**Raportti kouluruokakyselystä Muuramen 6-luokkalaisille keväällä 2019**

SISÄLLYSLUETTELO

1. JOHDANTO 3

2. KYSELYN TARKOITUS JA TOTEUTUS 3

2.1. TAUSTATIEDOT 4

2.2. KYSYMYKSET 4

3. TULOKSET 5

3.1. SUKUPUOLI 5

3.2. RUOKAILUKOULU 5

3.3. LÄMMIN RUOKA 5

3.4. LEIPÄ JA LEVITE 6

3.5. SALAATTI / HEDELMÄ / KASVIS 6

3.6. RUOKAJUOMA 7

3.7. LUOMU 7

3.8. LÄHIRUOKA 8

3.9. KESTÄVÄ KEHITYS 8

3.10. KOULURUOKA 9

3.11. SUOSIKKIRUOKA 10

3.12. TOIVERUOKA 10

3.13. TERVEISET 11

4. TULOSTEN TULKINTA 11

5. JATKOTOIMENPITEET 12

6. LIITTEET

Liite 1: Kyselykaavake

Liite 2: Perusraportti kaikki yhdessä

Liite 3: Koulujen erot

Liite 4: Tyttöjen & poikien vertailu

1. **JOHDANTO**

Muuramen kunnan ruokapalvelu järjestää vuosittain kyselyn jollekin luokka-asteelle. Järjestyksessään neljäs kysely pidettiin keväällä 2019 Muuramen kaikille 6-luokkalaisille. Ensimmäistä kertaa kysely toteutettiin sähköisenä webropol-kyselynä. Rehtoreiden myöntämällä luvalla kuudesluokkalaiset täyttivät kyselyn oppitunnilla opettajan johdolla. Ravitsemispäällikkö kiersi puhumassa Kinkomaan, Mäkelänmäen ja Nisulanmäen 6-luokkalaisille ruokapalvelun toiminnasta sekä kestävän kehityksen asioista ruokaan liittyen. Niittyahossa ja Isolahdessa ei oppituntia pidetty. Tuntien tarkoituksena oli myös tuoda esille ruokapalvelun toiminnan arvot: kotimaisuus, kestävä kehitys, turvallisuus, terveellisyys ja yhteistyö.

Ruokapalvelun saamien tietojen mukaan kuudesluokkalaisia on Muuramessa 168 henkilöä ja vastauksen saimme yhteensä 141 kappaletta. Syystä tai toisesta Isolahden 6-luokan oppilaat eivät kyselyyn vastanneet. Ongelmia vastaamisessa oli ainakin Nisulanmäen puolella nettiyhteyksien toimimattomuuden vuoksi.

Taulukko 1, Vastausprosentit kouluittain

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Ruokailukoulu** | **Oppilasmäärä** | **Vastauksia** | **Vastausprosentti** |
| Isolahti | 7 | 0 | 0 % |
| Kinkomaa | 21 | 20 | 95,2 % |
| Mäkelänmäki | 45 | 48 | 106,7 % |
| Niittyaho | 5 | 5 | 100 % |
| Nisulanmäki | 90 | 68 | 75,5 % |
| **Yhteensä** | **168** | **141** | **83,9 %** |

Huomioitavaa on varsin korkea vastausprosentti 83,9 % kaikista kuudesluokkalaisista. Tosin muutama seikka herättää hiukan huomiota: Mäkelänmäellä oppilaita on 45 ja vastanneita 48 ja Isolahti jätti kokonaan kyselyyn vastaamatta. Kyselystä muistutettiin muutamia kertoja sähköpostitse, mutta siitä huolimatta Isolahden vastaukset jäivät nollaan. Mukana vastauksissa saattaa siis olla myös joissain kouluissa opettajan vastauksia. Korkea vastausprosentti antaa varsin kattavan kuvan kuudesluokkalaisten kouluruokatottumuksista sekä kouluruokaan ja kestävään kehitykseen liittyvistä väittämistä unohtamatta ruokalajitoiveita.

1. **KYSELYN TARKOITUS JA TOTEUTUS**

Ruokapalvelun vuosittain järjestämällä kyselyllä oli tänä vuonna kaksi tavoitetta: selvittää 6-luokkalaisten kouluruokailutottumuksia ja kartoittaa tietoja kestävän kehityksen & ruokapalvelun toimista. Toki mukaan laitettiin perinteiset lempiruokatoiveet & terveiset keittiölle osiot. Ravitsemispäällikkö kävi pitämässä yhden oppitunnin kunnan kuudesluokkalaisille Kinkomaalla, Mäkelänmäellä ja Nisulanmäellä. Niiden tavoitteena oli kertoa ruokapalvelun toiminnasta, kouluruoasta ja kestävästä kehityksestä ruokapalveluissa. Tavoitteena oli näin myös kartoittaa olisiko pidetyistä tunneista jäänyt jotain muistiin vertaamalla tuloksia muut vs. Niittyaho & Isolahti. Idea oli ihan hyvä, mutta liian pienet oppilasmäärät Isolahdessa & Niittyahossa tuhosivat suunnitelman jo heti kättelyssä – lisäksi Isolahden 0 vastausta ei asiaa auttanut.

Kysely oli ensi kertaa sähköinen ja osalla luokista oli vaikeuksia saada verkkoyhteyksiä toimimaan. Rehtorit antoivat luvan kyselyn toteuttamiseen oppituntien aikana. Kyselyyn annettiin ohjeistus, mistä kyselyn linkki löytyy ja pieni johdanto kuinka täyttää kysely. Kysely toteutettiin maalis-huhtikuussa 2019. Ohjeistus ja muistutus laitettiin muutaman kerran ennen kyselyajan loppumista 30.4.2019. Sähköinen kysely helpottaa paljon vastauksien tulkintaa perinteiseen paperikyselyyn verrattuna.

* 1. **TAUSTATIEDOT**

Kyselylomake (Liite 1) koostui yhteensä 13 kysymyksestä, sisältäen valmiita vaihtoehtoja ja avoimia kysymyksiä. Osassa kysymyksistä oli mahdollista valita useampi väittämä ja joissain kohdin oli mahdollista valita vain yksi vaihtoehto. Ensimmäisissä kahdessa kohdassa kohdissa selvitettiin sukupuoli ja ruokailukoulu. Näistä muuttujista on paljon apua tulosten vertailussa sukupuolen ja ruokailukoulun perusteella. Sukupuolijakauma (70 vastannutta tyttöä ja 71 vastannutta poikaa) mahdollistaa hyvän vertailun sukupuolen perusteella. Kyselyyn vastanneet antavat varsin kattavan kuvan Muuramen koko ikäluokan osalta tiedustelluista asioista.

* 1. **KYSYMYKSET**

Kysymyksissä 3-6 haluttiin selvittää kouluruokailutottumuksia ja toistuvuutta aterian eri osien osalta. Vastausvaihtoehdot olivat valmiina: joka päivä, 3-4 krt / vko, 1-2 krt / vko ja harvemmin. Tiedusteltavat aterian osat kyselyssä olivat: lämmin ruoka, leipä ja levite, salaatti / hedelmä / kasvis ja ruokajuoma.

Kysymyksissä 7 – 9 pyrittiin selvittämään väittämillä ja avoimilla kysymyksillä kestävän kehityksen tietoisuutta ruoan osalta. Kysymyksellä 10 kartoitettiin mielikuvaa ja tietoja ruokapalvelusta ja kouluruoasta Muuramessa. Kysymyksissä 11 – 13 tiedusteltiin avoimilla kysymyksillä tämän hetkisiä suosikkiruokia, toiveruokia ja lopuksi terveisiä keittiöön.

Kysymyksessä 7 kysyttiin mitä on luomu ja pyydettiin valitsemaan vastaajan mielestä oikeat vaihtoehdot. Väittämät olivat: aina kasvista, Suomessa tuotettua, torjunta-aineetonta, kaikki marjat, luonnonmukaisesti kasvatettua ja vanha juttu. Kahdeksannessa avoimessa kysymyksessä pyydettiin kertomaan muutamalla sanalla mitä on lähiruoka.

Yhdeksännessä kysymyksessä kysyttiin: Mitä kestävää kehitystä tukevia tekoja Muuramen ruokapalvelun luulet toteuttavan? Osan ”oikeista” vastauksista oppilas oli kuullut pidetyillä tunneilla, osaan oikeat vastaukset olisivat olleet pääteltävissä tai osallistumalla ruokailuun silmät avoinna. Väittämät kysymyksessä 9 olivat: tarjoaa lähiruokaa, ei käytä kertakäyttöastioita ruokailussa, kierrättää jätteensä, käyttää vain tuuli- ja vesivoimalla tuotettua sähköä, vähentää punaisen lihan käyttöä, käyttää biohajoavia pesuaineita ja ruoanvalmistuksessa ei käytetä lainkaan vettä.

Kysymyksessä 10 selviteltiin mielikuvaa kouluruoasta väittämillä ja kehottamalla valitsemaan kolme mieleistä vaihtoehtoa 12 väittämästä. Väittämät kysymykseen, Mitkä väittämät kuvaavat mielestäsi kouluruokaa, olivat: saan tarpeeksi ruokaa, terveellistä, maistuvaa, omituista, monipuolista, myrkkyä, itse tehtyä, etuoikeus, suomalainen juttu, kallista, pahaa ja vain muutama maistuva ruoka. Jokainen väittämä sai osumia kyselyssä.

Viimeiset kolme kysymystä (11 – 13) olivat avoimia kysymyksiä. Kysymyksessä 11 tiedusteltiin suosikkiruokaasi koulussa. Seuraavassa yritettiin saada ideoita mitä listalle voisimme tuoda – kysymällä: mitä ruokia pitäisi löytyä koulun ruokalistalta. Viimeisessä kysymyksessä 13 oli mahdollisuus antaa avointa palautetta ruokapalvelun henkilöstölle: terveisiä keittiön väelle.

1. **TULOKSET**

Tulosten tarkastelussa vastauksia vertaillaan (silloin kun mahdollista) sukupuolen välillä ja koulujen välillä. Lisäksi tarkastellaan kaikkia tuloksia yhdessä. Tuloksia voidaan pitää kohtalaisen merkittävänä otoksena 6-luokkalaisten osalta Muuramessa, koska saimme 141 vastausta 168 mahdollisesta.

* 1. **SUKUPUOLI**

Kokonaisuudessaan vastaajia oli 141 henkilöä ja sukupuolijakauma vertailua ajatellen täydellinen: 70 tyttöä (49,65 %) ja 71 poikaa (50,35%). Vastaajista kouluittain oli tyttöjä 46 % Mäkelänmäeltä, 60 % Kinkomaalta ja 53% Nisulanmäeltä. Poikia taas vastanneista oli: Mäkelänmäki 54 %, Kinkomaa 40 %, Niittyaho 100 % ja Nisulanmäki 47 %.

* 1. **RUOKAILUKOULU**

Toisessa kysymyksessä selvitettiin 6-luokkalaisen vastaajan ruokailukoulu. Vastanneista 14 % oli Kinkomaalla ruokailevia, 4 % Niittyahossa, 34 % Mäkelänmäellä ja 48 % Nisulanmäellä. Kuten jo aiemmin todettua – Isolahden osalta tuli nolla vastausta joten heidän osuus vastanneista on 0 %. Joten lähes puolet vastanneista aterioi Nisulanmäellä. Yhden vastauksen painoarvo on suurin vastaavasti Niittyahossa, missä yksi vastaus kuvaa 20 % koko koulun tuloksista.

* 1. **LÄMMIN RUOKA**

Alakouluissa perinteisesti oma luokanopettaja valvoo päivittäin oppilaidensa ruokailun. Tämän ansiosta oppilaita kehotetaan aina maistamaan, kun taas yläkoulun puolella on kyseessä enemmän oma valinta mitä ottaa vai ottaako mitään. Kysymyksessä kolme kysyttiin kuinka usein syö lämpimän ruoan. Vastaajista 85 % nauttii päivittäin lämpimän ruoan. 12 % vastanneista kertoo syövänsä lämpimän aterian 3-4 kertaa viikossa. Kolme vastaajaa (2,1 %) ilmoitti syövänsä lämpimän ruoan vain 1-2 kertaa viikossa. Yksi vastaaja ei omasta mielestään syö lämmintä ruokaa edes kertaa viikossa.

Kouluittain vertailtaessa joka päivä lämpimän ruoan syövien osalta 77 – 95 % vastaajista nauttii lämpimän kouluruoan päivittäin. Kinkomaalla näin tekee 95 % 6-luokkalaisista ja Mäkelänmäellä näin toimii 77 %. 3-4 kertaa viikossa lämpimän ruoan nauttii Mäkelänmäellä 21 % vastanneista ja Nisulanmäellä 10 %. Kerran tai kaksi viikossa lämpimän ruoan syö yksi henkilö Mäkelänmäellä, Niittyahossa ja Nisulanmäellä. Yksi vastaaja Kinkomaalta syö harvemmin kuin kerran viikossa lämpimän aterian.

Sukupuolten välillä on havaittavissa pieniä eroja lämpimän ruoan syömisen yleisyyden osalta. Päivittäin lämpimän ruoan syö 90 % kyselyyn vastanneista tytöistä ja vastaavasti 80 % pojista. 3 – 4 kertaa viikossa lämpimän ruoan syö 9 % tytöistä ja 16 % pojista. 4 % eli 3 poikaa vastanneista syö lämpimän ruoan 1- 2 kertaa viikossa. 1 tyttö kertoo syövänsä harvemmin kuin kerran viikossa lämpimän ruoan.

* 1. **LEIPÄ JA LEVITE**

Jokainen päivä on tarjolla leipää ja levitettä aterian osana. Myös tällä aterian osalla on ravitsemuksellinen merkitys, jotta saavutetaan päivittäiset suositusten mukaiset energiat, vitamiinit ja kivennäisaineet. Näkkileipää on päivittäin tarjolla ja pehmeää (täysjyvää) leipää 1-2 kertaa viikossa. Tarjottava levite on suositusten mukainen kasvisrasvapohjainen vegaani levite.

Päivittäin leipää ja levitettä syö vain 6 % kaikista vastanneista. 3-4 kertaa viikossa leipää ja levitettä syö kolmasosa vastanneista ja 1-2 kertaa viikossa 37 % vastanneista. Lähes neljäsosa (24 % ja 34 henkilöä) syö leipää ja levitettä harvemmin kuin kerran viikossa.

Ruokailukouluittain vertailtuna tulokset ovat yhteistuloksen mukaiset. Suuria eroavaisuuksia ei koulujen välillä ole, ainoastaan Niittyaho eroaa massasta. Niittyahon osalta on edelleen syytä muistaa, että yksittäisen vastaajan merkitys on varsin suuri eli viidesosa.

Sukupuolten välillä on nähtävissä selkeä ero. Tytöt syövät huomattavasti säännöllisemmin leipää & levitettä kuin pojat. 3-5 kertaa viikossa leipää ja levitettä syö tytöistä lähes puolet (49 %), kun taas pojista näin toimii vain 27 %. Pojista leipää ja levitettä syö 0-2 kertaa viikossa siis peräti 73 %!

* 1. **SALAATTI / HEDELMÄ / KASVIS**

Muuramessa jokaisella aterialla on aina tarjolla jotain tuoretta: hedelmää tai kasviksia. Riippuen ruoasta se on salaattia tai kappaleittain hedelmää & juures-/kasvispaloja.

Kaikista vastanneista päivittäin syö jotain tuoretta kouluaterialla 38 %. Hiukan harvemmin eli 3-4 kertaa viikossa tuoreudesta nauttii 34 % vastanneista. 19 % syö tuoretta 1-2 kertaa viikossa ja vielä harvemmin näin toimii 9 % vastanneista. Näiden vastausten perusteella kasviksia & hedelmää syödään selkeästi useammin kuin leipää ja levitettä.

Ruokailukouluittain tarkasteltaessa eroavaisuuksia on selkeästi havaittavissa. Kinkomaalla syödään tuoretta selvästi useimmin, peräti 95 % heistä syö tuoretta vähintään 3 kertaa viikossa, kun muilla kouluilla prosentti jää alle seitsemänkymmenen. Niittyaho erottuu jälleen hiukan, peräti 40 % (2hlö) ilmoitti syövänsä tuoreita tuotteita harvemmin kuin kerran viikossa.

* 1. **RUOKAJUOMA**

Muuramessa on ruokajuomana kaikissa toimipisteissä aina: rasvatonta luomumaitoa, rasvatonta luomupiimää, vettä ja allergisille: laktoositonta rasvatonta maitoa, laktoositonta rasvatonta piimää, soijamaitoa, kaurajuomaa tai riisijuomaa. Kouluruokasuositusten mukainen ruokajuoma on rasvaton maito. Mikäli maito (myös piimä, soijajuoma, kaurajuoma, riisijuoma) jää pois aterialta, myös kokonaisuudesta jää ravintoaineita saamatta. Alakoulun puolella lapsilla on mahdollisuus valita itse ruokajuomansa (pl. allergiset). Allergisten osalta turvallisesta aterioinnista vastaavat ruokapalvelun henkilöstö sekä opettaja/ohjaaja yhdessä.

Vastaajista 49 % ilmoittaa ruokajuomakseen maidon ja 63 % juo vettä. Tämä tarkoittaa selvästi sitä, että osa kuudesluokkalaisista juo sekä vettä että maitoa aterian yhteydessä. Muita juomia ruokajuomana käyttää 3 % vastaajista (2hlö). Yksi terhakka kinkomaalainen vastasi, että ei juo lainkaan aterian yhteydessä.

Ruokailukoulujen välillä on hieman eroja, muttei Niittyahoa lukuun ottamatta kovin suuria. Niittyahossa vain 20 % (1 hlö) juo maitoa aterioinnin yhteydessä ja muista kouluista maitoa juodaan Mäkelänmäellä (44 %, 21hlö) vähiten. Kinkomaa (55 %) ja Nisulanmäki (53 %) ovat hyvin lähellä toisiaan maidon juonnin osalta.

Poikien ja tyttöjen välillä on pieniä eroja, muttei niin selkeitä kuin vaikka kasvisten syönnin osalta. Pojista 51% ilmoitti juovansa maitoa ja vettä 58%. Tyttöjen osalta maitoa ilmoitti juovansa 47% vastanneista ja vettä 69%.

* 1. **LUOMU**

Seitsemännessä kysymyksessä kyseltiin mielikuvaa / tietoa mitä luomu on. Väittämät olivat: Aina kasvista, Suomessa tuotettua, torjunta-aineetonta, kaikki marjat, luonnonmukaisesti kasvatettua ja vanha juttu.

Niin kutsutusti oikeita vastauksia oli kaksi kappaletta (torjunta-aineetonta ja luonnonmukaisesti kasvatettua) ja viimeinen väite on toki jokaisen henkilökohtainen mielipide eli oikeavastaus niin kokiessaan. 76 % vastanneista koki luomun olevan luonnonmukaisesti kasvatettua, 44 % mielestä luomu on torjunta-aineetonta ja 26 % mielestä Suomessa tuotettua. 9 vastaajan mielestä luomu on vanha juttu, kolmen henkilön mielestä kaikki marjat ovat luomua ja yhden vastaajan mielestä luomu on aina kasvista.

Kouluittain vastauksia tarkasteltaessa kaikkien vastaukset ovat kohtalaisesti samassa linjassa. Kaikkien koulujen vastausten perusteella tietoisuus on hyvällä mallilla. Ainoa mikä hiukan pistää silmään on Kinkomaan vastausten perusteella uskomus, että luomu on aina Suomessa tuotettua. Peräti 55 % kinkomaalaisista oli tätä mieltä. Mäkelänmäellä ja Kinkomaalla myös muutama oletti kaikkien marjojen olevan luomua.

81% vastanneista tytöistä oli sitä mieltä, että luomu on luonnomukaisesti kasvatettua, kun taas pojista 70 % ajatteli näin. Tytöistä 54 % ja pojista 34 % oli sitä mieltä, että luomu on torjunta-aineetonta. Yllättävän moni tyttö (30 %) ja poika (21 %) oli siinä uskomuksessa, että luomu on Suomessa tuotettua.

* 1. **LÄHIRUOKA**

Kahdeksannessa kysymyksessä kyseltiin avoimella kysymyksellä mitä on lähiruoka – kerro muutamalla sanalla. Vastauksia tuli 140 kappaletta 141 vastaajalta, joten yhtä lukuun ottamatta kaikki vastaajat kertoivat oman mielipiteensä. Valtaosa vastauksista oli erinomaisia – lähellä tuotettua ruokaa. Osa oli täsmentänyt maantieteellisesti tai jollain muulla tavalla. Toki mukana oli muutama ”hauska” tai oikeasti tietämätön henkilö. Tällaisia olivat mm.: McDonald´s, mäkkiruoka, nopeasti tehtyä ruokaa… kaiken kaikkiaan lähes kaikki olivat tietoisia mitä lähiruoka on. Lähiruoan tuntemus oli selvästi parempaa kuin luomun.

* 1. **KESTÄVÄ KEHITYS**

Seuraavassa kysymyksessä, numeroltaan 9, oli väittämiä ruokapalvelun tekemistä kestävän kehityksen teoista. Vastaajia pyydettiin olettamaan, mitähän ruokapalvelussa oikein tehdään. Kyseessä ehkä enemmänkin mielikuvan selville saaminen ja samalla antaa vinkkiä, mitä ne kestävän kehityksen teot voisivat olla. Vastaajia oli 139 ja vastauksia 374kpl. Tytöt olivat aktiivisempia vastaajia. He antoivat yhteensä 219 vastausta ja pojat 155 vastausta. Väittämiä oli kaikkiaan 7: tarjoaa lähiruokaa, ei käytä kertakäyttöastioita ruokailussa, kierrättää jätteensä, käyttää vain tuuli- ja vesivoimalla tuotettua sähköä, vähentää punaisen lihan käyttöä, käyttää biohajoavia pesuaineita ja ruoanvalmistuksessa ei käytetä lainkaan vettä.

Kolme väittämää nousi vastauksien perusteella yli 50 %: tarjoaa lähiruokaa (81 %), vähentää punaisen lihan käyttöä (59 %) ja kierrättää jätteensä (55%). Lähellä seurasi myös kertakäyttöastioiden käyttämättömyys. 23 % tiesi? ruokapalvelun käyttävän biohajoavia pesuaineita. Muutama arveli meidän käyttävän uusiutuvilla luonnonvaroilla tuotettua sähköä ja tekevän ruokaa ilman vettä.

Kouluittain vertailtaessa suuria eroja ei ilmennyt. Tulokset olivat varsin samansuuntaisia. Toki on huomioitava pienet erot ruokailukoulujen välillä. Lisäksi osa vastaajista on näyttänyt vastaavan vain yhteen väittämään.

Tytöt vaikuttivat olevan paremmin tietoisia ruokapalvelun kestävän kehityksen tekemisistä kuin pojat. Tai sitten he olivat kuunnelleet ravitsemispäällikköä tunnilla tarkemmin? Suurimmat erot näkyvät väittämissä kierrättää jätteensä (tytöt 66 % ja pojat 43 %), vähentää punaisen lihan käyttöä (tytöt 69 % ja pojat 49 %) ja biohajoavien pesuaineiden käyttäminen (tytöt 33 % ja pojat 13 %). Huolestuttavaa tuloksissa on ehkä se, että tytöistä kaksi kolmasosaa ja pojista reilusti alle puolet on sitä mieltä, että ruokapalvelu kierrättää jätteensä! Ilmeisesti ei ole ihan menneet toimintatapamme asiakkaille saakka…

* 1. **KOULURUOKA**

Muuramen kouluruokaa mielikuvaa selviteltiin 12 eri väittämällä: Mitkä väittämät kuvaavat mielestäsi kouluruokaa (valitse 3)? Kaikki 141 vastaajaa vastasi ja valtaosa vastasi kaikki kolme vaihtoehtoa, koska vastauksia tuli 410 kun maksimimäärä olisi ollut 423 kpl. Vertailua on vaikea tehdä, koska eri väittämien arvottaminen on haastavaa, kun sai valita vain kolme vaihtoehtoa.

Väittämät olivat: saan tarpeeksi ruokaa, terveellistä, maistuvaa, omituista, monipuolista, myrkkyä, itse tehtyä, etuoikeus, suomalainen juttu, kallista, pahaa ja vaan muutama maistuva ruoka. Ääniharavat olivat väitteet saan tarpeeksi ruokaa (62 % vastanneista), monipuolista (62 %) ja terveellistä (47 %). Seuraavassa kategoriassa (13-20 % vastaajista) olivat: maistuvaa, omituista, itse tehtyä, etuoikeus, suomalainen juttu pahaa ja vain muutama maistuva ruoka. Pohjalle eli alle 10 % jäivät myrkkyä (8 %) ja kallista (2 %).

Koulujen välillä ei suuria poikkeamia ole. Vastaukset olivat varsin samansuuntaiset. Ainoastaan Niittyahon suuri osuus 40 % vastanneista väittämässä suomalainen juttu pomppaa silmille. Ehkäpä myös Mäkelänmäen (52 %) ja Niittyahon (40 %) pienehköt prosenttiosuudet väittämässä: saan tarpeeksi ruokaa, hiukan ihmetyttävät… Aina on kuitenkin mahdollista hakea lisää niin halutessaan jokaisella ruokailukoululla. Niittyahon 40 % määrä maistuvuudessa on muihin verrattuna varsin korkea. Niittyahon osalta toki yksi vastaus antaa jo 20 % osuuden, joten kovin pitkälle ei heidän osaltaan kannata tuloksia tulkita.

Yleisesti ottaen kuudesluokkalaiset tytöt näyttävät suhtautuvan positiivisemmin kouluruokaan kuin pojat. Pojat kokivat ruoan olevan maistuvampaa kuin tytöt (23 % - 17 %), omituisempaa (21 % - 11 %), myrkyllisempää (14 % - 1 %), suomalaisempi juttu (15 % - 13 %), kallimpaa (3 % - 1 %), pahempaa (20 % - 7 %) ja lisäksi pojista 20 % koki että listalla on vain muutama maistuva ruoka, kun tytöistä 14 % oli tätä mieltä.

* 1. **SUOSIKKIRUOKA**

6-luokkalaisten kyselyssä kysyttiin avoimena suosikkiruokia koulussa. 141 vastaajasta peräti 140 vastaajaa ilmoitti suosikkiruokansa. Tulokset jakaantuvat edellisten kyselyiden mukaisesti. Normaalilistalla on 32 eri ruokaa (kiertävällä 6 viikon ruokalistalla) ja niistä kymmenkunta erottuu varsin selkeästi myös 6-luokkalaisten vastauksista. Suosikkiruoat noudattavat hyvin pitkälti edellisten kyselyjen (2018 NA, KM ja IL, 2017 9-lk, 2016 8-lk) tuloksia.

Suosikkiruokien listasta esiin pääsevät: pyttipannu, uunimakkara, makaronilaatikko, pinaattiletut, tortilla, yrttinen kanakastike ja jauhelihakastike & spagetti. Jonkin verran mainintoja saivat myös puuro, kalakuviot, porkkanaletut, kiusaukset, keitot, lihapullat.

Suosikkiruokaa kysyttäessä samat suosikit tuntuvat pitävän pintansa vuodesta toiseen. Ilahduttavaa on se, että valtaosa ruokalistan ruoista löytyy 6-luokkalaisten mainitsemina. Ilahduttavaa on myös se, että suosikeista löytyy myös kalaruokia. Kasvisruoat ovatkin todella hyvin edustettuina suosikkiruoissa.

* 1. **TOIVERUOKA**

Toiveruokien tiedustelu nuorilta on omalla laillaan aika hauskaa puuhaa. Nuorilla ei ole aina oikein käsitystä kouluruoan merkityksestä ja tarkoituksesta. Puolet toiveista on pizzaa, hampurilaista, lasagnea, kanasalaattia, pihviä, lohta, kebabia – eli ilmeisesti niitä ruokia mitä kotona varsin paljon syödään. Toisen ison osan toiveista täyttää erilaiset etniset ruoat (toki pizza, hampurilainen, kebab on omalla laillaan myös etnistä ruokaa): thaimalainen-, japanilainen-, kiinalainen- ja meksikolainen-ruoka ovat toiveissa. Jonkin verran kaipailtiin listalle takaisin chili con carnea, mikä poistui heikon menekin vuoksi kesällä 2018.

Nuorten osalta oman haasteensa tuo ruokalistalle valittavien ruokien perusteleminen. Ammattikeittiössä toimiminen on erilaista kuin kotikeittiössä, arvojemme mukainen toiminta rajoittaa osaa ruokalajeista, joissain tuotteissa vastaan tulee hinta, joissain ravitsemussuositukset estävät ruokalistalle valinnan. Lisäksi joidenkin ruokalajien valmistus ei onnistu meidän kapasiteetillamme, joidenkin ruokien osalta erityisruokavalioita tulee liikaa, joissain tuotteissa vastaan tulevat varastointitilat tai raaka-aineen jalostusaste. Näiden seikkojen esiintuominen on nuorille välillä sula mahdottomuus.

Kysymyksessä 12 kysyttiin: mitä ruokia pitäisi löytyä koulun ruokalistalta. Vastaajia oli 130 henkilöä, joten lähes jokainen (92 %) halusi tuoda oman mielipiteensä näkyville. Ilahduttavaa oli muutama kommentti, että lista on jo ihan hyvä. Tämän päivän nuorten ruokavalioon sisältyy liikaa suolaa, liikaa punaista lihaa sekä liikaa sokeria. Ruokapalvelun yksi tehtävä on ohjata lapset & nuoret valinnoissaan oikeaan suuntaan ravitsemuksellisesti. Toiveissa oli myös jälkiruokia lisää. Niitä ei ole juurikaan luvassa juuri liiallisen sokerin saannin vuoksi ja toinen puoli on astia- & tiskikapasitetti jälkiruokakulhojen vuoksi.

* 1. **TERVEISET**

Viimeisessä kyselyn kohdassa toivottiin terveisiä keittiön väelle. Vastauksia tuli kaikkiaan 123 kpl. Osa vastauksista oli kehuja & kiitoksia ruoasta ja työnteosta yleensä. Osassa oli toiveita mitä pitäisi ottaa ruokalistalta pois. Jonkin verran kannatusta saivat myös erilaiset videopelit. Lisäksi terveisissä oli mukana haukkuja ruoasta – kuitenkaan kumiperunoita ei mainittu kertaakaan!

Yhden kehittävän terveisen haluan julkaista ihan tähän tekstiosaan: ”*Tehkää parempaa ruokaa tai KYS (kill Yourself). Kiitos ei muuta tai tuun aseen ja pesäpallomailan kanssa kotiovellenne☺”* Tämä velikulta on Mäkelänmäeltä ja poika. Toki sanahan on vapaa, mutta toivottavasti joku vanhemmista lukaisee tämän ja keskustelee noin 12-vuotiaan poikansa kanssa vihan tunteiden hallinnasta ja niiden ilmaisemisesta.

1. **TULOSTEN TULKINTA**

Tuloksissa ei ollut oikein mitään maailmaa mullistavaa. Suuri ero tulee kouluruoan nauttimisen yleisyydessä siirryttäessä yläkoulun puolelle. Alakoulussa oma opettaja on lähes poikkeuksetta mukana luokasta ruokailuun ja vielä poiskin. Tällöin ei oikein jää muuta vaihtoehtoa kuin osallistua ruokailuun ja karistaa omia ennakkoluuloja ja antaa uusille mauille tilaa tutustua.

Kysely antaa kohtalaisen kattavan kuvan kouluruoan eri osien käyttötiheydestä. Lisäksi saimme kartoitettua mielikuvaa luomusta, lähiruoasta ja kestävästä kehityksestä ruokapalvelussa. Myös suosikkiruokien miettiminen ja toiveruokien kartoitus auttavat toimintamme suunnittelussa. Ruokalistasuunnittelun kannalta tosin mitään kuningasideaa ei tämä kysely tuonut.

Kysely myös vahvistaa meidän mielikuvaa siitä, että kaikkia on täysin mahdoton miellyttää jokainen päivä. Osaa emme valitettavasti pysty miellyttämään koskaan vaan ruokahetki on kyllästetty vain pahalla ruoalla. Onneksi tämä osasto on kuitenkin vähemmistönä. Uskomme, että kiertämällä puhumassa kouluruoasta ja kunnan ruokapalvelun toiminnasta tunnilla on mahdollista vaikuttaa oppilaiden toimintaan ja tietoihin. Lisäksi nuorilta jää usein unholaan se seikka, että kouluruoan raaka-ainekustannukset ovat keskimäärin 0,80€/ateria sisältäen lämpimän ruoan, tuoreen osan, leivän & levitteen ja ruokajuoman. Kaikki mahdolliset kulut huomioitaessa lounaan hinta kohoaa noin 2,30€ / ateria. Päivittäin 24 henkilöä ruokkii joka viidennen muuramelaisen eli 2000 lounasta.

Yllättävää tuloksissa oli leivän ja levitteen säännöllinen nauttiminen. Vain 6 % ottaa tämän aterian osan päivittäin. Kertooko se leipäkulttuurin muutoksesta? Näkkileivästä? Kasvisrasvasta? Sitä täytyy pohtia… Toinen jo tiedossa ollut ja samalla huolestuttava seikka on maidon juonnin väheneminen. Alle puolet vastanneista kertoo ruokajuomansa olevan maitoa. Voimassa olevien suositusten mukaan maidolla ja maitotaloustuotteilla on merkittävä rooli koululaisten ravitsemuksessa. Kuitenkin yhä harvempi juo maitoa tai piimää ruokajuomanaan.

Ruokailukoulujen välillä ei ollut havaittavissa merkittäviä eroavaisuuksia. Toki joissain ruokailukouluissa jotkin asiat erottuivat muista ruokailukouluista. Esimerkiksi Kinkomaalla syödään tuoretta (salaatti, kasvis, hedelmä) päivittäin selkeästi useammin kuin missään muualla. Sukupuolen välillä oli havaittavissa jonkin verran eroavaisuuksia. Tytöt syövät useammin tuoretta kuin pojat. Toisaalta pojat syövät leipää useammin kuin tytöt. Tytöillä tuntui olevan paremmin hallussa kestävän kehityksen asiat.

1. **JATKOTOIMENPITEET**

Sähköinen kysely on mukavampi ja joustavampi toteuttaa kuin paperinen versio. Myös tulokset saadaan helpommin raporttimuotoon. Ongelmia tuo toki se, että WebroPol on ohjelmana vieras ja käyttäminen suorastaan jähmeää. Jatkossa on varmaan mietittävä tarkemmin mitä halutaan tutkia. Suunnitelmissa olisi järjestää kysely ja selvittää syitä esim. maidon juonnin vähenemiseen, mikä on mielipide kestävän kehityksen toimenpiteistämme, syyt miksi ruokailuun ei osallistuta. Kysely voisi olla yksinkertaisempi ja kohdennettu isommalla porukalle – yläkoulu ja/tai lukio? Toinen mielenkiintoinen kyselykohde olisi 1-2-luokat tai päiväkodit. Tosin sähköisen kyselyn osalta pienimmät voivat olla haasteellisia vastaajia…

Meidän täytyy ruokapalvelussa pohtia, kuinka saisimme kaikki syömään joka päivä kaikki aterian osat – kuitenkin niin, että toimintamme on edelleen arvojemme mukaista, valikoima on monipuolista, pidämme huolta perinteistä ja tuomme tarjolle jotain uuttakin. Tarpeen on myös tuoda esiin ruokapalvelun ja kouluruoan roolia jatkuvan oppimisen tukena.

Muuramessa 21.5.2019