

Tradicionalni slovenski zajtrk – 16. 11. 2018

ANALIZA IN REZULTATI ANKETE:

<https://docs.google.com/forms/d/1dZ2MMvUSDvs8QowUIb5sFy312AURggAwcUMaefXdVzc/edit>

Število učencev (5.-9.r): **164**

Število učencev, ki redno zajtrkujejo: 68

Število učencev, ki ne zajtrkujejo: 44

Število učencev, ki občasno zajtrkujejo: 73

Število učencev, ki za zajtrk nimajo časa: 20

Število učencev, ki jim hrana zjutraj ne paše: 61

Število učencev, ki zaužijejo: en obrok dnevno: 16

Število učencev, ki zaužijejo: dva obroka dnevno: 21

Število učencev, ki zaužijejo: tri obroke ali več dnevno: 152

Število učencev, ki jedo sadje in zelenjavo - večkrat na dan: 130

Število učencev, ki jedo sadje in zelenjavo - enkrat na dan: 34

Število učencev, ki ne jedo sadja in zelenjave: 7

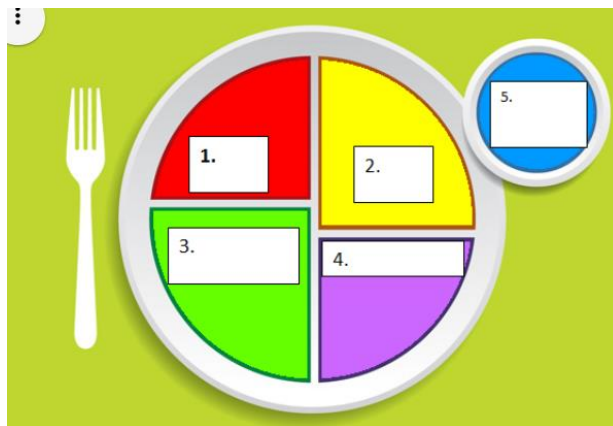
Katere jedi vsebuje tvoj najljubši zajtrk?10 odgovorov

1. kruh marmelada mleko nutela jogurt palačinke jajca
2. Kosmiči, marmelada, kruh, salama, Nutella, toast, Eurokrem, Čokolino, pašteta.
3. nutela na kruhu, marmeladni krof, palačinke, jajce, topli sendvič
4. mlečne izdelke, izdelki iz pekarnice, čokoladne kroglice
5. Kosmiči, mleko, čaj, med, maslo, čokolino, salama, sendvič, palačinke, roladice, sirova štručka.
6. kosmiči in nutella
7. Čokolino, palačinke, maslo in med, Nutella, hrenovke, jajca, toast
8. mleko, Nutella, kruh, kosmiči, kakav, palačinke
9. kosmiči, burek, krof, palačinke
10. kruh, med, maslo, jogurt, kosmiči, mleko, marmelada, čokolino, jabolko

Ali veš, zakaj so v šolah uvedli tradicionalni zajtrk? 10 odgovorov

1. nadaljevanje tradicije, spodbuda zdravega prehranjevanja
2. Da nas opomnijo, kako pomemben je zajtrk.
3. Da učenci vedo, kaj so jedli včasih, in da pojedjo nekaj zdravega.
4. da spodbujamo zdravo življenje
5. Da bi se navadili bolj zdravo jest.
6. da bi vzpodbudili učence k zajtrkovanju, da bi ohranili tradicijo avtohtonih živil, da bi ozaveščali učence h kupovanju lokalno pridelanih živil
7. Da ohranjemo kulturno, dediščino
8. za zdravo prehranjevanje
9. Ne
10. da bi zajtrkovali zdravo hrano

Napišite, katera živila sestavljajo posamezen obarvan (1., 2., 3., 4., 5.) del krožnika! 10 odgovorov



Uravnotežen krožnik

- 1-zelenjava sadje, 2-beljakovine, 3 OH, 4 maščobe, 5 minerali
- Meso, priloga, zelenjava, sladica, voda.
- kruh, 2. maslo, 3. med, 4. jabolko, 5. mleko
- sadje, 3. zelenjava, 1. beljakovine, 4. žitarice 5. voda
- Meso, krompir, zelenjava, stročnice, solata
- - kruh 2. - beljakovinska živila 3. - sadje 4. - zelenjava 5. - voda ali ne sladkane pijače
- 1.Sadje, 2. Žitarice, 3. Zelenjava, 4. Beljakovine, 5. Mlečni izdelki
- maščoba, 2. beljakovine, 3. zelenjava, 4. ogljikovi hidrati, 5. voda
- kruh, jajca, paradižnik, hruška, sadni čaj
- meso, škrobna priloga, zelenjava, sadje, voda