



Osnovna šola Koprivnica
Koprivnica 2, 8282 Koprivnica
☎: 07 49 76 900,
E-pošta: os.koprivnica@guest.arnes.si
Spletna stran: <http://os-koprivnica.si>

ŠOLSKA PREHRANA

Šolsko leto
2022/2023

September, 2022

Projekti, povezani s šolsko prehrano:

Na naši šoli se zavedamo, da je poudarjanje zdrave prehrane pri mladih zelo pomembno. V naše jedilnike vključujemo veliko svežega sadja in zelenjave in se trudimo za raznovrstnost jedi.

Naša šola je vključena v projekt *Šolska shema Evropske Unije*, s katero zagotovimo brezplačni obrok sadje in zelenjave vsaj enkrat tedensko, s tem spodbujamo uživanje lokalnih živil, ki imajo višjo hranilno vrednost, manj aditivov, barvil in konzervansov, več vitaminov in mineralov. Zaradi krajših prevoženih poti pušča manjši ogljični odtis, na izgled so lahko manj privlačna, vendar so kakovostnejša in bolj okusna živila. S tem, ko kupujemo lokalno hrano, ohranjamo delovna mesta v slovenskem kmetijstvu in prispevamo k samooskrbi, skušamo okrepiti lokalne kmetovalce in si tako zagotoviti bolj zdravo hrano, ki je pridelana bližje našem domu.

Vsako leto obeležimo tudi Dan slovenske hrane in izvedemo *Tradicionalni slovenski zajtrk*, ki poteka vsak tretji petek v novembru. Vključuje lokalna živila: polnovredni kruh, maslo, mleko, med in jabolko. Poleg izvedbe zajtrka v tem obdobju potekajo različne promocijske in izobraževalne aktivnosti za učence, ki poglobljajo pomen tega projekta (izvedba tradicionalnega zajtrka, izvedba tradicionalnega kosila, kuharske delavnice, naravoslovni dnevi, vodene oddelčne skupnosti, izbirni predmeti).

Spodbujanje kulturnega in zdravega prehranjevanja

V šolski jedilnici si želimo, da bi dosegli prijetno in kulturno okolje za uživanje šolskih obrokov. V ta namen izvajamo tem temam namenjene oddelčne ure, različne delavnice v podaljšanem bivanju, dežurni učitelji v jedilnici ustvarjajo prijetno okolje in obedovanje, izdelujemo izobraževalne plakate in podobno. V jedilnici si učenci temeljito umijejo roke. Po jedi učenci pospravijo za sabo, ustrezno ločijo odpadke in pobrišejo mize ter uredijo jedilnico.

Komisija za šolsko prehrano

Na šoli deluje komisija za šolsko prehrano, ki jo sestavlja vodstvo šole, vodja vrtca, organizatorica šolske prehrane, predstavnica kuharskega osebja, učiteljice vseh treh triad, predstavnik učencev in predstavnik staršev. Naloge komisije so:

- daje mnenja in predloge o šolski prehrani,
- obravnava predloge in pripombe učencev oziroma staršev v zvezi s šolsko prehrano,
- pripravi predlog pravil obnašanja v šolski jedilnici in ravnanja s hrano in ga predloži ravnatelju,
- druge dogovorjene naloge,
- izvaja kontrolo nad doslednim izvajanjem HACCP-sistema,
- vsakoletno pripravlja Anketo o šolski prehrani za spremljanje zadovoljstva učencev s šolsko prehrano in rezultate analizira in upošteva v prihodnje.

Komisija ima enoletni mandat.

Prijava na šolsko prehrano

V skladu z Zakonom o šolski prehrani se učenci na šolsko prehrano prijavljajo v mesecu juniju za naslednje šolsko leto. Izbirajo lahko med malico, kosilom in popoldansko malico. Šolska prehrana je lahko subvencionirana, vendar pod pogoji, ki jih določa Pravilnik o šolski prehrani.

Odjava od šolske prehrane

Prehrano učenca je potrebno pravočasno odjaviti (gl. Pravilnik o šolski prehrani). V primeru neodjavljene prehrane, se obroki zaračunajo po polni ceni.

Šolska prehrana in vzgojno-izobraževalni cilji

V sklopu šolske prehrane v skladu z vzgojno-izobraževalnimi cilji ter v povezavi s projekti Zdravo šolo in Šolsko shemo, zasledujemo predvsem naslednje cilje:

- spodbujati zdrav način prehranjevanja (naravoslovni dnevi, ki vsebujejo teme zdrave prehrane, izobraževalni plakati o pomenu uživanja lokalnega sadja in zelenjave, plakati na temo pomena zajtrka, različne aktivnosti v oddelkih podaljšanega bivanja na temo zdrave prehrane in kulture prehranjevanja, še posebno v času kosila, dejavnosti v okviru obveznega programa posameznih predmetov);
- uživati uravnoteženo prehrano (jedilniki so pripravljene v skladu priporočenih smernic za prehrano v javnih zavodih),
- izboljšati kulturo prehranjevanja učencev (vsi učenci si morajo pred uživanjem obrokov temeljito umiti roke, kar je predvsem poudarek v oddelkih podaljšanega bivanja, spodbujamo k uporabi vljudnih besed – prosim, hvala; pojesti vse s krožnika, za kar si prizadevajo razredniki, učitelji in dežurni učitelji; jesti počasi in z zaprtimi usti, mirno sedeti za mizo, pojesti toliko, kolikor vzamem),
- navajati na pospravljanje prostora v jedilnici (vsak učenec po obroku pospravi prostor za sabo, nato pa dežurni učenci posameznih razredov pobrišejo mize, pometejo po tleh, če je potrebno; opravljeno delo spremlja dežurni učitelj),
- razvijati spoštljiv odnos do hrane (učitelji spodbujamo, da učenci v celoti pojedjo obrok, če ne, naj ostanke ustrezno odvržejo v pravilni koš; ne meče hrane po tleh),
- mlajše učence navajamo na pravilno uporabo pribora (poseben poudarek uporabe pribora v nižjih oddelkih podaljšanega bivanja, kjer učence pri pravilni uporabi pribora spremlja učitelj),
- spodbujanje učencev k uživanju svežega sadja in zelenjave, sezonskega sadja in zelenjave (pogosto ponujanje svežega sadja in zelenjave učencem pri šolskih obrokih, ki je sezonsko),
- spodbujanje uživanja sezonskih, lokalno pridelanih vrst sadja in zelenjave, mleka in določenih mlečnih izdelkov (projekt Šolska shema Evropske Unije, vključevanje lokalnih pridelkov v jedilnik, projekt Dan slovenske hrane in tradicionalni slovenski zajtrk, obeležje svetovnega dne hrane),
- ozaveščanje učencev in staršev o pomenu uživanja svežega sadja in zelenjave (naravoslovni dnevi, obvezni programi posameznih predmetov, oddelki podaljšanega bivanja),
- spodbujanje k pozitivnemu odnosu do narave in okolja (oddelčne ure, obvezni program posameznih predmetov).
-

Zasledujemo predvsem naslednje cilje:

1. Vzgajati in izobraževati učence za razvoj navad zdravega življenja in navajanje na varovanje zdravja.
2. Vplivati na optimalni razvoj učencev z zagotavljanjem kakovostnih obrokov šolske prehrane.
3. Vzgajati in izobraževati učence o zdravi, varni in varovalni prehrani.
4. Vzgajati in izobraževati učence na odgovoren odnos do sebe, svojega zdravja in okolja.
5. Vzgajati, izobraževati ter razvijati zavest učencev za odgovorno ravnanje s hrano in o kulturi prehranjevanja.

Pripravila: Natalija Salmič, org. šol. prehrane