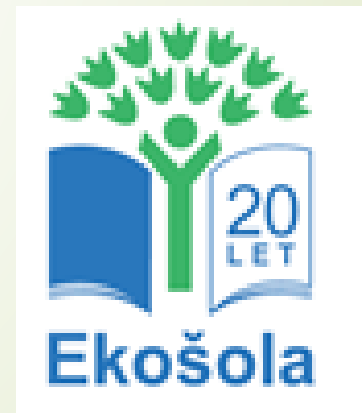



ZDRAV ŽIVLJENSKI SLOG MED STROJNIKI

Petra Štritof Šiško





ŠC NOVO MESTO, SREDNJA STROJNA ŠOLA

- ▶ Velika šola, 4 organizacijske enote, preko 3000 dijakov
- ▶ Srednja strojna šola- 600 dijakov, veliko dijakov-veliko interesov, želja, veliko aktivnosti

GIBALNEAKTIVNOSTI

- Športni dnevi
- Projektni dnevi in tedni
- Šola v naravi (športne dejavnosti in tradicionalna jed)





TRADICIONALNI SLOVENSKI ZAJTRK

- Vsako leto ga pripravimo v šoli, letos pa smo ga malo drugače (poglejmo posnetek)

Posnetek:

<https://youtu.be/ogBNPedkOdk>

ORGANIZACIJA PREHRANE NA ŠC NOVO MESTO

- Dve obliki;
- Individualno,
- organizirano preko Šolskega centra Novo mesto.
- Malico nam pripravlja Dijaški in študentski dom Novo mesto.
- Hrana se razdeli v dveh jedilnicah.
- Dnevno tri različne vrste malic;
- prvi in drugi meni sta topla, tretji je hladen,
- malica se izbira glede na tedenski jedilnik.

► Tabela 1: Primer tedenskega jedilnika

DAN	MALICA
PONEDELJEK 12.10.2020	I. MAKARONI Z MESNO OMAKO (1, 4), MEŠANA SOLATA, NAPITEK, KORUZNI ALI POLBELI KRUH (1) II. POLNOZRNATI ŠIROKI REZANCI (1, 4, 5), ŠAMPINJONI V OMAKI (1, 5), MEŠANA SOLATA, NAPITEK, KORUZNI ALI POLBELI KRUH (1) III. SENDVIČ: (mesni (1, 5) ali z ribo tuno (1, 3) ali sirov (različni trdi siri in zelenjava (1, 5))), sadje, mlečni napitek (jogurt, mleko, kislo mleko, kefir) (5) ali sok s 100% deležem sadja ali voda 0,5 l
TOREK 13.10.2020	I. KROMPIRJEVA ALI TESTENINSKA SOLATA (1, 4), KRANJSKA KLOBASA ALI PIŠČANČJA HRENOVKA, SADJE, NAPITEK, POLBELI KRUH (1) II. KROMPIRJEVA ALI TESTENINSKA SOLATA (1, 4), SOJINI POLPETI (1, 8), SADJE, NAPITEK, POLBELI KRUH (1) III. SENDVIČ: (mesni (1, 5) ali z ribo tuno (1, 3) ali sirov (različni trdi siri in zelenjava (1, 5))), sadje, mlečni napitek (jogurt, mleko, kislo mleko, kefir) (5) ali sok s 100% deležem sadja ali voda 0,5 l
SREDA 14.10.2020	I. NADEVANI TORTELINI (1, 5), NARAVNI ZREZEK V OMAKI (1), MEŠANA SOLATA, NAPITEK, POLNOZRNATI ALI POLBELI KRUH (1) II. SKUTIN BUREK (1, 4, 5), MEŠANA SOLATA, NAPITEK, POLNOZRNATI ALI POLBELI KRUH (1) III. SENDVIČ: (mesni (1, 5) ali z ribo tuno (1, 3) ali sirov (različni trdi siri in zelenjava (1, 5))), sadje, mlečni napitek (jogurt, mleko, kislo mleko, kefir) (5) ali sok s 100% deležem sadja ali voda 0,5 l
ČETRTEK 15.10.2020	I. RIŽOTA Z MESOM IN ZELENJAVO (9), SEZONSKA SOLATA, NAPITEK, ČRNI DOMAČI ALI POLBELI KRUH (1) II. MARELIČNI CMOKI S CIMETOVIM POSIPOM (1, 4, 5), NAVADNI JOGURT (5), ČEŽANA, ČRNI DOMAČI ALI POLBELI KRUH (1) III. SENDVIČ: (mesni (1, 5) ali z ribo tuno (1, 3) ali sirov (različni trdi siri in zelenjava (1, 5))), sadje, mlečni napitek (jogurt, mleko, kislo mleko, kefir) (5) ali sok s 100% deležem sadja ali voda 0,5 l
PETEK 16.10.2020	I. KUSKUS (1, 4), GOVEJI ZREZEK V ZELENJAVNI OMAKI (1), SOLATA, NAPITEK, OVSENI ALI POLBELI KRUH (1) II. KRUHOVA ROLADA (1, 4, 5), ZELENJAVNI ZREZEK V OMAKI (1, 4, 8), SOLATA, NAPITEK, OVSENI ALI POLBELI KRUH (1) III. SENDVIČ: (mesni (1, 5) ali z ribo tuno (1, 3) ali sirov (različni trdi siri in zelenjava (1, 5))), sadje, mlečni napitek (jogurt, mleko, kislo mleko, kefir) (5) ali sok s 100% deležem sadja ali voda 0,5 l

IZBIRA MENIJEV NA ŠC NOVO MESTO

- V letu 2019 smo naključno opazovali vrednosti razdeljenih malic. Naključno smo si za opazovanje izbrali mesec januar.
- Dnevno je bilo razdeljenih okoli 2000 malic, kar je količinsko veliko pripravljene hrane. Največkrat je bil izbran jedilnik 1, sledil mu je jedilnik 3. Najmanj se je odločilo za 2. jedilnik.
- Sklepamo, da so naši dijaki relativno „tradicionalni jedci“, saj je takšna hrana značilna za jedilnik 1. Drugače povedano, dijaki imajo radi meso in klasično domačo hrano.

- Tabela 2: Časovnica in število razdeljenih malic za mesec januar

	Datum	Št. malic	1. jedilnik	2. jedilnik	3. jedilnik
1	4. 1. 2019	2144	1763	20	361
2	5. 1. 2019	2152	1594	36	522
3	7. 1. 2019	2143	1549	22	572
4	8. 1. 2019	2128	1377	33	718
5	9. 1. 2019	2100	1473	48	579
6	10. 1. 2019	2139	1393	83	663
7	11. 1. 2019	2137	1431	53	653
8	14. 1. 2019	2113	1337	97	679
9	15. 1. 2019	2073	1336	64	673
10	16. 1. 2019	2049	1447	27	575
11	17. 1. 2019	2084	1415	58	611
12	18. 1. 2019	2081	1250	59	772
13	21. 1. 2019	2039	1243	106	690
14	22. 1. 2019	2016	1150	132	734
15	23. 1. 2019	2026	1334	55	637
16	24. 1. 2019	2056	1362	60	635
17	25. 1. 2019	2046	1219	52	775
18	28. 1. 2019	2054	1324	54	676
19	29. 1. 2019	2049	1106	125	818
20	30. 1. 2019	2026	1345	38	643
21	31. 1. 2019	2062	1355	42	665
SKUPAJ		43718	28803	1264	13551

ODPADNA HRANA NA ŠC NOVO MESTO

- Ugotovili smo, da je največ odpadne hrane ravno v tistih dneh, ko je na jedilniku več sadja in zelenjave.
- Dijaki redko vzamejo pripravljene solate, ki se nahajajo na krožnikih, ali sadje.
- Dežurni učitelji v jedilnici velikokrat opozorijo dijake, naj vzamejo solato in sadje, vendar pri tem delu ne zaznavamo, da bi število preostalih solat ali količina sadja upadala.

► Tabela 3: Število razdeljenih malic v letu 2019

Zap. št.	Mesec	Št. naročenih malic	1. jedilnik	2. jedilnik	3. jedilnik	SKUPAJ
1.	Januar	43718	28803	1264	1365	43718
2.	Februar	28019	17361	625	10033	28019
3.	Marec	46795	29747	1426	15622	46795
4.	April	34532	22143	979	11410	34532
5.	Maj	39003	24303	998	13702	39003
6.	Junij	19876	11745	337	7794	19876
7.	Julij					0
8.	Avgust					0
9.	September	47239	31342	828	15069	47239
10.	Oktober	44006	29452	937	13617	44006
11.	November	41150	27643	830	12677	41150
12.	December	35380	21644	743	12993	35380
	SKUPAJ	379718	244183	8967	126568	379718

KOLIČINA ODPADNE HRANE NA ŠC NOVO MESTO

- Največ malic je bilo razdeljenih v mesecu septembru, največ bioloških odpadkov pa je bilo v mesecu marcu.
- Po pogovoru dijakov s kuharicami smo ugotovili, da je količina odpadne hrane najbolj odvisna od jedilnika in da določene hrane dijaki pojedjo bistveno manj (najbolj izstopajo enolončnice).
- V letu 2019 je bilo razdeljenih 379 718 malic, v istem letu imamo skupaj 16 078,15 kg odpadne hrane. Torej na malico zavržemo 0,0423 ali 42 g hrane, kar je po naši oceni relativno malo.

- Tabela 4: prikaz količine odpadne hrane na Šolskem centru Novo mesto

Zap. št.	Mesec	Organski odpadki (v kg)	Olje	
			L	kg
1.	Januar		75	
2.	Februar	1.334,25	50	45,5
3.	Marec	2.339,70	100	91
4.	April	1.806,60	90	81,90
5.	Maj	1.984,55	45	40,95
6.	Junij	787,35	40	36,4
7.	Julij	66,00	30	27,3
8.	Avgust	0	0	0
9.	September	2.089,15	70	63,70
10.	Oktober	2.211,60	45	40,95
11.	November	1.868,15	75	68,25
12.	December	1.590,80	20	18,20
	SKUPAJ	16.078,15	640,00	514,15

STROŠEK ODPADNE HRANE ZA ŠC NOVO MESTO

- Odpadno hrano mesečno odvaža podjetje Biotera d. o. o.
- Podjetje dostavi ustrezno embalažo za ločeno zbiranje odpadkov.
- Odpadna hrana se hrani v vodotesni embalaži – plastičnih 50-litrskih sodčkah v posebnem prostoru, ki mora biti ustrezno ohlajen.

- Tabela 5: Prikaz stroškov odpadne hrane za ŠC Novo mesto

Zap. št.	Mesec	Strošek
1.	Januar	761,48
2.	Februar	748,36
3.	Marec	483,77
4.	April	761,48
5.	Maj	656,45
6.	Junij	669,58
7.	Julij	354,48
8.	Avgust	
9.	September	61,23
10.	Oktober	841,95
11.	November	857,25
12.	December	750,10
	SKUPAJ	6.798,97



ZAKLJUČEK

Menim, da je zelo koristno, da se tako dijaki kot učitelji seznanimo s tovrstnimi problemi, s količino in stroški odpadne hrane, saj bomo na ta način zagotovo ravnali bolj odgovorno, do sebe in okolja.

Hvala za pozornost.