

EUSKO JAURLARITZA

HEZKUNTZA, HIZKUNTZA POLITIKA
ETA IKERKETA SAILA



GOBIERNO VASCO

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN,
POLÍTICA LINGÜÍSTICA Y CULTURA

BIGARREN HEZKUNTZAKO GRADUATUA

PROBA LIBREA

**KOMUNIKAZIO-EREMUA:
EUSKARA ETA LITERATURA**

MAIATZA 2013

IZEN-DEITURAK: _____

SINADURA:

**Jatetxeak: haurrentzako 180 menu aztertu ditugu 14 hiriburutan:
Haurrentzako menuak jatetxeetan: aukera gutxi eta kalitate dietetiko apala**

Jatetxeen %93k ez dute lekalerik eskaintzen menuan, %78k ez dute berdurarik eta %56k arrainik ere ez.

Haurrekin etxetik kanpora jatea lan nekeza gertatzen da sarri askotan. "Nik hau nahi dut, nik beste hori eta nik beste hura" hasten dira haurrak, eta zaila izaten da denek gustura jango duten zerbait aurkitzea, haurren gutziak asetzerik ez dagoelako batzuetan eta jatetxeek haurrentzako menu orekaturik ez dutelako izaten besteetan.

Elikadura zaintzea ez baita etxeko kontua soilik; jatetxeetan ere jarraipena eman behar zaio elikadura arloko heziketari, eta modu osasungarri eta orekatuan jaten irakasteko baliatu behar dira aukera horiek ere. Espainiako Estatuko jatetxeetan haurrentzako menuak izaten diren edo ez aztertu nahi izan du EROSKI CONSUMERek, eta elikaduraren ikuspegitik menu horiek zer-nolako kalitatea duten ikusi; horretarako, 180 jatetxe bisitatu ditugu honako hiriburu hauetan: A Coruña,artzelona, Bilbo, Donostia, Gasteiz, Iruñea, Logroño, Madrid, Malaga, Murtzia, Oviedo, Santander, Sevilla eta Valentzia. Jatetxe horietako bakoitzean, haurrentzako eskaintzarik baduten galdetu eta menu horien informazio xehea eskatu dugu (zer plater mota dituzten, nolako osagaiak, zer-nolako prestaera...). Gure teknikariak 5 urteko haur baten guraso izango balira bezala aurkeztu dira ostatu horietan, eta larunbatean bazkaltzera joateko asmoa zutela adierazi diete arduradunei. Jatetxe guztietan ez da izan haurrentzako menu bat kartan idatzita; batzuek plater konbinatuak eskaini dituzte, beste batzuek kartan zituzten plateretatik abiatuta moldatu dute haurrentzako menu bat, eta beste batzuek helduen menua moldatu dute.

Oro har, haurrentzako menuetan ez dira agertu plater orekatu eta askotarikoak. Aztertu ditugun plateren ia erdiek ez dute gaingitu EROSKI CONSUMERek egindako azterketa dietetikoa, batez ere elikagai mota gutxi eskaintzen dituztelako (lekaleak eta berdurak oso bakan agertzen dira), eta guarnizioak eta saltsak errepikatu egiten direlako behin eta berriz (ia beti patata frijituak edo tomate-saltsa eskaini dute). Prezioari dagokionez, berriz, batez beste 12,5 eurokoa izan da menu bakoitza.

**Lekalerik: legumbre
Xehea: detallada**

(www.consumer.es)

1. Zein da testuaren ideia nagusia? (3-4 lerro) (2 puntu)

.....

.....

.....

.....

.....

2. Aukeratu erantzun egokia. (2 puntu)

2.1. Haurrentzako menuek jatetxeetaneskaintzen dute.

- a) aukera zabala eta kalitate dietetiko apala
- b) aukera gutxi eta kalitate dietetiko baxua
- c) aukera gutxi baina kalitate dietetiko handia

2.2. Hauetariko zein ez da egia testuaren arabera:

- a) Haurren desirak betetzea ez da lan samurra
- b) Jatetxe gehiengoek ez dute eltzekaririk eskaintzen
- c) Umeekin etxetik kanpora bazkaltzea erraza da

2.3. Jatetxe askotan aurki ditzakegu.....

- a) eskaintza desorekatuak.
- b) barazkiak patata frijituak edo tomate saltsaren ordeztuak.
- c) barazkiak umeentzako menuan.

2.4. Eroski Consumer-ek jakin nahi du:

- a) zergaitik haurrak ez diren jatetxeetara joaten.
- b) haurren menuak zergaitik diren hain garestiak.
- c) jatetxeetan gure txikien janaria osasungarria den.

3. Bete hutsuneak: (3 puntu)

NAOS estrategiak eta Espainiako Pediatrik Elkarteak egiten (1)_____ gomendio dietetiko-nutrizionalak hartu ditugu aintzat, eta (2)_____ arabera aztertu eta balioztatu haurrentzako menu (3)_____ osaera (berdurak, arrainak, haragiak, postrea eta ogia), guarnizioak (berdurak agertzen diren eta askotarikoak ote diren), prestatzeko teknikak (gantz gehiagokoak edo gutxiagokoak) eta fruta freskorik eskaini duten postrerako eta osoko ogia otordua (4)_____ . Horretaz gain, menu berezirik eskatzeko aukerarik (5)_____ ere galdetu dugu: gatzik gabea, glutenik gabea, begetala eta/edo kaloria gutxikoa.

(6)_____ , hamalau puntu lor zitzakeen guk aztertu dugun menu (7)_____ , era honetan banatuta: bi puntu berdurak, arroza/pasta edo patata eta lekaleak eskaintzen badituzue; beste puntu bat plateren erdiek baino gutxiagok ez badaukate animalia-jatorriko elikagairik; beste bi menuak kopuru berean eskaintzen baditu haragia eta eratorriak (saltxitxak, haragi-zatiak) edo arrautza batetik eta arraina bestetik; beste puntu bat plateren erdiak ez (8)_____ aurrez prestatuak; beste bi platerak prestatzeko erabili diren teknikak gantz gutxien (9)_____dutenak badira (egosita, plantxan, labea...); beste bi guarnizioak eta saltsak askotarikoak izan badira eta berdurak eduki badituzte; puntu bat postrerako fruta freskoa aukera badaiteke; beste bat osoko ogia eskatzeko aukera ematen badute; puntu bat ura eska badaiteke; eta beste puntu bat menu bereziak/dietetikoak eskatzeko (10)_____ ematen badute (gatzik gabea, glutenik gabea, kaloria gutxikoa, menu begetalak...).

- | | |
|--|--|
| 1. a- duen
b- dituzten
c- dituela | 6. a- Guztira
b- Hala ere
c- Ordea |
| 2. a- horren
b- horien
c- haren | 7. a- bakoitza
b- bakoitzak
c- bakoitzek |
| 3. a- bakoitzaren
b- bakoitzetik
c- bakoitzera | 8. a- badira
b- direnez
c- bada |
| 4. a- laguntza
b- laguntzeko
c- laguntzarekin | 9. a- eransten
b- kentzen
c- ekiditzen |
| 5. a- dago
b- ditugu
c- baden | 10. a- arrazoia
b- aukera
c- aurrezkia |

4. Ba al duzu jatetxeetara hurrekin joateko ohiturarik? Haurrentzako menurik aurkitzen al duzu? Orekatuak al dira menu horiek? Zer nahiago dituzte hurrek menu tradizionalak ala elikagai ez osasuntsuekin osatutako menuak (zabor janaria)? Azaldu idatziz. (80 hitz) (3 puntu)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....