

A gyermek-közétkeztetés komplex képének vizsgálata néprajztudományi és táplálkozástudományi szemmel II.

Varga-Nagy Veronika, Bakacs Márta, Báti Anikó, Greiner Erika dr., Illés Éva, Mihály Kinga Lucia, Nickel Vira Réka, Varga Anita, ✉ Zentai Andrea

Absztrakt

„A gyermek-közétkeztetés társadalmi beágyazottsága. Kérdések és lehetőségek.” címet viselő kutatásunkból készült cikksorozatunk második részében a gyermekek táplálkozására vonatkozó eredményeinket mutatjuk be. Kérdőíves felmérésünk adatai alapján a tanulók az iskolában gyakran ittak valamilyen folyadékot, amely általában víz volt, ugyanakkor zöldséget és gyümölcsöt jellemzően nem fogyasztottak napi rendszerességgel. Összefüggést találtunk a szülői minta és a gyermekek táplálkozási szokása között. Felmérésünkben az derült ki, hogy szignifikánsan többen fogyasztottak zöldséget és gyümölcsöt azok, akiknek a szülei napi szinten fogyasztották ezeket az élelmiszereket, illetve azok, akik legalább hétvégeente besegítettek az otthoni ételkészítésbe. Az iskolai menzán végzett megfigyeléses vizsgálataink is megerősítették az iskolai környezet meghatározó szerepét a gyermekek étkezésére.

Kutatásunk eredményei rávilágítottak, hogy a pedagógusi iránymutatás, a tálalószemélyzet fellépése, a szülői minta és akár a közös ételkészítés is hozzájárulhat ahhoz, hogy a gyermekek nyitottabbak legyenek az új ízekre és ételekre.

Kulcsszavak: menza, közétkeztetés, étkezési szokások

Abstract

Examining the complex image of school catering from the perspective of ethnography and nutrition science II.

In the second part of our article series we present the results of children's eating habits based on our research titled „The social embeddedness of the public catering of children. Issues and opportunities.” Based on our results, students often drank some kind of liquid at school, which is mostly water, but they typically did not consume vegetables and fruits on a daily basis. Our survey also revealed that significantly more fruits and vegetables are consumed by students whose parents eat these foods on a daily basis, and by those who help prepare food at home. During our observation studies conducted in the school canteen, we saw that the environment there can also have a great impact on children's eating. The results of our research revealed that teacher guidance, the actions of the serving staff, parental role models and even food preparation together with children can have a role in shaping children's better attitude towards new tastes and foods.

Keywords: school catering, public catering, eating habits

A KUTATÁS TÁRGYA ÉS CÉLKITÜZÉSE

A gyermekek étkezési szokásait és közétkeztetéshez való viszonyát számtalan tényező befolyásolja. Meghatározó lehet ilyen tekintetben az otthonról hozott minta, az iskolai közösség hatása vagy az intézményi, pedagógusi hozzáállás is.

Jelen cikkünkben „A gyermek-közétkeztetés társadalmi beágyazottsága. Kérdések és lehetőségek” címet viselő kutatás (Nemzeti Kutatási Fejlesztési és Innovációs Hivatal NKFIH 128925-K-18) eredményeit mutatjuk be, amelyek a közétkeztetés helyi szintű működésének vizsgálatán keresztül engednek

rálátást a gyermekek táplálkozási szokásait is befolyásoló tényezőkre. Célunk volt az is, hogy táplálkozástudományi, néprajzi és társadalomtudományi szempontok együttes bevonásával, valamint kutatási módszertanok összehangolásával próbáljunk árnyaltabb képet adni a közétkeztetés helyi szintű működéséről és elfogadottságáról.

A kutatás előzményéről és részleteiről bővebben cikksorozatunk első részében olvashatnak, amely az Új Diéta XXXIII. évfolyam 2. számában jelent meg (1).

KUTATÁSI ANYAG ÉS MÓDSZER

Vizsgálatunk során, amely 2018-ban kezdődött és 2024-ben, az adatok publikálásával zárult, 9, egymástól eltérő településtípus szerinti (Budapest mellett falvak, kisvárosok és megyeszékhelyek) általános iskola került kiválasztásra. A kutatás során az általános iskolák 3-8. évfolyamát vizsgáltuk az iskolai és szülői közösségeket is bevonva. Az adatgyűjtéshez félig strukturált személyes és csoportos interjúkat készítettünk, valamint önkitöltős kérdőívet alkalmaztunk az élelmérésben dolgozók, a tantestület, illetve a tanulók esetében. Gyermekeként egy, a gyermekkel egy háztartásban élő szülő vagy gondviselő szintén önkitöltős kérdőívet töltött ki. Ezek mellett résztvevőként megfigyeléseket végeztünk az iskolai ebédlőkben, fókusz-csoportos beszélgetéseket folytattunk a tanulókkal, illetve mélyinterjúkat készítettünk az élelmérésvezetőkkel, konyhai dolgozókkal és tanárokkal. Kutatásunk eredményei nem tekinthetők reprezentatívnak, hiszen helyi szinten tettünk megállapításokat.

Cikksorozatunkban arra szeretnénk felhívni a figyelmet, hogy mekkora jelentősége van a gyermekek táplálkozási szokásainak kialakulásában az őket körülvevő (iskolai és otthoni) környezetnek, illetve a szülők, a pedagógusok és a konyhán dolgozó szakemberek által közvetített mintának. Ennek alátámasztására komplex kutatásunk különböző vizsgálati módszerrel készült eredményeit prezentáljuk. Jelen cikkünkben a kitöltött kérdőívekből, a mélyinterjúkból, a fókusz-csoportos beszélgetésekből, valamint a résztvevő megfigyelésekből származó részletek kerülnek bemutatásra. A kérdőívet 1518 szülő, 1178 menzán étkező és 340 menzán nem étkező gyermek válaszai alap-

ján vizsgáltuk. Az elemzések alapvetően a közétkeztetést igénybe vevő, illetve igénybe nem vevő gyermekek, valamint a szülők és gyermekek választásainak összehasonlítása alapján kerülnek bemutatásra a táplálkozási szokásokban való eltérés megismerése érdekében.

A válaszokat tartalmazó adatbázisok alapján leíró statisztikai elemzéseket végeztünk, s az összefüggések elemzéséhez Pearson-korrelációvizsgálatot alkalmaztunk.

EREDMÉNYEK

A kérdőív nagyobb részén táplálkozással kapcsolatos kérdések voltak. Az egyes termékcsoportok fogyasztási gyakoriságára egy átlagos nap tekintetében kérdeztünk rá.

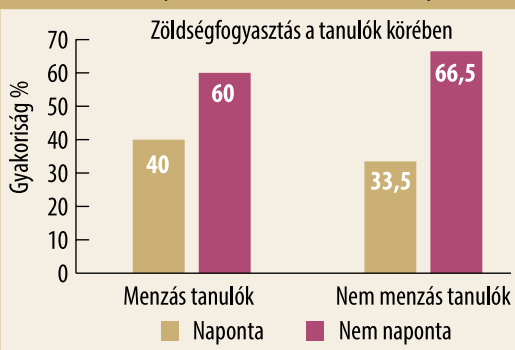
A folyadékfogyasztási szokásokban nem volt érdemi különbség a menzán étkező és nem étkező tanulók válaszai között. A gyermekek 78,1%-a gyakran fogyasztott valamilyen folyadékot az iskolában napközben. Saját bevallásuk szerint ez jellemzően víz volt (75,4%), de sokan voltak azok is (41,6%), akik otthon készített teát vittek magukkal.

A válaszok alapján üdítőt (pl. cukros/cukormentes kólát, jeges teát, szörpöt és gyümölcslevet) legnagyobb arányban a közétkeztetést igénybe vevők (29,8%) heti egy-két alkalommal, míg a menzán nem étkezők (32,8%) hetente többször fogyasztottak. Ennél valamivel kevesebben ittak ilyen italokat naponta (menzás tanulók: 20,9%, nem menzás tanulók: 23,3%).

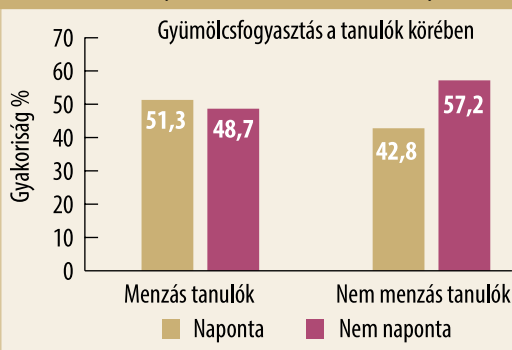
Energiaitalt a gyermekek (66,1%), illetve a szülők (81,2%) többsége soha nem fogyasztott, míg a tanulók 27,8%-a azt válaszolta, hogy ritkán iszik ilyen italt. Adataink azt mutatták, hogy zöldséget a gyermekek jellemzően nem ettek napi szinten (menzás tanulók: 60%, nem menzás tanulók: 66,5%). Annak ellenére, hogy a gyümölcsöket valamivel jobban kedvelték a gyermekek, mégsem tekinthető kiemelkedően nagy a naponta fogyasztók aránya. A menzás tanulók 51,3%-a és a nem menzás tanulók 42,8%-a evett gyümölcsöt mindennap (1. és 2. ábra).

Tejet vagy más tejterméket a válaszadó tanulók többsége naponta fogyasztott (menzás tanulók: 61,5%, nem menzás tanulók: 53,2%).

1. ÁBRA: ZÖLDSÉGFogyasztás a tanulók körében (Menzás tanulók: 1151 fő, Nem menzás tanulók: 334 fő)



2. ÁBRA: Gyümölcsfogyasztás a tanulók körében (Menzás tanulók: 1146 fő, Nem menzás tanulók: 336 fő)

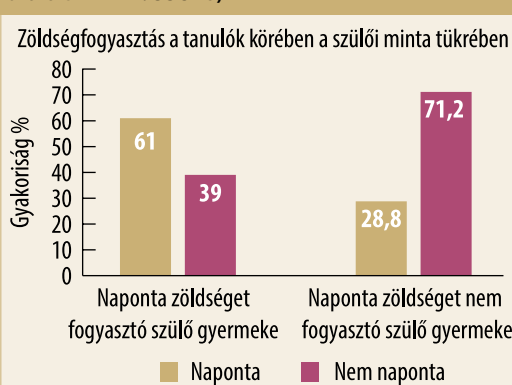


Ahogy az a 3. ábrán is látható, elemzésünk során azt találtuk, hogy azokban a családokban, ahol a kérdőívet kitöltő szülő úgy nyilatkozott, hogy mindennap fogyaszt valamilyen zöldséget, a gyermekek 61%-a szintén naponta evett ebből az élelmiszercsoportból. Viszont azoknak a gyermekeknek, akiknek a kérdőívet kitöltő szülője nem fogyasztott naponta zöldséget, csupán 28,8%-a eszik zöldséget. Ez a különbség szignifikáns ($p = 0,000$).

Ehhez hasonlóan a naponta gyümölcsöt fogyasztó szülők gyermekei közül szignifikánsan ($p = 0,000$) többen ettek gyümölcsöt (64,3%), mint azok, akiknél nincs ilyen pozitív példa (39,1%) a kérdőívet kitöltő szülő részéről. Ahol a szülők napi rendszerességgel ittak tejet vagy ettek más tejterméket, ott a tanulók 69,2%-a szintén így tett, csupán 30,8%-a választotta ritkábban ezt az élelmiszert. Ahol a kérdőívet kitöltő szülő részéről nem volt gyakori a tej és a tejtermékek fogyasztása, ott a gyermekek csupán 46,1%-a fogyasztott naponta ilyen élelmiszert. Ez szintén szignifikáns különbség ($p = 0,000$).

Pozitív összefüggést találtunk a reggelizési szokások és a napi folyadékfogyasztás tekintetében is. A minden nap reggeliző szülők gyermekei közül szignifikánsan ($p = 0,000$) többen választották (67,3%), hogy naponta esznek reggelit a rendszeresen nem reggelizőkhöz képest (33,6%). Azokban a családokban, ahol a szülők jellemzően vizet ittak, ott a gyermekek túlnyomó többsége (79,5%) is inkább a vizet választotta szomjoltásra az üdítő (31,1%) helyett. A rendszeresen cukros teát, üdítőt vagy gyümölcslevet fogyasztó szülőknél a gyermekek körében is népszerűbbek voltak az üdítők (52,8%).

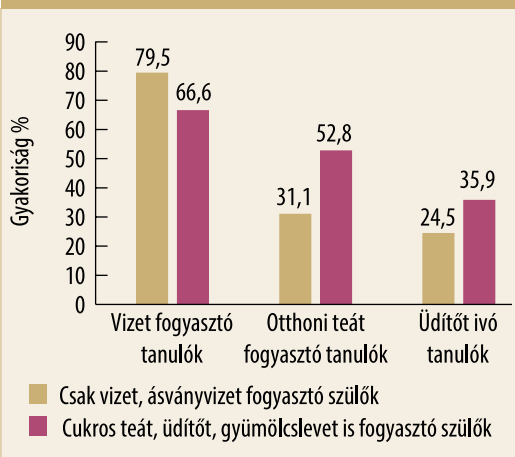
3. ÁBRA: ZÖLDSÉGFogyasztás a tanulók körében a szülői minta tükrében (Naponta zöldséget fogyasztó szülő gyermeke: 349 fő, napi szinten zöldséget nem fogyasztó szülő gyermeke: 358 fő)



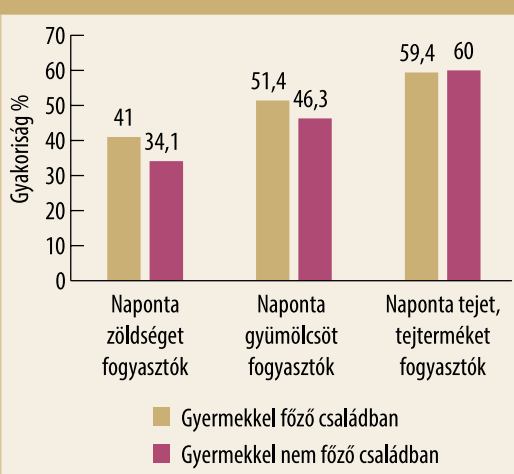
Habár legtöbben (66,6%) közülük is azt jelölték, hogy egy átlagos nap során vizet is isznak (4. ábra).

Kutatásunk egyik célkitűzése volt a családi hagyományok, szokások és táplálkozási környezet megismerése, így kérdőívünkben az otthoni, közös főzéssel és étkezéssel kapcsolatos kérdéseket is feltettünk. Legtöbben a hétvégek során fogyasztották el gyermekeikkel együtt a főétkezéseket, s hétközben is törekedtek rá, hogy legalább vacsorázni közösen tudjanak (5. ábra). A válaszadó családok számottevő részénél (46,6%) legalább hétvégente együtt főztek a gyermekekkel, ugyanakkor a második leggyakoribb válasz (36,5%) az volt, hogy ez ritkán, vagy soha nem történik meg. Az otthoni, közös főzést és a gyermekek táplálkozási szokásait vizsgálva megállapítható volt, hogy ama tanulók, akik otthon

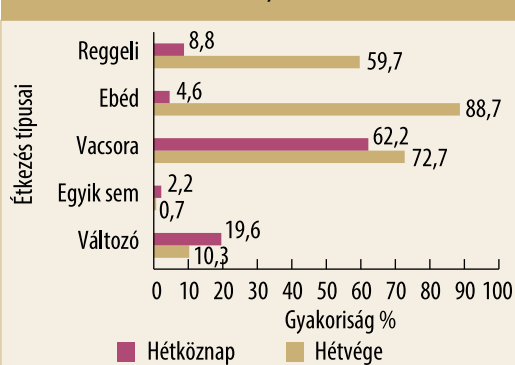
4. ÁBRA: NAPI FOLYADÉKFOGYASZTÁS A TANULÓK KÖRÉBEN A SZÜLŐI MINTA TÜKRÉBEN (VIZET FOGYASZTÓ SZÜLŐ GYERMEKE: 594 FŐ, CUKROS ÜDÍTŐT FOGYASZTÓ SZÜLŐ GYERMEKE: 398 FŐ)



6. ÁBRA: ZÖLDSÉG-, GYÜMÖLCS-, VALAMINT TEJ- ÉS TEJTERMÉK-FOGYASZTÁS A TANULÓK KÖRÉBEN AZ OTTHONI, KÖZÖS FŐZÉS VAGY NEM FŐZÉS TÜKRÉBEN



5. ÁBRA: HÉTKÖZNAPI ÉS HÉTVÉGI, KÖZÖS CSALÁDI ÉTKEZÉSEK



részt vettek az ételkészítésben, szignifikánsan nagyobb százalékban fogyasztanak naponta zöldséget (41%) ($p = 0,001$) és gyümölcsöt (51,4%) ($p = 0,050$), mint azok, akiknél a közös főzés nem volt jellemző (6. ábra). A különböző folyadékok választása tekintetében is találtunk eltérést a két csoport között. Ahol a családban jellemző volt a közös főzés, ott a tanulók 19,8%-a ivott valamilyen üdítőt (pl. cukros/cukormentes kólát, jeges teát, szörpöt vagy gyümölcslevet) mindennap, 27,5%-uk viszont csak ritkán, vagy soha. Az együtt nem főző családok gyermekeinek 24,5%-a naponta ivott, míg 22,7%-a általában nem ivott üdítőt.

A néprajz- és társadalomtudományi szakemberek számára a résztvevő megfigyelés egy alapvető mód-

szer, amelyet ebben a kutatásban mi is alkalmaztunk statisztikai vizsgálatokkal kiegészítve. Ennek során szembevető volt a pedagógusok és a konyhai dolgozók hatása a gyermekek (elsősorban az alsó tagozatos tanulók) étkezésére. Azt tapasztaltuk, hogy a közétkeztetésben kínált ételeket elutasító gyermekek általában vagy a konyhai személyzet, vagy kimondottan az ebédeltető tanár személyével szemben éreznek „unszimpatíát” (2). Ott, ahol a pedagógus ebéd előtt felolvasta az aznapi menüt, s beszélt a gyermekeknek arról, hogy „ez miért egészséges a számukra”, s hogy a „konyhás nénik” ezt milyen szeretettel főzték, ott az ebéd minden részét igen nagy arányban elfogyasztották, de legalábbis megkóstolták a diákok (2). Ezzel szemben több maradékot vitt vissza az az osztály, amelyet a kísérő pedagógus csak szigorúan leültetett az asztalhoz, s elvárta a csendes, néma étkezést. Ennek hátterében valószínűleg meghúzódik az az igény, hogy a közös étkezés ne csupán táplálékfogyasztás, hanem társasági esemény is legyen. A gyermekek étkezésére pozitív hatással volt, ha a tanár velük együtt ebédelt, ahogy például az iskolagyümölcs-programmal érkező élelmiszert is szívesebben fogyasztották el abban az iskolában, ahol azt az éppen ráérő tanárok előre feldarabolták.

A pedagógusok dolgát ugyanakkor nehezítik az olyan kedvezőtlen, étkezési feltételek, mint például a

túl rövid ebéidő, vagy a szűkös étkezőhelyiség. Látunk olyan oktatási intézményt, ahol a helyhiány miatt kénytelenek voltak mindennap egy osztálytermet ebédlővé alakítani az étkezési időben, s több iskolában volt tapasztalható zsúfoltság az étkezőtérben.

„A gyermekekkel folytatott fókuszcsoportos interjúk során kiderült, hogy egyáltalán nincs kapcsolatuk a főzőkonyhával és az ételt készítő/tálaló személyekkel” (2). Amikor viszont, elmeséltük nekik, hogy hogyan is telik egy „konyhas néni” napja (pl. már hajnalban készíti a reggelit, nehéz eszközöket emelget a meleg főzőtérben), rögtön „nagyobb tisztelettel kezdtek beszélni az ebéd-ről, s együttérzőbbek lettek a konyhai dolgozókkal” (2).

MEGBESZÉLÉS

A különböző hazai és külföldi felmérések eredményei rendszerint felhívják a figyelmet arra, hogy a nem megfelelő táplálkozási szokások és annak negatív következményei már gyermekkorban megfigyelhetők. A 2022-es COSI (gyermekkori elhízást monitorozó vizsgálat) beszámolója alapján hazánkban a 6-8 évesek 13%-a túlsúlyos, míg 10%-a elhízott (3). Kutatásunk során mi is szembesültünk olyan negatív táplálkozási mintákkal, miszerint a gyermekek jellemzően nem esznek naponta zöldséget és gyümölcsöt. Bár a pontos százalékok (feltehetően az eltérő módszertanuk köszönhetően) a mi adatainktól némileg eltérnek, ugyanilyen alapmegállapításra jutott egy 2022-es hazai, országos felmérés is, amely az iskoláskorú gyermekek egészségmagatartását vizsgálta. Eredményeik alapján gyümölcsöt a gyermekek csupán 27,8%-a, míg zöldséget 29,4%-a fogyaszt naponta (4).

Cikkünkben olyan adatokat mutattunk be, amelyek alátámasztják, hogy a gyermekek étkezési szokásához nagyban hozzájárul a szülői minta, a pedagógusi iránymutatás, sőt, a konyhai dolgozók attitűdje is. Kérdőíves felmérésünkéből az derült ki, hogy szignifikánsan többen fogyasztottak zöldséget és gyümölcsöt azok a tanulók, akiknek a szülei napi szinten fogyasztották ezeket az élelmiszereket, illetve azok, akik legalább hétfévente besegítettek az otthoni ételkészítésbe. Hasonlóan pozitív összefüggést találtunk a reggelizési és a folyadékfogyasztási szokások tekintetében is.

A gyermekeinkkel való közös ételkészítés több szempontból is előnyös. Egyrésztől minőségi, együtt töltött időt jelenthet, másrésztől támogatja az önállóságukat, s a mindennapi életre vonatkozó hasznos tudást adhat nekik. Éppen ezért pozitív eredménynek találtuk, hogy a válaszadó családok számottevő részénél (46,6%) legalább hétfévente közösen főznek a gyermekekkel, ugyanakkor a második leggyakoribb válasz (36,5%) az volt, hogy ez ritkán, vagy soha nem történik meg.

Amikor a gyermekek táplálkozásáról beszélünk, nem hagyhatjuk figyelmen kívül azt a tényt, hogy mindennapjaik nagyobb részét a közoktatási intézményekben töltik, így az iskola szerepe nem csupán a tananyag átadásában fontos, hanem a nevelőmunkában is óriási, ideértve az egészséges táplálkozási szokások kialakításának elősegítését és támogatását is. Ezt a menzán végzett, megfigyeléses vizsgálataink is alátámasztották. Egyértelműen látszott, hogy a kisebb gyermekek étkezését (1–3. osztály) erőteljesen befolyásolja a jelen levő tanár személye, s csak a nagyobbaknál kerül előtérbe az étel kinézete, illata és íze. Fontosnak tartjuk továbbá, hogy a gyermekek megismerhessék az ételkészítés folyamatát, s lehetőségük legyen személyesebb kapcsolatot kialakítani a konyhai dolgozókkal is.

Kutatásunk eredményei rávilágítottak arra, hogy a közétkeztetésben a nyugodt étkezési körülmények, a pedagógusok és a tálaló személyzet fellépése, otthon pedig a szülői minta és akár a közös ételkészítés is hozzájárulhat ahhoz, hogy a gyermekek nyitottabbak legyenek az új ízekre és alapanyagokra.

Kutatásunk eredményei rávilágítottak arra, hogy a közétkeztetésben a nyugodt étkezési körülmények, a pedagógusok és a tálaló személyzet fellépése, otthon pedig a szülői minta és akár a közös ételkészítés is hozzájárulhat ahhoz, hogy a gyermekek nyitottabbak legyenek az új ízekre és alapanyagokra.

IRODALOM

1. Varga-Nagy V, Bakacs M, Báti A, Dr. Greiner E, Illés É, Mihály K, Nickel V, Varga A, Zentai A. A gyermek-közétkeztetés komplex képének vizsgálata néprajztudományi és táplálkozástudományi szemmel I. Új Diéta, 2024,33(2),17.
2. Nickel Vira R. „A gyerekek nem szívesen eszik azt, amit előírás szerint enniük kellene...” A gyermek-közétkeztetés vizsgálata történeti távlatokban. In: Báti A, szerk. Menzadimenziók. A gyermek közétkeztetés társadalmi beágyazottsága. Budapest: BTK Néprajztudományi Intézet, 2023. <https://doi.org/10.61380/978-963-567-072-7> <https://nti.abtk.hu/hu/kiadvanyok/kiadvanytar/heprajztudomanyi-konyvtar/797-neprajztudomanyi-konyvtar-2>
3. Bakacs M, Dolgos J, Illés É, Susovits K, Varga A, Zentai A. [Internet]. Available from: https://ogyei.gov.hu/dynamic/COSI_2022_konferencia_eloadasai.pdf.
4. Németh Á. Iskoláskorú gyermekek egészségmagatartása 2022. Budapest: ELTE PPK – L'Harmattan Kiadó, 2024.