



Vaikai renkasi maistą pagal draugų rekomendacijas, o kaina ir sveikumas mažiau svarbu.

70 proc. mokinių pietauja mokyklų valgyklose, 12 proc. grįžta pavalgyti į namus, 8 proc. patys atsineša maisto į mokyklą, atskleidė mokykloms maistą tiekiančios įmonės „Pontem“ užsakymu „Spinter tyrimai“ atlikta reprezentatyvi mokinių apklausa, atlikta baigiantis šiemis mokslo metams.

„Žinoma, idealu būtų, kad visi mokiniai maitintųsi mokyklų valgyklose, kur maistas, pagal sveikatos apsaugos ministro nustatytus reikalavimus vaikų ugdymo ir globos įstaigų maitinimo organizavimui, pateikiamas šviežias, palankus sveikatai, subalansuotas ir tinkamas vaikams. Tačiau vertinčiau, kad du trečdaliai pietaujančių mokyklų valgyklose yra geras rodiklis“, – komentavo Sveikatos apsaugos ministerijos Sveikatos stiprinimo valdybos Mitybos ir fizinio aktyvumo skyriaus vedėjas Almantas Kranauskas.

Vaikų ir jaunimo maitinimu ugdomo įstaigose besirūpinančios bendrovės „Pontem“ direktorės Audronės Tendzegolskienės teigimu, tyrimas atskleidė, kad trečdalis mokinių valgo namuose, iš namų atsineštą maistą, perka užkandžių greta mokyklų esančiose parduotuvėse, kioskuose, kebabinėse. Į greta mokyklų esančias užkandinės dažniausiai eina 16–18 m. mokiniai. Apskritai esančių užkandinių ir kebabinių paslaugomis dažniausiai naudojami didžiųjų miestų mokiniai.

„Tai rodo, kad bendromis maitinimą organizuojančių įmonių, mokytojų ir pačių vaikų tėvų pastangomis turime dar daugiau dėmesio skirti aiškintis, ką mėgsta vaikai, ko nemėgsta, kryptingai formuoti jų mitybos įpročius ir sukurti tokius meniu, kad moksleiviams nereikėtų maitintis greta mokyklų esančiose užkandinėse ar pirkti maisto parduotuvėse“, – teigė A.Tendzegolskienė.

„Spinter tyrimai“ įmonei apklausus beveik 300 vaikų įvairiose Lietuvos vietovėse, paaiškėjo, kad mokiniai, rinkdamiesi maistą mažiausiai kreipia dėmesį į jo kainą. Jiems svarbu, kad būtų jų pamėgtas ir draugų bei klasės draugų vartojamas maistas. Tik 19 proc. mokinių nurodė, kad maitindamiesi mokyklose pirmiausiai atkreipia dėmesį, ar maistas sveikas.

Pasak A.Kranausko, tai, kad daugelis mokinių nėra linkę maistą rinktis pagal palankumą sveikatai, rodo, jog reikia daugiau edukuoti ir šviesti vaikus apie konkrečių maisto produktų naudą organizmui, aiškinti, koks maistas yra sveikesnis, kokio reikėtų vengti. „Žinoma, neuždrausi vaikams valgyti picų, kebabų ir kitų greito maisto produktų už mokyklos ribų, bet toks maistas neturi tapti pavyzdžiu, kaip reikia kasdien maitintis“, – komentavo A.Kranauskas.

A.Tendzegolskienės nuomone, reikėtų daugiau dėmesio skirti vaikų švietimui – paaiškinti, kodėl reikia daugiau valgyti daržovių, vaisių, kodėl mokiniams patiekama virta, o ne kepta mėsa, kt.

Mitybos specialistai susirūpinę, vertindami apklausos metu atskleistus duomenis, kad tik 84 proc., mokinių rytais pusryčiauja (daugiau tarp pusryčiaujančiųjų yra pradinių klasių, 7–11 m. vaikų), nes būdami alkani, pamokose jie sunkiau susikaupia, pertraukų metu dažniau ieško užkandžių už mokyklos ribų.