



**ERZİNCAN İLİ LİSE ÖĞRENCİLERİNİN BESLENME
ALİŞKANLIKLARI, FERMENTE SÜT ÜRÜNLERİ
TÜKETİM SIKLIKLARI VE BİLGİLERİNİN
BELİRLENMESİ**

Reyhan AKBAS

**Yüksek Lisans Tezi
Gıda Mühendisliği Anabilim Dalı
Prof. Dr. İhsan BAKIRCI
2019**

Her hakkı saklıdır

**ATATÜRKÜNİVERSİTESİ
FEN BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**ERZİNCAN İLİ LİSE ÖĞRENCİLERİNİN BESLENME
ALİŞKANLIKLARI, FERMENTE SÜT ÜRÜNLERİ
TÜKETİM SIKLIKLARI VE BİLGİLERİNİN BELİRLENMESİ**

Reyhan AKBAŞ

GIDA MÜHENDİSLİĞİ ANA BİLİM DALI

ERZURUM

2019

Her Hakkı Saklıdır



T.C.
ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ
FEN BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ



TEZ ONAY FORMU

**ERZİNCAN İLİ LİSE ÖĞRENCİLERİNİN BESLENME ALIŞKANLIKLARI,
FERMENTE SÜT ÜRÜNLERİ TÜKETİM SIKLIĞI VE BİLGİLERİNİN
BELİRLENMESİ**

Prof. Dr. İhsan BAKIRCI danışmanlığında, Reyhan AKLAŞ tarafından hazırlanan bu çalışma 19.03.2019 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından Gıda Mühendisliği Anabilim Dalı Gıda Mühendisliği Bilim Dalı'nda Yüksek Lisans Tezi olarak oybirliği/oy çokluğu (3/3) ile kabul edilmiştir.

Başkan : Dr. Öğr. Üyesi Ayla ARSLANER

İmza :

Üye : Prof. Dr. İhsan BAKIRCI

İmza :

Üye : Prof. Dr. Salih ÖZDEMİR

İmza :

Yukarıdaki sonuç;

Enstitü Yönetim Kurulunun 26.09.2019 tarih ve 38.../73... nolu kararı ile onaylanmıştır.

Prof. Dr. Mehmet KARAKAN
Enstitü Müdürü

Not: Bu tezde kullanılan özgün ve başka kaynaklardan yapılan bildirişlerin, çizelge, şekil ve fotoğrafların kaynak olarak kullanımı, 5846 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri Kanunundaki hükümlere tabidir.

ÖZET

Yüksek Lisans Tezi

ERZİNCAN İLİ LİSE ÖĞRENCİLERİNİN BESLENME ALİŞKANLIKLARI, FERMENTE SÜT ÜRÜNLERİ TÜKETİM SIKLIKLARI VE BİLGİLERİNİN BELİRLENMESİ

Reyhan AKBAŞ

Atatürk Üniversitesi
Fen Bilimleri Enstitüsü
Gıda Mühendisliği Anabilim Dalı

Danışman: Prof. Dr. İhsan BAKIRCI

Bu araştırmada Erzincan ilindeki çeşitli liselerde öğrenim gören 444 öğrenciye anket uygulayarak elde edilen verilerin kullanılmasıyla öğrencilerin beslenme alışkanlıkları, fermente süt ürünleri tüketim sıklıkları incelenmiştir. Araştırmaya katılan öğrenciler tesadüfi örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir. Anket sonucunda elde edilen veriler genel olarak ve okul, cinsiyet gibi gruplara ayrılmış olarak çizelgeler halinde verilmiştir. Araştırmada öğrencilerin yalnızca %49'unun sağlıklı ve dengeli beslendiği, %79'unun ise fermente süt ürünü tükettiği belirlenmiştir. Öğrenciler, sağlık açısından daha yararlı olan yoğurt ve kefir gibi süt ürünlerinin tüketimini tavsiye üzerine tercih ettiklerini dile getirmişlerdir. Öğrencilerin çoğunluğunun süt (%35,1), yoğurt (%41,4) ve peyniri (%46,6) günde en az bir kez tükettikleri halde sağlık açısından oldukça yararlı olan kefir tüketenlerin oranı oldukça düşük (%2,7) düzeylerde kaldığı tespit edilmiştir.

2019, 61 sayfa

Anahtar Kelimeler: Beslenme alışkanlıkları, süt, fermente süt ürünleri, lise öğrencileri, Erzincan İli

ABSTRACT

MS Thesis

ERZINCAN PROVINCE NUTRITION OF HIGH SCHOOL STUDENTS HABITS, FERMENTED MILK PRODUCTS CONSUMPTION FREQUENCY AND DETERMINATION OF INFORMATION

Reyhan AKBAŞ

Ataturk University
Institute of Applied Sciences
Department of Food Engineering

Supervisor: Prof. Dr. İhsan BAKIRCI

In this study, by using the data obtained from 444 students studying in various high schools in Erzincan, nutritional habits and fermented dairy products were examined. The students who participated in the study were determined by random sampling method. The data obtained as a result of the survey are given in general tables and divided into groups such as school, gender. In the research, it was stated that only 49% of the students had healthy and balanced nutrition and 79% consumed fermented milk products. The students stated that they prefer consumption of dairy products such as yogurt and kefir which are more beneficial for health. Although the majority of the students consumed milk (35,1%), yogurt (41,4%) and cheese (46,6%) at least once a day, it was found that the rate of those who consumed kefir which is very beneficial in terms of health was very low (2,7%).

2019, 61 pages

KeyWords: Nutritional habits, milk, fermented dairy products, high school students, Erzincan Province

TEŞEKKÜR

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum bu çalışmanın her aşamasında bana yol gösteren, görüşlerini esirgemeyen tez danışmanım Sayın Prof. Dr. İhsan BAKIRCI' ya yüksek lisans derslerinde bilgilerinden faydalandığım tüm hocalarıma, araştırmaya katılan okulların yönetici, öğretmen ve öğrencilerine, her konuda yardımlarını esirgemeyen ve destek olan eşim Semih AKBAŞ' a ve aileme içtenlikle teşekkür ederim.

Reyhan AKBAŞ

Eylül, 2019

İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	i
ABSTRACT.....	ii
TEŞEKKÜR.....	iii
ÇİZELGELER DİZİNİ	v
1. GİRİŞ.....	1
2. KAYNAK ÖZETLERİ	5
3. MATERYAL ve YÖNTEM.....	8
4. ARAŞTIRMA BULGULARI	9
5. TARTIŞMA ve SONUÇ.....	53
KAYNAKLAR	54
EKLER.....	57
EK 1.....	57
EK 2.....	61
ÖZGEÇMİŞ	62

ÇİZELGELER DİZİNİ

Çizelge 4.1. Katılımcıların “Okulunuzun adı” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları.....	9
Çizelge 4.2. Katılımcıların “Yaşınız” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları	9
Çizelge 4.3. Katılımcıların “Cinsiyetiniz” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları	10
Çizelge 4.4. Katılımcıların “Sınıfınız” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları	10
Çizelge 4.5. Katılımcıların “Ebeveyn mesleği” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları.....	11
Çizelge 4.6. Katılımcıların “Hane halkı sayısı” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları.....	11
Çizelge 4.7. Katılımcıların “ Ailenizin aylık geliri” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları	12
Çizelge 4.8. Katılımcıların “Sağlıklı ve dengeli beslendiğinizi düşünüyor musunuz?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları.....	12
Çizelge 4.9. Katılımcıların “ Gün içerisinde kaç öğün yemek yersiniz?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları	12
Çizelge 4.10. Katılımcıların “ En fazla önem verdiğiniz öğün hangisi?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları.....	13
Çizelge 4.11. Katılımcıların “ Gün içerisinde öğün atladığınız olurmu?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları.....	13
Çizelge 4.12. Katılımcıların “Cevabınız evet ise en fazla atladığınız öğün hangisidir?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları.....	14
Çizelge 4.13. Katılımcıların “Eğitim hayatınız boyunca beslenme dersi aldınız mı?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları.....	14
Çizelge 4.14. Katılımcıların “ Fermente süt ürünü tüketiyor musunuz?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları.....	15

Çizelge 4.15. Katılımcıların “ Cevabınız evet ise fermente süt ürünü tüketiminizde nelerin etkisi vardır?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları.....	15
Çizelge 4.16. Katılımcıların “ Cevabınız evet ise kullandığınız fermente süt ürünlerinden fayda gördünüz mü?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları.....	15
Çizelge 4.17. Katılımcıların “ Cevabınız evet ise fermente süt ürünü tüketimi için çevrenize tavsiye eder misiniz?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları	16
Çizelge 4.18. Katılımcıların “ Cevabınız evet ise fermente süt ürünleri hangi sağlık sorunlarını gidermesine katkı sağladığı için tüketiyorsunuz?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları.....	16
Çizelge 4.19. Katılımcıların “Fermente süt ürünlerini tüketmiyorsanız nedenleri nelerdir?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları.....	17
Çizelge 4.20. Katılımcıların “Fermente süt ürünlerinin sağlık üzerinde olumlu etki yaratacağını düşünüyor musunuz?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları.....	17
Çizelge 4.21. Katılımcıların “ Fermente süt ürünlerinden yoğurdu ne sıklıkla tüketirsiniz?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları.....	18
Çizelge 4.22. Katılımcıların “Sütü ne sıklıkla tüketirsiniz?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları.....	18
Çizelge 4.23. Katılımcıların “ Fermente süt ürünlerinden kefi ne sıklıkla tüketirsiniz?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları.....	19
Çizelge 4.24. Katılımcıların "Süt ürünlerinden peyniri ne sıklıkla tüketirsiniz?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları.....	19
Çizelge 4.25. Okul adına göre katılımcıların “Sağlıklı ve dengeli beslendiğinizi düşünüyor musunuz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları.....	20

Çizelge 4.26. Okul adına göre katılımcıların “Gün içerisinde kaç öğün yemek yersiniz?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları.....	21
Çizelge 4.27. Okul adına göre katılımcıların “En fazla önem verdiğiniz öğün hangisi?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları ..	22
Çizelge 4.28. Okul adına göre katılımcıların “Gün içerisinde öğün atladığınız olur mu?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları	23
Çizelge 4.29. Okul adına göre katılımcıların “Cevabınız evet ise en fazla atladığınız öğün hangisidir?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları.....	24
Çizelge 4.30. Okul adına göre katılımcıların “Eğitim hayatınız boyunca beslenme dersi aldınız mı?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları.....	25
Çizelge 4.31. Okul adına göre katılımcıların “Fermente süt ürünü tüketiyor musunuz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları.....	26
Çizelge 4.32. Okul adına göre katılımcıların “Cevabınız evet ise fermente süt ürünü tüketiminizde nelerin etkisi vardır?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları	27
Çizelge 4.33. Okul adına göre katılımcıların “Cevabınız evet ise kullandığınız fermente süt ürünlerinden fayda gördünüz mü?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları.....	28
Çizelge 4.34. Okul adına göre katılımcıların “Cevabınız evet ise fermente süt ürünlerini tüketmek için çevrenize tavsiye eder misiniz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları	29
Çizelge 4.35. Okul adına göre katılımcıların “Cevabınız evet ise fermente süt ürünlerini hangi sağlık sorunlarını gidermesine katkı sağlandığı için tüketiyorsunuz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları.....	30
Çizelge 4.36. Okul adına göre katılımcıların “Fermente süt ürünlerini tüketmiyorsanız nedenleri nelerdir?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları	31

Çizelge 4.37. Okul adına göre katılımcıların “Fermente süt ürünlerinin sağlık üzerinde olumlu etki yaratacağını düşünüyor musunuz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları	32
Çizelge 4.38. Okul adına göre katılımcıların “Fermente süt ürünlerinden yoğurdu ne sıklıkla tüketirsiniz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları.....	33
Çizelge 4.39. Okul adına göre katılımcıların “Sütü ne sıklıkla tüketirsiniz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları	35
Çizelge 4.40. Okul adına göre katılımcıların “Fermente süt ürünlerinden kefir ne sıklıkla tüketirsiniz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları.....	37
Çizelge 4.41. Okul adına göre katılımcıların “Süt ürünlerinden peyniri ne sıklıkla tüketirsiniz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları.....	39
Çizelge 4.42. Cinsiyete göre katılımcıların “Sağlıklı ve dengeli beslendiğinizi düşünüyor musunuz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları	40
Çizelge 4.43. Cinsiyete göre katılımcıların “Gün içerisinde kaç öğün yemek yersiniz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları ..	41
Çizelge 4.44. Cinsiyete göre katılımcıların “En fazla önem verdiğiniz öğün hangisi?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları ..	41
Çizelge 4.45. Cinsiyete göre katılımcıların “Gün içerisinde öğün atladığınız olur mu?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları	42
Çizelge 4.46. Cinsiyete göre katılımcıların “Cevabınız evet ise en fazla atladığınız öğün hangisidir?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları.....	42
Çizelge 4.47. Cinsiyete göre katılımcıların “Eğitim hayatınız boyunca beslenme dersi aldınız mı?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları.....	43
Çizelge 4.48. Cinsiyete göre katılımcıların “Fermente süt ürünü tüketiyor musunuz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları.....	43

Çizelge 4.49. Cinsiyete göre katılımcıların “Cevabınız evet ise fermente süt ürünü tüketiminizde nelerin etkisi vardır?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları	44
Çizelge 4.50. Cinsiyete göre katılımcıların “Cevabınız evet ise kullandığınız fermente süt ürünlerinden fayda gördünüz mü?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları	44
Çizelge 4.51. Cinsiyete göre katılımcıların “Cevabınız evet ise kullandığınız fermente süt ürünlerinden fayda gördünüz mü?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları	45
Çizelge 4.52. Cinsiyete göre katılımcıların “Cevabınız evet ise fermente süt ürünlerini hangi sağlık sorunları gidermesine katkı sağlandığı için tüketiyorsunuz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları	45
Çizelge 4.53. Cinsiyete göre katılımcıların “Fermente süt ürünlerini tüketmiyorsanız nedenleri nelerdir?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları	47
Çizelge 4.54. Cinsiyete göre katılımcıların “Fermente süt ürünlerinin sağlık üzerinde olumlu etki yaratacağını düşünüyor musunuz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları	48
Çizelge 4.55. Cinsiyete göre katılımcıların “Fermente süt ürünlerinden yoğurdu ne sıklıkla tüketirsiniz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları	49
Çizelge 4.56. Cinsiyete göre katılımcıların “Sütü ne sıklıkla tüketirsiniz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları	50
Çizelge 4.57. Cinsiyete göre katılımcıların “Fermente süt ürünlerinden kefir ne sıklıkla tüketirsiniz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları	51
Çizelge 4.58. Cinsiyete göre katılımcıların "Süt ürünlerinden peyniri ne sıklıkla tüketirsiniz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları	52

1. GİRİŞ

Bu çalışma Erzincan İl Milli Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı liselerde öğrenim gören öğrencilerin çeşitli parametreler göz önünde bulundurularak süt ve süt ürünleri tüketim alışkanlıkları, bu alışkanlıkları etkileyen faktörleri ve bilgi düzeylerini belirlemek amacıyla yapılmıştır. Bu kapsamda lise öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları, fermente süt ürünlerini tüketim durumları, süt ürünleri tüketimini artırıcı çözüm önerileri ve bu sayede daha sağlıklı bireyler için atılacak adımlara zemin oluşturması bakımından önem taşımaktadır.

Hayatsal faaliyetlerin yerine getirilmesi, sağlıklı bir şekilde büyüme ve gelişmenin sürdürülebilmesi için, besin maddelerinin gerekli ve yeterli miktarda vücuda alınıp tüketilmesi *beslenme* olarak tanımlanmaktadır (Güneş 1998). Diğer bir ifadeyle beslenme, insan hayatında doğumdan ölüme kadar olan her süreçte ve her koşulda yaşamın devam ettirebilmesi için gereklidir (Ekin 1996).

Yeterli ve dengeli beslenme, sağlıklı bir yaşamın devamı için büyük önem taşımaktadır. Beslenme bilgisi ve bilinç düzeyinin düşüklüğü yeterli ve dengeli olmayan beslenmede en önemli faktörlerden biri olarak kabul edilmektedir. Beslenme bilinci, fertlerin, ailelerin ve toplumların beslenme şekilleri ve davranışlarını etkileyen unsurların başında gelmektedir. Bu sebeple sağlığın devam ettirilmesinde ve iyileştirilmesinde beslenme eğitiminin önemi yadsınamaz bir gerçektir (Şanlıer vd 2009).

Dünya giderek sağlıksız beslenmekte; bu durum yaşam süresini ve kalitesini olumsuz etkilemektedir (Çelik Kayapınar ve Aydemir 2015). Besleyici etkilerinin yanı sıra koruyucu etkileri nedeni ile başta bebek ve çocuklar olmak üzere herkese önerilebilecek olan fermente süt ürünleri hakkında üretici firmalar başta olmak üzere konuyla ilgili uzmanların halkı bilinçlendirme çalışmalarının daha fazla artırılması gerekmektedir.

İnsan hayatında yeterli ve dengeli beslenmenin çok önemli olduğu belli dönemler vardır. Bu dönemlerden biri de çocukluk dönemi ile olgunluk dönemi arasındaki geçiş dönemi sayılan, büyüme ve gelişmenin hızlandığı çocuğun ruhsal yönden geliştiği ergenlik dönemidir (Arlı vd 2002). Bu dönem, bebeklikten sonra en hızlı büyümenin olduğu önemli bir dönemdir. Ergenlerin maksimum büyüme potansiyellerine erişebilmeleri için beslenme önemli bir faktördür. Bu dönemde yetersiz beslenenlerin genetik potansiyellerini yakalayamadıkları bilinen bir gerçektir. Ergenlik dönemindeki sağlıklı beslenme ileri yaşlardaki bazı hastalıkları önlemenin yanı sıra, geleceğin ebeveynleri için olumlu ve kalıcı beslenme alışkanlığı kazandırma açısından da önemlidir (Gökçay ve Garipoğlu 2002). Bu dönemin başlama ve bitiş sınırlarını kronolojik açıdan tamolarak belirlemek oldukça zordur. Çünkü her bireyin kendine özgü bir gelişim hızı ve yapısı vardır. Bunun yanında cinsiyet, iklim, coğrafi yapı, sosyo-ekonomik durumun dağılımı etkilediği bilinmektedir (Önay 2002).

Ergenlik dönemindeki tüketiciler öğünlerinin büyük bir kısmını evlerinin dışında gazlı içecekler, şekerlemeler ve hazır yemek gibi yiyecek ve içecekleri tüketmektedirler. Bazıları dağdallara ilişkin çeşitli inanışlara sahiptir veya vejetaryen beslenme tarzını benimsemektedirler (Günebak 2005). Büyüme ve gelişme evrelerinin sağlıklı geçmesinin sağlıklı yetişkinler kazanılmasında önemi büyüktür. Sağlıklı nesiller ise sağlıklı toplumsal kalkınmanın temel unsurlarıdır (Ahsen 1994).

Süt, memeli canlıların yavrusuna armağan edilen ve hemen hemen beslenme için tüm ihtiyacını karşılayan yegane gıda olarak tanımlanmaktadır. Canlının büyümesi ve yaşamını devam ettirebilmesi için gerekli olan, protein, yağ, süt şekeri (laktoz), vitaminler ve mineral maddelerini yeterli ve dengeli bir şekilde barındıran süt, porselen beyazı (krem-beyaz) rengine, kendine özgü tad ve kokuya sahip sıvı bir gıdadır (Özcan vd 1998; Metin 1999).

Süt elde edildiği canlıya göre inek, koyun, manda, keçi ve deve sütü şeklinde de isimlendirilmekte olup, eğer herhangi bir isimle ifade edilmemiş ise inek sütünün anlaşılması gerektiği rapor edilmektedir (Metin 2017).

Süt; protein, kalsiyum, fosfor, A vitamini, B2 vitamini ve B12 vitamini başta olmak üzere yapısında 85 ayrı besin maddesi bulundurmaktadır. Sütün besin maddeleri içeriğini; mevsimsel değişimler, hastalık durumu, fizyolojik etkenler gibi durumlar oldukça etkilemektedir. Örneğin; yapılan araştırmalar sütün protein ve yağsız kurumadde oranının sonbahar mevsiminde, yağ miktarının ise ilkbahar mevsiminde yüksek olduğunu göstermiştir (Tarakçı vd 2003; Ünal ve Besler 2006).

Mükemmel bir gıda maddesi olan süt, yeterli ve sağlıklı beslenme için gerekli olan hayvansal kaynaklı protein (%3,4), yağ (%3,5), laktoz (%4,7), vitamin ve mineral madde (%0,75) içeriği ile insan beslenmesinin temel unsurlarından birini teşkil etmektedir (Tekinşen ve Tekinşen 2005; Atamer 2006). Ayrıca süt; büyüme ve gelişmeyi sağlamakta etkili olan, kasların kasılmasında önemli rol oynayan, özellikle kemik ve dişlerin oluşumunda ve gelişmesinde büyük önem taşıyan kalsiyum ve fosfor bakımından da zengin bir kaynaktır (Atasever 2003).

Beslenme değeri ve bileşim bakımından yoğurt, süt ile benzerlik göstermektedir. Ancak yoğurt, üretimi esnasında uygulanan standardizasyon ve fermentasyondan dolayı protein, kalsiyum, fosfor, B₂ vitamini, B₁ vitamini ve B₁₂ vitamini bakımından daha zengin bir süt ürünüdür. Ayrıca, yoğurtta bulunan proteinler, mineraller ve vitaminler daha yüksek bir biyolojik değere sahiptir. Süt ve yoğurdun günlük diyetle yeteri kadar yer almaması durumunda, gereksinim duyulan enerji, protein, yağ, niasin, kalsiyum ve riboflavinin alımı büyük ölçüde azalmaktadır. Buna bağlı olarak da özellikle çocuklarda kemik gelişimi hızı yavaşlamaktadır (Özer 2006).

Yoğurt süte göre daha yüksek bir sindirilebilirlik kapasitesine sahiptir. Laktozu tolere edemeyen (laktoz intolerans) bireyler yoğurdu rahatlıkla tüketebilmektedirler. Bunun sebebi, sütteki laktozun bir kısmının yoğurt yapımı sırasında hidrolize olmasıdır (Buttriss 1997; Mckinley 2005; Özer 2006; Özden 2009; Öztürk 2013). Birçok araştırmacı, laktozun süt ve ürünlerinde var olan kalsiyum ve fosforun emilimini artırarak, bunlardan daha iyi yararlanılmasını sağladığını rapor etmektedirler (Renner and

Saldamlı 1983; Oysun 1990; Çağlar ve Çakmakçı 1994; Baysal 2002; Çakıroğlu 2003; Türkoğlu vd 2003).

Fermente süt ürünleri içerisinde yoğurttan sonra en çok bilinenlerden biri olan kefir, çok eski çağlardan beri Kafkasya'da üretilen ve buradan dünyaya yayılan sindirimi kolay, serinletici, çok az alkol içeren, ekşimsi ve köpüklü bir süt ürünüdür. Geleneksel şekilde, sütün kefir taneleri ile fermente edilmesiyle üretilmektedir. Kefirin hafif asidik tadı ve karakteristik mikroflorası, mide ve pankreasta enzim salgılanmasını, organizmada ürünlerin daha iyi sindirilmesini kolaylaştırmakta ve besinlerin mideden bağırsaklara geçişini hızlandırmaktadır. Mikroflora içinde asetik asit bakterileri ve mayaların olmasından dolayı kefir, yoğurt ve diğer fermente süt ürünleriyle karşılaştırıldığında intestinal mikroorganizmalara karşı yüksek antibiyotik aktiviteye sahiptir. Bu mikroorganizmalar aynı zamanda B grubu vitaminlerini de oluşturabilmektedir. Bünyesindeki CO₂'den dolayı sindirimi daha kolaydır. Kefir mikroflorası başlıca L (+) laktik asit üretmektedir. Bahsedilen sebeplerden dolayı kefir, biyolojik, diyetetik ve beslenme açısından yüksek değere sahiptir. Ayrıca gastrointestinal ve metabolik rahatsızlıklarda ve alerjik reaksiyon gösteren bireylerde tavsiye edilmektedir (Sezgin 2007).

Peynir, dünyanın hemen hemen her yerinde, değişik tür sütlerden yapılan bir süt ürünüdür. Peynir, genel olarak, sütün pıhtılaştırılması, pıhtıdan peyniraltı suyunun ayrılması, daha sonra da pıhtının değişik şekillerde işlenmesiyle elde edilmektedir. Dünyada üretilen sütün yaklaşık üçte biri peynire işlenmektedir. Bu nedenle peynir evrensel bir süt ürünüdür. Peynir esas olarak protein, yağ, mineraller ve su içerir. Bunların yanında peynirde vitaminler, organik asitler ve iz elementler de bulunur. Bunlar içerisinde protein ve yağ, hem peynirin yapısal özellikleri, hem de besin değeri üzerinde etkili olan iki önemli bileşendir. Peynirin bileşimi çeşide göre oldukça değişkendir (Koçak 2007).

2. KAYNAK ÖZETLERİ

Coşkun vd (2003), 362 öğrencinin süt ve süt ürünleri tüketim alışkanlıklarını ve ilgili faktörleri belirlemek amacıyla bir çalışma yürütmüşlerdir. Öğrencilerden 225'i peynir çeşitlerinden beyaz peyniri tüketmektedirler. İkinci sırayı 107 kişi ile otlu peynir alırken, en düşük düzeyde tüketilen peynir grubu ise yabancı peynirler olmuştur. Araştırmacılar sade ve kaymaklı yoğurtların haftalık olarak ortalama tüketimlerinin birbirlerine yakın düzeylerde olduğunu belirtmişlerdir. Yoğurt tüketiminde öğrencilerin çoğunluğunun tercihinin düşük oranda yağ içeren veya tam yağlı yoğurtlar olduğu ifade edilmiştir. Erkek ve kız öğrencilerin büyük çoğunluğunun dondurmayı severek tükettiği gözlemlenmiştir. Yine yaz mavisiminde ayran tüketen öğrenci sayısının da oldukça yüksek olduğu rapor edilmiştir.

Eren vd (2005), tarafından Celal Bayar Üniversitesi Mühendislik Fakültesi öğrencilerinden oluşan 113 kişilik gruba süt ve süt ürünleri hakkında bilgisi, tüketim alışkanlıkları ve bu alışkanlıkları etkileyen faktörleri belirlemek amacıyla bir anket uygulanmıştır. Bu çalışmada öğrencilerinin %63,71'inin süt içme alışkanlığına sahip olduğu,%79,16'sında bu alışkanlığın okul öncesi dönemde yerleştiği ve bu oluşumda en büyük etkenin ailenin olduğu saptanmıştır.

Açıkgöz ve Şimşek (2011), Isparta Süleyman Demirel Üniversitesinden şansa bağlı seçilen 1000 öğrenci üzerinde yaptığı araştırma sonucunda; süt tüketimini seven öğrencilerin oranını %69,7 sütü düzenli olarak tüketenlerinkini ise %34,2 olarak belirlemiştir. Öğrencilerin sütü sevmeme nedenleri arasında tat(%38,6) ve kokunun (%37,6) oldukça etkili olduğunu dile getirmiştir.

Derin ve Keskin (2013) tarafından 495 öğrencinin probiyotik nitelikli ürün tüketim alışkanlıklarını belirlemek amacıyla bir çalışma yürütülmüştür. Araştırmacılar erkek öğrencilerin %63,2'sinin, kız öğrencilerin ise %63,6'sının probiyotik ürünler hakkında

bilgilerinin olduğunu rapor etmişlerdir. Erkek öğrencilerin %37,7'si, kız öğrencilerin ise %39'u probiyotik ürünleri tükettiklerini ifade etmişlerdir.

Çelik vd (2015), bu araştırmayı Ordu ilinde yaşayan insanlardan tesadüfi olarak seçilen bireylerin fermente süt ürünleri tüketim durumlarını belirlemek amacıyla yürüttükleri çalışmada, yoğurt sevenlerin ve yoğurdu düzenli olarak tüketenlerin oranının oldukça yüksek olduğu belirlemişlerdir. Yoğurdun tercih edilmesindeki en önemli nedenin lezzet olduğu, yine ayranın da tercih edilmemesinde tat ve kokunun etkili olduğu ifade edilmiştir. Araştırmacılar, kefir ve probiyotik yoğurt konusundaki bilgi düzeyinin yetersiz olduğunu belirlemişlerdir.

Demir ve Güneş (2017), Ankara ilinin Polatlı, Beypazarı ve Ayaş ilçelerinde tarımsal üretim faaliyetlerde bulunan 122 ailenin hane halklarının süt tüketim düzeyleri ve tercihleri incelemiştir. Anket sonucunda ortalama hane halkı sayısı 3,6 kişi ve ortalama süt tüketimi kişi başına yıllık 28,4litre olarak belirlenmiştir.

Koçyiğit vd (2018), süt ve süt ürünleri tüketim alışkanlıklarını belirlemek amacıyla Selçuk Üniversitesi'nde öğrenim gören 151 öğrenci üzerinde bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Araştırma sonucunda öğrencilerin %28,48'inin süt ve süt ürünleri tüketmiş olduğu belirlenmiş olup, süt ve süt ürünlerini satın almada en fazla dikkat edilen kriterin %76,15 ile son kullanma tarihi olduğu tespit edilmiştir.

Şimşek vd (2018), Ankara'da yurttan kalan 18-24 yaş arası 588 üniversite öğrencisi üzerinde süt ve süt ürünleri tüketim durumunu belirlemek amacıyla çalışmışlardır. Erkek öğrencilerin %71,3'ünün, kız öğrencilerin %78,1'inin süt tükettikleri belirlenmiştir. En sık karşılaşılan süt içme sebebi %55,2'lik oran ile "sağlıklı beslenme" ve içmeme sebebi ise %54,1 ile "sütü sevmeme" dir.

Terzioğlu ve Bakırcı (2019), Erzincan Üniversitesinin çeşitli fakültelerinden seçilen 400 öğrenciye anket uygulayarak elde edilen verilerle öğrencilerin süt tüketim alışkanlıkları ve davranışlarını incelemişlerdir. Araştırmada öğrencilerin %67'sinin sütü sevdiği, süt

satın alırken çoğunlukla marketleri tercih ettiği ve ambalaj materyaline, markaya, fiyata, üretim tarihi, son kullanma tarihine dikkat ettikleri görölmüştür. Ayrıca öğrencilerin ve toplumun içme sütü hakkında yeterli düzeyde bilgi sahibi olmadıkları ve yeterince teşvik edilmedikleri görölmüştür.



3. MATERYAL ve YÖNTEM

Bu araştırmada 2017-2018 eğitim-öğretim yılında Erzincan ili çeşitli liselerde öğrenim gören öğrencilerden örnekleme yöntemiyle 444 kişi seçilmiştir. Örnek hacmi, ana kitle oranlarına dayalı kümelendirilmemiş tek aşamalı tesadüfî olasılık örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir (Collins 1986).

Bu formül;

$$n = t^2 * [1 + (0,02) (b-1)] * (p * q) / e^2$$

n: Örnek Hacmi

t: % 95 önem derecesine karşılık gelen tablo değeri

b: Örnekleme aşaması (bu çalışmada tek aşamalı olduğu için 1 alınmıştır)

p: İncelenen olayın ana kitle içinde gerçekleşme olasılığı % 0,5 olarak alınmıştır.

q: İncelenen olayın gerçekleşmeme olasılığı (1-p)

e: Kabul edilen hata payı (bu çalışmada hata payı %5 olarak alınmıştır)

Denklemden, b=1 alındığında, eşitlik aşağıdaki forma dönüşmüştür:

$$n = t^2 * (p*q)/e^2$$

Bu formüle göre örnekleme hacmi;

$$n = 2,10^2 * (0,5 * 0,5) / 0,05^2 \rightarrow n = 441$$

Elde edilen 441 değeri 444'e tamamlanmıştır. Seçilen bu öğrencilere hazırlanan 21 soruluk anket formu dağıtılarak ve gerekli açıklamalar yapılarak anketi doldurmaları istenmiştir. Anket çalışması ile elde edilen veriler bilgisayar ortamında SPSS 20 paket programı ve istatistiksel analiz olarak Ki-Kare testi ile analiz edilmiştir. Elde edilen bulgular tablolar haline getirilerek yorumlanmıştır.

4. ARAŞTIRMA BULGULARI

Erzincan İl Milli Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı liselerde öğrenim gören öğrencilerin beslenme alışkanlıkları, fermente süt ürünleri tüketim sıklıkları ve bilgilerinin belirlenmesi konulu anket çalışması için tesadüfî örnekleme yöntemiyle seçilen 444 öğrencinin anket sorularına verdiği cevapların yüzde ve frekans dağılımları tablolar halinde aşağıda gösterilmektedir.

Çizelge 4.1. Katılımcıların “Okulunuzun adı” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları

	Frekans	Yüzde	Geçerli yüzde	Toplam yüzde
FEN LİSESİ	90	20,3	20,3	20,3
SPOR LİSESİ	75	16,9	16,9	37,2
ANADOLU LİSESİ	89	20,0	20,0	57,2
SOSYAL BİLİMLER LİSESİ	78	17,6	17,6	74,8
MİLLİ EGEMENLİK LİSESİ	93	20,9	20,9	95,7
DOĞA KOLEJİ FEN LİSESİ	19	4,3	4,3	100,0
TOPLAM	444	100,0	100,0	

Yapılan anket çalışmasında “Okulunuzun adı” sorusu 90 adet Fen Lisesi öğrencisi, 75 adet Spor Lisesi öğrencisi, 89 adet Anadolu Lisesi öğrencisi, 78 adet Sosyal Bilimler Lisesi öğrencisi, 93 adet Milli Egemenlik Lisesi öğrencisi ve 19 adet Doğa Koleji Fen Lisesi öğrencisi olmak üzere toplam 444 öğrenciye sorulmuştur.

Çizelge 4.2. Katılımcıların “Yaşınız” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları

	Frekans	Yüzde	Geçerli yüzde	Toplam yüzde
14	15	3,4	3,4	3,4
15	184	41,4	41,4	44,8
16	111	25,0	25,0	69,8
17	98	22,1	22,1	91,9
18	32	7,2	7,2	99,1
19	4	0,9	0,9	100,0
TOPLAM	444	100,0	100,0	

Yapılan anket çalışmasında “Yaşınız” sorusuna cevap veren toplam 444 öğrenciden 15 kişi 14 yaşında, 184 kişi 15 yaşında, 111 kişi 16 yaşında, 98 kişi 17 yaşında, 32 kişi 18 yaşında ve 4 kişi ise 19 yaşında olduğu belirlenmiştir. Sorulan sorulara en fazla cevabı veren yaş grubu %41,4 ile 15 yaşındaki öğrenciler olduğu gözlemlenmiştir.

Çizelge 4.3. Katılımcıların “Cinsiyetiniz” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları

	Frekans	Yüzde	Geçerli yüzde	Toplam yüzde
ERKEK	206	46,4	46,4	46,4
KIZ	238	53,6	53,6	100,0
TOPLAM	444	100,0	100,0	

Yapılan anket çalışmasında “Cinsiyetiniz” sorusuna cevap veren 444 öğrenciden 206’sı erkek öğrenci ve 238’i de kız öğrenci olduğu belirlenmiştir. Sorulan sorulara en fazla cevap veren %53,6’lık oranla kız öğrencileri olduğu görülmüştür.

Çizelge 4.4. Katılımcıların “Sınıfınız” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları

	Frekans	Yüzde	Geçerli yüzde	Toplam yüzde
Hazırlık	33	7,4	7,4	100,0
9	159	35,8	35,8	35,8
10	109	24,5	24,5	60,4
11	98	22,1	22,1	82,4
12	45	10,1	10,1	92,6
TOPLAM	444	100,0	100,0	

Yapılan anket çalışmasında “Sınıfınız” sorusuna cevap veren 444 öğrenciden 33’ü hazırlık sınıfında, 159’u 9. sınıfta, 109’u 10. sınıfta, 98’i 11. sınıfta ve 45’i de 12. sınıfta olduğu belirlenmiştir. Sorulan sorulara en fazla cevabı veren %35,8’lik oranla 9. sınıf öğrencileri olduğu gözlemlenmiştir.

Çizelge 4.5. Katılımcıların “Ebeveyn mesleği” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları

	Frekans	Yüzde	Geçerli yüzde	Toplam yüzde
İŞÇİ	89	20,0	20,0	20,0
MEMUR	160	36,0	36,0	56,1
EMEKLİ	43	9,7	9,7	65,8
ESNAF	65	14,6	14,6	80,4
DİĞER	87	19,6	19,6	100,0
TOPLAM	444	100,0	100,0	

Yapılan anket çalışmasında “Ebeveyn mesleği” sorusuna 444 öğrencinin %20’si işçi, %36’sı memur, %9,7’si emekli, %14,6’sı esnaf ve %19,6’sı diğer meslek grubu cevabını vermiştir. En fazla yüzdellik dilimine memur sınıfının sahip olduğu gözlemlenmiştir.

Çizelge 4.6. Katılımcıların “Hane halkı sayısı” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları

	Frekans	Yüzde	Geçerli yüzde	Toplam yüzde
2	11	2,5	2,5	2,5
3	42	9,5	9,5	11,9
4	172	38,7	38,7	50,7
5	219	49,3	49,3	100,0
TOPLAM	444	100,0	100,0	

Yapılan anket çalışmasında “Hane halkı sayısı” sorusuna cevap veren 444 öğrencinin 11’inin 2 kişilik, 42’sinin 3 kişilik, 172’sinin 4 kişilik ve 219’unun 5 kişilik aileye sahip olduğu saptanmıştır.

Çizelge 4.7. Katılımcıların “ Ailenizin aylık geliri” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları

	Frekans	Yüzde	Geçerli yüzde	Toplam yüzde
1600 VE ALTI	82	18,5	18,5	18,5
1601-2000	84	18,9	18,9	37,4
2001-2500	55	12,4	12,4	49,8
2501 VE ÜSTÜ	223	50,2	50,2	100,0
TOPLAM	444	100,0	100,0	

Yapılan anket çalışmasında “Ailenizin aylık geliri” sorusuna cevap veren 444 öğrencinin %18,5’i 1600 TL ve altı, %18,9’u 1601-2000 TL arası, %12,4’ü 2001-2500 TL arası ve %50,2’sinin 2501 TL ve üstü olduğu gözlemlenmiştir.

Çizelge 4.8. Katılımcıların “Sağlıklı ve dengeli beslendiğinizi düşünüyor musunuz?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları

	Frekans	Yüzde	Geçerli yüzde	Toplam yüzde
EVET	219	49,3	49,3	49,3
HAYIR	225	50,7	50,7	100,0
TOPLAM	444	100,0	100,0	

Yapılan anket çalışmasında “Sağlıklı ve dengeli beslendiğinizi düşünüyor musunuz?” sorusuna cevap veren 444 öğrenciden 219’u “evet”, 225’i ise “hayır” cevabını verdiği gözlemlenmiştir.

Çizelge 4.9. Katılımcıların “ Gün içerisinde kaç öğün yemek yersiniz?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları

	Frekans	Yüzde	Geçerli yüzde	Toplam yüzde
2ÖĞÜN	56	12,6	12,6	12,6
3ÖĞÜN	265	59,7	59,7	72,3
4ÖĞÜN	85	19,1	19,1	91,4
5ÖĞÜN VE ÜSTÜ	38	8,6	8,6	100,0
TOPLAM	444	100,0	100,0	

Yapılan anket çalışmasında “Gün içerisinde kaç öğün yemek yersiniz?” sorusuna 444 öğrenciden %12,6’sı 2 öğün, %59,7’si 3 öğün, %19,1’i 4 öğün, %8,6’sı 5 öğün ve üzeri cevabını verdikleri gözlemlenmiştir.

Çizelge 4.10. Katılımcıların “ En fazla önem verdiğiniz öğün hangisi?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları

	Frekans	Yüzde	Geçerli yüzde	Toplam yüzde
SABAH KAHVALTISI	130	29,3	29,3	29,3
ÖĞLEN YEMEĞİ	121	27,3	27,3	56,5
AKŞAM YEMEĞİ	176	39,6	39,6	96,2
BUNLARIN DIŞINDA	17	3,8	3,8	100,0
TOPLAM	444	100,0	100,0	

Yapılan anket çalışmasında “En fazla önem verdiğiniz öğün hangisi?” sorusuna 444 öğrenciden %29,3’ü sabah kahvaltısı, %27,3’ü öğlen yemeği, %39,6’sı akşam yemeği ve %3,8’i de bunların dışında cevabını verdiği gözlemlenmiştir. Beslenme uzmanlarına göre sabah kahvaltısı öğünü sağlıklı bir yaşam için çocukluktan ileriki yaşlara kadar önemi yadsınamaz bir gerçektir. Ama yaptığımız çalışma şunu gösteriyor ki sabah kahvaltısına verilen önem diğer öğünlerden düşüktür; bu da bireyler için sağlıklı bir geleceğe zemin hazırlayabilir.

Çizelge 4.11. Katılımcıların “ Gün içerisinde öğün atladığınız olurmu?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları

	Frekans	Yüzde	Geçerli yüzde	Toplam yüzde
EVET	161	36,3	36,3	36,3
HAYIR	66	14,9	14,9	51,1
BAZEN	217	48,9	48,9	100,0
TOPLAM	444	100,0	100,0	

Yapılan anket çalışmasında “Gün içerisinde öğün atladığınız olur mu? sorusuna 444 öğrenciden %36,3’ü “evet”, %14,9’u “hayır” ve %48,9’u “bazen” cevabını verdiği gözlemlenmiştir.

Çizelge 4.12. Katılımcıların “Cevabınız evet ise en fazla atladığınız öğün hangisidir?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları

	Frekans	Yüzde	Geçerli yüzde	Toplam yüzde
SABAH KAHVALTISI	212	47,7	47,7	47,7
ÖĞLEN YEMEĞİ	81	18,2	18,2	66,0
AKŞAM YEMEĞİ	50	11,3	11,3	77,3
ÖĞÜN ATLAMAM	101	22,7	22,7	100,0
TOPLAM	444	100,0	100,0	

Yapılan anket çalışmasında “Cevabınız evet ise en fazla atladığınız öğün hangisidir?” sorusuna 444 öğrenciden %47,7’si sabah kahvaltısı, %18,2’si öğlen yemeği ve %11,3’ü akşam yemeği cevabını verdikleri görülmüştür.

Çizelge 4.13. Katılımcıların “Eğitim hayatınız boyunca beslenme dersi aldınız mı?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları

	Frekans	Yüzde	Geçerli yüzde	Toplam yüzde
EVET	122	27,5	27,5	27,5
HAYIR	322	72,5	72,5	100,0
TOPLAM	444	100,0	100,0	

Yapılan anket çalışmasında “Eğitim hayatınız boyunca beslenme dersi aldınız mı?” sorusuna 444 öğrenciden 122’sinin “evet”, 322’sinin ise “hayır” cevabını verdikleri gözlemlenmiştir. Öğrencilerin eğitim hayatı boyunca beslenme dersi almayanların oranı %72,5 ile oldukça yüksek olduğu görülmüştür. Sağlıklı ve dinamik nesiller için beslenmenin önemi bebeklikte iken ailelere, ileriki yaş gruplarında da bireylerin kendilerine anlatılmalıdır.

Çizelge 4.14. Katılımcıların “ Fermente süt ürünü tüketiyor musunuz?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları

	Frekans	Yüzde	Geçerli yüzde	Toplam yüzde
EVET	352	79,3	79,3	79,3
HAYIR	92	20,7	20,7	100,0
TOPLAM	444	100,0	100,0	

Yapılan anket çalışmasında “Fermente süt ürünü tüketiyor musunuz?” sorusuna 444 öğrenciden 352’si “evet”, 92’si ise hayır cevabını verdikleri gözlemlenmiştir.

Çizelge 4.15. Katılımcıların “ Cevabınız evet ise fermente süt ürünü tüketiminizde nelerin etkisi vardır?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları

	Frekans	Yüzde	Geçerli yüzde	Toplam yüzde
REKLAMLARIN	42	9,5	9,5	9,5
SAĞLIK SORUNLARININ	72	16,2	16,2	25,7
TAVSİYE	143	32,2	32,2	57,9
DİĞER	103	23,2	23,2	81,1
TÜKETMİYORUM	84	18,9	18,9	100,0
TOPLAM	444	100,0	100,0	

Yapılan anket çalışmasında “Cevabınız evet ise fermente süt ürünü tüketiminizde nelerin etkisi vardır?” sorusuna 444 öğrenciden %9,5’i “reklamların”, %16,22’si “sağlık sorunlarının”, %32,2’si “tavsiye”, %23,2’si ise “diğer sebepler” cevabını verdikleri görülmüştür.

Çizelge 4.16. Katılımcıların “ Cevabınız evet ise kullandığınız fermente süt ürünlerinden fayda gördünüz mü?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları

	Frekans	Yüzde	Geçerli yüzde	Toplam yüzde
EVET	309	69,6	69,6	69,6
HAYIR	54	12,2	12,2	81,8
TÜKETMEM	81	18,2	18,2	100,0
TOPLAM	444	100,0	100,0	

Yapılan anket çalışmasında “Cevabınız evet ise kullandığınız fermente süt ürünlerinden fayda gördünüz mü?” sorusuna 444 öğrenciden %69,6’sı “evet”, %12,2’si “hayır” cevabını verdikleri görülmüştür. Öğrencilerden “hayır” cevabını verenler, fermente süt ürünleri hakkında yeterli bilgi düzeyine sahip olmadıklarından kaynaklanıyor olabilir.

Çizelge 4.17. Katılımcıların “ Cevabınız evet ise fermente süt ürünü tüketimi için çevrenize tavsiye eder misiniz?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları

	Frekans	Yüzde	Geçerli yüzde	Toplam yüzde
EVET	293	66,0	66,0	66,0
HAYIR	58	13,1	13,1	79,1
TÜKETMEM	93	20,9	20,9	100,0
TOPLAM	444	100,0	100,0	

Yapılan anket çalışmasında “Cevabınız evet ise fermente süt ürünü tüketimi için çevrenize tavsiye eder misiniz?” sorusuna 444 öğrenciden %66’sı “evet”, %13,1’i “hayır” cevabını verdikleri gözlemlenmiştir.

Çizelge 4.18. Katılımcıların “ Cevabınız evet ise fermente süt ürünleri hangi sağlık sorunlarını gidermesine katkı sağladığı için tüketiyorsunuz?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları

	Frekans	Yüzde	Geçerli yüzde	Toplam yüzde
DOLAŞIM SİSTEMİ SORUNLARI	20	4,5	4,5	4,5
SİNDİRİM SİSTEMİ SORUNLARI	54	12,2	12,2	16,7
BAĞIŞIKLIK SİSTEMİNE GÜÇLENMESİNDE KATKI SAĞLAMASI	222	50,0	50,0	66,7
DİĞER	43	9,7	9,7	76,4
TÜKETMİYORUM	105	23,6	23,6	100,0
TOPLAM	444	100,0	100,0	

Yapılan anket çalışmasında “Cevabınız evet ise fermente süt ürünleri hangi sağlık sorunlarını gidermesine katkı sağladığı için tüketiyorsunuz?” sorusuna 444 öğrenciden

%4,5'i "dolaşım sistemi sorunları", %12,2'si "sindirim sistemi sorunları", %50'si "bağışıklık sistemine güçlenmesinde katkı sağlaması", %9,7'si "diğer" cevabını verdikleri gözlemlenmiştir.

Çizelge 4.19. Katılımcıların "Fermente süt ürünlerini tüketmiyorsanız nedenleri nelerdir?" sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları

	Frekans	Yüzde	Geçerli yüzde	Toplam yüzde
BİLMEMEK	39	8,8	8,8	8,8
DOĞAL BULMAMAK	27	6,1	6,1	14,9
İHTİYAÇ DUYMAMAK	31	7,0	7,0	21,8
PAHALI BULMAK	13	2,9	2,9	24,8
LEZZETSİZ BULMAK	33	7,4	7,4	32,2
DİĞER	29	6,5	6,5	38,7
TÜKETİYORUM	272	61,3	61,3	100,0
TOPLAM	444	100,0	100,0	

Yapılan anket çalışmasında "Fermente süt ürünlerini tüketmiyorsanız nedenleri nelerdir?" sorusuna 444 öğrenciden 39'u "bilmeme", 27'si "doğal bulmama", 31'i "ihtiyaç duymama", 13'ü "pahalı bulma", 33'ü "lezzetsiz bulma", 29'u ise "diğer" cevabını verdikleri gözlemlenmiştir.

Çizelge 4.20. Katılımcıların "Fermente süt ürünlerinin sağlık üzerinde olumlu etki yaratacağını düşünüyor musunuz?" sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları

	Frekans	Yüzde	Geçerli yüzde	Toplam yüzde
EVET	365	82,2	82,2	82,2
HAYIR	67	15,1	15,1	97,3
BİR BİLGİM YOK	12	2,7	2,7	100,0
TOPLAM	444	100,0	100,0	

Yapılan anket çalışmasında "Fermente süt ürünlerinin sağlık üzerinde olumlu etki yaratacağını düşünüyor musunuz?" sorusuna 444 öğrenciden 365 kişi "evet", 67 kişi "hayır", 12 kişi ise "bir bilgim yok" cevabını verdikleri gözlemlenmiştir.

Çizelge 4.21. Katılımcıların “ Fermente süt ürünlerinden yoğurdu ne sıklıkla tüketirsiniz?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları

	Frekans	Yüzde	Geçerli yüzde	Toplam yüzde
GÜNDE 1 KEZ	184	41,4	41,4	41,4
GÜNDE 2-3 KEZ	100	22,5	22,5	64,0
HAFTADA 1 KEZ	99	22,3	22,3	86,3
15 GÜNDE 1 KEZ	27	6,1	6,1	92,3
AYDA 1 KEZ	14	3,2	3,2	95,5
TÜKETMEM	20	4,5	4,5	100,0
TOPLAM	444	100,0	100,0	

Yapılan anket çalışmasında “Fermente süt ürünlerinden yoğurdu ne sıklıkla tüketirsiniz?” sorusuna 444 öğrenciden en büyük oranla %41,4’ü günde 1 kez cevabını verdiği gözlemlenmiştir.

Çizelge 4.22. Katılımcıların “Sütü ne sıklıkla tüketirsiniz?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları

	Frekans	Yüzde	Geçerli yüzde	Toplam yüzde
GÜNDE 1 KEZ	156	35,1	35,1	35,1
GÜNDE 2-3 KEZ	63	14,2	14,2	49,3
HAFTADA 1 KEZ	109	24,5	24,5	73,9
15 GÜNDE 1 KEZ	36	8,1	8,1	82,0
AYDA 1 KEZ	31	7,0	7,0	89,0
TÜKETMEM	49	11,0	11,0	100,0
TOPLAM	444	100,0	100,0	

Yapılan anket çalışmasında “Sütü ne sıklıkla tüketirsiniz?” sorusuna 444 öğrenciden en büyük oy dilimine sahip %35,1’lik oran ile günde 1 kez cevabını verdikleri gözlemlenmiştir.

Çizelge 4.23. Katılımcıların “ Fermente süt ürünlerinden kefir ne sıklıkla tüketirsiniz?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları

	Frekans	Yüzde	Geçerli yüzde	Toplam yüzde
GÜNDE 1 KEZ	12	2,7	2,7	2,7
GÜNDE 2-3 KEZ	8	1,8	1,8	4,5
HAFTADA 1 KEZ	18	4,1	4,1	8,6
15 GÜNDE 1 KEZ	16	3,6	3,6	12,2
AYDA 1 KEZ	46	10,4	10,4	22,5
TÜKETMEM	344	77,5	77,5	100,0
TOPLAM	444	100,0	100,0	

Yapılan anket çalışmasında “Fermente süt ürünlerinden kefir ne sıklıkla tüketirsiniz?” sorusuna 444 öğrenciden %2,7’si günde 1 kez, %1,8’i günde 2-3 kez, %4,1’i haftada 1 kez, %3,6’sı 15 günde 1 kez, %10,4’ü ayda 1 kez cevabını verdikleri gözlemlenmiştir. Kefirin tüketilme sıklığının oldukça az olduğu görülmektedir.

Çizelge 4.24. Katılımcıların "Süt ürünlerinden peyniri ne sıklıkla tüketirsiniz?" sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları

	Frekans	Yüzde	Geçerli yüzde	Toplam yüzde
GÜNDE 1 KEZ	207	46,6	46,6	46,6
GÜNDE 2-3 KEZ	122	27,5	27,5	74,1
HAFTADA 1 KEZ	48	10,8	10,8	84,9
15 GÜNDE 1 KEZ	12	2,7	2,7	87,6
AYDA 1 KEZ	9	2,0	2,0	89,6
TÜKETMEM	46	10,4	10,4	100,0
TOPLAM	444	100,0	100,0	

Yapılan anket çalışmasında “Süt ürünlerinden peyniri ne sıklıkla tüketirsiniz?” sorusuna 444 öğrenciden en büyük oy oranı ile %46,6’sı günde 1 kez cevabını verdiği gözlemlenmiştir.

Çizelge 4.25. Okul adına göre katılımcıların “Sağlıklı ve dengeli beslendiğinizi düşünüyor musunuz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

			Sağlıklı ve dengeli beslendiğinizi düşünüyor musunuz?		Toplam	
			EVET	HAYIR		
Okul	Fen lisesi	n	50	40	90	
		Okul içinde %	%55,6	%44,4	%100,0	
	Spor lisesi	n	51	24	75	
		Okul içinde %	%68,0	%32,0	%100,0	
	Anadolu lisesi	n	35	54	89	
		Okul içinde %	%39,3	%60,7	%100,0	
	Sosyal bilimler lisesi	n	32	46	78	
		Okul içinde %	%41,0	%59,0	%100,0	
	Milli egemenlik lisesi	n	40	53	93	
		Okul içinde %	%43,0	%57,0	%100,0	
	Doğa koleji fen lisesi	n	11	8	19	
		Okul içinde %	%57,9	%42,1	%100,0	
	Toplam		n	219	225	444
			Okul içinde %	%49,3	%50,7	%100,0

Yapılan analiz sonucunda; Fen Lisesi, Spor Lisesi ve Doğa Koleji Fen Lisesi öğrencilerinin çoğunluğusağlıklı ve dengeli beslendiğini düşünürken, Anadolu Lisesi, Sosyal Bilimler Lisesi ve Milli Egemenlik Lisesi öğrencilerinin çoğunluğu ise sağlıklı ve dengeli beslenmediğini düşünmektedir ($\chi^2=19,614$, $sd=5$, $p=0,001$).

Çizelge 4.26. Okul adına göre katılımcıların “Gün içerisinde kaç öğün yemek yersiniz?” sorusuna vermiş olduğu cevapların yüzde ve frekans dağılımları

		Gün içerisinde kaç öğün yemek yersiniz?					
		2	3	4	5 Öğün	Toplam	
		Öğün	Öğün	Öğün	ve üstü		
Okul	Fen lisesi	n	12	60	14	4	90
		Okul içinde %	%13,3	%66,7	%15,6	%4,4	%100,0
	Spor lisesi	n	9	41	18	7	75
		Okul içinde %	%12,0	%54,7	%24,0	%9,3	%100,0
	Anadolu lisesi	n	12	50	17	10	89
		Okul içinde %	%13,5	%56,2	%19,1	%11,2	%100,0
	Sosyal bilimler lisesi	n	9	42	15	12	78
		Okul içinde %	%11,5	%53,8	%19,2	%15,4	%100,0
	Milli egemenlik lisesi	n	12	59	17	5	93
		Okul içinde %	%12,9	%63,4	%18,3	%5,4	%100,0
	Doğa koleji fen lisesi	n	2	13	4	0	19
		Okul içinde %	%10,5	%68,4	%21,1	%0,0	%100,0
Toplam	n	56	265	85	38	444	
	Okul içinde %	%12,6	%59,7	%19,1	%8,6	%100,0	

Yapılan analiz sonucunda; Fen Lisesi, Spor Lisesi, Anadolu Lisesi, Sosyal Bilimler Lisesi, Milli Egemenlik Lisesi ve Doğa Koleji Fen Lisesi öğrencilerinin çoğunluğunun gün içerisinde 3 öğün yemek yediği belirlenmiştir. Ancak, okullar arası anlamlı farklılık ($\chi^2=13,552$, $sd=15$, $p=0,560$) olmadığı tespit edilmiştir.

Çizelge 4.27. Okul adına göre katılımcıların “En fazla önem verdiğiniz öğün hangisi?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

			En fazla önem verdiğiniz öğün hangisi?				Toplam
			Sabah kahvaltısı	Öğlen yemeği	Akşam yemeği	Bunların dışında	
Okul	Fen lisesi	n	19	25	41	5	90
		Okul içinde %	%21,1	%27,8	%45,6	%5,6	%100,0
	Spor lisesi	n	28	27	20	0	75
		Okul içinde %	%37,3	%36,0	%26,7	%0,0	%100,0
	Anadolu lisesi	n	23	20	41	5	89
		Okul içinde %	%25,8	%22,5	%46,1	%5,6	%100,0
	Sosyal bilimler lisesi	n	29	18	27	4	78
		Okul içinde %	%37,2	%23,1	%34,6	%5,1	%100,0
	Milli egemenlik lisesi	n	24	25	41	3	93
		Okul içinde %	%25,8	%26,9	%44,1	%3,2	%100,0
	Doğa koleji	n	7	6	6	0	19
		Okul içinde %	%36,8	%31,6	%31,6	%0,0	%100,0
Toplam		n	130	121	176	17	444
		Okul içinde %	%29,3	%27,3	%39,6	%3,8	%100,0

Yapılan analiz sonucunda; Fen Lisesi, Anadolu Lisesi ve Milli Egemenlik Lisesi akşam yemeği öğününe önem verirken Spor Lisesi, Sosyal Bilimler Lisesi ve Doğa Koleji Fen Lisesi sabah kahvaltısına önem verdiği görülmektedir ($\chi^2=21,639$, $sd=15$, $p=0,118$).

Çizelge 4.28. Okul adına göre katılımcıların “Gün içerisinde öğün atladığınız olur mu?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

			Gün içerisinde öğün atladığınız olur mu?			Toplam
			Evett	Hayır	Bazen	
Okul	Fen lisesi	n	26	15	49	90
		Okul içinde				
		%	%28,9	%16,7	%54,4	%100,0
	Spor lisesi	n	27	9	39	75
		Okul içinde				
		%	%36,0	%12,0	%52,0	%100,0
	Anadolu lisesi	n	35	17	37	89
		Okul içinde				
		%	%39,3	%19,1	%41,6	%100,0
	Sosyal bilimler lisesi	n	28	12	38	78
Okul içinde						
	%	%35,9	%15,4	%48,7	%100,0	
Toplam	Milli egemenlik lisesi	n	35	12	46	93
		Okul içinde				
		%	%37,6	%12,9	%49,5	%100,0
	Doğa koleji fen lisesi	n	10	1	8	19
		Okul içinde				
	%	%52,6	%5,3	%42,1	%100,0	
		n	161	66	217	444
		Okul içinde				
	%	%36,3	%14,9	%48,9	%100,0	

Yapılan analiz sonucunda; Fen Lisesi, Anadolu Lisesi, Milli Egemenlik Lisesi, Sosyal Bilimler Lisesi ve Spor Lisesi öğrencileri gün içerisinde bazen öğün atladığını dile getirirken, Doğa Koleji Fen Lisesi öğrencileri öğün atlamadığını ifade etmişlerdir ($\chi^2=8,032$, $sd=10$, $p=0,626$).

Çizelge 4.29. Okul adına göre katılımcıların “Cevabınız evet ise en fazla atladığınız öğün hangisidir?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

		Cevabınız evet ise en fazla atladığınız öğün hangisidir?				Toplam	
		Sabah kahvaltısı	Öğlen yemeği	Akşam yemeği	Öğün atlamam		
Okul	Fen lisesi	n	38	23	5	24	90
		Okul içinde %	%42,2	%25,6	%5,6	%26,7	%100,0
	Spor lisesi	n	36	15	12	12	75
		Okul içinde %	%48,0	%20,0	%16,0	%16,0	%100,0
	Anadolu lisesi	n	42	11	11	25	89
		Okul içinde %	%47,2	%12,4	%12,4	%28,1	%100,0
	Sosyal bilimler lisesi	n	35	14	9	20	78
		Okul içinde %	%44,9	%17,9	%11,5	%25,6	%100,0
	Milli egemenlik lisesi	n	50	15	9	19	93
		Okul içinde %	%53,8	%16,1	%9,7	%20,4	%100,0
	Doğa koleji fen lisesi	n	11	3	4	1	19
		Okul içinde %	%57,9	%15,8	%21,1	%5,3	%100,0
Toplam	n	212	81	50	101	444	
	Okul içinde %	%47,7	%18,2	%11,3	%22,7	%100,0	

Yapılan analiz sonucunda; Fen Lisesi, Spor Lisesi, Anadolu Lisesi, Sosyal Bilimler Lisesi, Milli Egemenlik Lisesi ve Doğa Koleji Fen Lisesi öğrencilerinin en fazla atladıkları öğünün sabah kahvaltısı olduğu gözlemlenmiştir. Ancak, okullar arası anlamlı farklılık ($\chi^2=19,614$, $sd=5$, $p=0,001$) olmadığı tespit edilmiştir.

Çizelge 4.30. Okul adına göre katılımcıların “Eğitim hayatınız boyunca beslenme dersi aldınız mı?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

		Eğitim hayatınız boyunca beslenme dersi aldınız mı?		Toplam
		EVET	HAYIR	
Okul	Fen lisesi	n	20	70
		Okul		90
		içinde %	%22,2	%77,8
				%100,0
	Spor lisesi	n	33	42
		Okul		75
		içinde %	%44,0	%56,0
				%100,0
	Anadolu lisesi	n	10	79
		Okul		89
		içinde %	%11,2	%88,8
				%100,0
	Sosyal bilimler lisesi	n	34	44
		Okul		78
		içinde %	%43,6	%56,4
				%100,0
	Milli egemenlik lisesi	n	20	73
		Okul		93
		içinde %	%21,5	%78,5
				%100,0
	Doğa koleji fen lisesi	n	5	14
		Okul		19
		içinde %	%26,3	%73,7
				%100,0
Toplam		n	122	322
		Okul		444
		içinde %	%27,5	%72,5
				%100,0

Yapılan analiz sonucunda; Fen Lisesi, Spor Lisesi, Anadolu Lisesi, Sosyal Bilimler Lisesi, Milli Egemenlik Lisesi ve Doğa Koleji Fen Lisesi öğrencilerinin büyük bir kısmının eğitim hayatı boyunca beslenme dersi almadığı tespit edilmiştir. Ancak, okullar arası anlamlı farklılık ($\chi^2=35,142$, $sd=5$, $p=0,000$) olmadığı tespit edilmiştir.

Çizelge 4.31. Okul adına göre katılımcıların “Fermente süt ürünü tüketiyor musunuz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

			Fermente süt ürünü tüketiyormusunuz?		Toplam
			Evet	Hayır	
Okul	Fen lisesi	n	62	28	90
		Okul içinde	%68,9	%31,1	%100,0
		%			
	Spor lisesi	n	59	16	75
		Okul içinde	%78,7	%21,3	%100,0
		%			
	Anadolu lisesi	n	74	15	89
		Okul içinde	%83,1	%16,9	%100,0
		%			
	Sosyal bilimler lisesi	n	56	22	78
		Okul içinde	%71,8	%28,2	%100,0
		%			
	Milli egemenlik lisesi	n	82	11	93
		Okul içinde	%88,2	%11,8	%100,0
		%			
	Doğa koleji fen lisesi	n	19	0	19
		Okul içinde	%100,0	%0,0	%100,0
		%			
Toplam	n	352	92	444	
	Okul içinde	%79,3	%20,7	%100,0	
	%				

Yapılan analiz sonucunda; Fen Lisesi, Spor Lisesi, Anadolu Lisesi, Sosyal Bilimler Lisesi, Milli Egemenlik Lisesi ve Doğa Koleji Fen Lisesi öğrencilerinin çoğunluğunun fermente süt ürünü tükettiği gözlemlenmiştir. Ancak, okullar arası anlamlı farklılık ($\chi^2=18,845$, $sd=5$, $p=0,002$) olmadığı tespit edilmiştir.

Çizelge 4.32. Okul adına göre katılımcıların “Cevabınız evet ise fermente süt ürünü tüketiminizde nelerin etkisi vardır?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

		Cevabınız evet ise fermente süt ürünü tüketiminizde nelerin etkisi vardır?					Topla m
		Reklamla rını	Sağlık sornlarını	Tavsiy e	Diğer	Tüketmiyoru m	
		n	n	n	n	n	
Okul	Fen lisesi	6	9	29	19	27	90
	Okul içinde %	%6,7	%10,0	%32,2	%21,1	%30,0	%100,0
	Spor lisesi	9	27	16	15	8	75
	Okul içinde %	%12,0	%36,0	%21,3	%20,0	%10,7	%100,0
	Anadolu lisesi	11	10	22	28	18	89
	Okul içinde %	%12,4	%11,2	%24,7	%31,5	%20,2	%100,0
	Sosyal bilimler lisesi	4	7	34	14	19	78
	Okul içinde %	%5,1	%9,0	%43,6	%17,9	%24,4	%100,0
	Milli egemenlik lisesi	10	14	35	22	12	93
	Okul içinde %	%10,8	%15,1	%37,6	%23,7	%12,9	%100,0
Toplam	Doğa koleji fen lisesi	2	5	7	5	0	19
	Okul içinde %	%10,5	%26,3	%36,8	%26,3	%0,0	%100,0
Toplam		42	72	143	103	84	444
		%9,5	%16,2	%32,2	%23,2	%18,9	%100,0

Yapılan analiz sonucunda; Fen Lisesi, Spor Lisesi, Sosyal Bilimler Lisesi, Milli Egemenlik Lisesi ve Doğa Koleji Fen Lisesi öğrencilerinin çoğunluğu fermente süt ürünlerini tavsiye üzerine tükettiği gözlemlenmiştir ($\chi^2=56,949$, $sd=20$, $p=0,000$).

Çizelge 4.33. Okul adına göre katılımcıların “Cevabınız evet ise kullandığınız fermente süt ürünlerinden fayda gördünüz mü?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

		Cevabınız evet ise kullandığınız fermente süt ürünlerinden fayda gördünüz mü?			Toplam
		Evett	Hayır	Tüketmem	
Okul	Fen lisesi	n Okul içinde % 54 %60,0	9 %10,0	27 %30,0	90 %100,0
	Spor lisesi	n Okul içinde % 57 %76,0	10 %13,3	8 %10,7	75 %100,0
	Anadolu lisesi	n Okul içinde % 61 %68,5	11 %12,4	17 %19,1	89 %100,0
	Sosyal bilimler lisesi	n Okul içinde % 50 %64,1	8 %10,3	20 %25,6	78 %100,0
	Milli egemenlik lisesi	n Okul içinde % 69 %74,2	15 %16,1	9 %9,7	93 %100,0
	Doğa koleji fen lisesi	n Okul içinde % 18 %94,7	1 %5,3	0 %0,0	19 %100,0
	Toplam	n Okul içinde % 309 %69,6	54 %12,2	81 %18,2	444 %100,0

Yapılan analiz sonucunda; Fen Lisesi, Spor Lisesi, Anadolu Lisesi, Sosyal Bilimler Lisesi, Milli Egemenlik Lisesi ve Doğa Koleji Fen Lisesi öğrencilerinin büyük bir kısmı fermente süt ürünlerinden fayda gördüğü tespit edilmiştir. Ancak, okullar arası anlamlı farklılık ($\chi^2=25,368$, $sd=10$, $p=0,005$) olmadığı tespit edilmiştir.

Çizelge 4.34. Okul adına göre katılımcıların “Cevabınız evet ise fermente süt ürünlerini tüketmek için çevrenize tavsiye eder misiniz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

			Cevabınız evet ise fermente süt ürünlerini tüketmek için çevrenize tavsiye edermisiniz?			Toplam
			Evett	Hayır	Tüketmem	
Okul	Fen lisesi	n	49	10	31	90
		Okul içinde	%54,4	%11,1	%34,4	%100,0
		%				
	Spor lisesi	n	58	8	9	75
		Okul içinde	%77,3	%10,7	%12,0	%100,0
		%				
	Anadolu lisesi	n	61	7	21	89
		Okul içinde	%68,5	%7,9	%23,6	%100,0
		%				
	Sosyal bilimler lisesi	n	42	13	23	78
		Okul içinde	%53,8	%16,7	%29,5	%100,0
		%				
	Milli egemenlik lisesi	n	68	17	8	93
		Okul içinde	%73,1	%18,3	%8,6	%100,0
		%				
	Doğa koleji fen lisesi	n	15	3	1	19
		Okul içinde	%78,9	%15,8	%5,3	%100,0
		%				
Toplam	n	293	58	93	444	
	Okul içinde	%66,0	%13,1	%20,9	%100,0	
	%					

Yapılan analiz sonucunda; Fen Lisesi, Spor Lisesi, Anadolu Lisesi, Sosyal Bilimler Lisesi, Milli Egemenlik Lisesi ve Doğa Koleji Fen Lisesi öğrencilerinin büyük bir kısmı fermente süt ürünlerini tüketmek için çevresine tavsiye edebilecekleri tespit edilmiştir. Ancak, okullar arası anlamlı farklılık ($\chi^2=34,270$, $sd=10$, $p=0,000$) olmadığı tespit edilmiştir.

Çizelge 4.35. Okul adına göre katılımcıların “Cevabınız evet ise fermente süt ürünlerini hangi sağlık sorunlarını gidermesine katkı sağlandığı için tüketiyorsunuz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

		Cevabınız evet ise fermente süt ürünlerini hangi sağlık sorunlarını gidermesine katkı sağlandığı için tüketiyorsunuz?					Toplam
		Dolaşım sistemi sorunları	Sindirim sistemi sorunları	Bağıışıklık sistemine güçlenmesinde katkı sağlaması	Diğer	Tüketmıyorum	
Okul	Fen lisesi	n Okul içinde %	0 %0,0	14 %15,6	40 %44,4	4 %4,4	90 %35,6 %100,0
	Spor lisesi	n Okul içinde %	9 %12,0	4 %5,3	39 %52,0	12 %16,0	75 %14,7 %100,0
	Anadolu lisesi	n Okul içinde %	4 %4,5	11 %12,4	39 %43,8	15 %16,9	89 %22,5 %100,0
	Sosyal bilimler lisesi	n Okul içinde %	1 %1,3	13 %16,7	33 %42,3	5 %6,4	78 %33,3 %100,0
	Milli egemenlik lisesi	n Okul içinde %	3 %3,2	11 %11,8	60 %64,5	6 %6,5	93 %14,0 %100,0
	Doğa koleji fen lisesi	n Okul içinde %	3 %15,8	1 %5,3	11 %57,9	1 %5,3	19 %15,8 %100,0
	Toplam	n Okul içinde %	20 %4,5	54 %12,2	222 %50,0	43 %9,7	444 %23,6 %100,0

Yapılan analiz sonucunda; Fen Lisesi, Spor Lisesi, Anadolu Lisesi, Sosyal Bilimler Lisesi, Milli Egemenlik Lisesi ve Doğa Koleji Fen Lisesi öğrencilerinin büyük bir kısmı fermente süt ürünlerini bağışıklık sisteminin güçlenmesine katkı sağladığı için tükettiği görülmüştür. Ancak, okullar arası anlamlı farklılık ($\chi^2=60,963$, $sd=20$, $p=0,000$) olmadığı tespit edilmiştir.

Çizelge 4.36. Okul adına göre katılımcıların “Fermente süt ürünlerini tüketmiyorsanız nedenleri nelerdir?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

			Fermente süt ürünlerini tüketmiyorsanız nedenleri nelerdir?							Toplam
			Bilmemek	Doğal bulmamak	İhtiyaç duymamak	Pahalı bulmak	Lezzetsiz bulmak	Diğer	Tüketiyorum	
Okul	Fen lisesi	n	7	5	11	0	4	3	60	90
		Okul içinde %	%7,8	%5,6	%12,2	%0,0	%4,4	%3,3	%66,7	%100,0
	Spor lisesi	n	8	13	6	6	7	8	27	75
		Okul içinde %	%10,7	%17,3	%8,0	%8,0	%9,3	%10,7	%36,0	%100,0
	Anadolu lisesi	n	10	0	1	2	10	9	57	89
		Okul içinde %	%11,2	%0,0	%1,1	%2,2	%11,2	%10,1	%64,0	%100,0
	Sosyal bilimler lisesi	n	8	5	5	2	6	5	47	78
		Okul içinde %	%10,3	%6,4	%6,4	%2,6	%7,7	%6,4	%60,3	%100,0
	Milli egemenlik lisesi	n	6	4	8	2	6	4	63	93
		Okul içinde %	%6,5	%4,3	%8,6	%2,2	%6,5	%4,3	%67,7	%100,0
	Doğa koleji fen lisesi	n	0	0	0	1	0	0	18	19
		Okul içinde %	%0,0	%0,0	%0,0	%5,3	%0,0	%0,0	%94,7	%100,0
	Toplam	n	39	27	31	13	33	29	272	444
		Okul içinde %	%8,8	%6,1	%7,0	%2,9	%7,4	%6,5	%61,3	%100,0

Yapılan analiz sonucunda; fermente süt ürünlerini tüketmeme sebebi sorusuna Fen Lisesi ve Milli Egemenlik Lisesi öğrencileri “ihtiyaç duymama”, Spor Lisesi ve Sosyal Bilimler Lisesi öğrencileri “bilmeme”, Anadolu Lisesi öğrencileri “bilmeme” ve “lezzetsiz bulma”, Doğa Koleji Fen Lisesi öğrencileri ise “pahalı bulma” cevabını vermişlerdir ($\chi^2=70,130$, $sd=30$, $p=0,000$).

Çizelge 4.37. Okul adına göre katılımcıların “Fermente süt ürünlerinin sağlık üzerinde olumlu etki yaratacağını düşünüyor musunuz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

			Fermente süt ürünlerinin sağlık üzerinde olumlu etki yaratacağını düşünüyor musunuz?			Toplam
			Evet	Hayır	Bilgim yok	
Okul	Fen lisesi	n Okul içinde %	68 %75,6	18 %20,0	4 %4,4	90 %100,0
	Spor lisesi	n Okul içinde %	64 %85,3	9 %12,0	2 %2,7	75 %100,0
	Anadolu lisesi	n Okul içinde %	73 %82,0	13 %14,6	3 %3,4	89 %100,0
	Sosyal bilimler lisesi	n Okul içinde %	60 %76,9	17 %21,8	1 %1,3	78 %100,0
	Milli egemenlik lisesi	n Okul içinde %	81 %87,1	10 %10,8	2 %2,2	93 %100,0
	Doğa koleji fen lisesi	n Okul içinde %	19 %100,0	0 %0,0	0 %0,0	19 %100,0
	Toplam	n Okul içinde %	365 %82,2	67 %15,1	12 %2,7	444 %100,0

Yapılan analiz sonucunda; Fen Lisesi, Spor Lisesi, Anadolu Lisesi, Sosyal Bilimler Lisesi, Milli Egemenlik Lisesi ve Doğa Koleji Fen Lisesi öğrencilerinin çoğunluğu fermente süt ürünleri tüketiminin sağlık üzerinde olumlu etki oluşturacağını düşündükleri tespit edilmiştir. Ancak, okullar arası anlamlı farklılık ($\chi^2=12,476$, $sd=10$, $p=0,254$) olmadığı tespit edilmiştir.

Çizelge 4.38. Okul adına göre katılımcıların “Fermente süt ürünlerinden yoğurdu ne sıklıkla tüketirsiniz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

			Fermente süt ürünlerinden yoğurdune sıklıkla tüketirsiniz?						Toplam
			Günde 1 kez	Günde 2-3 kez	Haftada 1 kez	15 günde 1 kez	Ayda 1 kez	Tüketmem	
Okul	Fen lisesi	n	37	16	20	4	5	8	90
		Okul içinde %	%41,1	%17,8	%22,2	%4,4	%5,6	%8,9	%100,0
	Spor lisesi	n	30	26	10	7	2	0	75
		Okul içinde %	%40,0	%34,7	%13,3	%9,3	%2,7	%0,0	%100,0
	Anadolu lisesi	n	33	16	26	4	4	6	89
		Okul içinde %	%37,1	%18,0	%29,2	%4,5	%4,5	%6,7	%100,0
	Sosyal bilimler	n	31	16	21	5	1	4	78
	lisesi	Okul içinde %	%39,7	%20,5	%26,9	%6,4	%1,3	%5,1	%100,0
	Milli egemenlik	n	41	24	19	5	2	2	93
	lisesi	Okul içinde %	%44,1	%25,8	%20,4	%5,4	%2,2	%2,2	%100,0
	Doğa koleji fen	n	12	2	3	2	0	0	19
	lisesi	Okul içinde %	%63,2	%10,5	%15,8	%10,5	%0,0	%0,0	%100,0
	Toplam	n	184	100	99	27	14	20	444
		Okul içinde %	%41,4	%22,5	%22,3	%6,1	%3,2	%4,5	%100,0

Yapılan analiz sonucunda; Fen Lisesi, Spor Lisesi, Anadolu Lisesi, Sosyal Bilimler Lisesi, Milli Egemenlik Lisesi ve Doğa Koleji Fen Lisesi öğrencilerinin çoğunluğu fermente süt ürünlerinden yoğurdu günde en az bir kez tükettikleri tespit edilmiştir. Ancak, okullar arası anlamlı farklılık ($\chi^2=34,140$, $sd=25$, $p=0,105$) olmadığı tespit edilmiştir.



Çizelge 4.39. Okul adına göre katılımcıların “Sütü ne sıklıkla tüketirsiniz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

		Sütü ne sıklıkla tüketirsiniz?						Toplam	
		Günde 1 kez	Günde 2-3 kez		Haftada 1 kez	15 günde 1 kez	Ayda 1 kez		Tüketmem
Okul	Fen lisesi	n	40	7	23	8	4	8	90
		Okul içinde %	%44,4	%7,8	%25,6	%8,9	%4,4	%8,9	%100,0
	Spor lisesi	n	14	21	24	4	6	6	75
		Okul içinde %	%18,7	%28,0	%32,0	%5,3	%8,0	%8,0	%100,0
	Anadolu lisesi	n	37	13	20	6	3	10	89
		Okul içinde %	%41,6	%14,6	%22,5	%6,7	%3,4	%11,2	%100,0
	Sosyal bilimler lisesi	n	23	8	18	8	8	13	78
		Okul içinde %	%29,5	%10,3	%23,1	%10,3	%10,3	%16,7	%100,0
	Milli egemenlik lisesi	n	32	12	17	10	10	12	93
		Okul içinde %	%34,4	%12,9	%18,3	%10,8	%10,8	%12,9	%100,0
	Doğa koleji fen lisesi	n	10	2	7	0	0	0	19
		Okul içinde %	%52,6	%10,5	%36,8	%0,0	%0,0	%0,0	%100,0
	Toplam	n	156	63	109	36	31	49	444
		Okul içinde %	%35,1	%14,2	%24,5	%8,1	%7,0	%11,0	%100,0

Yapılan analiz sonucunda; Fen Lisesi, Anadolu Lisesi, Sosyal Bilimler Lisesi, Milli Egemenlik Lisesi ve Doğa Koleji Fen Lisesi öğrencilerinin büyük bir kısmı sütünde en az 2-3kez tükettikleri gözlemlenmiştir. Spor Lisesi öğrencilerinin çoğunluğu ise haftada 1 kez tükettikleri tespit edilmiştir ($\chi^2=46,323$, $sd=25$, $p=0,006$). Spor Lisesi öğrencilerinin süt tüketim sıklığının az olma sebebi, süt tüketimi önemini bilmediklerinden kaynaklanabilir. Bu sebeple müfredata beslenme dersinin eklenmesi fayda sağlayacaktır.



Çizelge 4.40. Okul adına göre katılımcıların “Fermente süt ürünlerinden kefir ne sıklıkla tüketirsiniz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

		Fermente süt ürünlerinden kefir ne sıklıkla tüketirsiniz?						Toplam
		Günde 1 kez	Günde 2-3 kez	Haftada 1 kez	15 günde 1 kez	Ayda 1 kez	Tüketmem	
Fen lisesi	n	1	0	6	8	14	61	90
	Okul içinde %	%1,1	%0,0	%6,7	%8,9	%15,6	%67,8	%100,0
Spor lisesi	n	4	1	4	2	7	57	75
	Okul içinde %	%5,3	%1,3	%5,3	%2,7	%9,3	%76,0	%100,0
Anadolu lisesi	n	1	0	3	2	4	79	89
	Okul içinde %	%1,1	%0,0	%3,4	%2,2	%4,5	%88,8	%100,0
Sosyal bilimler lisesi	n	1	3	1	2	9	62	78
	Okul içinde %	%1,3	%3,8	%1,3	%2,6	%11,5	%79,5	%100,0
Milli egemenlik lisesi	n	2	4	3	1	10	73	93
	Okul içinde %	%2,2	%4,3	%3,2	%1,1	%10,8	%78,5	%100,0
Doğa koleji fen lisesi	n	3	0	1	1	2	12	19
	Okul içinde %	%15,8	%0,0	%5,3	%5,3	%10,5	%63,2	%100,0
Toplam	n	12	8	18	16	46	344	444
	Okul içinde %	%2,7	%1,8	%4,1	%3,6	%10,4	%77,5	%100,0

Yapılan analiz sonucunda; Fen Lisesi, Spor Lisesi, Anadolu Lisesi, Sosyal Bilimler Lisesi, Milli Egemenlik Lisesi ve Doğa Koleji Fen Lisesi öğrencilerinin çoğunluğu fermente süt ürünlerinden kefir tüketmedikleri tespit edilmiştir. Ancak, okullar arası anlamlı farklılık ($\chi^2=46,901$, $sd=25$, $p=0,005$) olmadığı tespit edilmiştir. Kefir tüketenlerin oranının en yüksek olduğu lise Doğa Koleji Fen Lisesi olduğu saptanmıştır. Bu durum gelir düzeyi yüksek ailelerin kefir sıklıkla alabildiklerinden kaynaklanabilir.



Çizelge 4.41. Okul adına göre katılımcıların “Süt ürünlerinden peyniri ne sıklıkla tüketirsiniz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

		Süt ürünlerinden peyniri ne sıklıkla tüketirsiniz?						Toplam
		Günde 1 kez	Günde 2-3 kez	Haftada 1 kez	15 günde 1 kez	Ayda 1 kez	Tüketmem	
Fen lisesi	n	42	20	12	3	2	11	90
	Okul içinde %	%46,7	%22,2	%13,3	%3,3	%2,2	%12,2	%100,0
Spor lisesi	n	37	22	6	2	2	6	75
	Okul içinde %	%49,3	%29,3	%8,0	%2,7	%2,7	%8,0	%100,0
Anadolu lisesi	n	51	13	12	5	1	7	89
	Okul içinde %	%57,3	%14,6	%13,5	%5,6	%1,1	%7,9	%100,0
Okul Sosyal bilimler lisesi	n	32	23	9	1	2	11	78
	Okul içinde %	%41,0	%29,5	%11,5	%1,3	%2,6	%14,1	%100,0
Milli egemenlik lisesi	n	34	40	7	0	2	10	93
	Okul içinde %	%36,6	%43,0	%7,5	%0,0	%2,2	%10,8	%100,0
Doğa koleji fen lisesi	n	11	4	2	1	0	1	19
	Okul içinde %	%57,9	%21,1	%10,5	%5,3	%0,0	%5,3	%100,0
Toplam	n	207	122	48	12	9	46	444
	Okul içinde %	%46,6	%27,5	%10,8	%2,7	%2,0	%10,4	%100,0

Yapılan analiz sonucunda; Fen Lisesi, Spor Lisesi, Anadolu Lisesi, Sosyal Bilimler Lisesi ve Doğa Koleji Fen Lisesi öğrencilerinin çoğunluğu süt ürünlerinden peyniri günde en az 1 kere tükettikleri tespit edilmiştir ($\chi^2=33,224$, $sd=25$, $p=0,126$). Coşkun vd (2003) yaptığı anket çalışmasında öğrencilerin büyük çoğunluğunun süt ve süt ürünlerinden en çok peyniri tükettiklerini saptamışlardır. Bu çalışmada da en çok tüketilen süt ürünü peynir olduğu görülmektedir.

Çizelge 4.42. Cinsiyete göre katılımcıların “Sağlıklı ve dengeli beslendiğinizi düşünüyor musunuz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

			Sağlıklı ve dengeli beslendiğinizi düşünüyor musunuz?		Toplam
			Evet	Hayır	
Cinsiyet	Erkek	n	122	84	206
		Cinsiyet içinde %	%59,2	%40,8	%100,0
	Kız	n	97	141	238
		Cinsiyet içinde %	%40,8	%59,2	%100,0
Toplam	n		219	225	444
	Cinsiyet içinde %		%49,3	%50,7	%100,0

Yapılan analiz sonucunda; erkeklerin büyük çoğunluğu sağlıklı ve dengeli beslendiğini ifade ederken, kızların büyük çoğunluğu ise sağlıklı ve dengeli beslenmediklerini düşünmektedir ($\chi^2=15,066$, $sd=1$, $p=0,000$).

Çizelge 4.43. Cinsiyete göre katılımcıların “Gün içerisinde kaç öğün yemek yersiniz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

			Gün içerisinde kaç öğün yemek yersiniz?				Toplam
			2 Öğün	3 Öğün	4 Öğün	5 Öğün ve üstü	
Cinsiyet	Erkek	n	18	121	49	18	206
		Cinsiyet içinde %	%8,7	%58,7	%23,8	%8,7	%100,0
	Kız	n	38	144	36	20	238
		Cinsiyet içinde %	%16,0	%60,5	%15,1	%8,4	%100,0
Toplam		n	56	265	85	38	444
		Cinsiyet içinde %	%12,6	%59,7	%19,1	%8,6	%100,0

Yapılan analiz sonucunda; erkeklerin ve kızların büyük kısmının gün içerisinde 3 öğün yemek yedikleri tespit edilmiştir ($\chi^2=8,973$, $sd=3$, $p=0,030$).

Çizelge 4.44. Cinsiyete göre katılımcıların “En fazla önem verdiğiniz öğün hangisi?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

			En fazla önem verdiğiniz öğün hangisi?				Toplam
			Sabah kahvaltısı	Öğlen yemeği	Akşam yemeği	Bunların dışında	
Cinsiyet	Erkek	n	65	60	74	7	206
		Cinsiyet içinde %	%31,6	%29,1	%35,9	%3,4	%100,0
	Kız	n	65	61	102	10	238
		Cinsiyet içinde %	%27,3	%25,6	%42,9	%4,2	%100,0
Toplam		n	130	121	176	17	444
		Cinsiyet içinde %	%29,3	%27,3	%39,6	%3,8	%100,0

Yapılan analiz sonucunda; erkeklerin ve kızların büyük çoğunluğunun en fazla önem verdiği öğün akşam yemeği olduğu gözlemlenmiştir ($\chi^2=2,700$, $sd=3$, $p=0,440$).

Çizelge 4.45. Cinsiyete göre katılımcıların “Gün içerisinde öğün atladığınız olur mu?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

			Gün içerisinde öğün atladığınız olur mu?			Toplam
			EVET	HAYIR	BAZEN	
Cinsiyet	Erkek	n	58	33	115	206
		Cinsiyet içinde %	%28,2	%16,0	%55,8	%100,0
	Kız	n	103	33	102	238
		Cinsiyet içinde %	%43,3	%13,9	%42,9	%100,0
Toplam		n	161	66	217	444
		Cinsiyet içinde %	%36,3	%14,9	%48,9	%100,0

Yapılan analiz sonucunda; erkeklerin ve kızların gün içerisinde bazen öğün atladıkları gözlemlenmiştir ($\chi^2=11,108$, $sd=2$, $p=0,004$).

Çizelge 4.46. Cinsiyete göre katılımcıların “Cevabınız evet ise en fazla atladığınız öğün hangisidir?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

			Cevabınız evet ise en fazla atladığınız öğün hangisidir?				Toplam
			Sabah kahvaltısı	Öğlen yemeği	Akşam yemeği	Öğün atlamam	
Cinsiyet	Erkek	n	83	49	25	49	206
		Cinsiyet içinde %	%40,3	%23,8	%12,1	%23,8	%100,0
	Kız	n	129	32	25	52	238
		Cinsiyet içinde %	%54,2	%13,4	%10,5	%21,8	%100,0
Toplam		n	212	81	50	101	444
		Cinsiyet içinde %	%47,7	%18,2	%11,3	%22,7	%100,0

Yapılan analiz sonucunda; erkeklerin ve kızların en fazla atladıkları öğün sabah kahvaltısı olduğu gözlemlenmiştir ($\chi^2=11,391$, $sd=3$, $p=0,010$).

Çizelge 4.47. Cinsiyete göre katılımcıların “Eğitim hayatınız boyunca beslenme dersi aldınız mı?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

			Eğitim hayatınız boyunca beslenme dersi aldınız mı?		Toplam
			Evett	Hayır	
Cinsiyet	Erkek	n	68	138	206
		Cinsiyet içinde %	%33,0	%67,0	%100,0
	Kız	n	54	184	238
		Cinsiyet içinde %	%22,7	%77,3	%100,0
Toplam		n	122	322	444
		Cinsiyet içinde %	%27,5	%72,5	%100,0

Yapılan analiz sonucunda; erkeklerin ve kızların büyük kısmının eğitim hayatı boyunca beslenme dersi almadıkları tespit edilmiştir ($\chi^2=5,902$, $sd=1$, $p=0,015$).

Çizelge 4.48. Cinsiyete göre katılımcıların “Fermente süt ürünü tüketiyor musunuz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

			Fermente süt ürünü tüketiyor musunuz?		Toplam
			Evet	Hayır	
Cinsiyet	Erkek	n	165	41	206
		Cinsiyet içinde %	%80,1	%19,9	%100,0
	Kız	n	187	51	238
		Cinsiyet içinde %	%78,6	%21,4	%100,0
Toplam		n	352	92	444
		Cinsiyet içinde %	%79,3	%20,7	%100,0

Yapılan analiz sonucunda; erkeklerin ve kızların büyük kısmının fermente süt ürünü tükettikleri gözlemlenmiştir ($\chi^2=0,106$, $sd=1$, $p=0,692$).

Çizelge 4.49. Cinsiyete göre katılımcıların “Cevabınız evet ise fermente süt ürünü tüketiminizde nelerin etkisi vardır?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

			Cevabınız evet ise fermente süt ürünü tüketiminizde nelerin etkisi vardır?					Toplam
			Reklamların	Sağlık sorunlarının	Tavsiye	Diğer	Tüketmiyorum	
Cinsiyet	Erkek	n	24	41	60	43	38	206
		Cinsiyet içinde %	%11,7	%19,9	%29,1	%20,9	%18,4	%100,0
	Kız	n	18	31	83	60	46	238
		Cinsiyet içinde %	%7,6	%13,0	%34,9	%25,2	%19,3	%100,0
Toplam		n	42	72	143	103	84	444
		Cinsiyet içinde %	%9,5	%16,2	%32,2	%23,2	%18,9	%100,0

Yapılan analiz sonucunda; erkeklerin ve kızların büyük bir kısmının fermente süt ürünlerini tavsiye üzerine tükettikleri gözlemlenmiştir ($\chi^2=7,244$, $sd=4$, $p=0,124$). Yapılan bu çalışmada görüldüğü gibi fermente süt ürünleri tüketiminde reklamlar vs yetersiz kalmaktadır; seminer, reklam, gazete, dergi gibi yeterli bilgilendirmeler artırılmalıdır.

Çizelge 4.50. Cinsiyete göre katılımcıların “Cevabınız evet ise kullandığınız fermente süt ürünlerinden fayda gördünüz mü?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

			Cevabınız evet ise kullandığınız fermente süt ürünlerinden fayda gördünüz mü?			Toplam
			Evet	Hayır	Tüketmem	
Cinsiyet	Erkek	n	146	28	32	206
		Cinsiyet içinde %	%70,9	%13,6	%15,5	%100,0
	Kız	n	163	26	49	238
		Cinsiyet içinde %	%68,5	%10,9	%20,6	%100,0
Toplam		n	309	54	81	444
		Cinsiyet içinde %	%69,6	%12,2	%18,2	%100,0

Yapılan analiz sonucunda; erkeklerin ve kızların çoğunluğunun tükettikleri fermente süt ürünlerinden fayda gördükleri gözlemlenmiştir ($\chi^2=2,283$, $sd=2$, $p=0,319$).

Çizelge 4.51. Cinsiyete göre katılımcıların “Cevabınız evet ise kullandığınız fermente süt ürünlerinden fayda gördünüz mü?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

			Cevabınız evet ise kullandığınız fermente süt ürünlerinden fayda gördünüz mü?			Toplam
			Evet	Hayır	Tüketmem	
Cinsiyet	Erkek	n	138	29	39	206
		Cinsiyet içinde %	%67,0	%14,1	%18,9	%100,0
	Kız	n	155	29	54	238
		Cinsiyet içinde %	%65,1	%12,2	%22,7	%100,0
Toplam		n	309	293	58	93
		Cinsiyet içinde %	%69,6	%66,0	%13,1	%20,9

Yapılan analiz sonucunda; erkeklerin ve kızların çoğunluğunun tükettikleri fermente süt ürünlerinden fayda gördükleri gözlemlenmiştir ($\chi^2=1,105$, $sd=2$, $p=0,575$).

Çizelge 4.52. Cinsiyete göre katılımcıların “Cevabınız evet ise fermente süt ürünlerini hangi sağlık sorunları gidermesine katkı sağlandığı için tüketiyorsunuz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

			Cevabınız evet ise fermente süt ürünlerini hangi sağlık sorunları gidermesine katkı sağlandığı için tüketiyorsunuz?					Toplam
			Dolaşım sistemi sorunları	Sindirim sistemi sorunları	Bağıışıklık sistemine güçlenmesinde katkı sağlaması	Diğer	Tüketmiyorum	
Cinsiyet	Erkek	n	17	14	106	20	49	206
		Cinsiyet içinde %	%8,3	%6,8	%51,5	%9,7	%23,8	%100,0
	Kız	n	3	40	116	23	56	238
		Cinsiyet içinde %	%1,3	%16,8	%48,7	%9,7	%23,5	%100,0
Toplam		n	20	54	222	43	105	444
		Cinsiyet içinde %	%4,5	%12,2	%50,0	%9,7	%23,6	%100,0

Yapılan analiz sonucunda; erkeklerin ve kızların çoğunluğunun fermente süt ürün tüketiminin bağışıklık sistemine fayda sağladığı için tükettiklerini ifade etmişlerdir ($\chi^2=21,249$, $sd=4$, $p=0,000$).



Çizelge 4.53. Cinsiyete göre katılımcıların “Fermente süt ürünlerini tüketmiyorsanız nedenleri nelerdir?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

		Fermente süt ürünlerini tüketmiyorsanız nedenleri nelerdir?							Toplam
		Bilmemek	Doğal bulmamak	İhtiyaç duymamak	Pahalı bulmak	Lezzetsiz bulmak	Diğer	Tüketiyorum	
Cinsiyet	n	18	15	18	10	15	12	118	206
	Erkek								
	Cinsiyet içinde %	%8,7	%7,3	%8,7	%4,9	%7,3	%5,8	%57,3	%100,0
	n	21	12	13	3	18	17	154	238
Kız	Cinsiyet içinde %	%8,8	%5,0	%5,5	%1,3	%7,6	%7,1	%64,7	%100,0
	n	39	27	31	13	33	29	272	444
Toplam	Cinsiyet içinde %	%8,8	%6,1	%7,0	%2,9	%7,4	%6,5	%61,3	%100,0

Yapılan analiz sonucunda; erkeklerin büyük çoğunluğu fermente süt ürünü tüketmeme nedeniniz sorusuna “bilmeme” ve “ihtiyaç duymama” şeklinde, kızlar ise “bilmeme” olarak ifade etmişlerdir ($\chi^2=8,779$, $sd=6$, $p=0,186$).

Çizelge 4.54. Cinsiyete göre katılımcıların “Fermente süt ürünlerinin sağlık üzerinde olumlu etki yaratacağını düşünüyor musunuz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

			Fermente süt ürünlerinin sağlık üzerinde olumlu etki yaratacağını düşünüyor musunuz?			Toplam
			Evet	Hayır	Bilgim yok	
Cinsiyet	Erkek	n	171	31	4	206
		Cinsiyet içinde %	%83,0	%15,0	%1,9	%100,0
	Kız	n	194	36	8	238
		Cinsiyet içinde %	%81,5	%15,1	%3,4	%100,0
Toplam		n	365	67	12	444
		Cinsiyet içinde %	%82,2	%15,1	%2,7	%100,0

Yapılan analiz sonucunda; erkeklerin ve kızların büyük kısmının fermente süt ürünlerini sağlık üzerine fayda sağlayacağını düşündükleri gözlemlenmiştir ($\chi^2=0,854$, $sd=2$, $p=0,652$).

Çizelge 4.55. Cinsiyete göre katılımcıların “Fermente süt ürünlerinden yoğurdu ne sıklıkla tüketirsiniz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

		Fermente süt ürünlerinden yoğurdu ne sıklıkla tüketirsiniz?						Toplam
		Günde 1 kez	Günde 2-3 kez	Haftada 1 kez	15 günde 1 kez	Ayda 1 kez	Tüketmem	
Cinsiyet	n	89	47	45	12	5	8	206
	Erkek Cinsiyet içinde %	%43,2	%22,8	%21,8	%5,8	%2,4	%3,9	%100,0
	n	95	53	54	15	9	12	238
	Kız Cinsiyet içinde %	%39,9	%22,3	%22,7	%6,3	%3,8	%5,0	%100,0
Toplam	n	184	100	99	27	14	20	444
	Cinsiyet içinde %	%41,4	%22,5	%22,3	%6,1	%3,2	%4,5	%100,0

Yapılan analiz sonucunda; erkeklerin ve kızların büyük kısmının fermente süt ürünlerinden yoğurdu günde en az 1 kez tükettikleri gözlemlenmiştir ($\chi^2=1,351$, $sd=5$, $p=0,930$). Bunun sebebi yoğurdun herkes tarafından sevilerek tüketilen bir gıda olması ve her yemeğin yanında kolaylıkla tüketilebilmesi olabilir.

Çizelge 4.56. Cinsiyete göre katılımcıların “Sütü ne sıklıkla tüketirsiniz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

		Sütü ne sıklıkla tüketirsiniz?					Tüketmem	Total
		Günde 1 kez	Günde 2-3 kez	Haftada 1 kez	15 günde 1 kez	Ayda 1 kez		
Cinsiyet	n	81	35	55	13	11	11	206
	Erkek							
	Cinsiyet içinde %	%39,3	%17,0	%26,7	%6,3	%5,3	%5,3	%100,0
	n	75	28	54	23	20	38	238
Kız	Cinsiyet içinde %	%31,5	%11,8	%22,7	%9,7	%8,4	%16,0	%100,0
	n	156	63	109	36	31	49	444
Toplam	Cinsiyet içinde %	%35,1	%14,2	%24,5	%8,1	%7,0	%11,0	%100,0
	n							

Yapılan analiz sonucunda; erkeklerin ve kızların büyük kısmının sütü günde en az 1 kez tükettikleri gözlemlenmiştir ($\chi^2=19,079$, $sd=5$, $p=0,002$). Terzioğlu ve Bakırcı (2019) yaptıkları anket çalışmasında erkeklerin süt tüketiminin kadınlara oranla daha yüksek olduğunu saptamışlardır. Bu çalışmada da erkeklerin süt tüketim sıklığı kadınlara oranla daha yüksek olduğu görülmüştür. Terzioğlu ve Bakırcı (2019)’nın bulguları ile bu anket çalışması sonuçları paraleldir.

Çizelge 4.57. Cinsiyete göre katılımcıların “Fermente süt ürünlerinden kefir ne sıklıkla tüketirsiniz?” sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

		Fermente süt ürünlerinden kefir ne sıklıkla tüketirsiniz?						Toplam
		Günde 1	Günde 2-3	Haftada 1	15 günde 1	Ayda 1	Tüketmem	
		kez	kez	kez	kez	kez		
Cinsiyet	n	7	5	12	8	22	152	206
	Erkek							
	Cinsiyet içinde %	%3,4	%2,4	%5,8	%3,9	%10,7	%73,8	%100,0
	n	5	3	6	8	24	192	238
Kız	Cinsiyet içinde %	%2,1	%1,3	%2,5	%3,4	%10,1	%80,7	%100,0
	n	12	8	18	16	46	344	444
Toplam	Cinsiyet içinde %	%2,7	%1,8	%4,1	%3,6	%10,4	%77,5	%100,0
	n							

Yapılan analiz sonucunda; erkeklerin ve kızların büyük kısmının fermente süt ürünlerinden kefir tüketmedikleri gözlemlenmiştir ($\chi^2=5,293$, $sd=5$, $p=0,381$). Bu durum, kefirin ülkemizde yaygın olarak üretilmemesi, kefirin sadece hasta kişilere verilen bir gıda maddesi olarak algılanmasından kaynaklanabilir.

Çizelge 4.58. Cinsiyete göre katılımcıların "Süt ürünlerinden peyniri ne sıklıkla tüketirsiniz?" sorusuna verdikleri cevapların frekans ve yüzde dağılımları

		"Süt ürünlerinden peyniri ne sıklıkla tüketirsiniz?"						Toplam
		Günde 1 kez	Günde 2-3 kez	Haftada 1 kez	15 günde 1 kez	Ayda 1 kez	Tüketmem	
Cinsiyet	n	101	58	20	4	3	20	206
	Erkek Cinsiyet içinde %	%49,0	%28,2	%9,7	%1,9	%1,5	%9,7	%100,0
	n	106	64	28	8	6	26	238
	Kız Cinsiyet içinde %	%44,5	%26,9	%11,8	%3,4	%2,5	%10,9	%100,0
Toplam	n	207	122	48	12	9	46	444
	Cinsiyet içinde %	%46,6	%27,5	%10,8	%2,7	%2,0	%10,4	%100,0

Yapılan analiz sonucunda; erkeklerin ve kızların büyük kısmının süt ürünlerinden peyniri günde en az 1 kez tükettikleri gözlemlenmiştir ($\chi^2=2,572$, $sd=5$, $p=0,766$).

5. TARTIŞMA ve SONUÇ

Erzincan İl Milli Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı liselerde öğrenim gören öğrencilerin beslenme alışkanlıkları, fermente süt ürünleri tüketim sıklıkları ve bilgilerinin belirlenmesi amacıyla yapılmış olan bu araştırmadan şu sonuçlar elde edilmiştir.

Öğrencilerin %50,7'si sağlıklı ve dengeli beslenmediğini belirtmişlerdir. Sabah kahvaltısı en çok atlanılan öğün iken en fazla önem verdikleri öğünün ise akşam yemeği olduğu belirtilmiştir. Günde en az bir kez tüketilen süt ürünlerinin yoğurt ve peynir, en az tüketilen süt ürününün ise kefir olduğu gözlemlenmiştir. Yine öğrencilerin büyük bir kısmı eğitim-öğretim hayatı boyunca beslenme dersi almamasına rağmen fermente süt ürünlerini tavsiye üzerine, bağışıklık sisteminin güçlenmesine fayda sağladığı için tükettiklerini ifade etmişlerdir.

Günlük beslenmede süt, yoğurt ve peyniri en az bir kere tüketenlerin sayısı çoğunlukta iken, kefiri tüketenlerin sayısı oldukça azdır. Bununla birlikte yoğurt, süt ve peynir arasından da en fazla tüketilenise peynir olduğu tespit edilmiştir.

Sonuç olarak; fermente süt ürünlerini tavsiyeden ziyade önemini ve faydasını öğrenerek, bilerek tüketmek sağlıklı ve dengeli beslenmeye fayda sağlayacaktır. Bunun içinde eğitim hayatının en başından itibaren müfredata beslenme dersi eklenmeli, ailelere de gerekli seminerler verilmeli, gazete, dergi ve reklamlarda yeterli bilgilendirmeler artırılmalıdır.

KAYNAKLAR

- Açıkgöz, İ. ve Şimşek, B., 2011. Süleyman Demirel Üniversitesi öğrencilerinin içme sütü tüketim alışkanlıklarının belirlenmesi. YYÜ Tar Bil Derg, 21 (1), 12-18.
- Ahsen, Ü., 1994. Beslenme Öğrenimi Gören ve Görmeyen Kız Meslek Lisesi Son Sınıf Öğrencilerinin Beslenme Durumu Üzerinde Bir Araştırma, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Ev Ekonomisi Ana Bilim Dalı, Ankara.
- Arlı, M., Şanlıer, N., Küçükkömürler, S., Yaman, M., 2002. Anne ve Çocuk Beslenmesi. Ankara: Pegem A. Yayıncılık.
- Atamer, M., 2006. Sütün Bileşimi ve Besin Değeri. Ankara Üniversitesi Ziraat Fakültesi Süt Teknolojisi Bölümü, Ankara.
- Atasever, M., 2003. Spor ve beslenme. Milli Eğitim Bakanlığı Ders Kitapları Dizisi, s: 63-64.
- Baysal, A., 2007. Genel Beslenme (13.Baskı). Hatiboğlu Yayınevi, Ankara.
- Buttriss, J., 1997. Nutritional properties of fermented milk products. Int. J. Dairy Technol., 50 (1), 21-27.
- Collins, M., 1986. Sampling (Editör: Worcester, R.M. ve Downhom, J., 1986). Consumer Market Research Handbook. Elsevier Science Publishing Company Inc.
- Coşkun, H., Selçuk, Ş., Şahin, K., Tarakçı, Z., 2003. Üniversite Öğrencilerinin İçme Sütü Tüketim Alışkanlıkları Üzerine Bir Araştırma. Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Ziraat Fakültesi Tarım Bilimleri Dergisi, 13 (1), 15-21.
- Çağlar, A., Çakmakçı, S., 1994. Yoğurdun İnsan Sağlığı ve Beslenmesindeki Rolü ve Önemi. 3. Milli Süt ve Süt Ürünleri Sempozyumu (2-3 Haziran 1994-The Marmara Otel), İstanbul.
- Çakıroğlu, P., 2003. Yoğurdun besleyici ve sağlığı koruyucu etkisi. Gıda, 28 (1), 101-104.
- Çelik, Ö.F., Karaağaç, M., Tarakçı, Z., 2015. Ordu İl Merkezindeki Tüketicilerin Fermente Süt Ürünleri Tüketim Alışkanlıkları. Akademik Ziraat Dergisi, 4 (2), 71-80.
- Çelik-Kayapınar, F., ve Aydemir, R. 2015. Lise Öğrencilerinin Beslenme Bilgi ve Alışkanlıklarının İncelenmesi(Kars Digor Anadolu Lisesi Örneği).International Journal of Science Culture and Sport,Special Issue 2, 21-38.
- Demir, Y. ve Güneş, E., 2017. Ankara İli Kırsal Alanda Süt Tüketim Düzeylerinin Belirlenmesi. Toprak Su Dergisi, 6 (1),28-35.
- Derin, D.Ö. ve Keskin, S., 2013. Gıda Mühendisliği Öğrencilerinin Probiyotik Ürün Tüketim Durumlarının Belirlenmesi. Gıda, 38 (4), 215-222.
- Ekin, İ., 1996. A'dan Z'ye Dengeli Beslenme (3. Baskı). Ankara: Spor MedYayınları.
- Eren, S., Karagözlü, C., Karagözlü, N., 2005. Üniversite Öğrencilerinde Süt ve Süt Ürünleri Tüketim Alışkanlıkları ve Beslenme Bilinçleri Üzerine Bir Araştırma. Celal Bayar Üniversitesi Fen Bilimleri Dergisi, 1(2), 101-108.
- Gökçay, G. ve Garipoğlu, M., 2002. Çocukluk ve Ergenlik Döneminde Beslenme. İstanbul, Saga Yayınları.

- Günebak, T., 2005. 14-15 Yaş Grubu Kız Çocuklarında Bazı Antropometrik Ölçümler ve Bu Ölçümleri Etkileyen Faktörlerin Belirlenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Güneş, Z., 1998. Spor ve Beslenme. Ankara: Bağırhan Yayınevi.
- Koçak, C., 2007. Peynir Teknolojisi. Süt Teknolojisi, Yetişemiyen, A.(Ed.). Ankara Üniv. Basımevi, Ankara, 137-175.
- Koçyiğit, S., Baz, S., Öz, Z.N., Karakayacı, Z., 2018. Selçuk Üniversitesi Lisans Öğrencilerinin Süt ve Süt Ürünleri Tüketim Alışkanlıklarının Belirlenmesi. Selçuk Tarım ve Gıda Bilimleri Dergisi, 32 (3), 289-296.
- Mckinley, M. C., 2005. The nutrition and health benefits of yoghurt. Int. J. Dairy Technol., 58 (1), 1-12.
- Metin, M., 1999. Süt Teknolojisi. Sütün Bileşimi ve İşlenmesi (Genişletilmiş 3. Baskı) Ege Üniversitesi Basımevi, Bornova, İzmir, 793 s.
- Metin, M., 2017. Süt Teknolojisi. Sütün Bileşimi ve İşlenmesi (15. Baskı) Ege Üniversitesi Basımevi, Bornova, İzmir, 802 s.
- Oysun, G., 1990. Süt ve ürünlerinin diyetik ve terapatik özellikleri. Gıda, 15 (5), 299-304.
- Önay, D., 2002. Ankara'nın Farklı Sosyo-Ekonomik Düzeylerdeki 14-15 Yaş Grubu Öğrencilerin Beslenme Durumu ve Bunu Etkileyen Bazı Faktörler. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Özcan, T., F. Erbil, E. Kurdal, 1998. Sütün İnsan Beslenmesindeki Önemi. İçme Sütü Sempozyumu. s:31-41.
- Özden, A., 2009. İnsan beslenmesinde yoğurdun yararlı etkileri. Güncel Gastroenteroloji, 13 (4), 227-231.
- Özer, B., 2006. Yoğurt Bilimi ve Teknolojisi. Sidas Medya LTD. ŞTİ, 488 s, Şanlıurfa.
- Öztürk, T., 2013. Farklı Oranlarda Süt tozu ve Yayıkalıtı Kullanılarak Üretilen Yoğurtların Kalite Özellikleri. Y. Lisans Tezi, O.M.Ü. Fen Bilimleri Enstitüsü Gıda Mühendisliği Anabilim Dalı, Samsun.
- Renner, E. ve Saldamlı, İ., 1983. Beslenme açısından fermente süt ürünleri. Gıda, 8 (6), 297-311.
- Sezgin, E., 2007. Fermente Süt Ürünleri Teknolojisi. Süt Teknolojisi, Yetişemiyen, A.(Ed.). Ankara Üniv. Basımevi, Ankara, 101-135.
- Şanlıer, N., Konaklıoğlu, E., Güçer, E., 2009. Gençlerin Beslenme Bilgi, Alışkanlık Ve Davranışları İle Beden Kütle İndeksleri Arasındaki İlişki. Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi, 29 (2), 333- 352.
- Şimşek, I., İplikçi, G., Ayhan, N.Y., 2018. Üniversite Öğrencilerinin Süt ve Süt Ürünleri Tüketimi Üzerine Bir Araştırma. Akademik Sosyal Araştırma Dergisi, 6 (67), 370-380.
- Tarakçı, Z., Selçuk, Ş., Şahin, K., Coşkun, H., 2003. Üniversite Öğrencilerinin İçme Sütü Tüketim Alışkanlıkları Üzerine Bir Araştırma. Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Ziraat Fakültesi Tarım Bilimleri Dergisi, 13 (1), 15-21.
- Tekinşen, C. ve Tekinşen K.K., 2005. Süt ve süt ürünleri temel bilgiler teknolojisi kalite kontrolü, Selçuk Üniversitesi Basımevi, Konya.
- Terzioğlu, M.E. ve Bakırcı, İ., 2019. Erzincan Üniversitesi Lisans Öğrencilerinin Süt Tüketim Alışkanlıklarının ve Davranışlarının Belirlenmesi. Gıda, 44 (1), 163-172.

- Türkoğlu, H., Atasoy F. ve Özer B., 2003. Şanlıurfa ilinde üretilen ve satışa sunulan süt yoğurt ve urfa peynirlerinin bazı kimyasal özellikleri. H.Ü. Ziraat Fakültesi Dergisi, 7 (3-4), 69-76.
- Ünal, R.N. ve Besler, T., 2006. Beslenmede Sütün Önemi. Sinem Matbaacılık, Ankara.



ÖZGEÇMİŞ

1990 yılında Erzincan’da doğdu. İlkokul ve ortaokul eğitiminden sonra 2008 yılında Erzincan Anadolu Lisesi’nden mezun oldu. 2009 yılında girdiği Afyon Kocatepe Üniversitesi Mühendislik Fakültesi Gıda Mühendisliği Bölümü’nden 2013 yılında mezun oldu. 2014 yılında Atatürk Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü’nde Yüksek Lisans eğitimine başladı. Evli ve 2 çocuk annesidir.

