

## Komentar organizatorja prehrane

Vzgojno izobraževalni zavodi smo zavezani, da načrtujemo, izvajamo in pripravljamo posamezne obroke po priporočilih Smernic za prehranjevanje otrok v osnovni šoli in vrtcu. Smernice je izdalo Ministrstvo za zdravje republike Sloveniji in so javno dostopne na spletu: [http://www.mizs.gov.si/fileadmin/mizs.gov.si/pageuploads/podrocje/Prehrana/Smernice\\_prehrana\\_2010.pdf](http://www.mizs.gov.si/fileadmin/mizs.gov.si/pageuploads/podrocje/Prehrana/Smernice_prehrana_2010.pdf), ki so podpora smernicam iz leta 2005: [http://www.mz.gov.si/fileadmin/mz.gov.si/pageuploads/javno\\_zdravje\\_09/Smernice\\_zdravega\\_prehranjevanja.pdf](http://www.mz.gov.si/fileadmin/mz.gov.si/pageuploads/javno_zdravje_09/Smernice_zdravega_prehranjevanja.pdf).

Natančno je navedeno, kolikokrat in katere vrste mesa morajo biti tedensko vključene v jedilnik, ravno tako za mleko, mlečne izdelke, stročnice itd. Tako pri načrtovanju in pripravi obroka upoštevamo priporočila smernic in seveda tudi želje otrok, verske in kulturne posebnosti okolja v katerem bivamo.

Še vedno smo zavezani zakonu o javnem naročanju, ki še vedno daje prednost dobavitelju z najnižjo ceno. Sami zelo spremljamo kakovost in neoporečnost dobavljenih živil. Če precenimo, da niso ustrezna jih zavrnemo, z dobaviteljem skušamo doseči dogovor ali ga celo zamenjamo. S strani ministra Židana prihaja pobuda, da bi bili javni zavodi izvzeti iz sistema javnega naročanja z merilom cene, kar si zelo želimo, da bi se uresničilo, saj to pobudo že nekaj let vztrajno podajamo Ministrstvu za zdravje. V okviru 20% odstopnja iz javnih naročil, sklenemo pogodbe za odjem živil lokalnih pridelovalcev. Prav tako, glede finančnih možnosti vključujemo v jedilnike ekološka živila (mleko, mlečne izdelke, jajca, goveje meso, goveje hrenovke, kruh, pekovsko pecivo). Tako bi hrenovke kot mesni proizvod ponujene najvišje kvalitete: eko goveje hrenovke, brez konzervansov. Tudi pica je iz ekoloških sestavin iz polnozrnate moke. tako želje naših učencev po "nezdravi prehrani" uravnotežimo s kakovostjo živil obroka. Veliko je vključene sveže zelenjave pri šolski malici, žal jo veliko učencev odklanja. V projektu Zdrave šole, pa jih k zdravemu načinu prehranjevanja in pravilni izbiri živil spodbujamo učitelji in kuhinjsko osebje vsakodnevno.

Trudimo se, da pripravljamo čim več jedi v lastni kuhinji. Vse juhe so pripravljene iz svežih sestavin zelenjave, brez uporabe ojačevalcev okusa. Nekatere priloge, kot so štruklji ipd., žal zaradi količine, omejenega časa in številčnosti kadra, ne moremo pripravljati svežih, temveč jih nabavimo tisti dan ko so na jedilniku. Medtem ko kruhove cmoke, pecivo, krompir, zelenjavne priloge pripravljamo iz svežih sestavin v lastni kuhinji.

Učenci imajo vedno možnost dobiti dodatno porcijo vsakega obroka. Sadje je vsakodnevno ponujeno pri malici in od 12.ure dalje še poleg dveh vrst sadja tudi kruh, ter topel ali hladen napitek, ki si ga učenec v plastičnem lončku lahko odnese k pouku.

Pri kosilu imamo organiziran solatni bar, ki je sestavljen iz treh ali celo več različnih solat in sadja, tako, da učenci izbirajo po lastni želji.

So pa prehranjevalne navade tiste, ki jih otroci prinesejo od doma in velikokrat niso v skladu z zdravim načinom prehranjevanja, zato učenci določeno vrsto hrane odklanjajo, oziroma jo težje sprejemajo.

Milena Renko; učiteljica biologije, gospodinjstva in organizator prehrane