



Istraživanje o prehrani učenika u osnovnim školama

USPOREDBA PODATAKA IZ 2019. I 2023. GODINE



PROGRAM

Predstavljanje rezultata istraživanja o prehrani učenika u osnovnim školama – usporedba podataka iz 2019. i 2023. godine

10.00 - 10.15	POZDRAVNI GOVOR - izv. prof. dr. sc. Krunoslav Capak, prim. dr. med. spec., ravnatelj Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo UVODNA OBRAĆANJA - Đurđica Ivković, programska voditeljica Ureda UNICEF-a za Hrvatsku - Ivana Šimić, nutricionist, Služba za promicanje zdravlja u Hrvatskom zavodu za javno zdravstvo i Referentnog centra Ministarstva zdravstva za promicanje zdravlja
10.15 - 10.40	PREDSTAVLJANJE KLJUČNIH UVIDA ISTRAŽIVANJA Ivana Šimić Služba za promicanje zdravlja, Hrvatski zavod za javno zdravstvo
10.40 - 11.30	PANEL RASPRAVA: ISKUSTVA IZ PRAKSE I POGLED U BUDUĆNOST Osvrt na trenutno stanje, promjene i izazove školske prehrane Moderatorica: Ivana Šimić, Služba za promicanje zdravlja Sudionici: - Andreja Bičanić, dr. med., Ministarstvo zdravstva - mr. sc. Vesna Šerepac, Ministarstvo znanosti, obrazovanja i mladih - doc. dr. sc. Ivana Pavić Šimetin, prim. dr. med., HZJZ - dr. sc. Olgica Martinis, Agencija za odgoj i obrazovanje - dr. sc. Mirela Šentija Knežević, Sektor za zdravstvo, Grad Zagreb - Ivana Eranović, Sektor za odgoj i obrazovanje, Grad Zagreb - Martina Marek Marinić, ravnateljica, OŠ Milke Trnine Križ - Igor Nikolić, školski kuhar, OŠ Krune Krstića Zadar

HZJZ i UNICEF predstavili rezultate istraživanja o prehrani učenika u osnovnim školama

Uočava se pozitivan trend u unapređenju prehrane u školama

U školama se češće nudi voće i povrće, no samo 22 % škola svakodnevno nudi voće, a 23 % povrće

Besplatan školski obrok značajno je utjecao na organiziranu prehranu o školama

Potrebna su dodatna ulaganja i podrška kako bi se omogućila jednako kvalitetna prehrana u svim školama

Zagreb, 16. listopada 2025. – Povodom Svjetskog dana hrane, **Hrvatski zavod za javno zdravstvo i Ured UNICEF-a za Hrvatsku** predstavili su [Istraživanje o prehrani učenika u osnovnim školama – usporedba podataka iz 2019. i 2023. godine.](#)

U Hrvatskoj svako treće dijete osnovnoškolske dobi živi s prekomjernom tjelesnom masom ili debljinom, a osnovne škole imaju važnu ulogu u osiguravanju pravilne prehrane i oblikovanju prehrambenih navika djece. U sklopu suradnje na području promicanja pravilne prehrane i prevencije prekomjerne tjelesne mase i debljine djece, HZJZ i UNICEF predstavili su rezultate istraživanja koje donosi usporedbu podataka o prehrani u osnovnim školama iz 2019. i 2023. godine, ostvarene promjene te preostale prepreke i potrebne mjere u cilju osiguravanja kvalitetne i dostupne školske prehrane za svu djecu u Hrvatskoj. Na sudjelovanje u istraživanju pozvane su sve osnovne škole u Republici Hrvatskoj – 2019. godine u istraživanju je sudjelovalo 73 % matičnih osnovnih škola, a 2023. godine 59 % matičnih osnovnih škola u Hrvatskoj.

Neki od ključnih nalaza istraživanja:

- **Kvalitetna organizirana prehrana nije jednako dostupna u područnim školama** kao u matičnim školama.
 - Iako postoji pozitivan trend u primjeni prehrambenih preporuka Nacionalnih smjernica u školama, **većina škola još uvijek ne doseže preporučene norme za sve skupine hrane**
 - **22 % škola svakodnevno nudi voće, a 23% povrće učenicima**
 - **sokovi su i dalje značajno zastupljeni** u školskoj prehrani.
- **Na školskim tanjurima u prosjeku ostaje oko 15 % pripremljene hrane – najčešće povrće, variva, riba i kukuruzni žganci.**
- U najvećem udjelu škola **za izradu jelovnika zaduženi su školski kuhari** koji to čine samostalno ili u suradnji s drugim školskim djelatnicima.
- **Svakoj četvrtj školi potrebna je dodatna stručna podrška** u usklađivanju školskog jelovnika s Nacionalnim smjernicama.
- **37 % škola** izjavilo je da **koristi predložene jelovnike Živjeti zdravo, dok dodatnih 51 % to čini djelomično, uz prilagodbu.**

Velike promjene u prehrani u osnovnim školama donijela je odluka Vlade RH iz 2023. godine kojom je svim učenicima omogućena besplatna konzumacija barem jednog obroka, a kao neke od najčešćih promjena škole navode:

- povećanje broja učenika koji konzumiraju školski obrok, odnosno povećanje broja pripremljenih obroka
- neke škole su po prvi puta uvele organiziranu školsku prehranu
- zapošljavanje dodatnog osoblja ili povećavanje radnih sati zaposlenika koji pripremaju obroke
- dodatno opterećenje kuhinjskog i administrativnog osoblja te nedostatnu infrastrukturu i kapacitete kuhinja
- većina škola je ostvarila nutritivno bogatije jelovnike, dok je dio škola istaknuo opadanje kvalitete obroka.

Nalazi istraživanja ukazuju na potrebe **dodatnih ulaganja u školsku infrastrukturu, osposobljavanje kadrova i stručnu podršku kako bi se smanjila regionalna nejednakost i omogućila jednako kvalitetna prehrana u svim školama.**

Naglašeno je da je škola jedno od najvažnijih okruženja za promicanje pravilnih prehrambenih navika među djecom i mladima. U okviru aktivnosti usmjerenih na unapređenje školske prehrane se provodi niz mjera kojima se želi podržati škole i školske kuhare u planiranju kvalitetnih obroka. Od prosinca 2017. godine u okviru Nacionalnog programa Živjeti zdravo izrađuju i dostavljaju se jelovnici školama kako bi se unaprijedila kvaliteta školske prehrane i uskladila se s *Nacionalnim smjernicama za prehranu učenika u osnovnim školama*, koje u potpunosti koriste 37% osnovnih škola, a djelomično se primjenjuju u 51% škola. Saznanje iz provedenog istraživanja da u 55% matičnih škola školski kuhari samostalno izrađuju jelovnike, bio je poticaj za planiranje edukacije i stručnog usavršavanja školskih kuhara, koje će započeti u idućoj školskoj godini i pridonijeti dodatnom unapređenju kvalitete školskih obroka.

Istraživanje je pokazalo da su za izradu jelovnika u najvećem udjelu škola zaduženi školski kuhari i kuharice, koji to čine samostalno ili u suradnji s drugim školskim djelatnicima, često bez odgovarajuće edukacije i stručne podrške. **Stoga HZJZ u suradnji s UNICEF-om pokreće edukaciju za školske kuhare**, s ciljem razmjene iskustava, unapređenja znanja i kvalitete školskih jelovnika, što može doprinijeti poboljšanju prehrambenih navika djece i mladih.

Također je istaknuto da je pravilna prehrana ključna za zdravlje, razvoj i dobrobit djece, a djeca su danas izložena brojnim nezdravim prehrambenim izborima i sve više ih odrasta s prekomjernom tjelesnom masom. Djeca velik dio vremena provode u školi i tamo također razvijaju svoje životne i prehrambene navike, no unatoč pozitivnim trendovima, kvalitetna prehrana u školama još uvijek nije jednako dostupna za svu djecu.

Zašto je kvalitetna školska prehrana važna za razvoj i dobrobit djece

Pristup kvalitetnoj prehrani organiziranoj u okviru odgojno-obrazovnog sustava može unaprijediti prehranu djece i poboljšati njihov tjelesni razvoj i zdravlje (smanjivanje pothranjenosti ili debljine, poticanje na zdrave prehrambene izbore) te obrazovne ishode (mogućnost bolje koncentracije i sudjelovanja u nastavi te poboljšani obrazovni ishodi), ali i smanjiti financijske izdatke za obitelji u siromaštvu. U Hrvatskoj gotovo svako peto dijete živi u riziku od siromaštva i socijalne isključenosti, stoga školski obroci mogu odigrati važnu ulogu u prevenciji i smanjenju dječjeg siromaštva.

Ovdje možete preuzeti [***Istraživanje o prehrani učenika u osnovnim školama***](#)

[Kontakti za medije:](#)

HZJZ, Služba za promicanje zdravlja, promicanjezdravlja@hzjz.hr, 099 267 1746

UNICEF, Marina Knežević Barišić, 091 4324 610, mknezevicbarisic@unicef.org