

Valtuustoaloite terveyttä tukevan ja ravitsemuksellisesti laadukkaan päiväkotijä kouluruoan puolesta Kontiolahdella

Tekninen lautakunta 26.08.2025 § 83

155/00.01.02.03/2025

Kontiolahden kunnanvaltuutetut ovat laatineet valtuustoaloitteen terveyttä tukevan ja ravitsemuksellisesti laadukkaan päiväkotijä kouluruoan puolesta Kontiolahdella.

Aloitteen tekijät ovat laatineet aloitteen tärkeästä ja ajankohtaisesta asiasta, joka koskee lasten ja nuorten ruokailua kunnan päiväkodeissa ja kouluissa. Kunnan ruokapalveluilla on merkittävä rooli lasten terveyden, hyvinvoinnin ja oppimisen tukemisessa. Olemme ruokapalveluina sitoutuneet tarjoamaan ravitsemussuositusten mukaista, turvallista ja maistuvaa ruokaa kaikille asiakkaillemme. Vuoden 2024 marraskuussa julkaistiin uudet kansalliset ravitsemussuositukset. Uusien suositusten tärkein tavoite on väestön terveyden edistäminen ravitsemuksen avulla. Terveysvaikutusten osalta ruokavalion kokonaisuus on pidemmällä ajanjaksolla tärkein asia, yksittäinen ruoka ei tee ruokavaliosta terveellistä eikä epäterveellistä. Uudet suositukset korostavatkin entistä enemmän ruokavalion monipuolisuutta, vaihtelevuutta, kasvipainotteisuutta ja ruokailon merkitystä.

Ultraprosessoitu ruoka on myös saanut paljon huomiota julkisessa keskustelussa viime aikoina. Tutkimuksissa on havaittu, että ultraprosessoitua ruokaa runsaasti syöville on suurempi riski sairastua useisiin sairauksiin ja heillä esiintyy myös useammin lihavuutta. Selkeä havainto on ollut myös se, että runsaasti ultraprosessoituja ruokia käyttävien ruokavalio on huonolaatuinen ja se on usein kokonaisuudessaan ravinneköyhempi. Tällainen ruokavalio sisältää runsaasti mm. vähäkuituisia viljatuotteita, pikaruokaa, teollisia leivonnaisia, keksejä, makeisia ja sokeroituja virvoitusjuomia. Laadullisesti huonosta ruokavaliosta puuttuu usein marjat ja hedelmät, täysjyväviljavalmistet, kasvikset, kala ja pähkinät sekä rasvanlaatu on huono.

Ruoan prosessointia ovat niinkin yksinkertaiset toimenpiteet kuin raaka-aineiden kuoriminen ja pilkkominen sekä ruoan keittäminen, paistaminen, hauduttaminen ja pakastaminen. Ruoan prosessointi ei siis itsessään ole pahasta. Se on ruoan raaka-aineiden käsittelyä siten, että ne saadaan maistuvaan, sulavaan, ravinteikkaaseen ja riittävän säilyvään muotoon. Prosessoinnin sijaan olisikin tärkeämpää miettiä ruoan ravintosisältöä ja kokonaisuutta ja esimerkiksi sitä, saako ruoasta riittävästi kuitua ja pehmeitä rasvoja.

Aloitteessa esitetään, että päiväkotijä kouluruokailusta poistettaisiin ultraprosessoidut ruoat. On kuitenkin tärkeää huomioida, että suurkeittiössä ruoan valmistaminen eroaa merkittävästi kotikeittiöstä. Ruokia valmistetaan suuria määriä, ja toiminnan on oltava turvallista, tasalaatuista ja kannattavaa. Ruoanvalmistukseen vaikuttavat monet tekijät, kuten ruoan säilyvyys ja kuljetettavuus, työvoimaresurssit ja valmistusaika, elintarviketurvallisuus ja hygieniavaatimukset sekä kustannustehokkuus. Näiden reunaehtojen puitteissa teemme jatkuvaa kehitystyötä ruoan laadun ja ravitsemuksellisuuden parantamiseksi. Kaikkea ei voida valmistaa alusta asti kuten kotona, mutta tavoitteena on minimoida tarpeettoman prosessoinnin määrä ja hyödyntää mahdollisimman paljon tuoreita, vähän prosessoituja raaka-aineita.

Otamme aloitteen huomioon ja olemme valmiita tarkastelemaan ruokalistojamme kriittisesti ultraprocessoitujen tuotteiden osalta. Tavoitteena on edelleen vähentää niiden käyttöä ja lisätä tuoreiden, vähän prosessoitujen raaka-aineiden osuutta. Tätä työtä tehdään yhteistyössä koko ruokapalveluhenkilöstön ja asiakasryhmien kanssa sekä eri sidosryhmien kanssa kuten tavarantoimittajien, tuottajien ja elintarviketeollisuuden. Lisäksi suunnittelussa huomioimme myös kustannusvaikutukset, raaka-aineiden saatavuuden ja ruokahävikin. Aloitteessa esitetään lisäksi, että taloudellisten mahdollisuuksien ja lainsäädännön puitteissa suositaan kotimaisia ja paikallisia raaka-aineita. Tämä tavoite on erittäin kannatettava ja linjassa ruokapalveluiden kestävä kehityksen ja vastuullisuuden periaatteiden kanssa. Ruokapalveluissa pyrimme jo nykyisellään hyödyntämään mahdollisimman paljon kotimaisia ja paikallisia raaka-aineita. Kotimaisuuden suosiminen tukee paitsi elintarviketurvallisuutta ja jäljitettävyyttä, myös huoltovarmuutta ja alueellista ruokatuotantoa. Tällä hetkellä hankimme paikallisilta toimittajilta marjat, vihannekset, juurekset, perunan ja tuoreen leivän.

Lisäksi aloitteessa toivotaan, että vanhemmat, kuntalaiset ja koululaiset osallistetaan ruokalistojen suunnitteluun, jotta ruokalistat vastaisivat yhteisön tarpeita ja toiveita. Tämä käytäntö on jo osa toimintaamme. Ruokalistojen suunnittelussa hyödynnetään asiakaspalautetta, järjestetään kyselyitä ja kuullaan oppilaita ja muita asiakasryhmiä. Uusien ruokien testauksen yhteydessä järjestämme makutestausta oppilailla. Ruokapalveluissa olemme jo pitkään kehittäneet ruokalistoja terveellisempään ja monipuolisempaan suuntaan yhdessä asiakkaiden kanssa. Elokuun 2025 alusta alkaen on tarjottu kasvisruokavaihtoehto kaikilla kouluilla toisena ruokavaihtoehtona. Tämäkin toive on useasti noussut esiin asiakaskohtaamisissa ja on yksi esimerkki osallistamisesta.

Ruokapalvelut ovat osa laajempaa hyvinvointityötä, ja olemme sitoutuneet edistämään ravitsemuksellisesti laadukasta ja kestävää ruokailua kaikilla tasoilla. Tätä työtä tulemme edelleen jatkamaan.

Lisätietoja: ruokapalvelupäällikkö Sirpa Laakkonen, p. 050 467 2578

Teknisen johtajan ehdotus:

Tekninen lautakunta päättää antaa kunnanhallitukselle ja edelleen kunnanvaltuustolle yllä olevan esittelytekstin mukaisen vastauksen aloitteeseen.

Päätös:

Ehdotus hyväksyttiin.
