

# Za bolju školsku kuhinju – školska kuhinja za sve

## ANALIZA ANKETE KOJU SU ISPUNJAVALI UČENICI PREDMETNE NASTAVE – PRIJEDLOZI, ODGOVORI, RJEŠENJA

1. Učenici rado pojedu: peciva, muffine, kroasane, voće, griz (ali s čokoladom i kakaom).

**ZAG-PRIJEDLOG:** da se kakao ili suho voće ne stavljaju u obrok, već da budu servirani sa strane pa ih svaki učenik uzme po želji (redari kontroliraju da netko ne uzme previše).

**RJEŠENJE:** Voditeljica prehrane, gospođa Jelena Brnić, prenijet će informaciju glavnoj kuharici.

2. Učenici najčešće ostave: rižu na mlijeku, kuhana jaja, zobene pahuljice u mlijeku i cornflakes u mlijeku.

**ZAG-PRIJEDLOG:** da se sastojci serviraju odvojeno (zasebno zobene pahuljice i cornflakes i zasebno mlijeko) kako bi ih učenici sami pomiješali. Kad ne stoje dugo u mlijeku, ukusniji su.

**RJEŠENJE:** Voditeljica prehrane, gospođa Jelena Brnić, prenijet će informaciju glavnoj kuharici.

3. Željeli bi da se u jelovniku češće nađu sendviči, krafne (ne samo za maškare – barem još jednom u godini), kruh s kobasicom, jogurt s dodacima: chia, zobene pahuljice.

4. Pitaju je li moguće da kuharice pripreme kikiriki maslac, energetske kuglice, zobene kekse ili kolač od maka.

**RJEŠENJE:** Voditeljica prehrane, gospođa Jelena Brnić, prenijet će informaciju glavnoj kuharici.

5. Željeli bi da čaj koji im se posluži bude topao, s malo limuna ili meda.

6. Željeli bi zadržati neku hranu, ali bi htjeli da se promijeni način pripreme:

**ZAG-PRIJEDLOZI:** kuhanu hranu pripremati u vrijeme užine, a ne puno ranije; svaki dan ponuditi voće

**ODGOVOR:** Od siječnja 2023. i Vladine odluke o besplatnom obroku, učenici svakoga dana imaju voće. Ponedjeljkom je na jelovniku suho voće.

**ZAG-PRIJEDLOZI:** promijeniti način pripreme griza, palente, riže na mlijeku, pahuljica i kuhanih jaja (jaja su kuhana puno ranije i hladna su, iz hladnjaka)

**ODGOVOR:** Imamo zaposlenih 7 kuharica, a tražili smo dopuštenje za zaposlenje još četiriju. Kuharice zbog obima posla ne mogu stići skuhati jaja neposredno prije posluživanja.

**ZAG-PRIJEDLOZI:** više komada kruha sa sirom i šunkom (nema dovoljno); ostaviti sendviče, kruh s čokoladnim namazom, burek sa sirom, kruh sa sirom, muffine, peciva, hrenovku u pecivu, pizzu, kroasan; trebalo bi uvijek biti čaša na raspolaganju

**ODGOVOR:** učenici prvih razreda nose svoje boce

**ZAG-PRIJEDLOG:** poticati i ostale da imaju svoje boce

7. **POHVALE UČENIKA:** ako ima viška hrane, kuharice će nam to rado podijeliti; dobro je što se uvijek može uzeti kruha s pulta; pohvala kuharicama za trud, uvijek je sve na vrijeme spremno; kuharice fino kuhaju

## KAKO INFORMIRATI UČENIKE S POTREBAMA ZA PRILAGODBOM JELOVNIKA O PRAVU NA PREHRANU?

Na početku svake školske godine na prvom roditeljskom sastanku svi razrednici imaju obvezu obavijestiti roditelje učenika s potrebom prilagodbe jelovnika da se mogu javiti voditeljici prehrane te će, ovisno o potrebi učenika i mogućnostima kuhinje, pokušati dogovoriti mogućnosti prehrane.

SURADNJA:



## NAČIN PRAĆENJA ZADOVOLJSTVA UČENIKA (NOVIM) JELOVNIKOM

Anketa u kojoj se traži mišljenje učenika ponavljat će se jednom u svakome polugodištu. Učenici polaznici ZAG-a sastavit će anketni upitnik te ga dati VU koji će provesti i analizirati anketu, a o rezultatima izvijestiti Odbor za školsku prehranu.

Primjer upitnika:

Zadovoljan/zadovoljna sam promjenama u školskom jelovniku. DA NE

Predlažem da se u jelovnik za užinu doda \_\_\_\_\_

## SVOJ GLAS DAJ, ZA NAŠU SE KUHINJU ANGAŽIRAJ!

### NAČINI TRAJNOG SUODLUČIVANJA UČENIKA U SASTAVLJANJU JELOVNIKA

- učenicima će se jednom u svakome polugodištu ponuditi anketa u kojoj bi oni mogli davati svoje prijedloge za školski jelovnik
- ustrojiti će se **Odbor za školsku prehranu** čiji će član biti i predstavnik/predstavnica učenika

### ODBOR ZA ŠKOLSKU PREHRANU

Prema smjernicama iz projekta *Živjeti zdravo* HZJZ-a u Školi će se do ožujka 2023. ustrojiti Odbor za školsku prehranu u kojem će biti voditeljica školske prehrane, ravnatelj, kuharica, nadležna liječnica školske medicine, učitelj/ica tjelesne i zdravstvene kulture, učiteljica biologije, predstavnik roditelja te predstavnik učenika predmetne nastave (predsjednik VU).

Odbor će se sastajati jednom u svakome polugodištu. Voditeljica prehrane, kuharica i ravnatelj izvijestit će ostale članove o organizaciji prehrane na razini škole. Predstavnik učenika izvijestit će o rezultatima ankete o zadovoljstvu učenika te o prijedlozima o jelovniku koje su davali učenici. Učitelji biologije i TZK-a usklađivat će interese učenika u skladu sa smjernicama zdrave i pravilne prehrane.

Predstavnik roditelja bit će poveznica s ostalim roditeljima jer je uključivanje roditelja, naobrazba i potpora ključna za uspješno provođenje školske prehrane.

Odbor će, ovisno o potrebama i želji za poboljšanjem prehrane, pripremiti obrasce evaluacije koje će provesti među učenicima i roditeljima.

O svome radu ili o donesenim odlukama važnim za sve Odbor će izvijestiti na školskoj mrežnoj stranici u kartici KUHINJA.

### KAKO DA JELOVNIK OBJAVLJEN NA ŠKOLSKOJ MREŽNOJ STRANICI I ESTETSKI LJEPŠE IZGLEDA?

Polaznici ZAG-a napravili su prijedlog novog izgleda jelovnika koji je prihvatila i voditeljica prehrane te se od veljače na školskoj mrežnoj stranici objavljuje u ovakvom obliku.

### ŠKOLSKI JELOVNIK 6. 2. – 10. 2. 2023.

DAN	DORUČAK – MLIJEČNI OBROK	RUČAK	UŽINA
ponedjeljak	BIJELA KAVA, KRUH, SIR S VRHNJEM, SUHE BRUSNICE	VARIVO OD GRAŠKA S JUNETINOM I NJOKIMA, KOLAČ OD MRKVE, POLUBIJELI KRUH	KLIPIČ, KISELO MLIJEKO
utorak	GRIZ NA MLIJEKU SA ŠUMSKIM VOĆEM, INTEGRALNI KEKS	PEČENA PILETINA, MLINCI, ZELENA SALATA, RAŽENI KRUH	KAKAO KOLAČ
srijeda	MLIJEKO, ŠTRUKLI SA SVJEŽIM SIROM, VOĆE (SHEMA)	GULAŠ OD SVINJETINE SA ŠALŠOM, TIJESTO, SALATA OD KISELIH KRSTAVACA, KUKURUŽNI KRUH	KOMPOT OD ANANASA
četvrtak	JOGURT, PALENTA, BANANA	VARIVO OD MIJEŠANOG POVRČA S PURETINOM, SOK, ŠESTINSKI KRUH	ROLADA, MLIJEKO
petak	MLIJEKO, KROASAN, VOĆE	ŠPINAT, PIRE, JAJA, KRUH SA SUNCOKRETOM	VILIKIS GRČKI TIP JOGURTA, VIŠNJA-NAR

## KAKO PREUZIMATI HRANU?

Poslužavnike (tacne) od kuharica preuzimaju redari. Razrednici trebaju više razgovarati s učenicima o potrebi za pristojnijim ponašanjem u školskoj kuhinji.

## BONTON U BLAGOVAONICI – zlatna pravila za Meštre i Meštrice:

1. Od učionice do blagovaonice ne trčim, već hodam.
2. S poslužavnika na vrhu svog razrednog stola (ne s drugih stolova) uzmem jelo i sjednem na slobodne stolce.
3. Bez pitanja i bez dopuštenja ne uzimam ničiju hranu.
4. Jedem iznad stola, ne mrvim i ne prolijevam napitke po stolu ni po podu. Ne hodam s hranom po blagovaonici.
5. Ne galamim i ne guram druge učenike.
6. Ostatak hrane odložim u posudu za otpatke.
7. Stol i svoje mjesto u blagovaonici pospremim nakon jela.
8. Ne diram hranu koju će jesti drugi učenici, uzimam samo svoju.
9. Hranu ne iznosim iz blagovaonice da se ne prljaju hodnici i učionice.
10. Kada sam redar, prije izlaska iz blagovaonice pregledam razredni stol, vratim poslužavnik na kuhinjski pult, a ako neki učenici nisu počistili za sobom, o tome izvijestim razrednika/razrednicu.

**U BLAGOVAONICI SE LIJEPO PONAŠAJ I SPREMAČICAMA POSAO OLAKŠAJ!**

## ŠTO SE JOŠ MOŽE NAĆI NA MREŽNOJ STRANICI UZ JELOVNIK, A TIČE SE KUHINJE?

- u kartici KUHINJA:
  - napomena roditeljima: *Ako znate da će vaše dijete zbog bolesti, putovanja ili bilo kojeg razloga duže biti odsutno, javite se u školsku kuhinju radi obračuna plaćanja.*
  - brošura nutricionistice
  - mjesečni jelovnici
  - bonton u blagovaonici
  - posjetite korisne stranice:

[Prehrambene smjernice za 5. do 8. razrede osnovnih škola](#)

[Pripremi, spremi i u školu obrok ponesi!](#)

[Deset đачkih sendviča](#)

[Plakat 10-minutno vježbanje za djecu](#)

Fotografije ili crteži hrane mogu biti na zidovima blagovaonice. Mogu ih nacrtati učenici i viših i nižih razreda na satima likovne kulture. Taj smo prijedlog iznijeli učiteljici likovne kulture koja će zajedno s učiteljima razredne nastave osmisliti uređenje prostora blagovaonice.