

SDP:n valtuustoryhmän valtuustoaloite kunnan ruokalistojen päivittämisestä

Kunnanhallitus 14.04.2025 § 125

Asian valmistelija:

Kunnanjohtaja Carita Maisila, p. 040 137 5121

Hallintojohtaja Marja Kärkkäinen, p. 044 078 4670

SDP:n valtuustoryhmän valtuustoaloite 7.4.2025:

” Ravitsemus on yksi hyvinvoinnin tärkeimmistä asioista. Täyttävä ja ravitseva ruoka antaa voimia koko päivälle ja lounasajalla voi viettää aikaa hyvässä seurassa.

Pyydämme Mynämäen kuntaa päivittämään ruokalistaa ainakin ohrapuuron suhteen. Puuro ei ole täyttävä ruokaa lounaaksi sellaisenaan. Päiväkotilaiset joutuvat ohrapuuro-päivinä syömään puuroja kahdesti päivän aika: aamupalaksi sekä lounaaksi. Sekä kouluissa, että lukiossa ohrapuuropäivinä jää usein nälkä. Myös niiden lasten ja nuorten osalta, jotka harrastavat liikuntaa olisi tärkeä saada täyttävä lounas. Hyvältä maistuva ruoka voisi osaltaan houkutella jäämään koululle syömään hyvässä seurassa eikä veisi nuoria kaupolle.

Tulevat muutokset koulukyydeissä vaikuttavat taas siihen, että osalla koulupäivät tulevat olemaan pitkiä, joten täyttävä lounas auttaisi jaksamaan koulupäivän loppuun asti.

Mikäli ohrapuuroa tai muita puuroja halutaan tarjota koululaisille ja lukiolaisille, voitaisiin tarjota niitä aamupalaksi, joten ruokalistojen tarkastus olisi paikallaan.”

Kunnan koulujen ja päiväkotien ateriapalveluista huolehtii tilalaitos.

Päätösehdotus
(kj):

Kunnanhallitus lähettää aloitteen tekniselle lautakunnalle valmisteltavaksi.

Päätös:

Päätösehdotus hyväksyttiin yksimielisesti.

Asian valmistelija:

Ruokapalvelupäällikkö Tuija Toljander, puh. 050 595 2651

Kunnan ruokapalveluita ohjaavat ja säätelevät valtakunnalliset ja kansainväliset ruokailu- ja ravitsemussuositukset. Ruokailu- ja ravitsemussuosituksiin ja asiakkaisiin perustuen toiminta on suunnattu kunnassa kahdelle asiakasryhmälle: kouluille ja päiväkodeille. Koulu- ja päiväkotiruokailun lisäksi tarjoamme henkilöstöruokailua kunnan työntekijöille.

Ruokapalvelun tehtävänä on tuottaa ateriapalveluja kunnan sisäisille asiakkaille asiakaslähtöisesti, laadukkaasti ja ravitsemussuositusten mukaisesti sekä edistää terveellistä ruokakulttuuria eri ikäryhmissä. Ruokailun tavoitteena on tukea ja edistää lasten ja nuorten hyvinvointia ja terveyttä. Monipuolinen ateria ylläpitää vireystasoa hoito- ja koulupäivän aikana ja ohjaa terveyttä edistäviin ruokatottumuksiin.

Kouluissa ja päiväkodeissa tarjottava lounas on suunniteltu monipuoliseksi, vaihtelevaksi ja ravitsemuksellisesti täysipainoiseksi kokonaisuudeksi. Tarjolla on lämmin pääruoka lisäkkeineen, ruokajuomana maito tai piimä ja vesi, näkkileipä ja ravintorasva. Keittolounaan ja puuron kanssa tarjotaan pehmeää leipää. Lounas kattaa noin kolmasosan päivän energiantarpeesta, kun kaikki aterian osat tulevat syödyksi.

Päiväkodeissa lapsille tarjotaan hoitopäivän aikana aamupala, lounas, välipala sekä vuorohoidossa päivällinen ja iltapala. Esiopetuksessa lapsille tarjotaan lounas. Ruokailuajat vaihtelevat toimintayksiköittäin. Päiväkodin ruokalista mukailee kouluruokalistaa, joskin pienten lasten erityistoiveet ja -piirteet on pyritty ottamaan huomioon.

Ruokapalveluilla on käytössään seitsemän viikon kiertävä ruokalista, jossa huomioidaan teemat ja juhlapäivät. Kiertävän lounaslistan lisäksi ruokapalveluilla on omat ruokalistansa päiväkotien aamupaloille ja välipaloille. Lounaslistalla on viikoittain kastike-, keitto-, laatikko- ja kappaletavararuokia (lihapullat, kalapuiкот). Energialisäkkeenä tarjoillaan keitettyjä perunoita, paistettuja perunoita (hävikin minimointia), perunasosetta, pastaa, riisiä ja ohraa.

Puuroa on tarjolla kaksi kertaa ruokalistakierron aikana. Puuro valmistetaan maitoon. Puuron lisäkkeenä on marjoista tai mehusta tehty keitto tai kiisseli, pehmeä leipä, leikkele ja tuorepala. Ravitsemukselliselta laadultaan puurolounas on verrattavissa listan muihin lounaisiin. Ohrapuuro ja riisipuuro ovat monen lapsen ja nuoren suosikkiruokia sekä ruoan menekin, tähderuoan määrän että saadun kirjallisen palautteen pohjalta kaikissa toimipisteissämme.

Laurin alakoulun oppilaskunta on 17.4.2025 lähettänyt tekniselle johtajalle pyynnön puuron säilyttämisestä koulujen ruokalistalla. Lounasruokien pääraaka-aineina on kotimaista naudan-, broilerin- tai sianlihaa, makkaraa, kalaa ja kasviksia eri muodoissa.

Ruokalistoja muokataan saadun asiakaspalautteen pohjalta vuosittain. Tehtyjen muutosten tavoitteena on kasvisten, pehmeiden rasvojen, kalan ja palkoviljan osuuden lisääminen ja vastaavasti sokerin, suolan, punaisen lihan ja leikkeleiden käytön vähentäminen. Ruokalistoja ja -lajeja sekä ateriansia vaihdellaan ja uudistetaan, jotta lapset ja nuoret tutustuvat uusiin raaka-aineisiin ja ruokiin ja tätä kautta ravitsemussuositusten ravitsemuksellinen laatu toteutuisi. Esimerkiksi tutkimusten mukaan kodin ulkopuolella varhaiskasvatuksessa olevien lasten ruokavalio on arkipäivisin monipuolinen ja lähempänä ravitsemussuosituksia kuin kotona hoidetuilla lapsilla (VRN 2018: Terveyttä ja iloa ruoasta.)

Elimistö tarvitsee ruokaa tasaisin väliajoin. Säännöllinen syöminen/ateriarytmi pitää verensokerin tasaisena ja vireyttä yllä. Tasaisin väliajoin syövät lapset ja nuoret pärjäävät koulussa parhaiten. Nälkäisenä keskittymiskyky kärsii. Kun noudattaa säännöllistä ateriarytmiä, on helpompi välttää huonoja välipaloja, liian suuria ruoka-annoksia ja iltasyömistä. Kouluikäisten lasten ja nuorten aamupalan, välipalan, päivällisen ja iltapalan tarjoilusta vastaa huoltaja. Huoltajan vastuulla on, että kaapissa on hyvää ja terveellistä syötävää nälkäiselle lapselle ja nuorelle. Elintarvikkeita hankkiessa kannattaa kiinnittää huomiota elintarvikkeen rasvan laatuun sekä suolan ja sokerin määrään. Hyviä kuidun lähteitä kannattaa suosia. Lisäksi aikuisten olisi hyvä muistaa puheessaan ja käytöksessään arvostaa kouluissa ja päiväkodeissa tarjottavaa ruokaa.

Puuropäivinä päiväkodeissa on aamupalalla tarjolla joko muroja tai kaakaota lisukkeineen.

Ruokalistaa muutetaan lapsilta ja nuorilta saadun asiakaspalautteen pohjalta lukuvuosittain huomioiden voimassaolevat ravitsemus- ja ruokailusuositukset. Ohrapuuro on monen lapsen herkkuruoka, joten sitä ei olla poistamassa ruokalistalta.

Yritysvaikutukset: Kotimaisen viljan käytöllä julkisissa ruokapalveluissa on positiivinen vaikutus maatalouteen, elintarviketeollisuuteen ja ruokaturvaan/huoltovarmuuteen.

Lapsivaikutukset: Lapsille ja nuorille tarjottavat ateriat kouluissa ja päiväkodeissa tukevat jaksamista ja oppimista sekä antavat mallin terveellisestä ravitsemuksesta.

Päätösehdotus (tekninen johtaja): Lautakuntaa päättää lähettää valmistelun mukaisen selvityksen kunnanhallitukselle ja edelleen kunnanvaltuustolle vastauksena valtuustoaloitteeseen.

Päätös: Hyväksyttiin yksimielisesti.

