

Упитник о родитељским ставовима о здравој храни и искуствима са школском кухињом
Овај упитник је део пројекта Strength2Food, финансираног од стране Европске уније,
попуњава се анонимно од стране једног родитеља чије дете које похађа следећу школу

Назив школе:

Молимо Вас да одговорите на овај упитник и тиме помогнете унапређење рада школске
кухиње у вашој школи. Пажљиво прочитајте сваку тврдњу и заокружите један број који
најбоље изражава **колико се слажете са тврдњом**.

Заокружите "1" ако се **нимало не слажете са тврдњом** 1 2 3 4 5
 Заокружите "2" ако се са њом **делимично не слажете** 1 2 3 4 5
 Заокружите "3" ако **не можете да се одлучите** 1 2 3 4 5
 Заокружите "4" ако се **углавном слажете са тврдњом** 1 2 3 4 5
 Заокружите "5" ако се **сасвим слажете са тврдњом** 1 2 3 4 5

| | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|
| 1. Знам шта је здрава исхрана за моје дете | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2. Добро сам упознат/а са здравственим ризицима повезаним са нездравом исхраном | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3. Вежбање је подједнако важно за децу као и здрава исхрана | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4. Нездрава исхрана за моје дете може довести до дијабетеса | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5. Моје дете може постати гојазно уколико му дајем нездраву храну | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6. Храна коју моје дете једе може утицати на његову/њену концентрацију и учење у школи | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7. Индустијски обрађена храна (попут кобасица и кромпира у праху) је подједнако хранљива као и здрава храна | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8. За моје дете је важно да једе пуно свежег воћа и поврћа | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9. За моје дете је важно да пије пуно млека и/или јогурта | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10. Пржење у дубоком уљу је здрав начин припреме хране | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11. Не треба да бринем о количини соли у оброку као о потенцијалном здравственом проблему | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12. Знам где могу да добијем информације и савете о здравом кувању и исхрани | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 13. Рано детињство је кључно за стицање здравих навика исхране | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 14. Храну би требало бирати према томе шта деца воле да једу | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 15. Здрава храна је сувише скупа | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 16. Родитељи најбоље знају шта је здрава храна за њихову децу | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 17. Моје дете би требало да добије више савета у школи о здравој исхрани | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 18. Важно је да деца добију школски оброк сваки дан | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 19. По правилу, здрава храна је неукусна | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 20. Бескорисно је да деца уче о здравој исхрани уколико не могу да практикују ту исхрану у школи | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 21. Бескорисно је да деца уче о здравој исхрани уколико је њихови родитељи не практикују у кући | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 22. Задатак школе је да развија здраве навике у исхрани деце јер родитељи за то немају времена | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 23. Поред школских оброка, школа не би требало да утиче на то која се храна продаје деци (у школи или око школе) | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 24. Као родитељу, писани савет о здравој храни би био веома користан | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 25. Моје дете добија свеже воће и поврће сваки дан у кући | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 26. Моје дете добија млеко и/или јогурт сваки дан у кући | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 27. Моје дете добија заслађене и газирани сокове сваки дан у кући | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 28. Не дозвољавамо свом детету да једе нездраву храну у кући | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

Окрените

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 29. Моје дете оставља веома мало хране на тањиру након оброка у кући | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 30. Немамо довољно времена да свом детету пружимо здраву храну у кући | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 31. Немамо довољно новца да свом детету пружимо здраву храну у кући | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 32. Увек допуштам детету да изабере шта жели да пије и једе у кући | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 33. Уживам откривајући и пробајући код куће нове рецепте | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 34. Моје дете увек једе у исто време када и његови/њени родитељи | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 35. Моје дете се редовно бави спортом ван школе | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 36. Ограничавам време које моје дете проводи гледајући ТВ или електронске уређаје | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Попуните наредне одговоре само ако ваше дете има школски ручак (или доручак ако нема ручак): | | | | | |
| 37. Родитељи би требало да буду део одлучивања о политици исхране у школи | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 38. Школски јеловници пуно варирају током године | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 39. Моје дете једе здраве и веома хранљиве оброке у школи | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 40. Знам колико хране поједе моје дете у школи сваког дана | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 41. Моје дете оставља доста хране у тањиру након школског оброка | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 42. Моје дете једе у пријатној просторији за ручавање | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 43. Моје дете воли да једе у школи | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 44. Сматрам да је цена школских оброка прихватљива у односу на квалитет хране | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 45. Запослени у кухињи су пријатни према мом детету | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 46. Моје дете мисли да је кухиња чиста | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

Моје дете доручкује пре школе: ДА НЕ ПОНЕКАД

Колико имате деце школског узраста? _____

За свако дете у школи унети разред, одељење и код на ћирилици који садржи иницијале детета и шест цифара које представљају дан, месец и годину рођења и пол детета.

Да ли школа пружа ручак

Разред | одељење: Иницијале | Датум рођења: Пол: (или доручак) детету?:

| | | | | |
|---|---|--------------------------|----|----|
| <input type="text"/> <input type="text"/> | <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> | М/Ж <input type="text"/> | ДА | НЕ |
| <input type="text"/> <input type="text"/> | <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> | М/Ж <input type="text"/> | ДА | НЕ |
| <input type="text"/> <input type="text"/> | <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> | М/Ж <input type="text"/> | ДА | НЕ |
| <input type="text"/> <input type="text"/> | <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> | М/Ж <input type="text"/> | ДА | НЕ |

Уколико сте одговорили са ДА на претходно питање, колико плаћате школи за ручак (или доручак ако нема ручак)? Наведите да ли се ради о дневној, недељној или месечној цени:

Уколико ваше дете не руча у школској кухињи, обележите разлог зашто:

- | | | | |
|-------------------------------------|--------------------------|---------------------------------|--------------------------|
| 1. Он/она не воли храну у школи | <input type="checkbox"/> | 2. Цена оброка је сувише висока | <input type="checkbox"/> |
| 3. Он/она воли да руча са другарима | <input type="checkbox"/> | 4. Неки други разлог | <input type="checkbox"/> |

Уколико ваше дете нема ручак у школској кухињи, одаберите коју врсту ручка има ваше дете:

А) Купљен ван школе: ДА НЕ

Уколико сте договорили са ДА, колико новца дајете детету за ручак? _____ дин

Б) Спремљен у кући да једе у школи: ДА НЕ

В) Спремљен у кући да једе код куће: ДА НЕ

Хвала вам на издвојеном времену за попуњавање овог упитника.
Strength2Food, Министарство просвете, науке и технолошког развоја