

KOKKUVÕTE

Õpilastele pakutav koolilõuna peab olema täisväärtuslik toit, mis rahuldaks nende kasvamise ja arenemise. Lapsed vajavad õiges vahekorras põhitoitaineid, milleks on valgud, rasvad ja süsivesikud. Samuti ei saa ära unustada mineraalaineid ja vitamiine, mis on samuti väga olulised komponendid. Nende kõikide komponentide ühtesulatamine, valmistades õpilastele neile meeldiva ja maitstva koolilõuna, võib mõnikord olla küllaltki keeruline.

Koolitoidu rahulolu uuringus osales viis kooli: Tartu Jaan Poska Gümnaasium, Tallinna Arte Gümnaasium, Tartu Herbert Masingu Kool, Tartu Kivilinna Kool, Viljandi Kesklinna Kool. Kõikide koolide peale oli vastanuid kokku 991. Uuringust selgus, et koolilõunaga ollakse kokkuvõttes keskmiselt rahul. 13% on neid õpilasi, kellele üldse ei maitse koolis pakutav toit. Koolitoitu peab keskmiseks 74,3% õpilastest. Koolilõunat peab väga maitsvaks 7,6% õpilastest. Kõige rohkem häirivad õpilasi eelkõige pikad järjekorrad, lärm ja trügimine.

Koolinoore toitumiskäitumist mõjutab nooremates klassides kõige enam lapsevanema eeskuju. Vanemates klassides lapsevanema osakaal eeskuju osas väheneb ja järjest enam hakkavad eeskujuks olema teised lapsed ja koolikaaslased.

Koolinoorte lemmiktoiduks on pannkoogid. Veel maitsevad õpilastele pastatooted, liha- ja hakktoidud, pelmeenid, maiustused/magustoidud, puu- ja köögiviljad. Koolitoit erineb kodutoidust palju. Õpilastest 69% vastas „Jah“, koolitoit erineb koolitoidust.

Koolilõunaga ollakse üldiselt siiski rahul. Üldpilti saab pidada positiivseks.