska olja različnih vrst, veliko se uporablja tudi maslo (79 %) in olivno olje (72 %), najmanj pa svinjska (3 %) in kokosova maščoba (4 %). Dobra polovica zavodov v svoje obroke največ 2-krat mesečno vključuje tudi odsvetovane maščobe. Večin (89 %) zavodov pri načrtovanju jedilnikov uporablja Smernice zdravega prehranjevanja (MZ, 2005), vendar je vprašanje v kolikšni meri se ta priporočila tudi dejansko upoštevajo glede načrtovanja obrokov na nivoju energijskega in hranilnega vnosa ter glede ustrezne pogostosti in kombinacije posameznih skupin živil. Pri pripravi jedilnikov je po navedbah sogovornikov dobra polovica (58 %) zavodov uporabljala tudi Praktikum jedilnikov zdravega prehranjevanja v vzgojno-izobraževalnih zavodih (MZ, 2008), nekateri so se posluževali tudi različnih kuharskih knjig/priročnikov (predvsem raznih dietnih priročnikov). Navajali so tudi, da so jedilnike pripravljali na podlagi izkušenj, želje otrok, predloge vodje šolske prehrane ter vodje kuhinje. Le 35% zavodov uporablja priporočeno metodo načrtovanja obrokov s pomočjo prehranskih enot in le desetina zavodov ima jedilnike računalniško hranilno in energijsko ovrednotene.

Sicer se le dobra polovica pri pripravi obrokov povsem drži pravil iz Smernic zdravega prehranjevanja (MZ, 2005), ki opredeljujejo določene specifikke za najmlajše starostne skupine otrok. Pri pripravi dietnih jedilnikov ima približno polovica zavodov težave, ki so jih ovirale pri pripravi raznih diet, in sicer slaba ponudba dietnih živil, specifičnost diete, kombinacija različnih diet, cena dietnih živil, dodaten čas potreben za pripravo diete, pa tudi to, da otroci dietne hrane ne marajo. Sicer pa rezultati kažejo, da le 62 % dietnih obrokov/jedilnikov izkazuje ustreznost sestave glede na obravnavano dieto in so pripravljani v skladu s Praktikumom jedilnikov (MZ, 2008). Pri načrtovanju dietnih obrokov največkrat sodelujejo starši, organizator prehrane in vodja kuhinje oz. organizator.

Vedno večji poudarek se daje nabavi lokalnih živil, a rezultati kažejo, da le dobra desetina zavodov v razpisu povsem vključuje merila, s katerimi opredeljuje nabavo živil iz svojega lokalnega okolja oziroma hrane, ki je pridelana/predelana na območju Slovenije. Največ zavodov (42 %) uspe vključiti lokalno pridelano/predelana živila v 2 % do 10 %.

Dobra polovica zavodov v letni delovni načrt vključuje vsebine prehrane glede na zaznano problematiko v tekočem šolskem letu in skrbi, da jih tudi uresničuje. Največkrat so te vsebine na temo zdrave prehrane.

Največ težav pri organizaciji prehrane vidijo zavodi predvsem v slabih prehranskih navadah otrok, kar je verjetno povezano z zavračanjem zdrave prehrane (največ ostankov hrane predstavljajo zelenjava in izdelki iz zelenjave). Pri sestavi jedilnika težko uskladijo želje otrok, staršev in Smernic zdravega prehranjevanja. Problem je tudi v pomanjkanju strokovnega kadra in prostorskih omejitvah v kuhinjah, pa tudi v ceni živil. Pri nabavi lokalnih, ekoloških in pa tudi dietnih živil se pojavi problem že pri samem razpisu, saj je dokumentacija velikokrat neustrezno pripravljena, občasno pa se kaže tudi slabši odziv dobaviteljev.

Glede na pridobljene podatke strokovnega spremljanja šolske prehrane s svetovanjem v šolskem letu 2012/13, je bilo v splošnem več odstopanj od smernic zdravega prehranjevanja zaznati v šolah, kot v vrtcih. Prav tako ugotavljamo močno heterogenost v udejanjanju smernic, saj ima vsak od spremljanih vzgojno-izobraževalnih zavodov glede organiziranosti prehrane svoje posebnosti.

1. UVOD

Prehrani otrok in mladine je bila v Resoluciji o nacionalnem programu prehranske politike 2005-2010 (Uradni list RS, št. 39/2005) posvečena posebna pozornost. Vzgojno-izobraževalni zavodi (v nadaljevanju zavodi) so bili prepoznani kot tista okolja, kjer je možno s sistemskimi ukrepi pomembno vplivati na prehranjevalne navade in zdravje celotne populacije otrok in mladostnikov. Skladno s cilji omenjene resolucije so bile na podlagi mednarodnih standardov in normativov oblikovana sodobna prehranska priporočila za zdravo prehrano otrok in mladostnikov v zavodih v Sloveniji.

Področje organizacije šolske prehrane ureja Zakon o šolski prehrani (Ur. l. RS, št. 3/13). Zakon v 4. členu določa, da se pri organizaciji šolske prehrane upoštevajo Smernice za zdravo prehranjevanje v vzgojno-izobraževalnih zavodih, ki jih je 11. avgusta 2010 potrdil Strokovni svet Republike Slovenije za splošno izobraževanje. Te vsebujejo cilje, načela in vzgojno-izobraževalne dejavnosti, povezane s šolsko prehrano, ter strokovne usmeritve in navodila, ki opredeljujejo merila za izbor živil, načrtovanje sestave, količinske normative in način priprave šolske prehrane ter časovni okvir za izvedbo. Omenjene smernice temeljijo na naslednjih dokumentih, ki jih je v preteklosti sprejelo Ministrstvo za zdravje: Smernicah za zdravo prehranjevanje v vzgojno-izobraževalnih ustanovah (MZ, 2005), Praktikumu jedilnikov zdravega prehranjevanja v vzgojno-izobraževalnih ustanovah (MZ, 2008) in Priročniku z merili kakovosti za živila v vzgojno-izobraževalnih ustanovah (MZ, 2008).

Zakon med drugim v 20. členu opredeljuje strokovno spremljanje kot ugotavljanje skladnosti šolske prehrane s strokovnimi usmeritvami iz druge alineje šestega odstavka 4. člena tega zakona in zagotavlja svetovanje šolam. Vsi naštetih dokumenti so postali za zavode obvezujoči in s tem predmet strokovnega spremljanja, ki ga določa Zakon. Strokovno spremljanje po zakonu načrtuje in izvaja javni zdravstveni zavod. Strokovno spremljanje se na posameznem zavodu se lahko izvede tudi na pobudo Inšpektorata RS za šolstvo in šport. V skladu z določilom iz 2. člena zakona je uporaba smernic zavezujoča tudi v vrtcih, zavodih za vzgojo in izobraževanje otrok in mladostnikov s posebnimi potrebami, domovih za učence, dijaških domovih ter v Centru šolskih in obšolskih dejavnosti. Prav tako tudi za navedene zavode velja že omenjeno strokovno spremljanje skladnosti prehrane s strokovnimi usmeritvami in svetovanje.

Strokovna skupina za šolsko prehrano pri Ministrstvu za zdravje je v letu 2012 oblikovala postopke, navodila in orodja za izvajanje strokovnega spremljanja šolske prehrane na terenu. Z omenjenim strokovnim spremljanjem se ugotavlja skladnost šolske prehrane s strokovnimi usmeritvami in svetuje zavodom z namenom izboljšanja stanja.

1.1 Strokovne usmeritve za zdravo prehrano v vzgojno-izobraževalnih zavodih

Smernice zdravega prehranjevanja v vzgojno izobraževalnih ustanovah (MZ, 2005) podajajo konkretne porazdelitve celodnevnih priporočenih energijskih in hranilnih vnosov za otroke in mladostnike; priporočila o režimu prehrane; priporočila o pogostosti uživanja posameznih skupin živil; priporočila glede uživanja odsvetovanih, hranilno revnih živil ter energijske in količinske deleže hranil po posameznih obrokih ter starostnih skupinah otrok in mladostnikov ter glede na različno organiziranost obrokov. Ob tem smernice podajajo priporočilo, da se za uživanje vsakega obroka

nameni dovolj časa, obroki pa morajo biti ponujeni v okolju in na način, ki vzbuja pozitiven odnos do prehranjevanja. Pri načrtovanju prehrane je treba upoštevati tudi želje otrok ter jih uskladiti s priporočili energijsko-hranilne in kakovostne sestave ter splošne zdravstvene ustreznosti ponujenih obrokov. Kako uspešno je udejanjanje strokovnih priporočil in smernic v praksi je odvisno tudi od ustrezne strokovne usposobljenosti zaposlenih, izvajanja vzgojno-izobraževalne dejavnosti, povezanih z zdravo prehrano ter od zaščite vzgojno izobraževalnih okolij pred trženjem nezdrave hrane in pijače.

Uravnoteženo šolsko prehrano lahko zagotovimo z obroki, ki so sestavljeni iz priporočenih kombinacij različnih vrst živil iz vseh skupin živil, kar bo ob ustreznem energijskem vnosu zagotovilo zadosten vnos vseh hranil, potrebnih za normalno rast, razvoj in delovanje organizma. Priporočene kombinacije živil v obrokih dajejo prednost sadju in zelenjavi, kakovostnim ogljikohidratnim živilom (npr. polnovrednim žitom in žitnim izdelkom), kakovostnim beljakovinskim živilom (npr. mleku in mlečnim izdelkom z manj maščobami, ribam, pustim vrstam mesa ter stročnicam) ter kakovostnim maščobam (npr. kombiniranje več različnih vrst rastlinskih olj), izbiri živil z manj sladkorja in/ali maščob in sladil ter pitju manj sladkanih pijač. V vsak obrok naj bi se vključilo sadje in/ali zelenjava, ki pomembno prispevata k vzdrževanju ustreznega hranilnega in energijskega ravnovesja. Za jedilnike, ki so pestro sestavljeni in vključujejo živila iz vseh priporočenih skupin živil, lahko z veliko verjetnostjo trdimo, da zagotavljajo zadosten in uravnotežen vnos vseh potrebnih hranilnih snovi. Živila iz skupine odsvetovanih živil niso prepovedana, se pa svetuje, da se pojavljajo v razmeroma majhni pogostosti (npr. največ 2-krat mesečno) in zmerno v manjših količinah ter v kombinaciji s priporočenimi živili. Pri obrokih naj bi se ponudilo otrokom tudi zadostne količine pitne vode, nesladkanega ali malo sladkanega čaja ter 100 % sadne in zelenjavne sokove, ki jih poljubno redčimo z vodo. V okviru možnosti se spodbuja priprava jedi iz svežih osnovnih surovin in čim manj iz polpripravljenih ali že gotovih jedi.

2. NAMEN IN CILJ STROKOVNEGA SPREMLJANJA

2.1 Namen

Namen strokovnega spremljanja je ugotavljati skladnost šolske prehrane s Smernicami zdrave prehrane v vzgojno-izobraževalnih zavodih (MZ, 2005) in ustrezno prehransko svetovanje. Na ta način se želi zagotoviti podatke o šolski prehrani na nacionalnem in regijskem nivoju, ki bodo osnova za svetovanje in izvajanje strokovne pomoči šolam v regiji ter za izboljšanje stanja ponudbe in usmerjanje dela na področju odprave pomanjkljivosti v sistemu organizirane prehrane.

2.2 Cilji

Cilji strokovnega spremljanja so:

- pregledati izvajanje organizirane šolske prehrane na področju organiziranosti, načina načrtovanja in ponudbe prehrane z vidika ugotavljanja skladnosti šolske prehrane s strokovnimi usmeritvami,
- nadgraditi strokovno utemeljeno in nizkocenovno orodje za ocenjevanje prehranske kakovosti jedilnikov ter podati strokovne podlage za spremljanje stanja na področju organizirane šolske prehrane po uvedbi Zakona o šolski prehrani (Ur. l. RS, št. 3/13),

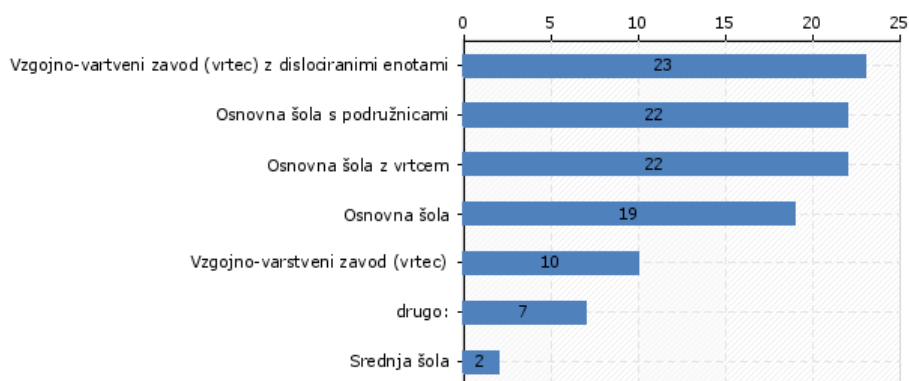
- podati izhodišča za izboljšanje organiziranosti, načina načrtovanja in ponudbe prehrane v zavodih ter prehranske kakovosti ponujenih obrokov,
- izvajanje kontinuirane strokovne podpore sistemu organizirane prehrane v zavodih z vidika zagotavljanja zdrave in uravnotežene prehrane otrok in mladostnikov.

3. OPIS VZORCA IN METODE DELA

Strokovno spremljanje se je izvajalo v skladu z načrtom, ki ga je pripravil Nacionalni inštitut za javno zdravje (NIJZ). Z načrtom dela se je določil potek dela in obseg spremljanja po območnih enotah NIJZ.

Vzorčni okvir predstavljajo vsi vzgojno-izobraževalni zavodi v Sloveniji. Po uradnih podatkih Ministrstva za izobraževanje, znanost in šport sem sodi 391 vrtcev, 450 osnovnih in 178 srednjih šol ter 43 dijaških domov. V ta okvir se uvršča tudi zavode za vzgojo in izobraževanje otrok in mladostnikov s posebnimi potrebami, domove za učence ter Centre šolskih in obšolskih dejavnosti.

Strokovno spremljanje s svetovanjem se je v šol. l. letu 2012/2013 izvedlo v 105 zavodih. Od tega je 39 % osnovnih šol, 32 % vzgojno-varstvenih zavodov (vrtec) ter 21 % osnovnih šol z vrtcem (Slika 1). Pod drugo so bile navedene še osnovne šole s podružnicami in vrtcem v (5 %), srednje šole z dijaškim domom (1 %) in osnovne šole s podružnicami, kjer malice pripravljajo tudi za srednjo šolo (1 %).



Slika 1: Struktura vzorca

Strokovno spremljanje so izvajali strokovno usposobljeni sodelavci iz območnih enot NIJZ. Informacije so pridobili iz razgovorov z organizatorjem prehrane oz. vodjo prehrane (tudi kuhar, ravnatelj, računovodja), na osnovi ugotavljanja dejanskega stanja v kuhinji, iz jedilnika ali drugih dokazil (npr. dobavnice, razpisne dokumentacije, potrdila o izobraževanju ipd.). Za poenotenje dela je strokovna skupina za šolsko prehrano pri Ministrstvu za zdravje v letu 2012 oblikovala Vodilo za strokovno spremljanje šolske prehrane in Usmeritve za izvajanje strokovnega spremljanja, ki vsebujejo dodatna pojasnila in enotne kriterije. Za ocenjevanje jedilnikov je bilo razvito orodje, ki omogoča enotno presojo ustreznosti jedilnikov glede na kriterije določene v Smernicah.

Z namenom priprave nacionalnega poročila o spremljanju šolske prehrane je bila pripravljena spletna aplikacija za zbiranje podatkov na NIJZ, kjer so zbrani vsi podatki spremljanja šolske prehrane.

Vodilo za strokovno spremljanje šolske prehrane zajema naslednje sklope:

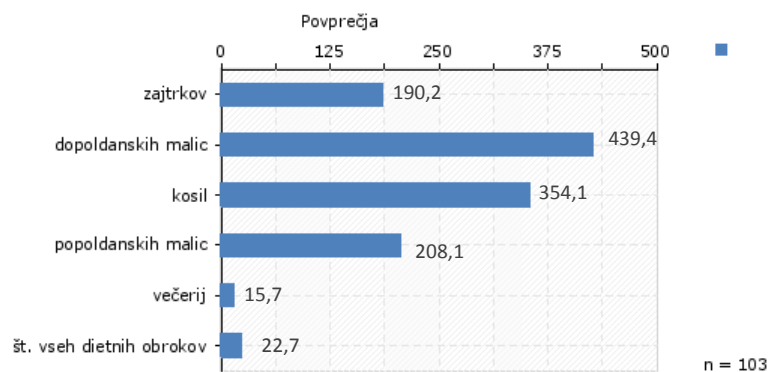
- splošni del (osnovne informacije o organizaciji prehrane v zavodu, številu učencev, ponudbi obrokov na šoli, številu učencev, ki uživajo posamezne šolske obroke, izvajalcu ponudbe šolske prehrane ter osnovnih podatkih o osebju, ki je vključeno v organizacijo oz. pripravo šolske prehrane);
- ponudba in izvajanje prehrane (informacije o sestavi obroka, pogostosti vključevanja določenih skupin živil v jedilnik, režimu in obsegu šolske prehrane, ostankih hrane, uporabi in upoštevanju podpornih dokumentov in smernic, pripravi prilagojenih diet id);
- izbor in nabava živil (informacije o vključevanju kakovostnih meril v razpisu, vključevanje lokalnih pridelovalcev/predelovalcev, ekološke in lokalne ponudbe, odsvetovanih skupin živil, maščobe za pripravo jedi, o porabi soli ipd.).

4. REZULTATI

4.1 Splošni podatki

Podatki o vzgojno-izobraževalnih zavodih

Vzgojno-izobraževalni zavodi v povprečju pripravijo dnevno 439,4 dopoldanskih malic, kar znaša 40 % vseh ponujenih obrokov, v povprečju 354,1 kosil, kar predstavlja 32 % ter 190,2 zajtrkov in 208,1 popoldanskih malic, kar predstavlja približno 15 % vseh obrokov. Zavodi v povprečju pripravijo dnevno 1068,1 obrokov.



Slika 2: Povprečje vseh ponujenih obrokov glede na vrsto obroka.

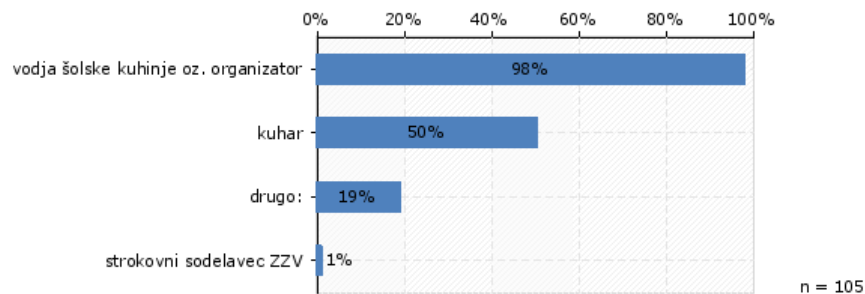
Podatki o ponudniku obrokov in kuhinji

Večina zavodov (94 %) ima lastno kuhinjo, le 6 % je takih, kjer imajo zunanjega ponudnika, v teh zavodih imajo samo razdelilno kuhinjo. To so Slorest, Sodexo in Polo inn d.o.o. V 89 % imajo centralno kuhinjo, 5 % pa je takih, kjer ima glavna enota centralno kuhinjo, podružnice oziroma dislocirane enote pa le razdelilno kuhinjo.

Načrtovanje jedilnikov

Poleg vodje šolske kuhinje oziroma organizatorja prehrane (98 %) sodelujejo pri načrtovanju jedilnikov v največjem številu še kuharji (50 %), ponekod tudi drugi zaposleni v zavodu (socialna

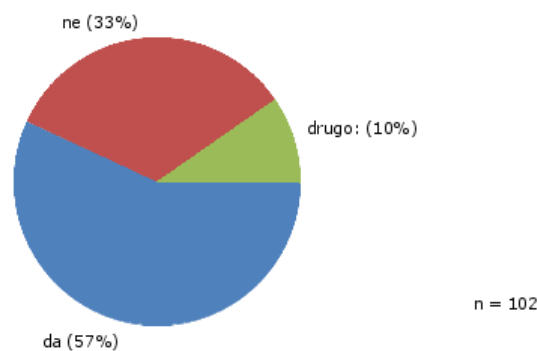
delavka, ravnateljica, učitelji, vzgojitelji) (19 %), pa tudi starši in učenci (Slika 3). Pri vprašanju je bilo možnih več odgovorov.



Slika 3: Kdo je načrtovalec jedilnikov. Možnih je več odgovorov.

Vzpostavljena skupina za prehrano v zavodu

Skupina za prehrano je vzpostavljena v 57 % zavodih, 33 % pa skupine nima. Pod drugo (10 %) so navajali, da sicer imajo vzpostavljeno skupino, vendar v njej ni predstavnika staršev oziroma da imajo vzpostavljeno neformalno skupino za prehrano (Slika 4).

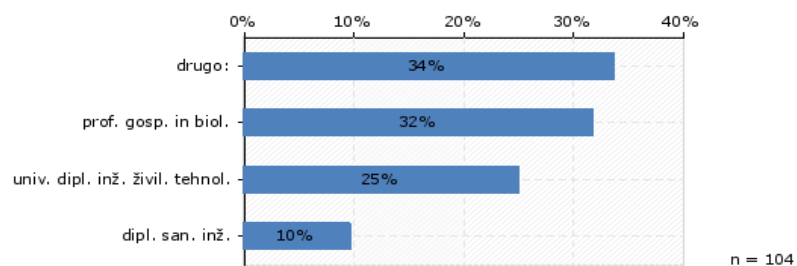


Slika 4: Vzpostavljena skupina za prehrano v zavodu

4.2 Osebj

Ustrezna usposobljenost vodje šolske prehrane oz. organizatorja prehrane glede na uradne normative (formalna izobrazba)

Po izobrazbi je vodja šolske prehrane oz. organizator prehrane največkrat profesor gospodinjstva in biologije (32 %), sledita mu univerzitetni diplomirani inženir živilske tehnologije (25 %) in diplomirani sanitarni inženir (10 %) (Slika 5).



Slika 5: Formalna izobrazba vodje šolske prehrane oz. organizatorja ZHR.

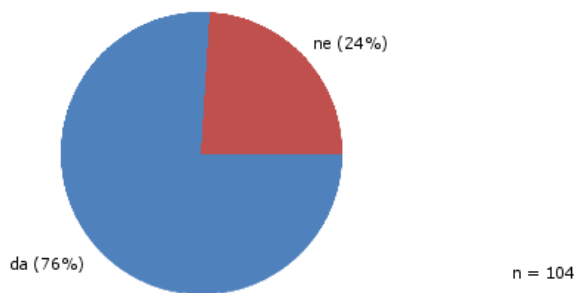
V tabeli 1 so navedene še druge formalne izobrazbe vodij šolske oz. vrtčevske prehrane.

Tabela 1: Izobrazba vodje šolske prehrane oz. organizator ZHR

Izobrazba vodje šolske prehrane oz. organizator ZHR	Št.
dipl. vzgojiteljica	2
učitelj kemije in gospodinjstva	3
učitelj gospodinjstva in tehnike	1
vodja šolske prehrane je po izobrazbi prof. gosp. in biol., vendar je na daljši bolniški, nadomešča jo učiteljica razrednega pouka	1
dipl. inž. gospodarstva	1
učiteljica gospodinjstva	1
univ. dipl. psiholog	1
učitelj kemije	1
višji gostinski tehnik-kuhar	1
vodja kuhinje	1
predmetni učitelj gospodinjstva	1
učitelj gosp. in biol., mag. znanosti s področja živilstva	1
kuhar - tehnična izobrazba	1
učitelj razrednega pouka	4
kuhar - poklicna izobrazba	1
srednja medicinska sestra z dolgoletnimi izkušnjami kot organizator prehrane	1
dipl. pedagog in geograf	1
dipl. uprav. organizator	1
gimnazijski maturant	2
živilski tehnik, ekonomist	1
učitelj kemije in biologije	4
vzgojiteljica	2
predmetna učiteljica	1
gostinski tehnik s 35 letnimi delovnimi izkušnjami	1

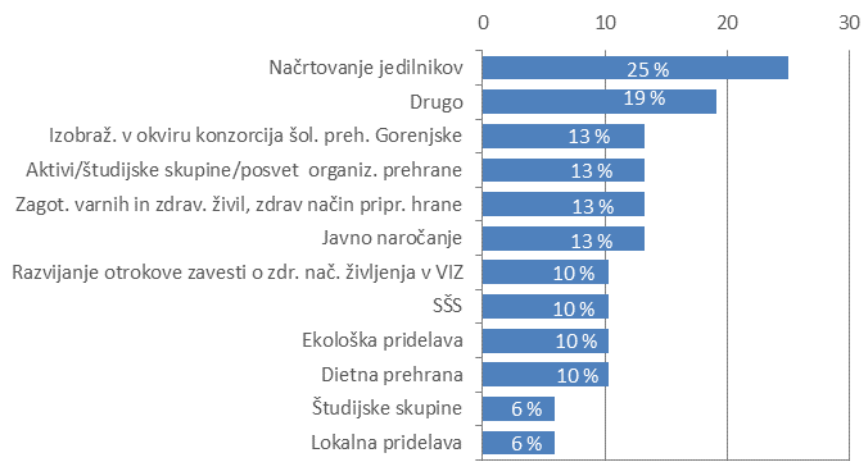
Redno strokovno izobraževanje in usposabljanje vodje prehrane oz. organizatorja prehrane (neformalna izobrazba)

V tekočem šolskem letu se je 76 % vodij šolske prehrane oz. organizatorjev prehrane udeležilo vsaj enega strokovnega izobraževanja oziroma usposabljanja, ki je vključevalo teme iz Smernic zdravega prehranjevanja (MZ, 2005) (Slika 6).



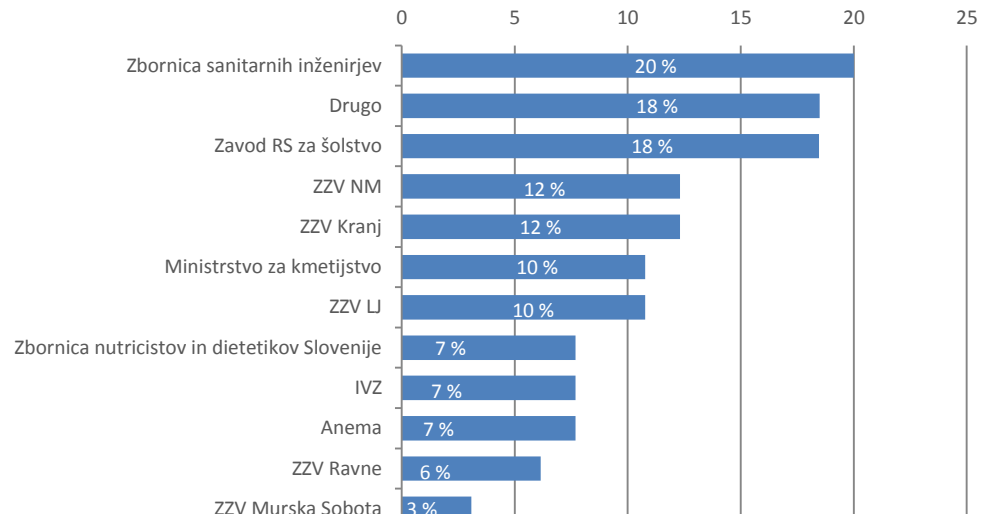
Slika 6: Udeleženos vodje prehrane oz. organizatorja ZHR, na vsaj enem izobraževanju v tekočem letu, ki je vključevalo teme iz Smernic zdravega prehranjevanja (MZ, 2005).

Iz slike 7 je razvidno, da se jih je največ (25 %) udeležilo izobraževanja na temo načrtovanje jedilnikov, malenkost manj (13 %) pa študijskih skupin naročanja. Pod drugo (19 %) so navajali še usposabljanje na temo zelenjave iz integrirane pridelave, posvet o sladkorju in sladilih, kakovost šolske prehrane, posveti ob svetovnem dnevu hrane, posvet o ribah v prehrani, posvet o aditivih v prehrani, usposabljanja o HACCP.



Slika 7: Strokovna tema usposabljanj oz. izobraževanj, ki so se jih udeležili vodje prehrane oz. organizatorji ZHR (možnih je več odgovorov) (n=68).

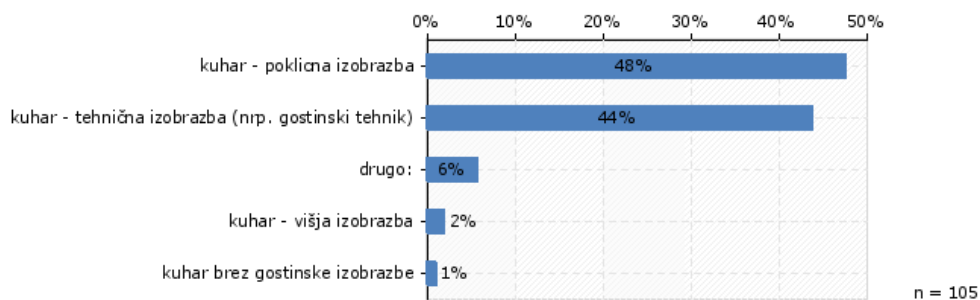
Največkrat so bili organizatorji usposabljanja oz. izobraževanja Zbornica sanitarnih inženirjev (20 %) in Zavod RS za šolstvo (18 %) (Slika 8). Pod drugo so navajali še Kmetijske zadruge, Razvojna agencija PORA (Gornja Radgona), Pomurski ekološki svet Martjanci, Eko prlekija, Aktiv organizatorjev prehrane in zdravstveno higienskega režima dolenjske, Pediatrična alergološka in pulmološka ambulanta Debeli Rtič, ZZV NG, ZZV Maribor in IZZA.



Slika 8: Izvajalci oziroma organizatorji usposabljanj, ki so se jih udeležili vodje prehrane oz. organizatorji ZHR. (Možnih je več odgovorov) (n=65)

Usposobljenost vodje kuhinje in ostalega kuharskega osebja (formalna izobrazba)

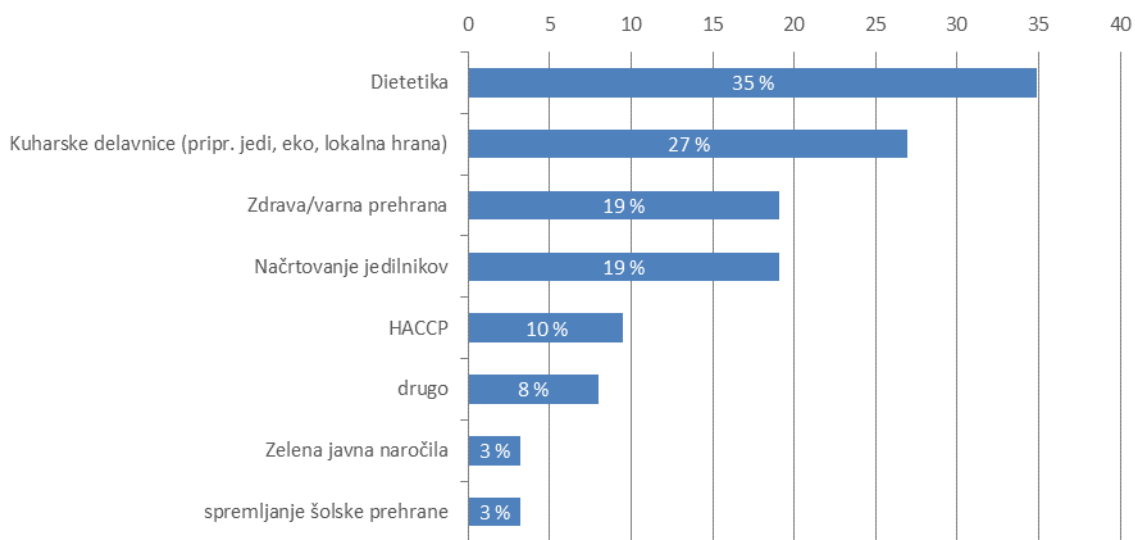
Slaba polovica vodij kuhinje ima poklicno izobrazbo, 44 % pa tehnično izobrazbo (Slika 9). Pod drugo so navedli, da je v dveh primerih vodja kuhinje po izobrazbi dietetik, in v enem organizator poslovanja v gostinstvu in turizmu.



Slika 9: Formalna izobrazba vodje kuhinje.

Redno strokovno izobraževanje in usposabljanje vodje kuhinje in ostalega kuharskega osebja (neformalna izobrazba)

Vodje kuhinje so se nekoliko manj udeleževali strokovnih izobraževanj oz. usposabljanj kot vodje prehrane. V tekočem šolskem letu, se jih je le 60 % udeležilo izobraževanja/usposabljanja. V 4 % so navedli, da so se udeležili internih izobraževanj s strani vodje prehrane. Tisti, ki so se udeležili formalnih izobraževanj, so bili najpogosteje deležni vsebin na temo dietetike (35 %), zdrave/varne prehrane (19 %), načrtovanja jedilnikov (19 %) ter raznih kuharskih delavnic (27 %) (Slika 10). Največkrat so bili organizatorji izobraževanj in usposabljanj ZZV Novo Mesto, IZZA in Anema (Tabela 2).



Slika 40: Strokovna tema usposabljanj oz. izobraževanj, ki so se jih udeležili vodje kuhinje (možnih je več odgovorov) (n=63).

Tabela 2: Izvajalci oz. organizatorji usposabljanja za vodje kuhinje in kuharsko osebje.

Izvajalec oz. organizator usposabljanja	Pogostost (št.)
ZZV Novo Mesto	6
IZZA d.o.o.	6
Anema s.p.	5
Aktiv organizatorjev dietnih obrokov prehrane in ZHR Dolenjske, Bele Krajine, Posavja	4
Interno izobraževanje - organizator prehrane	4
Marija Merljak	4
ZZV Nova Gorica	3
Društvo za celiakijo	3
ZZV Ravne	3
Center za trajnostni razvoj podeželja Kranj v sodelovanju z ZZV Kranj in Višjo gostinsko turistično šolo Bled;	2
CELIAC	2
ZZV Murska Sobota	2
Sodexo	2
Eko Prlekija	2
Razvojna agencija PORA Gornja Radgona	1
EDUCA	1
Media Cor	1
Iva Dolen, Nara Petrović	1
Emilija Pavlič	1
Janja Bajt	1

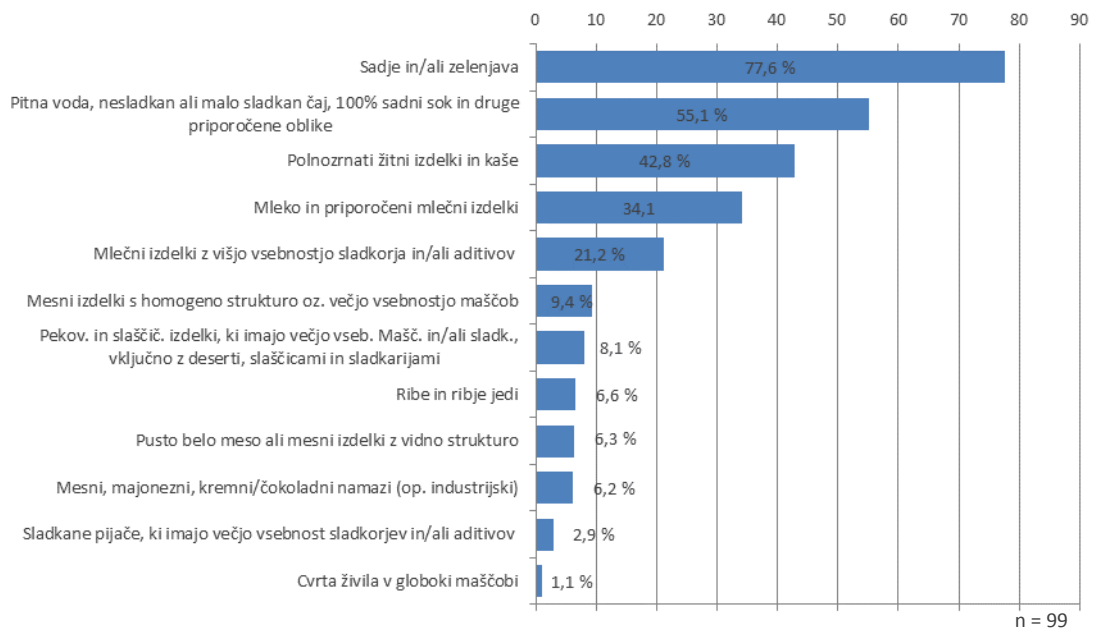
Tabela 2 se nadaljuje ...

Izvajalec oz. organizator usposabljanja	Pogostost (št.)
Pediatrična alergološka in pulmološka ambulanta Debeli Rtič	1
Sonja Kos Kerin, dipl. med. sestra, zaposlena v ZD Grosuplje	1
Skupnost občin Slovenije	1
Visoka šola za gostinstvo in turizem Bled;	1
Gostinska šola Radenci	1
Ministrstvo za šolstvo	1
Inštitut za sanitarno inž.	1
Karibu d.o.o.	1
UKC Ljubljana	1
SŠGT Radovljica;	1
Melior d.o.o. Nova Gorica	1
Brigita Horvat s.p.	1
Tomaž Vozel	1
Aktiv organizatorjev prehrane in zdravstveno higienskega režima	1
Pomurski ekološki svet Martjanci	1
VŠGT Ljubljana	1

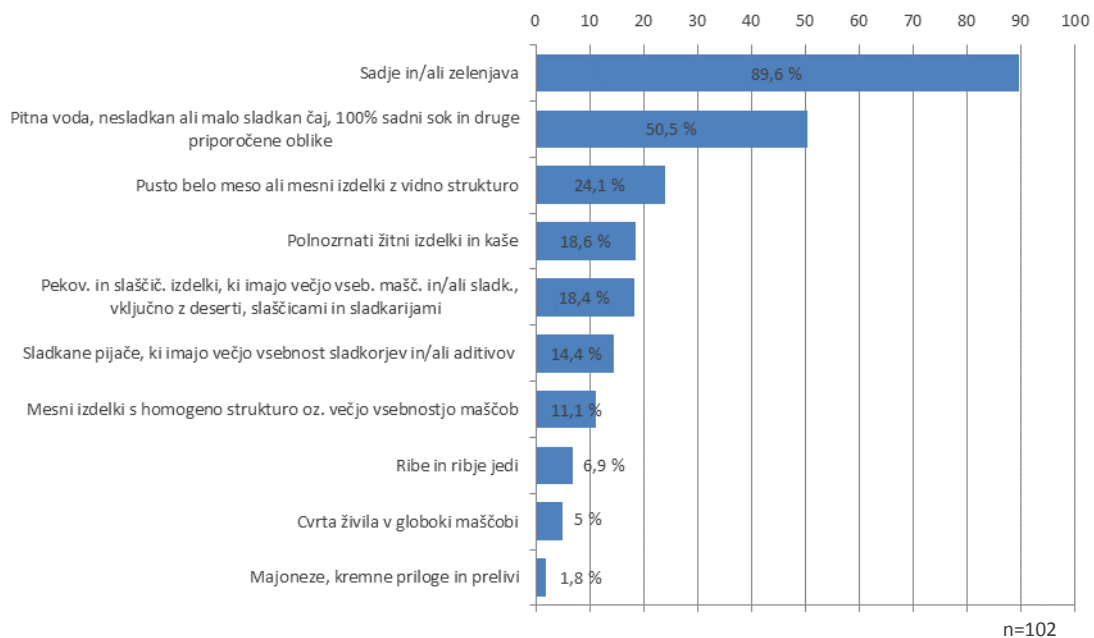
4.3 Ponudba in izvajanje prehrane

V vseh zavodih je jedilnik javno dostopen na vidnem mestu (oglasna deska, spletna stran, ...). Vsa strokovna spremljanja z izjemo enega, so obsegala tudi pregled mesečnega jedilnika s pripravo podrobnejše ocene. Glede na Smernice, ki priporočajo vključevanje sadja in/ali zelenjave v vse obroke, ugotavljamo, da se le ta v skoraj 90% vključuje pri kosilu, nekoliko manj pri dopoldanski malici (77,6 %) in še manj pri popoldanski malici (v primeru vrtca) (58,9 %). Glede na priporočeno vključenost vode, nesladkanega in malo sladkanega čaja ali sadnih sokov pri vseh obrokih, so bili le ti vključeni v približno polovici vseh obrokov. Polnozrnati izdelki naj bi bili vključeni v polovici vseh obrokov, rezultati pa kažejo, da se največkrat pojavljajo pri malicah (v 42,8 % pri dopoldanski malici in v 25 % pri popoldanski malici), slabše pa pri kosilu (18,6 %). Mleko in mlečni izdelki naj bi se prednostno vključevali pri dopoldanski malici (pretežna večina otrok uživa dopoldansko malico), glede na rezultate, pa se dejansko pojavljajo le v približno tretjini malic. Priporočila za belo meso in priporočene izdelke z vidno strukturo navajajo pojavnost v vsaj 40% obrokov, podatki pa kažejo, da se ti pojavljajo v četrtini kosil in manj kot desetini malic. Ribe in ribje jedi so del ponudbe v manj kot desetini obrokov, čeprav se priporoča njihova prisotnost v vsaj 30% obrokov. Glede na smernice naj bi obroke sestavljala največ desetina odsvetovanih živil. Ugotavljamo, da ta odstotek presega pojavnost mlečnih izdelkov z dodanimi sladkorji in večjo vsebnostjo aditivov (21,2 %) pri malici, pojavnost pekovskih in slašičarskih izdelkov z višjo vsebnostjo sladkorja in /ali maščob, vključno z deserti in sladkarijami (18,4 %), sladkih pijač (14,4 %), mesni izdelki s homogeno strukturo ali večjo vsebnostjo maščob (11,1 %) pri kosilu ter pojavnost pekovskih in slašičarskih izdelkov z višjo vsebnostjo sladkorja in /ali maščob, vključno z deserti in sladkarijami (12,3 %) pri popoldanski malici (Slike 11, 12, 13).

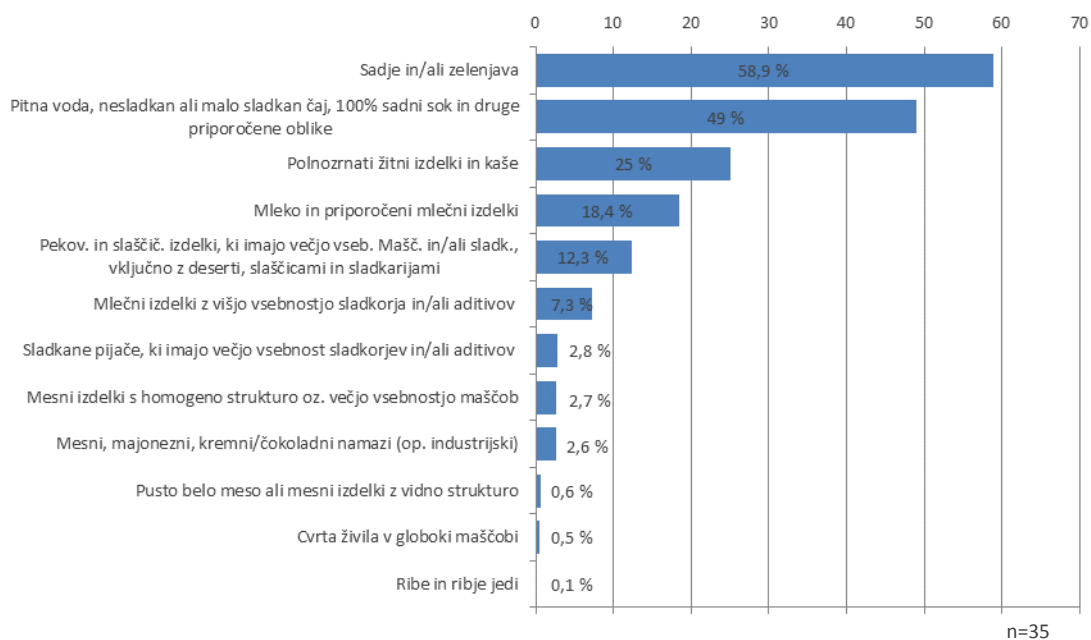
Pri 92 % pregledanih jedilnikov je bila dejanska ponudba skladna z objavljenim jedilnikom in le v 6 % primerih ponudba ni bila skladna. V enem primeru ni bilo preverjeno in v enem je bil pregled opravljen v času počitnic, ko niso pripravljali hrane, zato podatka ni bilo mogoče preveriti.



Slika 51: Ocena, pogostosti vključitve (v %) posameznih živil v mesečni jedilnik za DOP. MALICO (ali ZAJTRK v primeru vrtca).



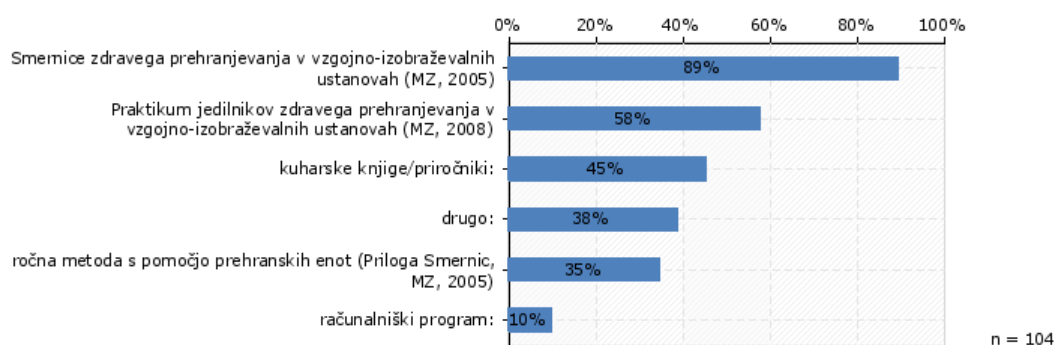
Slika 62: Ocena, pogostosti vključitve (v %) posameznih živil v mesečni jedilnik za KOSILO.



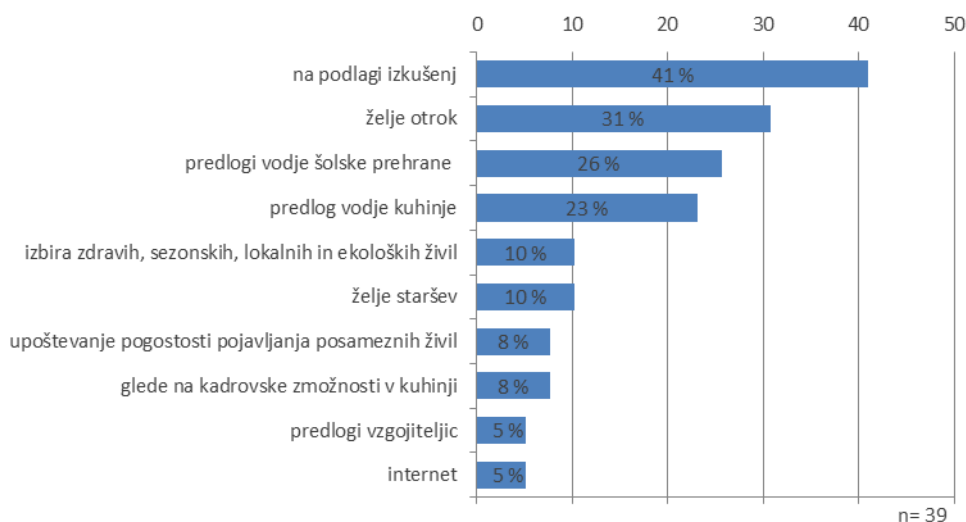
Slika 73: Ocena, pogostosti vključitve (v %) posameznih živil v mesečni jedilnik za POP. MALICO (velja za vrtce).

Načrtovanje jedilnikov

Pri načrtovanju jedilnikov (Slika 14) so večinoma (89 %) uporabljali Smernic zdravega prehranjevanja v vzgojno-izobraževalnih zavodih (MZ, 2005) in Praktikum jedilnikov zdravega prehranjevanja v vzgojno-izobraževalnih ustanovah (MZ, 2008) (58 %). Malo manj kot polovica se je posluževala tudi različnih kuharskih knjig/priročnikov (predvsem raznih dietnih priročnikov). Pod drugo (38 %) so navajali, da so jedilnike pripravljali na podlagi izkušenj (41 %), tretjina je upoštevala tudi želje otrok, v 26 % predloge vodje šolske prehrane in v 23 % predloge vodje kuhinje (Slika 15).



Slika 84: Način načrtovanja jedilnikov v zavodu (možnih je več odgovorov).

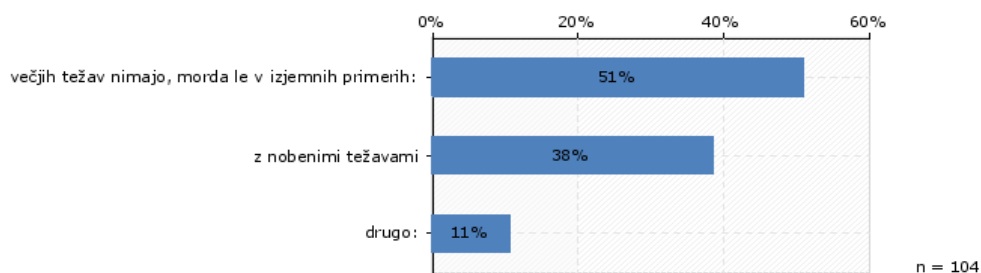


Slika 95: Način načrtovanja jedilnikov v zavodu - navedbe pod drugo iz vprašanja, ki je prikazano na sliki 14. (možnih je več odgovorov)

Le v 1 % zavodov so bili jedilniki prehransko ovrednoteni (npr. energija, makrohranila, ...), v 23 % pa jih ovrednoti le občasno, ostali (64 %) pa tega ne izvajajo.

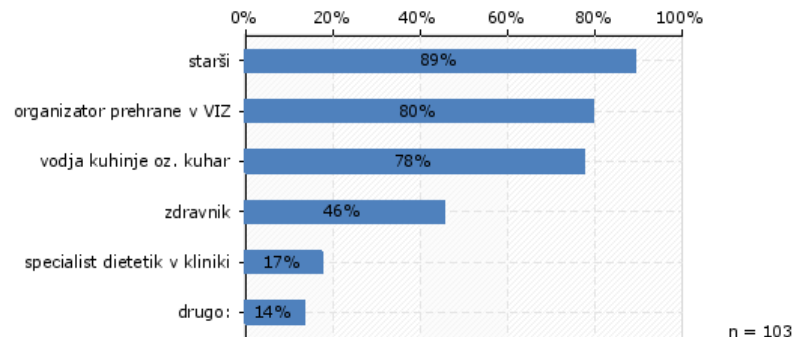
Načrtovanje dietnih obrokov/jedilnikov

38 % pristojnih za načrtovanje prehrane v zavodu ni imelo nobenih težav pri pripravi prilagojenih diet za tiste, ki imajo izkazane zdravstvene težave. Kar nekaj (51 %) pa je bilo takih, ki sicer večjih težav niso imeli, razen v izjemnih primerih, kot so; slaba ponudba dietnih živil, specifičnost diete, kombinacija različnih diet, cena dietnih živil, dodaten čas potreben za pripravo diete, pa tudi to, da otroci dietne hrane ne marajo. Pod drugo pa so navajali še probleme pri nabavi živil in sestava industrijsko pripravljenih izdelkov, slaba usposobljenost kuharskega osebja, potreba po posebnem prostoru (Slika 16). Pri analizi je bilo ugotovljeno, da v 62 % dietni obroki/jedilniki izkazujejo ustreznost sestave glede na obravnavano dieto in so pripravljani v skladu s Praktikumom jedilnikov (MZ, 2008) in/ali v sodelovanju z zdravstvenimi strokovnjaki, v 15 % pa so bili delno skladni. Pod drugo (23 %) je bilo največkrat navedeno, da dietni jedilniki niso bili predloženi v analizo, **ker jih sprti izpeljujejo iz obstoječih jedilnikov**, zato ni bilo mogoče oceniti ustreznosti, v enem primeru pa si je dijak jedilnik pripravljal sam. **Glede ustreznosti dietnih obrokov in obrokov, kjer starši oziroma skrbniki od zavoda zahtevajo uvedbo brezmesnih oziroma dietnih obrokov, bi bilo potrebno izvesti podrobnejšo analizo, ki bi izkazovala ustreznost vključevanja zamenjav za meso oziroma ustreznost sestave individualnih dietnih obrokov.**



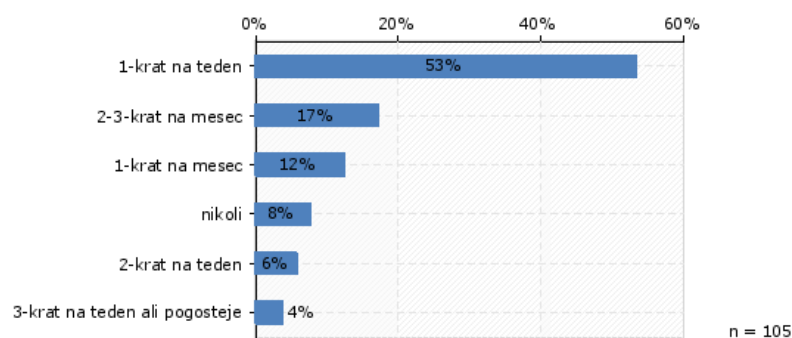
Slika 106: Pojavljanje težav pri pripravi prilagojene diete za tiste, ki imajo izkazane zdravstvene težav.

V zavodu pri načrtovanju dietnih obrokov (Slika 17) največkrat sodelujejo starši (89 %), organizator prehrane (80 %) in vodja kuhinje oz. organizator (78 %), ponekod pa tudi zdravnik (46 %) ter specialist dietetik v kliniki (17 %). Pod drugo so navajali še vzgojiteljice, vodjo vrtca, socialno delavko, učence, učitelje.



Slika 117: Kdo sodeluje pri načrtovanju dietnih obrokov (možnih je več odgovorov) ?

Zanimalo nas je, kako pogosto v zavodu ponujajo obroke brez mesa. Dobra polovica je takih, ki 1-krat tedensko ponujajo brezmesni dan, 17 % jih ponuja 2-3-krat mesečno in 12 % 1-krat na mesec. Desetina je takih, ki imajo v ponudbi brezmesni dan večkrat na teden, v 8 % pa nikoli (Slika 18). V 19 % zavodov nudijo tudi stalno možnost brezmesnega menija (lakto-ovo) vegetarijanstvo. V 17 % šol je bilo tudi preverjeno iz razgovora in predhodno pridobljenega mesečnega jedilnika ali brezmesni obroki izkazujejo ustrezno nadomestitev mesa in ali so pripravljeni v skladu s Smernicami zdravega prehranjevanja (MZ, 2005) in Praktikumom jedilnikov (MZ, 2008). Ugotovljeno je bilo, da so bili v 83 % obroki ustrezni, v 17 % pa delno ustrezni. **Dejansko ustreznost brezmesnih obrokov bi bilo možno ugotoviti le z izvedbo podrobnejše analize, ki bi izkazovala ustreznost vključevanja zamenjav za meso.**



Slika 128: Kako pogosto v zavodu v povprečju ponujajo brezmesni dan?

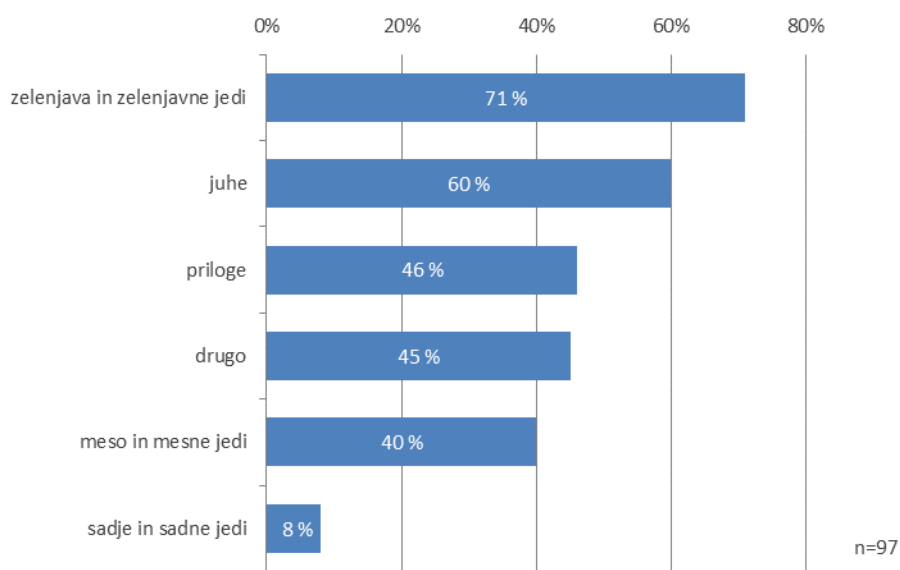
Ostanki hrane

Najpogosteje otroci zavračajo zelenjavo in zelenjavne jedi (71 %), najmanj pa sadje in sadne jedi (8 %) (Slika 19). V povprečju je ocenjeni (s strani organizatorja prehrane) količinski delež zelenjave in zelenjavnih jedi, ki jih zavržejo 41 %, sadja in sadnih jedi pa 5 %. Poleg že v naprej podanih jedi (Slika 20), so navajali še ribe in ribje jedi, nove jedi, polnozrnat izdelke, enolončnice. Ponekod količine odpadkov ne merijo, zato podatka ni bilo mogoče pridobiti, spet pri drugih navajajo, da ni odpadka ali

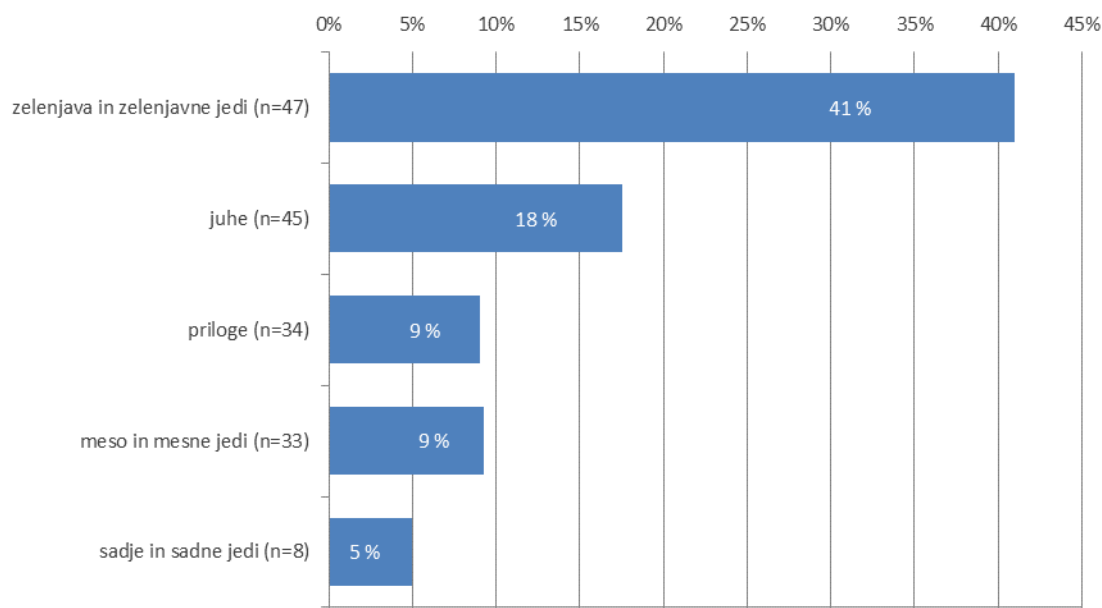
je le tega zelo malo. V dobri polovici zavodov navajajo, da se trend odpadkov ne spreminja, medtem ko se v 44 % trend zmanjšuje in v 4 % narašča. Pri določitvi ostankov smo izhajali iz približne ocene, ki so jo podali predstavniki zavodov. Večina zavodov namreč količinsko ne meri ostankov hrane ločeno (npr. po skupinah živil).

Z namenom, da bi v zavodih zmanjšali količino hrane, ki jo zavržejo, se poslužujejo različnih ukrepov in sicer:

- velik pomen dajejo vizualnemu izgledu obroka;
- uporabljajo različne načine priprave hrane (manjši koščki, pasirana hrana, predvsem v primerih zelenjave (kremne juhe, omake, ...));
- racionalno načrtujejo količine pripravljene hrane;
- glede na izkušnje, vrsto hrane, ki ostaja pripravijo v manjših količinah;
- otroci si sami odmerjajo količino hrane na krožnik; oziroma kuharji porcionirajo hrano glede na njihovo željo;
- prilagajajo se tako, da pogosteje ponujajo tiste jedi, ki jih učenci pojedjo;
- kruh in sadje, ki ostaneta pri obroku dajo v učilnice, kjer si ga otroci lahko vzamejo (sadje, kruh, pekovski izdelki, jogurti, namazi, ...);
- pri razrednih urah, dajejo poudarek promociji zdrave prehrane ter pravilnemu odnosu do hrane;
- dežurni učitelji pri malicah spodbujajo učence k zdravemu prehranjevanju;
- organizirajo razne naravoslovne, tehnične dneve, na temo prehrane;
- organizatorji prehrane sodelujejo z drugimi zaposlenimi na šoli, kjer se pogovarjajo o tem, kaj otroci zavračajo in kako bi to rešili;
- pri pripravi jedilnikov upoštevajo tudi želje otrok (izvajajo ankete);
- občasno izvedejo predstavitev (degustacije) novih živil, ki jih nato glede na sprejetost rutinsko vključijo v jedilnike;
- pri uvajanju nove hrane otroke vzpodbujajo in jim jo večkrat ponudijo, da se navadijo okusov, če pa ugotovijo, da jed ni bila dobro sprejeta, jo opustijo.



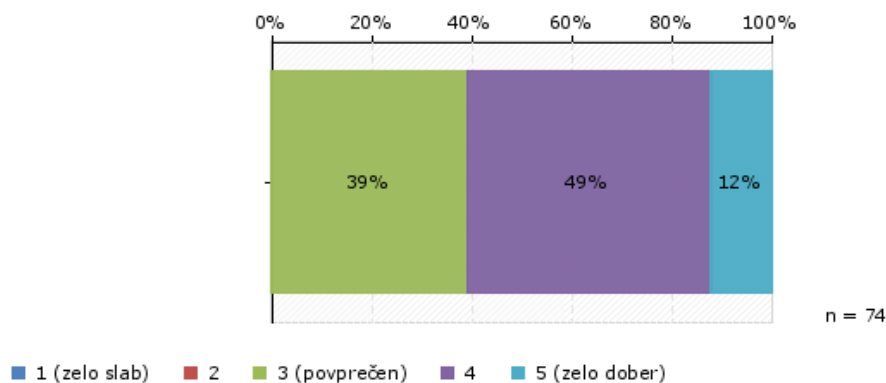
Slika 19: Vrste hrane, ki se najpogosteje zavračajo s strani otrok.



Slika 130: Povprečje deleža (v %) jedi, ki jih zavod zavrže.

Splošni izgled postreženega obroka

V sklopu strokovnega spremljanja je bil v 71 % preverjen tudi izgled samega postreženega obroka. Dobrih 90 % obrokov je bilo ustreznih oz. zadovoljivih, 5 % je bilo razkuhanih jedi, predvsem so problematične testenine in krompir, 3 % pa je bilo preslanih jedi in sicer solata in pečenica. Obroki so bili ocenjeni tudi glede na lestvico od 1 do 5, pri čemer je 1 zelo slab in 5 zelo dober. Skoraj polovica obrokov je bila ocenjena kot dobrih (ocena 4), 39 % je bilo povprečnih, in 12 % zelo dobrih (Slika 21).

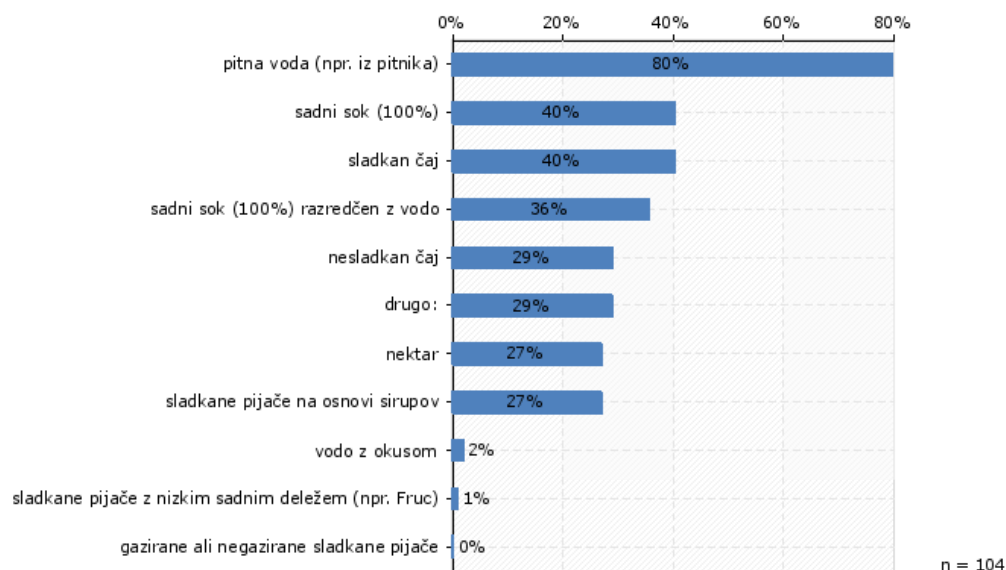


Slika 141: Ocena postreženega obroka na lestvici od 1 do 5 (1 = zelo slab, 5=zelo dober).

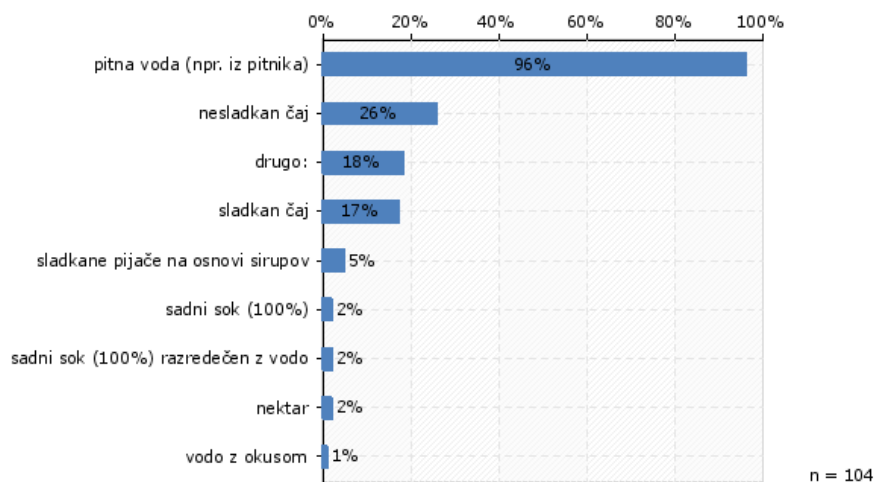
Stalna dostopnost do napitkov in pijač

Ob obroku imajo otroci v največ zavodih običajno (najpogosteje) na voljo pitno vodo (80 %), v najmanj pa pijače z nizkim sadnim deležem (npr. Fruc) (1 %), ter vodo z okusom (2 %) (Slika 22). Gaziranih ali negaziranih pijač z dodanim sladkorjem v pregledanih zavodih ne ponujajo, ponujajo pa sladkane pijače na osnovi sadnih sirupov (27 %). Pod drugo so navajali, da otroci ob obroku ponekod dobivajo tudi manj sladkan čaj, kompot, limonado, mleko, kakav in cedevito. Tudi med obroki imajo v

večini zavodov (96 %) najpogosteje na voljo vodo, ponekod pa ponujajo tudi nesladkan (29 %) in sladkan čaj (26 %) (Slika 23). Navajali so še manj sladkan čaj in kompot.



Slika 152: Vrste napitkov, pijač, ki jih imajo otroci običajno (najpogosteje) na voljo OB OBROKU. Možnih je več odgovorov.



Slika 163: Vrste napitkov, pijač, ki jih imajo otroci običajno (najpogosteje) na voljo MED POSAMEZNIMI OBROKI. Možnih je več odgovorov.

Stalna dostopnost do sadja/zelenjave

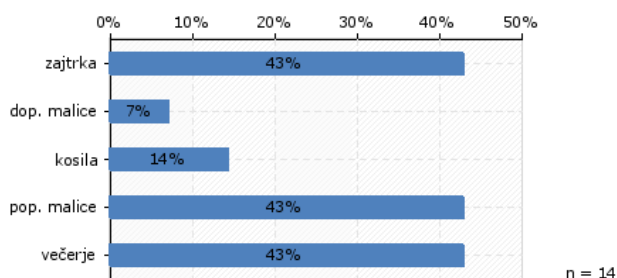
V 20 % zavodov ne zagotavljajo sadja in/ali zelenjave v vsakem obroku, v 65 % pa v vsakem obroku. Pod drugo so navajali, da ponujajo vsaj v enem obroku oz. občasno. Skoraj isti odstotek zavodov (66 %) ponuja sadje in/ali zelenjavo tudi med obroki. Navajajo tudi, da niso vključeni v SŠS in je zato ponudba sadja in/ali zelenjave pri njih manjša, le občasna in ne vedno. Pri zajtrku praviloma strokovne delavke ne ponudijo sadja in jih vodja prehrane ne more prepričati, da bi ga ponujale.

Prodajni avtomati s hrano in pijačo

Zanimalo nas je ali kljub prepovedi uporabe avtomatov s hrano, le te še vedno uporabljajo. Ugotovili smo, da so prisotni še v 4 % ob sočasni organiziranosti prehrane v zavodu. V polovici primerov avtomati niso opremljeni s priporočenimi skupinami živil, druga polovica pa le delno.

Obseg šolske prehrane in režim ponudbe posameznih obrokov

Večina zavodov (87 %) ponuja/organizira vse obroke glede na čas izvajanja pouka ali varstva, kot je navedeno v Smernicah zdravega prehranjevanja (MZ, 2005). Med tistimi, ki ne ponujajo vseh obrokov (13 %), jih v enakih deležih (43 %) ne ponuja zajtrka, popoldanske malice ter večerje, nekaj pa je tudi takih, ki ne ponujajo kosila (14 %) in dopoldanske malice (7 %) (Slika 24). Skoraj vsi (88 %) zavodi se držijo pravil glede časovne razporeditve obrokov (npr. zajtrk 7.-7.30 ure; dop. malica 9.30-10. ure; kosilo 13.30-13. ure; pop. malica 15.-15.30 ure; večerja 18.-19. ure) oziroma je med ponujenimi obroki vsaj 2 uri presledka.



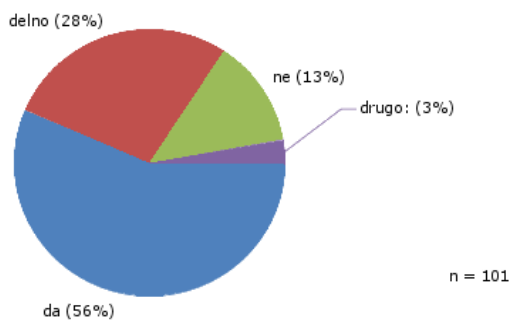
Slika 174: Katerega obroka v zavodu ne ponujajo glede na čas pouka ali varstva?

Zadovoljstvo uporabnikov

67 % zavodov redno (npr. vsaj 1-krat letno) izvaja anketiranje uporabnikov z namenom, da bi ugotovili ali so zadovoljni s ponudbo obrokov in te ugotovitve tudi prenašali v prakso. Anketiranje ne izvajajo v 16 % zavodov, v 7 % pa delno oz. občasno. Nekateri so navajali (10 %), da ga izvajajo le občasno na nekaj let.

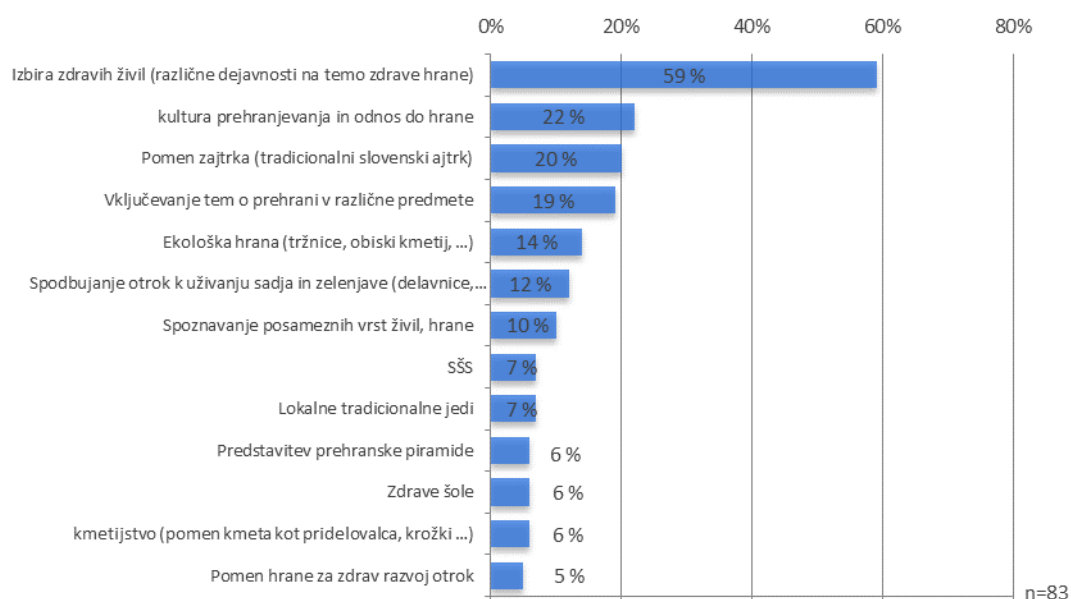
Vzgojno-izobraževalne dejavnosti v letnem delovnem načrtu

Dobra polovica zavodov v letni delovni načrt vključuje vsebine prehrane glede na zaznano problematiko v tekočem šolskem letu in skrbi, da jih tudi uresničuje, medtem ko v 28 % te vsebine vključujejo le delno, v 13 % pa jih ne vključujejo (Slika 25).



Slika 185: Ali zavod v letni delovni načrt vključuje vsebine prehrane glede na zaznano problematiko v tekočem šolskem letu in skrbi, da jih tudi uresničuje.

V letni delovni načrt zavodi večinoma vključujejo vsebine na temo zdrave prehrane (59 %). Na to temo prirejajo razne delavnice, naravoslovne dni ... Veliko ur je namenjenih tudi kulturi prehranjevanja in odnosu do hrane (22 %), ter pomenu zajtrka, pri katerem največji poudarek dajejo Slovenskemu tradicionalnemu zajtrku (20 %). Vsebine o prehrani skušajo vključevati v vse predmete (19 %). Z ekološko hrano (14 %) se spoznavajo na raznih tržnicah, delavnicah, kmetijah, naravoslovnih dnevih, na katerih dajejo tudi velik poudarek promociji in spodbujanju uživanja sadja in zelenjave (12 %) (Slika 26).

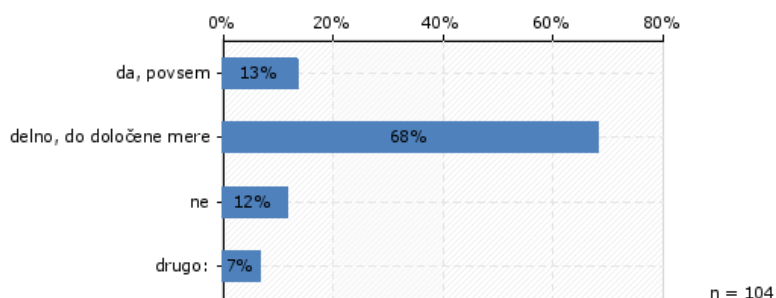


Slika 196: Vsebine/teme, ki jih zavodi vključujejo v letni delovni načrt. Možnih je več odgovorov.

4.4 Izbor in nabava živil

Vključitev kakovostnih meril v razpisu

Le 13 % zavodov v razpisu povsem vključuje merila, s katerimi opredeljuje nabavo živil iz svojega lokalnega okolja oziroma hrane, ki je pridelana/predelana na območju Slovenije. Delno ta merila vključuje 68 % zavodov, 12 % pa jih sploh ne vključuje (Slika 27). Navajali so še, da je problem pritegniti lokalnega dobavitelja ali da kmetje ne ustrezajo razpisanim merilom. Ponekod imajo razpis pripravljen tako, da se lahko prijavi vsakdo. Zavodi od lokalnih kmetov pogosto ne nabavljajo zaradi nezadostne količinske in časovne razpoložljivosti živil.

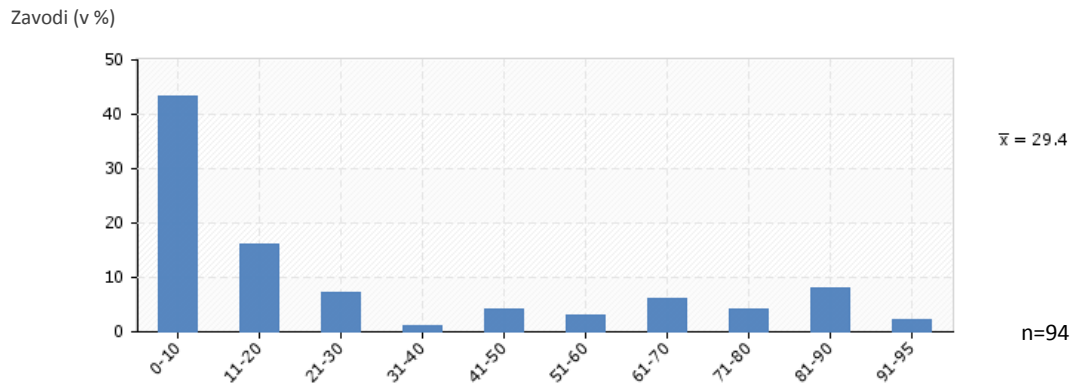


Slika 207: Ali zavod v razpisu vključuje merila, s katerimi opredeljuje nabavo živil iz svojega lokalnega okolja oziroma hrane, ki je pridelana/predelana na območju Slovenije?

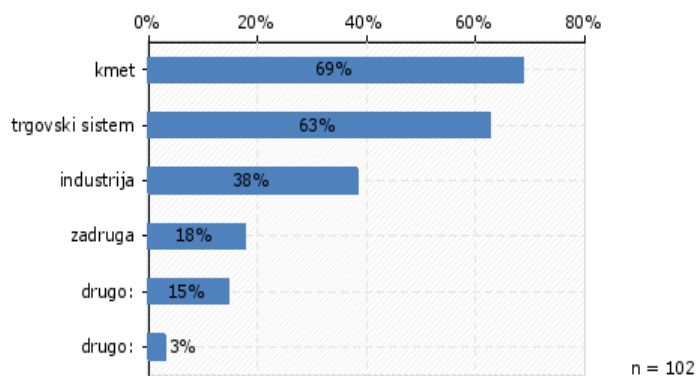
Vključitev lokalno pridelanih/predelanih živil.

Glede na celotno javno naročilo predstavljajo živila iz lokalne pridelave/predelave v povprečju 29 % vseh živil javnega naročila. Od tega je 4 % takih, ki so navedli, da ne naročajo živil pri lokalnih pridelovalcih/predelovalcih. Maksimalen količinski delež vseh živil iz lokalne pridelave/predelave znaša od 91 % do 95 %, v tolikšnem deležu izvajajo naročanje v 2 % zavodov. Največ zavodov (42 %) uspe vključiti lokalno pridelana/predelana živila v 2 % do 10 % (Slika 28).

Največ lokalno pridelanih/predelanih živil zavodom dostavljajo kmetje (69 %) in trgovski sistemi (63 %), pod drugo so izpostavljali predvsem mlekarne in mesnice. (Slika 29).



Slika 218: Kolikšen približen količinski delež (v %) glede na celotno javno naročilo predstavljajo vsa živila iz lokalne pridelave/predelave?

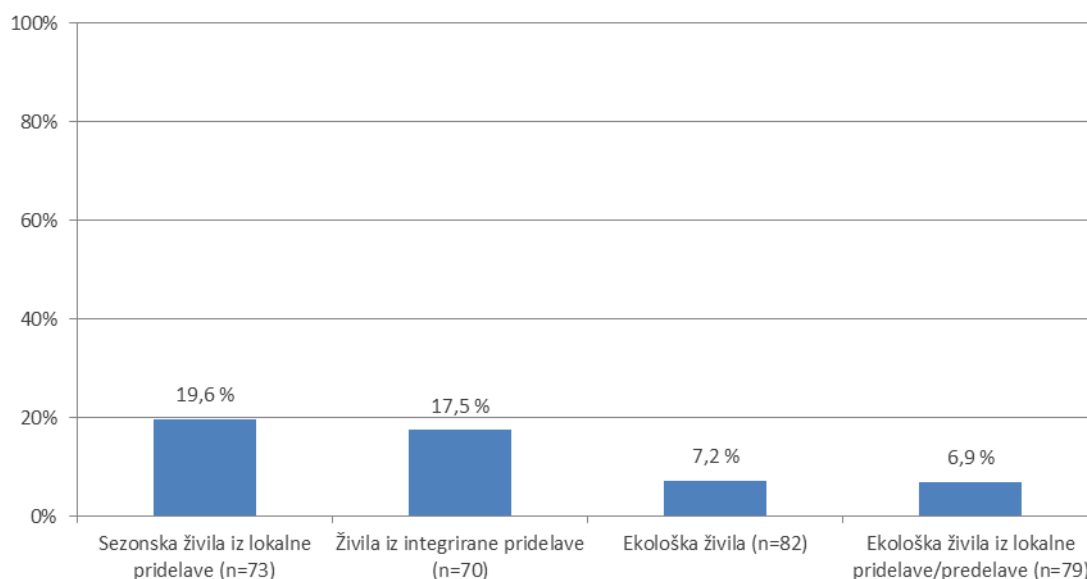


Slika 29: Kateri dobavitelj zavodu dostavlja največ lokalno pridelanih/predelanih živil?

Vključitev ekološke in sezonske ponudbe

Ugotovili smo, da zavodi v prehrano vključujejo v največjem deležu sezonska živila iz lokalne pridelave, v povprečju 19,6 %, ter živila iz integrirane pridelave, v povprečju 17,5 % glede na celotno javno naročilo. Le majhen odstotek zavodov vključuje tudi ekološka živila (7,2 %) ter ekološka živila iz lokalne pridelave/predelave (6,9 %) (Slika 30). Kot vzrok za majhen odstotek vključevanja lokalno pridelanih/predelanih živil se navaja v prvi vrsti premajhna ponudba živil pri lokalnih kmetih. Lokalni pridelovalci ne zadostijo potrebam zavodov, ali pa ponudbe sploh ni. Kot drugi najpogostejši vzrok je, da se okoliški pridelovalci/predelovalci na razpise sploh ne prijavijo, saj so razpisi v večini primerov

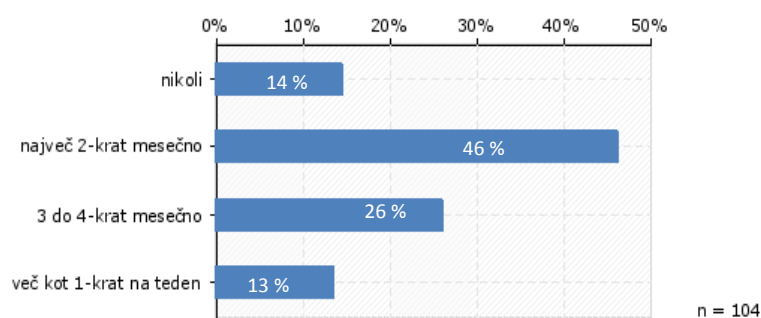
prilagojeni tako, da je cena pomembnejša kot kvaliteta, zaradi česar lokalna in ekološka živila velikokrat ne ustrezajo razpisu, saj so v večini primerov tudi nekoliko dražja. Problem pa predstavlja tudi preobsežna dokumentacija, ki je potrebna ter neustrezna kakovost živil.



Slika 220: Povprečni približni količinski delež (v %), glede na celotno javno naročilo, za sezonska živila iz lokalne pridelave, živila iz integrirane pridelave, ekološka živila in ekološka živila iz lokalne pridelave/predelave.

Vključitev odsvetovanih živil - Polpripravljeni in gotovi izdelki ter instant izdelki

V skoraj polovici zavodov ponujajo polpripravljene, gotove in/ali instant jedi največ 2-krat mesečno, 3 do 4 - krat mesečno v 26 % zavodov in kar v 13 % zavodov ponujajo te izdelke več kot 1 – krat na teden. Le 14 % zavodov je navedlo, da polpripravljene, gotove in/ali instant jedi ne vključujejo v svoje obroke (Slika 31).

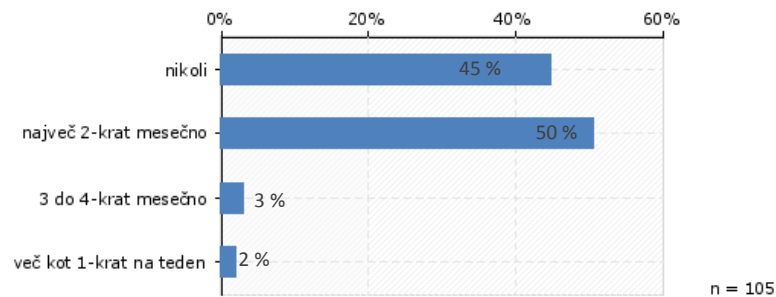


Slika 231: Pogostost vključevanja v obroke polpripravljene, gotove in instant jedi.

Uporaba postopkov priprave

Zanimalo nas je tudi, kako pogosto v zavodih vključujejo v obroke postopke priprave, kot sta pretirano praženje in cvrtje v globoki maščobi. Le majhen odstotek je takih zavodov, ki te postopke uporablja 3 do 4- krat mesečno (3 %) ali celo več kot 1-krat na teden (2 %). Večina (50 %) jih je

navedla, da pretirano praženje in cvrtje v globoki maščobi vključujejo v obroke največ 2-krat mesečno, medtem ko skoraj polovica zavodov (45 %) se teh postopkov ne poslužuje nikoli (Slika 32).

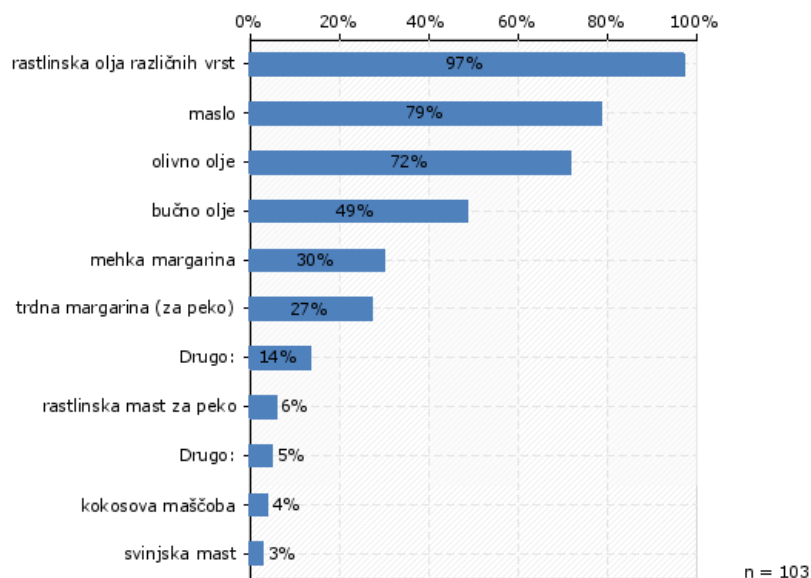


Slika 242: Pogostost vključevanja v obroke postopke priprave, kot sta pretirano praženje in cvrtje v globoki maščobi.

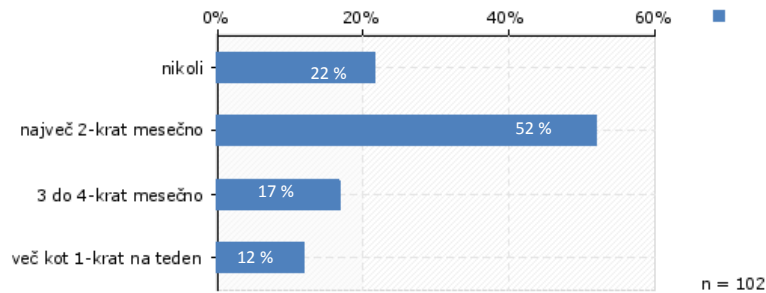
Uporaba in vrsta maščob

Skoraj v vseh zavodih (97 %) uporabljajo pri pripravi živil rastlinska olja različnih vrst, veliko se uporablja tudi maslo (79 %) in olivno olje (72 %), najmanj pa svinjska (3 %) in kokosova (4 %) mast (Slika 33). Pod drugo so navajali še razne dietne margarine, pa tudi laneno, repično, gorčično olje in smetano.

Dobra polovica zavodov v svoje obroke največ 2-krat mesečno vključuje tudi odsvetovane maščobe (maščobe živalskega izvora, kokosova maščoba, trda margarina ipd.), 22 % pa teh maščob ne uporablja nikoli (Slika 34).



Slika 25: Katere vrste maščob zavod najpogosteje uporablja za pripravo živil?



Slika 26: Kako pogosto zavod mesečno vključuje v obroke odsvetovane maščobe (maščobe živalskega izvora, kokosova maščoba, trdna margarina ipd.)?

Primernost vključitve skupin živil glede na posamezne starostne skupine otrok in poraba soli

Le dobra polovica (52 %) se pri pripravi obrokov povsem drži pravil iz Smernic zdravega prehranjevanja (MZ, 2005), ki opredeljujejo določene specifične za najmlajše starostne skupine otrok npr. uporaba polnomastnega mleka do starosti dveh let, prednostno vključevanje pasteriziranega mleka pred UHT, izogibanje ribam s kostmi, morskim sadežem, arašidom in drugim pogostim alergenom, mlečnim izdelkom oz. desertom z dodanim sladkorjem in večjo vsebnost aditivov 41 % zavodov sledi Smernicam le delno, 5 % zavodov pa Smernic sploh ne uporablja.

Da bi prispevali k bolj zdravim obrokom si v večini zavodov (84%) prizadevajo, da bi zmanjšali porabo soli npr. umik solnic iz miz, navajajo dodajanje manj soli pri pripravi hrane, manjšo uporabo soli z dodatkom dehidrirane zelenjave in natrijevega glutaminata ipd., preostalih 16% pa si za ta cilj prizadeva le delno.

5. KLJUČNE UGOTOVITVE STROKOVNEGA SPREMLJANJA

Skupne ugotovitve so, da se sprejete Smernice zdravega prehranjevanja v vzgojno-izobraževalnih zavodih (MZ, 2005) **ne uresničujejo v zadostni meri**, kljub temu da so po Zakonu o šolski prehrani (Ur. l. RS, št. 3/2013) obvezujoče.

V okviru opazanj, prejetih podatkov ter na podlagi prejetih mnenj s strani vodstva, vodij prehrane in kuharskega osebja ugotavljamo sledeče:

- Po večini dajejo zavodi veliko pozornosti vsebinam zdrave prehrane v okviru svojih zmožnosti. Vsebine na temo zdrave prehrane vključujejo v redne dejavnosti šole (kot del učnih vsebin), pa tudi v izvenšolske dejavnosti. V letnih delovnih načrtih so dejavnosti, s katerimi se vzpodbuja zdravo prehranjevanje in kulturo prehranjevanja sicer opredeljene, vendar po mnenju vodstva in vodij prehrane so te pogosto opredeljene presplošno, ne odražajo dejanske problematike in se v praksi slabo uresničujejo. Poleg tega tudi niso zapisane številne dejavnosti, ki jih sicer zavodi na tem področju v praksi izvajajo.
- Pri sestavi jedilnika je težko uskladiti želje otrok, staršev in priporočil zdravega prehranjevanja. Starši kot plačniki pogosto vplivajo na odločanje o vrsti ponujene hrane. Po mnenju vodij prehrane otroci zaradi siceršnjih slabih prehranskih navad pogosto zavračajo zdravo ponudbo.

- Ponekod se pojavljajo težave pri pestrosti ponujenih obrokov (zajtrk, dop. malica, kosilo). Jedilniki se pogosto ponavljajo oziroma so enolični.
- Vedno več zavodov omogoča otrokom dostop do sadja, napitkov in drugih priporočenih izbir tudi med odmori iz posebnega kotička (običajno vezano na izvajanje Sheme šolskega sadja).
- V obroke se ponekod prepogosto vključujejo pekovski in slaščičarski izdelki z veliko vsebnostjo maščob oz. sladkorja in pijače z dodanim sladkorjem, največkrat z razlogom, da otroci priporočena živila zavračajo. Pogosto gre tudi za predpakirana živila z dodanimi aditivi. Zaradi težav z dobavitelji se zelo veliko uporablja zamrznjena ali konzervirana zelenjava.
- Kljub temu, da se organizatorji prehrane in vodje kuhinje trudijo zmanjšati porabo sladkorja, soli in maščob v postopkih priprave jedi, pa se ponekod še vedno prepogosto uporabljajo odsvetovani postopki priprave (pečenje, cvrenje v globoki maščobi) in odsvetovane vrste maščob (npr. kokosova maščoba, trdne margarine, rastlinske masti, živalske maščobe). Prepogosto se uporabijo tudi instant juhe in omake, dehidrirana zelenjava z ojačevalci okusa (npr. natrijev glutaminat) ter gotove (oz. polpripravljene) jedi.
- Zelo malo zavodov opravlja samonadzor nad implementacijo smernic, prav tako zelo malo zavodov načrtuje jedilnike z uporabo metode priporočenega dnevnega števila enot posameznih skupin živil, še zlasti pa se ne poslužujejo računalniških programov za hranilno in energijsko ovrednotenje (npr. OPKP), zaradi česar so lahko jedilniki neustrezno (neuravnoteženo) sestavljeni.
- Zaradi transporta v dislocirane enote se pogosto sprejme določene omejitve, ki vplivajo na kakovost jedilnika, saj vse jedi niso primerne za transport (npr. ribe). Poleg tega se po mnenju vodij prehrane zavodi srečujejo s slabo izbiro ponujenih rib na trgu- predvsem rib, primernih za najmlajše (npr. problem s pojavljanjem koščic v filejih) oziroma imajo največkrat možnost nabave zamrznjenih rib oz. izdelkov .
- Ponekod zavodi težko zagotovijo režim ponudbe, ki bo skladen s priporočili, predvsem tam, kjer kuhinja pripravlja obroke za več naročnikov (zunanji naročniki, drugi vzgojno izobraževalni zavodi).
- Ponekod imajo določene prostorske omejitve v kuhinji in/ali pomanjkanje zaposlenih v kuhinji, kar pomembno vpliva na kakovost priprave obrokov in končno ponudbo.
- Pogosto so zavodi tudi kadrovsko zelo podhranjeni ali pa imajo za kvalitetno planiranje in izvajanje prehrane (tudi dietne) premalo časa. Zaradi bolniških odsotnosti se pogosto srečujejo s časovno stisko v kuhinji.
- Kuharjem (tehnično osebje) velikokrat ni omogočeno izobraževanje, zaradi česar je njihovo znanje o načinu priprave hrane lahko neustrezno. Po mnenju vodstva in vodij prehrane je razlog v nesistemskem zagotavljanju finančnih virov za njihovo izobraževanje ter v nadomeščanju kadra v primeru njihove odsotnosti. Poleg tega je ponudba primernih izobraževanj zelo skromna, prav tako s tem povezane informacije.
- Sodelovanje in komunikacija med organizatorjem prehrane in vodstvom ter osebjem v kuhinji pogosto nista ustrezni. Organizator oziroma vodja prehrane naj bi bila ozaveščena, strokovno usposobljena oseba, ki bi morala imeti vse kompetence odločanja na osnovi strokovnih znanj in uresničevanja veljavnih prehranskih smernicam. V zavodih je sistem vzpostavljen tako, da je organizator prehrane istočasno tudi nadrejena oseba kuharskemu osebju. V primeru

osnovnih šol to ni zagotovljeno, kar najverjetneje vpliva tudi na to, da se organizacijo šolske prehrane (npr. kosil) največkrat prepušča vodji kuhinje.

- Zavodi v nekaterih primerih premalo storijo, da bi zaščitili otroke pred agresivnim oglaševanjem nezdrave hrane in pijač v šolskem okolju. V jedilnicah se npr. pojavljajo reklamni napisi proizvajalcev sladkih pijač, ponekod se omogoča celo neposredno trženje (npr. razdeljevanje reklamnih izdelkov na šolskih hodnikih) ipd.
- Zavodi se srečujejo s pretežno slabim odzivom lokalnih ponudnikov, sezonske ponudbe in eko ponudbe. Poleg tega lahko visoka cena lokalno pridelanih živil in/ali ekoloških živil omejuje izbor živil za jedilnike. Zelo oddaljeni zavodi imajo lahko še večje težave z dobavitelji, saj za dobavitelje niso zanimivi.
- Zavodi pogosto izpostavljajo problem nabave dietnih živil. Pogosto nimajo opredeljenega posebnega sklopa znotraj dokumentacije javnih naročil, kar je posledično vezano na to, da morajo dietna živila nabavljati ločeno (pogosto tudi izven delovnega časa). Zaradi neuskkljenosti s starši otroci pogosto dietna živila zavračajo. Zavodi tudi ugotavljajo, da ponudniki ob sklenitvi pogodb o dobavi hrane zagotovijo dobavo zelenih živil, pri izvedbi pa se tega ne držijo, kar je lahko tudi problematično z vidika zagotavljanja ustreznosti dietne prehrane.
- V več zavodih so izpostavili, da imajo težave pri javnih razpisih za naročanje živil. Izrazili so potrebo po brezplačni pomoči pri pripravi javnih razpisov za živila. Izrazili so tudi potrebo po pomoči pri iskanju lokalnih dobaviteljev. Veliko zavodov najema zunanjo strokovno pomoč (pravnika), vendar s tem niso vedno zadovoljni, saj se ne upošteva v celoti predlogov org. prehrane, saj je v ospredju potreba po zadostitvi pravnih zahtev.
- Zavodi so se večinoma zelo pozitivno odzvali na strokovno spremljanje, pozitivne izkušnje s spremljanjem in svetovanjem pa imajo tudi izvajalci strokovnega spremljanja. Zavodi prejmejo strokovno mnenje o prehrani, odziv vodstva zavodov je različen.
- Na splošno je več odstopanj in problemov zaznani v šolah kot v vrtcih.

6. PRIPOROČILA ZA KREPITEV ZDRAVE PREHRANE V VZGOJNO-IZOBRAŽEVALNIH ZAVODIH

Vzgojno-izobraževalnim zavodom v skladu z 20. členom Zakona o šolski prehrani svetujemo nekatere dejavnosti in ukrepe, ki lahko pripomorejo k izboljšanju kvalitete in organizacije dela ter izboljšanju ponudbe obrokov za otroke, učence in dijake:

- V letnih delovnih načrtih naj se opredelijo konkretne dejavnosti, s katerimi se bo vzpodbujalo zdravo prehranjevanje in kultura prehranjevanja. Te dejavnosti naj bodo opredeljene na osnovi ugotovljenega stanja na zavodu oziroma naj odgovarjajo zaznanim problemom. Z letnim delovnim načrtom naj se tudi konkretno opredelijo cilji, aktivnosti in izdelki ter terminski načrt za njihovo izvedbo. Ob tem predlagamo, da zavodi opredelijo v načrtih tudi vse aktivnosti, ki jih izvajajo npr. v okviru:
 - projekta Tradicionalni slovenski zajtrk
http://tradicionalni-zajtrk.si/o_nas/naravoslovni_dan/
 - Sheme šolskega sadja in zelenjave

<http://www.shemasolskegasadja.si/pridelovalci/seznam-kmetij-ki-nudijo-ogled-proizvodnje-vrtnin>

- Vodjem prehrane svetujemo, da se pri zagovorništvu načrtovanja in ponudbe zdravih obrokov sklicujejo na Zakon o šolski prehrani (Ur. l. RS, št. 3/13). Po tem zakonu se pri organizaciji šolske prehrane upoštevajo Smernice za zdravo prehranjevanje v vzgojno-izobraževalnih zavodih, ki jih je 11. avgusta 2010 potrdil Strokovni svet Republike Slovenije za splošno izobraževanje. Omenjene smernice temeljijo na dokumentih, ki so bili v zadnjih letih sprejeti s strani Ministrstva za zdravje in so postali za zavode obvezujoči (Smernice zdravega prehranjevanja v vzgojno-izobraževalnih zavodih (MZ, 2005), Praktikumjedilnikov zdravega prehranjevanja (MZ, 2008) in Priročnik z merili kakovosti za naročanje hrane (MZ, 2008)). V pomoč so lahko tudi strokovna mnenja izvajalcev strokovnega spremljanja, v primeru dodatne pomoči pa se lahko obrnejo tudi na Območne enote NIJZ.
- Zavodom, ki imajo sklenjene pogodbe z zunanji izvajalci za različne storitve (nabava hrane, priprava hrane, dobava hrane, izobraževanja/usposabljanja delavcev ...) svetujemo, da v primeru, ko šola nima vpliva na izbiro živil pri nabavi, le-ti nabavljajo hrano skladno s Smernicami zdravega prehranjevanja v vzgojno-izobraževalnih zavodih (MZ, 2005) oziroma Priročnikom z merili kakovosti za javno naročanje hrane (MZ, 2008). V primerih, ko zavod nima vpliva na izbor živil se namreč dogaja, da lahko zunanji izvajalec zaradi ekonomskih in drugih razlogov izbira neustrezne prehranske izbire za otroke (npr. izdelki za hujšanje, ki se prodajajo izključno od vrat do vrat).
- Zavodom svetujemo večjo pestrosti ponujenih obrokov (zajtrk, dop. malica, kosilo). Jedilniki naj se ne bi ponovili v več kot treh tednih oz. v 21 dneh.
- Vsem zavodom svetujemo, da med obroki zagotovijo dostop do sadja in vode (npr. iz pitnikov), nesladkanih ali malo sladkanih čajev (do 10 g (2 žlički) sladkorja na 1 L čaja) ter 100 % sadnih sokov, ki se jih poljubno razredči z vodo.
- Predlagamo, da se čim bolj omeji ponudba pijač z dodanimi sladkorji (sadni sirupi, ledeni čaji, nektarji...), sladkarij, sladkega pekovskega peciva – kot del ponudbe in ob raznih praznovanjih (rojstnodnevne zabave), kar dolgoročno lahko vodi k večjemu tveganju za razvoj kroničnih nenalezljivih bolezni. Kot alternativa naj se ponudijo izdelki z manj sladkorja¹, slajeni npr. z medom, z dodatki sadja, ki jih v okviru zmožnosti pripravite sami (brez aditivov). Tudi med obroki naj se omeji pijače z dodanimi sladkorji in ponudi nesladkanih ali malo sladkan čaj ali sokovi s 100 % sadnim deležem, razredčeni z vodo.
- V času pomladanske in jesenske sezone naj se v čim večji meri naroča in uporablja sezonska, sveža zelenjava, v zimskem času pa izdelki kot so npr. kislja repa, zelje ipd.
- Omejiti bi morali pogostnost in količino živil, ki vsebujejo trans maščobne kisline (npr. drobno sladko in slano pecivo, torte, izdelki iz listnatega testa, izdelki iz kvašenega testa in ocvrte sladice, ocvrt krompirček in druge ocvrte jedi, rastlinske masti, trde margarine) in povsem prepovedati nekatera živila (npr. energijske pijače) zaradi njihovega škodljivega vpliva na zdravje otrok. Predlagamo, da ste na to pozorni že pri nabavi živil.

¹ Izdelki z manj sladkorja so tisti, ki imajo spremenjeno recepturo glede dodanih sladkorjev (če gre za pripravo v kuhinji) oziroma vsebujejo največ 5g sladkorja na 100g predpakiranega izdelka.

- Cvrenje v globoki maščobi, kot metoda toplotne obdelave živil, naj se ne uporabi več kot 2-krat mesečno. Pri pripravi jedi tudi odsvetujemo uporabo kokosove maščobe, trdnih margarin, rastlinskih masti, živalskih maščob. Zaradi dodane soli in ojačevalcev okusa (npr. natrijev glutaminat) podobno odsvetujemo uporabo instant juh, jušnih kock in omak (sojine omake), dehidrirane zelenjava z dodatkom natrijevega glutaminata ter gotove (oz. polpripravljene) jedi, mesnih oziroma ribjih izdelkov.
- V zadnjem času opažamo porast uporabe aditivov za proizvodnjo živil, ki so predvsem atraktivna za potrošnika (uporaba različnih barvil, arom, stabilizatorjev). Predlagamo, da se pri nabavi izogibate izdelkom, ki so obarvana z umetnimi barvili, aromatizirana ali slajena z umetnimi sladili (vključno s steviolnimi glikozidi). Več aditivov je običajno prisotnih v izdelkih, ki tudi po hranilni sestavi ne ustrezajo zdravi izbiri (višje vsebnosti enostavnih sladkorjev npr. fruktozno-glukozni sirupi in nekakovostnih maščob). Priporočamo le občasno uživanje mesnih izdelkov (salame, hrenovke, paštete) zaradi vsebovanih konzervansov (sicer nujnih nitritov in nitratov) in stabilizatorjev iz skupine fosfatov. Višje vsebnosti fosfatov najdemo tudi v predelanih izdelkih iz sira (npr. topljeni sir, sirni namazi), za katere priporočamo, da na jedilniku niso pogosto. Opažamo, da imajo nekateri bolj občutljivi posamezniki, med njimi tudi otroci, težave pri sprejemanju citronske kisline, ki je dodana sadnim izdelkom za uravnavanje kislosti. V takih primerih svetujemo, da se izdelkom s citronsko kislino (E330) izogibajo.
- Predlagamo, da zavodi vsaj 1-krat letno opravijo samonadzor s pomočjo vprašalnika v Smernicah zdravega prehranjevanja (MZ, 2005), izpeljejo korekcije glede na zaznana odstopanja, te pa tudi zabeležijo. Predlagamo tudi, da zavodi vsej 2-krat letno hranilno in energijsko ovrednotijo naključne tedenske jedilnike (npr. spomladanski in jesenski) s pomočjo računalniških programov za hranilno in energijsko ovrednotenje (npr. OPKP <http://www.opkp.si/>), ugotovitve in posledično izvedene korekcije jedilnikov pa zabeležijo.
- Zaradi transporta v dislocirane enote se pogosto sprejme določene omejitve, ki pa ne smejo vplivati na kakovost jedilnika. Predlagamo, da se npr. v primeru rib pripravi jedi kot so ribji brodet oziroma druge jedi, ki v recepturi vsebujejo ribo.
- Zavodom, ki pripravljajo obroke za več naročnikov (zunanji naročniki, kot so domovi za starejše, delovne organizacije oz. drugi vzgojno-izobraževalni zavodi) predlagamo, da preverijo ali morda to ne vpliva na neskladen režim prehrane, kot je opredeljen v Smernicah zdravega prehranjevanja (MZ, 2005). V takih primerih je treba v prvi vrsti zagotoviti skladen režim prehrane na primarnem zavodu.
- Zavodom predlagamo, da v primerih, ko določene prostorske in kadrovske omejitve vplivajo na kakovost obrokov, le to pismeno argumentirajo in o tem seznanijo vodstvo, ki naj preuči možnosti o rešitvi problema.
- Tehnično osebje v kuhinji se v nekaterih zavodih ne izobražuje. Predlagamo, da vodstvo zavodov v okviru finančnih in kadrovskih možnosti omogočijo zaposlenim v kuhinji ustrezno redno izobraževanje/usposabljanje o pridobitvi znanj za ustrezne načine priprave hrane.
- Predlagamo, da vsi zavodi vzpostavijo skupine za prehrano (organizator prehrane, vodstvo, osebje v kuhinji, predstavnik staršev, po potrebi pa tudi predstavnik učencev oz. dijakov, predstavnik območne enote NIJZ, predstavnik zunanjega dobavitelja, računovodja ipd.), ki se redno dobivajo, sprejemajo sklepe (zapisniki!) in spremljajo njihovo uresničevanje. Sodelovanje in komunikacija med organizatorjem prehrane in vodstvom ter osebjem v kuhinji

pogosto morata potekati brezhibno. Organizator/vodja prehrane je ozaveščena, strokovno usposobljena oseba, ki mora imeti vse kompetence odločanja na osnovi njegovega znanja in uresničevanja prehranskih smernic.

- Zavodi naj sprejmejo v internih aktih (npr. v letnih delovnih načrtih, pravilih šolske prehrane ipd.) ukrepe, s katerimi bodo preprečevali vsakršno možnost oglaševanja nezdrave hrane in pijač v šolskem okolju (npr. prepoved neposrednega reklamiranja izdelkov v šolah, posrednega oglaševanja, izobešanja reklamnih plakatov, napisov znamk ipd.) oziroma postopek ukrepanja v primeru takih pojavov.
- Zavodom svetujemo, da v čim večji meri izvajajo nabavo pridelkov od lokalnih ponudnikov (npr. s pripravo ločenih sklopov), si ustvarijo sezname potencialnih ponudnikov oziroma izkoristijo potenciale, ki jih nudijo:
 - Shema šolskega sadja in zelenjave
<http://www.shemasolskegasadja.si/pridelovalci/seznam-potencialnih-dobaviteljev-v-sss>
 - Tradicionalni slovenski zajtrk
<http://tradicionalni-zajtrk.si/ponudniki/>
 - razvid ponudbe kmetij na spletnih straneh KGZS
<http://www.kgzs.si/GV/Aktualno/V-srediscu/Novica/smid/402/ArticleID/103.aspx>

Svetujemo tudi, da pri svojem delu uporabljajo:

- Priročnik z merili kakovosti za javna naročanja hrane v vzgojno izobraževalnih ustanovah (MZ, 2008)
[http://www.mz.gov.si/si/medijsko_sredisce/novica/browse/2/article/698/5805/27ffce8a04/?tx_ttnews\[year\]=2008](http://www.mz.gov.si/si/medijsko_sredisce/novica/browse/2/article/698/5805/27ffce8a04/?tx_ttnews[year]=2008)
- Priporočila za javno naročanje živil (MKO, 2013)
http://www.mko.gov.si/fileadmin/mko.gov.si/pageuploads/podrocja/Kmetijstvo/Promocija_SI_kmetijstva/priporocila_JN_zivil.pdf
- Zavodom svetujemo, da v okviru svojih zmožnosti in dogovorov v okviru strokovnega spremljanja upoštevajo in udeležajo predloge za izboljšave, opredeljene v strokovnih mnenjih, ki jih izdaja NIJZ.

