

PROGNOZĒ

Jaunas pārmaiņas skolu ēdnīcu dienas kārtībā drīz varētu ienest skolēnu ģimenes. Jau tagad ir skolas, arī Cēsīs, kas piedāvā vēl otru - veģetāro ēdienkarti. Cēsu novada pašvaldības Izglītības pārvaldē prognozē, ka jaunāko klašu skolēni arī turpmāk pulcēsies skolas ēdnīcā, lai saņemtu valsts apmaksātas pusdienas. Kļūstot vecākiem, apzinoties pārtikas ietekmi uz veselību, arī darba spējām, skolēni paši sāks izdarīt izvēli. Ģimenēs izglītoti un finansiāli atbalstīti, daļa skolēnu ar laiku varētu dot priekšroku pusdienām, kas sagatavotas mājās un paņemtas uz skolu.

Skolas galds zviedru stilā

Dažas skolas, tajā skaitā Priekuļu vidusskola, audzēkņu ēdināšanai sākušas izmantot tā saukto zviedru galdu. Skolēni paši no lielajiem traukiem uzliek sev porciju.

Jaunāko klašu bērniem klases audzinātāja ēdiena sadalē palīdz," stāsta skolas māsiņa Sarma Gūta. Pusdienu starpbrīdī kopā ar skolēniem ir arī klases audzinātāja, viņa mudina pagaršot ēdienus, kas bērniem vēl sveši, un papildina porciju, ja bērnam radusies interese par to. "Ne visi skolēni grib ēst salātus, dārzeņus, arī burkānus ar ķiploku eļļu vai krējumu. Bet nu ju sāk prasīt papildporcijas, kaut agrāk salātus neēda. No zupām pieprasījums palielināts pēc biešu zupas, mazāk ēd zirņu zu-

pu," stāsta S. Gūta. "Starp skolēniem ir izteikti veģetārieši. Tādu specifisku ēdienu skolas virtuvē negatavo, bet bērni tad vairāk ēd salātus, griķus, apēd saldo ēdienu, pat divus."

Priekuļu vidusskolā par valsts un Priekuļu pašvaldības līdzekļiem visiem skolēniem ir nodrošinātas bezmaksas pusdienas, arī vidusskolas vecākajās klasēs. Ētika no skolēnu ģimenēm prasa, lai par bērnu ilgstošu prombūtni skola tiktu laikus brīdināta, tad komplekso pusdienu skaitu samazinātu.

Jaunāko klašu bērniem jāierāda, ka ēdienu dažādība ir vajadzīga, ka skolas ēdnīcā labi gatavo, tad vecāko klašu skolēniem, sākot no 9. klases, ieteikumi, skaidrojumi neesot vajadzīgi. Skolēni cītīgi paēd, taču ēšanas izvēlē liela nozīme, protams, ir klases līderu attieksmei. Kāda daļa vecāko klašu audzēkņu izmanto arī iespēju garākā starpbrīdī aiziet uz veikalu. □

Šīs nedēļas ēdienkarte Priekuļu vidusskolā

PIRMDIENA

Vistas gaļas zupa ar dārzeņiem
Makaroni ar gaļu un dārzeņiem
Burkānu salāti ar eļļu
Rudzu maize
Karkadē dzēriens

OTRDIENA

Zirņu zupa
Cūkgaļas un dārzeņu sautējums
Svaigu gurķu-tomātu salāti ar eļļu
Saldskābmaize
Kefīrs
Auglis

TREŠDIENA

Cūkgaļas gulašs ar dārzeņiem
Vārīti griķi
Biešu salāti
Biezpiena krēms ar ievārijumu
Rudzu maize
Dzērveņu dzēriens

CETURTDIENA

Borščs ar kartupeļiem un krējumu
Cepta vistas fileja
Vārīti rīsi ar piena mērci
Jauktu dārzeņu salāti ar eļļu
Rudzu maize
Zemeņu kompots
Auglis

PIEKTDIENA

Svaigu kāpostu zupa
Tefteļi mērcē
Vārīti kartupeļi
Ķīnas kāpostu un svaigu gurķu salāti
Rudzu maize
Zemeņu kompots

*Komplekso pusdienu cena 1,42 eiro.
Skolēniem par pusdienām nav jāmaksā.*

Kas skolēniem negaršo

Uzņēmumā "Vectēvs", kas apkalpo Cēsu 1. pamatskolas virtuvi, gatavo ēdienu, kas būs iekļauts gan kompleksajās pusdienās, gan izvēles pusdienās.

Šajā mācību gadā skolēni nav izvēlīgi, ēd visu, kas galdā likts. Ēd daudz un labi," stāsta

virtuves darbiniece Solvita Kauptuža par maltīti, kas iekļauta eiro un 33 centu cenā. Arī izvēles pusdienu gatavošana turpinās. Tāpat tiek gatavoti griķi, rīsi, kartupeļi, bet izvēlē katru dienu ir arī karbonādes un kotletes. Divi līdz trīs desmiti skolēnu pievēršas izvēles pusdienām, par tām jāmaksā ap divi eiro.

Kontaktējoties ar skolēnu vecākiem, informējot par bērnu ēdināšanu, vecāki rosināti aktīvi

Izvēlas, kā pusdienot



■PIE IZDALES. Šajā mācību gadā Draudzīgā Aicinājuma Cēsu Valsts ģimnāzijas ēdnīcā strādās SIA "Ozolaine" darbinieces: pavāre Sarmīte Lūkina (no kreisās) un pavāres palīdzē Rudīte Bambe.

Foto: MARTA MARTINSONE - KAŠA

Pašvaldību organizētais ēdināšanas process skolās ir izgājis loku. Mācību iestādēs izmēģināti varianti, kā veselīgāk un mūsdienīgāk paēdināt audzēkņus, kā organizēt izņēmumus, lai bērni, kuriem ir dažu produktu nepanesība, saņemtu pilnvērtīgu pusdienu porciju.

Lai ēdināšanas uzņēmums varētu strādāt skolēnu ēdināšanā, notiek pašvaldību rīkoti konkursi, ar uzvarētāju slēdz līgumu. Ja pirms vairākiem gadiem šādos konkursos priekšroku guva lieli, pat starptautiski ēdināšanas uzņēmumi, tad tagad Cēsīs un apkārtnē pašvaldības konkursa kārtībā priekšroku dod vietējām firmām.

atsaukties skolai, ja attiecīgajā dienā bērns neapmeklēs mācības un ēdināšana nebūs nepieciešama. Līdzīgi arī citās skolās lūgts līdz deviņiem rītā paziņot, lai nebūtu sagatavotas liekas porcijas, tiktu ietaupīti līdzekļi, skolēniem par brīvu skolā nodrošinot pusdienošanu.

Cēsu 2. pamatskola ēdienkarti nākamajai nedēļai paziņo piektdienās ar aplikācijas palīdzību, to internetā var izlasīt ikviena ģimene. Pedagogi ievērojuši, ka šī saziņa lieti noder. Reizēm pusdienošana tiek atteikta. Noskaidrojies, ka iemesls mēdz būt kāds kompleksajās pusdienās paredzētais produkts, kas bērnam negaršo. Taču ir arī produktu nepanesība - celiakija, diabēts, citi. To ņem vērā skolas virtuvē.

"Bērni ļoti labprāt ēd makaronus," novērojuši Cēsu 2. pamatskolas medmāsa Vija Kroiča, viņa to skaidro ar ēšanas paradumiem ģimenē. "Ja vecāki ir darbā noguruši, tad ātrāk un vienkāršāk vakariņās ir pagatavot makaronus. Visās skolās tas redzams - makaroni, makaroni. Ja tie ir kopā ar sieru, tad visgaršīgākie, taču katru dienu skolas ēdnīcā makaronu nav. Ministru kabineta noteikumi skolēnu ēdināšanai atkal mainīti, mums tie jāievēro. Ja pirmdien pusdienās ir makaroni, tad nākamajā dienā griķi, pēc tam kartupeļi un pēc tam rīsu plov." Pieredzējusi medicīnas māsa

Šovasar uzņēmums "Ozolaine", kurš strādā vairāku skolu ēdnīcās, saņēma iespēju gatavot maltītes arī Draudzīgā Aicinājuma Cēsu Valsts ģimnāzijā. Virtuvē un pie ēdienu izdales strādā Sarmīte Lūkina un Rudīte Bambe. Abas jau kā "Ozolaines" darbinieces strādājušas Pastariņa sākumskolā Cēsīs un Priekuļu vidusskolā, kurās vairākums ēdnīcas apmeklētāju ir jaunāko un pamatskolas klašu skolēni. Ģimnāzijā tie ir vecāko klašu audzēkņi, viņiem dota lielāka patstāvība dažādās izvēlēs, tajā skaitā pusdienošanā.

Ēdnīcas darbinieces septembrī jauš, ka daļa ģimnāzistu pusdienu starpbrīdī izmanto pastaigai ārpus skolas, tajā skaitā iepērkot pārtiku tuvējā veikalā, vai pirms pusdienām pasūta, lai uz skolu piegādā picu. Tāpēc ēdnīcu divos pusdienu starpbrīžos apmeklē tikai ap 70 skolēnu. Jaunieši ātri tiek apkalpoti, ir kompleksās vai izvēles pusdienas. Ar pusdienu kvalitāti apmierināti gan skolēni, gan skolotāji.

Cēsu Valsts ģimnāzijai ir kopīga ēdnīca ar Cēsu Pilsētas vidusskolu - pašu lielāko mācību iestādi pilsētā, te iepriekšējos gados noslīpējusies kārtība pusdienošanā. Virtuves darbinieki pie ēdienu izdales un kases strādā ātri un ritmiski. Vecāko klašu skolēni raiti saņem vai nu kompleksās, vai izvēles pusdienas. Visai garu rindu, kas izveidojas starpbrīža sākumā, lai saņemtu siltu ēdienu, var apkalpot septiņās līdz desmit minūtēs. Arī šajā ģimnāzijā daļa audzēkņu pusdienu pārtraukumā mēdz doties ārpus skolas.

Novērojama arī cita izvēle, kā pusdienot - atnākt uz ēdnīcu ar savu, no mājām paņemtu, ēdienu. Vairākās Eiropas valstīs tieši tas kļuvis par ikdienu, ka skolēni - jaunāko vai vecāko klašu - uz skolu dodas ne tikai ar burtnīcām un kladēm, bet arī pusdienu porcijām. Laiks rādīs, kā pie mums procesi attīstīsies tālāk. □



■LABU APETĪTI! Pusdienu komplekts, tikko izsniegts un silts.

Foto: MARTA MARTINSONE - KAŠA

secina, ja kāds no pamatproduktiem ir reizi nedēļā, tad teju viss tiek apēsts. Ja atkārtojas kartupeļi šodien, rīt un parīt, tad ēdāju būs mazāk. "Kaut gan bērni, kā pie mums, latviešiem, pierasts, ļoti labi ēd kartupeļus," secinājusi V.Kroiča un piebilst, ka pieaugušo mērķis panākt, lai visi bērni pusdienotu ēdnīcā un naudu, ko vecāki pusdienām devuši, netērētu veikalā.

Pateicoties tam, ka Cēsu 2. pamatskolai ir pagalmā rotaļām un sportošanai, te var ievērot stingrāku kārtību. Mācību dienas laikā pamatskolas vecuma bērniem nav ļauts pamest skolas teritoriju. Lai remdētu kāri pēc kaut kā garda, ir skolas bufete. Tās plauktos ir tas, kas nu atļauts mācību iestādēs - suliņas, ūdens, dārzeņi, šokolādītes, dažādas uzkodas. □

Lappusi sagatvojusi **MAIRITA KAŅEPE**

Publikācijas sagatavotas ar Valsts reģionālās attīstības aģentūras finansiālu atbalstu no Latvijas valsts budžeta līdzekļiem.

Mērķprogramma "Reģionālo un vietējo mediju atbalsta programma" atbalstīts projekts nr. Nr.2/MEDIA/18/013



Valsts reģionālās attīstības aģentūra