**Pregled hrane – Šolska kuhinja**

|  |
| --- |
| 1. **Lokalna in sezonska hrana**

*Nekatera živila, ki se uvažajo iz oddaljenih držav, so na razpolago tudi lokalno, v isti ali boljši kakovosti. V takem primeru ni potrebno obremenjevati okolja z dodatnimi kilometri. Uvoženo sadje in zelenjava sta pobrana, preden dozorita, da se ohranita med prevozom. Tako sadje in zelenjava vsebujeta manj vitaminov in mineralov kot tista, ki ju poberemo dozorela. Da bi lahko prenesla transport, ju dodatno obdelajo s kemikalijami. Kljub temu med transportom sadja in zelenjave iz daljnih držav pride do velikih izgub, veliko sadja in zelenjave se tako zavrže.**Če kupujemo lokalno in sezonsko hrano, imamo moč odločati o tem, kako se hrana proizvaja.* |
| **Vprašanje**  | **Odgovor** |  |
| **Ali učenci dobivajo sadje in zelenjavo, ki zrasteta v Sloveniji?** S pomočjo organizatorja prehrane in šolskih kuharjev izvedite, kakšno je razmerje sadja in zelenjave slovenskega izvora.  | **□ Sploh ne.****□ Manj kot v polovici malic/kosil na mesec.****□ Več kot v polovici malic/kosil na mesec.** **□ Vsak dan.** |  |
| **Od kod prihajajo sestavine, ki jih uporabljajo v šolski kuhinji?**  |

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Izvor** |
|  | **Lokalno**  | **Slovenija**  | **Uvoženo**  |
| **Zelenjava**  |  |  |  |
| **Sadje**  |  |  |  |
| **Meso**  |  |  |  |
| **Mlečni izdelki** |  |  |  |
| **Moka** |  |  |  |
| **Jajca** |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

 |  |
| **Ali v šolski kuhinji uporabljajo sezonska živila? Ali uporabljajo različne sestavine spomladi in jeseni, glede na to, kaj v tistem času raste in dozori v Slovenji?** | **Vedno- Pogosto- Redko- Nikoli**  |  |
| **Ali uporabljate sadje ali zelenjavo iz šolskega vrta?**  | **V šolski kuhinji: DA/NE Kaj? ...****Pri urah gospodinjstva: DA/NE Kaj? ...****Drugje: DA/NE Kaj? ...** |  |
|  |  |  |

|  |
| --- |
| 1. **Načini pridelave – bio izdelki, ekološko kmetijstvo in pravična trgovina**

*Način pridelave hrane ima odločilen vpliv na zdravje Zemlje in njenih prebivalcev. 70 % svetovnega prebivalstva še vedno dela v kmetijstvu. Načini pridelave hrane so bolj pomembni kot si mislite.* ***Pravična trgovina*** *omogoča**ljudem iz Afrike, Azije in Latinske Amerike, da delajo v boljših trgovskih in delovnih pogojih.**Delavci dobijo pravično plačilo, hrano pridelujejo s spoštovanjem, njihovi otroci pa imajo možnost šolanja.* ***Ekološko kmetijstvo*** *je ena od oblik modernega kmetijstva brez uporabe kemičnih gnojil, ki imajo negativen učinek na okolje, življenje ljudi in živino.* |
| **Vprašanje**  | **Odgovor** |  |
|  **Ali v šolski kuhinji uporabljajo živila iz pravične trgovine? Katera?**  |  |  |
|  **Ali v šolski kuhinji uporabljajo ekološke sestavine? Katere?** |  |  |
|  |  |  |

|  |
| --- |
| 1. **Poraba mesa**

*Globalno naraščanje povpraševanja po mesu vodi k povečevanju njegove proizvodnje. Živina potrebuje ogromne količine krme, za pridelovanje katere so potrebna velika področja zemlje kot tudi velike količine vode. Krma se večinoma uvaža iz Latinske Amerike, kjer jo gojijo na obsežnih poljih, za katera so morali posekati gozdove. Za proizvodnjo enega kilograma govedine, se na Češkem porabi 5000–15000 litrov vode kot tudi veliko področje zemlje–odvisno od tega, ali gre za ekstenzivno ali intenzivno kmetijstvo. Pri intenzivnem kmetijstvu se v ozračje še dodatno sprostijo velike količine metana, ki je eden najmočnejših toplogrednih plinov. Naraščajoča intenzivna proizvodnja mesa znatno prispeva k globalnim podnebnim spremembam. Slaven član skupine The Beatles, Sir Paul McCartney, je pričel kampanjo “Brezmesni ponedeljek”, da bi pripomogel k zmanjšanju vpliva proizvodnje mesa na naš planet-oglejte si* [*http://www.meatfreemondays.com/*](http://www.meatfreemondays.com/)*. ☺*  |
| **Vprašanje**  | **Odgovor** |
| **Kolikokrat na teden lahko izberete brezmesni obrok ?**  |  |  |
|  |

|  |
| --- |
| 1. **Kmetijska biotska raznovrstnost (agrobiodiverziteta)**

*Kmetijska biotska raznovrstnost ali agrobiodiverziteta je raznolikost vrst kmetijskih pridelkov in živalskih pasem. Ta raznolikost je v stalnem upadanju. Stare avtohtone vrste se nadomeščajo z novimi, visoko produktivnimi vrstami, ki dajejo več ton žita, več mleka, mesa, jajc. Tradicionalne vrste so manj dobičkonosne, vendar ohranjajo različne vrednosti kot so odpornost proti podnebnim spremembam, boleznim, boljšo plodnost, daljšo življenjsko dobo. Te lastnosti so zaradi okoljskih sprememb postale še pomembnejše.* |
| **Vprašanje**  | **Odgovor** |
| **Ali v šolski kuhinji uporabljajo različne vrste ene sestavine ? (na primer žitarice – proso, ajda, bulgur ...)?** |  |  |
| **Ali v šolski kuhinji uporabljajo tradicionalne lokalne vrste rastlin?**  |  |  |
| **Ali v šolski kuhinji uporabljajo meso tradicionalnih slovenskih vrst živali?**  |  |  |
|  |

|  |
| --- |
| 1. **Predelana hrana in palmovo olje**

*Predelava hrane je proces, s pri katerem se sestavine spremenijo v nove sestavine, z drugačnimi lastnostmi. Uživamo vedno več predelane hrane, kar povzroča naraščanje debelosti pri otrocih in odraslih. Proizvajalci izboljšujejo okus in podaljšujejo trajanje izdelkov z uporabo palmovega olja, ki je trenutno najbolj prodajan izdelek na svetu in katerega vsebuje kar 50 % vse predpakirane hrane. Intenzivna proizvodnja palmovega olja vodi v krčenje gozdov, kršenje človekovih pravic prvotnih prebivalcev Indonezije, kot tudi v onesnaževanje ozračja in oceanov.* |
| **Vprašanje**  | **Odgovor** |
| **Ali so obroki pripravljeni iz svežih sestavin? Kolikšen je njihov odstotek?** |  |  |
| **Ali v šolski kuhinji uporabljajo živila, ki jim je dodano palmovo olje? Katera so ta živila in kakšen je njihov delež?**  |  |  |
| **Ali v šolski kuhinji uporabljajo palmovo olje za pripravo obrokov (cvrtje, peka)?** |  |  |
|  |  |  |

|  |
| --- |
| 1. **Zavržena hrana**

*Povprečen prebivalec Evrope zavrže okoli 100 kg hrane na leto. Ocenjujejo, da okoli tretjina hrane po nepotrebnem konča v smetnjakih, čeprav je večina še uporabne. Pri tem ne zavržemo samo hrane, ampak tudi vodo, energijo, zemljo in denar, ki so potrebni za njeno proizvodnjo.*  |
| **Vprašanje**  | **Odgovor** |
| **Je možno dobiti manjšo porcijo ali dodaten obrok?**  |  |  |
| **Koliko hrane zavržejo v šolski kuhinji?** Govorite z osebjem v vaši šolski kuhinji, da ugotovite, ali bi lahko merili količino ostankov (ostanki obrokov in ostanki v kuhinji, ki se zavržejo). Ugotovite, koliko hrane na teden se zavrže.  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Obrok** (zapišite obrok, ki je bil postrežen, da lahko v prihodnosti ponovite analizo) | **Količina v kilogramih ali litrih** |
| **Ponedeljek** |  |  |
| **Torek** |  |  |
| **Sreda**  |  |  |
| **Četrtek** |  |  |
| **Petek** |  |  |
| **Skupaj** |  |  |

 |  |
| **Kaj naredite s sladicami, sadjem, jogurtom, ki jih ne pojeste v jedilnici/učilnici?**  | 1. **Ne smemo jih vzeti.**
2. **Lahko jih postavimo na določeno mesto, da jih lahko vzame nekdo drug.**
3. **Moramo jih vzeti in odnesti iz jedilnice.**
 |  |
| **Kje končajo ostanki obrokov ?** |  |  |
| **Ali v šolski kuhinji vedo, kaj imajo učenci radi in česa ne marajo?** |  |  |
|  |  |  |