



KOOLIÕPILASTE TOITUMINE VIRUMAA JA TARTUMAA KOOLIDES 2007. AASTAL

Raport



Tervise Arengu Instituut
National Institute for Health Development

Tervise Arengu Instituut
Tervisekaitseinspeksioon
Tartu Tervishoiu Kõrgkool

Koostanud: Tagli Pitsi, Madli Martverk

KOOLIÕPILASTE TOITUMINE VIRUMAA JA TARTUMAA KOOLIDES 2007. AASTAL

RAPORT

Tallinn 2009

Käesolev trükis on valminud Tervise Arengu Instituudi tellimusel aastal 2009

Igasugune materjali ebaseaduslik reprodutseerimine ja levitamine ei ole lubatud ilma Tervise Arengu Instituudi nõusolekuta.

Kujundanud: Menu Kirjastus

Trükkinud: Ecoprint AS

Tasuta jagamiseks

SISUKORD

SISSEJUHATUS.....	5
1. UURINGU METOODIKA.....	6
1.1. Uuringu eesmärgid.....	6
1.2. Projekti läbiviimise aeg ja koht.....	6
1.3. Küsitluste läbiviimine.....	7
2. TAUSTINFORMATSIOON TERVISEKAITSEINSPEKTSIOONILT.....	8
2.1. Õpilaste ja sööjate arv koolides.....	8
2.2. Koolitoidu maksumus ja selle eest tasumine.....	10
2.3. Koolitoidu serveerimine koolides, puhveti olemasolu.....	10
2.4. Piima ja vee serveerimine koolides.....	11
2.5. Vaatluspäeva menüüd koolides.....	12
2.6. Õpilaste toidukultuur.....	13
2.7. Õpetajate toitlustamine.....	14
3. KOOLIÕPILASTE KÜSITLUSE TULEMUSED.....	15
3.1. Küsitluses osalenud õpilaste üldisloomustus.....	15
3.2. Õpilaste küsitluse tulemused.....	17
3.2.1. Koolilõuna saamine.....	17
3.2.2. Koolilõuna söömine.....	20
3.2.3. Rahulolu koolilõunaga.....	24
3.2.4. Kõhu täituvus koolilõunast ning söögivahetundide ajad ja pikkused.....	28
3.2.5. Söömine koolipuhvetis koolilõuna asemel või koolilõunale lisaks.....	37
3.2.6. Söögi ostmine koolilõuna asemel või koolilõunale lisaks lähedal asuvast poest.....	41
3.2.7. Rahulolu kooli toitlustusega.....	51
3.2.8. Piima tarbimine koolis.....	54
3.2.9. Õpilaste arvamus söökla ja puhveti toiduvaliku kohta.....	56
4. DIREKTORITE/KOOLIJUHTIDE KÜSITLUSE TULEMUSED.....	61
5. SÖÖKLAESINDAJATE KÜSITLUSE TULEMUSED.....	68
5.1. Sööklatöötajate vanus, haridus ja tööstaaž.....	68
5.2. Sööklatöötajate teadmised toitumisest, läbitud koolitused ja koolitusvajadus.....	70
5.3. Rahulolu toitlustamise korralduse ja menüüga.....	72
5.4. Muudatused koolisööklates viimase viie aasta jooksul. Edasised soovid.....	82
5.5. Toidud, mis süüakse sööklaesindajate arvates enim ära ja need, mis jäetakse enim alles.....	84
5.6. Toortoiduainete ja poolfabrikaatide kasutamine menüüs.....	86
5.7. Söökla ja kooli koostöö.....	88
5.8. Kommentaarid sööklaesindajatelt.....	88
6. MENÜÜKOOSTAJA KÜSITLUSE TULEMUSED.....	89
6.1. Abivahendite kasutamine menüüde koostamisel.....	89
6.2. Teadmised Tervise Arengu Instituudi loodud internetipõhisest toitumisprogrammist ning selle kasutamine.....	90
6.3. Eritoitumise vajadusega õpilaste toitlustamine.....	90
6.4. Muudatused menüüs, kui raha oleks piisavalt.....	91
6.5. Menüükoostajate arvamus õpilaste arvamustega arvestamisest.....	93

7. PUHVETIPIDAJATE KÜSITLUSE TULEMUSED. PUHVETITE SORTIMENT.....	94
8. DIREKTORITE JA SÖÖKLAESINDAJATE ARVAMUSED VÕISTLUSEST “PARIM KOOLISÖÖKLA”	102
9. KOOLIMENÜÜDE ANALÜÜS.....	103
9.1. Menüüde analüüsi metoodikast.....	103
9.2. Menüüde energiasisaldus.....	103
9.3. Põhitoitainete osatähtsus toiduenergiast.....	106
9.4. Kiudainete, kolesterooli ja küllastunud rasvhapete saamine menüüdest.....	108
9.5. Vitamiinide sisaldus menüüdes.....	110
9.6. Mineraalainete sisaldus menüüdes.....	117
9.7. Tervisekaitseinspektsiooni poolt analüüsitud roogade võrdlus koolide andmete ning internetipõhise toitumis- programmiga arvutades saadud tulemustega.....	126
10. KOKKUVÕTE.....	128
11. SOOVITUSED.....	135
KASUTATUD KIRJANDUS.....	138
LISA 1. Ankeet koolide taustinformatsiooniga.....	139
LISA 2. Juhend vaatluse läbiviimiseks inspekteerimise ajal.....	140
LISA 3. Kooliõpilaste ankeet.....	141
LISA 4. Suuline küsimustik kooli direktorile/juhtkonnale.....	146
LISA 5. Suuline küsimustik sööklaesindajale.....	148
LISA 6. Suuline küsimustik menüükoostajale.....	152
LISA 7. Suuline küsimustik puhvetipidajale.....	154

SISSEJUHATUS

Lapse päevane toit peab rahuldama toitainevajaduse ning toidust saadav toiduenergia peab katma põhiainevahetuseks, soojustekkeks, kehaliseks ja vaimseks tegevuseks ning arenguks vajaliku keskmise ööpäevase toiduenergiavajaduse.

Õpilaste päevane toit peab sisaldama makro- ning mikrotoitaineid koguses, mis katab lapse vanusest ja soost tuleneva ööpäevase valkude-, toidurasvade-, süsivesikute- ning veevajaduse. Õpilaste toitlustamisel tuleb arvestada, et koolilõunaks pakutava toiduga tuleb katta 30–35% vanuserühma ööpäevasest keskmisest toiduenergiavajadusest¹. Koolilõuna peab vastama toitumissoovitustele, kuna paljudele lastele on lasteasutuses pakutav toit päeva ainukene täisväärtuslik toit². Koolilõunal on ka oluline roll õpilaste üldiste toitumisharjumuste kujundamisel.

Kvaliteetse ning tervisliku toitumise tagamine lapseas on oluline kasvupeatuse, rauavaegusaneemia ja teiste toitainete defitsiidist tingitud haiguste vältimiseks. Tasakaalustamata toitumisega on seotud rasvumine ja kõrge vererõhk. Eraldi võetuna ei rahulda ükski toiduaine organismi kogu toitainete vajadust. Selle tagab vaid mitmekülgne ja tasakaalustatud toit. Toiduvalik peab sisaldama puu- ja köögivilju, rukkileiba, täisteratooteid, taist liha, kana, kala ja piimatooteid.

Kahjuks pole paljudes Eesti koolides pakutav lõuna lapse organismi jaoks täisväärtuslik, seda tõestavad järelevalve käigus kogutud andmed³.

1. UURINGU METOODIKA

1.1. UURINGU EESMÄRGID

- Uurida üldist õpilaste toitumist Ida- ja Lääne-Virumaa ning Tartumaa koolides
- Anda üldine hinnang laste toitumisele koolis
- Tuua välja võimalikud puudujäägid kooliõpilaste toitumises
- Juhtida toidukäitlejate, kooliomanike, koolijuhtide, hoolekogude, õpilaste ja lastevanemate tähelepanu tervisliku toitumise olulisusele
- Väärtustada ja kinnistada tervisliku toitumise harjumusi
- Hinnata koolipuhveti toiduvalikut
- Anda soovitusi toitlustamise parandamiseks
- Koostada toidukäitlejatele koolilaste tervisliku toitumise kohta abimaterjal

1.2. PROJEKTI LÄBIVIIMISE AEG JA KOHT

Uuring viidi läbi kolmes maakonnas: Tartumaa ning Ida- ja Lääne-Virumaa koolides (kokku 38 kooli, edaspidi kodeeritud kui K01...K38; kodeering ei ühti **tabelis 1** esitatud järjekorraga). Küsitluse ja menüüde analüüsi läbiviimise aeg oli 2007. a IV kvartal.

Projekti koordinaatorid olid Olga Volkova (Tervisekaitseinspeksioon e TKI), Anneli Zirkel (Tartu Tervishoiu Kõrgkool e TTHK) ja Tagli Pitsi (Tervise Arengu Instituut e TAI).

Tabel 1. Uuringus osalenud koolid

VIRUMAA KOOLID	TARTUMAA KOOLID
Ferdinand von Wrangelli nim Roela Põhikool	Elva Gümnaasium
Haljala Gümnaasium	Kambja Põhikool
Jõhvi Gümnaasium	Kolkja Põhikool
Kadrina Keskkool	Luunja Keskkool
Kiltsi Põhikool	Lähte Ühisgümnaasium
Kiviõli 1. Keskkool	Mehikoorma Põhikool
Kiviõli Vene Gümnaasium	Nõo Põhikool
Kohtla-Järve Järve Gümnaasium	Puhja Gümnaasium
Kohtla-Järve Kesklinna Gümnaasium	Tartu Herbert Masingu Kool
Kohtla-Järve Tammiku Gümnaasium	Tartu Katoliku Kool
Kohtla-Järve Ühisgümnaasium	Tartu Kesklinna Kool
Lasila Põhikool	Tartu Kivilinna Gümnaasium
Lehtse Põhikool	Tartu Kroonuaia Kool
Lüganuse Keskkool	Tartu Mart Reiniku Gümnaasium
Narva Kesklinna Gümnaasium	Tartu Miina Härma Gümnaasium
Narva Kreenholmi Gümnaasium	Tartu Raatuse Gümnaasium
Rakvere Vene Gümnaasium	Tartu Slaavi Gümnaasium
Sillamäe Kannuka Kool	Tartu Tamme Gümnaasium
Sõmeru Põhikool	Vara Põhikool

1.3. KÜSITLUSTE LÄBIVIIMINE

Enne küsitlust kogus TKI oma võimaluste piires iga kooli kohta **taustinformatsiooni** ja täitis lisa 1, mida vajadusel koolis küsitlemise käigus täiendati (lisa 2). Küsitlused toimusid suuliselt, kooliga eelnevalt kokkulepitud ajal.

Küsitlused viisid Ida-Virumaal läbi TKI töötajad, Tartumaal TTHK üliõpilased.

Õpilaste küsitlemine

Küsimustik on esitatud lisa 3. Valimi planeeritud suurus oli ligikaudu 50 õpilast koolist (5.–7. klassi vanuseastmest üks klass ja 8.–9. klassi vanuseastmest üks klass), kokku ca 2000 last. Kuna tegelikult oli õpilaste arv osas klassides planeeritust oluliselt väiksem, siis küsitleti mitmes koolis rohkem kui kahe klassi õpilasi (**tabel 11**).

Küsimustik (kirjalik) paluti täita kõigil küsitluse päeval kohal viibivatel valimisse sattunud õpilastel. Küsitlus oli anonüümne. Täidetud küsimustikud edastati Tervise Arengu Instituuti, kus korraldati andmete sisestamine ja analüüs.

Juhtkonna (direktori), sööklaesindajate (söökla juhataja või peakokk ning menüükoostaja) ning puhvetipidaja küsitlemine

Küsitlusankeedid on esitatud lisades 4–7. Küsitlused toimusid suuliselt, kooliga eelnevalt kokkulepitud ajal. Küsitluse päeval võttis küsitaja koolipuhvetist toidukaupade nimekirja.

Menüüde ja laboratoorselt uuritud põhitoitude arvutuslik analüüs

Uuringus osalevad koolid olid kohustatud küsitluspäevaks esitama ühe nädala koolis kasutusel oleva lõunamenüüde koos roogade tehnoloogiliste kaartidega. TTHK üliõpilased Tartumaal ja TKI ametnikud Virumaal tutvusid menüüdega kohapeal ning küsimuste tekkimisel said nad sööklast täiendavat informatsiooni. TTHK üliõpilased sisestasid menüüde ning uuringupäeval Virumaa koolides TKI ametniku laboratoorselt uuritud põhitoitude tehnoloogilised kaardid internetis (aadressil www.terviseinfo.ee) paiknevasse toitumisprogrammi ning analüüsisid neid.

Töö statistilise analüüsi tegid Tallinna Tehnikaülikooli informaatikainstituudi professor Rein Kuusik ja vanemteadur Tarmo Vesioja.

Oleme tänulikud kõikidele koolidele uuringus osalemise eest! Suur tänu ka kõikidele uuringut läbi viia aidanud inimestele!

2. TAUSTINFORMATSIOON TERVISEKAITSEINSPEKTSIOONILT

2.1. ÕPILASTE JA SÖÖJATE ARV KOOLIDES

Koolide taustinformatsioon oli esitatud 37 kooli kohta, neist 24 olid gümnaasiumid ja 13 põhikoolid.

Tabel 2. Koolilõunat saavate õpilaste arv kooliastmete kaupa

Kooliaste	Koolis õppivate ja koolilõunat söövate õpilaste arv			
	Koolide arv	Sööb/õpib	Õpilasi	Sööjate %
Algkooliaste (A)	37	Õpib	5242	
Algkooliaste	37	Sööb	5229	99,8
Põhikooliaste (PK)	37	Õpib	7921	
Põhikooliaste	37	Sööb	7732	97,6
Gümnaasiumiaste (G)	24	Õpib	3713	
Gümnaasiumiaste	24	Sööb	1861	50,1

Tabelist 2 on näha, et algkooliastmes sööb koolilõunat 99,8%, põhikooliastmes 97,6% ja gümnaasiumiastmes 50,1% õpilastest. Kui vaadata kõiki koolilõuna sööjaid, siis algkooliastme õpilased moodustavad neist 35,3%, põhikooliastme õpilased 52,2% ning gümnaasiumiastme õpilased 12,6%.

Tabelis 3 on esitatud koolide ja küsitletud klasside kaupa õpilaste kooli tuleku ja sealt lahkumise, samuti söögivahetunni kellaajad ning söögivahetunni pikkused.

Tabel 3. Koolipäeva alguse ja lõpu kellaajad ning söögivahetundide kellaajad ja pikkused koolide ning küsitletud klasside kaupa

Kool	Klass	Kooli algus	Kooli lõpp	Vahetund (min)	Söögivahetunni algusaeg
1	9	8.15	15.00	20	11.55
1	7	8.15	14.00	20	11.55
3	5	8.00	13.50	20	10.35
3	9	8.00	14.35	20	11.40
4	5	8.15	14.00	15	10.55/11.55
4	8	8.15	15.00	15	10.55/11.55
5	9	8.00	15.05	20	13.10
5	5	8.00	14.10	20	11.00
6	7	8.15	14.15	20	13.10
6	9	8.15	15.10	20	13.10
7	9	8.10	15.00	20	11.55
7	5	8.10	14.00	20	10.50
8	7-8	8.10	15.00	25	10.55
9	6,8	8.00	15.00	20	11.50
10	8	8.30	15.00	20	12.15
10	6	8.30	14.20	15	11.15
11	9	8.15	14.30	20	13.00
11	7	8.15	14.00	20	11.55
12	6-9	8.30	15.00	15	12.10
12	5	8.30	14.05	20	11.05
13	5-8	8.00	14.50	30	11.40

Tabel 3. Koolipäeva alguse ja lõpu kellaajad ning söögivahetundide kellaajad ja pikkused koolide ning küsitatud klasside kaupa

Kool	Klass	Kooli algus	Kooli lõpp	Vahetund (min)	Söögivahetunni algusaeg
14	8	8.00	14.00	20	11.40
14	5	8.00	14.00	20	10.35
15	8,9	8.00	16.00/14.00	20	11.50
15	5-7	8.00	14.00/15.00	20	11.50
16	7-9	7.45	15.00	20	12.30
16	5	7.45	15.00	20	11.35
17	8	8.45	15.30	15	11.25
17	6	8.45	14.30	15	11.25
18	6,8	8.00	14.35	15	11.35
18	9	8.00	14.35	15	12.35
19	5-7	7.45	15.00	20	10.35
19	8,9	7.45	15.00	20	12.45
20	6	8.00	14.00/15.00	20	11.40
20	8	8.00	15.00	20	9.30-15.00
21	9	8.00	max 15.30	20	11.30
21	6	8.00	13.30	20	11.30
22	6	8.05	13.55	20	10.50
22	8	8.05	13.55/14.50	20	11.55
23	6	8.00	14.00/14.55	20	10.45
23	9	8.00	14.55	20	12.55
24	6,9	8.15	14.50	20	11.55
25	5,6	8.15	13.00	20	10.50
25	8,9	8.15	14.05	20	11.45
26	8	8.15	15.35	20	12.40
26	5	8.15	13.45	20	9.55
27	5	8.30	14.10	20	11.05
27	7,9	8.30	16.00	20	12.10
28	6	8.15	14.00/16.00	20	10.50
28	8	8.15	14.00/16.00	20	11.55
29	7	8.00	15.00	20	10.35
29	5	8.00	12.55/13.50	20	11.50
30	5,6	8.00	14.25	15	10.35
30	7-9	8.00	15.20	15	11.30
31	8	8.15	15.00	20	13.00
31	6	8.15	14.00	20	11.55
32	6	8.15	14.00	20	10.50
32	8,9	8.15	15.00	20	11.50
33	5-7	8.00	13.40	25	10.35
33	8,9	8.00	14.30	25	10.35
34	5,6	8.20	14.05	20	10.50
34	7-9	8.20	15.00	20	12.00
35	5	8.45	14.25	20	11.20
35	6-9	8.45	14.25	20	12.25
36	5	8.30	14.10	20	11.05
36	8	8.30	14.10/15.05	15	12.10
37	8	8.00	15.45	20	9.45
37	5	8.00	14.35	20	9.45
38	9	8.00	14.55	20	11.45
38	7	8.00	13.55	20	10.40

Tabelist 3 on näha, et enamik õpilasi tuleb kooli kella 8 ja 8.30 vahel ning lahkub kella 13 ja 15 vahel. Söögivahetund on enamikul pärast kolmandat-neljandat õppetundi ning see kestab 20 minutit. Ühes koolis võivad lapsed süüa vabalt valitud ajal kella 9.30 ja 15.00 vahel.

2.2. KOOLITOIDU MAKSUMUS JA SELLE EEST TASUMINE

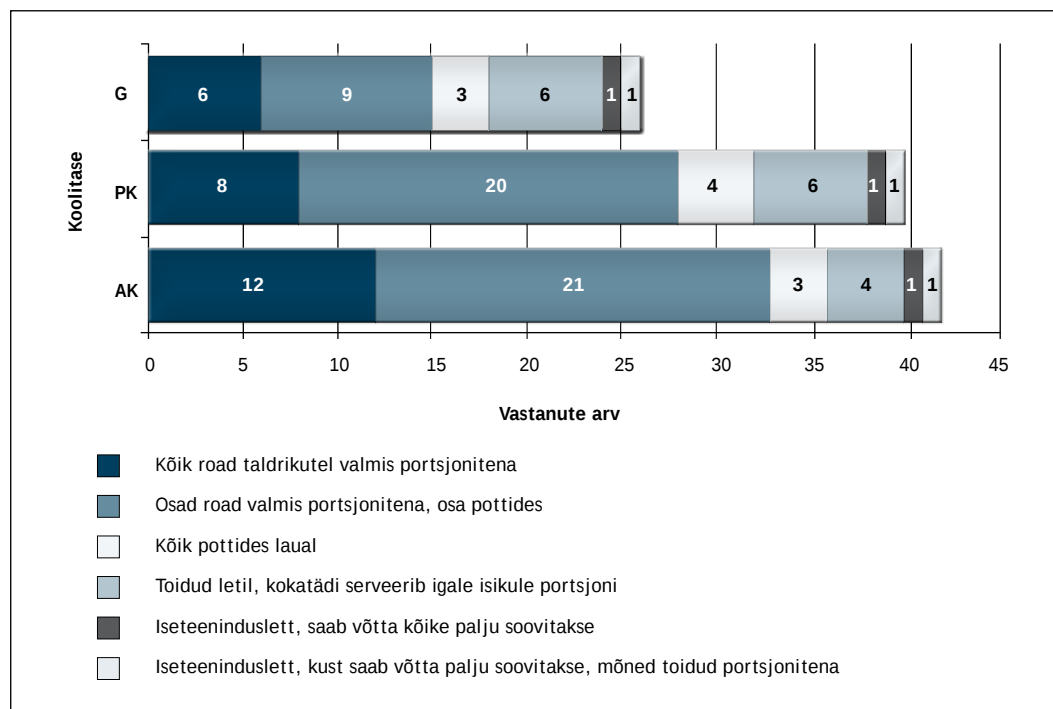
Enamikus koolides on koolilõuna algkooli- ja põhikooliastmes täielikult tasuta (**tabel 4**), mõnes koolis peavad lastevanemad osal juhtudel (nt pole sama valla elanikud) maksma juurde 1–2 krooni päeva kohta. Gümnaasiumitest (kokku 24) on neljas laste toitlustamine lastevanematele täiesti tasuta, kahekümnes peavad lastevanemad maksma koolitoidu eest kas osaliselt või täielikult või on võimalik teatud tingimustel saada kohalikul omavalitsuselt (edaspidi KOV) toetust. Enamjaolt jääb päeva kohta makstav summa vahemikku 10–15 krooni.

Tabel 4. Koolitoidu eest maksmine koolis

Koolitoit	A	PK	G
Lastevanematele täiesti tasuta	34	32	4
Osaliselt maksavad juurde lastevanemad, osaliselt KOV	1	3	11
Lastevanemad peavad juurde maksma	2	2	9
Koolis pole gümnaasiumi			13

2.3. KOOLITOIDU SERVEERIMINE KOOLIDES, PUHVETI OLEMASOLU

Mõnes koolis on paralleelselt kasutusel mitu serveerimise viisi (**joonis 1**).



Joonis 1. Koolitoidu serveerimine

Põhikoolis (tase, kus toimus lisaks õpilaste küsitlemine) on valdav serveerimisviis pottides laual serveerimine, millele lisandub osa toitade (nt magustoidud) serveerimine valmisportsjonitena. Iseteenindusleti olemasolu on märgitud vaid kolmes koolis.

Puhvetite olemasolu koolides on esitatud **tabelis 5**.

Tabel 5. Puhveti olemasolu koolis

Vastused	Puhveti olemasolu
Jah	21
sh seotud sööklaga	12
eraldi toimiv	9
Ei	17

2.4. PIIMA JA VEE SERVEERIMINE KOOLIDES

Kui vaadata piima saamist koolides (**tabel 6**), siis kõige rohkem on koole, kus õpilased saavad piima iga päev (42,1% koolidest), sellele järgnevad koolid, kus piima saadakse vaid nii palju, kui on kirjas menüüs (36,8% koolidest) ning kõige vähem on koole, kus koolipiimaprogrammi piires saadakse vaid paaril korral nädalas lisapiimatoodet (18,4% koolidest). Piimaautomaat oli olemas kahes vaadeldud koolis.

Tabel 6. Piima saamine koolis

Vastused	Esinemissagedus
Piima saavad lapsed täpselt nii palju, kui on kirjas menüüs, juurdesaamise võimalus puudub	14
Kool saab koolipiimaprogrammi piires ainult paaril korral nädalas lisapiimatoodet, mis menüüs ei kajastu	7
Õpilased saavad piima iga päev	16
sh piimaautomaadist	2
sh piim kannudes laual	14
Puuduvaid	1

Tasuta vee saamise võimalus (**tabel 7**) oli olemas kõikides koolides.

Tabel 7. Vee saamise võimalused koolis

Vee saamise viisid	Koolide arv
Fontään	2
Joogiveeautomaat	5
Kannud	12
Kraanist	17
Küsida köögist	1

2.5. VAATLUSPÄEVA MENÜÜD KOOLIDES

Valdav osa õpilastest sõi vaatluspäeval menüüs (**tabel 8**) pakutud toidu peaaegu täiesti ära. Tabelis allajoonitud toidud olid need, mille allesjätmist esines kõige enam.

Tabel 8. Vaatluspäeva menüüd koolide kaupa

Kool	Menüü
1	seljanka, kisse ll vahukoorega, leib
2	seljanka, kohupiim moosiga, <u>kakao</u> , leib, sai
3	frikadellisupp, <u>kakaokissell</u> moosiga, leib, sai
4	praetud kana, keedetud riis, <u>porgandisalat</u> juustuga, <u>piim</u> , leib, sai
5	kartulipüree, guljašš, <u>kapsa-porgandisalat</u> , morss, leib
6	kodune praad, <u>värskekapsasalat</u> , tee, saiake, leib
7	värske kapsas hakklihaga, kartulipüree, mahlajook, saiake, <u>leib</u>
8	guljašš, keedetud tatar, <u>peedisalat</u> , kompott, leib, sai
9	<u>värskekapsasupp</u> hakklihaga, hapukoor, viineripirukas, mahlakissell
10	<u>tatar</u> , frikadellid, tomati-hapukoosesalat, <u>piim</u> , leib
11	borš, kartulivorm, <u>salat</u> , joogijogurt, <u>koolileib</u> , hapukoor
12	<u>frikadellisupp*</u> , piimakissell moosiga, leib, sai
13	vorstikaste kartulitega, <u>peedisalat</u> , mahlajoogid, õun, leib
14	borš, <u>saiavorm</u> piimaga
15	<u>kartuli-makaronisupp*</u>
16	<u>hernesupp</u> , <u>pannkook</u> moosiga, tee, <u>leib</u>
17	kanašnitset, <u>kartul</u> , kaste, <u>salat</u> , leib
18	kodune seljanka, <u>mahlakissell</u> , <u>rosinasai</u> , leib
19	guljašš, keedetud <u>kartul</u> , <u>toorsalat</u> , morss
20	kalkunipada, <u>kartul</u> , <u>toorsalat</u> , piim, leib, sai
21	<u>rassolnik</u> , saiavorm piimaga, sai, leib, piim
22	keedetud riis, kalaburger, kaste, <u>toorsalat</u> , morss, leib, sai
23	guljašš, <u>riis</u> , värskekapsa-kurgisalat, leib, sai, piim
24	keedetud riis, kanakaste, <u>kapsa-porgandi-paprikatoorsalat</u> , leib, sai, piim
25	<u>talupojasupp</u> hapukoorega, mannapuder kisselliga, leib, sai
26	makaronid hakklihaga, ketšup, <u>kapsa-porrulaugu-paprikasalat</u> , piim, leib, sai
27	<u>pilaff</u> hapukoorega, leib, sai, morss
28	<u>sealihaströganov</u> , makaronid, värskekapsa-porgandisalat, mahlajook, leib, sai
29	<u>sealihaströganov</u> , keedetud <u>kartul</u> , <u>vitamiinisalat</u> , leib, sai, morss
30	makaronid viineritega, toorsalat, ketšup, saiake, leib, sai, tee
31	lihakaste, ahjukartul, <u>porgandisalat</u> , piim
32	<u>ühepajatoit</u> praetud sardelliga, piim, leib, sai, väikesai
33	hakklihakaste, <u>kartul</u> , <u>porgandi- ja punapeedisalat</u> , leib, sai, morss
34	ühepajatoit hakklihaga, piim, leib, moonirull
35	kanakaste, keedetud riis, <u>konservhernes</u> , leib, piim
36	<u>pilaff</u> , kohuke, õun, piim, leib, sai, hapukoor
37	lihapallid, <u>tatar</u> , kaste, leib, sai, salat, morss
38	<u>kartul</u> , praekapsas, viiner, mahlajook, leib, sai

* suppid puhul jäeti enim alles supivedelikku

2.6. ÕPILASTE TOIDUKULTUUR

Selles peatükis antakse ülevaade õpilaste kätepesemise võimalustest ja nende kasutamisest, noa kasutamise võimalustest ja selle kasutamisest, õpilaste korrapidajaks olemisest ning enda järelt nõude koristamisest.

Kätepesuvõimalus vahetult söökla lähedal on olemas kõigis koolides, kuid ühes koolis puudub selleks soe vesi. Kätepesuvahendit ei ole kahes koolis, kuid käte kuivatamise võimalus on olemas kõikides koolides. Kuigi kätepesemise võimalus enne sööki on olemas kõikides koolides, pole selle kasutamine väga populaarne (**tabel 9**). Mida nooremad on lapsed, seda paremini nad käsi pesevad. Nii näiteks peseb algklasside lastest suurem osa käsi 27 koolis, samal ajal kui gümnaasiumiastmes ainult ühes koolis. Algkooliastmes pesevad käsi vaid mõned õpilased kolmes koolis, samal ajal kui gümnaasiumiastmes on see nii enamikus koolides (15).

Tabel 9. Kätepesemine koolis

Paljud käsi pesevad	Algkooliaste	Põhikooliaste	Gümnaasiumiaste
Mõned	3	12	15
1/3 õpilastest	3	9	6
1/2 õpilastest	5	11	2
Suurem osa	27	5	1
Vastus puudub (nt kui gümnaasiumiaste puudub)		1	14

Noad olid olemas 35 koolis, kahes koolis need puudusid, ühe kooli kohta andmeid pole. **Tabelist 10** on näha, et kui põhikooliõpilased kasutasid nuga üsna tagasihoidlikult, siis gümnaasiumiastmes kasutasid nuga üle pooltes koolides enamik õpilasi.

Tabel 10. Paljud õpilastest kasutasid nuga, kui menüüs oli roog, mida võiks süüa noa ja kahvliga

Õpilaste hulk	Põhikooliaste	Gümnaasiumiaste
Mõned	13	2
Umbes 1/3 õpilastest	3	-
Umbes pooled õpilastest	4	6
Suurem osa õpilastest	4	10
Ankeet puudub või jäeti vastamata (nt kui gümnaasiumiaste puudub)	14	20

Vaadeldud 38 koolist on õpilased kaasatud sööklas korrapidamisse neljas koolis, kahe kooli kohta andmed puuduvad. Enamikus koolides viivad õpilased enda järelt mustad nõud ise ära.

2.7. ÕPETAJATE TOITLUSTAMINE

Vaatluse tulemused (**tabel 11**) on esitatud 36 algkooliastme ning 37 põhikooli- ja gümnaasiumiastme kohta. Enamikus koolides söövad õpetajad õpilastega ühes ruumis, kuid õpilastega samas lauas söövad õpetajad algkooliastmes 55,6% ning põhikooli- ja gümnaasiumiastmes vaid 29,7%-s koolidest. Vastuolu tekib küsimustes sama toitu / erinevat toitu või erineva suurusega portsjonid. Nende kahe summa peaks andma kokku vaadeldud koolide arvu, kuid tegelikkuses jääb see oluliselt väiksemaks. Küsides sedasama küsimust söökläesindajatelt, saadi vastused 33 kooli kohta. Nendest selgub, et 29 koolis said õpetajad õpilastega sama toitu ja vaid neljas koolis oli õpetajate toit või portsjonite suurus õpilaste omast erinev.

Tabel 11. Õpetajate toitlustamine võrreldes õpilaste omaga

Õpetajate toitlustamine	A	PK, G
Õpilastega samas ruumis	34	33
Õpilastega samas lauas	23	11
Õpilastega sama toit ja sama suured portsjonid	27	26
Õpilastega sama toit, kuid erineva suurusega portsjonid	7	8
Õpilastest erinevat toitu	4	4

3. KOOLIÕPILASTE KÜSITLUSE TULEMUSED

3.1. KÜSITLUSES OSALENUD ÕPILASTE ÜLDISELOOMUSTUS

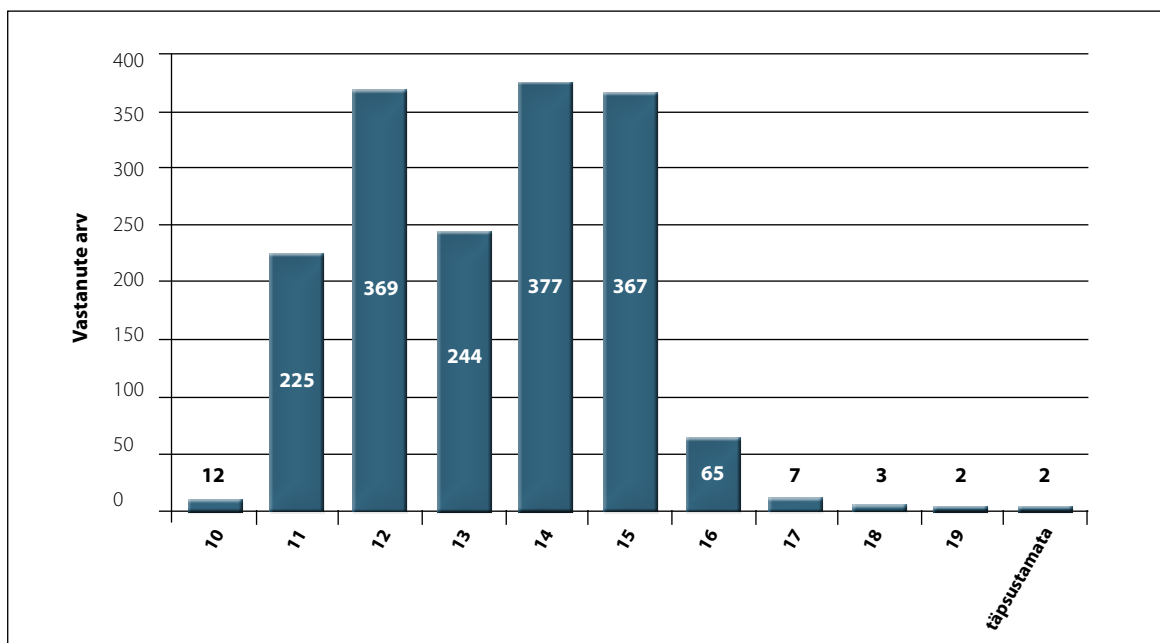
Küsitluses osales 1673 õpilast 38 koolist (**tabel 12**) keskmise vanusega 13,3 aastat. Kõige rohkem vastanuid oli koolist K19 (70 õpilast) ning kõige vähem koolist K16 (28 õpilast). Vastanutest 848 olid poisid, 820 tüdrukud ning 5 olid jätnud sellele küsimusele vastamata.

Tabel 12. Koolide toitlustajad (K - kool ise; F - firma) ning küsitluses osalenud õpilaste arv koolide kaupa

Kooli kood	Õpilaste arv	Vastanud klassid	Toitlustaja	Kooli kood	Õpilaste arv	Vastanud klassid	Toitlustaja
K01	50	7,9	K	K20	57	6,8	F
K02	47	6,8	K	K21	47	6,9	F
K03	46	5,9	K	K22	47	6,8	F
K04	44	5,8	K	K23	49	6,9	F
K05	52	5,9	K	K24	31	6,9	F
K06	44	7,9	K	K25	43	5,6,8,9	F
K07	43	5,9	K	K26	38	5,8	F
K08	44	7,8	K	K27	48	5,7,9	F
K09	54	6,8	F	K28	39	6,8	F
K10	49	6,8	F	K29	32	5,7	K
K11	38	7,9	F	K30	36	5,6,7,8,9	K
K12	32	5,6,7,8,9	K	K31	34	6,8	K
K13	39	5,6,7,8	K	K32	58	6,8,9	K
K14	41	5,8	K	K33	31	5,6,7,8,9	K
K15	40	5,6,7,8,9	F	K34	44	5,6,7,8,9	K
K16	28	5,7,8,9	F	K35	46	5,6,7,8,9	K
K17	47	6,8	F	K36	34	5,8	K
K18	39	6,9	F	K37	50	5,8	K
K19	70	5,6,7,8,9	F	K38	62	7,9	K

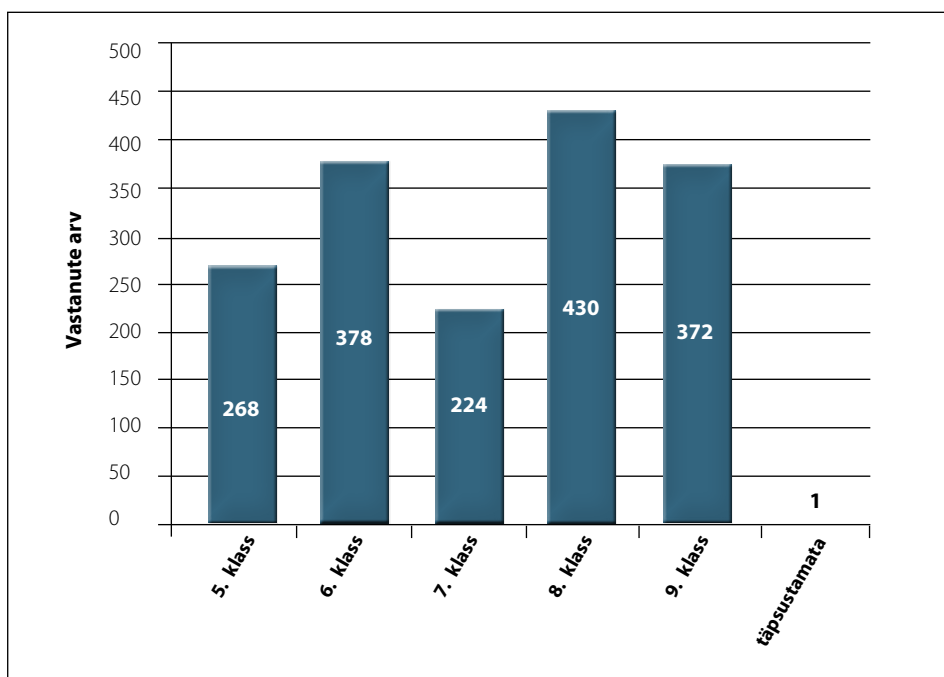
Jooniselt 2 on näha vanuserühmade “10-aastased” ning “vanemad kui 17-aastased” väga väike arvukus, mis teeb küsitavaks nende vastuste alusel üldistuste tegemise, ja seetõttu on edasisel vanuse kaupa järeltuste tegemisel need vanused välja jäetud.

Kõige enam vastanuid oli vanustes 12, 14 ja 15 eluaastat.



Joonis 2. Kooliõpilaste küsitluses osalenute vanuseline jaotus

Joonisel 3 on esitatud vastanute jaotus klasside kaupa.

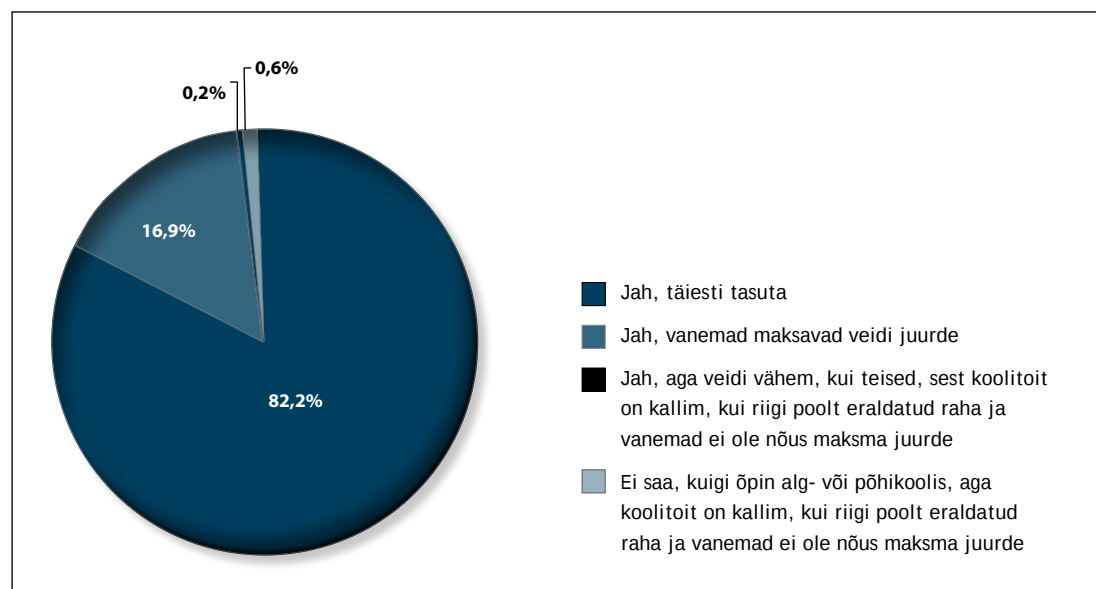


Joonis 3. Vastanute arv klasside kaupa

3.2. ÕPILASTE KÜSITLUSE TULEMUSED

3.2.1. KOOLILÕUNA SAAMINE

Küsimusele, kas ja mis tingimustel saadakse koolilõunat (**joonis 4**), vastas 95,8%, vastamata jättis 4,2% küsitletutest. Täiesti tasuta koolitoidu saajad moodustasid 82,2% vastanutest.



Joonis 4. Kas ja mis tingimustel saadakse koolilõunat (% vastanutest)

TKI andmetel õpib veidi üle poolte õpilastest (54,3%) koolides, kus toitlustamise on organiseerinud kool ise, ning 45,7% koolides, kus toitlustamist korraldab firma.

Nende seast, keda toitlustab vallavalitsus, saavad koolitoitu täiesti tasuta 94,1%. See moodustab tasuta koolitoidu saajatest 2,4% ja vastanute üldarvust 2,0%.

Nende seast, keda toitlustab kool, saavad koolitoitu täiesti tasuta 99,3%. See moodustab tasuta koolitoidu saajatest 50,2% ja vastanute üldarvust 41,3%.

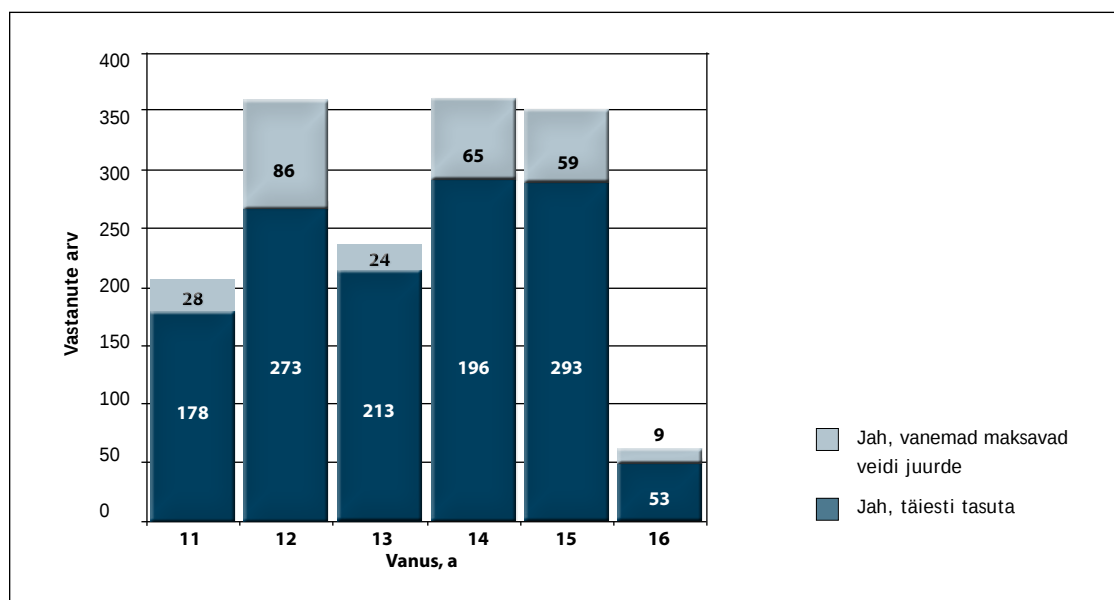
Nende seast, keda toitlustab firma, saavad koolitoitu täiesti tasuta 78,2%. See moodustab tasuta koolitoidu saajatest 30% ja vastanute üldarvust 24,7%.

Nende seast, kes on toitlustaja jätnud märkimata, saavad koolitoitu täiesti tasuta 57,8%. See moodustab tasuta koolitoidu saajatest 17,4% ja vastanute üldarvust 14,3%.

Need, kelle vanemad maksavad veidi juurde, moodustavad 16,9% vastanutest. Nad moodustavad valla toitlustatavatest 5,9%, kooli toitlustatavatest 0,6%, firma toitlustatavatest 20,2% ja toitlustaja märkimata jätnutest 41%. Samal ajal toitlustab nendest 0,7% vallavalitsus, 1,5% kool ja 37,9% firma. 59,9% sellistest on jätnud toitlustaja märkimata.

Ülejäänud vastusevariandid ("jah, aga veidi vähem kui teised, sest koolitoit on kallim kui riigi eraldatud raha ja vanemad ei ole nõus maksma juurde" ja "ei saa, kuigi õpin alg- või põhikoolis, aga koolitoit on kallim kui riigi eraldatud raha ja vanemad ei ole nõus maksma juurde") on väga harva esinevad, moodustades vastavalt 0,2% ja 0,6% vastanute üldarvust. Nendele küsimustele vastanute arv on liiga väike tegemaks üldistusi. Seejuures need, kes tasuta süüa ei saa, moodustavad 0,6% (10 last eri vanuserühmadest) uuritava valimi mahust.

Kõikides vanustes (joonis 5) on valdav täiesti tasuta koolitoit, 11-aastased – 86%, 12-aastased – 75,6%, 13-aastased – 89,1%, 14-aastased – 81,3%, 15-aastased – 81,8%, 16-aastased – 85,5%. Analüüsist on välja jäetud vanuserühmad 17-aastased ja vanemad, sest nende arvukus pole sobiv järelduste tegemiseks.



Joonis 5. Tasuta või lisamaksmisega koolilõuna saamine vanuse järgi

Kui vaadata koolitoidu saamist maakondade (Virumaal 822 ja Tartumaal 789 õpilast) ning vanuse kaupa (**tabel 13**), siis selgub, et mõlemas maakonnas oli valdav tasuta koolitoidu saamine. Vanuselisi erinevusi välja ei tule, kuid maakondades on erinevused. Tartumaal oli oluliselt rohkem lapsi, kelle vanemad pidid koolitoidule ise juurde maksma või kes koolis üldse süüa ei saa, sest vanemad juurde ei maksa. Kuigi koolitoidule juurdemaksimisest keeldunud lapsi oli analüüsimiseks liiga vähe, oli neil valdav põhjendus see, et koolilõuna kvaliteet ei ole oma hinda väärt.

Tabel 13. Koolilõuna saamine maakondade ja vanuste kaupa

Vanus (a)	Jah, tasuta	Jah, vanemad maksavad veidi juurde	Jah, veidi vähem kui teised, sest vanemad ei maksa juurde	Ei saa, vanemad ei maksa juurde
Virumaa				
11	121			
12	169	1		
13	130	5		1
14	189	5		
15	166	1		
16	24			
Tartumaa				
11	57	28		1
12	104	85	2	
13	83	19	1	
14	107	60	1	2
15	127	58		6
16	29	9		

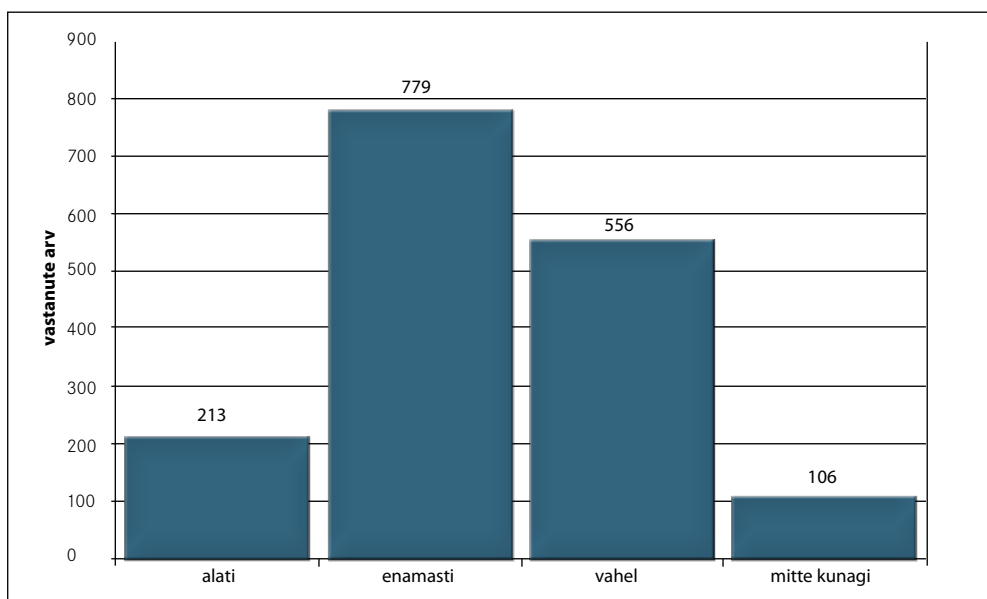
Koolilõuna saamine õpilaste arvates võrrelduna TKI taustandmetega koolide kaupa on esitatud **tabelis 14.**

Tabel 14. Tasuta koolilõuna saamine õpilaste arvates võrrelduna TKI taustandmetega koolide kaupa

Kool	Õpilaste vastused, %							TKI taustandmed		
	Tasuta	vanemad maksavad juurde	veidi vähem kui teised	ei saa	muu	vastamata	vastanuid	tasuta	juurde KOV	juurde vanemad
1	100,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	50	jah		
2	100,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	47			
3	97,8	0,0	0,0	0,0	0,0	2,2	46	jah		
4	54,5	2,3	0,0	0,0	0,0	43,2	44	jah		
5	98,1	1,9	0,0	0,0	0,0	0,0	52	jah		
6	100,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	44	jah		
7	97,7	0,0	0,0	0,0	0,0	2,3	43	jah		
8	97,7	0,0	0,0	2,3	0,0	0,0	44	jah		
9	94,4	5,6	0,0	0,0	0,0	0,0	54	jah		
10	100,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	49	jah		
11	89,5	10,5	0,0	0,0	0,0	0,0	38	jah		
12	96,9	0,0	0,0	0,0	0,0	3,1	32	jah	jah	
13	97,4	2,6	0,0	0,0	0,0	0,0	39	jah		
14	97,6	0,0	0,0	0,0	0,0	2,4	41	jah		
15	100,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	40	jah	jah	
16	92,9	0,0	0,0	0,0	0,0	7,1	28	jah	jah	
17	97,9	2,1	0,0	0,0	0,0	0,0	47	jah	jah	
18	100,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	39	jah		
19	98,6	1,4	0,0	0,0	0,0	0,0	70	jah	jah	
20	7,0	82,5	0,0	1,8	7,0	1,8	57			
21	4,3	89,4	2,1	0,0	4,3	0,0	47	jah		jah
22	21,3	70,2	0,0	2,1	6,4	0,0	47	jah		jah
23	28,6	57,1	0,0	8,2	6,1	0,0	49	jah		
24	83,9	9,7	0,0	0,0	3,2	3,2	31	jah		
25	60,5	32,6	4,7	0,0	2,3	0,0	43		jah	jah
26	13,2	71,1	0,0	0,0	13,2	2,6	38	jah		
27	60,4	22,9	0,0	2,1	8,3	6,3	48			
28	76,9	20,5	0,0	0,0	2,6	0,0	39	jah	jah	
29	93,8	0,0	0,0	0,0	3,1	3,1	32	jah		
30	100,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	36	jah		
31	94,1	5,9	0,0	0,0	0,0	0,0	34	jah		
32	100,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	58	jah		
33	100,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	31	jah		
34	95,5	4,5	0,0	0,0	0,0	0,0	44	jah		
35	95,7	0,0	0,0	0,0	2,2	2,2	46	jah		
36	100,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	34	jah		
37	3,6	75,0	1,8	3,6	3,6	12,5	56	jah		
38	98,4	1,6	0,0	0,0	0,0	0,0	62	jah		

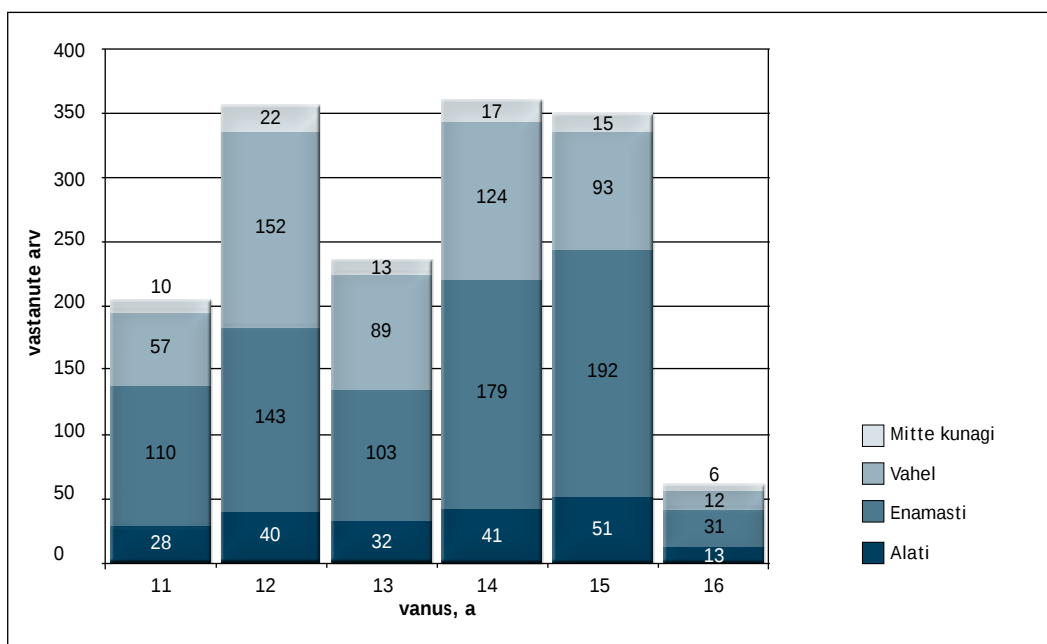
3.2.2. KOOLILÕUNA SÖÖMINE

Küsimusele pakutud koolilõuna ärasöömise kohta (**joonis 6**) oli vastanud 1654 ja vastamata jätnud 19 õpilast. Enamasti sööb koolitoidu täielikult ära 47,1%, vahetevahel 33,6%, alati 12,9% ning mitte kunagi 6,4% vastanutest.



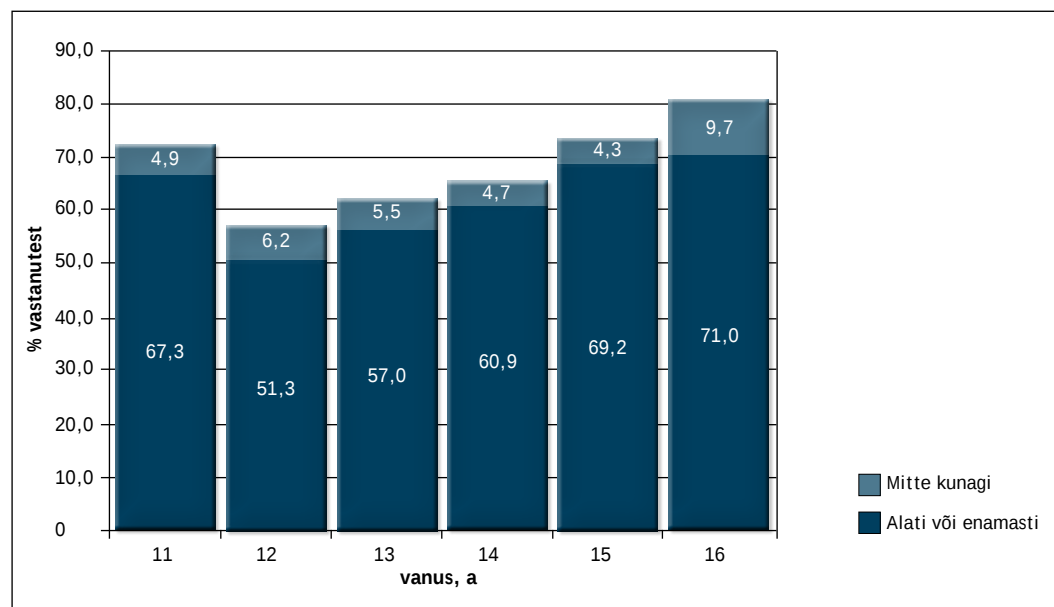
Joonis 6. Pakutud koolilõuna ärasöömine

Võib väita, et igas vanuserühmas on kaks levinumat vastusevarianti “enamasti” ja “vahel” (**joonis 7**) (vastavalt 11 a – 53,4% ja 27,7%; 12 a – 39,6% ja 42,1%; 13 a – 43,3% ja 37,4%; 14 a – 49,4% ja 34,3%, 15 a – 54,4% ja 26,4%, 16 a – 50% ja 19,4%), moodustades igas analüüsitava vanuserühmas ühtekokku alati vähemalt 80%.



Joonis 7. Pakutud koolilõuna ärasöömine vanuse kaupa

Jooniselt 8 on näha, et 11-aastastest sööb koolilõuna alati või enamasti ära 67,3%, 12-aastaselt toimub söömise järsk vähenemine, mis aga aasta-aastalt suureneb, olles 16-aastaselt juba 71% kõikidest vastanutest. Samas on ka koolitoidu mitte ära sööjaid kõige rohkem 16-aastaste seas – 9,7% vastanutest.



Joonis 8. Pakutud koolilõuna ärasöömine (% vastanutest) “alati või enamasti” ning “üldse mitte söömine” vanusegruppide kaupa

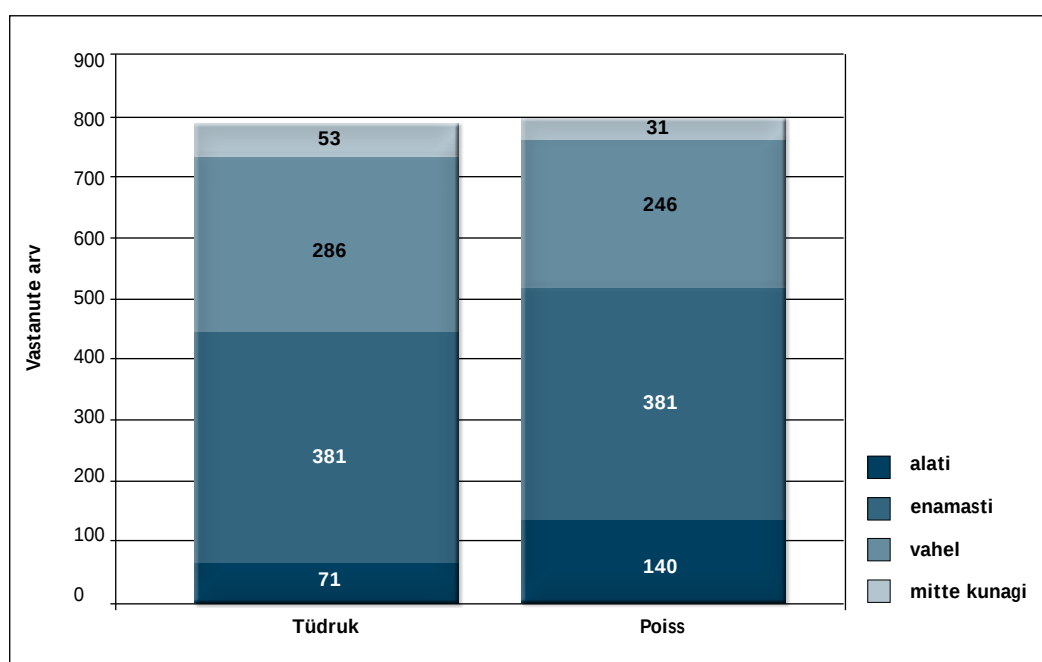
Vaadeldes koolilõuna ärasöömist maakondade ja vanuste kaupa (**tabel 15**), siis on näha, et Tartumaal on rohkem lapsi, kes söövad koolilõuna ära alati või enamasti, ning vähem lapsi, kes koolilõunat mitte kunagi ära ei söö. Vanuseliselt jaotuvad vastused mõlemas maakonnas samamoodi, v.a 12-aastased, kelle hulgas on Tartumaal suurem enamasti koolitoidu ärasööjate hulk ja Virumaal vahel koolitoidu ärasööjate hulk.

Tabel 15. Koolilõuna ärasöömine maakondade ja vanuste kaupa

Vanus (a)	Vastamata	Alati	Enamasti	Vahel	Mitte kunagi	Kokku
Virumaa						
11	1	15	63	35	7	121
12	1	11	55	86	17	170
13	0	14	59	53	9	135
14	0	16	84	83	11	194
15	0	29	80	48	10	167
16	0	8	9	5	2	24
Kokku	2	93	350	310	56	811
% vastanutest		11,5	43,3	38,3	6,9	
Tartumaa						
11	0	13	47	22	3	85
12	3	29	88	66	5	191
13	1	18	44	36	4	103
14	1	25	95	41	6	168
15	1	22	112	45	5	185
16	0	5	22	7	4	38
Kokku	6	112	408	217	27	770
% vastanutest		14,7	53,4	28,4	3,5	

Jooniselt 9 selgub, et poiste ja tüdrukute koolitoidu ärasöömise jaotused (s.o alati, enamasti, vahel, mitte kunagi) on sarnased, kuid ilmnevad järgmised erinevused: nende seas, kes alati koolitoidu täiesti ära söövad, on poiste osa kaks korda suurem tüdrukute osast. Nende seas, kes mitte kunagi toitu täiesti ära ei söö, on tüdrukute osa ca 1,7 korda suurem poiste osast. Ülejäänud vastusevariantide korral on jaotusprotsendid lähedased.

Kui poiste ja tüdrukute seas on toidu ärasöömise jaotused Virumaal (**tabel 16**) ühesugused, siis Tartumaal on poiste hulgas „alati” koolitoidu ärasööjate osa umbes 2,5 korda suurem kui tüdrukutel.



Joonis 9. Koolilõuna söömine soo järgi

Tabel 16. Koolilõuna ärasöömine maakondade ja soo kaupa

	Vastamata	Alati	Enamasti	Vahel	Mitte kunagi
Virumaa					
poisid	0	57	175	143	19
% vastanud poistest		14,5	44,4	36,3	4,8
tüdrukud	2	38	178	171	37
% vastanud tüdrukutest		9,0	42,0	40,3	8,7
Tartumaa					
poisid	4	83	206	103	12
% vastanud poistest		20,5	51,0	25,5	3,0
tüdrukud	2	33	203	115	16
% vastanud tüdrukutest		9,0	55,3	31,3	4,4

Tabelis 17 on esitatud pakutud koolilõuna peaaegu täiesti ära söömine ka koolide kaupa. Tabelist on näha, et kõige enam õpilasi, kes söövad alati koolilõuna peaaegu täiesti ära, on koolis 30 (36,1% õpilastest). Kui summeerida vastused "alati" ja "enamasti", siis koolis 14 (92,7% õpilastest). Alati ja enamasti koolitoidu ärasöövate laste hulk on üle 75% vastanutest üheksas koolis.

Tabel 17. Pakutud koolilõuna peaaegu täiesti ära söömine (% vastanutest) koolide kaupa

Koolid	Alati	Enamasti	Vahel	Mitte kunagi	Alati ja enamasti kokku
1	22,0	40,0	38,0	0,0	62,0
2	0,0	51,1	38,3	10,6	51,1
3	20,0	68,9	11,1	0,0	88,9
4	4,5	22,7	52,3	20,5	27,3
5	11,5	30,8	38,5	19,2	42,3
6	11,6	44,2	39,5	4,7	55,8
7	20,9	51,2	27,9	0,0	72,1
8	2,3	59,1	31,8	6,8	61,4
9	7,4	31,5	48,1	13,0	38,9
10	6,1	42,9	38,8	12,2	49,0
11	18,4	28,9	42,1	10,5	47,4
12	9,4	40,6	50,0	0,0	50,0
13	28,2	56,4	15,4	0,0	84,6
14	14,6	78,0	7,3	0,0	92,7
15	15,0	52,5	30,0	2,5	67,5
16	29,6	44,4	22,2	3,7	74,1
17	0,0	17,0	70,2	12,8	17,0
18	5,1	51,3	41,0	2,6	56,4
19	4,3	22,9	62,9	10,0	27,1
20	12,3	43,9	31,6	12,3	56,1
21	4,5	43,2	45,5	6,8	47,7
22	13,3	64,4	17,8	4,4	77,8
23	25,0	56,8	18,2	0,0	81,8
24	3,3	66,7	26,7	3,3	70,0
25	25,6	51,2	20,9	2,3	76,7
26	5,3	36,8	39,5	18,4	42,1
27	15,2	41,3	23,9	19,6	56,5
28	7,9	65,8	26,3	0,0	73,7
29	9,4	43,8	28,1	18,8	53,1
30	36,1	33,3	30,6	0,0	69,4
31	11,8	70,6	17,6	0,0	82,4
32	15,5	70,7	12,1	1,7	86,2
33	22,6	45,2	32,3	0,0	67,7
34	4,5	59,1	36,4	0,0	63,6
35	8,9	40,0	46,7	4,4	48,9
36	29,4	47,1	20,6	2,9	76,5
37	12,2	49,0	32,7	6,1	61,2
38	14,5	50,0	33,9	1,6	64,5

3.2.3. RAHULOLU KOOLILÕUNAGA

Küsimusele, kui rahul ollakse koolis oleva serveerimisviisiga üldiselt, vastas 1629 ja jättis vastamata 53 õpilast. Kõikide vastanute hulgas, olenemata koolis olevast serveerimisviisist, on sellega väga rahul või rahul enamik õpilastest: väga rahul 26%, üldiselt rahul 60% ja “üldse mitte / vahet pole” 14,1%.

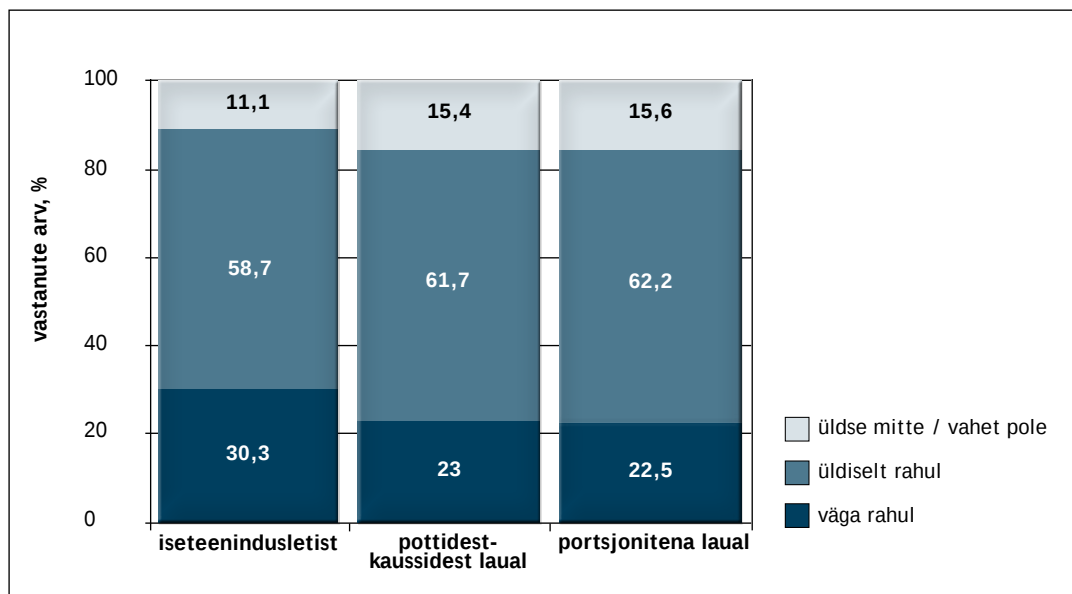
Küsimusele, kuidas toimub koolis toitlustamine, vastas 1639 õpilast, vastamata jättis 43 õpilast. Õpilased võisid valida ka mitu varianti, sest osas koolides antakse osad toidud lauale pottidest-kaussidest, osad portsjonite kaupa; samuti võib olla erinevusi eri vanuses laste toitlustamises. Õpilaste ankeetide põhjal (**tabel 19**) tuleb välja, et enamikus koolides toimub toitlustamine kas iseteenindusletist (40,5% Virumaa ja 39,1% Tartumaa õpilastest) või pottidest-kaussidest laual (40,3% Virumaa ja 47,3% Tartumaa õpilastest). TKI taustandmed aga ütlevad, et tegelikkuses on iseteeninduslett vaid kolmes uuringus osalenud koolis.

Virumaal olid iseteenindusletist serveerimist enim pakkunud 12-, 13- ja 14-aastased õpilased, pottidest-kaussidest laual aga 11-, 12- ja 16-aastased. Vastusevariant “portsjonitena laual” esines aga enim 11- ja 15-aastastel. Tartumaal on peaaegu kõigis vanustes õpilased pakkunud levinumaks serveerimisviisiks pottidest-kaussidest laual, v.a 12- ja 16-aastased, kelle vastuste seas oli ülekaalus serveerimine iseteenindusletist.

Iga serveerimisviisi korral (**joonis 10**) oli kõige populaarsem vastus “üldiselt rahul”, sellele järgnes “väga rahul”. Kõige enam rahul olid õpilased serveerimisega iseteenindusletist (“väga rahul” 30,3% vastanutest) ning kõige vähem rahul portsjonitena laual serveerimisega (“üldse mitte rahul” 15,6% vastanutest).

Virumaa koolitoidu sööjate hulgas (**tabel 18**) oli kõikidest vastanutest serveerimisviisiga väga rahul 26,7%, üldiselt rahul 60,2% ja üldse mitte rahul 13,2%. Iga serveerimisviisi puhul oli kõige populaarsem vastus “üldiselt rahul”. Väga rahul olijate seas oli enam iseteenindusletti kasutajaid.

Tartumaa koolitoidu sööjate hulgas (**tabel 18**) oli kõikidest vastanutest serveerimisviisiga väga rahul 25,2%, üldiselt rahul 59,7% ja üldse mitte rahul 15,2%. Iga serveerimisviisi korral oli samuti kõige populaarsem vastus “üldiselt rahul”. Väga rahul olijate seas oli peaaegu võrdselt nii iseteenindusletti kasutajaid kui ka pottidest-kaussidest sööjaid.



Joonis 10. Õpilaste rahulolu koolitoidu serveerimisviisiga olenevalt selle viisist õpilaste arvates

Tabel 18. Serveerimisega rahulolu maakonniti sõltuvalt serveerimisviisist

	Väga rahul	Üldiselt rahul	Üldse mitte / vahet pole
Virumaa			
Iseteenindusletist	116	225	29
% vastanutest	31,4	60,8	7,8
Pottidest-kaussidest laual	82	222	65
% vastanutest	22,2	60,2	17,6
Portsjonitena laual	43	109	20
% vastanutest	25,0	63,4	11,6
KOKKU	215	485	106
% vastanutest	26,7	60,2	13,2
Tartumaa			
Iseteenindusletist	88	170	46
% vastanutest	28,9	55,9	15,1
Pottidest-kaussidest laual	86	230	48
% vastanutest	23,6	63,2	13,2
Portsjonitena laual	19	62	23
% vastanutest	18,3	59,6	22,1
KOKKU	189	448	114
% vastanutest	25,2	59,7	15,2

Tabelis 19 on esitatud õpilaste arvamus sellest, mil viisil neil koolis toitu serveeritakse ning nende rahulolu sellega, lisatud on TKI vaatlusel selgunud koolides tegelikult kasutusel olev serveerimise viis.

Tabel 19. Koolitoidu serveerimisviis õpilaste arvates võrrelduna tegeliku serveerimisviisiga. Õpilaste rahulolu serveerimisviisiga

Kool	Õpilaste rahulolu serveerimisviisiga								
	Iseteenindusletist	Pottidest-kaussidest laual	Portsjonitena laual	Vastanud õpilasi	Serveerimisviis* (TKI vaatluse andmed)	väga rahul	üldiselt rahul	üldse mitte / vahet pole	vastamata
1		52	39	50	1	30,0	56,0	8,0	6,0
2	85	30	4	47	1	19,1	78,7	2,1	
3		59	89	46	1	19,6	67,4	13,0	
4	96	5		44	1	38,6	59,1	2,3	
5	100	51		51	1	28,8	65,4	3,8	1,9
6	98	7		44	1	34,1	61,4	4,5	
7	5	9	95	43	1	30,2	58,1	11,6	
8	93	7		44	8	25,0	52,3	22,7	
9	98		2	52	1	18,5	59,3	20,4	1,9
10	100			49	1	38,8	61,2		
11	100			38	1	31,6	57,9	10,5	
12		91	9	32	1	34,4	59,4	6,3	
13	74	28	3	39	8	69,2	20,5	5,1	5,1
14		83	20	41	1	12,2	73,2	14,6	
15	3	93	5	40	1	30,0	60,0	10,0	
16		96	4	27	1	32,1	53,6	10,7	3,6
17	4	96		47	1	2,1	36,2	61,7	
18		87	79	38	1	20,5	66,7	10,3	2,6
19	4	84	14	70	1	14,3	64,3	17,1	4,3
20	86	6	9	55	6	10,5	71,9	14,0	3,5
21	96	2	2	46	7	23,4	61,7	10,6	4,3
22	93	2	4	45	6	10,6	72,3	14,9	2,1
23	47	27	32	44	4	14,3	61,2	14,3	10,2
24	10	87	7	30	3	19,4	48,4	25,8	6,5
25	95	2	2	42	6	34,8	37,0	17,4	10,9
26	65	6	32	34	6	2,6	60,5	34,2	2,6
27	5	7	88	42	1	16,7	37,5	31,3	14,6
28	5	90	5	39	3	33,3	64,1	2,6	
29		100	3	32	3	15,6	68,8	12,5	3,1
30	100			36	2	72,2	22,2	5,6	

Tabel 19. Koolitoidu serveerimisviis õpilaste arvates võrrelduna tegeliku serveerimisviisiga. Õpilaste rahulolu serveerimisviisiga

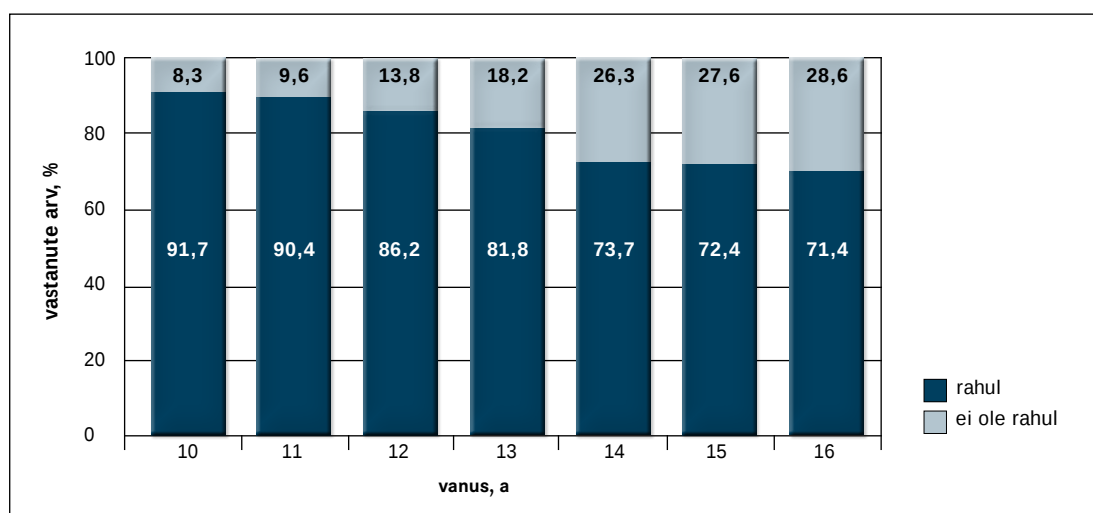
Kool	Õpilaste rahulolu serveerimisviisiga								
	Iseteenindusletist	Pottides-kaussidest laual	Portsjonitena laual	Vastanud õpilasi	Serveerimisviis* (TKI vaatluse andmed)	väga rahul	üldiselt rahul	üldse mitte / vahet pole	vastamata
32		98	5	58	2	25,9	63,8	8,6	1,7
33	10	74	16	31	3	45,2	41,9	9,7	3,2
34	52	43	26	42	5	6,8	77,3	11,4	4,5
35	5	86	9	44	3	15,2	52,2	26,1	6,5
36	3	91	6	34	3	55,9	38,2	5,9	
37	2	85	15	48	3	8,9	46,4	30,4	14,3
38	8	89	10	62	3	17,7	66,1	16,1	

*Serveerimisviiside selgitused:

- 1- serveeritakse laudadele portsjonitena
- 2- osaliselt pottides-kaussides, osaliselt portsjoneeritud (olenevalt toidust või õpilaste vanusest)
- 3- laual pottides-kaussides
- 4- osaliselt laual pottides-kaussides, osaliselt marmiidil
- 5- suurematele jagab personal marmiidilt, väiksematele portsjonitena
- 6- personal jagab marmiidilt
- 7- iseteeninduslett, magustoit portsjoneeritud
- 8- iseteeninduslett

3.2.4. KÕHU TÄITUVUS KOOLILÕUNAST NING SÖÖGIVAHETUNDIDE AJAD JA PIKKUSED

Enamik vastanutest (79,6%) olid koolilõuna portsjonite suurusega rahul. Poisid olid portsjoni suurusega vähem rahul kui tüdrukud (vastavalt 71,3% ja 88,2% vastanutest). Mida nooremad olid õpilased (**joonis 11**), seda suurem oli portsjoni suurusega rahulolijate arv.



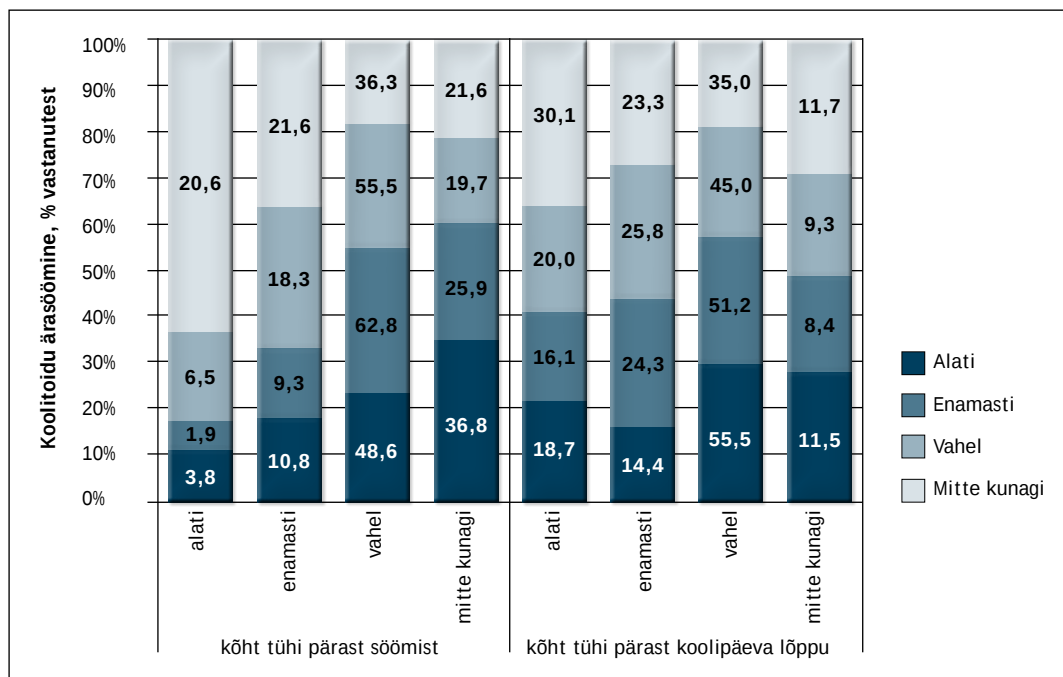
Joonis 11. Rahulolu portsjonite suurusega olenevalt õpilaste vanusest

Küsimustele, kas kõht jääb pärast koolilõuna söömist tühjaks ja kas kõht on koolipäeva lõpuks tühi (**tabel 20**), vastas 1653 õpilast, vastamata jättis 29 õpilast. 18,2%-il kõikidest vastanutest jääb kõht kohe pärast söömist alati või enamasti tühjaks, mitte kunagi ei jää kõht tühjaks 24,7%-il vastanutest, pärast koolipäeva lõppu on vastavad arvud 42% ja 9,3%. Üldistatult võib väita, et enamikul vastanutest (90,7%) on kõht pärast koolipäeva lõppu (kas alati, enamasti või vahetevahel) tühi. Kõige enam jääb kõht pärast söömist või on koolipäeva lõpuks tühi 14–15-aastastel õpilastel.

Tabel 20. Kui paljudel õpilastel (vanuste kaupa, % vastanutest) jääb kõht pärast koolilõuna söömist tühjaks või on koolipäeva lõpuks tühi

Vanus (a)	Pärast koolilõuna söömist				Koolipäeva lõpuks			
	alati	enamasti	vahel	mitte kunagi	alati	enamasti	vahel	mitte kunagi
11	4,0	9,9	56,1	30,0	19,6	18,7	52,0	9,8
12	3,3	12,5	58,2	26,1	13,7	21,1	53,7	11,5
13	5,4	10,8	56,8	27,0	19,2	20,9	48,5	11,3
14	7,0	14,5	58,3	20,2	20,4	25,7	46,4	7,5
15	4,4	16,9	54,0	24,7	20,3	28,0	44,8	6,9
16	6,3	10,9	67,2	15,6	20,3	23,4	45,3	10,9
keskmiselt	4,9	13,3	57,2	24,7	18,6	23,4	48,7	9,3

Kas kõht jääb tühjaks, sõltub suuresti ka sellest, kas õpilane üldse koolitoidu ära sööb. **Jooniselt 12** on näha, et kõhutühjus vahetult pärast koolilõuna söömist sõltub otseselt sellest, kas õpilane sööb koolitoidu peaaegu täiesti ära või ei: ainult 3,8% õpilastest, kes söövad koolitoidu alati peaaegu täiesti ära, jääb kõht pärast lõuna söömist tühjaks, samal ajal kui õpilastest, kes mitte kunagi ei söö koolitoitu täielikult ära, jääb kõht pärast koolilõuna söömist tühjaks 36,8%-il. Koolilõuna ärasöömise ja kõhutühjuse vahel pärast koolipäeva lõppu otsest seost välja tuua ei saa, siin võivad hakata mängima juba rolli ka koolilõuna pakkumise aeg jm tegurid.



Joonis 12. Kas kõht on tühi pärast söömist ja pärast koolipäeva lõppu sõltuvalt koolilõuna ärasöömisest

Küsimusele söögivaheaja toimumise kellaaja kohta vastas 1662 õpilast, vastamata jättis 20 õpilast. Enamik vastanutest (74,8%) leidis, et söögivahetunnid toimuvad õigel ajal, liiga varaseks pidasid söögivahetunni toimumise aega 5,7% ning liiga hiliseks 19,5% vastanutest.

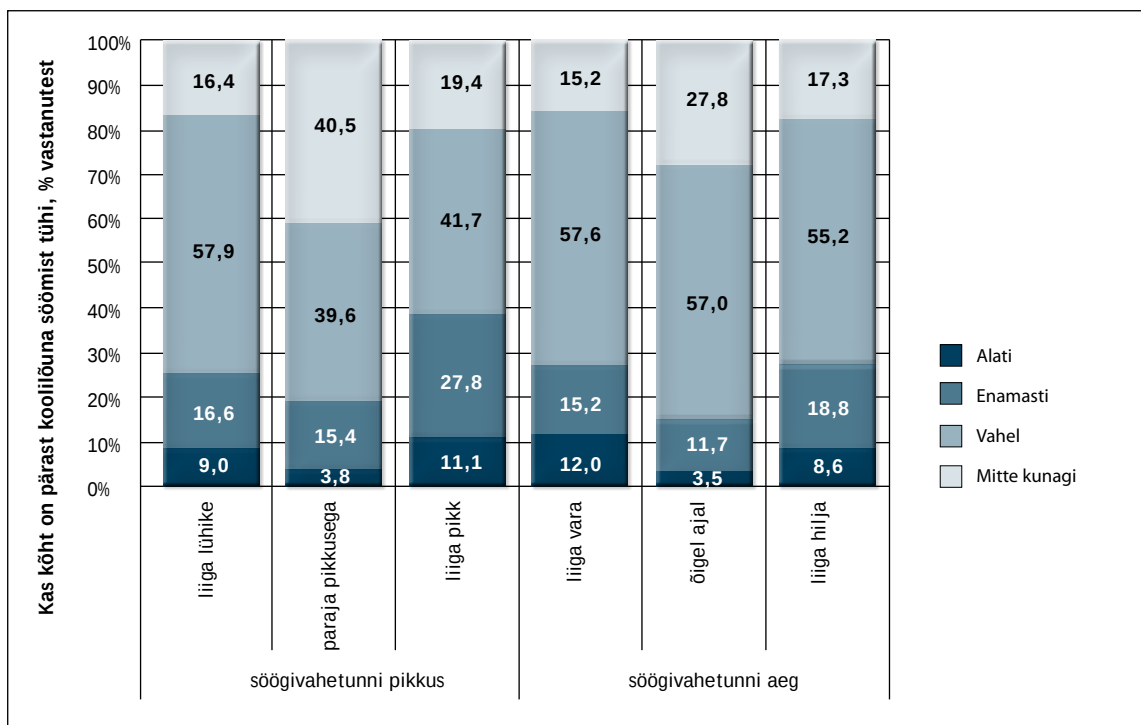
Küsimusele söögivahetunni pikkusest vastas 1661 õpilast, vastamata jättis 21 õpilast. Enamik õpilasi (65,5%) pidas söögivahetunni pikkust piisavaks, ligi kolmandiku õpilaste jaoks (32,3%) oli söögivahetund liiga lühike ning vaid 2,2% vastanutest leidis selle liiga pika olevat.

Tabelis 21 on esitatud õpilaste arvamus võrrelduna tegeliku söögivahetunni pikkusega. Tabelist selgub, et söögivahetunni pikenedes vähenes õpilaste osakaal, kelle arvates söögivahetund on liiga lühike, ning suurenes õpilaste osakaal, kelle arvates söögivahetund on liiga pikk. Seega tundub 20-minutiline söögivahetund olevat kõige optimaalsema pikkusega.

Tabel 21. Õpilaste arvamus (% vastanutest) söögivahetunni pikkusest võrrelduna tegeliku pikkusega

Söögivahetunni tegelik pikkus	Söögivahetunni pikkus õpilaste arvates			Vastanute arv
	lühike	paras	pikk	
15 minutit	41,8	57,8	0,4	232
20 minutit	32,4	65,8	1,9	1174
25-30 minutit	27,1	65,3	7,6	170

Söögivahetunni pikkus (**joonis 13**) ei mõjuta oluliselt kõhu täituvust kohe pärast koolilõunat, küll aga on pisut suurem nende õpilaste arv, kellel jääb kõht tühjaks, kuna nende arvates on söögivahetund liiga vara. Õpilaste arv, kel ei jää kõht pärast koolilõunat tühjaks, on suurim nende hulgas, kelle arvates lõuna on õigel ajal või paraja pikkusega.



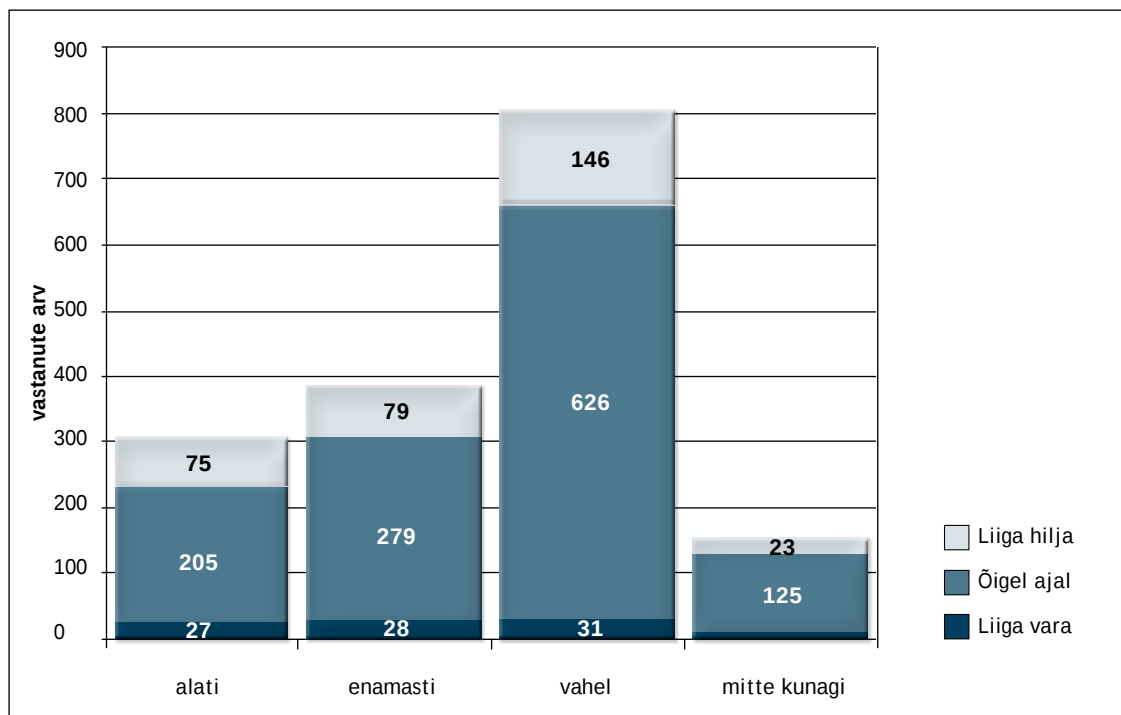
Joonis 13. Kõhu täituvus koolilõunast olenevalt söögivahetunni pikkusest ja toimumise ajast

1647 õpilase vastuste põhjal leiti seos koolipäeva lõpuks tühja kõhu ning söögivahetunni toimumise aja vahel (**joonis 14**).

Kui seda seost uurida, siis võib väita, et nende seas, kes peavad söögivaheaega liiga varaseks, kõhu tühjuse osas pärast koolipäeva lõppu (alati, enamasti, vahel) silmatorkavaid erinevusi ei ole (vastavalt 29%, 30,1%, 33,3%). Nende seas, kes väidavad, et “söögivaheaeg toimub õigel ajal” või et “söögivaheaeg toimub liiga hilja”, eristub väide, et kõht on tühi vahetevahel, vastavalt 50,8% ja 45,2%.

Nende hulgas, kes said süüa endi arvates liiga vara, oli enim neid, kes väitsid ka, et kõht on pärast koolipäeva lõppu alati või enamasti tühi (59,1%), samal ajal kui enda meelest õigel ajal või liiga hilja süüa saavate seas olid need näitajad vastavalt 39,2% ja 47,7%.

Suurem osa vastajatest, sõltumata kõhu tühjusest/mittetühjusest (alati, enamasti, vahetevahel, mitte kunagi) hindavad söögivahetunni olevat paraja pikkusega (vastavalt 52,9%, 64,6%, 69,7%, 73,5%).



Joonis 14. Tühi kõht pärast koolipäeva lõppu sõltuvalt söögivahetunni ajast

Tabelid 22-24 analüüsivad pisut põhjalikumalt seoseid tühja kõhu, söögivahetunni toimumise kellaaja ning koolitundide arvu vahel enne ja pärast söögivahetundi vastavalt realselt igas koolis söögivahetundide toimumise kellaajale, koolipäeva alguse- ja lõpukellaegadele ning vastava kooli õpilaste arvamustele.

Tabelis 25 on TKI andmete põhjal esitatud koolide kaupa kõikide uuringus osalenud klasside ligikaudne koolipäeva algus ja lõpp, söögivahetunni kellaag ja pikkus ning õpilaste arvamus söögivahetunni toimumise aja ja selle pikkuse kohta.

Tabel 22. Õpilaste arvamus (% vastanutest), kas neil jääb kõht pärast koolipäeva lõppu tühjaks ning kas nende söögivahetund on liiga vara, hilja või õigel ajal olenevalt reaalsest söögivahetunni kellaajast

Söögivahetunni kellaag	Kõht koolipäeva lõpuks tühi					Söögivahetunni aeg õpilaste arvates			
	alati	enamasti	vahel	mitte kunagi	vastanute arv	vara	õigel ajal	hilja	vastanute arv
enne 10.30	25,9	22,4	43,1	8,6	58	17,5	66,7	15,8	57
10.30-11.29	20,3	20,5	49,3	9,9	513	7,6	81,9	10,5	515
11.30-12.59	20,0	24,7	47,8	7,5	881	4,1	74,3	21,6	860
13.00-14.30	13,8	16,5	46,8	22,9	109	0,0	49,5	50,5	103

Tabelist 22 on näha, et mida varasemal kellaajal on söögivahetund, seda enam on lapsi, kellel on koolipäeva lõpuks alati kõht tühi, ning seda vähem on lapsi, kellel ei ole mitte kunagi kõht tühi. Õpilastest, kelle söögivahetund on enne kl 10.30, on 25,9%-il kõht pärast koolipäeva lõppu alati tühi.

Mida varem söögivahetund oli, seda enam oli ka õpilasi, kes pidasid seda liiga varaseks, ning vastupidi. Söögivahetundi vahemikus kl 13-14.30 pidasid liiga hiliseks 50,5% õpilastest, kelle söögivahetund sellisel ajavahemikul oli.

Tabel 23 on üsna sarnane eelmisele, kuid arvestab koolitundide arvu, mis on õpilastel olnud enne söögivahetundi. Ka siit on näha, et mida vähem koolitunde on enne söögivahetundi, seda rohkem on neid, kel on kõht koolipäeva lõpuks alati tühi (25,9% vastanutest) ja kes arvavad, et söögivahetund on liiga vara (17,5% vastanutest). Mida rohkem on koolitunde enne söögivahetundi, seda rohkem õpilasi peab selle toimumist liiga hiliseks (54,4% vastanutest).

Tabel 23. Õpilaste arvamus (% vastanutest), kas neil jääb kõht pärast koolipäeva lõppu tühjaks ning kas nende söögivahetund on liiga vara, hilja või õigel ajal olenevalt keskmisest õppetundide arvust enne söögivahetundi

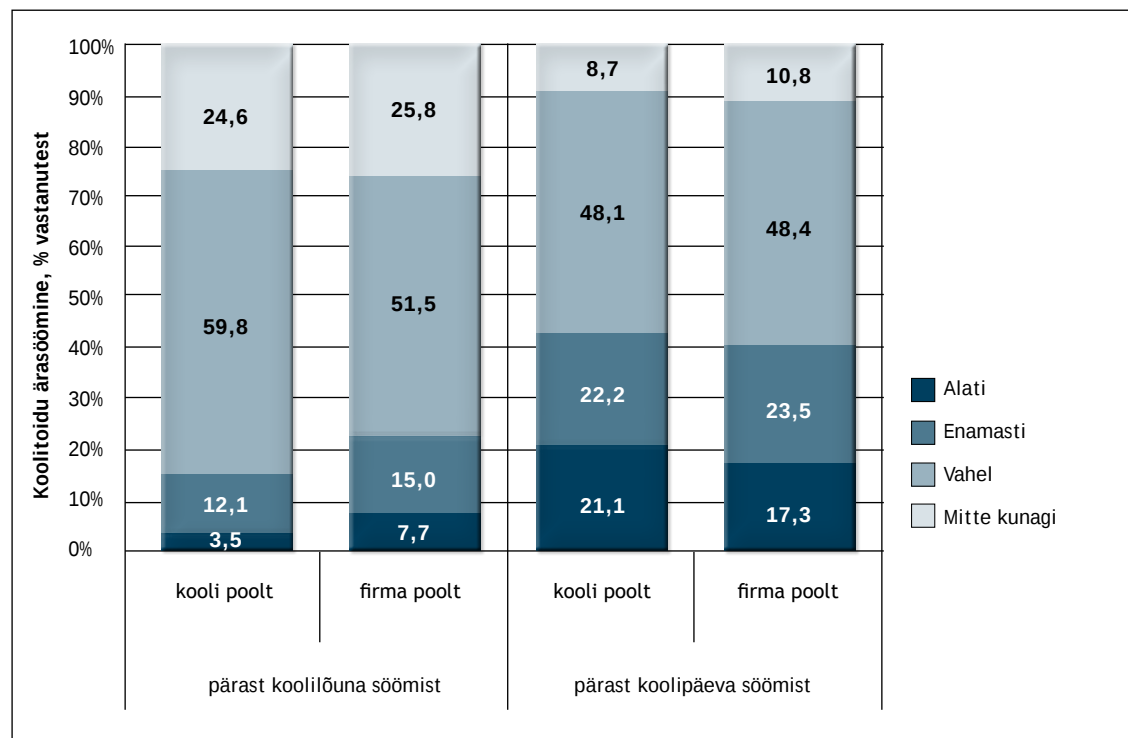
tunde enne	Kõht koolipäeva lõpuks tühi					Söögivahetunni aeg õpilaste arvates			
	alati	enamasti	vahel	mitte kunagi	vastanute arv	vara	õigel	hilja	vastanute arv
2	25,9	22,4	43,1	8,6	58	17,5	66,7	15,8	57
3	20,3	20,5	49,3	9,9	513	7,6	81,9	10,5	515
4	20,1	25,5	47,7	6,8	793	4,5	78,2	17,3	770
5	16,2	17,3	47,7	18,8	197	0	45,6	54,4	193

Tabelist 24 võib näha, et õpilastel, kellel on pärast söögivahetundi veel 1–2 õppetundi, on pärast koolipäeva lõppu kõht palju harvem tühi kui neil, kel on 4–5 õppetundi. Samuti peab 47,5% õpilastest, kel on pärast söögivahetundi ainult üks õppetund, oma söögivahetundi liiga hiliseks.

Tabel 24. Õpilaste arvamus (% vastanutest), kas neil jääb kõht pärast koolipäeva lõppu tühjaks ning kas nende söögivahetund on liiga vara, hilja või õigel ajal olenevalt keskmisest õppetundide arvust pärast söögivahetundi

tunde pärast	Kõht koolipäeva lõpuks tühi					Söögivahetunni aeg õpilaste arvates			
	alati	enamasti	vahel	mitte kunagi	vastanute arv	vara	õigel	hilja	vastanute arv
1	5,1	5,1	61,5	28,2	39	0,0	52,5	47,5	40
2	16,7	22,4	50,7	10,1	424	4,6	62,4	33,0	412
3	21,3	23,1	47,1	8,6	724	3,9	81,4	14,6	710
4-5	22,2	24,1	45,5	8,3	374	9,9	78,8	11,3	373

Küsimusele kõhutühjuse ja toitlustaja vahelisest seosest (**joonis 15**) vastas 1653 õpilast, vastamata jättis 29 õpilast. Analüüsist jäeti välja õpilased, kes ei olnud toitlustajat täpsustanud. Kui võrrelda kooli ja firma toitlustamist, siis võib väita, et täiskõhutunne ei sõltu toitlustajast.



Joonis 15. Tühi kõht pärast koolilõuna söömist ja koolipäeva lõppu olenevalt toitlustajast

Tabel 25. TKI andmete põhjal kõikide koolides uuringus osalenud klasside ligikaudne koolipäeva algus ja lõpp, söögivahetunni kellaaeg ja pikkus ning õpilaste arvamus söögivahetunni toimumise aja ja selle pikkuse kohta

Kool	Klass	Koolipäeva		Söögivahetunni			Söögivahetund õpilaste arvates					Söögivahetund õpilaste arvates			
		algus	lõpp	aeg	pikkus	liiga vara	õigel ajal	liiga hilja	vastamata	liiga lühike	paras	liiga pikk	vastamata		
1	7	8.15	14.00	11.55	20		17	13		6	24				
1	9	8.15	15.00	11.55	20		17	3		2	18				
3	5	8.00	13.50	10.35	20	3	21				24				
3	9	8.00	14.35	11.40	20		15	7		2	19	1			
4	5	8.15	14.00	10.55/11.55	15	1	18	1		3	17				
4	8	8.15	15.00	10.55/11.55	15	1	11	12		17	7				
5	5	8.00	14.10	11.00	20		27	1			26	1	1		
5	9	8.00	15.05	13.10	20		6	18		8	12	3	1		
6	7	8.15	14.15	13.10	20		13	10		4	19				
6	9	8.15	15.10	13.10	20		10	11		3	18				
7	5	8.10	14.00	10.50	20		20	3		5	18				
7	9	8.10	15.00	11.55	20		14	6		2	18				
8	7-8	8.10	15.00	10.55	25	5	35	4		20	22	2			
9	6,8	8.00	15.00	11.50	20	2	40	11	1	30	22		2		
10	6	8.30	14.20	11.15	15	3	19	1		12	10	1			
10	8	8.30	15.00	12.15	20		20	6		2	21	2	1		
11	7	8.15	14.00	11.55	20	1	10	9		6	14				
11	9	8.15	14.30	13.00	20		11	7		5	12	1			
12	5	8.30	14.05	11.05	20		3	2		5	22				
12	6-9	8.30	15.00	12.10	15		24	3		4	1				
13	5-8	8.00	14.50	11.40	30		33	6		5	34				
14	5	8.00	14.00	10.35	20	1	17	2		2	18				
14	8	8.00	14.00	11.40	20		17	4		7	13	1			
15	5-7	8.00	14.00/15.00	11.50	20	1	17	2		5	15				
15	8,9	8.00	16.00/14.00	11.50	20		19	1		10	10				
16	5	7.45	15.00	11.35	20		6			1	5				
16	7-9	7.45	15.00	12.30	20		16	6		2	20				

Tabel 25. TKI andmete põhjal kõikide koolides uuringus osalenud klasside ligikaudne koolipäeva algus ja lõpp, sögivaHetunni kella-aeg ja pikkus ning õpilaste arvamus sögivaHetunni toimumise aja ja selle pikkuse kohta

Kool	Klass	Koolipäeva		SõgivaHetunni			SõgivaHetund õpilaste arvates					SõgivaHetund õpilaste arvates			
		algus	lõpp	aeg		pikkus	liiga vara	õigel ajal	liiga hilja	vastamata	liiga lühike	paras	liiga pikk	vasta-mata	
17	6	8.45	14.30	11.25		15		18	4		10	12			
17	8	8.45	15.30	11.25		15	5	20			15	10			
18	6,8	8.00	14.35	11.35		15	1	32	2		14	21			
18	9	8.00	14.35	12.35		15		1	3		2	2			
19	5-7	7.45	15.00	10.35		20		34	13		16	30	1		
19	8,9	7.45	15.00	12.45		20		7	15	1	11	11		1	
20	6	8.00	14.00/ 15.00	11.40		20	8	18	2		19	9			
20	8	8.00	15.00	9.30-15.00		20	3	24	2		23	6			
21	6	8.00	13.30	11.30		20	2	17	1	1	11	10			
21	9	8.00	max 15.30	11.30		20	6	19	1		9	16	1		
22	6	8.05	13.55	10.50		20	4	18	1	1	13	10		1	
22	8	8.05	13.55/14.50	11.55		20	4	18	1		7	16			
23	6	8.00	14.00/14.55	10.45		20		24	1		10	15			
23	9	8.00	14.55	12.55		20		7	17		7	14	2	1	
24	6,9	8.15	14.50	11.55		20		23	6	2	10	19		2	
25	5,6	8.15	13.00	10.50		20	2	9	2		6	7			
25	8,9	8.15	14.05	11.45		20		12	6		8	10			
26	5	8.15	13.45	9.55		20	1	18			4	14		1	
26	8	8.15	15.35	12.40		20		6	13		6	13			
27	5	8.30	14.10	11.05		20	1	8			3	5	1		
27	7,9	8.30	16.00	12.10		20	4	29	4	2	9	28	1	1	
28	6	8.15	14.00/16.00	10.50		20	1	19			5	15			
28	8	8.15	14.00/16.00	11.55		20		17	2		2	17			
29	5	8.00	12.55/13.50	11.50		20		8	9		8	9			
29	7	8.00	15.00	10.35		20	1	13		1	4	9	1	1	
30	5,6	8.00	14.25	10.35		15	2	11			5	8			
30	7-9	8.00	15.20	11.30		15		20	3		9	13		1	
31	6	8.15	14.00	11.55		20		12	4		5	11			
31	8	8.15	15.00	13.00		20		11	6	1	1	16		1	

Tabel 25. TKI andmete põhjal kõikide koolides uuringus osalenud klasside ligikaudne koolipäeva algus ja lõpp, söögivahetunni kellaaeg ja pikkus ning õpilaste arvamus söögivahetunni toimumise aja ja selle pikkuse kohta

Kool	Klass	Koolipäeva		Söögivahetunni			Söögivahetund õpilaste arvates					Söögivahetund õpilaste arvates			
		algus	lõpp	aeg	pikkus	liiga vara	õigel ajal	liiga hilja	vastamata	liiga lühike	paras	liiga pikk	vastamata		
32	6	8.15	14.00	10.50	20		16			2	14				
32	8,9	8.15	15.00	11.50	20	1	32	9		8	33		1		
33	5-7	8.00	13.40	10.35	25		14			5	9				
33	8,9	8.00	14.30	10.35	25	2	15			5	12				
34	5,6	8.20	14.05	10.50	20	3	10	1		4	10				
34	7-9	8.20	15.00	12.00	20	2	25	3		12	18				
35	5	8.45	14.25	11.20	20		2	1			3				
35	6-9	8.45	14.25	12.25	20		31	12		21	21	1			
36	5	8.30	14.10	11.05	20		12	5		9	8				
36	8	8.30	14.10/15.05	12.10	15		14	3		5	12				
37	5	8.00	14.35	9.45	20	14	9			9	14				
37	8	8.00	15.45	9.45	20	1	15	9	2	13	12	1	1		
38	7	8.00	13.55	10.40	20	3	26	1		8	19	3			
38	9	8.00	14.55	11.45	20		25	7		5	19	8			

Selles peatükis vaadeldi võimalikke seoseid kõhu täituvuse ning söögivahetunni aja ja pikkuse, toitlustusfirma jne vahel, kuid tegelikult omab kindlasti suurt osakaalu ka koolis pakutava menüü energeetiline väärtus, maitse ja serveering.

Kui õpilane valis küsimusele „Kas kõht jääb pärast koolilõuna söömist tühjaks?” vastuseks “alati” või “enamasti”, pidi ta seda ka põhjendama. Põhjuseid, miks kõht jääb tühjaks, võis valida mitu. Enim valitud põhjus (**tabel 26**) etteantud võimalustest oli “söök ei maitse”.

Tabel 26. Võimalikud põhjused, miks jääb kõht pärast koolilõuna söömist tühjaks

Vastusevariandid	% vastusevariantidest
Söök ei maitse	64,6
Portsjonid on väikesed	27,0
Ei saa juurde tõsta	10,4
Ei söö üldse sellist toitu, mida koolis pakutakse	5,0

3.2.5. SÖÖMINE KOOLIPUHVETIS KOOLILÕUNA ASEMEL VÕI KOOLILÕUNALE LISAKS

Üks võimalus koolis süüa on osta toitu puhvetist. **Tabelis 27** on välja toodud, kui sageli ostavad õpilased puhvetist süüa.

Tabel 27. Kui sageli (% vastanutest) ostetakse puhvetist süüa koolilõunale lisaks või selle asemel

Ostmise sagedus	Ostetakse puhvetist süüa	Lõunasöök koolitoidule lisaks	Lisanäksimist
Peaaegu iga päev	8,3	11,3	16,5
1-2 korda nädalas	16,6	14,7	22,4
1-2 korda kuus	14,6	13,0	15,6
Mitte kunagi	37	40,2	25,5
Ei vastanud	23,5	20,8	20,0

Peaaegu iga päev ostavad puhvetist koolilõuna asemel lõunasööki 8,3%, koolilõunale lisaks 11,3% ning lisanäksimist 16,5% õpilastest.

Tabelites 28-30 on esitatud seosed selle vahel, kui sageli ostavad õpilased puhvetist lõunasööki koolilõuna asemel, lõunale lisaks või niisama lisanäksimist sõltuvalt sellest, kui sageli jääb õpilastel pärast koolilõuna söömist kõht tühjaks. **Tabelites 31-33** on välja toodud samad seosed kõhutühjusega pärast koolipäeva lõppu.

Tabel 28. Kui tihti ostavad õpilased puhvetist lõunasööki koolitoidu asemel sõltuvalt sellest, kui sageli jääb neil pärast koolilõuna söömist kõht tühjaks

	Puhvetist lõunasöök koolitoidu asemel				
Kõht pärast koolilõuna söömist tühi	peaaegu iga päev	1-2 korda nädalas	1-2 korda kuus	mitte kunagi	vastamata
alati	12	17	8	29	16
enamasti	26	43	37	64	49
vahel	72	173	151	334	207
mitte kunagi	26	44	47	188	108

Tabel 29. Kui tihti ostavad õpilased puhvetist lõunasööki koolitoidule lisaks sõltuvalt sellest, kui sageli jääb neil pärast koolilõuna söömist kõht tühjaks

	Puhvetist lõunasöök koolitoidule lisaks				
Kõht pärast koolilõuna söömist tühi	peaaegu iga päev	1-2 korda nädalas	1-2 korda kuus	mitte kunagi	vastamata
alati	12	8	8	42	12
enamasti	37	34	38	72	38
vahel	94	154	121	372	196
mitte kunagi	40	49	43	184	97

Tabel 30. Kui tihti ostavad õpilased puhvetist lisanäksimist sõltuvalt sellest, kui sageli jääb neil pärast koolilõuna söömist kõht tühjaks

	Puhvetist lisanäksimist				
Kõht pärast koolilõuna söömist tühi	peaaegu iga päev	1-2 korda nädalas	1-2 korda kuus	mitte kunagi	vastamata
alati	22	23	7	17	13
enamasti	54	59	32	39	35
vahel	153	233	157	210	184
mitte kunagi	35	65	58	160	95

Tabel 31. Kui tihti ostavad õpilased puhvetist lõunasööki koolitoidu asemel sõltuvalt sellest, kui sageli on neil pärast koolipäeva lõppu kõht tühi

	Puhvetist lõunasöök koolitoidu asemel				
Kõht pärast koolipäeva lõppu tühi	peaaegu iga päev	1-2 korda nädalas	1-2 korda kuus	mitte kunagi	vastamata
alati	31	48	35	110	83
enamasti	41	66	53	142	82
vahel	54	146	140	283	181
mitte kunagi	12	19	15	80	29

Tabel 32. Kui tihti ostavad õpilased puhvetist lõunasööki koolitoidule lisaks sõltuvalt sellest, kui sageli on neil pärast koolipäeva lõppu kõht tühi

Kõht pärast koolipäeva lõppu tühi	Puhvetist lõunasöök koolitoidule lisaks				
	peaaegu iga päev	1-2 korda nädalas	1-2 korda kuus	mitte kunagi	vastamata
alati	45	37	39	115	71
enamasti	53	57	52	149	73
vahel	74	125	105	332	168
mitte kunagi	15	24	14	75	27

Tabel 33. Kui tihti ostavad õpilased puhvetist lisanäksimist sõltuvalt sellest, kui sageli on neil pärast koolipäeva lõppu kõht tühi

Kõht pärast koolipäeva lõppu tühi	Puhvetist lisanäksimist				
	peaaegu iga päev	1-2 korda nädalas	1-2 korda kuus	mitte kunagi	vastamata
alati	67	70	36	63	71
enamasti	72	103	62	77	70
vahel	117	185	130	211	161
mitte kunagi	10	23	26	72	24

Tabelis 34 on esitatud puhvetist koolilõuna või lisanäksimise ostmise sagedus nendel õpilastel, kes olid märkinud, et neil jääb kõht pärast koolilõuna söömist alati või enamasti tühjaks või on koolipäeva lõpuks alati või enamasti tühi.

Tabel 34. Õpilaste osakaal (% ostjatest), kes ostaksid midagi puhvetist, kui nad olid märkinud, et neil jääb kõht pärast koolilõuna söömist või koolipäeva lõppu alati või enamasti tühjaks

		Peaaegu iga päev	1-2 korda nädalas	1-2 korda kuus	Mitte kunagi
Kõht on tühi		ostab puhvetist lõunasööki koolitoidu asemel			
	pärast lõunat	16,1	25,4	19,1	39,4
	koolipäeva lõpuks	13,7	21,7	16,7	47,9
		ostab puhvetist lõunasööki koolitoidule lisaks			
	pärast lõunat	19,5	16,7	18,3	45,4
	koolipäeva lõpuks	17,9	17,2	16,6	48,3
		ostab puhvetist lisanäksimist			
	pärast lõunat	30,0	32,4	15,4	22,1
	koolipäeva lõpuks	25,3	31,5	17,8	25,5

Tabelist selgub, et rohkem on õpilasi, kes ostavad midagi puhvetist, nende hulgas, kel on kohe pärast koolilõuna söömist kõht tühi. Kõige rohkem on õpilasi, kes ostavad puhvetist lihtsalt lisanäksimist.

Tabelites 35-37 on toodud välja seosed selle vahel, kui sageli ostavad õpilased puhvetist lõunasööki koolilõuna asemel, sellele lisaks või niisama lisanäksimist sõltuvalt sellest, kas nad saavad koolitoitu tasuta või mitte.

Tabel 35. Kui tihti ostavad õpilased puhvetist lõunasööki koolitoidu asemel sõltuvalt sellest, kas nad saavad tasuta koolitoitu või mitte

	Kui tihti ostetakse puhvetist lõunasööki koolitoidu asemel				
Kas ja kuidas saab koolilõunat	Peaaegu iga päev	1-2 korda nädalas	1-2 korda kuus	Mitte kunagi	Vastamata
tasuta	84	185	174	516	366
vanemad maksavad pisut juurde	35	83	60	84	10
jah, veidi vähem	0	1	2	1	0
ei saa	5	3	0	2	0
vastamata	16	8	9	19	10

Tabel 36. Kui tihti ostavad õpilased puhvetist lõunasööki koolitoidule lisaks sõltuvalt sellest, kas nad saavad tasuta koolitoitu või mitte

	Kui tihti ostetakse puhvetist lõunasööki koolitoidule lisaks				
Kas ja kuidas saab koolilõunat	peaaegu iga päev	1-2 korda nädalas	12- korda kuus	mitte kunagi	vastamata
tasuta	145	183	153	523	321
vanemad maksavad pisut juurde	35	53	52	117	15
jah, veidi vähem	1	0	1	2	0
ei saa	1	2	1	4	2
vastamata	6	7	4	31	14

Tabel 37. Kui tihti ostavad õpilased puhvetist lisanäksimist sõltuvalt sellest, kas nad saavad tasuta koolitoitu või mitte

	Kui tihti ostetakse puhvetist lisanäksimist				
Kas ja kuidas saab koolilõunat	peaaegu iga päev	1-2 korda nädalas	1-2 korda kuus	mitte kunagi	vastamata
tasuta	189	277	192	353	314
vanemad maksavad pisut juurde	59	90	56	55	12
jah, veidi vähem	1	2	0	0	1
ei saa	4	3	1	1	1
vastamata	15	11	7	21	8

Tabelitest 35-37 on näha, et isegi kui õpilased saavad koolitoitu (kas tasuta, veidi vähem või maksavad vanemad pisut juurde), ostavad neist 7,4% peaaegu iga päev puhvetitoitu koolilõuna asemel ning 11,3% puhvetitoitu koolilõunale lisaks. Paar korda nädalas ostavad koolitoidu saajatest puhvetitoitu koolilõuna asemel 16,2% ning koolilõunale lisaks 14,7%. Mitte kunagi ei osta koolitoidu sööjatest puhvetitoitu koolitoidu asemel 37,5% ning koolilõunale lisaks 40,1%.

See-eest puhvetist ostab lisanäksimist koolitoidu sööjatest peaaegu iga päev 15,6%, paar korda nädalas 23,0% ning paar korda kuus 15,5%. Lisanäksimist ei osta vaid umbes neljandik (25,5%) koolitoitu söövatest õpilastest.

Tabelis 38 on kokkuvõtvalt toodud välja, kas õpilased ostavad puhvetist midagi koolitoidu asemel või sellele lisaks või lisanäksimist olenevalt sellest, kas nad saavad või ei saa koolitoitu. Tabelis ei kajastu nende õpilaste andmed, kes jätsid neile küsimustele vastamata.

Tabel 38. Puhvetist ostmise sõltuvalt koolitoidu saamisest

Koolitoidu saamine	Koolitoidu asemel		Koolitoidule lisaks		Lisanäksimist	
	ei	jah	ei	jah	ei	jah
ei saa	2	8	4	4	1	8
saab tasuta, vanemad maksavad juurde või saab veidi vähem	601	624	642	623	408	866

Tabelist 38 on näha, et koolilõuna saajatest ostavad puhvetist toitu koolilõuna asemel või sellele lisaks vähemalt korra-paar kuus umbes pooled, lisanäksimist umbes kaks kolmandikku.

3.2.6. SÖÖGI OSTMINE KOOLILÕUNA ASESEL VÕI KOOLILÕUNALE LISAKS LÄHEDAL ASUVAST POEST

Tabel 39 annab ülevaate vahetunnil poeskäimisest ja sealt millegi söödava ostmisest üldiselt, soo, maakonna ning klasside järgi, tabel 39 aga koolide kaupa. Tabelist 38 on näha, et peaaegu 60% õpilastest ei käi vahetundide ajal kõrval asuvast poest midagi juurde ostmas, sest kas seal ei ole läheduses sellist poodi või ei tunta poeskäimise järele vajadust. Poeskäimine on rohkem levinud poiste seas. Maakondade kaupa vaadates on Tartumaal oluliselt rohkem õpilasi, kes käivad vahetundidel poest midagi lisaks süüa ostmas. Vanuse järgi vaadates on vahetundide ajal poest süüa ostmas käijaid enim 9. klassi õpilaste hulgas, neile järgnevad 7. klassi õpilased.

Tabel 39. Kui paljud õpilased (%) käivad vahetunni ajal kõrval asuvast poest midagi süüa ostmas

	Ei käi, pole poodi	Ei käi, pole vajadust	Vahetevahel	Tihti	Vastamata
KÕIK	13,0	46,7	27,4	9,4	3,4
SOO JÄRGI					
Poisid	13,6	39,9	30,9	13,1	2,6
Tüdrukud	12,6	53,9	23,8	5,6	4,1
MAAKONNA JÄRGI					
Virumaa	17,1	53,4	21,7	5,5	2,2
Tartumaa	8,8	39,8	33,3	13,4	4,6
KLASSIDE JÄRGI					
5. klass	11,9	56,5	23,0	5,9	2,6
6. klass	11,9	56,5	18,3	7,2	6,1
7. klass	16,1	38,4	34,8	9,8	0,9
8. klass	16,3	46,3	28,1	7,4	1,9
9. klass	9,4	35,2	34,4	16,4	4,6

Kui vaadata vahetundide ajal vahetundide ajal poe külastusi koolide kaupa (**tabel 40**), siis selgub, et enim teevad seda koolide K35 (tihti 63,0%, vahetevahel 34,8% õpilastest), K6 (tihti 27,3%, vahetevahel 65,9% õpilastest), K13 (tihti 20,5%, vahetevahel 69,2% õpilastest) ning K26 (tihti 5,3%, vahetevahel 73,7% õpilastest) õpilased.

16 koolis ei käi vahetundide ajal poest süüa ostmas üle ¼ õpilastest. Kõige vähem käivad poes õpilased koolidest K4 ja K7 (97,7% õpilastest), K9 (96,3% õpilastest) ning K18 (94,9% õpilastest). Kahe kooli õpilased (K24 ja K38) olid märkinud, et nende koolis ei ole vahetundidel poe külastamine lubatud.

Tabelis 41 on toodud õpilaste endi vastused koolide kaupa selle kohta, mida nad vahetundidel enim lähedal asuvast poest ostavad.

Tabel 40. Kui paljud õpilased (%) käivad vahetunni ajal kõrval asuvast poest midagi süüa ostmas

Kool	Ei käi, pole poodi	Ei käi, pole vajadust	Vahetevahel	Tihti	Vastamata
1	0,0	38,0	52,0	10,0	0,0
2	53,2	40,4	6,4	0,0	0,0
3	2,2	26,1	45,7	26,1	0,0
4	11,4	86,4	2,3	0,0	0,0
5	3,8	63,5	23,1	7,7	1,9
6	0,0	6,8	65,9	27,3	0,0
7	9,3	88,4	2,3	0,0	0,0
8	38,6	43,2	13,6	4,5	0,0
9	33,3	63,0	1,9	0,0	1,9
10	4,1	87,8	8,2	0,0	0,0
11	34,2	57,9	7,9	0,0	0,0
12	43,8	34,4	6,3	0,0	15,6
13	0,0	5,1	69,2	20,5	5,1
14	43,9	39,0	14,6	0,0	2,4
15	7,5	45,0	40,0	5,0	2,5
16	32,1	32,1	14,3	0,0	21,4
17	0,0	85,1	14,9	0,0	0,0
18	10,3	84,6	2,6	0,0	2,6
19	14,3	61,4	20,0	2,9	1,4
20	0,0	43,9	38,6	17,5	0,0
21	10,6	46,8	31,9	10,6	0,0
22	36,2	53,2	8,5	0,0	2,1
23	8,2	44,9	18,4	28,6	0,0
24	3,2	64,5	19,4	0,0	12,9
25	18,6	11,6	30,2	34,9	4,7
26	10,5	7,9	73,7	5,3	2,6
27	4,2	37,5	41,7	16,7	0,0
28	2,6	74,4	20,5	2,6	0,0
29	0,0	78,1	18,8	3,1	0,0
30	0,0	25,0	63,9	11,1	0,0
31	0,0	47,1	41,2	2,9	8,8
32	1,7	10,3	29,3	17,2	41,4
33	0,0	45,2	41,9	12,9	0,0
34	4,5	43,2	38,6	11,4	2,3
35	0,0	2,2	34,8	63,0	0,0
36	0,0	52,9	44,1	2,9	0,0
37	12,0	40,0	42,0	2,0	4,0
38	35,5	51,6	12,9	0,0	0,0

Tabel 41. Mida ostavad õpilased vahetundide ajal lähedal asuvast poest (koolide kaupa)

Kool	Joogid							Kondiitritooted						Maiustused				
	Juua	Karastusjook	Energiajook	Jäätée	Kohv	Mahl/mahlajook	Vesi	Saiake	Pirukas, sõõrik	Kook	Küpsis	Kuivik	Vahvel	Magusat	Komm	Pulgakomm	Šokolaad	Jäätis
1	7	2				4		9			1			2	1		5	1
3	10	2				1		20							1			4
4																		
5	1	2				1		6	2		1	1			1		2	
6	1	11						8	8	1	4	1			5			
7																		
8	1							1					1				1	
9		1													1			
10																		3
11									1									
13	8	1						5	2		5				7	4	3	3
14	1							2									2	
15	2	3																
17																	1	
18	1							1									1	1
19	1	1					1				1			1	2	1		
20	13	1	2			1		1						1	8		10	
21	1	1			1			1							1		1	1
22				1				1						1				
23								6										
24	3			1													4	
25	2						1	3		1							3	1
26	2	1				3		11			1			1	6	2	7	
27	5	4						4			3		2		2		1	
28								1			1				1		1	
29	3	1						2									2	
30	3	3				1		5							3		4	6
31																1		
32	2		1					1		1							3	
33		1						3			2				1			
34	10							6	2	1					2	3	6	
35	5	7				2		16			1				2		5	2
36	4	2					1	3									4	
37	4					1		5	1	2	5			1		1	1	
K	90	44	3	2	1	14	3	121	16	6	25	2	3	7	44	12	67	22

Tabel 41. Mida ostavad õpilased vahetundide ajal lähedal asuvast poest (koolide kaupa)

Kool	Eined							Piimatooted		Muud				
	Puuviljad	Hamburger	Pitsa	Hot dog	Võileib	Pelmeenid	(Kartuli)salat	Kohuke	Jogurt	Pähklid	Päevalilleseemned	Näts	Kartulikrõpsud	Rämpsoit
1	1						1	3					1	
3													3	
4													1	
5													1	
6									1				10	
7														
8												1	1	
9								1	1					
10														
11														
13												3	2	
14														
15								1					4	
17							1							
18														
19													2	
20	1					1						1	8	
21		2	3										2	
22														
23				1									1	
24														
25					1								1	
26	1							1	1	3		1		
27	1												2	
28												1		
29													1	
30										1	1		10	
31												1		
32													1	1
33										1			2	
34	1													
35	1	1	1					1				1	3	
36														
37												1	2	
K	6	3	4	1	1	1	2	7	3	5	1	10	58	1

Tabelis 42 on üldiselt ning **tabelis 43** koolide kaupa välja toodud see, kas õpilaste kõhutühjus pärast koolilõuna söömist mõjutas neid kuidagi rohkem ostma vahetundide ajal midagi lähedal asuvast poest. **Tabeli 43** põhjal võib väita, et seos kõhutühjusega pärast koolilõuna söömist ning vahetundidel poest millegi ostmise vahel on ainult koolides K31 ja K33.

Tabel 42. Kuidas on vahetundidel söögi ostmine mõjutatud kõhutühjusest pärast koolilõuna söömist

	Käib vahetunnil poest midagi söögiks ostmas			
Pärast söömist on kõht tühi	ei, poodi pole lähedal	ei, pole vajadust	vahel	tihti
alati	17	31	24	9
enamasti	28	99	56	32
vahel	129	452	259	77
mitte kunagi	38	244	101	25

Tabel 43. Kuidas on vahetundidel söögi ostmine mõjutatud kõhutühjusest pärast koolilõuna söömist koolide kaupa

		Käib vahetunnil midagi poest söögiks ostmas			
Kool	Pärast sööki jääb kõht tühjaks	ei, pole poodi lähedal	ei, pole vajadust	vahel	tihti
1	enamasti		1	1	1
	vahel		13	18	2
	mitte kunagi		5	6	2
2	alati			1	
	vahel	18	9	1	
	mitte kunagi	7	10		
3	alati		1	2	1
	enamasti		1	4	3
	vahel	1	7	10	5
	mitte kunagi		3	5	3
4	alati	1	1		
	enamasti	1	4		
	vahel	3	19	1	
	mitte kunagi		14		
5	enamasti		2	2	2
	vahel	2	15	8	1
	mitte kunagi		16	2	1
6	enamasti			4	2
	vahel		2	14	6
	mitte kunagi		1	11	4
7	alati	2	2		
	enamasti		6	1	
	vahel	2	26		
	mitte kunagi	0	4		
8	alati	1	1		1
	enamasti	3	4	2	0
	vahel	10	13	4	1
	mitte kunagi	3	1		
9	alati	2			
	enamasti	4	2		
	vahel	12	28		
	mitte kunagi		5		
10	enamasti	1	3		
	vahel	1	26	1	
	mitte kunagi		14	3	
11	alati			1	
	enamasti	2	2	1	
	vahel	9	11	1	
	mitte kunagi	2	9		
12	alati	1			
	enamasti	1	1		
	vahel	7	5	2	
	mitte kunagi	5	5		

Tabel 43. Kuidas on vahetundidel söögi ostmine mõjutatud kõhutühjusest pärast koolilõuna söömist koolide kaupa

Kool	Pärast sööki jääb kõht tühjaks	Käib vahetunnil midagi poest söögiks ostmas			
		ei, pole poodi lähedal	ei, pole vajadust	vahel	tihti
13	enamasti			2	1
	vahel		1	18	4
	mitte kunagi		1	7	3
14	alati	1			
	enamasti		2	1	
	vahel	15	10	5	
	mitte kunagi	2	4		
15	enamasti	1	1	3	
	vahel	1	11	9	2
	mitte kunagi	1	6	4	
16	alati		1	1	
	enamasti	1		1	
	vahel	5	3	2	
	mitte kunagi	3	5		
17	alati		17	2	
	enamasti		18	3	
	vahel		4	2	
	mitte kunagi		1		
18	alati		1		
	enamasti		7		
	vahel	4	17	1	
	mitte kunagi		7		
19	alati			2	
	enamasti	1	1	1	
	vahel	5	21	10	1
20	mitte kunagi	4	21	1	1
	alati		1		1
	enamasti		6	5	2
	vahel		14	14	6
21	mitte kunagi		4	3	1
	alati		1	1	
	enamasti	2	2	4	3
	vahel	2	13	6	
22	mitte kunagi	1	5	3	1
	alati	2		1	
	enamasti	2	3		
	vahel	10	15	2	
23	mitte kunagi	4	6		
	alati	1			1
	enamasti		1	1	2
	vahel	3	11	4	7
24	mitte kunagi		10	3	3
	alati		1	1	
	enamasti	1	6		
	vahel		12	4	
25	mitte kunagi		1	1	
	alati		1		
	enamasti	1	2	4	1
	vahel	2	11	6	2
26	mitte kunagi	1	6	3	1
	alati			2	1
	enamasti		2	3	1
	vahel		9	6	2
27	mitte kunagi		8	1	
	alati	1	1	2	2
	enamasti		3	2	1
	vahel	2	6	9	4
28	mitte kunagi		7	5	1
	alati		3		1
	enamasti				
	vahel	1	18	7	
	mitte kunagi		8	1	

Tabel 43. Kuidas on vahetundidel söögi ostmise mõjutatud kõhutühjusest pärast koolilõuna söömist koolide kaupa

Kool	Pärast sööki jääb kõht tühjaks	Käib vahetunnil midagi poest söögiks ostmas			
		ei, pole poodi lähedal	ei, pole vajadust	vahel	tihti
29	alati			2	
	enamasti		5		
	vahel		15		1
	mitte kunagi		6	3	
30	alati			1	
	vahel		4	9	4
	mitte kunagi		5	13	
31	alati				1
	enamasti			1	
	vahel		8	11	
	mitte kunagi		8	2	
32	alati			1	
	enamasti		1	1	3
	vahel		4	21	7
	mitte kunagi		5	11	2
33	enamasti				1
	vahel		5	10	3
	mitte kunagi		9	3	
34	enamasti		1	2	
	vahel		25	4	
	mitte kunagi	1	10	1	
35	alati			1	1
	enamasti				8
	vahel			14	18
	mitte kunagi		1	1	2
36	enamasti			1	
	vahel		14	10	
	mitte kunagi		3	5	
37	alati	2		2	
	enamasti	1	3	4	
	vahel	3	12	11	1
	mitte kunagi	1	5	2	
38	alati	3	2	1	
	enamasti	6	6	2	
	vahel	11	15	4	
	mitte kunagi	3	5	1	

Tabelis 44 on esitatud üldiselt ning **tabelis 45** koolide kaupa see, kas õpilaste kõhutühjus koolipäeva lõpus mõjutas neid kuidagi rohkem ostma vahetundide ajal midagi lähedal asuvast poest. Seos kõhutühjusega pärast koolipäeva lõppu ning vahetundidel millegi ostmise vahel oli koolides K31, K33 ja K35 (**tabel 45**).

Tabel 44. Kuidas on vahetundidel söögi ostmise mõjutatud kõhutühjusest pärast koolipäeva lõppu

Kõht pärast koolipäeva lõppu tühi	Käib vahetunnil poest midagi söögiks ostmas			
	ei, pole poodi lähedal	ei, pole vajadust	vahel	tihti
alati	56	127	82	37
enamasti	55	178	105	40
vahel	89	426	217	53
mitte kunagi	10	95	35	14

Tabel 45. Kuidas on vahetundidel söögi ostmine mõjutatud kõhutühjusest pärast koolipäeva lõppu

Kool	Pärast koolipäeva lõppu on kõht tühi	Käib vahetunnil poest midagi söögiks ostmas			
		ei, pole poodi lähedal	ei, pole vajadust	vahel	tihti
1	alati		4	5	2
	enamasti		4	8	1
	vahel		8	12	
	mitte kunagi		3		2
2	alati	4	2		
	enamasti	7	1		
	vahel	11	13	2	
	mitte kunagi	3	3		
3	alati		2	2	6
	enamasti		2	8	2
	vahel	1	7	9	3
	mitte kunagi		1	2	1
4	alati		2		
	enamasti	2	7	1	
	vahel	2	25		
	mitte kunagi	1	4		
5	alati		4	1	
	enamasti		4	3	2
	vahel	2	20	7	2
	mitte kunagi		5	1	
6	alati			1	2
	enamasti			5	0
	vahel			15	7
	mitte kunagi		2	8	3
7	alati	2	11		
	enamasti	1	8	1	
	vahel	1	15		
	mitte kunagi		3		
8	alati	1	3	3	1
	enamasti	8	5		1
	mitte kunagi	8	11	3	
9	alati	6	6		
	enamasti	3	6		
	vahel	5	19		
	mitte kunagi	3	4		
10	alati	1	3		
	enamasti		6		
	vahel	1	26	3	
	mitte kunagi		8	1	
11	alati	1		1	
	enamasti	4	4	1	
	vahel	7	10		
	mitte kunagi	1	8	1	
12	alati	5	3		
	enamasti	4	5	2	
	vahel	4	3		
13	alati		1	4	3
	enamasti		1	1	3
	vahel			21	1
	mitte kunagi			1	1
14	alati	8	3	4	
	enamasti	6	3		
	vahel	4	9	1	
	mitte kunagi		1	1	

Tabel 45. Kuidas on vahetundidel söögi ostmine mõjutatud kõhutühjusest pärast koolipäeva lõppu

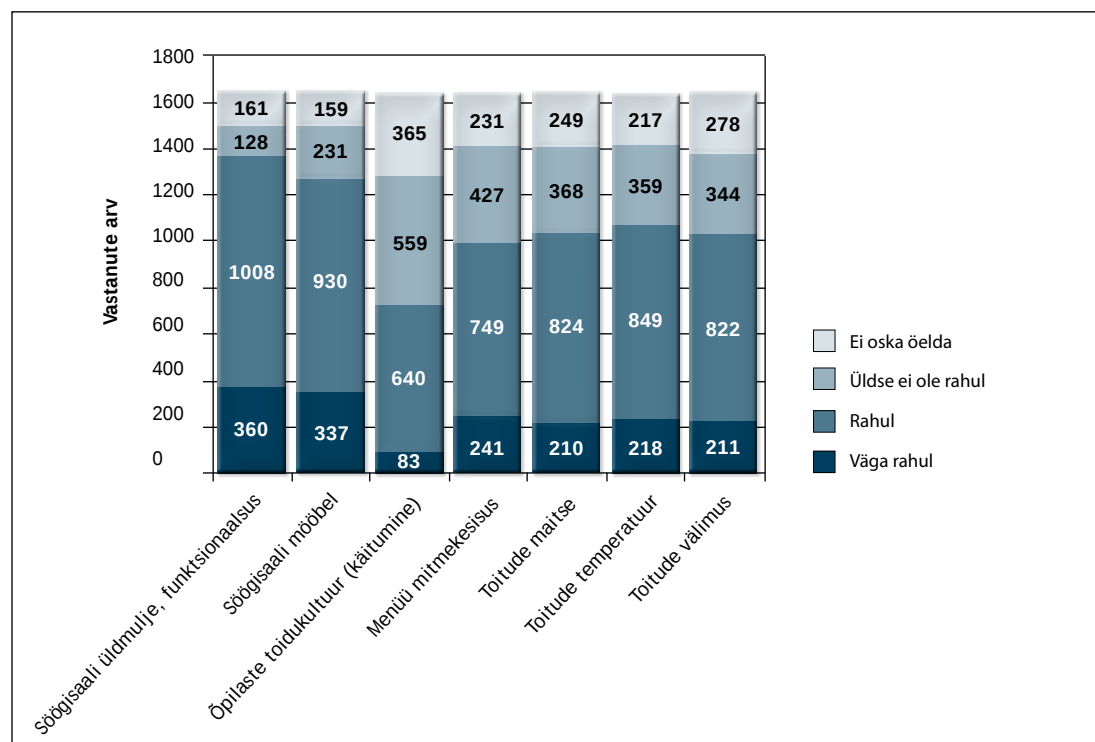
Kool	Pärast koolipäeva lõppu on kõht tühi	Käib vahetunnil poest midagi söögiks ostmas			
		ei, pole poodi lähedal	ei, pole vajadust	vahel	tihti
15	alati	1	5	6	1
	enamasti	1	3	2	
	vahel	1	9	7	1
	mitte kunagi		1	1	
16	alati	3	1	2	
	enamasti	1	1	1	
	vahel	2	5	1	
	mitte kunagi	2	1		
17	alati		24	3	
	enamasti		11	4	
	vahel		5		
18	alati	1	5		
	enamasti	1	14		
	vahel	2	11	1	
	mitte kunagi		3		
19	alati	3	2	1	
	enamasti	2	6	2	
	vahel	5	25	8	1
	mitte kunagi		10	3	1
20	alati		1	1	1
	enamasti		9	6	5
	vahel		13	14	4
	mitte kunagi		2		
21	alati	1	4	5	3
	enamasti	1	7	6	2
	vahel	3	9	3	
	mitte kunagi		1	1	
22	alati	3	4	1	
	enamasti	5	7		
	vahel	10	13	2	
	mitte kunagi		1		
23	alati		2	1	3
	enamasti	1	3	3	2
	vahel	3	14	5	5
	mitte kunagi		3		4
24	alati		5	2	
	enamasti		8	3	
	vahel	1	7	1	
25	alati	1	3	3	1
	enamasti	1	3	4	1
	vahel	3	12	4	1
	mitte kunagi		2	2	1
26	alati		1	5	1
	enamasti		2	3	2
	vahel		12	4	1
	mitte kunagi		4	1	
27	alati	1	1	3	1
	enamasti		3		2
	vahel	2	9	14	4
	mitte kunagi		3	1	
28	alati	1	3		
	enamasti		12	2	
	vahel		14	6	1
28	alati	1	3		
	enamasti		12	2	
	vahel		14	6	1

Tabel 45. Kuidas on vahetundidel söögi ostmine mõjutatud kõhutühjusest pärast koolipäeva lõppu

Kool	Pärast koolipäeva lõppu on kõht tühi	Käib vahetunnil poest midagi söögiks ostmas			
		ei, pole poodi lähedal	ei, pole vajadust	vahel	tihti
29	alati		3	3	
	enamasti		3	1	
	vahel		19		
	mitte kunagi		1	1	1
30	alati			3	
	enamasti		1	3	1
	vahel		5	14	3
	mitte kunagi		3	2	
31	alati			4	1
	enamasti		3		
	vahel		7	8	
	mitte kunagi		6	1	
32	alati		1	2	2
	enamasti		1	15	5
	vahel		7	15	5
	mitte kunagi		1	1	
33	alati				1
	enamasti		4	3	
	vahel		5	9	3
	mitte kunagi		5	1	
34	alati		2		
	enamasti		7	1	
	vahel	1	24	6	
	mitte kunagi		3		
35	alati			4	7
	enamasti			4	11
	vahel			7	11
	mitte kunagi		1		
36	alati		5	4	
	enamasti		2	3	
	vahel		10	6	
	mitte kunagi		1	3	
37	alati	5	1	7	1
	enamasti	1	7	7	
	vahel	1	12	4	
	mitte kunagi			2	
38	alati	8	10	1	
	enamasti	6	5	2	
	vahel	9	13	5	
	mitte kunagi		1		

3.2.7. RAHULOLU KOOLI TOITLUSTUSEGA

Õpilastel paluti vastata, kui rahul on nad oma kooli söökla söögisaali üldmulje ja funktsionaalsusega, söögisaali mööbliga, õpilaste toidukultuuriga, menüü mitmekesisusega ning toitude maitse, temperatuuri ja välimusega (joonis 16).



Joonis 16. Rahulolu kooli toitlustamise eri aspektidega

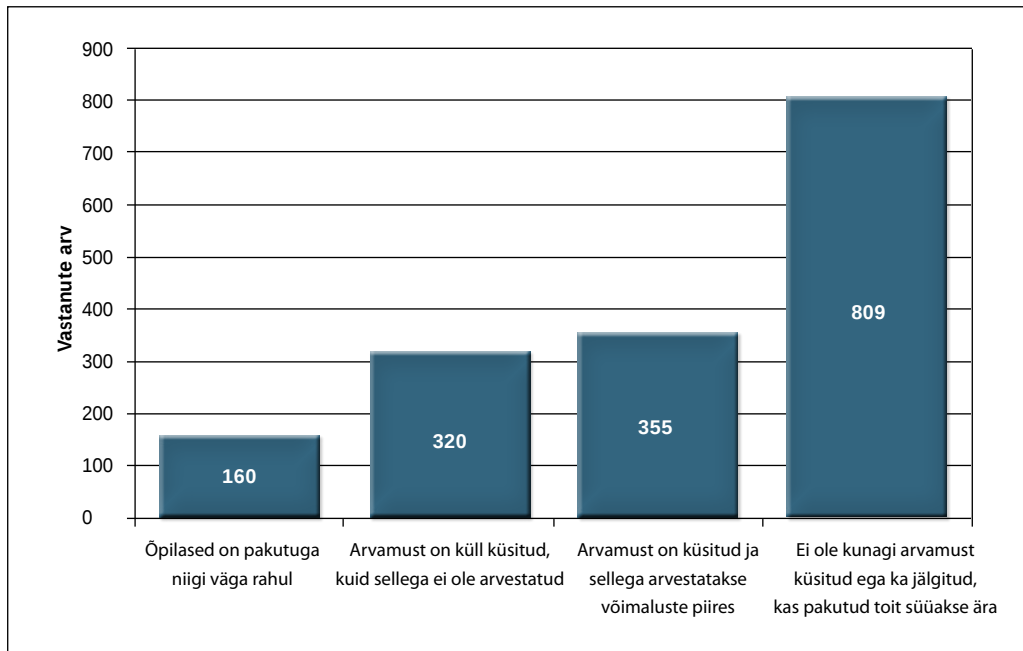
Väga rahul ja rahul olid

- söögisaali üldmulje ja funktsionaalsusega 81,3% vastanutest
- söögisaali mööbliga 75,3% vastanutest
- õpilaste toidukultuuriga 42,9% vastanutest
- menüü mitmekesisusega 58,8% vastanutest
- toitude maitsega 61,5% vastanutest
- toitude temperatuuriga 63,5% vastanutest ning
- toitude välimusega 61,4% vastanutest

Seevastu üldse polnud rahul

- söögisaali üldmulje ja funktsionaalsusega 7,6% vastanutest
- söögisaali mööbliga 13,7% vastanutest
- õpilaste toidukultuuriga 33,2% vastanutest
- menüü mitmekesisusega 25,4% vastanutest
- toitude maitsega 21,9% vastanutest
- toitude temperatuuriga 21,3% vastanutest ning
- toitude välimusega 20,5% vastanutest

Jooniselt 17 selgub, et 49,2% vastanud õpilaste arvates ei ole neilt kunagi arvamust küsitud ega ka jälgitud, kas nad söövad pakutud toidu ära. 21,6% arvates on nende arvamust küsitud ja võimaluse piires sellega ka arvestatud. 19,5% arvates on arvamust küsitud, aga sellega pole arvestatud, ning 9,7% vastanutest on pakutuga niigi rahul.



Joonis 17. Õpilaste arvamuse küsimine ja sellega arvestamine

Tabelist 46 näeb viise, kuidas on õpilastelt arvamust küsitud. Vastasid vaid õpilased, kes väitsid, et neilt on arvamust küsitud. Peamiselt on arvamust küsitud kas küsitluse teel (40,2% vastanutest) või suuliselt (39,9% vastanutest).

Õpilastelt arvamuse küsimist (tabel 47) peab oluliseks 59,2%, seda ei pea oluliseks 18,2% ning vastamata on jätnud 22,5% õpilastest. Vastamata jätnute suur osakaal võib olla seotud sellega, et neis koolides on õpilastelt arvamust juba küsitud.

Tabel 46. Õpilaste arvamuse küsimine koolides

Kool	Küsitlus	Õpilasonavalitsuselt	Suuliselt	Arvestatud pretensioone vm	Kool	Küsitlus	Õpilasonavalitsuselt	Suuliselt	Arvestatud pretensioone vm
1	11	6	12	0	20	36	1	1	0
2	9	4	6	1	21	25	3	5	0
3	2	3	8	1	22	4	2	5	1
4	2	2	3	0	23	3	2	8	4
5	4	0	10	2	24	4	0	10	7
6	8	0	7	2	25	10	3	19	1
7	7	0	24	0	26	24	2	3	0
8	6	4	3	0	27	8	6	12	3
9	4	2	10	0	28	8	3	8	3
10	5	6	6	1	29	2	0	3	0
11	6	2	10	2	30	18	0	5	1
12	3	3	1	2	31	16	2	7	1
13	3	1	7	1	32	13	6	15	6
14	1	0	3	0	33	3	2	16	1
15	1	7	22	4	34	11	1	5	3
16	4	1	7	2	35	3	3	5	4
17	26	1	7	1	36	3	2	5	1
18	4	3	6	1	37	8	2	6	5
19	5	3	16	0	38	0	4	6	2

Tabel 47. Kas õpilastelt arvamuse küsimine on oluline (õpilaste endi vastuste põhjal)

Kooli nr																			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
ei	32	13	24	20	6	25	5	12	7	20	11	23	49	33	23	23	0	5,1	20
jah	36	85	62	80	87	61	41	74	89	59	79	58	44	60	40	58	40	67	69
vastamata	32	2	13	0	8	14	55	14	4	20	11	19	7,7	7,5	38	19	60	28	11
Kooli nr																			
	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38
ei	12	11	16	21	7	19	6	33	5	13	17	15	12	23	32	16	59	22	18
jah	33	42	72	71	52	57	56	55	58	77	81	44	40	52	36	66	35	51	76
vastamata	55	47	12	7	41	24	38	13	37	10	2,8	41	48	26	32	18	5,9	27	6,5

3.2.8. PIIMA TARBIMINE KOOLIS

Õpilastelt küsiti, mitu klaasi piima nad keskmiselt nädala jooksul koolis joovad (nii söögi kõrvale kui ka koolipiimaprogrammi piires). Vastuse sellele küsimusele andsid 1533 õpilast.

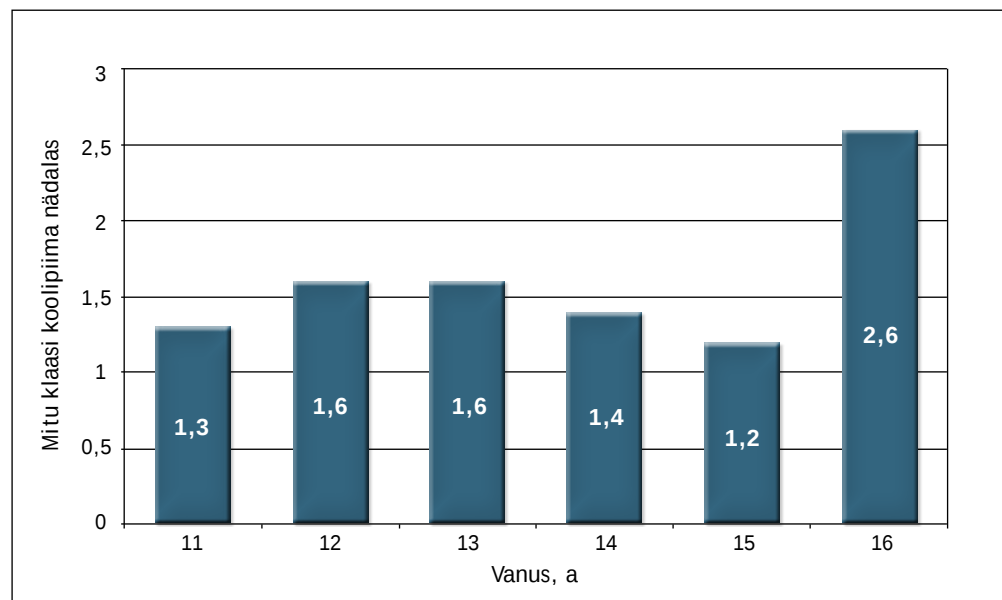
Tabelist 48 on näha, et piimatarbimine nädalas on kooliti vahemikus 0 klaasist (K5) kuni 4,2 klaasini (K34). Üldine piimatarbimise aritmeetiline keskmine on 1,5 klaasi piima nädalas.

Tabel 48. Piimaklaaside arv õpilase kohta nädalas koolide kaupa võrreldes koolis piima(toodete) pakkumise viisiga

Kool	Mitu klaasi piima keskmiselt	Vastanute arv	Kuidas piima(tooteid) pakutakse*	Kool	Mitu klaasi piima keskmiselt	Vastanute arv	Kuidas piima(tooteid) pakutakse*
34	4,2	41	IP	11	1,2	38	IP
10	3,2	49	LP	25	1,2	40	IP
15	3,2	39	LP	29	1,2	29	IP
16	3	25	M	30	1,2	34	M
36	2,9	32	IP	1	1,1	46	IP
23	2,8	48	LP	20	1,1	56	IP
18	2,5	39	LP	17	0,9	47	IP
13	2,4	39	IP	28	0,9	37	M
8	2,3	43	IP	7	0,8	41	LP
22	2,2	40	M	26	0,8	33	IP
31	2,2	23	IP	33	0,8	28	M
32	2,2	55	M	6	0,7	39	M
27	1,9	32	M	12	0,7	30	M
37	1,9	44	IP	2	0,6	38	vastamata
24	1,8	29	IP	9	0,5	53	M
3	1,7	43	LP	4	0,3	37	M
19	1,3	61	M	14	0,3	35	IP
21	1,3	44	IP	38	0,3	58	M
35	1,3	40	LP	5	0	48	M

* IP – piim on saadaval iga päev kannudes või piimaautomaadis; LP – kool saab koolipiimaprogrammi piires mingit lisapiimatoodet; M – piima saadakse vaid nii palju, kui on kirjas menüüs

Kui vaadata koolipiima tarbimist vanuse kaupa (joonis 18), siis selgub, et kõige enam tarbisid piima 16-aastased (keskmiselt 2,7 klaasi nädalas) ning kõige vähem 15-aastased (1,3 klaasi nädalas).



Joonis 18. Koolipiima tarbimine lähtuvalt vanusest

Kõigil, kes jõid koolis alla ühe klaasi piima nädalas, paluti etteantud loetelust valida põhjus(ed). Vastasid 1039 õpilast, kellest enim tõid põhjusteks võimaluse valida teisi jooke ning selle, et neile ei maitse piim üldse (tabel 49).

Tabel 49. Põhjused, miks õpilased ei joo koolis üldse või joovad alla ühe klaasi piima nädalas

Põhjused	Vastanute arv
Tavaliselt on laual muid jooke, mida valida	313
Ei joo üldse piima, sest piim ei maitse	296
Pakutav piim on liiga soe	173
Koolis puudub võimalus piima saada	122
Pakutav piim on paha maitsega või halvaks läinud	101
Piim ei sobi nende toitumise kõrvale, mida sööklas pakutakse	70
Ei joo üldse piima, sest minu organism ei talu piima	31
Pakutav piim on liiga külm	18
Sõbrad ei joo piima ja ma ei taha neist erineda	15
Ei joo üldse piima, sest olen dieedil	12

3.2.9. ÕPILASTE ARVAMUS SÖÖKLA JA PUHVETI TOIDUVALIKU KOHTA

Tabelis 50 on välja toodud õpilaste arvates koolilõunaks enim pakutud toidud: makaronid, köögiviljasupp, kartulipuder või keedetud/ahjukartulid, viinerid-sardellid, kalapulgad, morss ja frikadellisupp. Kõige vähem pakutakse õpilaste arvates omletti, kohvi ja tarretisi.

Kui nimetatud road oleksid koolisööklas saadaval, siis enamik õpilastest eelistaks süüa kartuliputru ja keedetud või ahjukartuleid, viinereid-sardelle, makarone, kohupiimamagustoite ja kalapulki. Kõige vähem tahaksid nad kalasuppi, maksatoite ning herne- ja oasuppi.

Suurema osa õpilaste väitel on nende koolipuhvetis (**tabel 51**) müügil saiakesed ja pirukad nii leht- kui ka pärmitaignast, koogid, küpsised, jäätis, mahl, kartulikrõpsud, kommid ning erinevad šokolaadid.

Tervislikumaks antud loetelust peab üle poolte õpilastest puuvilju, köögivilju, toorsalateid, suppi, jogurtit, piima ning mahla. Vähem tervislikumaks peab üle poolte õpilastest pitsat, hamburgerit, pärmitaignast saiakesi, kooke, küpsiseid, karastusjooke, kartulikrõpse, popkorni, komme ning täidisega šokolaadi.

Kui puhvetis müüdaks, siis üle poolte õpilastest ostaks tükeldamata puuvilju, pitsat, hamburgerit, võileibu, praadi, pannkooke, saiakesi (nii leht- kui ka pärmitaignast), kooke, küpsiseid, kohukesi, jogurtit, jäätist, mahla, karastusjooke, energia- ja spordijooke, pähkleid-seemneid, kartulikrõpse, komme ning šokolaadi. Samas üle poolte õpilastest ei ostaks köögivilju, puljongit, suppi, piima, dieetjooke ning kuivatatud puuvilju.

Tabelisse 52 on koondatud nende õpilaste vastused puhvetist ostmise kohta, kes olid andnud hinnangu vastavale toidule tervislikkuse ja vähem tervislikkuse seisukohalt. Tabelis on toidud jaotatud gruppidesse selliselt, milliseid toite peaks tegelikkuses puhvetisortimendis olema rohkem ja millised vähem.

Tervislikumaks peetud ning ka tegelikult tervislikkuse seisukohast lähtuvalt puhvetivalikus soovitud toitade seast ostaksid õpilased eelistatult tükeldamata puuvilju, mahla ja jogurtit, kuid ei ostaks köögivilju ja piima. Piima mitteostmine võib olla mõneti seletatav koolipiimaprogrammi piires vabalt olemas oleva piimaga koolisööklas.

Kuigi õpilased pidasid osa toite vähem tervislikumaks, ostaksid nad ikkagi pitsat, hamburgerit, saiakesi, kooke, küpsiseid, šokolaadi, karastusjooke, morssi, kartulikrõpse ja komme. Üsna suur oli ka õpilaste hulk, kes ostaksid energijooke. Energijookide koostisosad võivad tekitada käitumishäireid või mõjuda halvasti kasvavale organismile⁴. **Tabelist 53** võib näha koolide kaupa õpilaste arvamust, kas nende koolipuhvetis on energijaogid müügil või mitte.

Tabel 50. Milliseid toite sööklas pakutakse ja mida õpilased neist süüa eelistavad (% vastanutest)

	Kas seda on koolisööklas pakutud				Kui pakutakse, kas sööd ära		
	jah	ei	ei tea	vastamata	üldjuhul jah	enamasti mitte	vastamata
Toorsalat, köögiviljalõigud	84,4	5,9	5,3	4,4	64,1	21,2	14,7
Teraviljapudrud	54,6	33,2	7,9	4,3	41,1	30,7	28,2
Köögililjasupp	89,8	3	2,8	4,3	59,2	28,1	12,7
Kanasupp	64,9	20,6	10,4	4	49,8	24,1	26,1
Piimasupp	48,6	39,3	7,5	4,6	35,2	31,3	33,5
Seljanka	75,6	12,8	7,1	4,4	54,8	24,1	21
Kalaspupp	58	27,4	9,5	5,1	24,6	47	28,4
Frikadelli-, hakklihasupp	84,7	7,6	4,3	3,4	67,5	16,1	16,4
Herne-, oaspupp	80,1	10,6	4,6	4,7	42,1	40,8	17,1
Köögililjahautis või -vormiroog	55,5	25,1	13,8	5,5	36,3	36,7	26,9
Praetud või ahjukala	37	47,9	9,6	5,5	37	24,8	38,2
Kalapulgad, -burgerid, -kotletid	84,8	9,1	2,4	3,7	74,4	9,2	16,3
Praetud või ahjukana	45,8	41,6	7,9	4,8	53,7	12,1	34,2
(Hakk)lihakaste	81,4	9,6	4,8	4,2	62,7	18,6	18,7
Pilaff	66,9	16,3	11,9	4,9	50,6	24,9	24,5
Pikkpoiss, kotletid	78,4	10,2	6,8	4,5	67,4	12,6	20
Grillvorstid, viinerid, sardellid niisama või kastmena	85,4	6,9	4,2	3,5	76,2	7,4	16,4
Maksakaste, -kotletid	65,9	18,9	10,2	5	30,1	46	23,8
Kartulipuder, keedetud või ahjukartulid	89,2	3,9	2,1	4,7	77,4	8,7	13,9
Tatrapuder, riis	82	10,4	3,3	4,2	57,3	26,2	16,5
Makaronid	92,6	2,3	1,5	3,6	75,4	10,9	13,6
Omlett	22,1	64,1	8,3	5,5	31,2	22,5	46,3
Leivasupp, mannaht	59,3	26,8	9,2	4,8	39,7	32,8	27,5
Tarretised	30	54,8	9,3	5,9	36,2	20,3	43,5
Kissellid	79,2	11,5	5,1	4,2	53,5	26,4	20,1
Pannkoogid	38,9	50,9	5,7	4,5	49,5	11	39,5
Saiake, kook	77,3	13,9	4,5	4,3	72,9	5,9	21,1
Vahukoore	53,3	33,8	7,9	5,1	49	18,7	32,3
Kohupiimamagustoit, kohuke	83	9,5	3,2	4,3	74,4	7,9	17,7
Piim	81,2	12,2	2,7	3,9	45,5	34,9	19,6
Keefir	49,5	39,2	6,9	4,3	27,5	37,7	34,8
Jogurt	72,8	19	3,8	4,4	62,4	14,1	23,5
Tee	83,7	9,8	3,2	3,4	71,1	9,5	19,4
Kakao	68,1	22,9	4,8	4,2	58,2	16,2	25,6
Kohv	32,8	55,1	6,4	5,7	36,9	22,2	41
Mahl, nektar	58,7	30,1	6,5	4,6	61,9	7,1	31
Morss	84,7	7,4	3,5	4,4	68,8	13,7	17,5

Tabel 51. Milliseid toite koolipuhvetis pakutakse, kas õpilased peavad neid tervislikuks või vähem tervislikuks ning mida õpilased neist süüa eelistavad (% vastanutest)

	Kas on puhvetis müügil				Tervislikum (T) / vähem tervislikum (VT)				Ostaksin, kui oleks		
	jah	ei	ei tea	vasta-mata	T	VT	ei tea	vasta-mata	jah	ei	vasta-mata
PEAKS OLEMA											
Puuviljad, tervelt	34,5	22,2	6,1	37,2	85,1	2,1	3,2	9,6	64,3	23,4	12,4
Puuviljad, tükeldatud	9,2	44,4	8,9	37,5	66,6	13,4	7,6	12,5	39,8	46	14,2
Köögilviljad	14,3	38,9	9	37,8	75,7	5,5	6,6	12,1	26,2	58,9	15
Toorsalatid	27,8	25,5	9	37,6	72,8	8,1	7,1	12	39,5	45,8	14,7
Võileivad	19,4	34,1	8,7	37,7	27,8	42,7	17,1	12,5	53,1	32,4	14,5
Praad	22,9	29,4	9,7	38	39,4	29,8	17,6	13,3	50,6	33,7	15,7
Supp	19,1	33,1	9,9	37,9	52,6	18,8	14,5	14,1	27,1	56	16,9
Jogurt	18,7	32,6	10,9	37,9	67,2	12,1	8,1	12,5	53,9	31,2	15
Piim	19,7	32,5	9,5	38,3	74,1	6,8	5,8	13,2	31,5	53,3	15,3
Mahl	49,6	8,5	4,2	37,8	68	13,8	7,3	10,9	73,9	12,5	13,6
Kuivatatud puuviljad	6,1	41,5	14,3	38,1	45,1	21,7	19,4	13,8	33,5	50,8	15,6
Pähklid, seemned	25,7	25,1	11,3	37,9	39,4	29,3	19,1	12,2	55,6	29,5	14,9
VÕIVAD OLLA											
Salatid hapukoore-/majoneesikastmega	25,9	26,5	9,7	38	38,7	34,2	13,9	13,2	37,8	46,7	15,5
Pitsa	30,4	27,3	4,2	38	8,5	60,3	19,7	11,5	67,7	18,8	13,5
Hamburger	28,2	30,1	4,4	37,3	7,5	61,2	20,6	10,7	61,8	25,1	13,1
Sändvitš	10,8	40,5	10,6	38	15,5	49,6	21,2	13,8	47,4	37	15,6
Puljong	6,5	42,3	13,3	37,9	39,2	26,8	20,6	13,4	23,5	60,5	16
Pannkoogid	15,3	38	8,4	38,2	25,2	44,8	16,7	13,3	58,3	26,7	15
Pärmitaignast saiakesed ja pirukad	52,6	5,2	4,3	37,9	21,2	50,9	16,4	11,5	71,1	15,3	13,6
Kohukesed	26,1	28	8,4	37,5	47,4	27,6	12,5	12,5	63,1	22,5	14,4
Jäätis	48,6	8,8	4,8	37,8	29,4	45,7	13,5	11,5	70,9	15,6	13,4
Tavalised šokolaaditahvlid	53,1	4,7	4,5	37,7	22,8	47,6	17,8	11,8	69,4	17,4	13,3
PAREM, KUI EI OLEKS											
Lehttaignast saiakesed ja pirukad	43,6	10,3	8,4	37,6	20,7	50	17,7	11,5	67,1	19,1	13,7
Magusad koogid	47,1	10,5	4,8	37,6	14,2	57,9	17,1	10,8	66,6	19,9	13,5
Küpsised	43,9	12,5	6,3	37,2	18,3	52,3	17,9	11,6	63,5	23,1	13,4
Morss ("väriline vedelik")	32,2	21,1	8,5	38,2	32,9	39,4	15,6	12,1	48,8	36,1	15,2
Karastusjoogid	53,9	6,7	2,1	37,4	12,8	57,4	18,8	11	68,7	18,4	12,9
Kartulikrõpsud	40,5	18,1	3,7	37,7	7,1	60,9	20,6	11,4	55,6	30,8	13,6
Popkorn	23,5	30,1	8,2	38,2	8,5	58,3	21,2	12	46,7	38,7	14,6
Kommid	50,7	6,2	5,2	37,9	9	59,3	20,2	11,5	62	24,7	13,4
Täidisega šokolaadid	56,1	3,4	2,9	37,6	14,1	56,2	18,5	11,2	72,6	14,1	13,3
EI TOHIKS OLLA											
Dieetjoogid	9,9	35,6	16,3	38,2	17,7	42,5	26,6	13,2	27,4	56,9	15,7
Energiajoogid, spordijoogid	25,7	26,8	9,6	37,9	17	47,5	23,8	11,7	51,5	33,9	14,6

Tabel 52. Kas õpilased ostaksid või ei ostaks seda toitu, kui nad märkisid selle tervislikuks või vähem tervislikuks (% vastanutest)

	Tervislikum			Vähem tervislikum		
	ostaksin	ei ostaks	vastamata	ostaksin	ei ostaks	vastamata
PEAKS OLEMA						
Puuviljad, tervelt	69,9	23,6	4,2	1,4	0,9	0,1
Puuviljad, tükeldatult	42,1	36,9	4,3	4,2	11,9	0,5
Köögiviljad	28,9	59,3	5,0	1,2	5,0	0,6
Toorsalatid	43,0	42,5	4,5	2,7	6,4	0,9
Võileivad	27,1	10,4	1,9	34,9	23,4	2,4
Praad	38,5	15,8	2,6	22,8	17,3	3,0
Supp	27,0	43,0	3,8	6,2	17,8	2,3
Jogurt	52,5	28,2	4,1	8,8	5,3	1,2
Piim	33,5	53,8	4,2	2,4	5,1	0,9
Mahl	69,9	8,9	4,3	12,7	3,2	1,0
Kuivatatud puuviljad	32,8	31,1	3,7	10,2	20,8	1,4
Pähklid, seemned	41,3	13,5	2,5	24,3	15,9	2,4
VÕIVAD OLLA						
Salatid hapukoore- või majoneeskastmega	28,3	22,0	2,9	16,8	27,1	2,9
Pitsa	9,7	1,6	1,0	66,6	17,6	3,5
Hamburger	8,0	1,7	1,1	60,2	25,6	3,4
Sändvitš	16,6	5,3	1,8	39,7	33,2	3,4
Puljong	22,0	34,5	3,0	7,9	29,9	2,6
Pannkoogid	28,5	5,5	2,0	39,8	21,1	3,1
Pärmitaignast saiakesed ja pirukad	25,1	2,3	1,9	54,5	13,3	2,9
Kohukesed	48,3	11,2	3,7	23,0	12,1	1,7
Jäätis	32,7	4,4	2,0	46,4	11,9	2,6
Tavalised šokolaaditahvlid	27,7	3,1	1,6	51,7	13,2	2,7
PAREM, KUI EI OLEKS						
Lehttaignast saiakesed ja pirukad	24,0	3,5	1,8	51,9	15,7	3,2
Magusad koogid	16,9	1,5	1,2	57,3	19,2	3,9
Küpsised	20,5	3,3	2,1	50,6	21,2	2,3
Morss („värviline vedelik“)	31,4	11,0	3,1	25,1	26,7	2,7
Karastusjoogid	14,9	1,9	1,5	61,5	17,1	3,1
Kartulikrõpsud	8,1	1,4	1,0	52,6	33,2	3,8
Popkorn	9,7	2,1	0,8	42,9	39,9	4,5
Kommid	10,4	1,6	1,2	59,2	23,6	4,0
Täidisega šokolaadid	17,0	1,6	1,4	64,5	12,2	3,2
EI TOHIKS OLLA						
Dieetjoogid	15,9	11,8	1,7	19,2	47,5	3,9
Energiajoogid, spordijoogid	21,0	3,6	1,8	38,4	32,0	3,2

Tabel 53. Energiajookide olemasolu puhvetivalikus õpilaste arvates (%) koolide kaupa

Kool	Jah	Ei	Ei tea	Vastamata
2	25,5	42,6	27,7	4,3
4	6,8	79,5	13,6	0,0
5	1,9	73,1	21,2	3,8
7	65,1	7,0	27,9	0,0
8	84,1	11,4	4,5	0,0
9	9,3	81,5	9,3	0,0
10	8,2	65,3	22,4	4,1
11	5,3	73,7	18,4	2,6
17	78,7	12,8	4,3	4,3
18	66,7	15,4	15,4	2,6
19	78,6	10,0	8,6	2,9
20	22,8	57,9	17,5	1,8
21	10,6	72,3	14,9	2,1
22	68,1	14,9	17,0	0,0
23	8,2	44,9	32,7	14,3
25	45,7	30,4	15,2	8,7
26	5,3	81,6	10,5	2,6
28	7,7	76,9	15,4	0,0
34	70,5	2,3	13,6	13,6
36	82,4	14,7	2,9	0,0
37	5,4	60,7	8,9	25,0
38	90,3	4,8	3,2	1,6

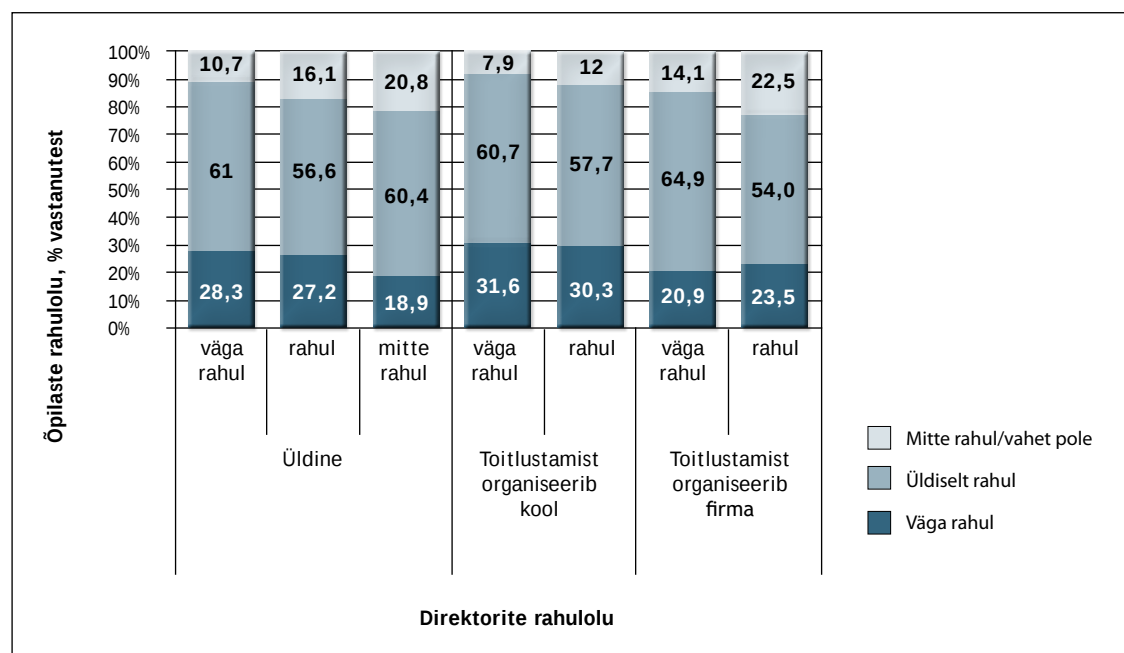
Tabelist 53 on näha, et koole, kus üle 75% õpilastest arvas, et puhvetis pakutakse energiajooke, oli viis. Neid koole, kus üle 75% õpilastest arvas, et ei pakuta, oli neli.

Energiajooke ei tohiks koolide puhvetites pakkuda ning õpilased ei tohiks neid juua.

4. DIREKTORITE/KOOLIJUHTIDE KÜSITLUSE TULEMUSED

Kokku oli võimalik küsitleda 32 direktorit.

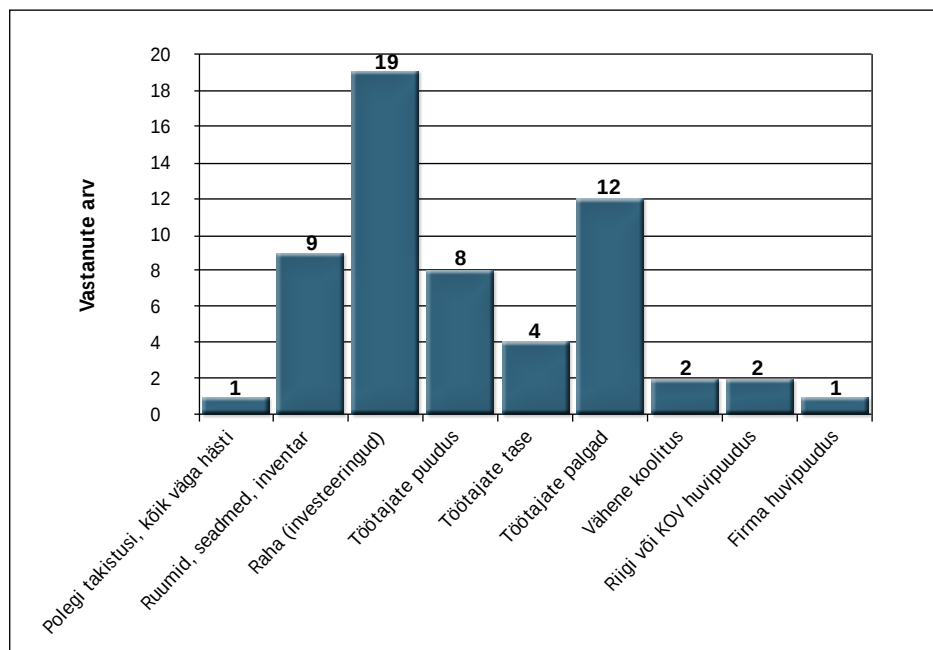
Kooli praeguse toitlustuskorraldusega (**joonis 19**), s.o kas toitlustamist korraldab kool ise või firma, oli väga rahul 12, rahul 19 ning üldse mitte rahul 1 direktor, õpilastest oli rahul või väga rahul kooli üldise toitlustamisega 85% (**vt joonis 10**).



Joonis 19. Õpilaste rahulolu koolitoiduga üldiselt ning kooli toitlustamisviisiga võrrelduna direktorite omaga

Koolitoitlustamise ja koolitoidu paremaks muutmise teel olevaid takistusi võis etteantud loetelust valida mitu, sellele küsimusele vastas 28 direktorit. **Jooniselt 20** on näha, et sageli nimetati põhjustena raha (67,9% vastanutest) ja töötajate palkasid (42,9% vastanutest). Järgnesid ruumid, seadmed, inventar (32,1% vastanutest) ja töötajate puudus (28,6% vastanutest). Kolm viimati nimetatut on samuti seotud rahaga.

Ükski direktor ei märkinud kordagi takistusena töötajate ja kooli huvipuudust.



Joonis 20. Direktorite arvates peamised takistused koolitoitlustamise ja koolitoidu paremaks muutmise teel

Tabelis 54 on esitatud direktorite vastused selle kohta, kas ja mil viisil saavad nad sekkuda koolilõuna menüüde koostamisse ning puhvetivaliku määramisse.

Direktoritest enamik oli oma kooli toitlustamise eri aspektidega (**joonis 21**) väga rahul või rahul. Mõni direktor ei olnud rahul söögisaali mööbli, õpilaste toidukultuuri, menüü mitmekesisuse ja tervislikkusega ning söögivahetundide pikkusega.

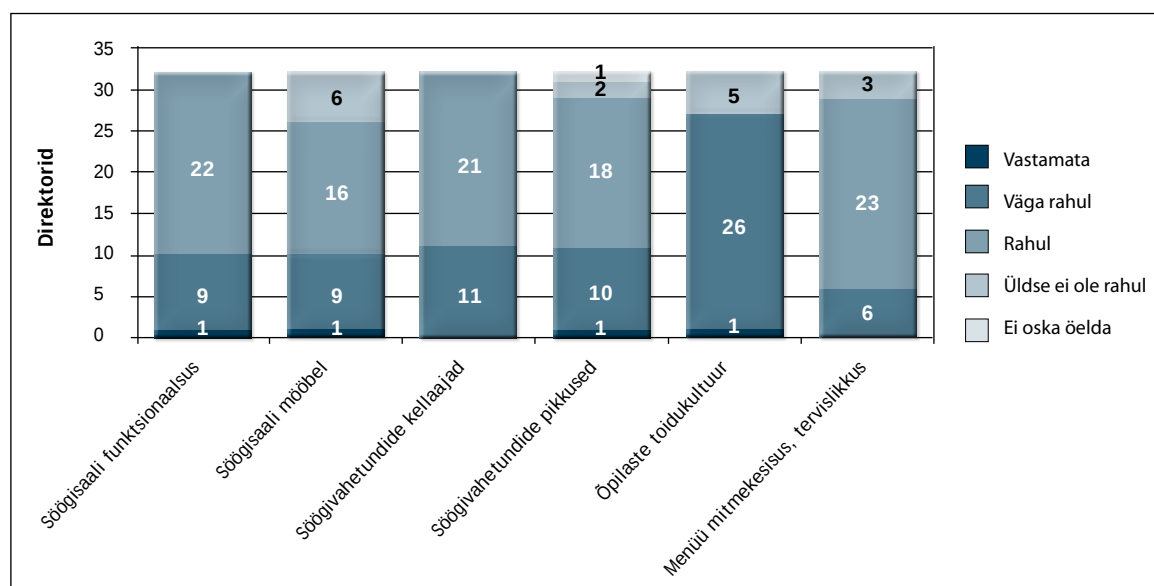
Kui võrrelda direktorite arvamusi õpilaste omaga (**joonis 16**), siis selgub, et ka õpilased olid enim rahul söögisaali üldmulje ja funktsionaalsusega, ent kõige vähem õpilaste endi toidukultuuriga.

Kui direktoritest olid kõik kas rahul või väga rahul söögivahetundide kellaaegadega, siis õpilastest arvas ainult 74,8% (**tabel 25**), et need on õigel ajal. Kui söögivahetundide pikkusega on rahul või väga rahul 87,5% direktoritest, siis õpilastest on nende pikkusega rahul vaid 65,5% (**tabel 21**).

Tabelites 55–57 on esitatud õpilaste ja direktorite arvamuste võrdlus koolide kaupa söögisaali funktsionaalsuse ja mööbli ning õpilaste toidukultuuri kohta.

Tabel 54. Kooli juhtkonna võimalus osaleda koolilõuna menüü koostamisel ja puhvetivaliku määramisel

Vastused	Vastanute arv
KOOLILÕUNA MENÜÜ	
Kooli juhtkond saab kaasa rääkida või direktor kinnitab menüü	22
Kooli juhtkond saab kaasa rääkida, aga ei räägi. Kui, siis ainult vajadusel	5
Kooli juhtkond saab teha ettepanekuid, mis on tulnud õpilastelt ja õpetajatelt	2
Vastamata	3
KOOLIPUHVETI VALIK	
Kooli juhtkond saab kaasa rääkida, tehakse ettepanekuid	9
Ettepanekuid tehakse, kuid neid ei võeta kuulda	1
Kooli juhtkond ei saa või ei räägi kaasa	4
Puhvet ei kuulu kooli alluvusse	1
Puhvet ei sisalda kooli juhtkonna arvates mittedisainlikke tooteid	1
Puhvet puudub	3
Vastamata	13



Joonis 21. Direktorite rahulolu kooli toitlustamise eri aspektidega

Tabel 55. Õpilaste ja direktorite arvamused söögisaali üldmulje ja funktsionaalsuse kohta koolide kaupa

Kool	Vastanute arv	Kooliõpilased, %					Direktori arvamus
		väga rahul	rahul	üldse ei ole rahul	ei oska öelda	vastamata	
1	50	42,0	52,0	0,0	6,0	0,0	rahul
2	47	10,6	83,0	0,0	6,4	0,0	rahul
3	46	10,9	67,4	2,2	19,6	0,0	rahul
4	44	56,8	43,2	0,0	0,0	0,0	rahul
5	52	65,4	25,0	7,7	1,9	0,0	väga rahul
6	44	36,4	47,7	6,8	9,1	0,0	väga rahul
7	43	44,2	55,8	0,0	0,0	0,0	väga rahul
8	44	20,5	70,5	0,0	9,1	0,0	rahul
9	54	9,3	68,5	9,3	13,0	0,0	väga rahul
10	49	18,4	71,4	4,1	6,1	0,0	väga rahul
11	38	7,9	50,0	26,3	15,8	0,0	rahul
12	32	28,1	62,5	3,1	3,1	3,1	rahul
13	39	15,4	64,1	15,4	5,1	0,0	rahul
14	41	31,7	63,4	2,4	2,4	0,0	väga rahul
15	40	27,5	62,5	2,5	2,5	5,0	väga rahul
16	28	50,0	35,7	7,1	3,6	3,6	rahul
17	47	2,1	83,0	4,3	10,6	0,0	rahul
18	39	7,7	59,0	12,8	17,9	2,6	rahul
19	70	11,4	71,4	2,9	12,9	1,4	rahul
20	57	38,6	50,9	8,8	1,8	0,0	
21	47	6,4	72,3	12,8	6,4	2,1	rahul
22	47	14,9	72,3	6,4	6,4	0,0	väga rahul
23	49	18,4	63,3	12,2	4,1	2,0	rahul
24	31	3,2	71,0	3,2	19,4	3,2	rahul
25	43	32,3	62,2	2,5	10,0	0,0	rahul
26	38	10,5	55,3	21,1	13,2	0,0	
27	48	12,5	35,4	8,3	41,7	2,1	rahul
28	39	5,1	79,5	2,6	12,8	0,0	rahul
29	32	9,4	62,5	9,4	18,8	0,0	
30	36	36,1	50,0	5,6	8,3	0,0	
31	34	26,5	55,9	2,9	14,7	0,0	väga rahul
32	58	10,3	72,4	13,8	3,4	0,0	
33	31	58,1	29,0	6,5	6,5	0,0	rahul
34	44	6,8	75,0	6,8	9,1	2,3	
35	46	4,3	50,0	19,6	17,4	8,7	rahul
36	34	26,5	61,8	2,9	8,8	0,0	rahul
37	56	10,7	41,1	25,0	10,7	12,5	
38	62	12,9	69,4	8,1	9,7	0,0	rahul

Tabel 56. Õpilaste ja direktorite arvamused söögisaali mööbli kohta koolide kaupa

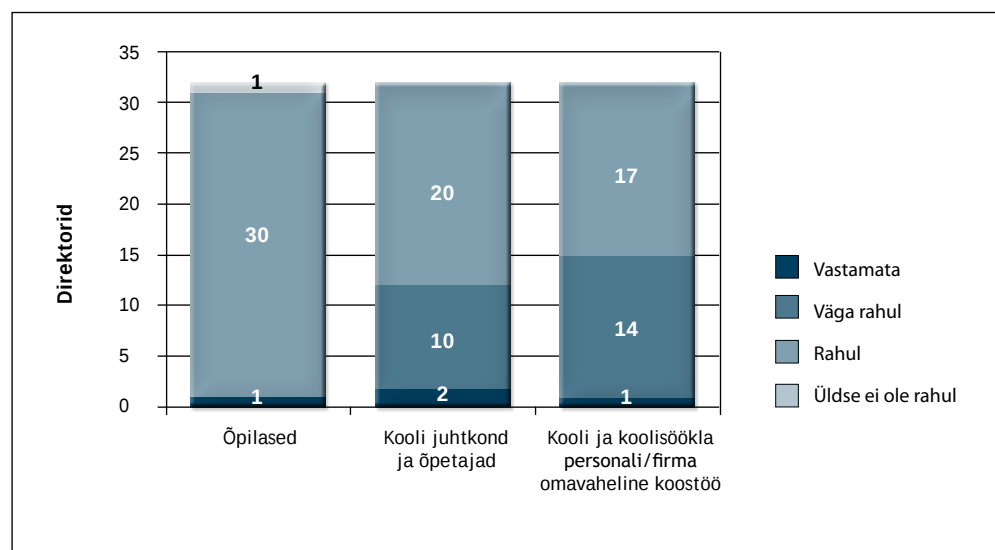
Kool	Vastanute arv	Kooliõpilased, %					Direktori arvamus
		väga rahul	rahul	üldse ei ole rahul	ei oska öelda	vastamata	
1	50	16,0	48,0	16,0	20,0	0,0	ei ole rahul
2	47	17,0	70,2	6,4	6,4	0,0	ei ole rahul
3	46	13,0	69,6	6,5	10,9	0,0	rahul
4	44	52,3	45,5	2,3	0,0	0,0	rahul
5	52	73,1	26,9	0,0	0,0	0,0	väga rahul
6	44	31,8	56,8	6,8	4,5	0,0	väga rahul
7	43	44,2	53,5	2,3	0,0	0,0	rahul
8	44	20,5	70,5	2,3	6,8	0,0	rahul
9	54	9,3	53,7	31,5	5,6	0,0	rahul
10	49	10,2	69,4	6,1	14,3	0,0	väga rahul
11	38	7,9	28,9	55,3	7,9	0,0	ei ole rahul
12	32	34,4	56,3	3,1	6,3	0,0	rahul
13	39	7,7	43,6	30,8	17,9	0,0	ei ole rahul
14	41	58,5	36,6	2,4	2,4	0,0	väga rahul
15	40	32,5	45,0	7,5	15,0	0,0	rahul
16	28	46,4	46,4	3,6	0,0	3,6	väga rahul
17	47	12,8	70,2	8,5	8,5	0,0	rahul
18	39	12,8	46,2	33,3	5,1	2,6	rahul
19	70	7,1	70,0	17,1	4,3	1,4	rahul
20	57	35,1	56,1	1,8	7,0	0,0	
21	47	4,3	53,2	21,3	17,0	4,3	rahul
22	47	21,3	66,0	6,4	6,4	0,0	väga rahul
23	49	16,3	46,9	20,4	12,2	4,1	rahul
24	31	6,5	67,7	6,5	16,1	3,2	väga rahul
25	43	34,9	53,5	7,0	4,7	0,0	väga rahul
26	38	18,4	55,3	13,2	13,2	0,0	
27	48	22,9	50,0	12,5	12,5	2,1	rahul
28	39	0,0	79,5	7,7	12,8	0,0	rahul
29	32	9,4	59,4	12,5	18,8	0,0	
30	36	19,4	63,9	8,3	8,3	0,0	
31	34	26,5	55,9	2,9	11,8	2,9	väga rahul
32	58	3,4	56,9	29,3	10,3	0,0	
33	31	16,1	58,1	12,9	12,9	0,0	rahul
34	44	6,8	65,9	20,5	4,5	2,3	
35	46	2,2	41,3	41,3	6,5	8,7	ei ole rahul
36	34	17,6	47,1	8,8	26,5	0,0	ei ole rahul
37	56	7,1	44,6	23,2	12,5	12,5	
38	62	6,5	66,1	11,3	16,1	0,0	rahul

Tabel 57. Õpilaste ja direktorite arvamused õpilaste toidukultuuri kohta koolide kaupa

Kool	Vastanute arv	Kooliõpilased, %					Direktori arvamus
		väga rahul	rahul	üldse ei ole rahul	ei oska öelda	vastamata	
1	50	2,0	58,0	22,0	18,0	0,0	rahul
2	47	4,3	34,0	40,4	19,1	2,1	ei ole rahul
3	46	17,4	26,1	28,3	26,1	2,2	rahul
4	44	2,3	13,6	63,6	18,2	2,3	rahul
5	52	3,8	30,8	55,8	9,6	0,0	rahul
6	44	0,0	38,6	34,1	27,3	0,0	rahul
7	43	0,0	34,9	39,5	25,6	0,0	ei ole rahul
8	44	0,0	29,5	47,7	22,7	0,0	ei ole rahul
9	54	3,7	20,4	66,7	9,3	0,0	rahul
10	49	0,0	28,6	55,1	16,3	0,0	rahul
11	38	0,0	50,0	36,8	13,2	0,0	rahul
12	32	0,0	37,5	18,8	43,8	0,0	ei ole rahul
13	39	5,1	43,6	25,6	23,1	2,6	rahul
14	41	9,8	43,9	14,6	29,3	2,4	rahul
15	40	10,0	55,0	15,0	20,0	0,0	rahul
16	28	7,1	50,0	28,6	10,7	3,6	rahul
17	47	0,0	34,0	27,7	36,2	2,1	rahul
18	39	10,3	30,8	25,6	28,2	5,1	rahul
19	70	4,3	20,0	34,3	38,6	2,9	rahul
20	57	3,5	36,8	26,3	29,8	3,5	
21	47	4,3	57,4	17,0	19,1	2,1	rahul
22	47	0,0	40,4	46,8	12,8	0,0	rahul
23	49	4,1	40,8	38,8	14,3	2,0	rahul
24	31	0,0	35,5	38,7	22,6	3,2	rahul
25	43	7,0	48,8	23,3	18,6	2,3	rahul
26	38	13,2	47,4	13,2	26,3	0,0	
27	48	8,3	25,0	33,3	31,3	2,1	ei ole rahul
28	39	0,0	46,2	20,5	33,3	0,0	rahul
29	32	9,4	59,4	15,6	15,6	0,0	
30	36	25,0	25,0	33,3	16,7	0,0	
31	34	11,8	38,2	32,4	17,6	0,0	rahul
32	58	3,4	46,6	29,3	20,7	0,0	
33	31	9,7	45,2	19,4	22,6	3,2	rahul
34	44	0,0	45,5	43,2	9,1	2,3	
35	46	2,2	45,7	28,3	15,2	8,7	rahul
36	34	11,8	29,4	35,3	23,5	0,0	rahul
37	56	5,4	35,7	21,4	23,2	14,3	
38	62	1,6	43,5	38,7	16,1	0,0	rahul

Huvitav on jälgida ka direktorite arvamusi (**joonis 22**) selle kohta, kuivõrd rahul on koolitoiduga üldiselt nende õpilased ning juhtkond ja õpetajad. Kui juhtkonna/õpetajate kohta arvab ligi kolmandik vastanud direktoritest, et nad on koolitoiduga väga rahul, siis õpilaste puhul ei julge seda väita mitte ükski direktor.

Seevastu peab kooli ja koolisöökla personali või kooli toitlustava firma vahelist koostööd väga heaks 43,8% vastanud direktoritest.



Joonis 22. Direktorite arvamus, kuivõrd rahul on õpilased ja kooli juhtkond/õpetajad koolitoiduga üldiselt ning kui rahul on direktorid kooli ja kooli toitlustaja vahelise koostööga

Direktorid said ankeedi lõppu lisada vabalt oma kommentaare. Peamised kommentaarid puudutasid koolilõuna finantseerimist, kiideti ja laideti kohalikku omavalitsust. Muret tegi see, et rahaliselt ei tulda välja. Samuti mainis kaks direktorit, et õpilastel on niisugused toitumisharjumused, mis teeb neile koolitoidu valmistamise raskeks. Sooviti rohkem riiklikul tasemel toetamist, nii otsese kui ka kaudse koolitusena. Lõpetuseks kaks tsitaati: “Hea toitlustamise saab tagada omavalitsuse, kooli juhtkonna ja söökla heas koostöös. Meil seda õnneks on!”, “Korralik koolitoit on eelduseks koolis hästi õppimisele”.

5. SÖÖKLAESINDAJATE KÜSITLUSE TULEMUSED

Küsitluses osales 35 koolisöökla esindajat.

5.1. SÖÖKLATÖÖTAJATE VANUS, HARIDUS JA TÖÖSTAAŽ

Köögipersonali keskmine vanus oli 47,4 aastat (vahemikus 19 kuni 66 aastat). Enim töötajaid oli vanuses 56–60, 46–50 ja 51–55 aastat (**tabel 58**).

Tabel 58. Sööklatöötajate vanused

Vanusevahemik	Mitu töötajat	Vanusevahemik	Mitu töötajat
19-25	6	46-50	23
26-30	3	51-55	23
31-35	10	56-60	29
36-40	13	üle 60	5
41-45	16		

Sööklatöötajatest suurem osa (**tabel 59**) olid kesk-eriharidusega, mis ei olnud küll kõikide puhul toitlustusalane. Paljud olid märkinud hariduseks ka kursused, kuid polnud täpsustanud tegelikku hariduse taset.

Tabel 59. Sööklatöötajate haridus

Haridus	Juhataja	Peakokk	Kokk	Abikokk	Abitööline	Nõudepesija
Vastamata				3		1
Kursused, haridus täpsustamata	1	1	6			
Algharidus					1	
7-klassiline haridus					1	
Põhiharidus				2	1	
Lõpetamata keskharidus			1		1	
Keskharidus	2	2	7	2	19	5
Kesk-eri, kutsekool	8	13	26	7	12	6

Kõige enam oli töötajaid, kelle tööstaaž (**tabel 60**) toitlustuses jäi 5–10 aasta vahele või oli alla 5 aasta. Kõige pikem tööstaaž toitlustamises oli 44 aastat (2 inimest). Töötajate keskmine tööstaaž toitlustuses kõikide koolide peale tuli 16,2 aastat.

Tabel 60. Sööklatöötajate tööstaaži pikkus toitlustuses

Tööstaaž	Mitu töötajat	Tööstaaž	Mitu töötajat
vähem kui 5 aastat	24	26-30 aastat	14
5-10 aastat	29	31-35 aastat	13
11-15 aastat	18	36-40 aastat	3
16-20 aastat	10	üle 40 aasta	3
21-25 aastat	13		

Köögipersonali keskmine brutopalk antud küsitluse järgi oli 4236 krooni, vahemikuks 1700–7930 krooni (osa inimesi käis tööl vaid loetud tunnid nädalas). Seejuures sai 25% palka piirides 1700–3600 krooni, 25% 3600–3850 krooni, 25% 3850–5000 krooni ja 25% 5000–7930 krooni.

Täpsemad vanuse, tööstaaži ja brutopalka andmed koolide kaupa on toodud **tabelis 61** ning ametite kaupa **tabelis 62**. Tabel sisaldab 128 töötaja andmeid, igast koolist keskmiselt 3–4 töötajat.

Tabel 61. Töötajate keskmine vanus, tööstaaž ja brutopalk koolide kaupa

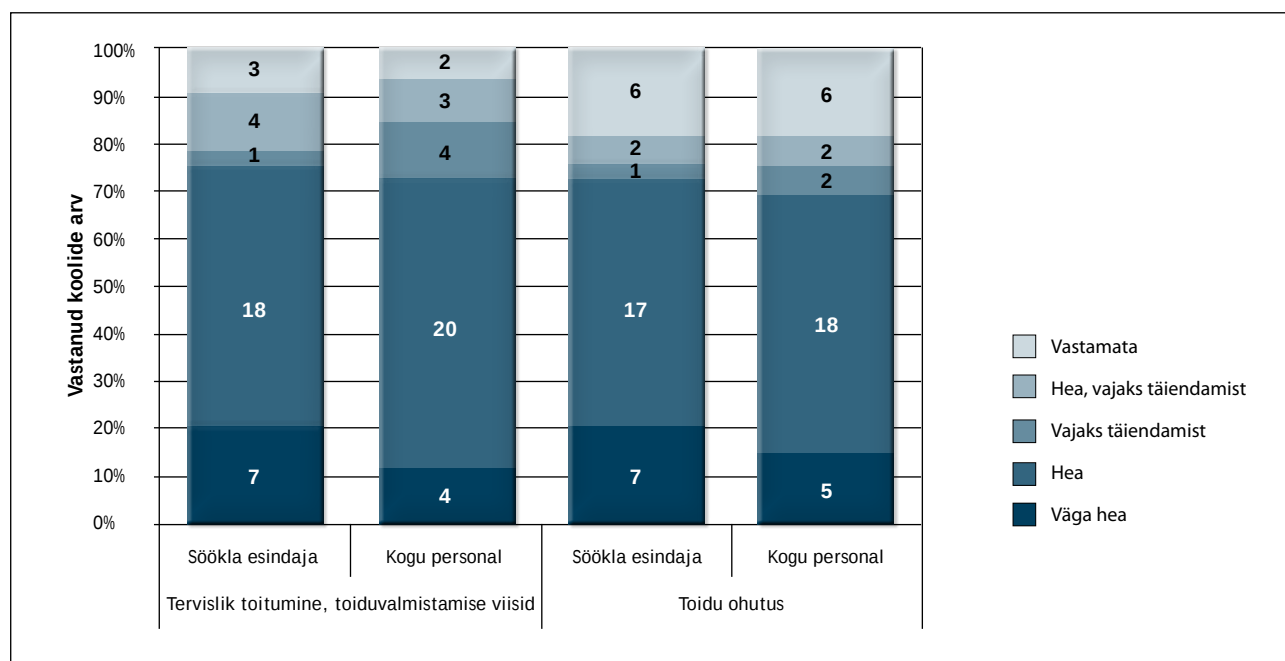
Kool	Keskmine vanus	Keskmine tööstaaž	Keskmine brutopalk	Kool	Keskmine vanus	Keskmine tööstaaž	Keskmine brutopalk
1	47	8	3575	18	57	21	4300
2	49	22	4500	19	38	12	3600
3	51	5	4425	20	52	33	6500
4	52	24	4071	21	45	14	5917
5	38	13	3798	22	49	17	5571
6	49	20	3720	23	51	4	5978
7	51	20	3580	25	38	16	3867
8	43	21	5333	28	38	16	3633
9	42	10	3133	29	51	30	2362
10	44	16	3933	31	47	13	-
11	55	33	3720	32	48	9	3980
12	50	11	4100	33	56	21	4600
13	58	14	4900	35	60	19	5375
14	51	20	5333	36	42	15	3371
15	30	5	4425	37	51	17	3820
16	55	14	4200	38	52	16	4160
17	38	8	6000				

Tabel 62. Töötajate keskmine vanus, tööstaaž ja brutopalk ametite kaupa

Amet	Töötajate arv	Keskmine vanus	Keskmine tööstaaž	Keskmine brutopalk
Juhataja	11	43	18	5114
Peakokk	16	47	26	4465
Kokk	40	46	20	4615
Abikokk	14	51	9	4673
Abitöölise	35	49	11	3390
Nõudepesija	12	49	11	3822

5.2. SÖÖKLATÖÖTAJATE TEADMISED TOITUMISEST, LÄBITUD KOOLITUSED JA KOOLITUSVAJADUS

Joonisel 23 on esitatud sööklaesindajate arvamused nende endi ning kogu personali teadmistest tervisliku toitumise, tervislike toiduvalmistamise viiside ning toiduohutuse kohta.



Joonis 23. Sööklaesindajate arvamus nende endi ja kogu personali toitumisealastest teadmistest

Koolituste läbimise kohta andis tagasisidet 34 sööklaesindajat.

Läbitud koolituste pakkujatena esinesid järgmised ettevõtted-organisatsioonid:

- Juunika OÜ
- F.O.P. Servis OÜ
- PPS Eesti OÜ
- Tartu Kutsehariduskeskus
- OÜ Stekkor
- TE Kariner
- GL Grover OÜ
- TAI
- TLÜ täiendõppekeskus
- Kersti Võlu koolituskeskus
- Profexpo OÜ
- Tartu Tervishoiu Kõrgkool
- Mangold OÜ
- RR Lektus AS
- OÜ Narva TES PLUS
- Türi TMK

Koolitusi läbiviinud lektoritena mainiti:

- J. Tammeorg
- R. Vokk
- S. Gridneva
- J. Noorlind
- S. Tiirmaa
- M. Koho
- T. Toompuu
- M. Muusikus
- I. Melnikova
- K. Tiido
- T. Kim
- A. Liivat
- R. Lijur
- M. Teusing

Peamised läbitud koolitused olid toiduhügieen, toiduohutus ja toidukäitlemise ettevõtete enesekontroll. Teised väga levinud koolitused olid TAI tellitud ja Profexpo OÜ korraldatud menüüde koostamise ning puuviljade pakkumise tõhustamise koolitused.

Tabelis 63 on välja toodud ametite kaupa, kui mitme kooli 34-st vastanud esindajast on läbinud mõne koolituse.

Tabel 63. Läbitud koolitused ametite kaupa

Koolitused	Sööklajuhataja	Peakokk	Menüükoostaja	Abikokk	Abitööline
Läbinud mõne koolituse	18	30	22	26	30
sh toiduohutus, -hügieen	17	28	20	25	29
sh menüüde koostamine, tervislik toitumine vms	10	11	5	3	3
sh arvutikoolitus	4	2	2	1	1
sh toiduvalmistamine	1	2	1	2	1
sh juhtimiskoolitus	1				
sh koristamine					1

Läbitud koolitused jäid valdavalt ajavahemikku 2005–2007. Toiduhügieeni koolituse pikkuseks oli enamikul juhtudel 6 tundi, mõned üksikud olid läbinud 48-tunnise koolituse. Menüüde koostamise koolituse pikkuseks oli märgitud 9 tundi.

Ülevaade sellest, millistest koolitustest on sööklate toitlustajad huvitatud, on antud **tabelis 64**. Nimetada võis rohkem kui ühe koolitussoovi, vastajaid oli 35.

Tabel 64. Sööklatoitajate koolitusvajadus

Vastused	Sagedus
Vastamata	6
Ei ole huvitatud	2
Tervislik toitumine, tervisliku toidu valmistamine	10
Arvutikoolitus, energia ja toitainete arvutamise programmid	9
Täiendkoolitused toidust, toitlustamisest ja toiduvalmistamisest üldiselt	4
Menüükoostamine (arvestades laste soove, omavahel võrrelda, arutada kaupade sortimenti)	3
Koolitoit, kooliõpilaste toitlustamine	2
Uus ja huvitav tänapäeva toiduvalmistamine, uued tehnoloogiad	2
Kokk sooviks osa võtta toidu garneerimise kursusest	1
Teoreetiline ja praktiline koolitus huvitavatest toitudest, et rikastada koolimenüüd	1
Toiduohutus	1
Koolitused peavad olema iga töötaja kutsealaselt: kui pakutakse mingit uut tehnoloogiat või aineid, siis vastavad koolitused	1
Kõikvõimalikud koolitused oleksid abiks	1
Oleme osalenud kõigil koolitustel, mida on pakutud meie regioonis, ja oleme nõus ka edaspidi osalema	1

Kui võrrelda omavahel sööklapersonali läbitud koolitusi (**tabel 63**) ja koolitusvajadust (**tabel 64**), siis on näha, et vajadus toiduhügieeni puudutava koolituse järele on väga väike, kuna enamik sööklapersonalist on selle läbinud. Enim ollakse huvitatud tervisliku toitumise, tervisliku toidu valmistamise, menüükoostamise ning selleks kasutatavate arvutiprogrammide koolitustest.

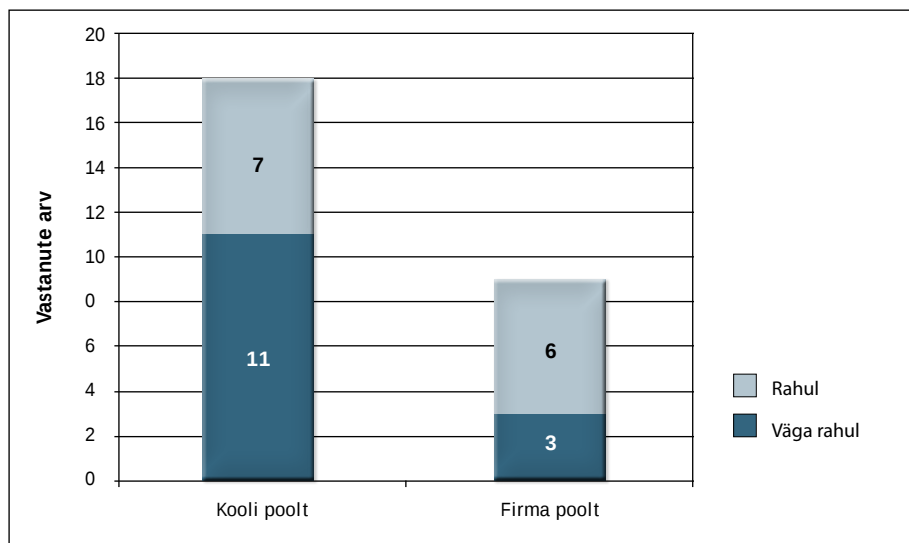
5.3. RAHULOLU TOITLUSTAMISE KORRALDUSE JA MENÜÜGA

Sellega, et nende koolis korraldab toitlustamist kool ise või firma, olid vastanud sööklaesindajatest rahul või väga rahul kõik (joonis 24), kuid koolipoolse toitlustamise puhul oli väga rahul olevate sööklaesindajate arv pisut suurem.

Seoses toitlustamissüsteemiga mainiti järgmisi puudujääke: ruumipuudust (5 korda), söökla remondivajadust (1 kord), toitlustamise vahe kahe vahetuse vahel liiga lühike (1 kord) ja toitute liigne rasvasus (1 kord). Puudujääkide kõrvaldamise takistustena oli mainitud järgmist: sööklat pole võimalik laiendada, kulud on suuremad kui tulud ning remont on edasi lükatud määramata ajaks. Vastavate koolide direktorid ei olnud märkinud samu takistusi või ei olnud nad takistusi üldse näinud (tabel 65).

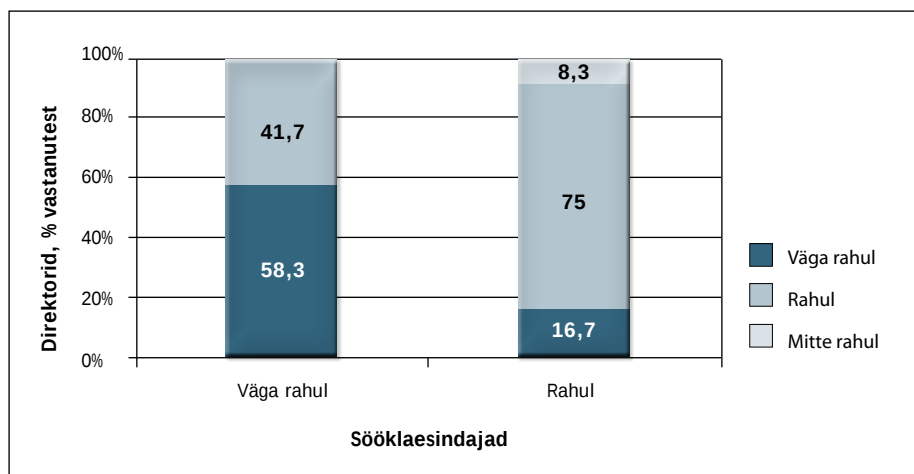
Tabel 65. Põhjused, miks ei ole koolitoitlustamist võimalik muuta vastava kooli söökla esindaja ja direktori arvates

		Sööklaesindaja				
		Pole vastanud midagi, rahul	Ei saa laiendada	Kulud on suuremad kui tulud	Rahanappus kvaliteetse tailiha ostmiseks	Remont edasi lükatud määramata ajaks
Direktor	Jätnud vastamata, ei tea				x	x
	Firma ressursside nappus, rahvusprobleem			x		
	Koolilõuna piirhind (15 kr)		x			
	Ruumilahendus ei võimalda	x				
	Ei ole takistusi	x				
	Köögi ja söökla sisustus	x				
	Puudub raha seadmete ostmiseks	x				
	Riigipoolne toetus on väike	x				



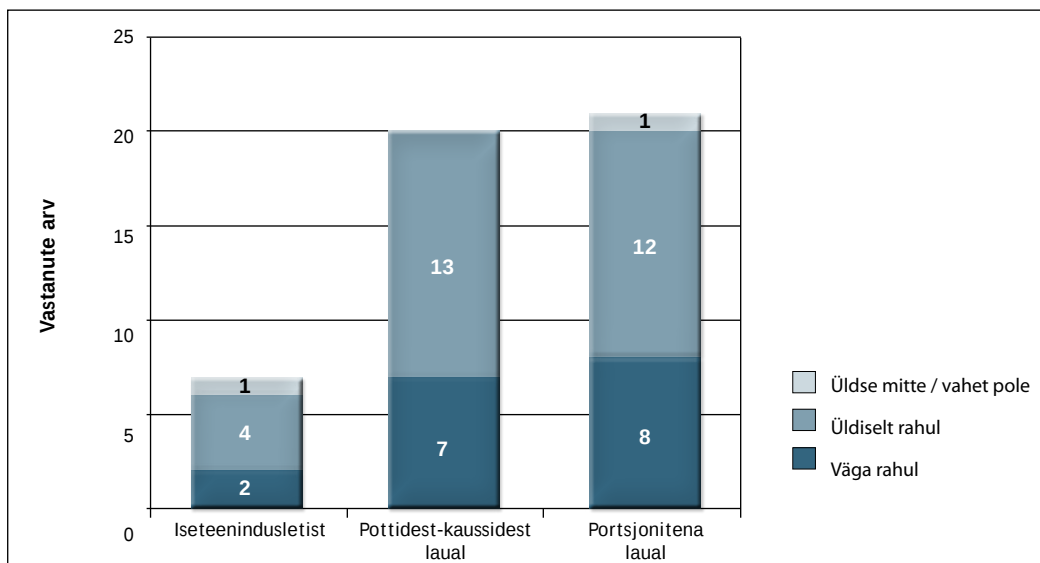
Joonis 24. Sööklaesindajate rahulolu kooli või firma toitlustamisega

Kui võrrelda sööklaesindajate ja direktorite rahulolu koolitoitlustamise viisiga (**joonis 25**), siis koolide puhul, kus sööklaesindajad olid väga rahul, oli ka väga rahul direktoritest 58,3%. Koolides, kus sööklaesindajad olid toitlustamisviisiga rahul, oli väga rahul direktoritest vaid 16,7% ning mitte rahul 8,3%.



Joonis 25. Direktorite ja sööklaesindajate võrdlus toitlustamisviisiga rahulolus

Kui vaadata roogade serveerimisviisi (**joonis 26**), siis on näha, et kõikide serveerimisviiside korral on sööklaesindajad pigem rahul kui väga rahul. Üldistusena võib väita, et sööklatootajate seas on kõige vähem eelistatud serveerimisviis iseteenindusletist.

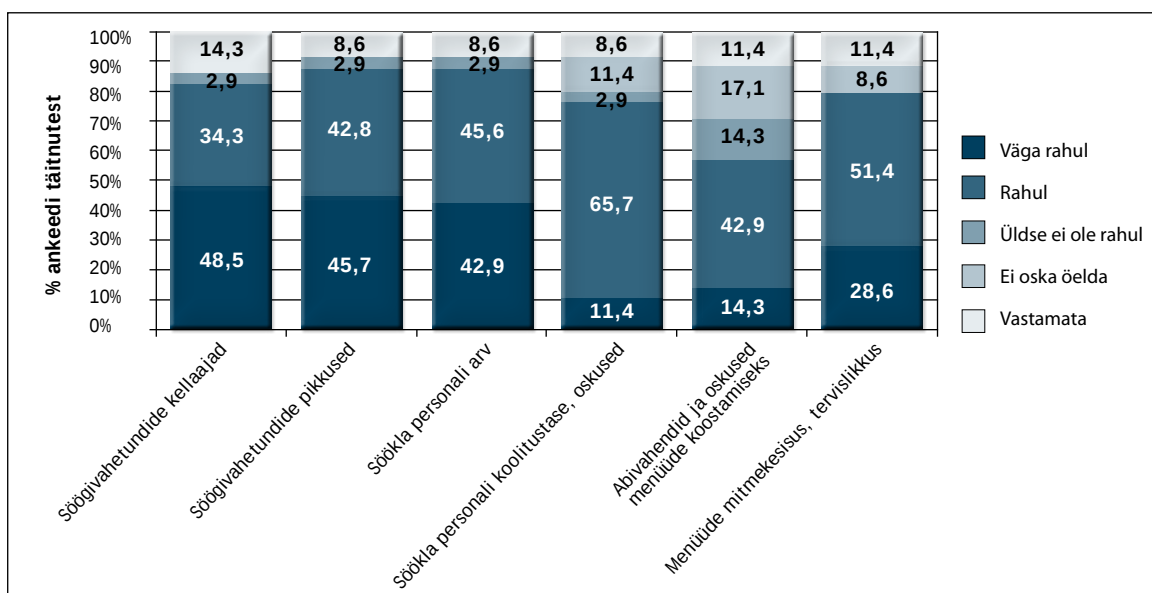


Joonis 26. Sööklaesindajate rahulolu vastava serveerimisviisiga nende koolis

Enamik sööklaesindajatest oli söögivahetundide pikkuse ja kestusega (**joonis 27**) rahul või väga rahul. Vaid ühe kooli esindaja ei olnud nendega üldse rahul. Täpsustusteks oli lisatud, et söögivahetund kl 9.30 on koolilõunaks liiga varane ning see on liiga lühike.

Üldjuhul olid ka õpilased ja direktorid söögivahetundide pikkuse ja kestusega rahul.

Ka sööklapersonali arvuga olid väga rahul ja rahul enamik vastanutest. Kui vaadata rahuolu sööklapersonali koolitustaseme ja oskustega, siis olid samuti enamik sööklaesindajaid nendega väga rahul või rahul, kuid väga rahul olijate hulk oli oluliselt väiksem, kui eelmiste rahuloluküsimuste puhul. Täpsustuseks oli lisatud, et alati on võimalik juurde õppida.



Joonis 27. Sööklaesindajate rahuolu erinevate toitlustamise aspektidega

Kõige vähem oldi rahul menüükoostamise abivahendite ja oskustega, teisalt menüüde tervislikkuse ja mitmekesisusega sööklaesindajate arvates suuri probleeme olla ei tohiks. Kurdeti, et puudub kas menüüde arvutamiseks vajalik programm või inimesed-oskused sellega töötamiseks, kuid menüüde koostamiseks on antud endast parim. Sellegipoolest ei ole veerandi õpilaste arvates menüüd piisavalt mitmekesised. Õpilaste, direktorite ja sööklaesindajate arvamused menüüde mitmekesisusest koolide kaupa on esitatud **tabelis 66**.

Tabelis 67 on näidatud õpilaste, direktorite ja sööklaesindajate arvamused söögivahetundide kellaaegade ning **tabelis 68** söögivahetundide pikkuse kohta koolide kaupa.

Tabel 66. Õpilaste, direktorite ja sööklaesindaja arvamus menüü mitmekesisusest koolide kaupa

Kool	Vastanute arv	Kooliõpilased, %					Direktori arvamus	Sööklaesindaja
		väga rahul	rahul	ei ole rahul	ei oska öelda	vastamata		
1	50	14	60	14	12	0	rahul	rahul
2	47	12,8	61,7	14,9	8,5	2,1	rahul	rahul
3	46	17,4	60,9	6,5	13	2,2	rahul	rahul
4	44	2,3	31,8	40,9	25	0	rahul	väga rahul
5	52	9,6	55,8	21,2	11,5	1,9	väga rahul	vastamata
6	44	22,7	40,9	20,5	15,9	0	rahul	rahul
7	43	18,6	60,5	11,6	9,3	0	rahul	väga rahul
8	44	13,6	38,6	27,3	20,5	0	ei ole rahul	vastamata
9	54	9,3	33,3	44,4	13	0	ei ole rahul	rahul
10	49	10,2	61,2	14,3	14,3	0	rahul	väga rahul
11	38	10,5	39,5	36,8	13,2	0	rahul	rahul
12	32	12,5	62,5	12,5	12,5	0	rahul	rahul
13	39	23,1	59	7,7	10,3	0	rahul	rahul
14	41	24,4	48,8	17,1	9,8	0	väga rahul	rahul
15	40	20	40	22,5	17,5	0	rahul	rahul
16	28	35,7	50	7,1	3,6	3,6	rahul	väga rahul
17	47	2,1	14,9	72,3	10,6	0	vastamata	väga rahul
18	39	12,8	43,6	25,6	15,4	2,6	väga rahul	väga rahul
19	70	12,9	41,4	25,7	18,6	1,4	rahul	väga rahul
20	57	8,8	38,6	36,8	15,8	0	vastamata	rahul
21	47	2,1	23,4	68,1	4,3	2,1	rahul	rahul
22	47	19,1	46,8	23,4	10,6	0	rahul	vastamata
23	49	22,4	36,7	26,5	10,2	4,1	väga rahul	vastamata
24	31	0	51,6	25,8	19,4	3,2	rahul	vastamata
25	43	7	48,8	23,3	18,6	2,3	rahul	väga rahul
26	38	5,3	36,8	34,2	21,1	2,6	vastamata	vastamata
27	48	12,5	47,9	22,9	14,6	2,1	rahul	vastamata
28	39	7,7	69,2	12,8	10,3	0	rahul	rahul
29	32	12,5	37,5	18,8	31,3	0	vastamata	väga rahul
30	36	44,4	36,1	13,9	5,6	0	vastamata	vastamata
31	34	26,5	47,1	8,8	17,6	0	väga rahul	rahul
32	58	12,1	56,9	12,1	17,2	1,7	vastamata	rahul
33	31	9,7	64,5	9,7	9,7	6,5	rahul	rahul
34	44	20,5	52,3	15,9	6,8	4,5	vastamata	vastamata
35	46	10,9	34,8	34,8	10,9	8,7	rahul	väga rahul
36	34	35,3	35,3	14,7	14,7	0	väga rahul	rahul
37	56	7,1	16,1	51,8	12,5	12,5	vastamata	vastamata
38	62	6,5	35,5	35,5	21	1,6	rahul	rahul

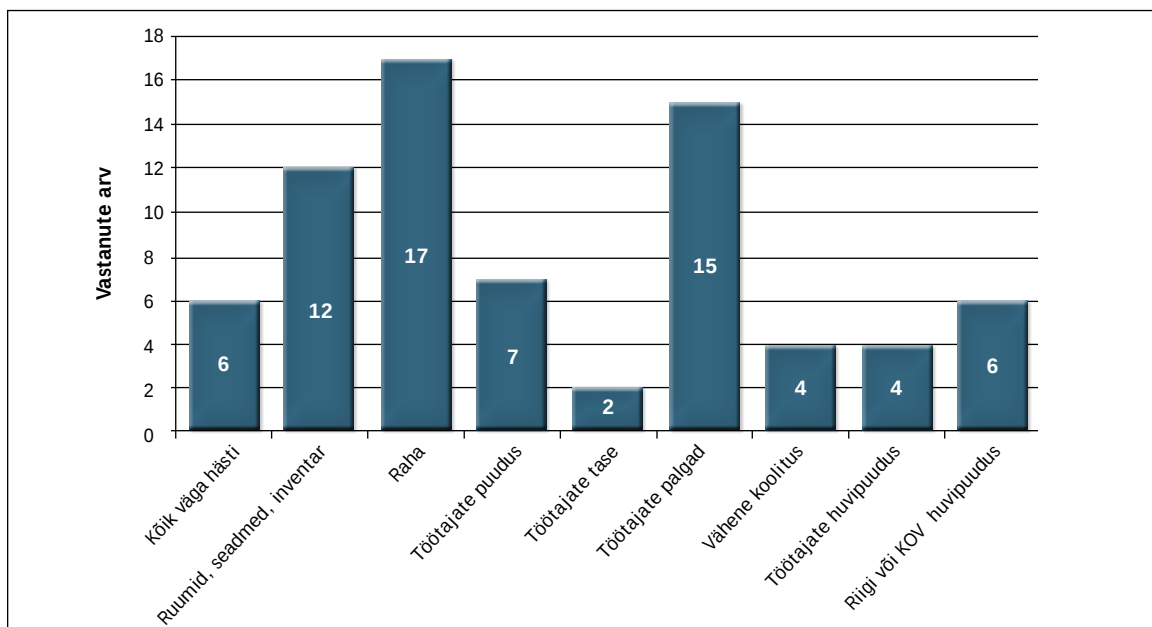
Tabel 67. Õpilaste, direktorite ja sööklaesindaja arvamus söögivahetundide toimumise kellaegadest koolide kaupa

Kool	Vastanute arv	Kooliõpilased, %				Direktori arvamus	Sööklaesindaja
		liiga vara	õigel ajal	liiga hilja	vastamata		
1	50	0	68,0	32,0	0	rahul	väga rahul
2	47	8,5	76,6	14,9	0	rahul	väga rahul
3	46	6,5	78,3	15,2	0	rahul	väga rahul
4	44	4,5	65,9	29,5	0	rahul	väga rahul
5	52	0	63,5	36,5	0	rahul	väga rahul
6	44	0	52,3	47,7	0	rahul	väga rahul
7	43	0	79,1	20,9	0	väga rahul	väga rahul
8	44	11,4	79,5	9,1	0	rahul	väga rahul
9	54	3,7	74,1	20,4	1,9	väga rahul	rahul
10	49	6,1	79,6	14,3	0	rahul	rahul
11	38	2,6	55,3	42,1	0	rahul	rahul
12	32	0	84,4	15,6	0	rahul	rahul
13	39	0	84,6	15,4	0	väga rahul	väga rahul
14	41	2,4	82,9	14,6	0	väga rahul	väga rahul
15	40	2,5	90,0	7,5	0	väga rahul	rahul
16	28	0	78,6	21,4	0	väga rahul	väga rahul
17	47	10,6	80,9	8,5	0	rahul	rahul
18	39	2,6	84,6	12,8	0	rahul	rahul
19	70	0	58,6	40,0	1,4	väga rahul	väga rahul
20	57	19,3	73,7	7,0	0	vastamata	rahul
21	47	17,0	76,6	4,3	2,1	rahul	ei ole rahul
22	47	17,0	76,6	4,3	2,1	väga rahul	rahul
23	49	0	63,3	36,7	0	rahul	väga rahul
24	31	0	74,2	19,4	6,5	rahul	vastamata
25	43	4,7	76,7	18,6	0	rahul	rahul
26	38	2,6	63,2	34,2	0	vastamata	vastamata
27	48	10,4	77,1	8,3	4,2	rahul	vastamata
28	39	2,6	92,3	5,1	0	rahul	rahul
29	32	3,1	65,6	28,1	3,1	vastamata	väga rahul
30	36	5,6	86,1	8,3	0	vastamata	vastamata
31	34	0	67,6	29,4	2,9	väga rahul	väga rahul
32	58	1,7	82,8	15,5	0	vastamata	rahul
33	31	6,5	93,5	0	0	väga rahul	väga rahul
34	44	11,4	79,5	9,1	0	vastamata	vastamata
35	46	0	71,7	28,3	0	rahul	rahul
36	34	0	76,5	23,5	0	rahul	vastamata
37	56	26,8	42,9	16,1	3,6	vastamata	vastamata
38	62	4,8	82,3	12,9	0	rahul	väga rahul

Tabel 68. Õpilaste, direktorite ja sööklaesindaja arvamus söögivahetundide pikkustest koolide kaupa

Kool	Vastanute arv	Kooliõpilased, %				Direktori arvamus	Sööklaesindaja
		liiga lühike	paras	liiga pikk	vastamata		
1	50	16,0	84,0	0	0	rahul	väga rahul
2	47	14,9	85,1	0	0	rahul	väga rahul
3	46	4,3	93,5	2,2	0	rahul	väga rahul
4	44	45,5	54,5	0	0	rahul	väga rahul
5	52	15,4	73,1	7,7	3,8	ei ole rahul	väga rahul
6	44	15,9	84,1	0	0	rahul	väga rahul
7	43	16,3	83,7	0	0	väga rahul	väga rahul
8	44	45,5	50,0	4,5	0	ei oska öelda	väga rahul
9	54	55,6	40,7	0	3,7	väga rahul	rahul
10	49	28,6	63,3	6,1	2,0	väga rahul	väga rahul
11	38	28,9	68,4	2,6	0	rahul	rahul
12	32	28,1	71,9	0	0	rahul	rahul
13	39	12,8	87,2	0	0	väga rahul	väga rahul
14	41	22,0	75,6	2,4	0	rahul	väga rahul
15	40	37,5	62,5	0	0	rahul	rahul
16	28	10,7	89,3	0	0	väga rahul	väga rahul
17	47	53,2	46,8	0	0	ei ole rahul	rahul
18	39	41,0	59,0	0	0	rahul	rahul
19	70	38,6	58,6	1,4	1,4	väga rahul	rahul
20	57	73,7	26,3	0	0	vastamata	rahul
21	47	42,6	55,3	2,1	0	väga rahul	rahul
22	47	42,6	55,3	0	2,1	väga rahul	rahul
23	49	34,7	59,2	4,1	2,0	rahul	väga rahul
24	31	32,3	61,3	0	6,5	rahul	vastamata
25	43	30,4	63,0	0	0,0	rahul	rahul
26	38	26,3	71,1	0	2,6	vastamata	vastamata
27	48	25,0	68,8	4,2	2,1	rahul	vastamata
28	39	17,9	82,1	0	0	rahul	rahul
29	32	37,5	56,3	3,1	3,1	vastamata	väga rahul
30	36	38,9	58,3	0	2,8	vastamata	vastamata
31	34	17,6	79,4	0	2,9	väga rahul	väga rahul
32	58	17,2	81,0	0	1,7	vastamata	ei ole rahul
33	31	32,3	67,7	0	0	väga rahul	väga rahul
34	44	36,4	63,6	0	0	vastamata	vastamata
35	46	45,7	52,2	2,2	0	rahul	rahul
36	34	41,2	58,8	0	0	rahul	vastamata
37	56	39,3	46,4	1,8	1,8	vastamata	rahul
38	62	21,0	61,3	17,7	0	rahul	rahul

Nii nagu direktorite puhul (joonis 20), oli ka sööklaesindajatel (joonis 28) koolitoitlustamise paremaks muutmise peamiste takistustena esitatud raha ja investeeringud, töötajate palgad, seadmed-inventar ning töötajate puudus.



Joonis 28. Takistused koolitoidu ja toitlustamise paremaks muutmisel sööklaesindajate arvates

Direktorid ja sööklaesindajad polnud kordagi märkinud takistuseks koolipoolset huvipuudust, küll aga oli neli sööklaesindajat märkinud võimaliku takistusena töötajate vähest huvipuudust. **Tabelis 69** on esitatud koolide kaupa nii sööklaesindajate kui ka direktorite arvamused takistuste kohta.

Tabel 69. Takistused koolitoidu ja toitlustamise paremaks muutmisel sööklaesindajate ja direktorite arvates koolide kaupa

Kool	Kõik väga hästi		Ruumid, seadmed, inventar		Raha	
	Söökla esindaja	Direktor	Söökla esindaja	Direktor	Söökla esindaja	Direktor
1			X		X	
2					X	
3	X			X		X
4			X			X
5	X	X			X	
6						X
7	X		X			X
8					X	X
9						
10					X	
11			X	X		X
12			X		X	X
13				X		X
14			X		X	X
15			X		X	X
16					X	
17						
18	X			X	X	X
19	X					X
20					X	
21					X	X
22					X	
23			X	X	X	X
24				X		
25						X
26						
27				X		X
28			X	X	X	X
29	X					
30						
31					X	
32						
33					X	X
34						
35			X			X
36			X	X		
37			X			
38						

Tabel 69. Takistused koolitoidu ja toitlustamise paremaks muutmiseks sööklaesindajate ja direktorite arvates koolide kaupa

Kool	Töötajate puudus		Töötajate tase		Töötajate palgad		Vähene koolitus	
	Söökla esindaja	Direktor	Söökla esindaja	Direktor	Söökla esindaja	Direktor	Söökla esindaja	Direktor
1					X	X		
2						X		
3					X	X		
4	X					X	X	
5								
6			X		X		X	
7				X	X			
8		X		X		X		
9		X			X			
10		X				X		
11						X		
12	X				X	X		
13	X					X		
14								
15								
16								
17		X		X	X			X
18		X						
19								
20								
21								
22	X				X		X	
23		X				X		
24						X		
25	X	X		X	X			X
26								
27								
28			X		X		X	
29					X			
30								
31	X				X			
32					X			
33								
34								
35								
36		X			X	X		
37								
38	X				X			

Tabel 69. Takistused koolitoidu ja toitlustamise paremaks muutmiseks sööklaesindajate ja direktorite arvates koolide kaupa

Kool	Töötajate huvipuudus		Riigi või KOV huvipuudus		Firma huvipuudus
	Söökla esindaja	Direktor	Söökla esindaja	Direktor	Direktor
1					
2					
3					
4					
5					
6			X		
7					
8	X				
9			X		
10			X		
11					
12					
13	X				
14					
15					
16					
17			X		
18					
19					X
20					
21					
22				X	
23					
24					
25	X		X	X	
26					
27					
28			X		
29					
30					
31					
32	X				
33					
34					
35					
36					
37					
38					

5.4. MUUDATUSED KOOLISÖÖKLATES VIIMASE VIIE AASTA JOOKSUL. EDASISED SOOVID

Tabelis 70 on esitatud koolide kaupa suuremad muudatused koolisööklates (renoveerimised, seadmete ostmised jms) ning **tabelis 71** on välja toodud, milliseid muudatusi, seadmeid jne antud kool veel söökla esindaja arvates vajaks.

Alates aastast 2002 on enamik koole läbinud remondi või renoveerimise, väga paljud on saanud ka täiendavalt vajalikke seadmeid. Hea meel on selle üle, et üheksa koolisöökla esindajat on väitnud, et neil on kõik vajalikud seadmed olemas.

Tabel 70. Suuremad muudatused koolides viimase viie aasta jooksul koolide kaupa

Kool	Toimunud muudatused koolisööklates
1	Remont sööklas, paigaldatud uus köögitehnika
2	Söökla remont ja abiruumide remont 2005. a-l. Uued seadmed (ahjukapp, pliit, külmseadmed, riulid) 2005. a-l
3	Osteti nõudepesumasin ja uus supikatel, söökla remont 2005. a-l
4	2004. a-l sööklaruumide renoveerimine. Uued seadmed
5	Renoveeritud 2007. a-l, vahetatud seadmed, nõud ja mööbel
6	Ruumides tehtud remont, uued seadmed ja katlad
7	Ruumid renoveeritud, uus mööbel ja uued seadmed
8	Söökla renoveeritud 2004. a-l, kõik uued seadmed ja mööbel
9	Renoveeritud, 2003. a-l, paigaldatud uus jaotusliin külma- ja kuumamarmiididega, vahetatud kööginõud ning inventar
10	2002. a-l ventilatsiooni renoveerimine, 2004. a-l külmutusvitriini paigaldus, 2005. a-l marmiidi paigaldus, 2007. a-l veepuhastusfiltrite paigaldus
11	2004. a-l kosmeetiline remont, 2005. a-l kooli kohviku renoveerimine (uued külmkapid, kuuma ja külma vee marmiidid), aastatel 2002-2007 uued seadmed – elektripliidid, hakklihamasin, köögiviljalõikemasin, külmkapid, kööginõud ja inventar
12	Söökla renoveerimine 2002. ja 2007. a-l. Söökla mööbli ja kööginõude uuendamine
13	2002. a-l marmiidid toidu jagamiseks, 2003. a-l koolipiimaautomaat, 2005. a-l vahustaja
14	Terve koolisöökla renoveeriti aastal 2006
15	Sööklas tehtud remont aastatel 2005-2006. Uued pliidid ja kartulikooriga
16	Katel, praepann
17	2004. a-l kartulikoorigemasin, 2005. a-l juurviljasegaja ja katel, 2006. a-l uus söögisaali mööbel, 2007. a-l sanitaarremont köögis ja personaliruumides ning kondiitriahi
18	2002. a-l hakkas toitlustama firma, personal sööklas sama.
19	2003. a-l köögis täielik remont ja seadmete vahetus
20	2003. a suvel renoveeriti koolisöökla, osteti kõik uued nüüdisaegsed Dieta seadmed
21	Teeninduslett 2005. a oktoobrist, uus kombiahi 2007. a septembrist
22	2004. a suvel renoveeris söökla täielikult linnavalitsus. Osaühing, kes toitlustab, ostis kööki kõik vajaminevad uued seadmed
23	Sanitaarremont 2005. a-l, elektripliit 2004. a-l, juurviljatükeldaja, elektripliit ja köögilauad ning uus saalimööbel 2007. a-l
25	Söökla tegutseb kolmandat aastat
28	2002. a-l köögiventilatsioon; 2004. a-l nõudepesumasin; 2006. a-l kaks elektripliiti ja kombiahi; 2008. a-l kaks supikatelt, millest üks on jahutusega
29	Kolm aastat tagasi uus praepann. Sellest õppeaastas uus kombiahi ja vahustaja. On toodud ka uusi potte ja söögiriistu
31	2005. a-l avati uus tänapäevane koolimaja. Köögis nüüdisaegne tehnika
32	Viis aastat tagasi saadud pann, juurviljatükeldaja ja noad
33	Koolisöökla renoveeriti täielikult 2004. a-l. Kõik uued seadmed
35	Ei ole renoveeritud. Saadud elektripliit, nõudepesumasin, juurviljatükeldaja ja külmkapp
36	Kapitaalremont 2003. a-l. Ehitati külmkambrid ja duiruum. Muretseti uued lauad ja riulid ning uus nõudepesumasin
37	Remont toidukäitlemisruumis ja nõudepesuruumis. Muretsetud köögitehnikat: üks kombiahi, üks katel, kaks pliiti ja viis külmkappi
38	Vastamata

Tabel 71. Milliseid muudatusi ja seadmeid koolisööklad veel vajaksid (koolide kaupa)

Kool	Milliseid muudatusi oleks vaja
1	Tarvis ringi teha ventilatsioon ning välja vahetada toidunõud
2	Kõik olemas
3	Kombiahju
4	Käru, lõikelaudu
5	Kõik olemas
6	Uut juurviljalõikajat
7	Juurviljalõikurit
8	Kõik olemas
9	Kõik olemas
10	Muuta puhvetit
11	Kõik olemas
12	Vastmata
13	Konvektsooniahju ja nõudepesumasinat. Söökla ruumid, inventar ja mööbel vajavad vahetamist/remonti
14	Soojenduskappi
15	Nõudepesumasinat
16	Külmkambrist ja konvektsooniahju
17	Kombiahju ja suurt jahutuskappi
18	Pliiti, vahustajat ja külmkappi
19	Kõik olemas
20	Ühte keedukatelt
21	Jahutuskappi
22	Kõik olemas
23	Supikatelt ja kombiahju
25	Kõik olemas
28	Köögiviljariivi, saumikserit
29	Vastmata
31	Kõik olemas
32	Kombiahju (on olnud jutuks) ja vahustajat
33	Võimsamat hakklihamasinat
35	Kartulikoorimismasinat, praeahju, universaalajamit ning jahutuskappi
36	Hädasti oleks vaja panni või kombiahju, aga ei ole ruumi, kuhu paigutada
37	Nüüdisaegset ventilatsiooni
38	Vastmata

5.5. TOIDUD, MIS SÜÜAKSE SÖÖKLAESINDAJATE ARVATES ENIM ÄRA JA NEED, MIS JÄETAKSE ENIM ALLES

Tabelites 72-73 on esitatud toidud, mida sööklaesindajate arvates süüakse rohkem ja mida vähem.

Tabel 72. Toidud, mida süüakse hea meelega (põhineb sööklaesindajate tähelepanekutel)

Toidud	Sagedus	Toidud	Sagedus
Jättnud vastamata	2	PUDRUD, VÕILEIVAD, MUUD TOIDUD	
SUPID		Mannapuder	2
Borš	10	Pudrud	1
Frikadellisupp	8	Võileivad	1
Seljanka	7	Hamburger	1
Kanasupp	2	MAGUSROAD	
Piima-riisisupp	2	Kohupiimamagusroad	9
Värskekapsa-viinerisupp	1	Teised magustoidud	9
Kartuli-makaronisupp	1	Kissellid (sh vahukoorega)	8
Hernesupp	1	Saiakesed, pirukad	5
Supid, täpsustamata	3	Puuviljad	3
PÕHITOIDUD ja NENDE LISANDID		Kohuke, jäätis	3
Makaronid (nt hakklihaga)	17	Pannkoogid	2
Kotlet, pihvid, pikkpoiss, frikadellid	15	Kama	1
Viiner	14	JOOGID	
Hakklihakaste, frikadellid kastmes	12	Tee	1
Kartulipüree, -puder	9	Mahl	1
Hautatud, keedetud kartul	7	Jogurt	1
Praetud kana, kanapallid, kanašnitsel	6		
Viineri-, vorstikaste	6		
Salatid (sh keedetud toiduainetest, nt kartulisalat)	6		
Kalapulgad, -burgerid	5		
Lihakastmed (nt azuu, guljašš)	4		
Kalatoidud (pajaroog, paneeritult)	4		
Kapsahautis, praekapsas	3		
Praetud liha	2		
Riis	2		
Ühepajatoit	2		
Kanakaste	2		
Friikartul, ahjukartulid	2		
Pilaff	1		
Külmad kastmed (ketšup/majonees)	2		
Kõik praed	1		

Tabel 73. Toidud, mis jäetakse enim alles (põhineb sööklaesindajate tähelepanekutel)

Toidud	Sagedus
Jätnud vastamata	4
SUPID	
Supid	7
Värskekapsasupp	4
Hernesupp	4
Külasupp	2
Kalasupp	2
Hapukapsasupp	1
Borš	1
Piimasupid	1
PÕHITOIDUD ja NENDE LISANDID	
Köögiviljasalatid (täpsustatud peedi- ja porgandi)	7
Tatrapuder	6
Riis	6
Ühepajatoit	5
Hautatud köögiviljad, köögiviljakastmed	5
Kalatoidud	4
Mulgikapsas, kapsahautis	3
Risoto, pilaff	3
Omlett, munakaste	2
Maksatoidud	2
Guljašš	1
Vormiroad	1
Praed, täpsustamata	1
Lisandid, täpsustamata	1
PUDRUD, VÕILEIVAD, MUUD TOIDUD	
Pudrud	2
MAGUSROAD	
Leivasupp, -kreem	4
Piima- ja karamellkissell	2
Teised magustoidud (mannavaht, kohupiimavorm)	3
Puuviljad	1
JOOGID	
Keefir	1
Kakao	1

Õpilastele enim meeldivate (**tabel 72**) ja kõige vähem meeldivate (**tabel 73**) toitude kohta avaldas arvamust 35 sööklaesindajat, nimetada võis rohkem kui ühe toidu. Sööklaesindajate tähelepanekul söövad lapsed ära peamiselt järgmised road: borši, frikadellisupi, makaronid (sh juustuga ja hakklihaga), kotletid-pihvid jms, viinerid, hakklihastme, kartulipudru- ja püree, hautatud-keedetud kartuli ning magustoidud (eriti kohupiimast ja kissellid). Järele jäetakse enim suppe, toorsalateid, tatraputru, riisi, ühepajatoitu, hautatud köögivilju ja leivasuppi.

5.6. TOORTOIDUAINETE JA POOLFABRIKAATIDE KASUTAMINE MENÜÜS

Küsimustele, millisena tuleb teile kasutamiseks liha, kala ja köögiviljad, vastas vastavalt 32, 32 ja 33 sööklaesindajat. Mõni söökla kasutab mõne tooraine puhul mõlemat varianti: jahutatud/külmutatud ja värske/külmutatud. **Tabelis 74** on välja toodud, kui suur osa vastanutest nimetatud tooraineid koolitoidu valmistamisel kasutab. Sööklasse sissetulev liha on enam-vähem võrdselt külmutatud või jahutatud, kala on enamikul juhtudel külmutatud ning köögiviljad on värsked.

Kui sageli kasutatakse koolitoidu valmistamisel erinevaid poolfabrikaate või valmistoite, on esitatud **tabelis 75**. Etteantud loetelust oli suuremal hulgal koolidest kasutusel viinerid-vorstid (97% koolidest), kalapulgad-kotletid (87,9% koolidest), lihast ja kanalihast pihvid (81,8% koolidest) ning poe kohupiimakreemid ja saiakesed-koogid-pirukad (mõlemad 66,7% koolidest). Järgnevad kohuke (63,6% koolidest), külmutatud köögiviljasegu (51,5% koolidest) ning kooritud kartulid (42,4% koolidest). Kõige vähem pakutakse jäätist (21,2% koolidest).

Vastatud toitudest kasutasid neid maininud koolid kõige sagedamini kooritud kartulit (keskmiselt ligi 13 korda kuus), külmutatud köögiviljasegu (keskmiselt 4,5 korda kuus) ning saiakesi ja kohukesi (mõlemad keskmiselt 2,2 korda kuus).

Tabel 74. Sööklate arv, kes millist toorainet koolitoidu valmistamisel kasutab

Sissetulev tooraine	Millisena tuleb tooraine sisse	
	jahutatud/värske	külmutatud
Liha	19	20
Kala	4	30
Köögiviljad	32	7

Tabel 75. Mitu korda kasutatakse kuus keskmiselt koolilõuna menüüs järgnevaid tooteid

Kooli number	Kooritud kartul	Kalapulgad, -burgerid, -kotletid	Poe kohupiimakreem	Saiake, pirukas, kook	Külmutatud köögiviljasegu	Kohuke	Jäätis	Viiner, sardell, vorst	Lihast ja kanalihast pihvid
1		1	1		1	2		3	
2		1		1		1		1	1
3		1	1	3	1	1	1	2	2
4		1	1	2	2	1		2	2
5			1	1		1		1	1
6		1	1	2	1			2	1
7		1	3	3	1			1	1
8		0,5		4	1	1		1	
9	4	1	1	5				2	2
10	20	1		1		1		4	1
11	14	1		1				2	
12			4	2		1		1	
13		2	2	3		3	0,2	1	2
14		1	2	4		1		0,2	2
15			2	4		2		1	1
16		1			1	1		1	1
17		1			2		0,3	1	1
18	20	4	2	2	12			2	2
19		1	2	2	4			1	1
20	20	1	1	20*		20*	20*	20*	20*
21	8	1	1	20*	4	1	20*	1	1
22	8	1	2		8	1	1	1	1
23	8	1						2	2
25	16	4		1	4	8		3	3
28	12	1	2	1	8			2	1
29	10	1	2	1		1		1	1
31		5	2			0,3	0,3	1	1
32				1		1		2	
33	12	1		1	1		1	3	1
35		2	1			2		1	1
36		4		4	4	8	0,2	2	2
37	12	1	0,3			1		0,3	1
38	12	2	1		1			3	2

* müügil puhvetis

5.7. SÖÖKLA JA KOOLI KOOSTÖÖ

Söökla ja kooli koostöö küsimusele vastas 30 sööklaesindajat, 5 jätsid vastamata.

Tabel 76. Söökla ja kooli vaheline koostöö sööklaesindajate arvates

Vastused	Sagedus
Väga hea koostöö, oleme arvestanud kooli ettepanekutega	4
Hea koostöö	10
Oleme koostööga rahul	16

On näha, et nii sööklaesindajad (**tabel 76**) kui ka direktorid (**joonis 22**) on omavahelise koostööga rahul.

5.8. SÖÖKLAESINDAJATE KOMMENTAARID

Ka sööklaesindajatel oli võimalus lisada ankeedi lõppu vabalt kommentaare. Seda võimalust kasutasid kaheksa sööklaesindajat.

Peamiselt tunti muret tooraine pideva kallinemise üle ning selle pärast, et pole võimalik etteantud raha eest kvaliteetset koolilõunat valmistada. Sooviti suuremaid koolilõuna finantseeringuid, ka 10-12 klassile.

Samuti oli mureks liiga palju tööd väga väikese palga eest. Kurdeti ka rohke paberimajanduse, st kaloraaži arvestuse nõude üle. Märgiti ära lastega suhtlemise ja nende arvamusega arvestamise suuremat vajadust.

6. MENÜÜKOOSTAJATE KÜSITLUSE TULEMUSED

Menüüde koostajaid oli võimalik küsitleda 37 koolist.

6.1. ABIVAHENDITE KASUTAMINE MENÜÜDE KOOSTAMISEL

Menüüde koostamisel kasutatakse abivahenditena nii raamatuid kui ka erinevaid arvutiprogramme (**tabel 77**). Vastajad võisid märkida ka mitu abivahendit.

Tabel 77. Abivahendid, mida Menüüde koostamisel kasutatakse

Raamatud	Sagedus
TTÜ TI raamatud "Koolitoit" ja/või "Laste toit"	19
TTÜ TI raamatud sarjast "Toit ja toitumine"	1
TTÜ TI raamat "Toidu keemilise koostise tabelid"	2
Vanad retseptid, oma kogemused	4
TAI koolituselt "Puu- ja köögiviljad õpilaste toidulaua" saadud materjalid	4
Jõgevamaa raamat "Tervislik toit lastele"	1
Erinevad retseptiraamatud, ajakirjad ning materjal raamatukogust	10
Raamat "Toitlustamise füsioloogia"	1
Teiste koolide Menüüde, laste soovidega arvestamine	1
Vastamata	7
Programmid	Sagedus
TAI internetipõhine toitumisprogramm	6
ANC	6
BUUM 3 Sol.	1
Majandustarkvara NOOM	1
Ei kasuta	6
Vastamata	18

Menüüde toiteväärtus oli välja arvutatud 24 koolis, seitsmes koolis ei olnud seda tehtud ning üks kool jättis sellele küsimusele vastamata. Milliseid abivahendeid (või öelda mitu abivahendit) selleks enim kasutatakse, on näha **tabelist 78**.

Tabel 78. Mida kasutatakse Menüüde toiteväärtuse arvutamisel

Millega arvutatakse	Sagedus
Käsitsi, toidu keemilise koostise tabelite ja teiste raamatute põhjal	19
TAI internetipõhise toitumisprogrammiga	4
ANC arvutiprogrammiga	3
Arvutiprogrammiga, täpsustamata	3
Arvutiprogrammiga Ampser	1
Arvutiprogrammiga NOOM	1
Juurutatakse arvutiprogrammi, täpsustamata	2
Teised peakokad on juba välja arvestanud	1
Vastamata	8

6.2. TEADMISED TERVISE ARENGU INSTITUUDI LOODUD INTERNETIPÕHISEST TOITUMIS-PROGRAMMIST NING SELLE KASUTAMINE

Pisut üle poolte küsitletud sööklaesindajatest (55,6%) olid internetipõhisest toitumisprogrammist kuulnud, kolmandik ei olnud (**tabel 79**). Neist, kes olid programmist kuulnud, kasutasid programmi üle poolte: täielikult (40% teadlikest) ja osaliselt (15% teadlikest). Programmist oldi kuuldud peamiselt Tervisekaitseinspeksiooni või tervisekaitsetalitluste ametnikelt, samuti oldi saadud sellekohast informatsiooni koolitustelt või oma kolleegidelt teistest koolidest.

Kasutajate kommentaarid programmile olid valdavalt positiivsed. Soov oli saada programmile ka venekeelne kasutusjuhend.

Programmi mittekasutamise põhjusteks toodi

- ei ole seda programmi (tegelikult on programm kõigile vabalt ja tasuta kättesaadav aadressil www.terviseinfo.ee lintpealkirja Toitumisprogramm alt)
- vaja oleks programmi koolitust
- pole piisavalt vajalikke toiduaineid
- programmi andmebaasis olevad toidud on lastele võõrad
- programmi kasutamine on liiga suur lisatöö

Tabel 79. Teadmised internetipõhisest toitumisprogrammist ning selle kasutamine

Teadlikkus	Sööklaesindajate arv
Teadlik, kasutab	8
Teadlik, kasutab osaliselt	3
Teadlik, ei kasuta	9
Ei ole teadlik	12
Vastamata	4
Ankeedid puudu	2

6.3. ERITOITUMISE VAJADUSEGA ÕPILASTE TOITLUSTAMINE

Eritoitumise vajadusega õpilastest esineb koolides kõige rohkem toiduallergia, diabeedi ja toidutalumatusega õpilasi (**tabel 80**). Osas koolides antakse neile sellistel juhtudel eritoitu, kuid enamikus koolides antakse neile teiste õpilastega sama toitu või söövad nad ise kodust kaasa võetud toitu (**tabel 81**).

Tabel 80. Eritoitumise vajaduse ja allergiate esinemine õpilastel

	Mitmes koolis esineb	Kokku mitmel õpilasel esineb
Tsöliaakia	1	1
Diabeet	7	9
Laktoositalumatus	2	2
Toidutalumatus	4	7
Toiduallergia	4	27
KOKKU		46

Tabel 81. Eritoidu vajadusega õpilaste toitlustamine

	Saab eritoitu		Saab teistega sama toitu		Toit on kodust kaasa võetud		Muu, täpsustamata	
	mitmes koolis	kokku mitu last	mitmes koolis	kokku mitu last	mitmes koolis	kokku mitu last	mitmes koolis	kokku mitu last
Tsöliaakia			1	1	1	1		
Diabeet	1	1	5	7	2	2	1	1
Laktoositalumatus			1	1	1	1		
Toidutalumatus	2	3	1	3				
Toiduallergia	2	9	3	18			2	8
KOKKU	13		30		4		9	

Vastavalt sotsiaalministri määrusele nr 8 15. jaanuarist 2008 "Tervisekaitsenõudmised toitlustamisele koolieelses lasteasutuses ja koolis"¹ peab kool eritoitumise vajadusega õpilastele pakkuma sobivat toitu.

6.4. MUUDATUSED MENÜÜS, KUI RAHA OLEKS PIISAVALT

Küsitluse ajal pidas riigilt koolitoidule eraldatavat summat (10 krooni 42 senti) piisavaks 16,2%, ebapiisavaks 70,3% ning vastamata jättis 13,5% ankeedi täitjatest. **Tabelis 82** on välja toodud vastajate pakutud summad, mida oleks vaja koolilõuna valmistamiseks ühe õpilase kohta arvestades kulu ainult toorainele (valdavalt 12–15 krooni) ning kõiki kulusid kokku (valdavalt 20–25 krooni).

Tabel 82. Soovitavad summad (kroonides) ühe õpilase kohta toorainele ning toitlustamisele

Ühe õpilase kohta	Vastanuid	Miinum, kr	Maksimum, kr
Toorainele	27	12	25
Kogu koolilõuna toitlustuskulude katteks	23	15	30

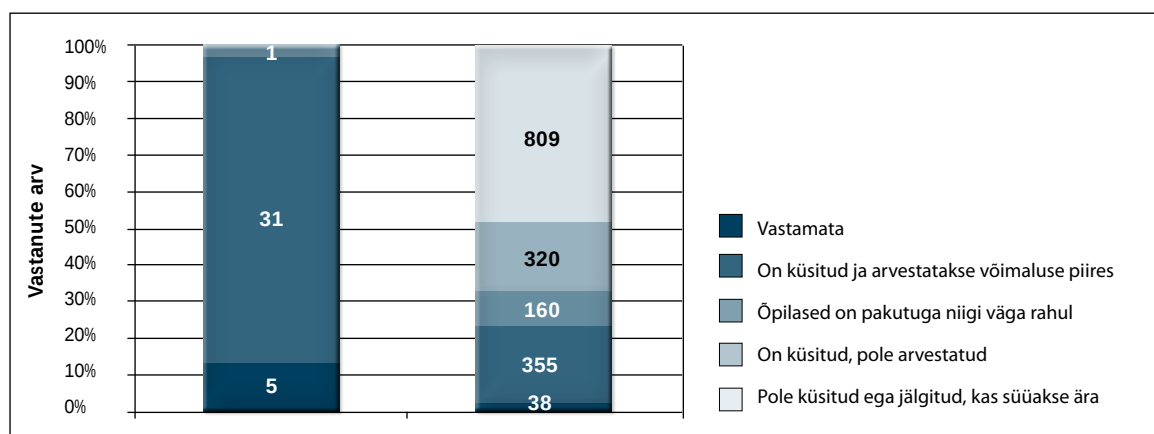
Tabelis 83 on menüükoostajate ettepanekud, mida nad menüüdes muudaks, kui nad ei peaks mõtlema raha peale. Iga vastaja võis kirjutada rohkem kui ühe ettepaneku. Peamiselt tahetakse lisada menüüsse rohkem puu- ja köögivilju, jogurtit, mahla, piimatooteid ning mitmekesistada menüüd üldiselt ja suurendada portsjoneid. Kolme kooli menüükoostajad on rahul ka praeguse menüüga ega muudaks midagi.

Tabel 83. Muudatused menüüs võimaluse korral

Vastused	Sagedus
Rohkem puuvilju	22
Rohkem mahla	7
Rohkem jogurtit	6
Mitmekesistaks menüüd, laiendaks sortimenti	5
Rohkem kohupiima	5
Rohkem piimatooteid	4
Rohkem lihatoite	4
Rohkem toorsalateid	4
Rohkem köögivilju	4
Rohkem kala	2
Suurendaks portsjoneid	2
Rohkem magustoite, nende valikut täiendada	2
Rohkem juustu	1
Rohkem munatoite	1
Lastele meeldivad frikadellid ja krõpsud, paneks neid vahel menüüsse	1
Menüü mitmekülgne juba praegu; kulutaks personali koolitusele ja varustusele	1
Ei muudaks midagi, menüüga rahul	2
Vastus puudub	5

6.5. MENÜÜKOOSTAJATE ARVAMUS ÕPILASTE ARVAMUSTEGA ARVESTAMISEST

Joonisel 29 on esitatud menüükoostajate arvamus sellest, palju nad menüü koostamisel arvestavad õpilaste soovidega. Peaaegu kõik sellele küsimusele vastanud menüüde koostajatest väidavad, et õpilastelt on arvamust küsitud ja nendega arvestatakse võimaluse piires, samal ajal kui õpilastest endist arvab samamoodi vaid 21,6% vastanutest. Vastanud õpilastest enamik (49,2%) hoopis ütles, et neilt pole kunagi arvamust küsitud ega ka jälgitud, kas toit süüakse ära.



Joonis 29. Õpilaste arvamusena arvestamine menüükoostajate ning õpilaste enda arvates

Küsimusele, kas õpilastelt üldse peab arvamust küsima, vastas 31 ning jättis vastamata 6 menüükoostajat. Ainult üks vastanutest ei pidanud õpilastelt arvamuse küsimist vajalikuks.

Küsimusele, kas õpilaste küsitlemine on plaanis, vastas ainult 24 menüükoostajat ning neist 75% väitis, et õpilaste arvamuse küsimine on plaanis, 25% aga, et ei ole plaanis.

7. PUHVETIPIDAJATE KÜSITLUSE TULEMUSED. PUHVETITE SORTIMENT

Puhvetid on olemas 21 koolis uuritud 38-st, neist kahelt ei saadud ankeetivastuseid tagasi. Seega on tulemused esitatud 19 kooli puhveti andmete põhjal.

Puhvetid on enamjaolt lahti ajavahemikus kella 8-15. Kümnes koolis on puhvet avatud kogu aeg, üheksas koolis ainult vahetundide ajal.

Enamikus vastanud koolides on puhvetipidaja see, kes kujundab kaupade sortimendi või saab sellel teemal kaasa rääkida.

Kooli juhtkonnal ei ole puhvetile nõudmisi-soovitusi vaid neljas koolis. Kooli juhtkonna mainitud nõudmisteks olid kartulikrõpsude, karastusjookide, nätsude, päevalilleseemnete ja kohukeste müügi keelamine puhvetis. Paljud koolid polnud täpsustanud nõudmiste sisu, kuid väitsid, et teatud nõudmised-soovitused kooli juhtkonnalt tulevad. Ka direktorite küsitlusest tuli välja, et neljas koolis juhtkond kas ei saanud või ei tahtnud kaasa rääkida (**tabel 54**) koolipuhveti valikutes.

Õpilaste soovidega arvestatakse alati pooltes puhvetites, teistes arvestatakse võimaluse piires.

Tabelis 84 on välja toodud toitade, mis puhvetipidajate arvates peaks kindlasti puhvetis olema olemas, esinemise korrad vastustes ning **tabelis 85**, mis puhvetis kindlasti müügil olla ei tohiks. Iga vastaja sai ise vabalt pakkuda tooteid, ka rohkem kui ühe.

Tabelites 86-91 on välja toodud puhvetipidajate pakutud enim vajalikud toidud (nt puuviljad, salatid ja mahlad) ning mittevajalikud toidud (nt kartulikrõpsud, kommid ja karastusjoogid) puhvetis võrrelduna õpilaste arvamusega, kas nende arvates antud toidud on nende puhvetis müügil või ei. Kooli K34 puhul asub puhvet teises majas ja pole seotud kooliga, kuid lapsed käivad sealt ostmas.

Tabel 84. Toidud, mis puhvetipidajate arvates peaks kindlasti puhvetis olema

Toit	Vastanute arv
puuviljad	12
salat	9
mahl	6
kuumad joogid	6
praed, supid	4
pirukad, saiakesed	4
(pudeli)vesi	4
kohupiim, piimatoidud, jogurt	3
külmad joogid	2
mahlajoogid	2
võileivad	2
šokolaadid, maiustused	2
piim, keefir	1
peab tellima sellist kaupa, mida lapsed ostavad	1
salvrätid	1
rohkem ruumi	1
ei oska öelda	1

Tabel 85. Toidud, mida puhvetipidajate arvates ei tohiks puhvetis pakkuda

Toit	Vastanute arv
kartulikrõpsud	12
(värvilised) kommid, maiustused, pulgakommid	6
koolajoogid, karastusjoogid	3
värvilised joogid	2
näts	1
päevalilleseemned	1
friikartulid	1
jäätis	1
kreemikoogid	1
hamburgerid	1
tooted, kus on palju keemiat sees	1

Tabel 86. Kas õpilaste arvates (% õpilastest) pakutakse puhvetis puuvilju (tervelt ja/või tükeldatult) ning kas need peaksid puhvetipidaja arvates (x = peaks olema) olema sortimendis (koolide kaupa)

Kool	Jah	Ei / Ei tea	Vastamata	Puhvetipidaja
2	10,6	80,9	8,5	x
4	6,8	90,9	2,3	x
5	7,7	92,3	0,0	x
7	76,7	23,3	0,0	x
8	93,2	6,8	0,0	x
9	27,8	72,2	0,0	x
10	79,6	20,4	0,0	x
11	86,8	13,2	0,0	x
17	97,9	0,0	2,1	
18	5,1	89,7	5,1	
19	65,7	34,3	0,0	
20	82,5	17,5	0,0	
21	95,7	4,3	0,0	
22	97,9	2,1	0,0	x
23	28,6	63,3	8,2	x
25	60,9	30,4	8,7	
26	97,4	2,6	0,0	vastamata
28	100,0	0,0	0,0	x
34	77,3	11,4	11,4	vastamata
36	11,8	88,2	0,0	x
37	32,1	44,6	23,2	
38	0,0	100,0	0,0	vastamata

Kuigi paljud puhvetiesindajad on märkinud, et puuviljad oleksid puhveti sortimendis vajalikud, ei pakuta väga paljude õpilaste arvates neid puhvetis.

Tabel 87. Kas õpilaste arvates (% õpilastest) pakutakse puhvetis toorsalateid ja kas need peaksid puhvetipidaja arvates (x = peaks olema) olemas sortimendis (koolide kaupa)

Kool	Jah	Ei	Ei tea	Vastamata	Puhvetipidaja
2	23,4	53,2	21,3	2,1	x
4	70,5	27,3	2,3	0,0	x
5	67,3	25,0	5,8	1,9	x
7	34,9	30,2	32,6	2,3	x
8	11,4	72,7	15,9	0,0	
9	81,5	14,8	1,9	1,9	x
10	93,9	2,0	2,0	2,0	x
11	89,5	5,3	5,3	0,0	
17	53,2	38,3	6,4	2,1	
18	2,6	89,7	2,6	5,1	
19	45,7	44,3	8,6	1,4	
20	57,9	17,5	22,8	1,8	
21	48,9	29,8	19,1	2,1	
22	46,8	27,7	23,4	2,1	x
23	51,0	14,3	26,5	8,2	x
25	34,8	39,1	15,2	10,9	
26	76,3	10,5	13,2	0,0	vastamata
28	53,8	20,5	25,6	0,0	x
34	6,8	47,7	34,1	11,4	vastamata
36	0,0	94,1	5,9	0,0	
37	8,9	58,9	8,9	23,2	
38	0,0	91,9	6,5	1,6	vastamata

Kuigi paljud puhvetiesindajad on märkinud, et salatid oleksid sortimendis vajalikud, neid väga paljude õpilaste arvates puhvetis ei pakuta. Kui võrrelda neid puuviljadega, siis pakutakse toorsalateid õpilaste arvates puhvetites oluliselt rohkem.

Tabel 88. Kas õpilaste arvates (% õpilastest) pakutakse puhvetis mahlu ja kas need peaksid puhvetipidaja arvates (x = peaks olema) olemas sortimendis (koolide kaupa)

Kool	Jah	Ei	Ei tea	Vastamata	Puhvetipidaja
2	91,5	2,1	2,1	4,3	
4	93,2	2,3	2,3	2,3	
5	82,7	7,7	7,7	1,9	
7	90,7	2,3	7,0	0,0	
8	93,2	2,3	4,5	0,0	
9	90,7	5,6	3,7	0,0	x
10	83,7	12,2	4,1	0,0	x
11	97,4	0,0	2,6	0,0	x
17	91,5	4,3	2,1	2,1	
18	46,2	41,0	10,3	2,6	
19	80,0	11,4	2,9	5,7	
20	75,4	8,8	15,8	0,0	
21	83,0	6,4	8,5	2,1	
22	72,3	19,1	8,5	0,0	

Tabel 88. Kas õpilaste arvates (% õpilastest) pakutakse puhvetis mahlu ja kas need peaksid puhvetipidaja arvates (x = peaks olema) olema sortimendis (koolide kaupa)

Kool	Jah	Ei	Ei tea	Vastamata	Puhvetipidaja
23	75,5	8,2	8,2	8,2	x
25	69,6	6,5	10,9	13,0	
26	57,9	28,9	7,9	5,3	vastamata
28	92,3	2,6	2,6	2,6	x
34	72,7	4,5	9,1	13,6	vastamata
36	50,0	44,1	5,9	0,0	
37	32,1	35,7	7,1	25,0	x
38	69,4	25,8	3,2	1,6	vastamata

Ka mahla pakkumist peavad puhvetipidajad oluliseks ning enamiku õpilaste arvates seda ka puhvetites pakutakse.

Tabel 89. Kas õpilaste arvates (% õpilastest) pakutakse puhvetis kartulikrõpse ja kas need peaksid puhvetipidaja arvates (x = peaks olema) olema sortimendis (koolide kaupa)

Kool	Jah	Ei	Ei tea	Vastamata	Puhvetipidaja
2	91,5	6,4	0,0	2,1	
4	88,6	4,5	6,8	0,0	x
5	96,2	0,0	1,9	1,9	x
7	97,7	0,0	2,3	0,0	x
8	70,5	27,3	2,3	0,0	
9	46,3	51,9	1,9	0,0	x
10	10,2	77,6	12,2	0,0	x
11	55,3	44,7	0,0	0,0	x
17	89,4	6,4	0,0	4,3	
18	89,7	2,6	5,1	2,6	
19	92,9	1,4	1,4	4,3	x
20	77,2	14,0	7,0	1,8	x
21	6,4	87,2	4,3	2,1	
22	8,5	80,9	10,6	0,0	x
23	73,5	6,1	10,2	10,2	x
25	37,0	37,0	17,4	8,7	x
26	68,4	23,7	5,3	2,6	vastamata
28	10,3	89,7	0,0	0,0	
34	34,1	22,7	29,5	13,6	vastamata
36	97,1	2,9	0,0	0,0	x
37	12,5	50,0	8,9	28,6	
38	96,8	0,0	1,6	1,6	vastamata

Pooltes koolides, kus puhvetipidaja oli märkinud, et kartulikrõpse ei tohiks puhvetis pakkuda (12 kooli), märkis üle 75% õpilastest, et need on siiski puhveti sortimendis olemas.

Tabel 90. Kas õpilaste arvates (% õpilastest) pakutakse puhvetis karastusjooke ja kas need peaksid puhvetipidaja arvates (x = peaks olema) olema sortimendis (koolide kaupa)

Kool	Jah	Ei	Ei tea	Vastamata	Puhvetipidaja
2	97,9	0,0	0,0	2,1	
4	90,9	4,5	4,5	0,0	x
5	94,2	0,0	1,9	3,8	x
7	90,7	4,7	4,7	0,0	
8	95,5	2,3	2,3	0,0	
9	77,8	20,4	1,9	0,0	
10	91,8	6,1	2,0	0,0	x
11	89,5	5,3	5,3	0,0	
17	91,5	2,1	2,1	4,3	
18	89,7	5,1	2,6	2,6	
19	92,9	2,9	1,4	2,9	x
20	82,5	14,0	3,5	0,0	
21	57,4	31,9	6,4	4,3	
22	72,3	25,5	2,1	0,0	
23	85,7	2,0	4,1	8,2	x
25	67,4	15,2	10,9	6,5	
26	81,6	13,2	0,0	5,3	vastamata
28	71,8	23,1	5,1	0,0	
34	84,1	2,3	0,0	13,6	vastamata
36	91,2	5,9	2,9	0,0	
37	46,4	23,2	7,1	23,2	
38	91,9	4,8	1,6	1,6	vastamata

Kõikides koolides, kus puhvetipidajad olid märkinud, et karastusjoogid ei tohiks kuuluda puhveti sortimenti, olid need enamiku õpilaste arvates siiski puhvetis olemas.

Tabel 91. Kas õpilaste arvates (% õpilastest) pakutakse puhvetis komme ja kas need peaksid puhvetipidaja arvates (x = peaks olema) olema sortimendis (koolide kaupa)

Kool	Jah	Ei	Ei tea	Vastamata	Puhvetipidaja
2	89,4	4,3	4,3	2,1	
4	77,3	15,9	6,8	0,0	x
5	84,6	1,9	11,5	1,9	x
7	86,0	0,0	14,0	0,0	x
8	93,2	2,3	4,5	0,0	
9	72,2	22,2	5,6	0,0	x
10	83,7	8,2	8,2	0,0	x
11	97,4	0,0	2,6	0,0	
17	85,1	6,4	2,1	6,4	
18	74,4	12,8	10,3	2,6	x
19	81,4	5,7	8,6	4,3	
20	80,7	5,3	12,3	1,8	
21	68,1	21,3	8,5	2,1	
22	80,9	10,6	8,5	0,0	
23	71,4	8,2	10,2	10,2	

Tabel 91. Kas õpilaste arvates (% õpilastest) pakutakse puhvetis komme ja kas need peaksid puhvetipidaja arvates (x = peaks olema) olema sortimendis (koolide kaupa)

Kool	Jah	Ei	Ei tea	Vastamata	Puhvetipidaja
25	60,9	13,0	13,0	13,0	
26	86,8	2,6	7,9	2,6	vastamata
28	89,7	10,3	0,0	0,0	
34	65,9	9,1	11,4	13,6	vastamata
36	91,2	0,0	8,8	0,0	
37	32,1	30,4	7,1	30,4	
38	90,3	3,2	4,8	1,6	vastamata

Vaatamata sellele, et puhvetipidajad ei pea kommide olemasolu sortimendis vajalikuks, on need õpilaste arvates siiski enamikus puhvetites olemas.

Toidud, mida puhvetipidajad tahaksid lastele pakkuda, aga mingil põhjusel seda teha ei saa, olid järgmised:

- puuviljad – lapsed ei osta (4 vastajat)
- kohukesed – lapsed ei osta (2 vastajat)
- kohupiimatoodang – kallid ja väike realiseerimisaeg
- hamburgerid – pole mikrolaineahju jaoks ruumi
- salatid – puuduvad tingimused nende valmistamiseks
- puuviljad – pole kahte kraanikaussi
- toorsalatid, puuviljad – põhjust pole toodud
- soolata pähklid, kuivatatud puuviljad, müslibatoonid – põhjust pole toodud

Kuus puhvetipidajat vastasid, et on olemas tingimused pakkuda kõike, mida nad soovivad.

Tabelis 92 on esitatud õpilaste puhvetist ostmas käimise kordade arv kogu vaatluspäeva jooksul. Üks ja sama õpilane võis käia puhvetis ka mitu korda päeva jooksul. Võrdlusena on välja toodud vastavas koolis õppivate õpilaste arv. Esitatud on ainult nende puhvetite andmed, kust saadi ostmiskorrad päeva jooksul ning õpilaste arv koolis.

Tabel 92. Puhvetist ostmise kordade arv vaatluspäeva jooksul

Kooli number	Ostmiskordade arv	Õpilaste arv koolis
4	521	602
5	363	672
7	120	491
8	1345	686
9	673	817
10	319	645
11	200	447
17	507	742
18	155	395
19	640	139
25	18	228

Tabelis 93 on esitatud puhvetites kõige rohkem esinenud toidud. Andmed on esitatud 18 kooli puhveti kohta, kolme puhveti andmed puuduvad.

Tabel 93. Mitmes puhvetis pakuti järgmisi toite

Toit	Esinemissagedus	Toit	Esinemissagedus
Saiakesed	17	Praad	8
Erinevad kommid	16	Vahvlid	6
Šokolaadid	14	Supp	6
Kuumad joogid (tee, kohv)	14	Koogid	5
Pirukad	13	Kohuke	5
Vesi, mineraalvesi	12	Jäätee	5
Mahlad, mahlajoogid	11	Soolakõrsikud, -küpsised	4
Jäätised	10	Morss	4
Karastusjoogid	10	Magustoit	4
Nätsud	10	Jogurtid	4
Salatid	9	Pitsa	4
Küpsised	9	Võileivad	3
Puuviljad	9	Hamburger	3
Kartulikrõpsud	8		

Ainult ühes puhvetis ei olnud saadaval saiakesi. Erinevad kommid (pulgakommid, šokolaadikommid, dražeed, nätsukommid, kummikommid, vahukommid, pastillid jm) olid saadaval samuti peaaegu kõikides puhvetites. Väga paljudes puhvetites pakuti ka erinevaid šokolaade, peamiselt väikesi tahvleid (nii Kalevi toodangut kui ka Marsi, Twixi jms). Kui šokolaadid olid puhvetis olemas, siis oli nende valik tavaliselt väga rikkalik. Samuti oli paljudest puhvetitest võimalik osta kuumi jooke, peamiselt kohvi ja teed, vähem kakaod.

Kuigi vesi oli tasuta saadaval kõikides koolides, sai seda ka üle poolte koolide puhvetitest osta. Üle pooltest puhvetitest said lapsed osta mahla või mahlajooki. Salatid (peamiselt hapukoore- ja/või majoneesikastmega), küpsised ning puuviljad olid saadaval umbes pooltes puhvetites. Samuti oli üle pooltest puhvetitest võimalik osta karastusjooke, kahest puhvetist energijooke ja kahest spordijooke; umbes pooltest puhvetitest oli võimalik osta kartulikrõpse. Nii nagu šokolaadide puhul, oli ka kartulikrõpsude pakkumisel nende valik väga rikkalik. Piimatoodetest olid pigem esindatud magusad, nagu kohuke, jogurt ja jäätis, aga ka piim ja keefir.

Praade pakuti peaaegu pooltes puhvetites, neist kahes oli vaatluspäeval menüüs kalatoit. Oli ka puhveteid, kus pakuti suppe ja magustoite, aga ka puhveteid, kust sai osta pitsat ja hamburgereid. Lisaks tabelis toodud toitumetele oli ka ühes-kahes puhvetis võimalik osta näiteks *hot dog* i, pähkleid, omletti, putru, müslibatoone, popkorni, maisimaiust ja küüslauguleivakesi.

Kui võrrelda puhvetite sortimenti (**tabel 93**) puhvetipidajate arvamusega, mida peaks puhvetis olema (**tabel 84**) ning mida ei tohiks puhvetis pakkuda (**tabel 85**), siis on näha, et näiteks puuvilju peaks rohkemate puhvetipidajate arvates puhvetis tegelikult enam olema. Samas pirukaid-saiakesi pidas puhvetis vajalikuks vaid 4 puhvetipidajat. Tegelikuses aga pakutakse neid enamikus puhvetites. Kartulikrõpse ei pidanud sobivaks 12 ning värvilisi komme ja muid maiustusi 6 puhvetipidajat, ent ikkagi esines neid vastavalt 8 ja 16 puhveti sortimendis.

Puhvetitööd raskendavad asjaolud on esitatud **tabelis 94**. Peamiselt oli toodud esile ruumi-, õigete tingimuste ning ajapuudust. Vaid kolmel puhvetipidajal ei esinenud töid raskendavaid asjaolusid.

Tabel 94. Puhvetitööd raskendavad asjaolud puhvetipidajate arvates

Tööd raskendavad asjaolud	Vastanute arv
ruumipuudus	4
puudulikud tingimused	3
liiga lühike vahetund, suur koormus vahetundidel	2
lapsed trügivad, lärm	1
puhvet lahti päev läbi, ei ole puhkeaega	1
ettevalmistamiseks napib aega, sest tundide ajal abistan sööklas	1
vähe külastajaid	1
vargused	1

8. DIREKTORITE JA SÖÖKLAESINDAJATE ARVAMUSED VÕISTLUSEST “PARIM KOOLISÖÖKLA”

Uuritud 38 koolist on aastate jooksul osalenud konkursil “Parim koolisöökla” viie kooli esindajad.

Vastanud sööklaesindajatest ei osanud öelda üks, kas nende kool on osalenud, direktoritest kaks. Kõik ülejäänud direktorid teadsid täpselt, kas kool on või ei ole osalenud. Kaks sööklaesindajat märkisid, et nad on osalenud, kuigi tegelikult ei ole.

Direktorid, kelle kooli söökla oli osa võtnud konkursist, nimetasid osalemispõhjustena võimalust end teistega võrrelda, näidata end teistele ning seda, et pole midagi häbeneda. Üks sööklaesindaja mainis põhjusena vastremonditud koolisööklat.

Vastanud sööklaesindajad mainisid mitteosalemise põhjustena enim liigset tööd või töötajate ja/või ajapuudust (8 vastanut), ei näe osalemisel mõtet (2 vastanut), ei saanud aru, mida osalemiseks tegema peab (2 vastanut), ei saanud konkursist õigel ajal või üldse teada (3 vastanut), remont tegemata või ei pea sööklat nii heaks (2 vastanut).

Vastanud direktorid mainisid kõige rohkem mitteosalemise põhjustena seda, et pole sellisest võistlusest kuulnudki (9 vastanut), ei näe osalemisel mõtet (4 vastanut, otsustajaks üldjuhul kooli juhtkond), toitlustusfirmal polnud huvi (3 vastanut), remont tegemata või seadmed vanad (3 vastanut), liigne töö (2 vastanut), toitu ei valmistata kohapeal, vaid tuuakse kooli (2 vastanut), võistlusest kuuldi liiga hilja (1 vastanu).

Nii sööklaesindajatest kui ka direktoritest peab enamik võistlust “Parim koolisöökla” vajalikuks (**tabel 95**).

Tabel 95. Võistluse “Parim koolisöökla” vajalikkus

	Sööklaesindajad		Direktorid	
Kas peab vajalikuks	vastanute arv	% vastanutest	vastanute arv	% vastanutest
Peab vajalikuks	20	71,4	23	76,7
Ei pea vajalikuks	5	17,9	4	13,3
Ei oska öelda	3	10,7	3	10,0
Vastamata	6		1	
Ankeet puudus	4		7	

9. KOOLIMENÜÜDE ANALÜÜS

9.1. MENÜÜDE ANALÜÜSI METOODIKAST

Analüüsi aluseks olid koolide esitatud viie päeva menüüd (edaspidi nädalamenüüd) ning tehnoloogilised kaardid. Analüüsi internetipõhise toitumisprogrammiga, mis asub aadressil www.terviseinfo.ee. Tegelikku söömist koolides ei jälgitud, mistõttu väljendab saadud tulemuste analüüs teoreetilist laste toiduga varustatavuse vastavust soovitustele. Uuringu läbiviimise hetkel kehtis sotsiaalministri määrus nr 93 27. juunist 2002 "Tervisekaitsenõudmised toitlustamisele koolieelses lasteasutuses ja koolis"⁵ ning 1.09.2009 hakkas kehtima uus sotsiaalministri määrus nr 8 15. jaanuarist 2008 "Tervisekaitsenõudmised toitlustamisele koolieelses lasteasutuses ja koolis"¹. Käesolevas analüüsis on võrreldud tulemusi mõlema määruse soovitustega: vastavalt "2002. a soovitus" ning "PK II" ja "PKIII" (põhikooli 2. ja 3. astme soovitused 2008. a määruse järgi).

Analüüsimiseks esitati menüüsid 36 koolist: 18 Ida-Virumaalt (K1...K19) ning 18 Tartust ja Tartumaalt (K20...K38).

Osal koolidel oli esitatud ainult menüü ilma tehnoloogiliste kaartideta ning mõnel isegi ilma pakutavate toitade koguseta. Sellistel juhtudel lähtuti andmebaasis olevate analoogiliste roogade retseptidest ning keskmistest tavaliselt koolilõunal pakutavatest kogustest. Mõnel juhul võis arvata, et menüüst oli jäänud välja mõni toiduaine (nt suhkur tee sees), kuid analüüsimiseks kasutati konkreetset antud menüüd. Üks kool esitas viie päeva asemel ainult ühe päeva menüü.

Ka koolide puhul, kel olid esitatud kogustega menüüd ning tehnoloogilised kaardid, esines viimastes tihti möödalaskmisi nende õiges esituses. Levinumad vead olid järgmised:

- arusaamatused toorainete bruto- ja netokaaluga;
- polnud esitatud roogade reaalseid väljatulekuid;
- puudusid piimatoodete ning rasvainete rasvasisaldused;
- ei olnud täpsustatud kasutatava liha liiki.

Edaspidiseks kasutamiseks leiab tehnoloogiliste kaartide näidiseid aadressilt <http://www.tervisekaitse.ee/?page=222>

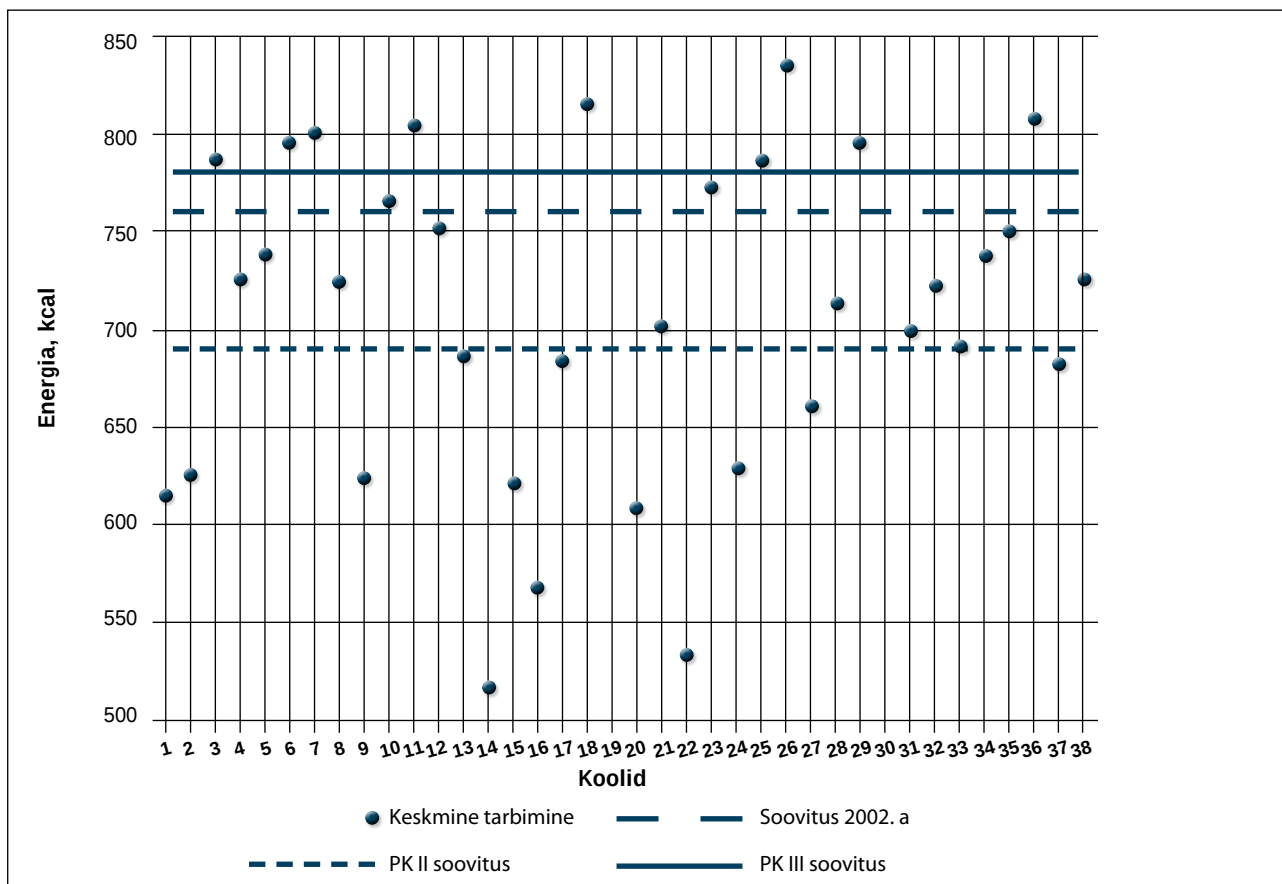
9.2. MENÜÜDE ENERGIASISALDUS

2002. a keskmine koolilõuna energiatarbimise soovitus põhikoolitasemele (11–14-aastased) oli 760 kcal, 2008. a soovitused PK II 690±55 kcal ja PK III 780±60 kcal.

Kõige väiksem menüü energiasisaldus oli koolis K14 ning kõige suurem koolis K26 (joonis 30).

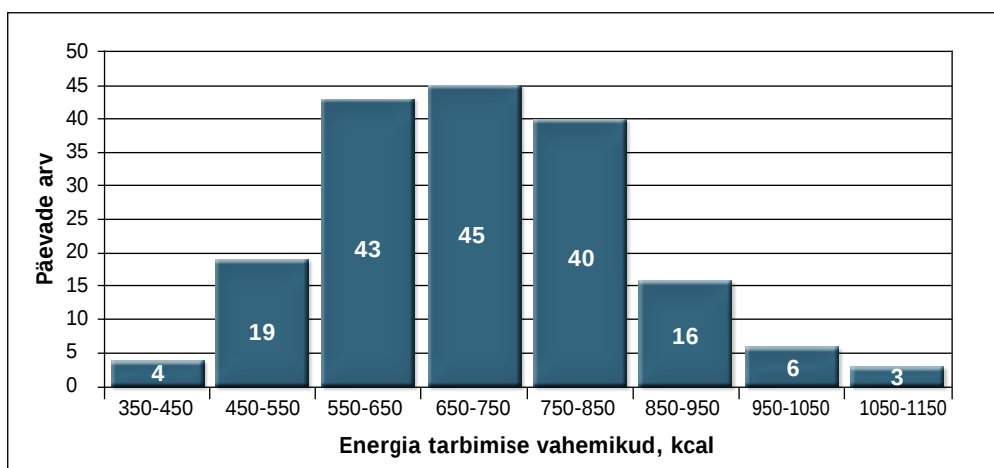
Võrreldes 2002. a soovitusega, jäi energiasisaldus alla soovitatava 25 menüüs (12 Ida-Virumaal ja 13 Tartumaal) ehk 69%-l menüüdest.

Võrreldes 2008. a soovitustega, jäi uuritud menüüdest 25%-il ehk üheksas menüüs (6 Ida-Virumaal ja 3 Tartumaal) energiasisaldus alla poole PK II soovituse alampiiri ning 47%-il ehk 17 menüüs (8 Ida-Virumaal ja 9 Tartumaal) alla PK III soovituse alampiiri. Üle PK III soovituse ülempiiri ei olnud energiasisaldus mitte üheski menüüs.



Joonis 30. Keskmise energiasisaldus menüüdes koolide kaupa

Kui vaadelda korraga kõikide koolide kõikide päevade menüüde energiasisaldust (**joonis 31**), siis enamjaolt jäid need vahemikku 650–750 kcal, 550–650 kcal ning 750–850 kcal. Kõige väiksema energiasisaldusega (389 kcal) päev oli koolis K14 ning suurima energiasisaldusega (1056 kcal) päev koolis K32. Minimaalse ja maksimaalse energiasisalduse vahe vaadeldud viie päeva jooksul oli väikseim (127 kcal) koolis K37 ning suurim (536 kcal) koolis K34.



Joonis 31. Menüüde energiasisaldus kõikide koolide kõikidel päevadel

Edasi on analüüsitud nädalamenüüde energiasisaldust õpilaste vastustega portsjonite suuruse ja koolilõuna kõhutäitvuse kohta. Kuna menüüd puudusid kahest koolist, siis neid koole ei ole võimalik analüüsida. Ka ei saa antud analüüsi võtta absoluutsena, sest õpilastelt ei küsitud arvamust mitte analüüsitud nädala kohta, vaid koolilõuna kohta üldiselt.

Tabelis 96 on esitatud koolide kaupa kahe nädala menüü keskmisele energiasisaldusele lisaks õpilaste arvamus portsjoni suuruse ning koolilõuna kõhutäitvuse kohta. Kõhutäitvuse küsimuses on kokku liidetud vastused „jääb alati tühjaks” ja „jääb enamasti tühjaks”, tabelist on välja jäetud vastus „jääb vahetevahel tühjaks”. Märkimisväärt seost koolilõuna energiasisalduse ning õpilaste portsjoniga rahulolemise vahel ei ole, küll aga võib öelda, et madalama energiasisalduse korral on pisut suurem osatähtsus õpilastel, kes ei ole portsjoni suurusega rahul.

Samuti ei ole märkimisväärt seost analüüsitud nädalamenüü koolilõuna energiasisalduse ning õpilaste arvamus vahel, kas neil jääb kõht pärast söömist tühjaks või ei. Teisalt võib öelda, et väiksema energiasisaldusega menüüde puhul oli nende õpilaste arv pisut suurem, kelle kõht koolipäeva lõpuks oli alati või enamasti tühi, ning nende õpilaste arv väiksem, kelle kõht pärast koolipäeva lõppu mitte kunagi tühi ei ole.

Tabel 96. Õpilaste arvamus (% vastanutest) koolilõuna portsjonite ja kõhu täituvuse kohta koolide kaupa võrrelduna keskmise energiasaamisega koolilõuna nädalamenüüst

Kool	Energia, kcal	Portsjonid parajad		Kõht pärast söömist tühi		Kõht koolipäeva lõpuks tühi	
		jah	ei	alati, enamasti	mitte kunagi	alati, enamasti	mitte kunagi
1	615	80,0	20,0	8,0	24,0	49,0	10,2
2	625	74,5	25,5	4,3	36,2	29,8	12,8
3	785	60,0	40,0	26,1	23,9	47,8	8,7
4	725	86,4	13,6	15,9	31,8	27,3	11,4
5	738	80,4	19,6	11,5	36,5	26,9	11,5
6	795	73,8	26,2	13,6	36,4	18,6	30,2
7	800	74,4	25,6	25,6	9,3	56,8	6,8
8	721	79,5	20,5	27,3	9,1	50,0	0,0
9	624	61,1	38,9	14,8	11,1	39,6	15,1
10	766	85,7	14,3	8,2	34,7	20,4	18,4
11	803	60,5	39,5	15,8	28,9	28,9	26,3
12	751	93,8	6,3	9,4	34,4	65,6	0,0
13	686	100,0	0,0	7,7	30,8	33,3	5,1
14	517	74,4	25,6	9,8	14,6	58,5	4,9
15	620	90,0	10,0	15,0	27,5	50,0	5,0
16	568	76,9	23,1	25,0	28,6	42,3	11,5
17	682	83,0	17,0	85,1	2,1	89,4	0,0
18	814	81,6	18,4	20,0	20,0	56,4	7,7
20	608	71,4	28,6	26,3	14,0	41,1	3,6
21	701	86,7	13,3	29,5	22,7	63,0	4,3
22	534	56,8	43,2	17,8	22,2	43,5	2,2
23	772	66,7	33,3	12,8	34,0	30,6	14,3
24	628	89,7	10,3	30,0	10,0	60,0	0,0
25	786	61,9	38,1	21,4	26,2	41,9	11,6
26	834	72,2	27,8	25,0	25,0	42,1	13,2
27	660	70,5	29,5	26,1	28,3	25,0	9,1
28	713	97,4	2,6	10,3	23,1	46,2	0,0
29	795	100,0	0,0	21,9	28,1	31,3	9,4
31	698	82,4	17,6	5,9	29,4	27,3	21,2
32	721	91,4	8,6	10,5	33,3	46,6	3,4
33	691	93,5	6,5	3,2	38,7	25,8	19,4
34	737	95,5	4,5	6,8	27,3	22,7	6,8
35	750	73,3	26,7	21,7	8,7	57,8	2,2
36	807	100,0	0,0	3,0	24,2	41,2	11,8
37	682	83,3	16,7	25,5	17,0	61,2	4,1
38	725	62,9	37,1	32,8	14,8	53,2	1,6

9.3. PÕHITOITAINETE OSATÄHTSUS TOIDUENERGIAST

Et 2002. a soovitusi ei ole väljendatud osatähtsusega energiast (% E), siis on võrreldud tulemusi ainult 2008. a soovitustega. Selle põhjal peab valkude keskmine tarbimine jääma vahemikku 10–15% E, rasvadel 27,5–32,5% E ning süsivesikutel 55–60% E.

Põhitoitainete osatähtsuste koha pealt (**joonis 32**) oli täiesti tasakaalustatud menüüsid seitse (3 Ida-Virumaal ja 4 Tartumaal).

Peamiselt oli menüüdes liiga suur rasvade ning liiga väike süsivesikute osatähtsus.

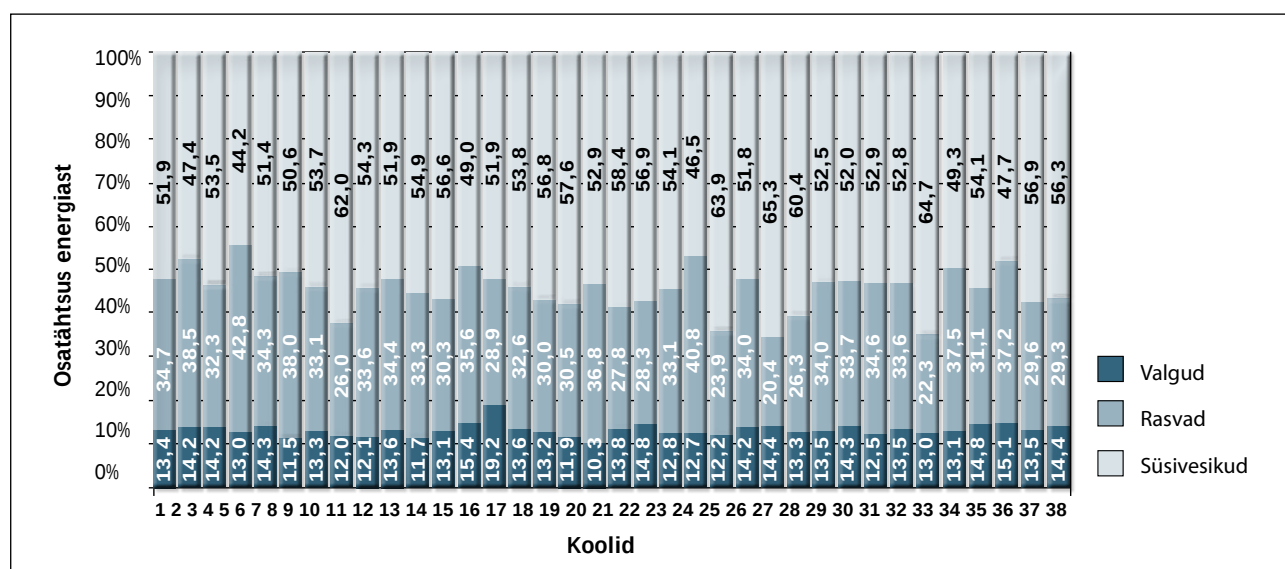
Keskmine valkude osatähtsus toiduenergiast ei olnud alla soovitatava üheski menüüs, kahes koolis ületas see õige pisut soovitatavat (K13 ja K36) ning ühes ületas soovitatavat tunduvalt (K14).

Alla 27,5% energiast oli rasvade osatähtsus viies koolis, neist kolmes isegi alla 25% E. Samas oli rasvade % E soovitatavast suurem 12 Ida-Virumaa ning 9 Tartu koolis. Kuigi määruks on kehtestatud rasvade osatähtsuse ülempiiriks 32,5%, siis uuemad toitumissoovitused soovivad hoida see alla 30% E. Selle soovitusena võrreldes ületab rasvade osatähtsus toiduenergiast soovitatava 69% koolimenüüdes (15 Ida-Virumaa ja 10 Tartumaa koolis). Rasva optimaalne kogus toidus on vajalik ühest küljest piisava koguse küllastumata rasvhapete ja rasvlahustuvate vitamiinide saamiseks ning teisest küljest küllastunud ja transrasvhapete tarbimise piiramiseks. Viimaseid seostatakse südame-veresoonkonnahaiguste tekkimisega.

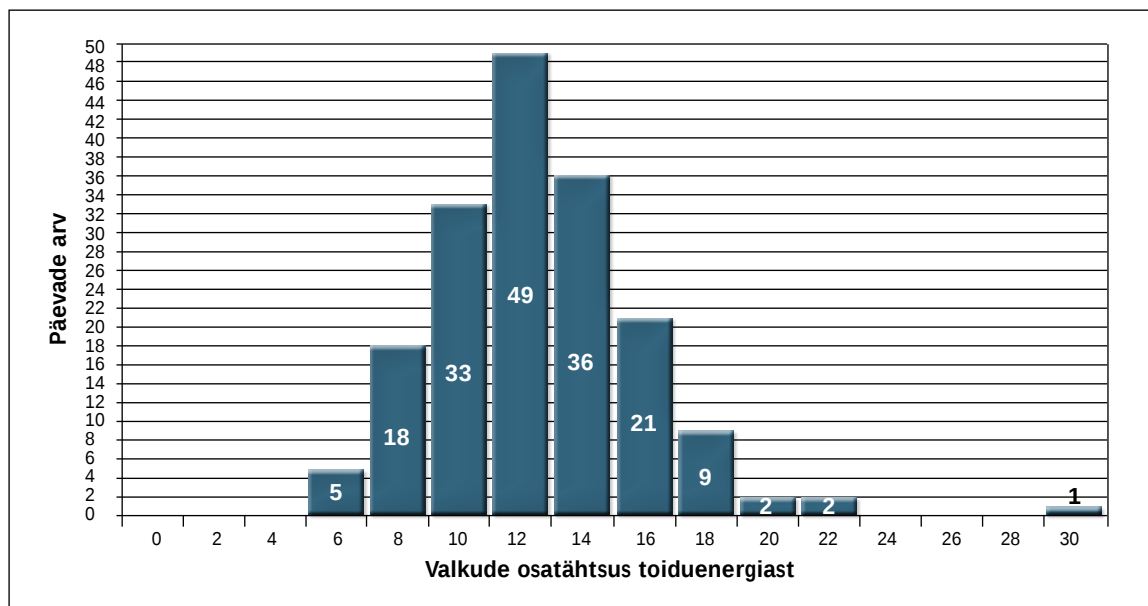
Süsivesikute osatähtsus oli soovitatavast väiksem 24 koolis (14 Ida-Virumaa ja 10 Tartumaa kooli), viies koolis oli süsivesikute % E soovitatavast suurem.

Vaadeldes kõikide koolide kõikide päevade valkude osatähtsusi toiduenergiast (**joonis 33**), on näha, et see oli peamiselt 11–13% E, 13–15% E ning 9–11% E ehk vastavalt soovitatavale. Samas oli ka päevi, mil valkude osatähtsus oli liiga suur või liiga väike. Määruse järgi peaks valkude osatähtsus jääma erinevatel päevadel vahemikku 7,5–19,5% E.

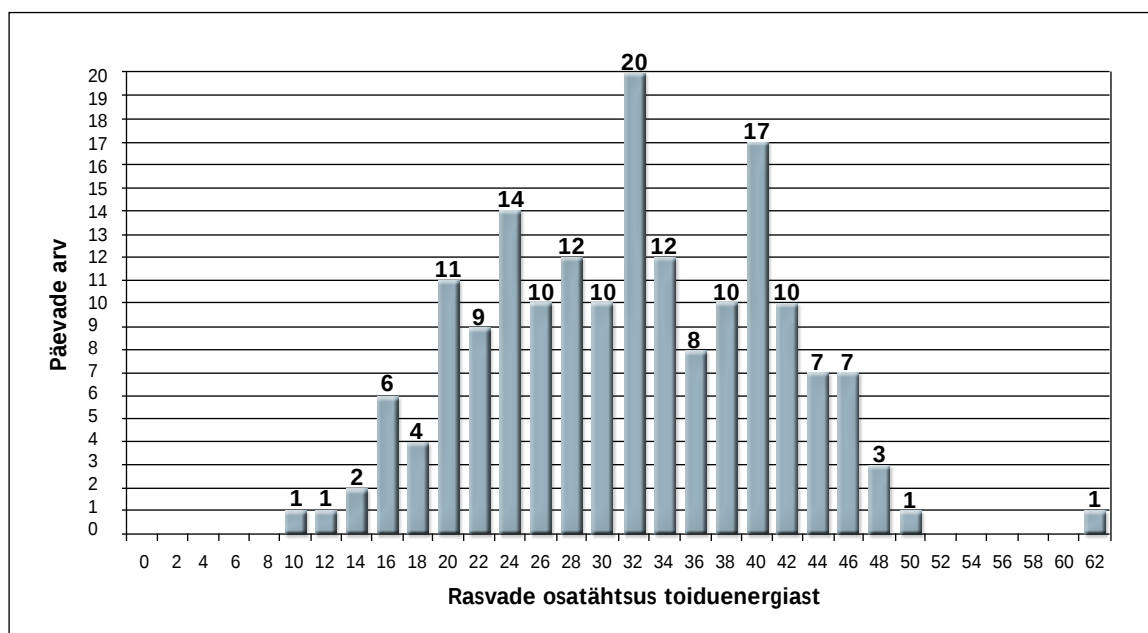
Vaadeldes kõikide koolide kõikide päevade rasvade osatähtsust toiduenergiast (**joonis 34**), selgub, et kõige rohkem oli päevi, mil see jäi 32–34% E ning 40–42% E vahele. Määruse järgi peaks rasvade osatähtsus energiast menüü erinevatel päevadel jääma vahemikku 25–35% E. Tegelikuses jäi see alla soovitatava alampiiri 23%-l kõikidest päevadest ja oli üle soovitatava ülempiiri 39%-l kõikidest päevadest.



Joonis 32. Keskmiised põhitoitainete osatähtsused toiduenergiast koolide kaupa

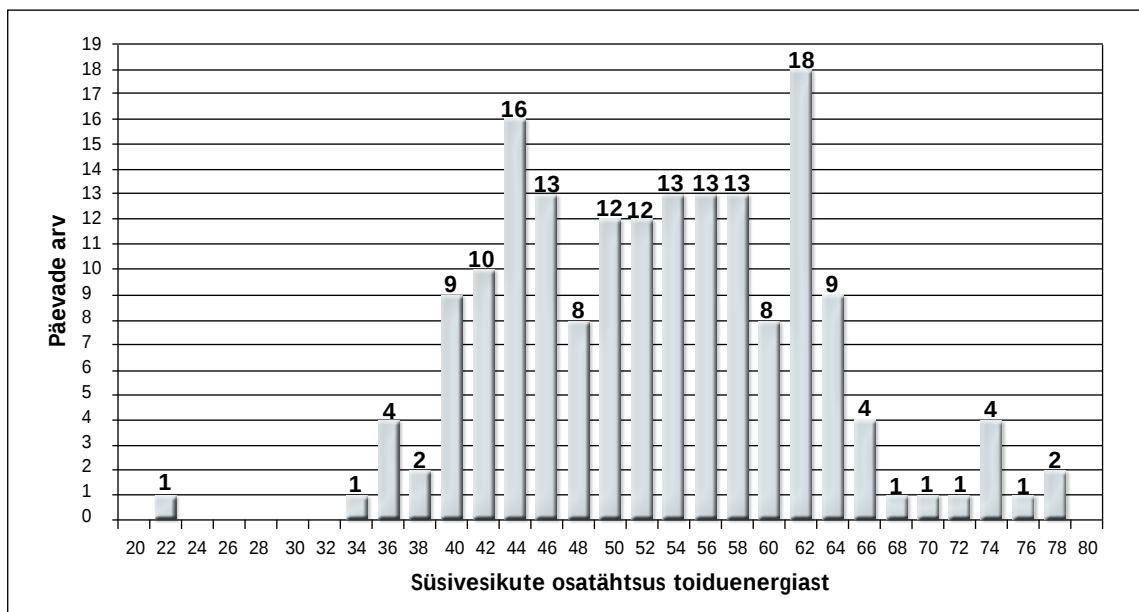


Joonis 33. Valkude osatähtsus toiduenergiast kõikide koolide kõikidel päevadel



Joonis 34. Rasvade osatähtsus toiduenergiast kõikide koolide kõikidel päevadel

Kui vaadelda kõikide koolide kõikide päevade süsivesikute osatähtsust toiduenergiast (**joonis 35**), on näha, et kõige rohkem oli päevi, mil see jäi 61–63% E ja 43–45% E vahele. Määruse järgi peaks süsivesikute osatähtsus energiast menüü erinevatel päevadel jääma vahemikku 52,5–62,5% E. Tegelikult jäi see alla soovitatava alampiiri pooltel vaadeldud päevadest.

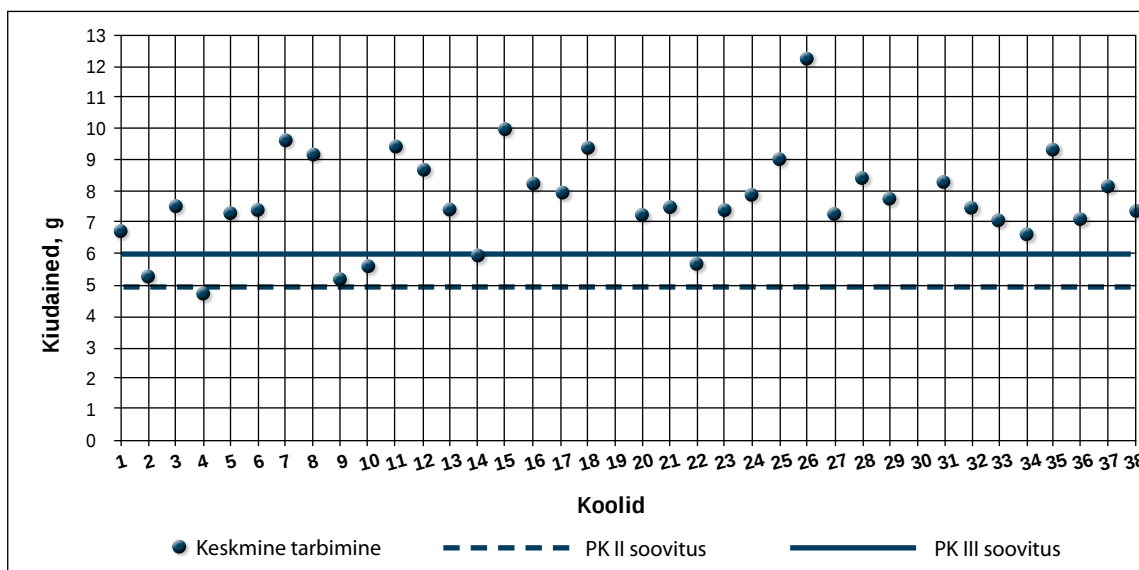


Joonis 35. Süsivesikute osatähtsus toiduenergiast kõikide koolide kõikidel päevadel

9.4. KIUDAINETE, KOLESTEROOLI JA KÜLLASTUNUD RASVHAPETE SAAMINE MENÜÜDEST

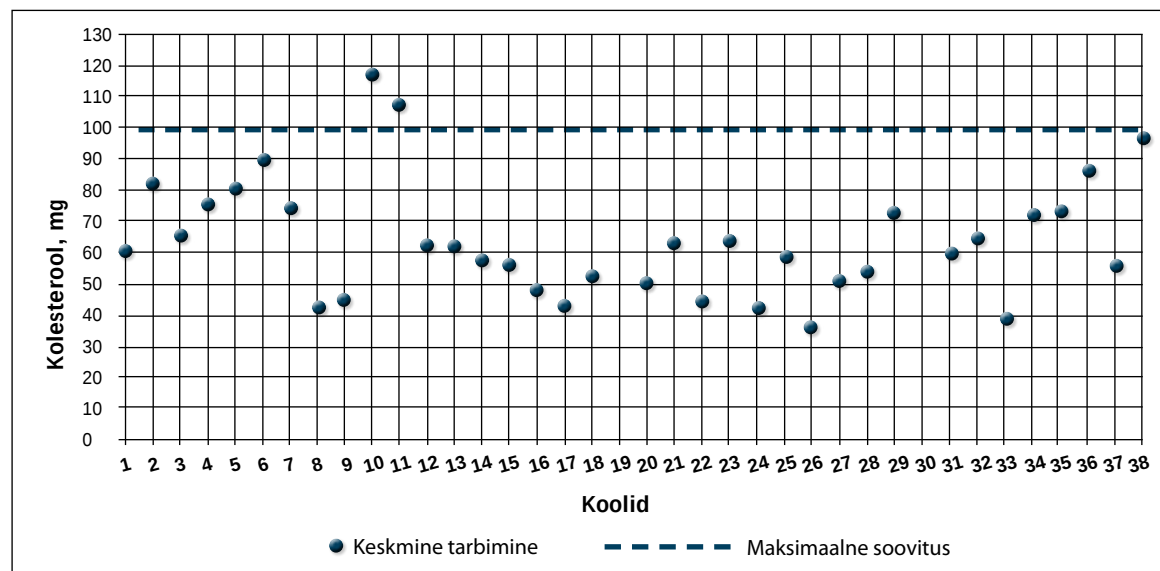
Kiudainete sisalduse kohta 2002. a soovitused puuduvad, 2008. a soovituste põhjal peaks see olema 5 g (PK II) ning 5,9 g (PK III) koolilõuna kohta.

Vaid ühes koolis (K4) jäi kiudainete keskmine saamine pisut alla PK II soovituse, alla PK III soovituse jäi kiudainete saamine viies koolis (joonis 36).



Joonis 36. Keskmine kiudainete sisaldus menüüdes koolide kaupa

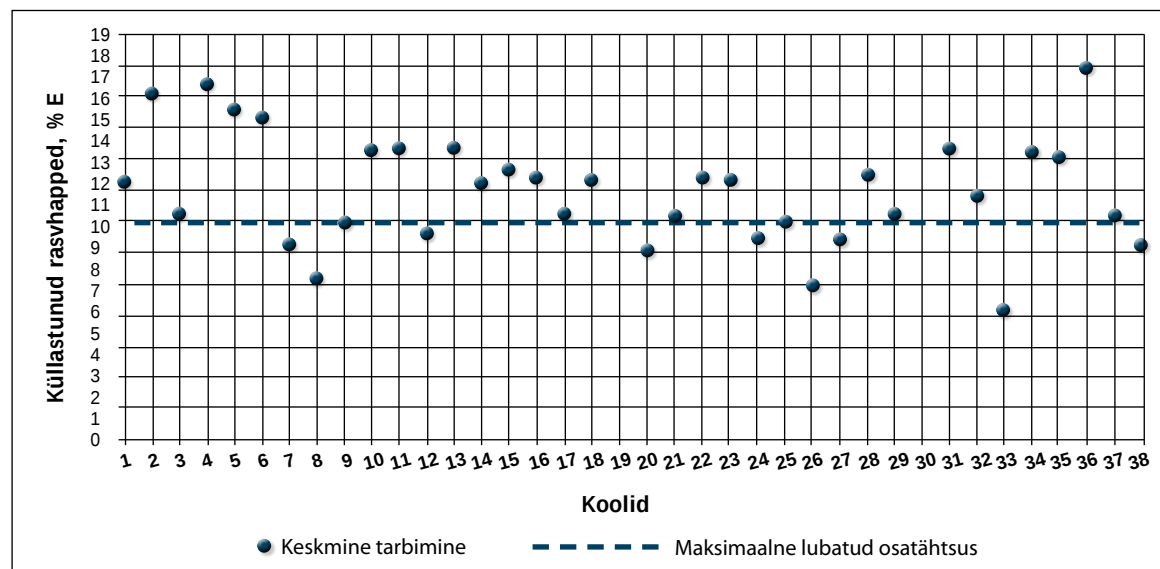
Kolesteroolisisalduse kohta 2002. a soovitused puuduvad, kuid 2008. a soovituste põhjal ei tohiks see koolilõunas ületada 100 mg. Kahe kooli menüüs (K10 ja K11) oli kolesteroolisisaldus soovitatavast veidi suurem (**joonis 37**).



Joonis 37. Keskmine kolesteroolisisaldus menüüdes koolide kaupa

Kui kolesterooli- ning kiudainete sisaldusega menüüdes probleeme ei olnud, siis küllastunud rasvhapete osatähtsus toiduenergiast oli valdavalt liiga suur.

Küllastunud rasvhapete keskmine osatähtsus toiduenergiast (**joonis 38**) peab jääma alla 10%. Sellele kriteeriumile vastas 25% menüüdest (3 Ida-Virumaa ja 6 Tartumaa kooli). Kõige suurem keskmine küllastunud rasvhapete osatähtsus oli 17,3% E (K36).



Joonis 38. Keskmine küllastunud rasvhapete osatähtsus energiast koolide kaupa

9.5. VITAMIINIDE SISALDUS MENÜÜDES

Soovitavad vitamiinide päevased kogused koolilõunas on esitatud **tabelis 97**.

Tabel 97. Vitamiinide soovitatavad sisaldused koolilõunas

	2002	2008	
Toitaine	11-14a	PK II	PK III
Vitamiin A, µg-ekv	280	195	227
Vitamiin D, µg	1,8	2,4	2,4
Vitamiin E, mg	2,8	2,3	2,6
Vitamiin B ₁ , mg	0,4	0,4	0,4
Vitamiin B ₂ , mg	0,5	0,4	0,5
Niatsiin, mg-ekv	5,3	5,2	5,5
Vitamiin B ₆ , mg	0,4	0,4	0,5
Vitamiin B ₁₂ , µg	0,4	0,7	0,7
Foolhape, µg	105	65	81
Vitamiin C, mg	17,5	16	24

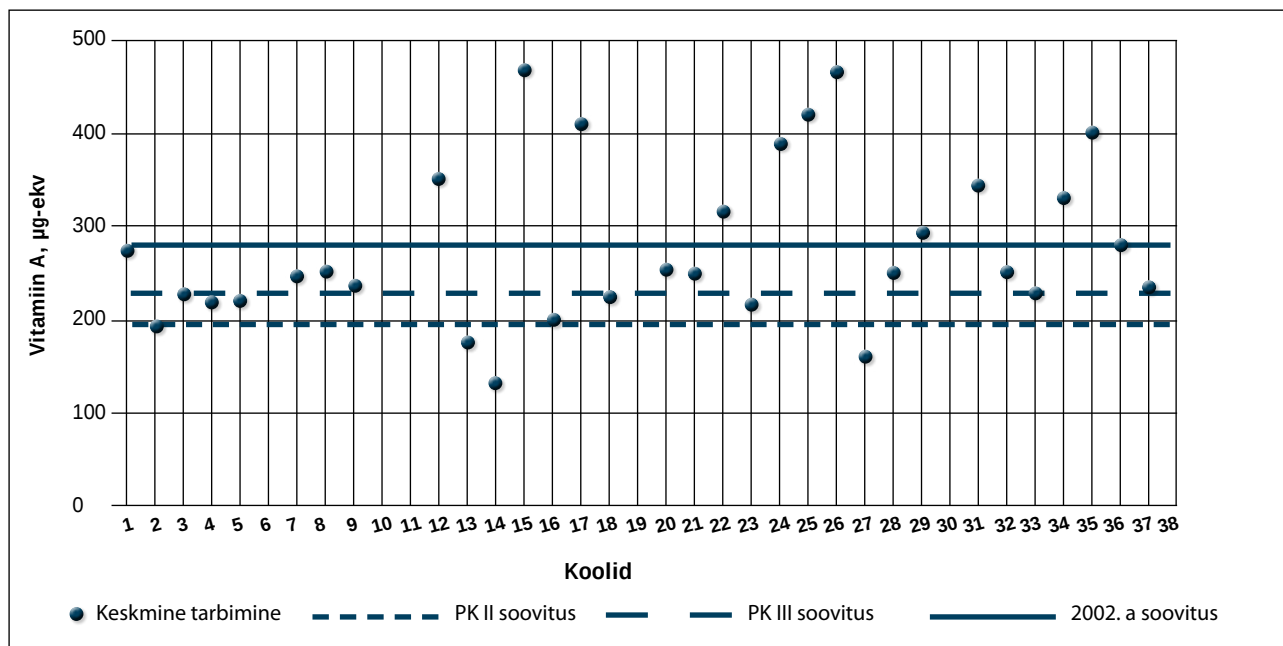
2002. a soovitusel võrreldes jäi vitamiini A sisaldus (**joonis 39**) alla soovitatava 21 menüüs (12 Ida-Virumaa ja 9 Tartumaa kooli) ehk 58,3%-s menüüdest.

Võrreldes 2008. a soovitustega, jäi uuritud menüüdest neljas vitamiini A sisaldus alla PK II soovitusel ning üheksas alla PK III soovitusel.

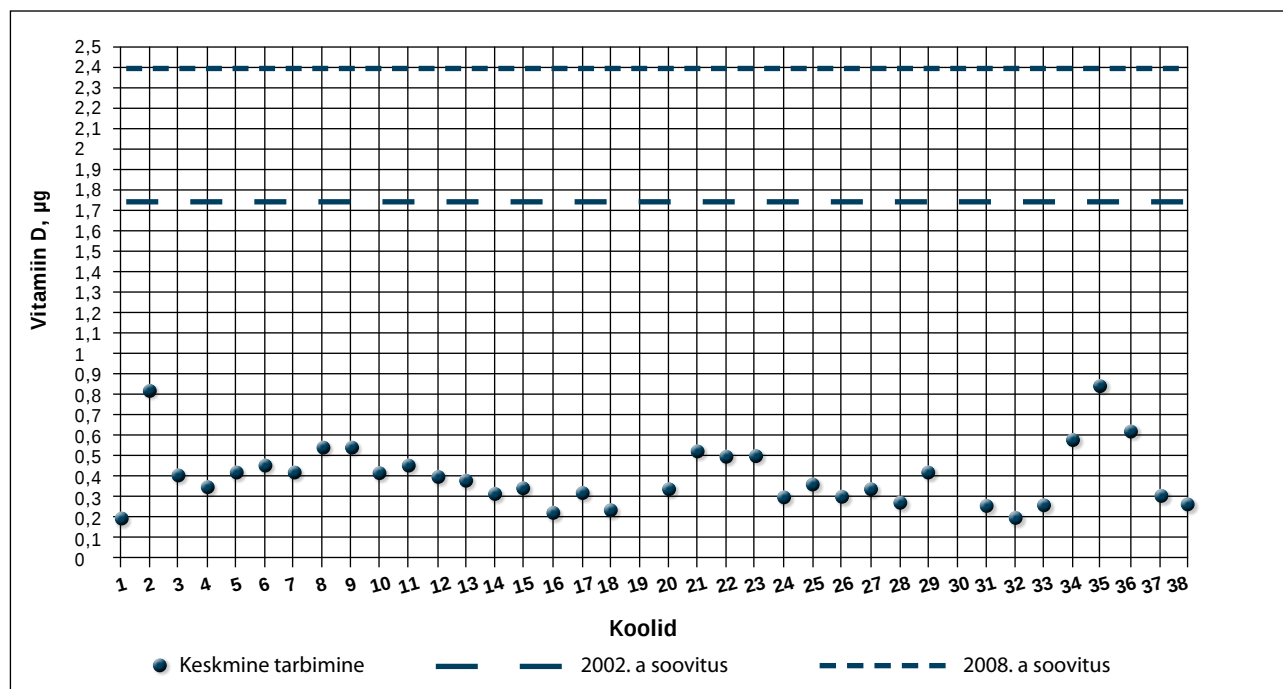
Kõige väiksem oli vitamiini A sisaldus kooli K14 menüüs (131 µg-ekv) ning kõige suurem kooli K10 menüüs (4032 µg-ekv).

Vitamiini D sisaldus (**joonis 40**) jäi allapoole nii 2002. a kui ka 2008. a soovitatust kõikides vaadeldud menüüdes. Kõige suurem vitamiini D sisaldus oli koolide K35 ja K2 menüüdes, kuid ka neis oli see vaid umbes kolmandik soovitatust (0,83 µg).

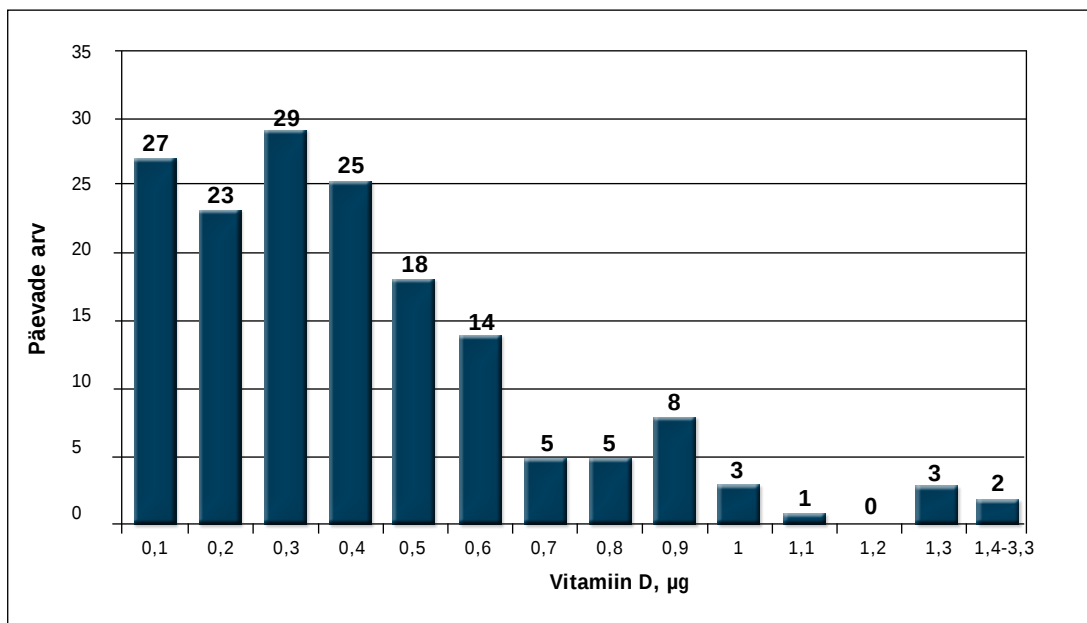
Kui vaadelda vitamiini D saamist kõikide koolide kõikidel päevadel (**joonis 41**), siis enamikul päevadest oli see alla 0,5 µg. Soovitatava 2,4 µg ületas see vaid ühe kooli (K2) ühe päeva menüüs, olles viiendal päeval 3,3 µg.



Joonis 39. Keskmine vitamiini A sisaldus menüüdes koolide kaupa



Joonis 40. Keskmine vitamiini D sisaldus menüüdes koolide kaupa

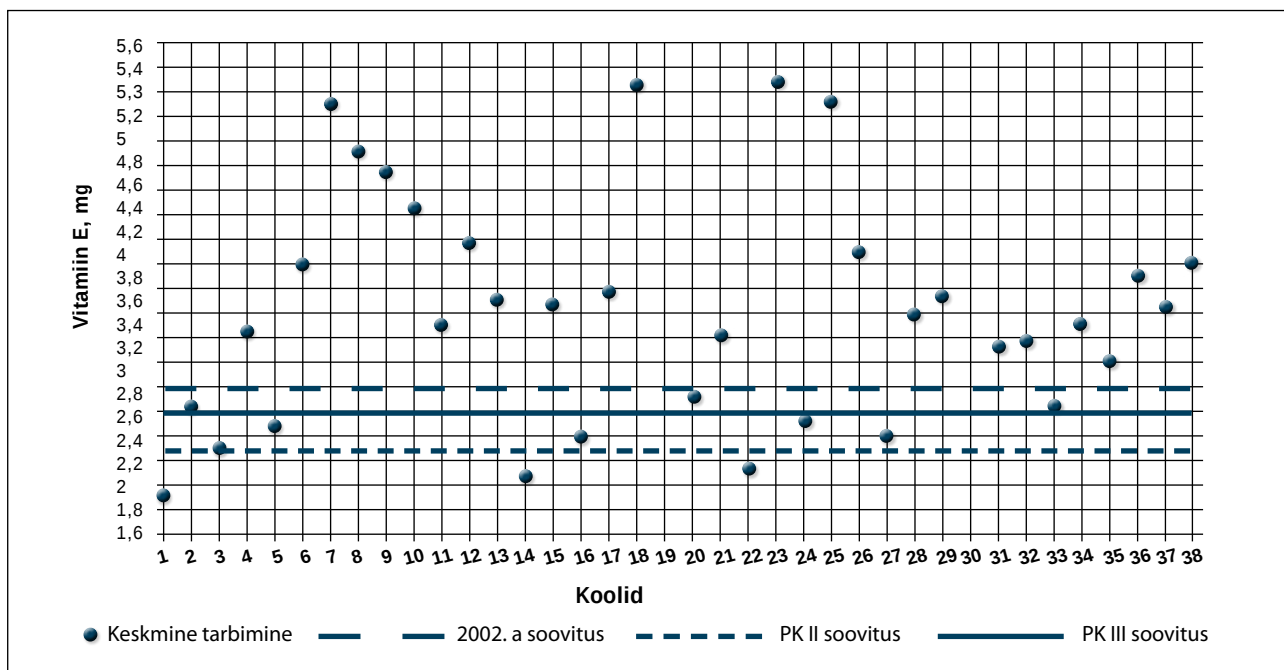


Joonis 41. Vitamiini D sisaldus menüüdes kõikide koolide kõikidel päevadel

Võrreldes 2002. a soovitusel, jäi vitamiini E sisaldus (joonis 42) alla soovitatava 11 menüüs (6 Ida-Virumaa ja 5 Tartumaa kooli) ehk 30,6%-l menüüdest.

Võrreldes 2008. a soovitusel, jäi uuritud menüüdest kolmes vitamiini E sisaldus alla PK II soovitusel ning kaheksas alla PK III soovitusel.

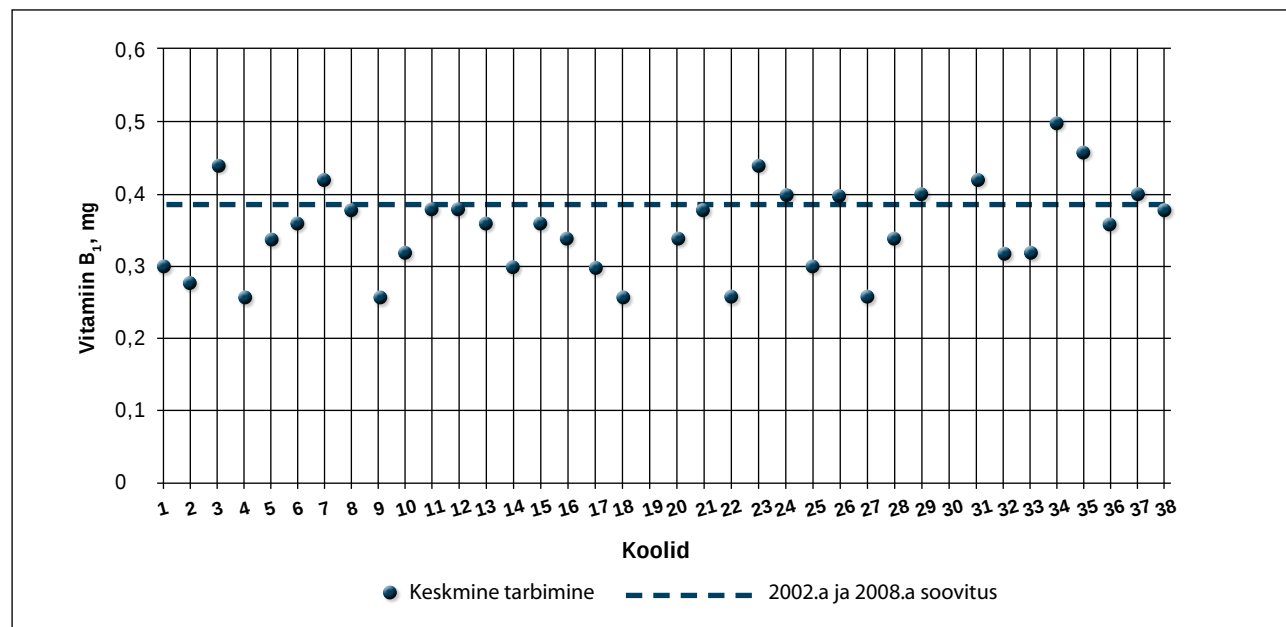
Kõige väiksem oli vitamiini E sisaldus kooli K1 (1,9 mg) ning kõige suurem kooli K23 menüüs (5,3 mg).



Joonis 42. Keskmine vitamiini E sisaldus menüüdes koolide kaupa

Vitamiini B₁ sisaldus (**joonis 43**) jäi kõikide soovitude järgi alla soovitatava 26 menüüs (16 Ida-Virumaa ja 10 Tartumaa kooli) ehk 72,2%-l menüüdest.

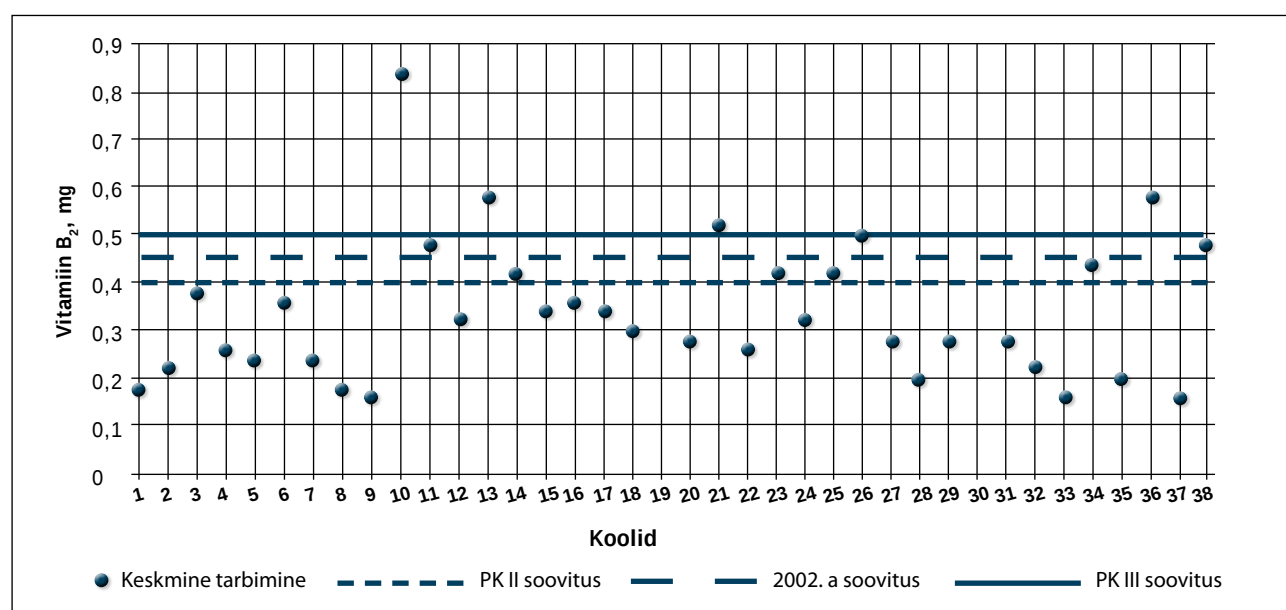
Kõige väiksem oli vitamiini B₁ sisaldus koolide K4, K9, K18, K22 ja K27 (0,26 mg) ning kõige suurem kooli K34 menüüs (5,0 mg).



Joonis 43. Keskmine vitamiini B₁ sisaldus menüüdes koolide kaupa

Võrreldes 2002. a ja 2008. a PK III soovitustega jäi vitamiini B₂ sisaldus (**joonis 44**) alla soovitatava 29 menüüs (15 Ida-Virumaa ja 14 Tartumaa kooli) ehk 80,6%-il menüüdest.

Võrreldes 2008. a PK II soovitusega jäi uuritud menüüdest 25-s (14 Ida-Virumaa ja 11 Tartumaa kooli) vitamiini B₂ sisaldus alla soovitatava.

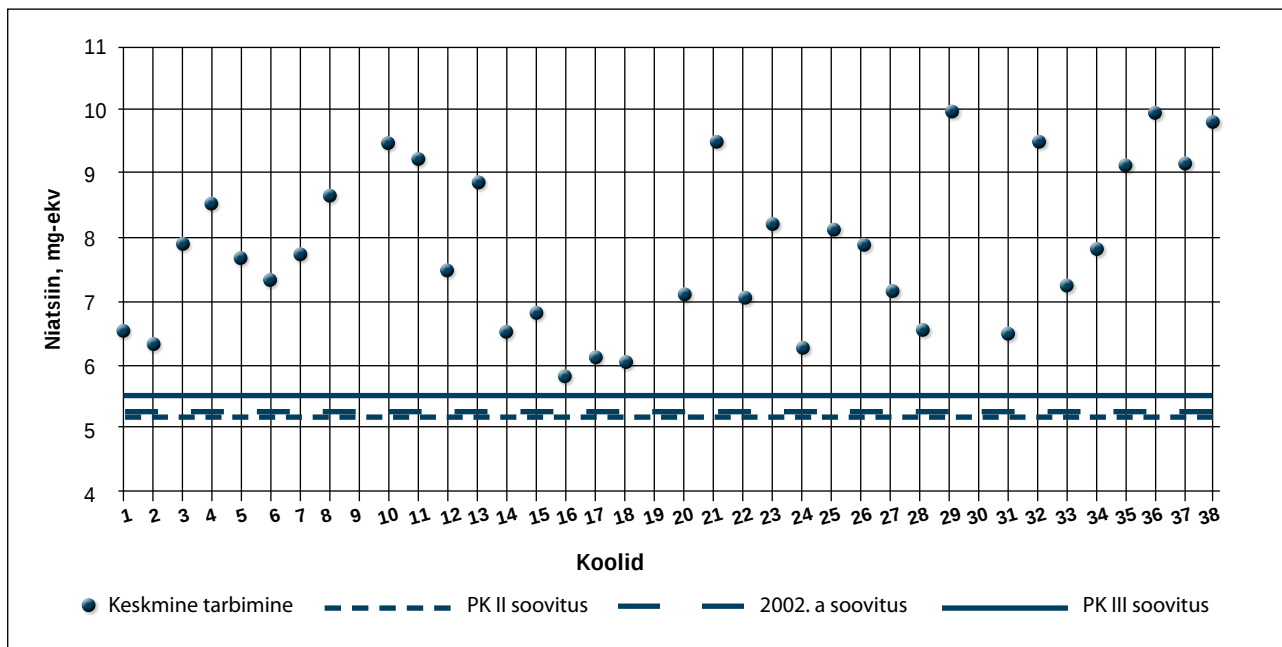


Joonis 44. Keskmine vitamiini B₂ sisaldus menüüdes koolide kaupa

Kõige väiksem oli vitamiini B₂ sisaldus koolide K9, K33 ja K37 (0,16 mg) ning kõige suurem kooli K10 menüüs (0,84 mg).

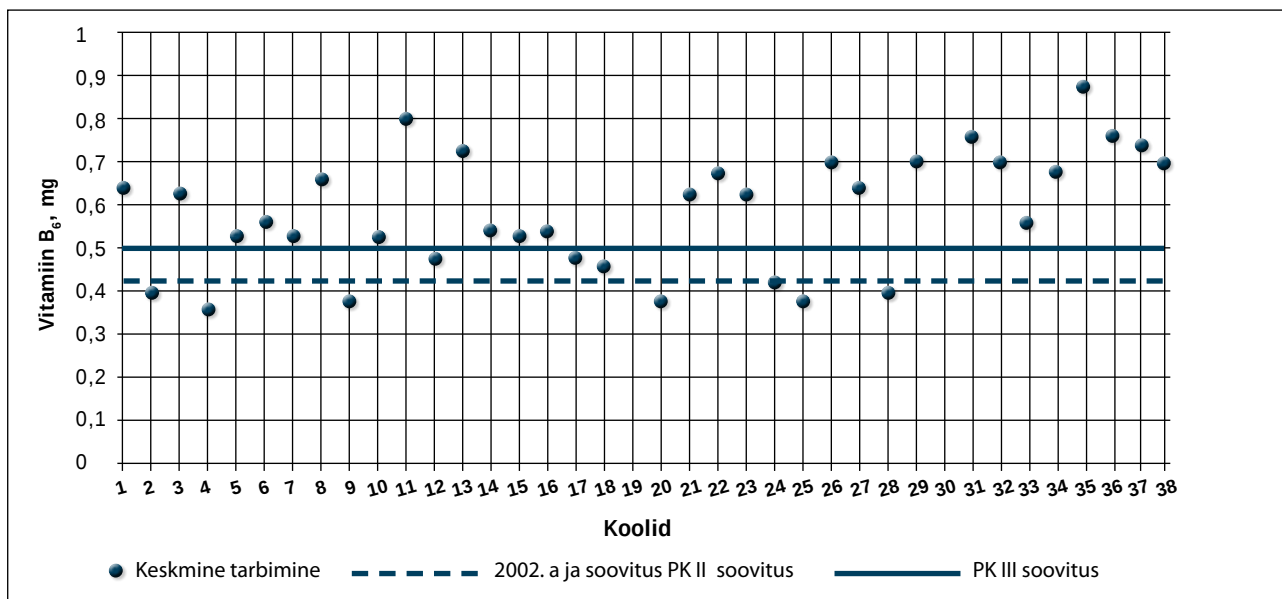
Võrreldes 2002. a ja 2008. a PK III soovitustega jäi niatsiinisaldus (**joonis 45**) alla soovitatava vaid ühes menüüs, kõikide menüüde niatsiinisaldused vastasid 2008. a PK II soovitusele.

Kõige väiksem oli niatsiinisaldus kooli K10 (5,24 mg-ekv) ning kõige suurem kooli K29 menüüs (9,98 mg-ekv).



Joonis 45. Keskmine niatsiinisaldus menüüdes koolide kaupa

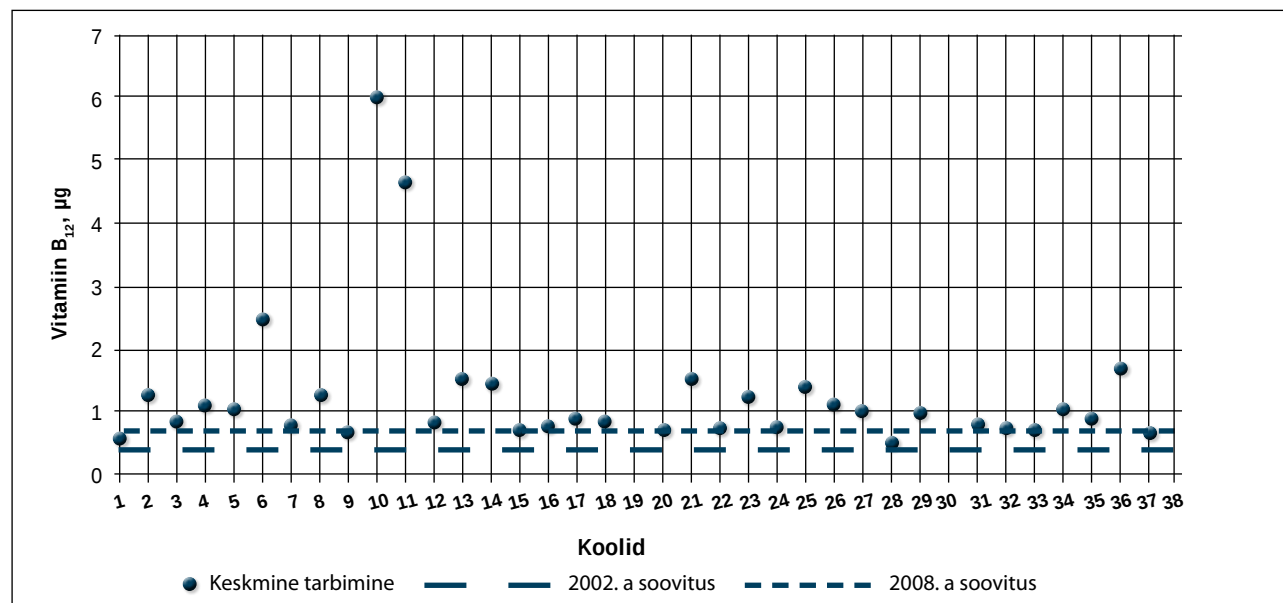
Võrreldes 2002. a ja 2008. a PK II soovitusega jäi vitamiini B₆ sisaldus (**joonis 46**) alla soovitatava kuues menüüs (3 Ida-Virumaa ja 3 Tartumaa kooli) ehk 16,7%-l menüüdest.



Joonis 46. Keskmine vitamiini B₆ sisaldus menüüdes koolide kaupa

Võrreldes 2008. a PK III soovitusega jäi uuritud menüüdest kümnes (6 Ida-Virumaa ja 4 Tartumaa kooli) vitamiini B₆ sisaldus alla soovitatava.

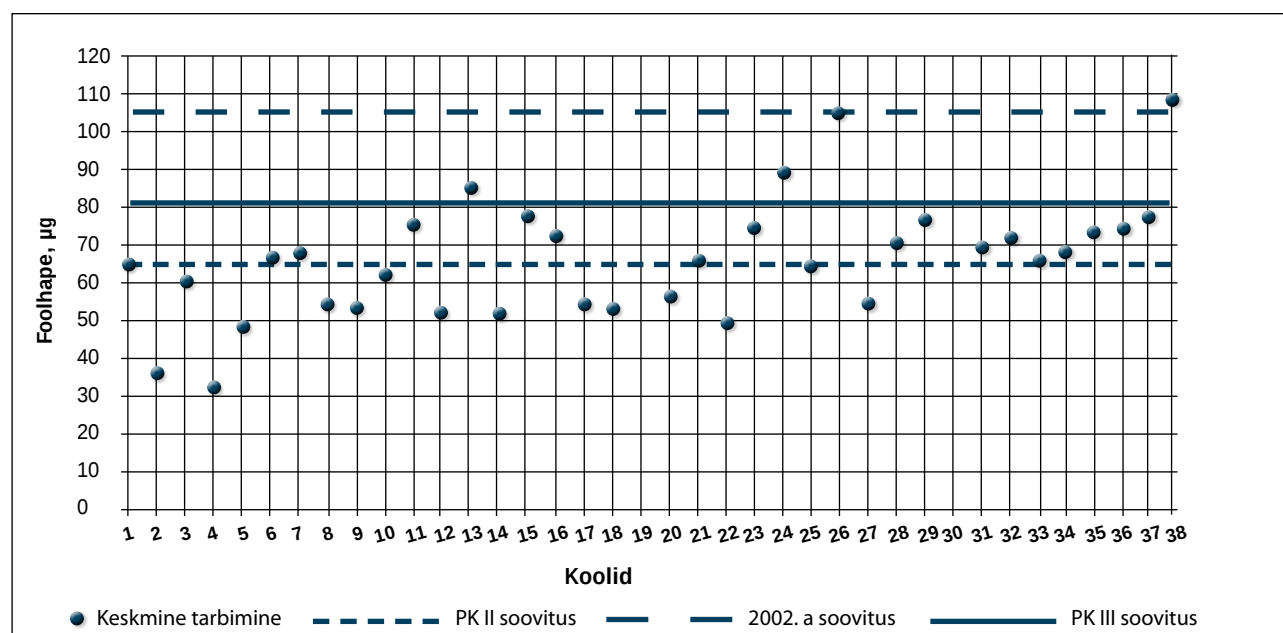
Kõige väiksem oli vitamiini B₆ sisaldus kooli K4 (0,36 mg) ja kõige suurem kooli K35 menüüs (0,88 mg). Võrreldes 2002. a soovitusiga ei jäänud vitamiini B₁₂ sisaldus (**joonis 47**) alla soovitatava üheski menüüs. Võrreldes 2008. a PK II ja PK III soovitustega jäi uuritud menüüdest kahes (1 Ida-Virumaa ja 1 Tartumaa kooli) vitamiini B₁₂ sisaldus alla soovitatava. Kõige väiksem oli vitamiini B₁₂ sisaldus kooli K28 (0,54 µg) ja kõige suurem kooli K38 menüüs (17,36 µg).



Joonis 47. Keskmine vitamiini B₁₂ sisaldus menüüdes koolide kaupa

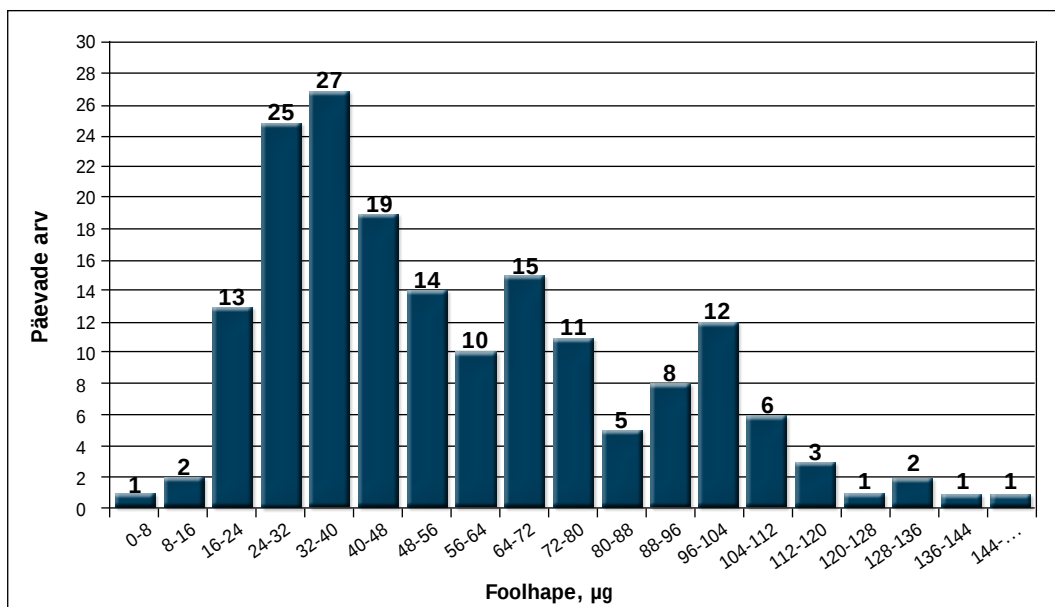
Foolhappesisaldus võrrelduna 2002. a ning 2008. a PK III soovitustega (**joonis 48**) jäi enamikus menüüdes alla soovitatava – vastavalt 34 menüüs (18 Ida-Virumaa ja 16 Tartumaa kooli) ehk 94,4%-il menüüdest ning 32 menüüs (17 Ida-Virumaa ja 15 Tartumaa kooli) ehk 88,9%-il menüüdest. Võrreldes 2008. a PK II soovitusiga jäi foolhappesisaldus soovitatavast väiksemaks 16 menüüs (12 Ida-Virumaa ja 4 Tartumaa kooli).

Kõige väiksem oli foolhappesisaldus kooli K4 (32 µg) ja kõige suurem kooli K38 menüüs (109 µg).



Joonis 48. Keskmine foolhappesisaldus menüüdes koolide kaupa

Kui vaadata kõikide koolide kõiki päevi (**joonis 49**), siis peamiselt jäi päevamenüü foolhappesisaldus 24-40 µg vahele, kuid soovitatav on umbes kolm korda rohkem. 2008. a PK III soovitusel vastavaid päevi oli kõikide koolide peale kokku 39, 2002. a soovitusel vastavaid vaid 15.

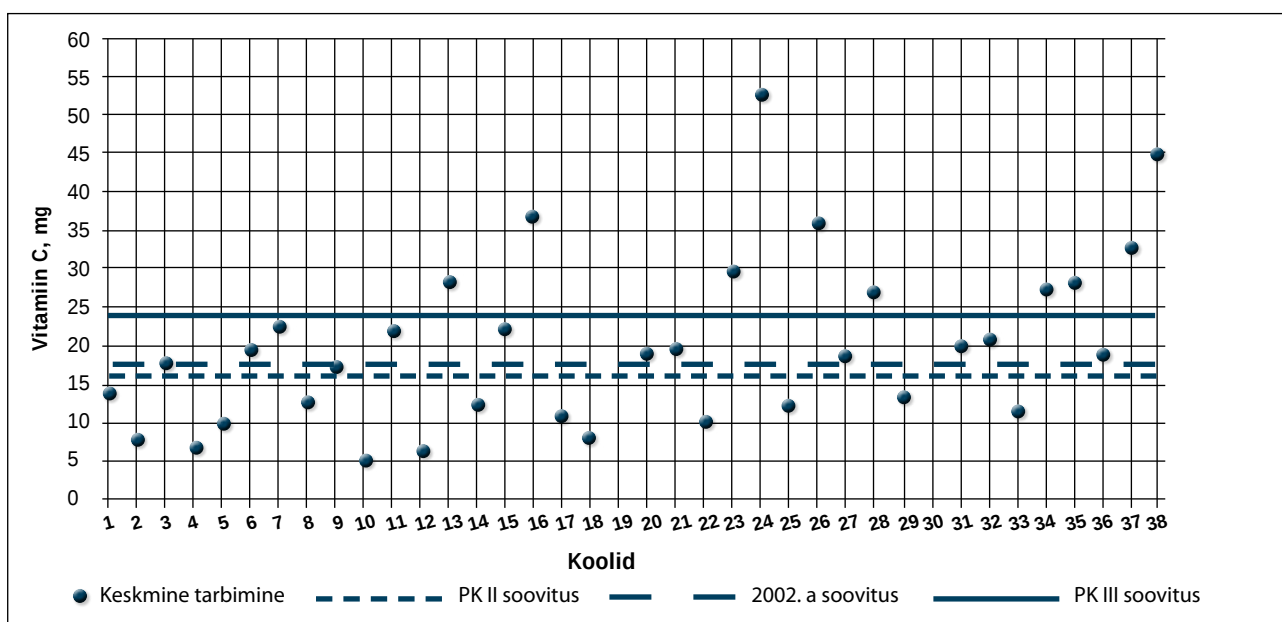


Joonis 49. Foolhappesisaldus menüüdes kõikide koolide kõikidel päevadel

Võrreldes 2002. a soovitusel jäi vitamiini C sisaldus (**joonis 50**) alla soovitatava 15 menüüs (11 Ida-Virumaa ja 4 Tartumaa kooli) ehk 41,7%-il menüüdest.

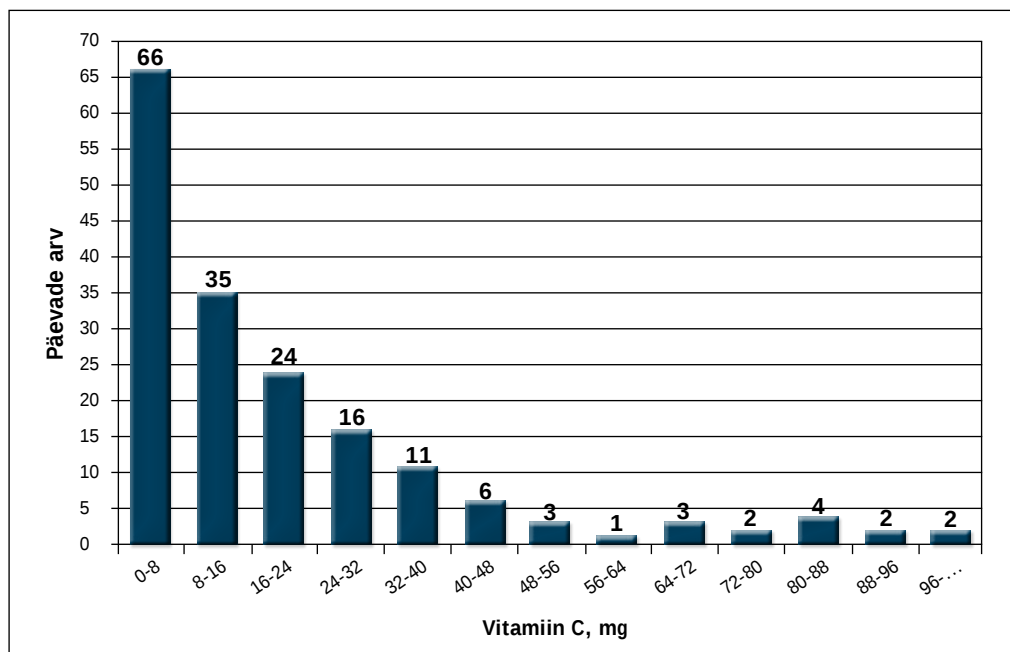
Võrreldes 2008. a soovitusel jäi uuritud menüüdest 14-s vitamiini C sisaldus alla PK II soovitusel ning 26-s alla PK III soovitusel.

Kõige väiksem oli vitamiini C sisaldus kooli K10 (5,3 mg) ning kõige suurem kooli K24 menüüs (53 mg).



Joonis 50. Keskmise vitamiini C sisaldus menüüdes koolide kaupa

Kui vaadelda kõikide koolide kõiki päevi (joonis 51), siis selgub, et suuremal osal neist jäi vitamiini C sisaldus 0–8 mg vahele. Üle PK III soovitatava 24 mg oli vitamiini C sisaldus 50 päeva menüüs. Üle poolte päevadest (57,8%) oli vitamiini C sisaldus alla 16 mg.



Joonis 51. Vitamiini C sisaldus menüüdes kõikide koolide kõikidel päevadel

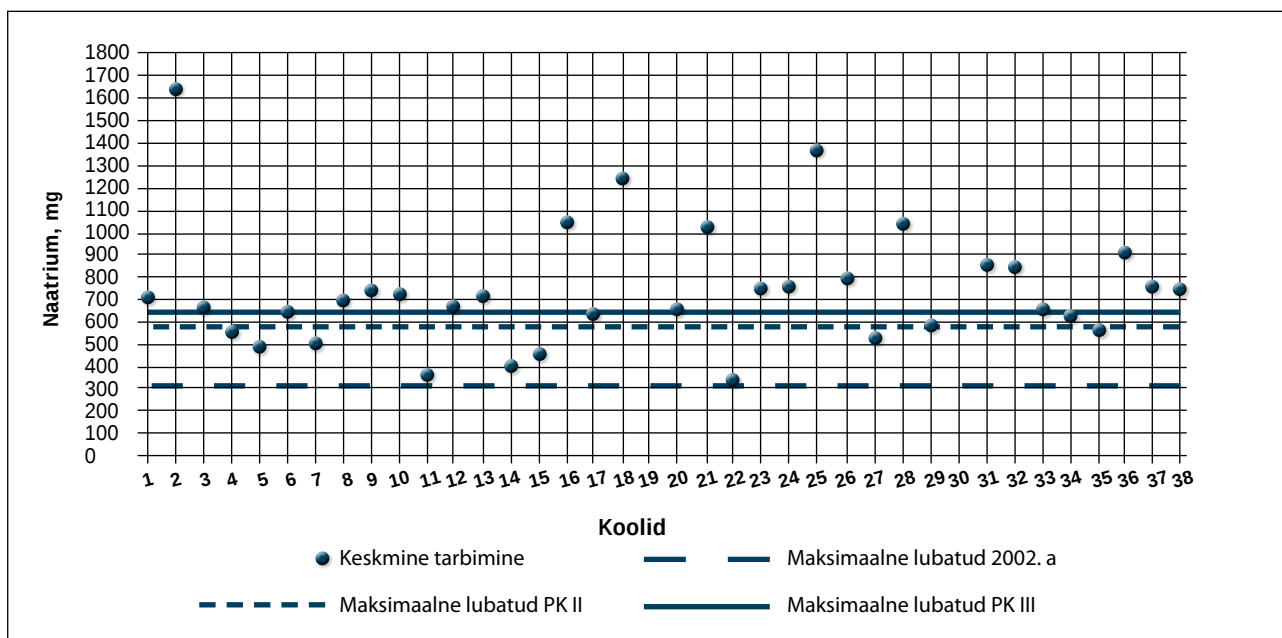
9.6. MINERAALAINETE SISALDUS MENÜÜDES

Soovitatavad mineraalainete päevased kogused koolilõunas on esitatud **tabelis 98**.

Tabel 98. Mineraalainete soovitatavad sisaldused koolilõunas

Toitaine	2002	2008	
	11-14a	PK II	PK III
Naatrium, mg	319	max 575	max 640
Kaalium, mg	1085	1010	1070
Kaltsium, mg	350	290	290
Magneesium, mg	102	91	102
Fosfor, mg	245	230	230
Raud, mg	4,6	3,6	3,9
Tsink, mg	3,3	2,9	3,3
Vask, µg	525-875	230	270
Jood, µg	48	49	49
Seleen, µg	14	13	14

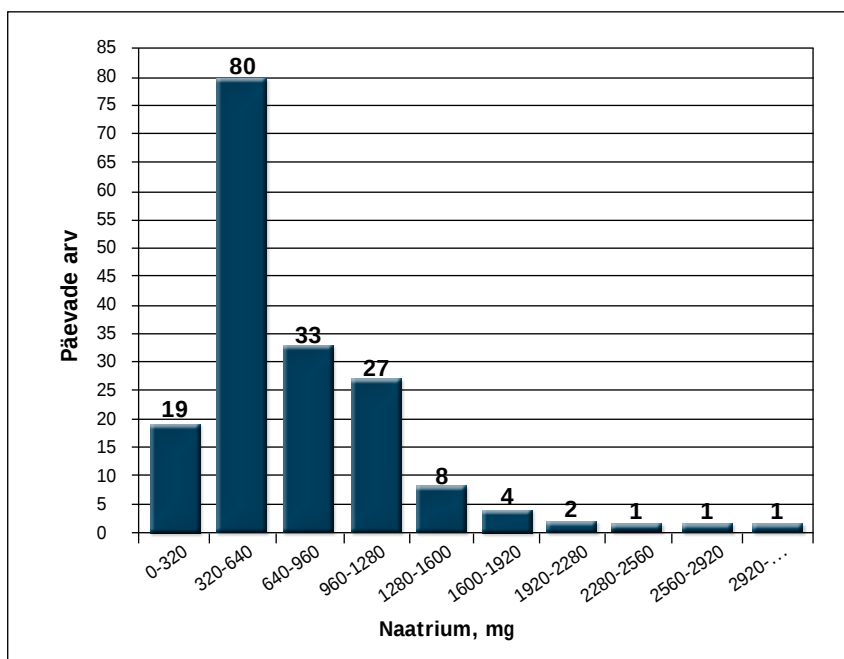
Naatriumisisaldus (joonis 52) menüüs näitab ainult toiduainetes sisalduvat naatriumi. Sinna hulka ei ole arvestatud toiduvalmistamisel kasutatud soolast saadud naatriumi. Seega võib reaalne soolakogus menüüdes olla umbes poole võrra suurem.



Joonis 52. Keskmine naatriumisisaldus menüüdes koolide kaupa

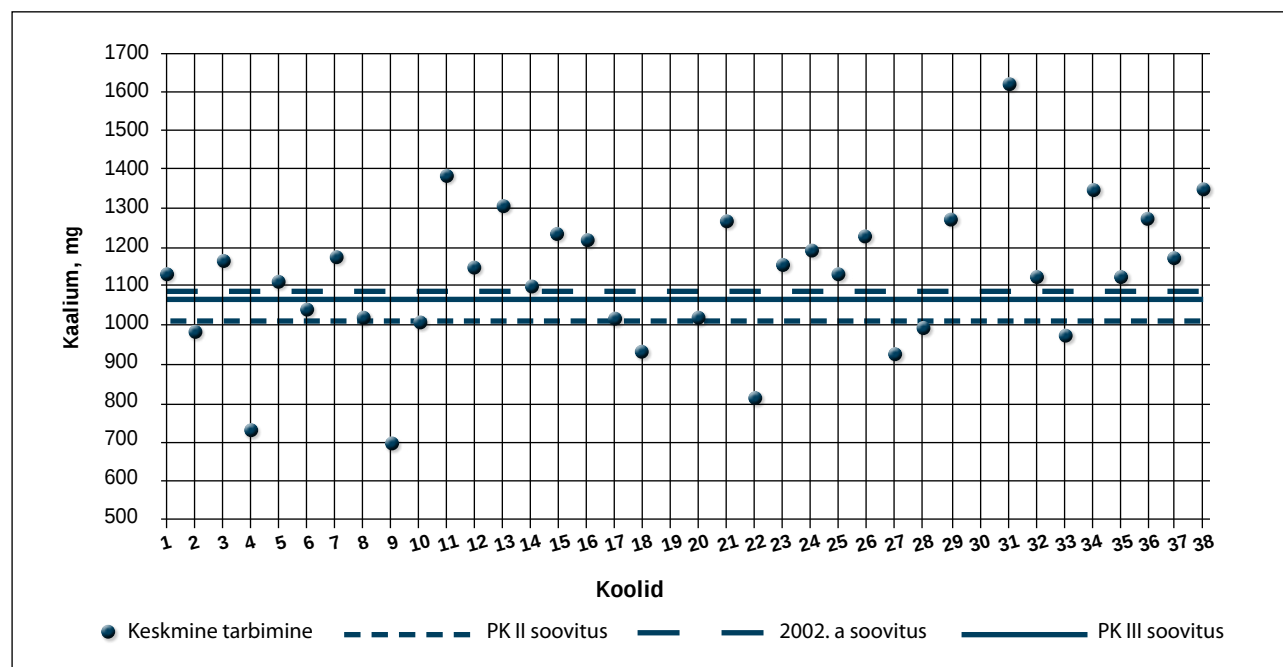
Võrreldes 2002. a soovitusel ületas ainuüksi toiduainetest saadud naatrium kõikide koolide menüüdes soovitatava koolilõunas ette nähtud naatriumikoguse. Võrreldes 2008. a PK II soovitusel ületas toiduainetest saadud naatrium soovitusliku maksimaalse naatriumikoguse 75% menüüdes ning võrreldes 2008. a PK III soovitusel 64% menüüdes.

Kõige väiksem naatriumisisaldus toiduainetes oli kooli K22 (342mg) ja kõige suurem kooli K2 menüüs (1637mg).



Joonis 53. Naatriumisisaldus menüüdes kõikide koolide kõikidel päevadel

Kui vaadata kõikide koolide kõiki päevi (**joonis 53**), siis selgub, et toiduainetest saadav naatriumikogus jäi enamjaolt 320–640 mg vahele. Üle PK III maksimaalse soovitus 640 mg oli naatriumisisaldus ainult üksi toiduainetest 44%-il päevadest.



Joonis 54. Keskmine kaaliumisisaldus menüüdes koolide kaupa

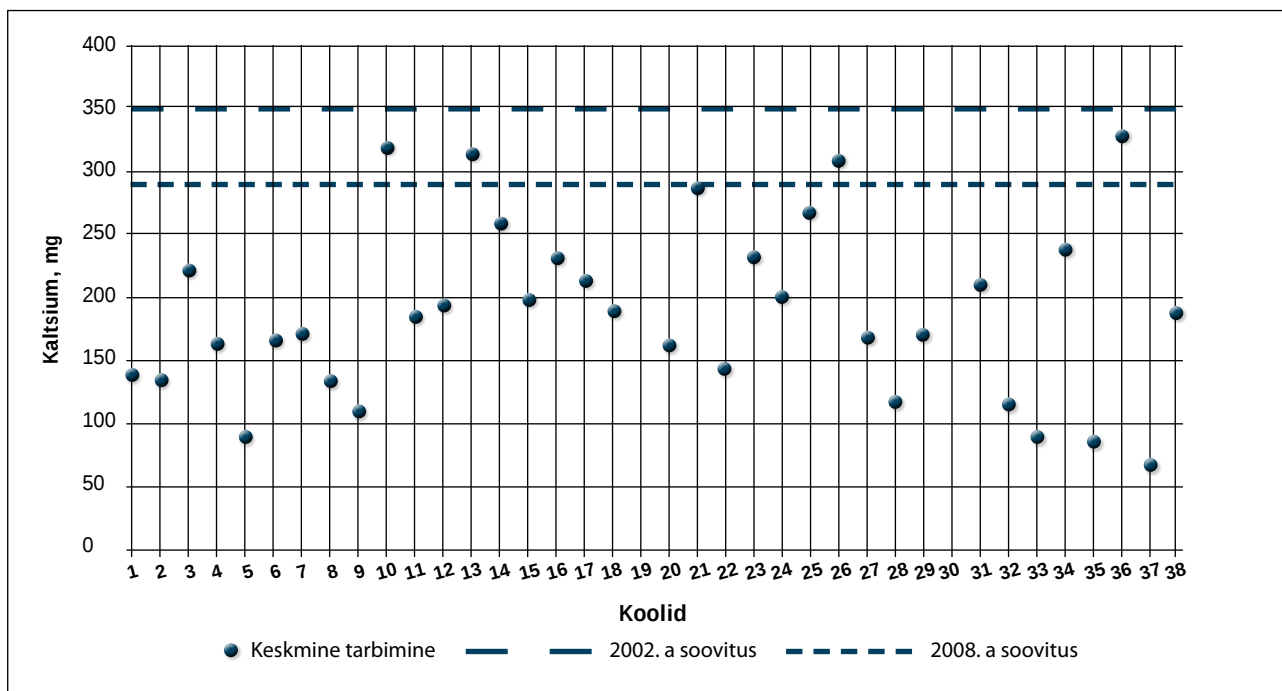
Võrreldes 2002. a soovitus 1100 mg-ga jäi kaaliumisisaldus (**joonis 54**) alla soovitatava 13 menüüs (8 Ida-Virumaa ja 5 Tartumaa kooli) ehk 36,1%-il menüüdest.

Võrreldes 2008. a soovitus 1000 mg-ga jäi uuritud menüüdest 10-s kaaliumisisaldus alla PK II soovitus 1000 mg ning 13-s alla PK III soovitus 1050 mg.

Kõige väiksem oli kaaliumisisaldus kooli K9 (693 mg) ning kõige suurem kooli K31 menüüs (1614 mg).

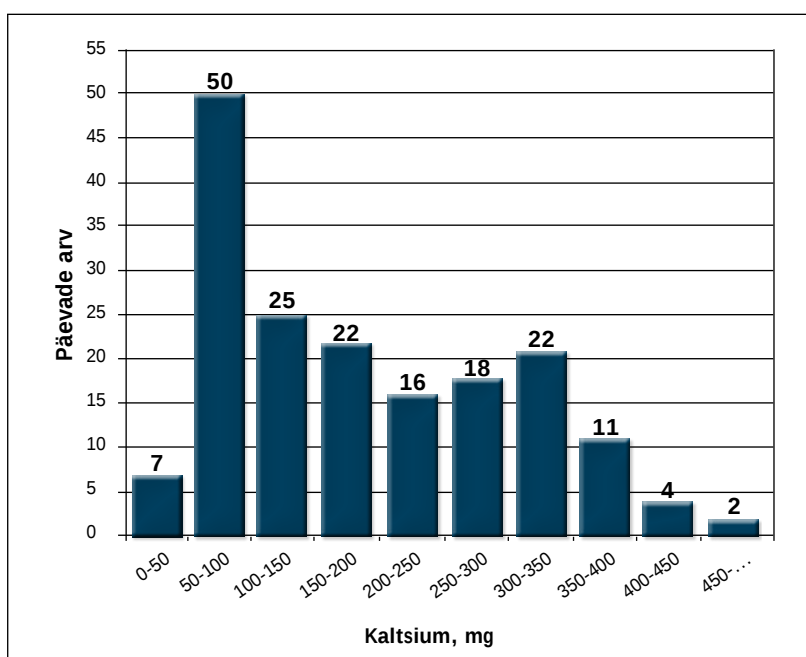
2002. a soovitusena võrreldes oli kaltsiumisisaldus (joonis 55) alla soovitatava kõikides menüüdes. Võrreldes 2008. a soovitusena jäi kaltsiumisisaldus alla soovitatava 32 menüüs (16 Ida-Virumaa ja 16 Tartumaa kooli) ehk 88,9%-il menüüdest.

Kõige väiksem oli kaltsiumisisaldus kooli K37 (69 mg) ning kõige suurem kooli K36 menüüs (329 mg).



Joonis 55. Keskmine kaltsiumisisaldus menüüdes koolide kaupa

Kaltsiumi saamine kõikide koolide kõikide päevade menüüdest (joonis 56) jäi peamiselt vahemikku 50-100 mg. Üle 2002. a soovitatud 350 mg oli kaltsiumisisaldus vaid 17 päeva menüüs.

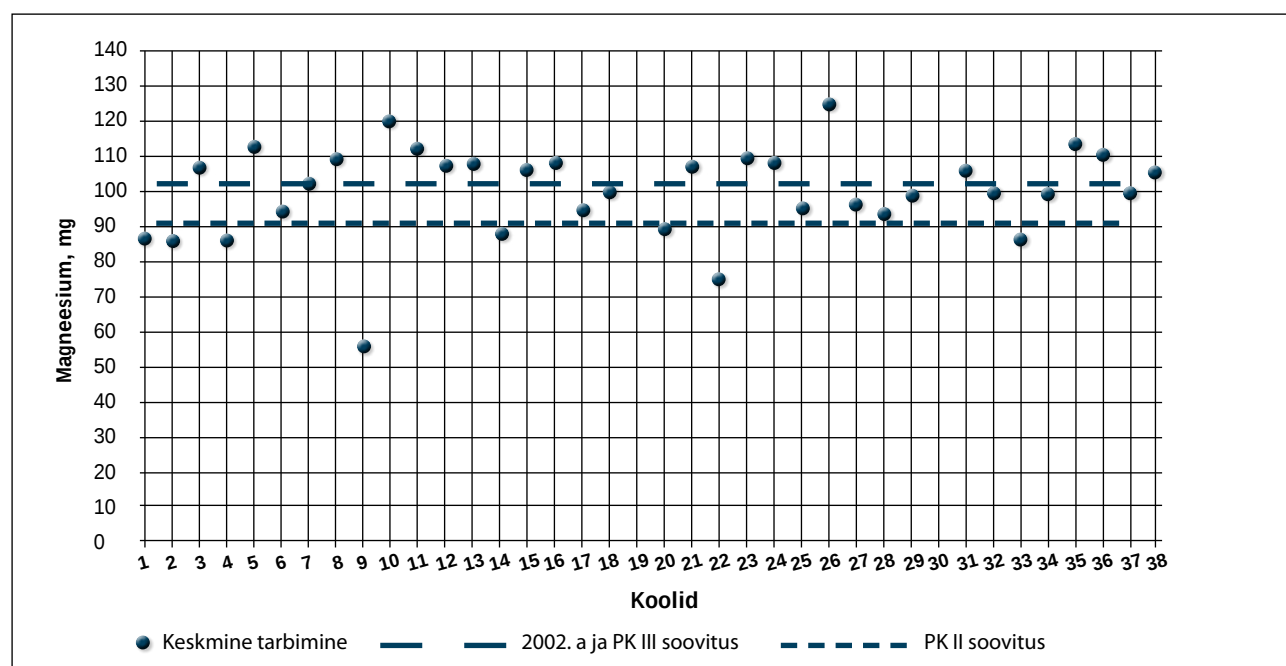


Joonis 56. Kaltsiumisisaldus menüüdes kõikide koolide kõikidel päevadel

Võrrelduna 2002. a ning 2008. a PK III soovitustega jäi magneesiumisisaldus (**joonis 57**) alla soovitatava 19 menüüs (9 Ida-Virumaa ja 10 Tartumaa kooli) ehk 52,8%-il menüüdes.

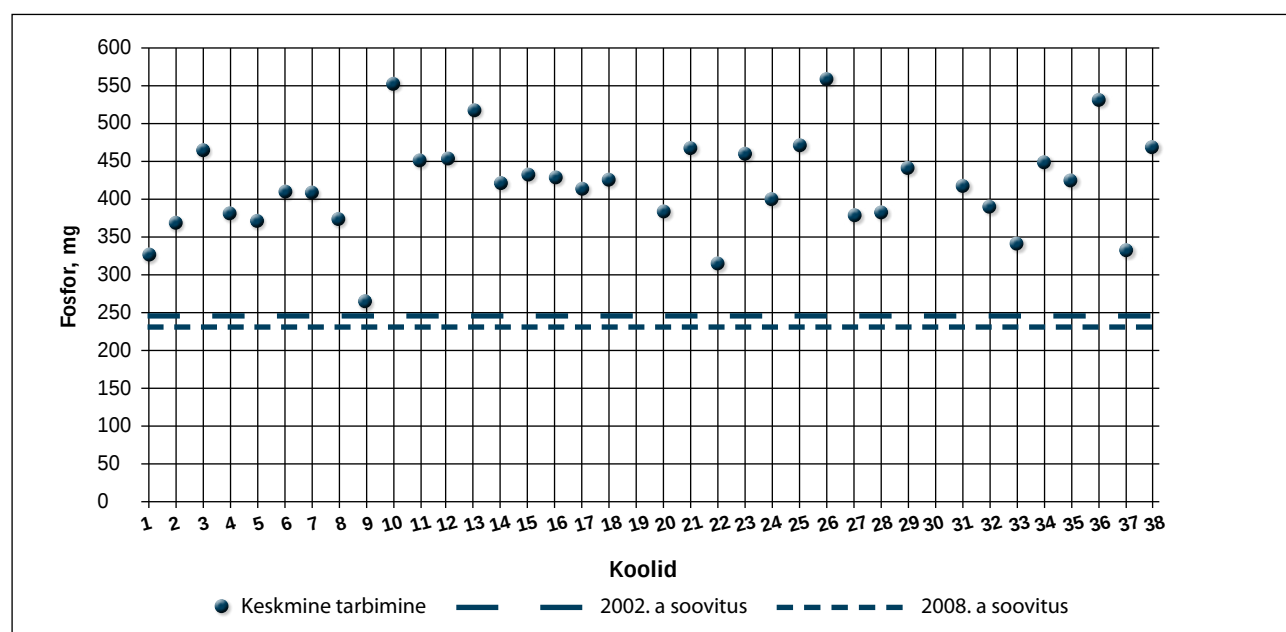
Võrreldes 2008. a PK II soovitusega jäi magneesiumisisaldus soovitatavast väiksemaks 8 menüüs (5 Ida-Virumaa ja 3 Tartumaa kooli).

Kõige väiksem oli magneesiumisisaldus kooli K9 (56 mg) ja kõige suurem kooli K26 menüüs (125 mg).



Joonis 57. Keskmine magneesiumisisaldus menüüdes koolide kaupa

Fosforisisaldus menüüdes (**joonis 58**) ei jäänud mitte ühegi soovituse järgi alla soovitatava. Kõige väiksem oli fosforisisaldus kooli K9 (263 mg) ja kõige suurem kooli K26 menüüs (558 mg).

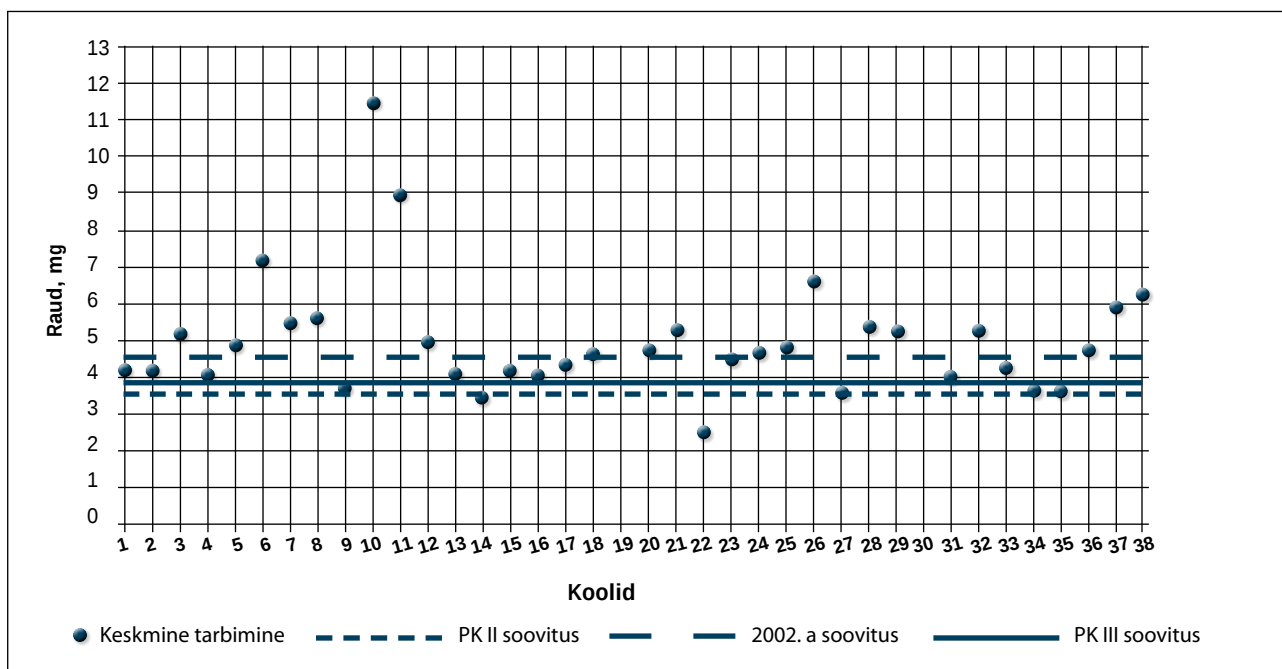


Joonis 58. Keskmine fosforisisaldus menüüdes koolide kaupa

Võrreldes 2002. a soovitusel jäi rauasisaldus (**joonis 59**) alla soovitatava 16 menüüs (9 Ida-Virumaa ja 7 Tartumaa kooli) ehk 44,4%-il menüüdest.

Võrreldes 2008. a soovitusel jäi uuritud menüüdest kahes rauasisaldus alla PK II soovitusel ning kuues alla PK III soovitusel.

Kõige väiksem oli rauasisaldus kooli K22 (1,6 mg) ning kõige suurem kooli K10 menüüs (11,5 mg).



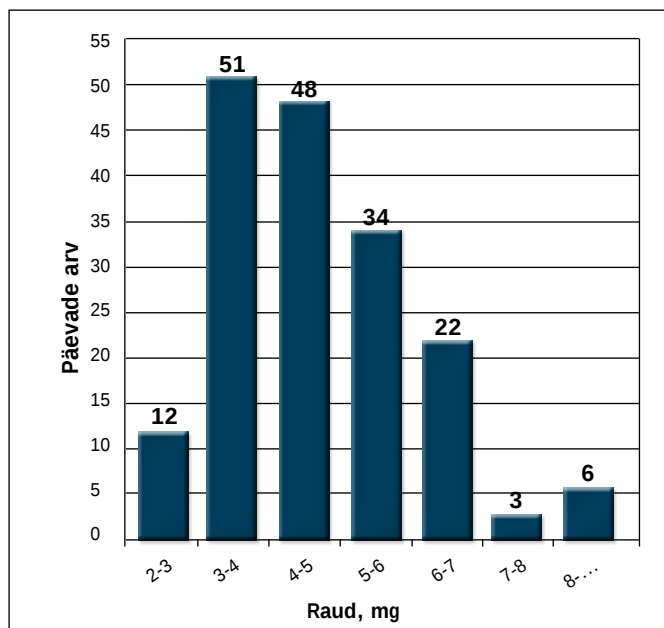
Joonis 59. Keskmine rauasisaldus menüüdes koolide kaupa

Kui vaadelda kõikide koolide kõiki päevi (**joonis 60**), siis selgub, et enamikul päevadel jäi rauasisaldus 3 ja 5 mg vahele. Alla PK III soovitusel oli rauasisaldus 55 päeva menüüs.

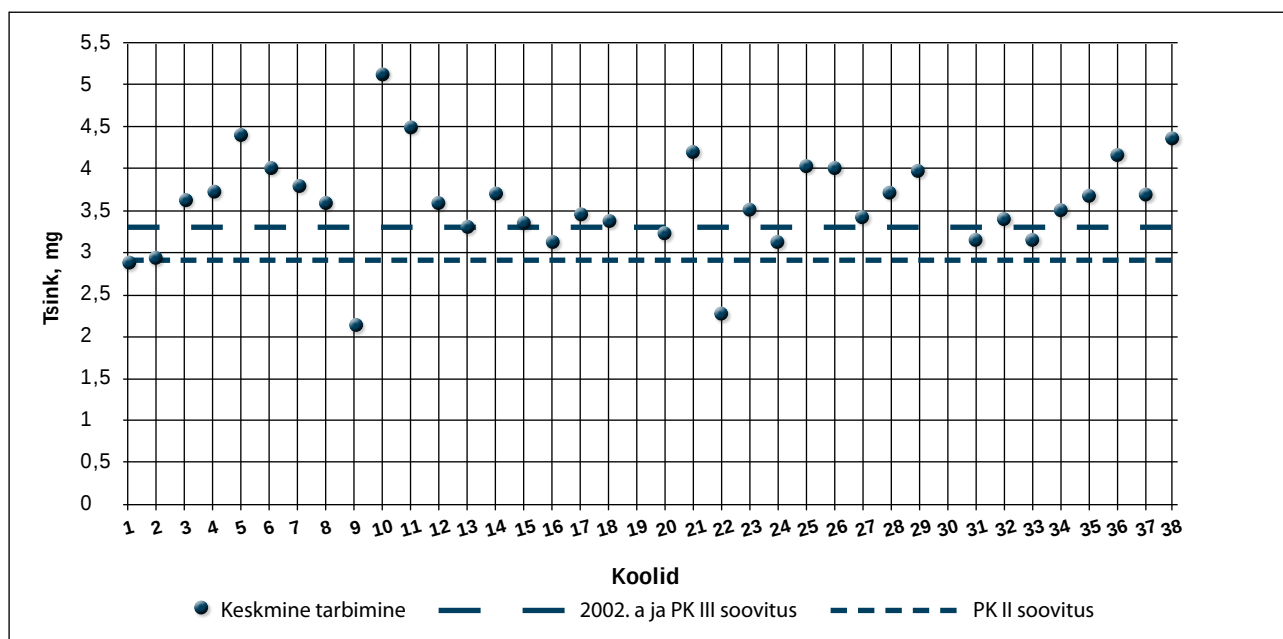
Võrrelduna 2002. a ning 2008. a PK III soovitusel jäi tsingisisaldus alla soovitatava üheksas menüüs (4 Ida-Virumaa ja 5 Tartumaa kooli) ehk 25%-il menüüdest.

Võrreldes 2008. a PK II soovitusel jäi tsingisisaldus soovitatavast väiksemaks vaid kahes menüüs (1 Ida-Virumaa ja 1 Tartumaa kool).

Kõige väiksem oli tsingisisaldus kooli K9 (2,1 mg) ja kõige suurem kooli K10 menüüs (5,1 mg).

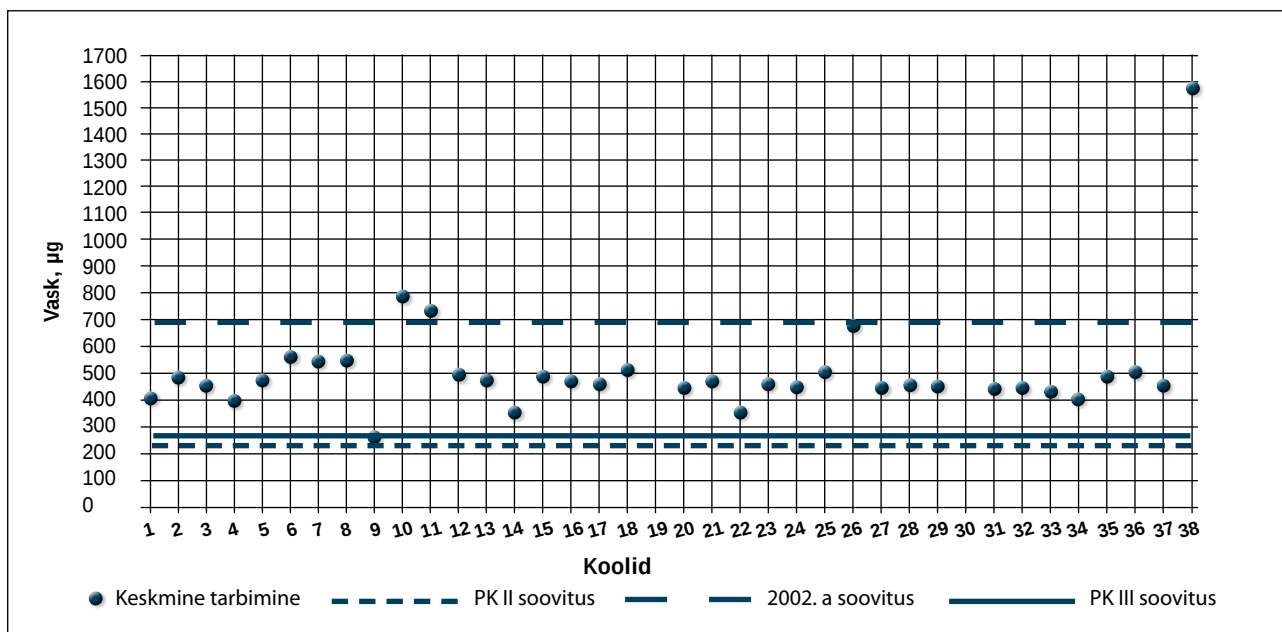


Joonis 60. Rauasisaldus menüüdes kõikide koolide kõikidel päevadel



Joonis 61. Keskmine tsingisisaldus menüüdes koolide kaupa

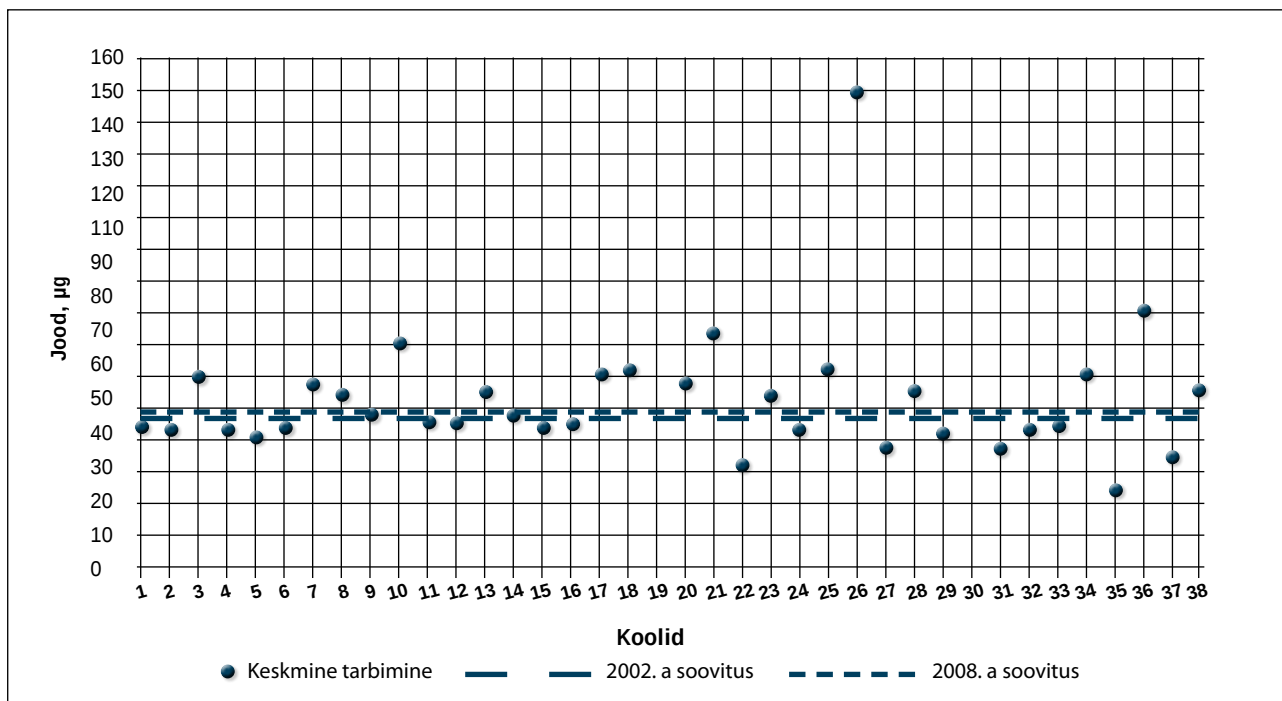
2002. a-l kehtinud vasesoovitusele ei vastanud enamik menüüdest (joonis 62), s.o 33 menüüd (16 Ida-Virumaa ja 17 Tartumaa kooli) ehk 91,7% menüüdest. See-eest 2008. a soovitusel vastasid kõik menüüd. Kõige väiksem oli vasesisaldus kooli K9 (273 µg) ja kõige suurem kooli K37 menüüs (1585 µg).



Joonis 62. Keskmine vasesisaldus menüüdes koolide kaupa

Joodisoovitused 2002. a ja 2008. a järgi on praktiliselt samasugused, alla soovitatava jäi joodisisaldus pooltes menüüdes (joonis 63) võrdselt Tartumaal ja Ida-Virumaal. Tegelikult võib joodisisaldus olla pisut suurem toiduvalmistamisel lisatava soola joodisisalduse tõttu.

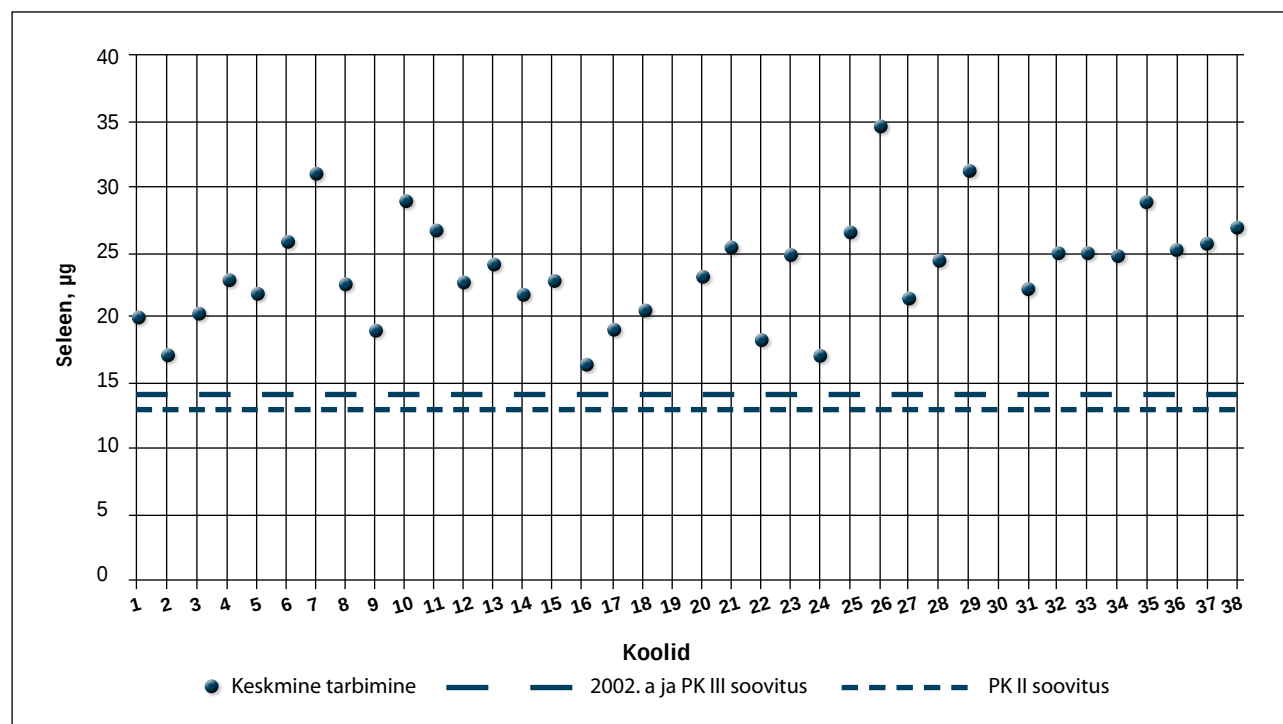
Kõige väiksem oli joodisisaldus kooli K35 (25 µg) ja kõige suurem kooli K26 menüüs (149 µg).



Joonis 63. Keskmine joodisisaldus menüüdes koolide kaupa

Ka seleenisoovitused 2002. a ja 2008. a määrustes on üsna samasugused. Seleenisisaldus kõikides menüüdes vastas soovitatavale (joonis 64).

Kõige väiksem oli seleenisisaldus kooli K16 (16,4 µg) ja kõige suurem kooli K26 menüüs (34,7 µg).



Joonis 64. Keskmine seleenisisaldus menüüdes koolide kaupa

9.7. TERVISEKAITSEINSPEKTSIOONI ANALÜÜSITUD ROOGADE VÕRDLUS KOOLIDE ANDMETE NING INTERNETIPÕHISE TOITUMISPROGRAMMIGA ARVUTADES SAADUD TULEMUSTEGA

Tervisekaitseinspeksiooni analüüsis osa Virumaa koolilõunate andmeid (**tabel 99**). Osa koolide puhul tehti seda toitute kaupa, teiste puhul analüüsiti kogu pakutav lõuna. Enamikul juhtudel ühtisid analüüsitud portsjoni suurused menüüs märgitud portsjoni suurustega, kuid kolme kooli puhul oli erinevusi. Programmiga arvutamiseks kasutati koolidelt saadud tehnoloogilisi kaarte, kuid nende kvaliteet jättis pahatihti soovida.

Tabel 99. Analüüsitud toitute energiasisaldused (kcal) koolide kaupa

	Kogus menüüs, g	Energiasisaldus (kooli andmed)	Energiasisaldus (arvutatud programmiga)	Proovi kogus, g	Energiasisaldus (analüüsi andmed)
K1					
Seljanka	300	283	271	390	309
Kissell vahukoorega	200/20	136	130	210/50	317
K2					
Seljanka	320	299	306	320	377
Kohupiim moosiga	120	188	188	120	189
Kakao	200	129	136	200	146
K3					
Frikadellisupp	250	319	249	250	215
Kakaokissell moosiga	220	230	260	220	208
K4					
Praetud kana	100	290	326	100	286
Keedetud riis	150	217	226	150	224
Porgandisalat juustuga	50	73	76	50	66
K5					
Kartulipüree	227	222	223	227	219
Guljašš	100	154	214	100	146
Värskekapsa-porgandisalat	50	44	41	50	44
Morss	200	101	92	200	98
K6					
Kodune praad	250	304	345	250	318
Värskekapsasalat	100	110	102	100	103
Tee	200	80	81	200	69
K7					
Värskekapsas hakkliahaga	150	213	252	150	242
Kartulipüree	150	157	141	150	177
Mahlajook	200	94	92	200	182
K8					
Guljašš	100	89	115	100	104
Tatar	150	199	209	150	217
Peedisalat	50	49	41	50	47
Kompott	200	89	91	200	80
K9					
Kapsa-hakklisupp	250	190	246	300	200
Mhlakissell	200	137	137	200	80
K10					
Keedetud tatar toiduõliga, frikadellid kastmega, maisikonserv	262	503	602	262	487
Mhlakissell	200	137	137	200	80
K11					
Borš hapukoorega	210	89	101	210	91
Kartulivorm hapukoorega, salat Tervis	220	357	366	220	362
K12					
Frikadellisupp	250	315	233	250	puudub
Piimakissell moosiga	200	330	255	200	puudub
K13					
Keedetud kartul vorstikastme ja peedisalatiga	375	398	456	420	524
K14					
Moskva borš	250	130	103	250	163
Saiavorm	100	puudub	175	100	192

Tabelist on näha, et ühtlast suundumust, nagu oleksid analüüsil saadud või programmiga arvutatud tulemused alati suuremad-väiksemad kooli enda arvutatud andmetest, ei ole. Erinevused koolide esitatu, analüüsi teel saadu ja programmiga arvutatu vahel võivad tulla peamiselt kolmest asjast:

- andmebaaside toorainete rasvasused (nt veise- ja sealiha) ei vasta tegelikult kasutusel olevate toorainete rasvasusele;
- ebakorrektsetest tehnoloogilistest kaartidest;
- tegeliku roa valmistamise erinevus tehnoloogilisele kaardile kirjapandust.

10. KOKKUVÕTE

Uuring "Kooliõpilaste toitumine Virumaa ja Tartumaa koolides 2007. aastal" viidi läbi kolmes maakonnas: Tartumaa ning Ida- ja Lääne-Virumaa koolides, kokku 38 koolis (nendest 25 12-klassilist ja 13 9-klassilist).

Uuringu eesmärgid olid

- uurida üldist õpilaste toitumist Ida- ja Lääne-Virumaa ning Tartumaa koolides
- anda üldine hinnang laste toitumisele koolis
- tuua välj võimalikud puudujäägid kooliõpilaste toitumises ning juhtida toidukäitlejate, kooliomanike, koolijuhtide, hoolekogude, õpilaste ja lastevanemate tähelepanu tervisliku toitumise olulisusele
- väärtustada ja kinnistada tervisliku toitumise harjumusi
- anda hinnang koolipuhveti toiduvaliku kohta
- anda soovitusi toitlustamise parandamiseks
- koostada toidukäitlejatele abimaterjal koolilaste tervisliku toitumise kohta

Uuring koosnes järgmistest osadest:

- taustinformatsiooni kogumine Tervisekaitseinspeksiooni poolt
- õpilaste küsitlemine – vastas 1673 5.–9. klassi õpilast
- koolidirektorite küsitlemine – vastas 32 kooli esindajat
- sööklaesindajate küsitlemine – vastas 35 koolisöökla esindajat
- menüükoostajate küsitlemine – vastas 37 kooli sööklamenüüde koostajat
- puhvetipidajate küsitlemine – puhvet oli olemas 21 koolis, ankeedile vastasid 19 kooli esindajad

Toitlustamise üldine korraldus koolides

- 1) Koolitoitu sööb 99,8% algkooliastme õpilastest ja 97,6% põhikooliastme õpilastest (37 kooli andmed) ning 50,1% gümnaasiumiastme õpilastest (24 kooli andmed).
- 2) TKI andmetel õpib veidi üle poolte õpilastest (54,3%) koolides, kus toitlustamise on organiseerinud kool ning 45,7% õpilastest õpib koolides, kus toitlustamist korraldab firma.
- 3) Vaadeldud 37 koolist on koolitoidu saamine (lastevanemate jaoks) täiesti tasuta 34 kooli algkooliastmes, 32 kooli põhikooliastmes ning 4 kooli gümnaasiumiastmes.
- 4) Kui koolitoidu eest tasuvad lastevanemad või kohalik omavalitsus, siis on ühe koolilõuna eest makstav summa enamjaolt vahemikus 10–15 krooni.
- 5) Põhikooliastmes on valdav serveerimisviis pottides laual serveerimine, millele lisandub osa toitude (nt magustoidud) serveerimine valmisportsjonitena. Iseteeninduslett oli uuritud koolidest olemas kolmes.
- 6) Enamik õpilasi tuleb kooli kella 8 ja 8.30 vahel ning lahkub kella 13 ja 15 vahel.
- 7) Söögivahetund on enamikul õpilastest (83,8%) pärast kolmandat-neljandat õppetundi ning kestab 20 minutit (75,6%).
- 8) Kõige rohkem on koole, kus õpilased saavad piima iga päev (neist kahes koolis on olemas piima-automaat, ülejäänutes on piim kannudega laual), sellele järgnevad koolid, kus piima saadakse vaid nii palju, kui on kirjas menüüdes, ning kõige vähem on koole, kus koolipiimaprogrammi piires saadakse vaid paaril korral nädalas lisapiimatoodet.
- 9) Tasuta joogivee saamise võimalus oli olemas kõikides uuritud koolides.
- 10) Vaatluspäeval oli menüüs supp üheteistkümnes koolis, teistel oli menüüs praad. Valdav osa õpilastest sõi vaatluspäeval menüüs pakutud toidud peaaegu täiesti ära.
- 11) Kätepesemise võimalus vahetult söökla lähedal on olemas kõigis koolides, kuid ühes koolis puudub selleks soe vesi. Kätepesemise vahendit ei ole kahes koolis, kuid käte kuivatamise võimalus on olemas kõikides koolides.
- 12) Vaatlusest selgus, et enne söömist pesid algkooliastme lastest suurem osa käsi 71,1% koolis (38 kooli andmed), kuid gümnaasiumiastme lastest pesid enne sööki käsi vaid mõned üksikud.

- 13) Noad olid olemas 35 koolis: põhikooliõpilased kasutasid nuga üsna tagasihoidlikult, kuid gümnaasiumiastmes kasutas nuga üle pooltes koolides juba enamik õpilasi.
- 14) Vaadeldud 38 koolist on õpilased kaasatud sööklas korrapidamisse neljas koolis. Enamikus koolides viivad õpilased enda järelt mustad nõud ise ära.
- 15) Enamikus koolides söövad õpetajad õpilastega ühes ruumis, õpilastega aga samas lauas algkooliastmes 60,5%-is ja põhikooli-gümnaasiumiastmes vaid 28,9%-is koolidest.
- 16) TKI vaatlusandmete põhjal saavad õpilased ja õpetajad erinevat toitu neljas koolis ning portsjonite suurus on erinev seitsmes koolis. Sööklaesindajate ankeetide põhjal on neid koole viis, kus õpetajate ja õpilaste portsjonite suurus on erinevad.

Õpilaste küsitluse tulemused

- 1) Küsitleti 1673 õpilast 5.–9.klassist vanuses 10–19 aastat (keskmise vanusega 13,3 aastat). Vanusest sõltuvad küsitlustulemuste analüüsid on tehtud valdavalt 11–16-aastaste õpilaste kohta, sest teisi vanusegruppe ei olnud analüüsi jaoks piisavalt.
- 2) Poisse ja tüdrukuid oli enam-vähem võrdselt (848 poissi, 820 tüdrukut, 5 täpsustamata).
- 3) Ühest koolist osales küsitluses õpilasi kõige enam 70, kõige vähem 28 õpilast.
- 4) Õpilaste ankeetide põhjal saavad täiesti tasuta koolitoitu 82,2% vastanutest. Tartumaal oli rohkem lapsi kui Virumaal, kelle vanemad pidid koolitoidule ise juurde maksma või kes üldse süüa ei saa, sest vanemad juurde ei maksa.
- 5) Enamasti sööb pakutud koolitoidu täielikult ära 47,1 %, vahetevahel 33,6%, alati 12,9% ning mitte kunagi 6,4% vastanutest.
- 6) 11-aastastest sööb koolilõuna alati või enamasti ära 67,3%, 12-aastaselt toimub söömise järsk vähenemine, mis aga aasta-aastalt tagasi suureneb, olles 16-aastaselt 71% kõikidest vastanutest. Samas on ka koolitoidu järelejätjaid kõige rohkem 16-aastaste seas – 9,7% vastanutest.
- 7) Vaadates koolilõuna ärasöömist eraldi poiste ja tüdrukute seas, siis Virumaal on toidu ärasöömise jaotused sarnased, aga Tartumaal on poiste hulgas koolitoidu alati ära sööjate hulk umbes 2,5 korda suurem kui tüdrukutel.
- 8) Kõige enam õpilasi, kes söövad alati koolilõuna peaaegu täiesti ära, oli koolis K30 (36,1% õpilastest), kui summeerida vastused "alati" ja "enamasti", siis koolis K14 (92,7% õpilastest). Alati ja enamasti koolitoidu ärasöövate laste hulk oli üle 75% vastanutest üheksas koolis.
- 9) Kõikide vastanute hulgas olenemata koolis olevast serveerimisviisist oli sellega väga rahul või rahul enamik õpilastest: väga rahul 26% ja üldiselt rahul 60%.
- 10) Enamik vastanutest (79,6%) olid koolilõunate portsjonite suurusega rahul. Poiste hulgas oli portsjoni suurusega rahulolijaid vähem kui tüdrukute seas (vastavalt 71,3% ja 88,2% vastanutest). Mida nooremad olid õpilased, seda suurem oli portsjoni suurusega rahul olevate õpilaste arv (10-aastastest rahul 91,7%, 16-aastastest 71,4%).
- 11) Kõikidest vastanutest jäi 18,2%-il kõht kohe pärast koolilõuna söömist alati või enamasti tühjaks, mitte kunagi ei jäänud kõht tühjaks 24,7%-il vastanutest.
- 12) Pärast koolipäeva lõppu oli kõht alati või enamasti tühi 42%-il vastanutest ning mitte kunagi tühi 9,3%-il vastanutest.
- 13) Kõige enam jäi pärast koolilõuna söömist kõht tühjaks või oli koolipäeva lõpuks kõht tühi 14–15-aastastel õpilastel.
- 14) Kõhutühjus vahetult pärast koolilõuna söömist sõltub otseselt sellest, kas õpilane sõi koolitoidu peaaegu täiesti ära või ei: ainult 3,8% õpilastel, kes söövad koolitoidu alati peaaegu täiesti ära, jäi kõht pärast lõuna söömist tühjaks, samal ajal kui õpilastel, kes mitte kunagi ei söö koolitoitu täielikult ära, jäi kõht pärast koolilõuna söömist tühjaks 36,8%-il.
- 15) Veidi üle 40% õpilastest käivad vahetundide ajal kõrval asuvast poest midagi süüa juurde ostmas. Poeskäimine on rohkem levinud poiste seas. Maakondade kaupa vaadates on Tartumaal oluliselt rohkem õpilasi, kes käivad vahetundidel poes midagi lisaks süüa ostmas. Vanuse järgi vaadates oli vahetundide ajal poes süüa ostmas käijaid enim 9. klassi õpilaste hulgas, neile järgnevad 7. klassi õpilased.
- 16) Kui uurida vahetundide ajal poekülastusi koolide kaupa, siis selgub, et enim teevad seda koolide K35, K6, K13 ning K26 õpilased.
- 17) 16 koolis ei käi vahetundide ajal poest süüa ostmas üle ¼ õpilastest.

- 18) Enim ostavad õpilased lähedal asuvast poest saiakesi, juua (sh karastusjooke), šokolaadi, kartulikrõpse ja komme. Ainult mõned üksikud õpilased ostavad vett, jogurtit, pähtleid või puuvilju.
- 19) Enamik õpilastest (74,8%) leidis, et söögivahetunnid toimuvad õigel ajal, liiga varaseks pidas söögivahetundide toimumise aega 5,7% ning liiga hiliseks 19,5% vastanutest.
- 20) Enamik õpilasi (65,5%) pidas söögivahetunni pikkust piisavaks, ligi kolmandiku õpilaste jaoks (32,3%) oli söögivahetund liiga lühike ning vaid 2,2% vastanutest leidis selle liiga pika olevat.
- 21) Mida pikem oli söögivahetund, seda väiksem oli õpilaste osakaal, kelle arvates söögivahetund on liiga lühike, ning suurem õpilaste osakaal, kelle arvates söögivahetund on liiga pikk. Seega tundub 20-minutiline söögivahetund olevat kõige optimaalsema pikkusega.
- 22) Söögivahetunni pikkus ei mõjuta oluliselt kõhu tühjust kohe pärast koolilõuna söömist.
- 23) Pisut suurem on nende õpilaste arv, kellel jäi kõht tühjaks, kuna nende arvates oli söögivahetund liiga vara.
- 24) Suurim on õpilaste arv, kel ei jää kõht pärast koolilõunat tühjaks, nende hulgas, kelle arvates lõuna on õigel ajal või paraja pikkusega.
- 25) Nende õpilaste seas, kes said süüa endi arvates liiga vara, oli enim neid, kes väitsid ka, et kõht on pärast koolipäeva lõppu alati või enamasti tühi (59,1%), samal ajal kui enda arust õigel ajal või liiga hilja süüa saavate hulgas olid need näitajad vastavalt 39,2% ja 47,7%.
- 26) Mida varasemal kellaajal on realselt söögivahetund, seda enam on lapsi, kellel on koolipäeva lõpuks alati kõht tühi ning seda vähem on lapsi, kellel ei ole mitte kunagi kõht tühi. Õpilastest, kelle söögivahetund on enne kl 10.30, oli 25,9%-il kõht pärast koolipäeva lõppu alati tühi.
- 27) Mida varem oli söögivahetund, seda enam oli ka õpilasi, kes pidasid seda liiga varaseks ning vastupidi. Söögivahetundi vahemikus kl 13-14.30 pidasid liiga hiliseks 50,5% õpilastest, kellel oli söögivahetund sellisel ajavahemikul.
- 28) Mida vähem koolitunde on enne söögivahetundi, seda rohkem on neid, kel on kõht koolipäeva lõpuks alati tühi (25,9% vastanutest) ja kes arvavad, et söögivahetund on liiga vara (17,5% vastanutest). Mida rohkem on koolitunde enne söögivahetundi, seda rohkem õpilasi peab selle toimumist liiga hiliseks (54,4% vastanutest).
- 29) Õpilastel, kellel on pärast söögivahetundi veel 1-2 õppetundi, on pärast koolipäeva lõppu kõht palju harvem tühi kui neil, kel on 4-5 õppetundi. Samuti peab 47,5% õpilastest, kel on pärast söögivahetundi ainult üks õppetund, oma söögivahetundi liiga hiliseks.
- 30) Rohkem on õpilasi, kes ostavad midagi puhvetist, nende hulgas, kel on kohe pärast koolilõuna söömist kõht tühi. Kõige rohkem on õpilasi, kes ostavad puhvetist lihtsalt lisanäksimist.
- 31) Kui võrrelda kooli ja firma toitlustamist, siis võib väita, et täiskõhutunne ei sõltu toitlustajast.
- 32) Õpilased, kel jäi kõht pärast koolilõuna söömist tühjaks, tõid põhjenduseks selle, et toit ei maitse (64,6%), kuid üle veerandi (27%) arvates olid ka portsjonid liiga väikesed.
- 33) Peaaegu iga päev ostavad puhvetist koolilõuna asemel lõunasööki 8,3%, koolilõunale lisaks 11,3% ning lisanäksimist 16,5% õpilastest.
- 34) Koolilõuna saajatest ostavad puhvetist koolitoitu koolilõuna asemel või lisaks vähemalt korra-paar kuus umbes pooled, lisanäksimist umbes kaks kolmandikku õpilastest.
- 35) Kooli toitlustamise eri aspektidega olid õpilased enim rahul söögisaali üldmulje ja funktsionaalsusega (81,3% vastanutest) ja söögisaali mööbliga (75,3% vastanutest), kõige vähem rahul oldi aga õpilaste toidukultuuriga (33,2% vastanutest) ning menüü mitmekesisusega (25,4% vastanutest).
- 36) 49,2% vastanud õpilaste arvates ei ole neilt kunagi koolilõuna kohta arvamust küsitud ega ka jälgitud, kas nad söövad pakutud toidu ära, 21,6% arvates on küsitud ja võimaluse piires arvestatud, 19,5% arvates on küsitud, aga pole arvestatud ning 9,7% vastanutest on pakutuga niigi rahul. Samas väidab 83,8% menüükoostajatest, et õpilastelt on arvamust küsitud ja võimaluse piires sellega ka arvestatakse.
- 37) Peamiselt on õpilastelt arvamust küsitud küsitluse teel või suuliselt.
- 38) Õpilastelt arvamuse küsimist peab oluliseks 59,2% õpilastest.
- 39) Piima tarbisid õpilased nädala jooksul koolis keskmiselt 1,5 klaasi. Kõige enam tarbisid piima 16-aastased (keskmiselt 2,7 klaasi nädalas) ning kõige vähem 15-aastased (1,3 klaasi nädalas). Võib täheldada väikest seost piima väiksema tarbimise ning selle pakkumise vahel ainult nii palju, kui on kirjas menüüs.
- 40) Piima mittejoomise põhjustena mainiti enim võimalust valida teisi jooke ning seda, et piim ei maitse üldse.
- 41) Koolide kokkuvõttes pakutakse koolilõunaks õpilaste arvates sagedamini makarone, köögivilja-suppi, kartuliputru või keedetud/ahjukartuleid, viinereid-sardelle, kalapulki, morssi, frikadelli-suppi; kõige vähem aga omletti, kohvi ja tarretisi.

- 42) Enamik õpilastest eelistab süüa kartuliputru ja keedetud/ahjukartuleid, viinereid-sardelle, makarone, kohupiimamagustoite ja kalapulki. Kõige vähem tahaksid nad kalasuppi, maksatoite ning herne- ja oasuppi.
- 43) Suurema osa õpilaste väitel on nende koolipuhvetis müügil saiakesed ja pirukad nii leht- kui ka pärmitaignast, koogid, küpsised, jäätis, mahl, kartulikrõpsud, kommid ning erinevad šokolaadid.
- 44) Üle poolte õpilastest pidas etteantud nimekirjast tervislikumaks puuvilju, köögivilju, toorsalateid, suppi, jogurtit, piima ning mahla; vähem tervislikumaks aga pitsat, hamburgerit, pärmitaignast saiakesi, kooke, küpsiseid, karastusjooke, kartulikrõpse, popkorni, komme ning täidisega šokolaadi.
- 45) Kui puhvetis oleks müügil, siis üle poolte õpilastest ostaks tükeldamata puuvilju, pitsat, hamburgerit, võileibu, praadi, pannkooke, saiakesi nii leht- kui ka pärmitaignast, kooke, küpsiseid, kohikesi, jogurtit, jäätist, mahla, karastusjooke, energia- ja spordijooke, pähkleid-seemneid, kartulikrõpse, komme ning šokolaadi; aga ei ostaks köögivilju, puljongit, suppi, piima, dieetjooke ning kuivatatud puuvilju.
- 46) Õpilaste endi poolt tervislikumaks peetud ning ka tegelikult tervislikkuse seisukohast lähtuvalt puhvetivalikus soovitud toitude seast ostaksid õpilased eelistatult tükeldamata puuvilju, mahla ja jogurtit, kuid ei ostaks köögivilju ja piima.
- 47) Kuigi õpilased pidasid osa toite vähem tervislikumaks, ostaksid nad ikkagi pitsat, hamburgereid, saiakesi, kooke, küpsiseid, šokolaadi, karastusjooke, morssi, kartulikrõpse ja komme. Ka oli üsna suur nende õpilaste hulk, kes ostaksid energiajooke.

Direktorite küsitluse tulemused

- 1) Kooli praeguse toitlustuskorraldusega, s.o kas toitlustamist korraldab kool ise või firma, oli väga rahul 12 ja rahul 19 direktorit ning üldse mitte rahul 1 direktor.
- 2) Koolitoitlustamise ja koolitoidu paremaks muutmise peamiste takistustena tõid direktorid antud nimekirjast välja raha (67,9% vastanutest) ja töötajate palgad (42,9% vastanutest), järgnesid ruumid, seadmed, inventar (32,1% vastanutest) ja töötajate puudus (28,6% vastanutest). Töötajate ja kooli huvipuudust polnud ükski direktor takistusena kordagi märkinud.
- 3) Direktoritest enamik oli oma kooli toitlustamise eri aspektidega väga rahul või rahul. Mõni direktor ei olnud rahul söögisaali mööbli, õpilaste toidukultuuri, menüü mitmekesisuse ja tervislikkusega ning söögivahetundide pikkusega.
- 4) Söögivahetundide kellaaegadega olid direktoritest rahul või väga rahul kõik, söögivahetundide pikkusega 87,5% direktoritest.
- 5) Enamik direktoritest saab ise või laseb juhtkonnal kaasa rääkida koolilõuna menüüde tegemisel ja kinnitamisel. Samuti on enamikul direktoritest (v.a kahes koolis) võimalik kaasa rääkida puhvetisortimendi teemal.
- 6) Ligi kolmandik direktoreid arvab, et kooli juhtkond ja õpetajad on koolitoiduga väga rahul. Samuti arvab suurem osa direktoritest, et koolitoiduga on rahul ka õpilased.
- 7) Kooli ja sööklapersonali või kooli toitlustava firma vahelist koostööd peab väga heaks 43,8%, sellega on rahul 53,1% vastanud direktoritest.

Sööklaesindajate küsitluse tulemused

- 1) Köögipersonali keskmine vanus oli 47,4 aastat, tegelikud vanused jäid vahemikku 19–66 eluaastat. Enim töötajaid oli vanusevahemikes 56–60, 46–50 ja 51–55 eluaastat.
- 2) Sööklatöötajatest suurem osa olid kesk-eriharidusega, mis ei olnud küll kõikide puhul toitlustusalane.
- 3) Kõige enam oli töötajaid, kelle tööstaaž toitlustuses jäi 5–10 aasta vahele või oli alla 5 aasta. Kõige pikem tööstaaž toitlustamises oli 44 aastat (2 inimest). Töötajate keskmine tööstaaž toitlustuses kõikide koolide peale kokku tuli 16,2 aastat.
- 4) Köögipersonali keskmine brutopalk antud küsitluse järgi oli 4236 krooni, vahemikus 1700–7930 krooni (osa inimesi käis tööl vaid loetud tunnid nädalas). Seejuures 25% sai palka piirides 1700–3600 krooni, 25% 3600–3850 krooni, 25% 3850–5000 krooni ja 25% 5000–7930 krooni.
- 5) Sellega, et nende koolis korraldab toitlustamist kool ise või firma, olid vastanud sööklaesindajatest rahul või väga rahul kõik, kuid koolipoolse toitlustamise puhul oli väga rahul olevate sööklaesindajate arv pisut suurem.

- 6) Seoses toitlustamissüsteemiga mainiti järgmisi puudujääke: ruumipuudus (5 korda), söökla remondivajadus (1 kord), toitlustamise vahe kahe vahetuse vahel liiga lühike (1 kord) ning toitluse liigne rasvasus (1 kord).
- 7) Puudujääkide kõrvaldamise takistustena oli mainitud järgmist: sööklat pole võimalik laiendada, kulud on suuremad kui tulud ning remont on edasi lükatud määramata ajaks. Vastavate koolide direktorid ei märkinud samu takistusi või ei olnud nemad näinud üldse takistusi.
- 8) Enamikku koolisööklatest on alates 2002. aastast remonditud või renoveeritud ning sinna on juurde ostetud erinevaid seadmeid. Üheksa kooli sööklal on nende esindaja sõnul kõik vajalikud seadmed olemas.
- 9) Kui võrrelda omavahel sööklaesindajate ja direktorite rahulolu kooli toitlustamise viisiga (firma vs. kool ise), siis koolide puhul, kus sööklaesindajad olid väga rahul, oli ka direktoritest 58,3% väga rahul. Koolides, kus sööklaesindajad olid toitlustamise viisiga rahul, oli väga rahul direktoritest vaid 16,7% ning mitte rahul 8,3%.
- 10) Kui vaadata roogade serveerimisviisi koolides, siis selgub, et kõikide serveerimisviiside korral on sööklaesindajad pigem rahul kui väga rahul.
- 11) Suurem osa sööklaesindajatest olid erinevate toitlustamise aspektidega (söögivahetundide ajad ja pikkused, söökla personali arv ja oskused, abivahendid menüüde koostamiseks ja menüü mitmekesisus) rahul või isegi väga rahul.
- 12) Sööklaesindajatel oli koolitoitlustamise paremaks muutmise peamiste takistustena esitatud täpselt samad asjad kui direktoritel: raha ja investeeringud, töötajate palgad, seadmed-inventar ning töötajate puudus. Nelja söökla esindajad olid märkinud võimaliku takistusena ka söökla töötajate vähest huvipuudust.
- 13) Sööklaesindajad hindasid oma ja kogu söökla personali teadmisi tervislikust toitumisest ning toiduohutusest peamiselt heaks või väga heaks.
- 14) Läbitud koolitused jäid valdavalt ajavahemikku 2005–2007. Peamised läbitud koolitused olid toiduhügieen, toiduohutus ja toidukäitlemisettevõtete enesekontroll ning menüüde koostamine lasteasutustele. Toiduhügieeni koolituse pikkuseks oli enamikul juhtudel 6 tundi. Menüükoostamise koolituse pikkuseks oli märgitud 9 tundi.
- 15) Sööklatöötajad on enim huvitatud tervisliku toitumise ja tervisliku toidu valmistamise koolitustest ning arvutikoolitusest; huvi toiduhügieeni puudutava koolituse järgi on väga väike, sest enamik sööklapersonalist on selle läbinud.
- 16) Sööklaesindajate tähelepanekul söövad lapsed ära peamiselt järgmised road: borši, frikadelli-supi, makaronid (sh juustuga, hakklihaga jm), kotletid-pihvid, viinerid, hakklihakastme, kartulipudru- ja püree, hautatud-keedetud kartuli ning magustoidud (eriti kohupiimast ja kissellid). Järele jäetakse enim suppe, toorsalateid, tatraputru, riisi, ühepajatoitu, hautatud köögivilju ja leivasuppi.
- 17) Sööklasse sissetulev liha on enam-vähem võrdselt külmutatud või jahutatud, kala on enamikul juhtudel külmutatud ning köögiviljad on värsked.
- 18) Etteantud loetelust oli suuremal hulgal koolidest kasutusel viinerid-vorstid (97% koolidest), kalapulgad-kotletid (87,9% koolidest), lihast ja kanalihast pihvid (81,8% koolidest) ning poe kohupiimakreemid ja saiakesed-koogid-pirukad (mõlemad 66,7% koolidest); järgnevad kohuke (63,6% koolidest), külmutatud köögiviljasegu (51,5% koolidest) ning kooritud kartulid (42,4% koolidest). Kõige vähem pakutakse jäätist (21,2% koolidest).
- 19) Neist kõige sagedamini olid menüüdes kooritud kartul (keskmiselt ligi 13 korda kuus), külmutatud köögiviljasegu (keskmiselt 4,5 korda kuus) ning saiakesed ja kohukesed (mõlemaid keskmiselt 2,2 korda kuus).
- 20) Kooli ja söökla vahelist koostööd peab väga heaks või heaks 46,7% vastanud sööklaesindajatest, ülejäänud peavad seda rahuldavaks.

Menüükoostajate küsitluse tulemused

- 1) Menüüde koostamisel kasutatakse abivahenditena nii raamatuid (peamiselt "Koolitoit", "Laste toit", retseptiraamatud) kui ka erinevaid arvutipprogramme (peamiselt TAI internetipõhist toitumisprogramm ja ANC). Kuue kooli Menüükoostajad ei kasuta ühtegi arvutipprogrammi.

- 2) Menüü toiteväärtus on välja arvatud 24 koolis, seda ei ole tehtud seitsmes koolis ning üks kool on jätnud sellele küsimusele vastamata. Enamik vastanutest väidab, et arvutab menüüde toiteväärtust käsitsi, kasutades selleks vastavaid tabeleid.
- 3) TAI loodud internetipõhisest toitumisprogrammist olid kuulnud 55,6% küsitletud sööklasindajatest, kellest omakorda 40% seda ka kasutasid. Kasutajate kommentaarid programmile olid valdavalt positiivsed.
- 4) Kõikide koolide peale kokku oli menüükoostajate vastuste põhjal eri toitumisvajadusega õpilasi 46, peamiselt toiduallergia all kannatajaid (27 õpilast neljas koolis) ja diabeetikuid (9 õpilast seitsmes koolis). Osas koolides antakse neile eritoitu, kuid enamikus koolides antakse neile teiste õpilastega sama toitu või söövad nad ise kodust kaasa võetud toitu.
- 5) Küsitluse hetkel riigilt koolitoidule eraldatavat summat (10 krooni 42 senti) pidas piisavaks 16,2% ja ei pidanud piisavaks 70,3% menüükoostajatest.
- 6) Koolilõuna valmistamise peale kuluvaks summaks (arvestades ainult kulu toorainele ühe õpilase kohta) pakuti valdavalt 12–15 krooni ning kõiki kulusid kokku arvestades 20–25 krooni.
- 7) Kui menüükoostajad ei peaks mõtlema raha peale, siis soovitaks menüüdesse lisada rohkem puu- ja köögivilju, jogurtit, mahla, piimatooteid ning mitmekesistada menüüd üldiselt ja suurendada portsjoneid. Kolme kooli menüükoostajad on rahul ka praeguse menüüga ega muudaks midagi.
- 8) Pääaegu kõik menüükoostajad väidavad, et õpilastelt on arvamust küsitud ja sellega arvestatakse võimaluse piires, samal ajal kui õpilastest arvab samamoodi vaid 21,6% vastanutest. Ainult üks menüükoostaja ei pidanud õpilastelt arvamuse küsimist oluliseks. Arvamuse küsimine oli plaanis enamikul menüükoostajatest.

Puhvetipidajate küsitluse tulemused

- 1) Puhvetid on enamjaolt lahti ajavahemikus kl 8–15. Kümnes koolis on puhvet avatud kogu aeg, üheksas koolis ainult vahetundide ajal.
- 2) Enamikus vastanud koolides on puhvetipidaja see, kes kujundab kaupade sortimendi või saab sellel teemal kaasa rääkida.
- 3) Kooli juhtkonnal ei ole puhvetile nõudmisi-soovitusi vaid neljas koolis.
- 4) Õpilaste soovidega arvestatakse alati pooltes puhvetites, teistes arvestatakse võimaluse piires.
- 5) Enim pakutud toitudeks, mis kindlasti peaksid koolipuhvetis olema, olid puuviljad, salat, mahl ja kuumad joogid.
- 6) Enim pakutud toitudeks, mis puhvetipidajate arvates puhvetis olla ei tohiks, olid kartuli-krõpsud, kommid-maiustused ning karastusjoogid.
- 7) Puhvetipidajad sooviksid enim lastele pakkuda puuvilju, kuid lapsed ostavad neid liiga vähe. Kuues puhvetis on olemas tingimused kõige soovitu pakkumiseks.
- 8) Tegelikult pakuti puhvetites enim saiakesi-pirukaid, komme-šokolaade, kuumi jooki, vett, mahla(jooke), karastusjooke ja jäätist – valdavalt neid tooteid, mida võiks puhvetisortimendis vältida.
- 9) Peamiselt oli puhvetis tööd raskendavate asjaoludena toodud esile ruumi-, õigete tingimuste ning ajapuudust. Vaid kolmel puhvetipidajal ei esinenud töid raskendavaid asjaolusid.

Menüüde analüüsi tulemused

- 1) Võrreldes 2002. a soovitusiga jäi energiasisaldus menüüs alla soovitatava 69%-il menüüdest. Võrreldes 2008. a soovitusiga jäi uuritud menüüdest 25%-il energiatarbimine alla poole PK II soovituselampiiri ning 47%-il alla PK III soovituselampiiri.
- 2) Minimaalse ja maksimaalse energiasisalduse vahe vaadeldud viie päeva jooksul oli 127–536 kcal.
- 3) Põhitoitainete osatähtsuse (valgud 10–15% E, rasvad 27,5–32,5% E ning süsivesikud 55–60% E) koha pealt oli täiesti tasakaalustatud menüüsid seitse. Peamiselt oli menüüdes liiga suur rasvade ning liiga väike süsivesikute osatähtsus.
- 4) Kiudainete keskmine hulk jäi pisut alla PK II soovitusel vaid ühes koolis, alla PK III soovitusel jäi kiudainete saamine viies koolis.

- 5) Kahe kooli menüüs oli kolesteroolisisaldus soovitatavast veidi suurem.
- 6) Küllastunud rasvhapete osatähtsus toiduenergiast ületas maksimaalse lubatu (10% E) 75% menüüdes.
- 7) Sisaldus menüüs jäi alla soovituse (vastavalt 2002 / 2008PK II / 2008 PKIII)
 - a. vitamiin A – 21 / 4 / 9 kooli menüüs
 - b. vitamiin D – 36 / 36 / 36 kooli menüüs
 - c. vitamiin E – 11 / 3 / 8 kooli menüüs
 - d. vitamiin B1 – 26 / 26 / 26 kooli menüüs
 - e. vitamiin B2 – 29 / 25 / 29 kooli menüüs
 - f. niatsiin – 1 / 0 / 1 kooli menüüs
 - g. vitamiin B6 – 6 / 6 / 10 kooli menüüs
 - h. vitamiin B12 – 0 / 2 / 2 kooli menüüs
 - i. foolhape – 34 / 16 / 34 kooli menüüs
 - j. vitamiin C – 15 / 14 / 26 kooli menüüs
- 8) Vitamiini D sisaldus vastas soovitatavale vaid ühe kooli ühe päeva menüüs.
- 9) Foolhappesisaldus kõikide koolide kõikide päevade menüüdes kokkuvõtvalt vastas PK III soovitusele 39 päeval ning 2002. a soovitusele 15 päeval.
- 10) Üle PK III soovitatava 24 mg oli vitamiini C sisaldus kõikide koolide kõikidest päevadest 50 päeva menüüs. Üle poolte päevadest (57,8%) oli vitamiini C sisaldus alla 16 mg.
- 11) Toiduainetest saadava naatriumi sisaldus ei olnud alla maksimaalselt lubatu 2002. a soovituse põhjal mitte ühegi kooli menüüs. Võrreldes 2008. a PK II soovitusega, ületas toiduainetest saadud naatrium soovitusliku maksimaalse naatriumikoguse 75% menüüdes ning võrreldes 2008. a PK III soovitusega 64% menüüdes.
- 12) Üle PK III maksimaalse soovituse 640 mg oli naatriumisisaldus ainuüksi toiduainetest 44%-il kõikide koolide kõikidest päevadest.
- 13) Sisaldus menüüs jäi alla soovituse (vastavalt 2002 / 2008PK II / 2008 PKIII)
 - a. kaalium – 13 / 10 / 13 kooli menüüs
 - b. kaltsium – 36 / 32 / 32 kooli menüüs
 - c. magneesium – 19 / 8 / 19 kooli menüüs
 - d. raud – 16 / 2 / 6 kooli menüüs
 - e. tsink – 9 / 2 / 9 kooli menüüs
 - f. vask – 33 / 0 / 0 kooli menüüs
 - g. jood – 19 / 18 / 18 kooli menüüs
- 14) Fosfori- ja seleenisaldus vastas kõigis menüüdes kõikidele soovitustele.
- 15) 2002. a soovitusele vastas kaltsiumisisaldus 17 päeval kõikide koolide kõikidest päevadest.
- 16) Alla PK III soovituse oli rauasisaldus 55 päeval kõikide koolide kõikidest päevadest.
- 17) Kui võrrelda laborilt saadud toitade analüüsides andmeid koolide endi esitatud andmete ning internetipõhise toitumisprogrammiga (www.terviseinfo.ee), ei saa väita, et üks neist meetoditest oleks toiduenergia ja põhitoidainete määramiseks parem kui teine.
- 18) Erinevused koolide esitatu, analüüsi teel saadu ja programmiga arvutatu vahel võivad tulla peamiselt kolmest asjast:
 - andmebaaside toorainete rasvasused (nt veise- ja sealihaga) ei vasta tegelikult kasutusel olevate toorainete rasvasusele;
 - ebakorrektestest tehnoloogilistest kaartidest;
 - tegeliku roa valmistamise erinevus tehnoloogilisele kaardile kirjapandust.
- 19) Käesoleva uuringu andmete põhjal on oma lõputöö koostanud kolm Tartu Tervishoiu Kõrgkooli üliõpilast 7,8,9 ning üks Eesti Hotelli- ja Turismimajanduse Erakooli üliõpilane 10.

Kokkuvõttev hinnang

- 1) Õpilaste toitumise ja selle korraldamisega Tartumaa ning Virumaa koolides võib jääda üldiselt rahule. Kooliti esineb küll mõningaid puudujääke, kuid neid kõiki on võimalik kõrvaldada.
- 2) Koolipuhvetite sortiment vajaks suuremat tähelepanu ning muutmist.

11. SOOVITUSED

Käesoleva raporti põhjal võib anda analüüsitud koolidele (ning ka kõikidele teistele koolidele) edasiseks tegevuseks mõned soovitused:

- 1) Kuigi määrus lubab ka 15-minutilist söögivahetundi, on optimaalne söögivahetunni pikkus 20 minutit.
- 2) Kuigi määrus lubab anda koolilõunat kõige varem pärast teist koolitundi, on optimaalseim aeg söögivahetunniks kella 11–12 vahel.
- 3) Kuna lastel jäi kõht tühjaks peamiselt seetõttu, et portsjonid olid liiga väikesed või koolitoit ei maitsenud, siis kõhutühjuse vähendamiseks ja söömise parandamiseks tuleks
 - a. muuta portsjonid suuremaks
 - b. pöörata enam tähelepanu toitude maitsele, välimusele ja serveerimistemperatuurile
 - c. menüüsid mitmekesistada, arvestada võimaluse ja mõistuse piires laste soovidega
 - d. koolitada kokki, õpetajaid, lapsi ja lastevanemaid
- 4) Õpilaste toidueelistused näitavad selgelt, et nende toitumisharjumuste kujundamisele nii koolis kui ka kodus on vaja rohkem tähelepanu pöörata. Sööklaesindajatelt saadud informatsiooni põhjal jäetakse järele maitavad ja head toidud nagu supid, toorsalatid, tatrapuder, riis, ühepajatoit, hautatud köögiviljad ja leivasupp. Seega oleks vaja rohkem teha selgitustööd nii lastele kui ka lastevanematele, korraldades erinevaid teema- ja infopäevi, loenguid ning seminare toitumisest.
- 5) Õpilasi tuleks julgustada rohkem piima jooma.
- 6) Suuremat tähelepanu tuleks pöörata ka õpilaste toidukultuurile – õpilased ise pole sellega rahul.
- 7) Samuti tuleks juhtida tähelepanu käte pesemisele enne söömist, seda eriti keskmises ja vanemas kooliastmes.
- 8) Õpetajad peaksid rohkem sööma õpilastega samas ruumis (algklasside puhul ka samas lauas) ning sama toitu, et anda eeskuju.
- 9) Õpilastelt võiks küsida valmistatava toidu kohta arvamust ja arvestada sellega võimaluste ja mõistuse piires.
- 10) Parandada sööklatöötajate töötingimusi, et tõsta koolitoidu kvaliteeti.
- 11) Riik ja kohalik omavalitsus peaksid suunama rohkem vahendeid koolitoidu valmistamisele ja pakkumisele ning sööklatöötajate koolitamisele, et tagada täisväärtuslik, mitmekesine ning maitsev koolilõuna.
- 12) Sööklatöötajad on enim huvitatud tervisliku toitumise ja tervisliku toidu valmistamise koolitustest ning arvutikoolitusest; huvi toiduhügieeni puudutava koolituse järgi on väiksem, kuna enamik sööklapersonalist on selle läbinud.
- 13) Menüükoostajatele ja kokkadele õpetada määrusele 1 vastavate tehnoloogiliste kaartide koostamist, vajadusel alustada neid koolitavates õppeasutustes vastavaid koolitusi andvatest inimestest.
- 14) Puhvetisortimendi koostamisel lähtuda võimaluse piires raamatu “Menüüd ja retseptid lastele” 1. osas 6 leheküljel 27 esitatud soovitustest. Kuna paljud lapsed ostavad toite puhvetist kas koolilõuna asemel või sellele lisaks, peaks puhvetis olema soe toit ja tervislikumad ooted. Kooli juhtkond peaks osalema puhveti müügivaliku kujundamisel.
- 15) Hea, et puhvetites pakutakse puu- ja köögivilju, kuid tihtipeale on nende hind liiga kõrge ning õpilane valib alternatiivina sama hinnaga maiustuse.
- 16) Paljud õpilased olid vastanud, et ostaksid hea meelega puhvetist energia- ja spordijooke. Need tooted ei tohiks kindlasti kuuluda puhvetisortimenti, et neid poleks võimalik osta vähemalt kooli ajal. Õpetajad peaksid tegema rohkem teavitustööd vastavate toodete ning õpilaste tervise vahelistest seostest.
- 17) Koolilõunast saadavad keskmised energiakogused viia vastavusse määruse 1 nõuetega, vähendada energiasisalduse kõikumist päeviti.
- 18) Peamiselt oli menüüdes liiga suur rasvade ning liiga väike süsivesikute osatähtsus – suurendada teraviljatoodete ning puu- ja köögiviljade osa menüüs; vähendada suure nähtava ning peitrasvasisaldusega lihatoodete, suure rasvasisaldusega piimatoodete, küpssetiste, saiakeste ning lisatavate tahkete toidurasvade pakkumist.
- 19) Küllastunud rasvhapete osatähtsuse vähendamiseks suurendada küllastumata rasvhapete (kala, oliivi- ja rapsiõli, pähkliid-seemned) ning vähendada küllastunud rasvhapete rikaste toitude (rasvased liha- ja piimatooted, küpssetised) sisaldust menüüs. Eelistada töötlemata toiduainete kasutamist poolfabrikaatidele.

- 20) Koolid, kelle koolilõuna menüü sisaldas liiga vähe kiudaineid, peaksid lisama menüüsse rohkem täisteratooteid ning puu- ja köögivilju.
- 21) Vitamiinide ja mineraalainete sisalduse tõstmiseks menüüs on tabelites 99 ja 100 esitatud nende parimad allikad, mida tuleks menüüsse rohkem lisada.
- 22) Naatriumisisaldust menüüs tuleb vähendada.
- 23) Näidismenüüsid ning retsepte saab raamatust "Menüüd ja retseptid lastele"⁶.
- 24) Menüüde toiteväärtuse arvutamiseks on võimalik kasutada internetipõhist toitumisprogrammi (www.terviseinfo.ee), vajadusel pöörduda selle programmi kasutamise koolituse saamiseks Tervise Arengu Instituudi poole.

Tabel 100. Vitamiinide parimad allikad¹¹

Vitamiin	Parimad allikad
Vitamiin A	maks, maksapasteet, piimatooted (nt juust ja või), munakollane ning karotenoidid: kollased ja oranžid puu- ja köögiviljad (nt porgand, paprika ja tomat)
Vitamiin D	kalamaksaõli, (rasvane) kala, muna, või ja maks
Vitamiin E	taimsed õlid, pähklid, seemned ja idandid
Vitamiin B ₁	päevalilleseemned, nisuidud, pärm, seafilee, täisteratooted, kuivatatud herned, kaerahelbed ja juust
Vitamiin B ₂	maks, pärm, täisteratooted, piimatooted (nt juust), rohelised taimeosad, munakollane, kaunviljad ja mandlid
Niatsiin	lihatooted, linnuliha, kala, pähklid, piimatooted ja muna
Vitamiin B ₆	kala, linnuliha, taine veiseliha, banaanid, kuivatatud ploomid ja oad, täisteratooted, maks ning banaanid
Vitamiin B ₁₂	maks, mereannid, liha, verivorst, piimatooted ja munakollane
Foolhape	pärm, rohelised taimeosad, kaunviljad (nt läätsed, herned ja oad), siseelundid (nt neerud ja maks), brokoli ning lillkapsas
Vitamiin C	marjad ning puu- ja köögiviljad, nt mustsõstrad, astelpaju- ja kibuvitsamarjad, tikrid, kiivi, paprika, tsitruselised, kaalikas, kartul ning kapsad

Tabel 101. Mineraalainete parimad allikad¹¹

Mineraalaine	Parimad allikad
Kaltsium	piim ja piimatooted, kala ning tumerohelised taimeosad – oluline on ka piisava koguse vitamiini D saamine, et kaltsium imenduks
Kaalium	kõige enam leidub taimse päritoluga toiduainetes: puu- ja köögiviljades ning kaunviljades (nt banaan, virsik, rosinad ja kartul)
Naatrium	kõige enam naatriumi on keedusoola (NaCl) koostises; naatriumirikkad on ka valmistooted: juust, leib, konservid, lihasaadused, oliivid, ketšup, konservid ning soola- ja suitsuliha/-kala
Magneesium	täisteratooted, pähklid, lehtköögiviljad ja idandid
Fosfor	täisteratooted, piimatooted, linnu- ja veiseliha, kala ja seemned
Raud	maks, taine veise- ja sealihaga ning täisteratooted (viimaste puhul on oluline saada piisavalt vitamiini C, et raud imenduks)
Tsink	mereannid, liha, täisteratooted, muna, kaunviljad, maks, seemned ja idud
Vask	maks, kakao, seemned, pähklid, punane liha ja mereannid
Jood	merekala, mereannid, tursamaks ja (jodeeritud) sool
Seleen	valgurikkad loomsed toiduained (nt liha ja muna), kala, seemned ning täisteratooted

KASUTATUD KIRJANDUS

1. Sotsiaalministri määrus nr 8. Tervisekaitsenõuded toitlustamisele koolieelses lasteasutuses ja koolis. 15. jaanuar 2008.
[WWW] <https://www.riigiteataja.ee/ert/act.jsp?id=12912436>
2. Maitsev ja tervislik koolitoit. - *Virumaa Teataja*, 2005, 27. august.
[WWW] <http://www.virumaateataja.ee/290805/esileht/15026021.php?&Y=2005&M=9>
3. Toitlustamise korraldamine koolides aastal 2006. Tervisekaitseinspeksioon. Tallinn, 2006.
[WWW] http://www.tervisekaitse.ee/documents/haridusjasotsiaal/Toitlustamise_korraldamise_aruanne_koolides_2006_2.pdf
4. Energiajookide reklaam ja müük lastele. Tarbijakaitseamet. Tallinn, 2009.
[WWW] http://tk.riik.ee/public/Energiajookide_reklaam_ja_m_k_lastele-_juhend.pdf
5. Sotsiaalministri määrus nr 93. Tervisekaitsenõuded toitlustamisele koolieelses lasteasutuses ja koolis. 27. juuni 2002.
[WWW] <https://www.riigiteataja.ee/ert/act.jsp?id=180654>
6. Jaansoo, S., Pitsi, T. Menüüd ja retseptid lastele, 1. ja 2. osa. Tervise Arengu Instituut. Tallinn, 2008.
7. Relvik, M. Virumaa linnakoolide lõunamenüüde uuring: diplomitöö. Tartu Tervishoiu Kõrgkool, 2008.
8. Seersant, K. Tartumaa koolide lõunamenüü uuring: diplomitöö. Tartu Tervishoiu Kõrgkool, 2008.
9. Kõverik, M. Koolilaste toitlustamise korraldus Ida-Virumaa koolides: diplomitöö. Tartu Tervishoiu Kõrgkool, 2009.
10. Martverk, M. Koolitoidu tervislikkus Tartumaa koolides: diplomitöö. Eesti Hotelli- ja Turismimajanduse Erakool, 2009.
11. Deikina, J., Jõelet, A. Noorte toitumis- ja toidusoovitused. Tervise Arengu Instituut. Tallinn, 2009.

LISA 1. ANKEET KOOLIDE TAUSTINFORMATSIOONIGA

1) Kuidas on finantseeritud õpilaste tootlustamine

	Tasuta (sh riigi 10.42)	(Juurde)maks, kui palju?	Kes maksab juurdemaksu (KOV, lapsevanem)	Saavad midagi lisaks lõunale (puuvili, koolieine)	Märkused
Algkooliaste (AK)					
Põhikooliaste (PK)					
Gümnaasiumiaste (G)					

Kui juurdemakstava osa peab maksma vanem, aga tal pole raha (ei maksa), kas siis: leitakse mingi võimalus ja: laps saab selle toidu / saab vastavalt vähem toitu / ei saa üldse toitu / muu _____
 Kui suur on summa, mida on maksimaalselt võimalik kulutada puhtalt roa valmistamiseks vajalikele toorainetele ühe õpilase kohta päevas AK _____ krooni PK _____ krooni G _____ krooni

2) Õpilaste/koolilõunat söövate õpilaste arv koolis:

	1. maja/söökla		2. maja/söökla *		3. maja/söökla*	
	õpilasi	sööjaid	õpilasi	sööjaid	õpilasi	sööjaid
Algkooliastmes						
Põhikooliastmes						
Gümnaasiumiastmes						

* osadel koolidel käivad lapsed koolis eri majades ja ka söövad eri sööklates. Sel juhul tuleb täita ka 2. (ja vajadusel ka 3.) veerg. Koolidel, kus tootlustatakse ühes sööklas, täita ainult esimene veerg

Õpetajate arv koolis _____

3) Serveerimise korraldus

	Algkooliaste	Põhikooliaste	Gümnaasiumiaste
Kõik road taldrikutes valmis portsjonitena			
Osad road (magustoidud, portsjontooted) laual valmis portsjonitena, osad pottides vm, kust lapsed ise tõstavad soovitava koguse			
Kõik road serveeritakse pottides laudadele jm, kust lapsed ise tõstavad soovitava koguse			
Lapsed käivad läbi leti eest, kus kokatädi serveerib igale isikliku portsjoni			
Iseteeninduslett, kust saab võtta kõike, palju soovitakse			
Iseteeninduslett, kust saab võtta enamikku, palju soovitakse, kuid mõned toidud on eelnevalt portsjoneeritud			
Muu			

4) Kuidas saavad õpilased piima:

- ☐ kool saab koolipiimaprogrammi raames paaril korral nädalas lisapiimatoodet, ei kajastu menüüdes

Mida, kui tihti _____

- ☐ koolis on piimaautomaat

- ☐ koolis on piim iga päev saadaval kannudega

Kus kannud asuvad _____

Kui kaua piim neis seisab _____

Kas piim on ka siis, kui on supipäev _____

- ☐ piima saavad lapsed täpselt nii palju, kui on kirjas menüüdes, juurdesaamise võimalus puudub

5) Kas ja kuidas on saadaval puhas joogivesi: jah (kuidas - aparaat vm?) _____ / ei
 Tasuta? _____

6) Kas koolis on koolipuhvet jah / ei

Kui jah, kas see on sööklaga seotud või eraldi toimiv _____

LISA 2. JUHEND VAATLUSE LÄBIVIIMISEKS INSPEKTEERIMISE AJAL

1) Vaatluspäeva menüü

Koolilõuna söömine (hinnanguline) (peaaegu kõik õpilased, umbes pooled, vähem kui pooled, üksikud) – vastus igasse veergu

Täpsustada, mis klassidega tegemist	Sõid peaaegu kõik ära	Sõid umbes pool pakutust ära	Ei söönud peaaegu midagi ära

Mida jäeti enim alles _____

2) Lastel on alati vajadusel võimalik kasutada: nuga jah/ei

Hinnanguliselt paljud kasutasid nuga, kui oli roog, mida võiks süüa noa-kahvliga (mõni, 1/3, 1/2, suurem osa)

Põhikooliaste: _____ Gümnaasiumiaste: _____

3) Enne sööki õpilastel kätepesu võimalus:

on vahetult söökla lähedal / kaugemal / puudub üldse

käte pesemiseks soe vesi: on/ ei ole

kätepesemise vahend: on/ ei ole

käte kuivatamise võimalus: on/ei ole

Kui paljud hinnanguliselt pesevad enne sööki käsi (mõni, 1/3, 1/2, suurem osa)

Algkooliaste: _____ Põhikooliaste: _____ Gümnaasiumiaste: _____

4) Õpetajad söövad (igasse kasti + või –):

Õpetajad söövad õpilastega enamasti	Algkooliaste	Põhikooli ja gümnaasiumiaste
Samas ruumis		
Samas lauas (väiksemate laudkondade puhul vähemasti ühes klassi laudadest)		
Sama toitu		
Erinevat toitu või eri suurused portsjonid (täpsustada)		

5) Kas õpilased on sööklas korrapidajateks? Mitu õpilast korraga? Ühest või igast klassist? Mis vanusegrupp? Mis on nende ülesanded? _____

6) Kas õpilased viivad ise ära kasutatud toidunõud? Kas õpilased sorteerivad toidunõud enne pesemist? _____

LISA 3. KOOLIÕPILASTE ANKEET

HEA VASTAJA!

Palume sul vastata järgmistele küsimustele. See ei ole test, siin ei ole õigeid ega valesid vastuseid. Palun tee rist sinu jaoks kõige sobivama vastuse ees olevasse lahtrisse või kirjuta vastus tühjaks jäetud kohale. Kui sa tahad vastust muuta, tee uue valiku juurde rist ning kirjuta juurde "õige".

Kui vana Sa oled Mitmendas klassis õpid Oled ☐ poiss ☐ tüdruk

1. Kas saad koolitoitu (vali 1kõige sobivam variant)

- ☐ jah, täiesti tasuta (jätka küsimusega nr 4)
- ☐ jah, vanemad maksavad veidi juurde (jätka küsimusega nr 4)
- ☐ jah, aga veidi vähem kui teised, sest koolitoit on kallim kui riigi poolt eraldatud raha ja vanemad ei ole nõus maksma juurde (jätka küsimusega nr 4)
- ☐ ei saa, kuigi õpin alg- või põhikoolis, aga koolitoit on kallim kui riigi poolt eraldatud raha ja vanemad ei ole nõus maksma juurde (jätka küsimusega nr 2)
- ☐ muu _____

2. Miks vanemad ei ole maksnud Sinu koolilõuna eest juurdemaksmisele kuuluvat lisaraha:

- ☐ koolilõuna on nende meelest liiga kallis
 - ☐ koolilõuna kvaliteet ei ole seda hinda väärt
 - ☐ eelistan koolipuhvetist müügilolevat toitu
 - ☐ mina ei taha süüa. Miks?
 - ☐ koolitoit ei maitse
 - ☐ koolitoit on tihti jahtunud
 - ☐ koolisöökla on kole või külm
 - ☐ kokatädid on ebameeldivad
 - ☐ söögivahetund on liiga vara
 - ☐ söögivahetund on liiga hilja
 - ☐ söögivahetund on liiga lühike
 - ☐ olen dieedil
 - ☐ kõht ei ole tühi

3. Milline järgnevalt toodud väide käib kõige rohkem Sinu kohta:

- ☐ ma ei söö koolipäeva jooksul midagi
- ☐ ma ostan koolilõuna puhvetis (mida tavaliselt) _____
- ☐ ma ostan puhvetist näksimist (mida tavaliselt) _____
- ☐ ma võtan kodunt midagi lõunaks kaasa (mida tavaliselt) _____
- ☐ ma käin kooli lähedal poes mingit sööki ostmas (mida tavaliselt) _____

4. Kas Sa sööd pakutud koolilõuna peaaegu täiesti ära ?

- ☐ alati
- ☐ enamasti
- ☐ vahel
- ☐ mitte kunagi

5. Kas koolilõuna portsjonid on Sinu jaoks piisavad?

- ☐ jah
- ☐ ei

6. Kui tihti jääb Sul peale koolilõuna söömist kõht tühjaks?

- ☐ alati ☐ vahel
☐ enamasti ☐ mitte kunagi

Kui kõht jääb tihti tühjaks alati või enamasti, siis täpsustada, miks:

- ☐ portsjonid väikesed
☐ söök ei maitse
☐ ei saa juurde tõsta
☐ ei söö üldse sellist toitu, mida koolis pakutakse
☐ muu, mis? _____

7. Kui tihti on Sul peale koolipäeva lõppu kõht tühi?

- ☐ alati ☐ vahel
☐ enamasti ☐ mitte kunagi

8. Kui tihti Sa ostad puhvetist :

A. Lõunasööki koolitoidu asemel

- ☐ peaaegu iga päev
☐ 1-2 korda nädalas
☐ 1-2 korda kuus
☐ mitte kunagi

Kui ostad, siis mida tavaliselt _____

B. Lõunasööki koolitoidule lisaks

- ☐ peaaegu iga päev
☐ 1-2 korda nädalas
☐ 1-2 korda kuus
☐ mitte kunagi

Kui ostad, siis mida tavaliselt _____

C. Lisanäksimist

- ☐ peaaegu iga päev
☐ 1-2 korda nädalas
☐ 1-2 korda kuus
☐ mitte kunagi

Kui ostad, siis mida tavaliselt _____

9. Kas käid vahetundide ajal poes midagi ostmas:

- ☐ ei käi, ei ole sellist poodi läheduses
☐ ei käi, ei ole vajadust
☐ käin vahetevahel
☐ käin päris tihti.

Kui ostad, siis mida tavaliselt _____

10. Kas söögivahetund on Sinu arvates:

- ☐ liiga vara ☐ õigel ajal ☐ liiga hilja

11. Kas söögivahetund on Sinu arvates?

- ☐ liiga lühike ☐ paraja pikkusega ☐ liiga pikk

12. Kas Teie koolis toimub toitlustamine ?

- ☐ iseteenindusletist ☐ pottidest-kaussidest laual ☐ portsjonitena laual

Kui rahul sellega oled ?:

- ☐ väga rahul ☐ üldiselt rahul ☐ üldse mitte / vahet pole

13. Mitu klaasi piima Sa tavaliselt koolinädala jooksul jood KOOLIS? _____klaasi

Kui Sa jood 0-1 klaasi, siis mis on need põhjused, miks Sa ei taha rohkem juua (vali 1 variant)

- ☐ ei joo üldse piima, sest piim ei maitse
☐ ei joo üldse piima, sest ei minu organism ei talu piima
☐ ei joo üldse piima, sest olen dieedil
☐ koolis puudub võimalus piima saada
☐ tavaliselt on laual muid jooke, mida valida
☐ pakutav piim on paha maitsega või halvaks läinud
☐ sõbrad ei joo ja ma ei taha erineda
☐ piim ei sobi nende toitude kõrvale, mida sööklas pakutakse
☐ pakutav piim on liiga külm
☐ pakutav piim on liiga soe
☐ muu, mis _____

14. Kas Teie koolis on õpilastelt küsitud arvamust/soove söögi, toitlustamise korraldamise jm kohta?

- ☐ Ei ole kunagi arvamust küsinud ega ka jälgitud, kas süüakse pakutud toit ära
☐ On küsitud ja arvestatakse võimaluse piires
☐ Arvamust on küll küsitud, kuid sellega ei ole arvestatud
☐ Õpilased on pakutuga niigi väga rahul

Kui on küsitud, siis kuidas

- ☐ küsitlus
☐ õpilasomavalitsuselt
☐ suuliselt
☐ arvestatud pretensioone vm
☐ muu _____

Kui ei ole küsitud, siis kas Sinu arvates oleks see vajalik?

- ☐ jah ☐ ei

15. Järgmisena tahame teada, milline on Sinu rahulolu kooli toitlustusega. Tee igale reale sobivasse lahtrisse rist

	väga rahul	rahul	üldse ei ole rahul	ei oska öelda
Söögisaali üldmulje, funktsionaalsus				
Söögisaali mööbel				
Õpilaste toidukultuur (käitumine)				
Menüü mitmekesisus				
Toitude maitse				
Toitude temperatuur				
Toitude välimus				

16. Järgmises tabelis on toodud nimekiri sööklaroogadest. Hinda palun iga toidu juures, kas seda pakutakse teie koolis ja kas sa tavaliselt sööd ära? (tee rist sobivasse lahtrisse)

	Kas seda on koolisööklas pakutud			Kui pakutakse, siis kas sööd ära	
	Jah	Ei	Ei oska öelda	Üldjuhul jah	Enamasti mitte
Toorsalat/ Kõõgiviljalõigud					
Puder (kaerahelbe, manna jms)					
Kõõgiviljasupp, borš, peedisupp					
Kanasupp					
Piimasupp					
Seljanka					
Kalasupp					
Frikadellisupp, hakklihasupp					
Hernesupp, oasupp					
Kõõgiviljahautis või -vormiroog					
Praetud või ahjukala					
Kalapulgad, -burgerid, -kotletid					
Praetud või ahjukana					
Lihakaste/ Hakklihakaste					
Pilaff					
Pikkpois, kotletid					
Grillvorstid, viinerid, sardellid niisama või kastmena					
Maksakaste, maksakotletid					
Kartulipuder, keedetud või ahjukartulid					
Tatrapuder, riis					
Makaronid					
Omlett					
Leivasupp, mannavah					
Tarretised					
Kissellid (mahla, rosina, piima-)					
Pannkoogid					
Saiake, kook					
Vahukoor					
Kohupiimamagustoit / kohuke					
Piim					
Keefir					
Jogurt					
Tee					
Kakao					
Kohv					
Korralik mahl või nektar					
Morss („värviline vedelik“)					

17. Järgmises tabelis on loetelu puhvetitoitudest. Märki iga toidu juures, kas see on teie kooli puhvetis müügil, kas see on Sinu arvates tervislik ja kui see toit on/oleks puhvetis müügil, kas Sina seda ostaksid. Seega tuleb teha iga toidu kohta igasse osasse rist. Kui Sinu koolis ei ole puhvetit, siis täida ainult 2. ja 3. osa

	1. Kas on teie puhvetis			2. Kas see on Sinu arvates			3. Kas ostad/ostaksid, kui on/oleks teie puhvetis	
	Jah	Ei	Ei tea	Tervislik	Vähem tervislik	Ei oska öelda	Jah	Ei
Puuviljad, tervelt								
Puuviljad, tükeldatult								
Köögiviljad								
Toorsalatid								
Salatid hapukoore- või majoneeskastmega								
Pitsa								
Hamburgerid								
Võileivad								
Kahekordne sändvit								
Praad								
Puljong								
Supp								
Pannkoogid								
Saiakesed ja pirukad pärmitaignast								
Saiakesed ja pirukad lehttaignast								
Magusad koogid								
Küpsised								
Kohukesed								
Jogurt								
Piim								
Jäätis								
Mahl								
Morss („värviline vedelik“)								
Karastusjoogid								
Dieetjoogid								
Energiajoogid, spordijoogid								
Kuivatatud puuviljad								
Pähklid, seemned								
Kartulikrõpsud								
Popcorn								
Kommid								
Täidisega šokolaadid (nt. Mars jmt)								
Tavalised šokolaaditahvlid								

LISA 4. SUULINE KÜSIMUSTIK KOOLI DIREKTORILE / JUHTKONNALE

1) Küsitaja: „Teie koolis on toitlustamine korraldatud (kooli poolt / firma poolt):

a) kuivõrd rahul te olete sellise õpilaste toitlustamise korraldamisega olete”:

väga / rahul / üldse mitte / vahet pole, sest mind see ei puuduta

Mis võiks olla teisiti

Takistused muutmiseks

b) toitlustamine toimub iseteenindusletist, pottidest laual, portsjonitena vm, kuivõrd rahul te sellega olete:

väga / rahul / üldse mitte / vahet pole, sest mind see ei puuduta

Mis võiks olla teisiti

Takistused muutmiseks

2) Kas ja kui palju saab kooli juhtkond kaasa rääkida / räägib kaasa menüü koostamisel _____

puhvetivaliku koostamisel _____

Kui ei saa, siis miks? Kas peaks saama? Või on see korraldatud kuidagi teistmoodi?

3) Hinnake oma rahulolu vastates järgmistele küsimustele (3-väga rahul, 2-rahul, 1-üldse ei ole rahul, x-ei oska öelda):

Söögisaaü üldmulje, funktsionaalsus 3 2 1 X

Söögisaaü mööbel 3 2 1 X

Söögivahtundide toimumise kellaajad 3 2 1 X (kui <=2, siis võiks täpsustada, kas liiga hilja või vara)

Söögivahtundide pikkused 3 2 1 X

Õpilaste toidukultuur (käitumine) 3 2 1 X

Menüü mitmekesisus, tervislikkus 3 2 1 X

Teie arvates õpilaste üldine rahulolu koolitoiduga 3 2 1 X

Kooli juhtkonna ja õpetajate üldine rahulolu koolitoiduga 3 2 1 X

Kooli ja koolisöökla personali / firma omavaheline koostöö 3 2 1 X

4) Mis on Teie arvates peamised takistused koolitoitlustamise ja koolitoidu paremaks muutmise teel (märkige kõik põhjused, lisage omi)

Polegi takistusi, kõik väga hästi	☐	Töötajate palgad	☐	Firma huvipuudus	☐
Ruumid, seadmed, inventar	☐	Vähene koolitus	☐		☐
Raha (investeeringud)	☐	Töötajate huvipuudus	☐		☐
Töötajate puudus	☐	Riigi või KOV huvipuudus	☐		☐
Töötajate tase	☐	Kooli huvipuudus	☐		

5) Kas teie koolisöökla osales TAI poolt korraldatud võistlusel „Parim koolisöökla 2007”? jah / ei / ei tea
Kui jah, siis mis pani teid osalemisest huvituma, kas oli probleeme seoses korraldusliku poolega, ettepanekud, rahulolu konkursiga

Kui ei, siis miks (pole kuulnudki, liigne töö, ei näe mõtet, ei pea sööklat heaks jne) ja kes otsustas, et ei osaleta

Kas leiate, et selline ettevõtmine on vajalik?

6) On midagi, mida sooviksite ise lisada

LISA 5. SUULINE KÜSIMUSTIK SÖÖKLAESINDAJALE (vajadusel kaasata kokk)

1) Teie koolis on toitlustamine korraldatud...

a) ... kooli poolt/ firma poolt vm), kuivõrd rahul te sellega olete:

väga / rahul / üldse mitte / vahet pole, sest mind see ei puuduta

Mis võiks olla teisiti _____

Takistused muutmiseks _____

b) toitlustamine toimub iseteenindusletist, pottidest laual, portsjonitena vm, kuivõrd rahul te sellega olete:

väga / rahul / üldse mitte / vahet pole, sest mind see ei puuduta

Mis võiks olla teisiti _____

Takistused muutmiseks _____

2) Andmed köökipersonali kohta (kokad, abikokad, abitöölised, nõudepesijad jm)

Töökoht	Haridus	Vanus, a	Tööstaaž toitlustuses, a	Tööaeg (kell), mitu kuud/ a	Palgatase vahemikuna (bruto)
Nt: kokk	Kuressaare Ametikool, kokk	30	10	6.30-14.30, 9 kuud	3001-4000

3) Kuidas hindate enda ja kogu köökipersonali teadmisi

	Vastaja (söökla esindaja)			Kogu personal keskmiselt		
Teadmised	Väga hea	Hea	Vajaks täiendamist	Väga hea	Hea	Vajaks täiendamist
Tervislikust toitumisest, tervislikest toiduvalmistamise viisidest						
Toidu ohutusest						

4) Kas viimase 5 aasta jooksul on köökipersonal osalenud täienduskoolitusel, kursustel? Täpsustada koolituse nimetus ja läbiviija, aeg ja kestus ning võimalusel lektorid. Kui vastajad kattuvad, siis märkida see ning küsitleda mõnda teist söökla töötajat, kokku 5 inimest või kõik töötajad, kui personali vähem kui 5

Söökla juhataja

	Koolituse nimetus, läbiviija, lektorid	Aasta, kestus (h)	Ei
Toidu ohutus			
Toiduvalmistamine			
Tervislik toitumine			
Arvutikoolitus, arvutipõhine toitainete arvutamise programm			
Muu:			

Peakokk

	Koolituse nimetus, läbiviija, lektorid	Aasta, kestus (h)	Ei
Toidu ohutus			
Toiduvalmistamine			
Tervislik toitumine			
Arvutikoolitus, arvutipõhine toitainete arvutamise programm			
Muu:			

Menüü koostaja

	Koolituse nimetus, läbiviija, lektorid	Aasta, kestus (h)	Ei
Toidu ohutus			
Toiduvalmistamine			
Tervislik toitumine			
Arvutikoolitus, arvutipõhine toitainete arvutamise programm			
Muu:			

Abikokk

	Koolituse nimetus, läbiviija, lektorid	Aasta, kestus (h)	Ei
Toidu ohutus			
Toiduvalmistamine			
Tervislik toitumine			
Arvutikoolitus, arvutipõhine toitainete arvutamise programm			
Muu:			

Abitööline

	Koolituse nimetus, läbiviija, lektorid	Aasta, kestus (h)	Ei
Toidu ohutus			
Toiduvalmistamine			
Tervislik toitumine			
Arvutikoolitus, arvutipõhine toitainete arvutamise programm			
Muu:			

5) Kas ja millisest koolitusest oleks teie söökla personal huvitatud (vt eelmist küsimust)?

Kes peaks selle eest hea seisma ja vastutama (toitlustav firma, söökla personal, kooli juhtkond vm) ning kuidas ta seda tegema peaks (toetama rahaliselt, motiveerima muud moodi, sundima) _____

6) Suurimad muudatused viimase 5 aasta jooksul (täpsustada aasta) koolisööklas? Mida ja millal viimati renoveeriti? Mis seadmeid osteti?

7) Milliseid seadmeid (või mille tegemiseks inventari) vajaksite sööklasse lisaks?

8) Kes koostab menüü? _____ (vt ka küsimused menüü koostajale)
Kui menüü koostamine toimub väljaspool sööklat, siis kui suur on teie võimalus selle koostamisel kaasa rääkida

9) Mitu õpetajat sööb koolilõunat?

Kas toit on sama, mida saavad lapsed?

Kas portsjonid on sama suured kui lastel?

10) Mida süüakse Teie koolis alati hea meelega

11) Mida jäetakse enim alles

12) Millisel kujul on teil peamiselt järgmised toiduained

Liha: jahutatud/külmutatud

Kala: jahutatud/külmutatud

Köögiviljad: värsked/ külmutatud

13) Milliseid pooltooteid, poolfabrikaate, valmistoite ning kui sageli kasutate (ise täiendada)

Nimetus	Sagedus (nt 1 x kuus, 3 x nädalas)	Märkused (nt ainult märts-maini, ainult suppides vm)
Kooritud kartulid		
Kalapulgad, -burgerid, kotletid		
Poe kohupiimakreem		
Saiakesed, pirukad, koogid		
Külmutatud köögiviljasegu		
Kohukesed		
Jäätis		
Viinerid, sardellid, grillvorstid		
Pihvid lihast, kanalihast		

14) Hinnake koostööd ning üksteise arvamuste-ettepanekutega arvestamist kooli söökla personali ja/või toitlustava firma ning kooli juhtkonna ja personali vahel (millega olete rahul, mis võiks paremini olla jne)

15) Hinnake oma rahulolu vastates järgmistele küsimustele (3-väga rahul, 2-rahul, 1-üldse ei ole rahul, x-ei oska öelda):

Söögivahetundide kellaajad 3 2 1 X (kui <=2, siis võiks täpsustada, kas liiga hilja või vara)

Söögivahetundide pikkused 3 2 1 X (kui <=2, siis võiks täpsustada, kas liiga lühikesed või pikad)

Söökla personali arv 3 2 1 X

Söökla personali koolitustase, erialased oskused 3 2 1 X

Vajalikud abivahendid (arvuti, programm jm) ja oskused menüü koostamiseks 3 2 1 X

Menüü mitmekesisus, tervislikkus 3 2 1 X

16) Mis on Teie arvates peamisteks takistusteks teie koolis koolitoitlustamise ja koolitoidu paremaks muutmise teel (märkige kõik põhjused, lisage omi) võiks välja visata, mida arvavad teised?

Polegi takistusi, kõik väga hästi	☐	Töötajate palgad	☐	Firma huvipuudus	☐
Ruumid, seadmed, inventar	☐	Vähene koolitus	☐		☐
Raha (investeeringud)	☐	Töötajate huvipuudus	☐		☐
Töötajate puudus	☐	Riigi või KOV huvipuudus	☐		☐
Töötajate tase	☐	Kooli huvipuudus	☐		

17) Kas teie koolisöökla osales TAI poolt korraldatud võistlusel „Parim koolisöökla 2007”? jah / ei / ei tea
Kui jah, siis mis pani teid osalemisest huvituma, kas oli probleeme seoses korraldusliku poolega, ettepanekud, rahulolu konkursiga _____

Kui ei, siis: miks (pole kuulnudki, kes ei soovinud ja miks (liigne töö, ei näe mõtet, ei pea sööklat heaks jne) _____

Kas leiate, et selline ettevõtmine on vajalik? _____

18) Mida sooviksite ise lisada:

LISA 6. SUULINE KÜSIMUSTIK MENÜÜKOOSTAJALE

1) Milliseid abivahendeid menüü koostamisel kasutate (raamatud, programmid)

Raamatud vmt _____

Programmid _____

2) Kas välja on arvutatud energia ja toitaineline koostis: jah / ei / ei tea

Kui arvutatakse, siis kes ja kuidas (mille kaasabil – tabelid, raamatud, arvutiprogramm (nimetus))

3) Kas Teie koolis on allergia või ainevahetushäiretega lapsi (tsöliaakia, diabeet, toidutalumus, allergia jm)

	Millist toitu saab				
	Mitu õpilast	Eritoitu	Sama toitu teiste õpilastega	Kodunt kaasa võetud	Muu, mis...
Tsöliaakia					
Diabeet					
Laktoosintolerantsus					
Toidutalumus					
Toiduallergia					

Täpsustage, millistele toiduainetele on sagedasemad toiduallergiad/talumatused Teie koolis

4) Küsimused internetipõhise toitumisprogrammi www.terviseinfo.ee kohta (kui toitainelist koostist ei arvutata, siis vastab menüü koostaja, kui arvutatakse, siis vastab see, kes seda arvutab)

Kas olete teadlik internetipõhisest toitumisprogrammist? Jah / ei

Kust saite teavet selle programmi kohta? _____

Kas olete kasutanud seda programmi (1./2.versioon, kui tihti)? Jah/ei _____

Rahulolu programmiga (mis vajaks parandamist, ettepanekud jm) _____

5) Kas eraldatud summa (10.42 toorainele) on teie arvates piisav mitmekülgse, tervisliku ja maitsva menüü koostamiseks? _____

Kui palju võiks olla ette nähtud umbes kulutamiseks:

toorainele ühe õpilase kohta _____

kogu toitlustamiskulude katteks ühe õpilase kohta (sh tooraine, majap.kulud, palgad, kasum jm) _____

Mida te muudaksite (lisaksite), kui teil oleks võimalik menüü koostamisel kasutada raha nii palju, kui soovite

6) Kas õpilastelt on küsitud arvamust ja soove söögi, toitlustamise korraldamise jm kohta

- ☐ Ei ole kunagi arvamust küsinud ega ka jälgitud, kas süüakse pakutud toit ära
- ☐ On küsitud ja arvestatakse võimaluse piires
- ☐ Arvamust on küll küsitud, kuid sellega ei ole arvestatud
- ☐ Õpilased on pakutuga niigi väga rahul

Kui on küsitud, siis kuidas (küsitlus, õpilaskogult, suuliselt, arvestatud pretensioone vm)

Kas ja kes peaks õpilastelt küsima arvamust toitlustamisest koolis ja mil viisil arvamuse küsimine võiks toimuda: jah / ei

Kuidas: _____

Arvamuse küsimine: plaanis / ei ole plaanis

LISA 7. SUULINE KÜSIMUSTIK PUHVETIPIDAJALE

- Täpne sortiment eelnevalt
- Ostjate arv ühel päeval (sh vahetundide/tundide ajal/peale tunde)
- Müüdud kogused päeva jooksul

1) Puhveti lahtiolekuajad (kellaajad, st, et kas müük ainult vahetundidel või kogu aeg)

2) Kas ja kui suurel määral saate kaasa rääkida puhveti valiku kujundamisel?

3) Kas kooli juhtkonna poolt on/olid nõudmised /soovitused puhveti sortimendi osas _____

4) Kas ja kui suurel määral arvestate õpilaste soovidega valiku tegemisel? _____

5) Mis peaks puhvetis kindlasti olema Teie arvates _____

6) Mida võiks puhvetis mitte pakkuda _____

7) Kas on midagi, mida sooviksite pakkuda, kuid teatavatel põhjustel ei saa?

Mida (nt puuviljad) ja miks ei saa (Vihjed - pole ahju, pole kraanikaussi, vastuolud kooliga vm) _____

Minu arvates tööd puhvetis raskendavad järgmised asjaolud:

MÄRKUSED

MÄRKUSED

[illegible]

Õpilaste päevane toit peab sisaldama makro- ning mikrotoitaineid koguses, mis katab lapse vanusest ja soost tuleneva ööpäevase valkude-, toidurasvade-, süsivesikute- ning veevajaduse. Õpilaste toitlustamisel tuleb arvestada, et koolilõunaks pakutava toiduga tuleb katta 30-35% vanuserühma ööpäevasest keskmisest toiduenergiavajadusest. Koolilõuna peab vastama toitumissoovitustele, kuna paljudele lastele on lasteasutuses pakutav toit päeva ainukeseks täisväärtuslikuks toiduks. Koolilõunal on ka oluline roll õpilaste üldiste toitumisharjumuste kujundamisel. Antud trükis annab ülevaate Eesti koolides pakutava lõuna kohta Virumaa ja Tartumaa koolides 2007. aastal.

