

Kouluruokailu

Sisällysluettelo

Kouluruokailu

Kouluruokadiplomi

Kouluruokailukysely 9.-18.1.2017 - tulokset

Liitteet:

Kasvisruokavaihtoehto Jokivarren koulussa

Ravitsemusviikko 3.-10.9.2016

Koulujen ruokalista kevät 2018

Erityisruokavalion järjestäminen koulussa

Retkieväiden tilauslomake

Ruokalatoimikunnan muistiot (luonnos)

Välipala Jokivarren koulussa

Muutos välipalan maksukäytäntöihin 1.1.2016 alkaen

Liitteet:

Kouluruokailu

Kouluruokadiplomi

Koulullemme myönnettiin syksyllä 2016 [kouluruokadiplomi](#) osoituksena yhdessä ruokapalveluiden, koulun henkilökunnan ja oppilaiden kanssa tehdystä kehitystyöstä.

Kouluruokailukysely 9.-18.1.2017 - tulokset

Kyselyn tuloksia käsiteltiin ruokailutoimikunnan kokouksessa 23.2.2017. Mukana olivat myös oppilaiden edustajat miniministereistä sekä oppilaskunnan hallituksesta. Yhteenvetona todettiin, että

2§ OPPILASKYSELY

- *Miniministerien ja oppilaskunnan hallituksen kehittämisajatuksat kyselyn pohjalta:*
 - *alakoululaiset kokevat, että ruokailutilanne ei ole rauhallinen ja mukava*
 - *yläkoululaisilla näkemys ei ole yhtä selvä tässä kohtaa*
 - *oppilasedustajien mukaan yksi tärkeä syy on ruokalan melu, varsinkin pienimpien oppilaiden kohdalla*
 - *salaatteja ei ole koettu kovinkaan monipuolisiksi ja hyväiksi – tämä on yllättävä tulos*
- *Johtopäätökset ja jatkotoimet*
 - *hiljainen viikko hiljaisella viikolla*
 - *salaattibuffetin tarjontaa tarkastellaan – voidaanko salaattien monipuolista tarjontaa jakaa buffettipöydästä muillekin päiville?*

Kyselyn tulokset yhteenvetona oheisessa tiedostossa (ensin yläkoulu, sitten alakoulu).

Liitteet:



[Kyselyn tulosten yhteenvedo](#)

Kasvisruokavaihtoehto Jokivarren koulussa

Valtioneuvosto on jo vuonna 2009 antanut suosituksensa siitä, että ruokapalveluissa on hankittava ravitsemussuosittelun mukaista sekä luonnonmukaisesti tuotettuja, kasvispainotteisia tai sesonginmukaisia elintarvikkeita. Valtion ravitsemusneuvottelukunnan kouluruokasuosituksen mukaan koulussa olisi hyvä olla kaksi pääruokavaihtoehtoa. Toinen vaihtoehtoista voi olla kasvisruoka, jossa liha, kala tai muna korvataan palkokasveilla tai niistä valmistuilla tuotteilla.

Jokivarren koulussa tarjotaan kasvisruokaa kokeilunomaisesti toisen pääruokavaihtoehtojen rinnalla 15.9.2015 alkaen. Keittopäivinä tarjotaan kasviskeittoa, kalapäivinä tarjolla on runsaampi salaattitarjonta.

On hyvä tiedostaa, että kun kyseessä on uusi käytäntö ja menekkiä ei pystytä ennustamaan, kasvisruoka voi loppua kesken. Seuraavalla ruokalistakerroksella otetaan aikaisempi menekki huomioon. Pääruokojen rinnalla tarjottavista kasvisruoista ei tässä vaiheessa valmisteta dieettiversioita, mutta ruoka on aina vähintään

laktoositonta. Keittiö merkitsee ruokalistalle kunkin ruoan dieettitiedot. Henkilöille, jotka ovat saaneet kasvisruoan eettisistä syistä, varataan ruoka erikseen dieettilinjastoon.

Kasvisruokaterveisin

Elina Lempiäinen
Ruokapalvelupäällikkö
Orimattilan kaupunki
Erkontie 9
16300 ORIMATTILA
040 837 8678

Ravitsemusviikko 3.-10.9.2016

Ravitsemusviikko näkyy Orimattilassa

Tiedote 29.8.2016, Orimattilan kaupunki/Ruokapalvelut

Päijät-Hämeen Ravitsemusviikkoa vietetään 3. - 10.9.2016. Ravitsemusviikolla alueen toimijoita haastetaan toteuttamaan pieniä ja hyviä ruokatekoja niin työpaikoilla kuin yksityiselämässä. Pieniä ja hyviä ruokatekoja ovat esimerkiksi hyvien valintojen tekeminen ruokakaupassa, kasvien käytön lisääminen tai vaikka yhdessä syöminen ystävien tai perheen kanssa.

Orimattilassa Ravitsemusviikko näkyy kotimaisuutta ja tuoreutta korostavissa tarjoiluissa kaupungin ruokapalveluiden yksiköissä, kouluissa, päiväkodeissa sekä ikääntyneiden palveluasumisyksiköissä Käkelässä ja Artjärvellä tarjotaan viikon aikana lähiruokaa.

- Tiistain puuropäivän ohrasuurimot ovat Kinnarin tilalta Hollolasta, Artjärvellä käytetään Valkilan tilan ryynejä ja jauhoja. Keittopäivän nakkikeiton nakit sekä puuropäivän leikkeleet saadaan Orimattilasta Maatila-Liha Meroselta, Orimattilan ruokapalvelupäällikkö Elina Lempiäinen kertoo.

Lisäksi viikolla on tarjolla Leipomo Salmisen ja Villähteen Leivän ruisvuokaa sekä moniviljasämpylää. Puolukkiakkiiseli keitetään tuoreista puolukoista ja keittopäivän jälkiruokana on kotimaista omenaa. Niin ikään nakkikeitto keitetään tuoreista aineksista.

Lähiruokatuotteiden hankkimisessa hyödynnettiin Orimattilan elinkeinotyöryhmän teettämää seudun lähiruokatuottajien kartoitusta. Kartoitus tehtiin LAMK:n opiskelijatoteutuksena.

- Tällä kertaa mukaan saatiin nämä tuotteet ja toimittajat. Kaikki olivat hyvin myönteisiä idealle, Lempiäinen sanoo.

Päijät-Hämeen Ravitsemusviikko järjestetään nyt ensimmäistä kertaa, mutta teemaviikko on tarkoitus järjestää jatkossakin.

- Tulomme kysymään keittiöhenkilökunnalta, millainen vastaanotto Ravitsemusviikolla oli yksiköissämme. Tarjoilun lisäksi yksiköt voivat järjestää muutakin teeman sopivaa toimintaa Ravitsemusviikolla.

Orimattilan ruokapalvelut on Lahden hankinnassa mukana, joten ostopaikat ja raaka-aineet on valittu kilpailutuksen mukaan. Orimattilan ruokapalvelujen tavoitteena on nostaa elintarvikkeiden kotimaisuusastetta vähitellen olemassa olevien määrärahojen ja muiden resurssien mukaisesti. Keittiöillä käytetään nykyisin enemmän kotimaisia vihanneksia, marjoja ja pakasteita.

Lisätietoja Ravitsemusviikosta: <http://www.hyvis.fi/pajathame/fi/Sivut/P%C3%A4ij%C3%A4t-H%C3%A4meen-Ravitsemusviikko.aspx>

Jaa oma osallistumisesi! Ota kuva hyvästä, pienestäkin ruokateostasi ja jaa se somessa tunnukseksi #ravitsemusviikko

Orimattilan seudun lähiruokatuottajat kartalla: <https://kartta.lahti.fi/lms/?mid=f0b1c>

Lisätietoja Orimattilan Ravitsemusviikosta:

Elina Lempiäinen

elina.lempiainen@orimattila.fi

040 837 8678

Koulujen ruokalista kevät 2018

Orimattilan koulujen ruokalista 2018						
VIIKOT	RUOKA- VIIKKO	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
5,11	1	AURINKOINEN BROILERIKASTIKE K Chraheimet Rapea punasalaatti Kasvisruoka: Chili Sin Carne M,G,K	KIRJOLOHKIUSAUUS G Vihreä tomaattisalaatti Ruisleikki Kasvisruoka: Salaattivalikoima	PINAATTIHUKKAISET M Perunasose G Hedelmäinen juustosalaatti Puokukat	LIHAKEITTO Ruisleipä, maustekurkku, lehtisalaatti Kasvisruoka: Puutarhurin juustokeitto G,K	TÄYSIJYVÄMAKARON ILAATIKKO/ TÄYSIJYVÄMAKARON NUOKKA K Raasteikoma Kasvisruoka: Italialainen Risotto M,G,K
6,12	2	MAKKARAKEITTO M,G,K Kauraleipä, kurkkuvilpaleet Omenapalat Kasvisruoka: Keltainen kasvissekeitto G,K	KEBABKIUSAUUS G,K Vihreä retiisi-kesäkurpitsasalaatti Kasvisruoka: Stenipasta K	PUNAINEIN POSSUPATA K, G Keitetyt perunat Tomaatti-maisiasalaatti Höyrytetty porkkanat Kasvisruoka: Miltu-Kasvishöystö G, K	LIHAPYÖRYKÄT K, M Keitetyt perunat Paprika-omenasalaatti Kasvisruoka: Kasvispyörykät M,G	KALASTAJANKEITTO G, K Ruispala Mandariini Kasvisruoka: Kasvis-hemekitto L,M,G,K
1,7,13	3	JAUHELIIHAP ERUNA- SOSELAATIKKO G Värikäs paprikasalaatti Punajuurivilpaleet Kasvisruoka: Hirkki-papuriustokiusaus, K	MANNAPUURO mustikkakeitto M,G Ruisleikki, maksamakara Tomaattivilpaleet	KOSKEN LASKIAN KALA G Keitetyt perunat Meloniasalaatti, papu Kasvisruoka: Salaattivalikoima	HERNEKEITTO M,G Perunarieska Porkkanapalat Kasvisruoka: Tuhtisekeitto G,	BROILERIPASTAVUOKA K Kurkku-omenasalaatti Höyrytetty parsakaali Kasvisruoka: Ratatouillevuoka G,K
2,8	4	JAUHELIIHAKASTIKE M Keitetyt perunat tai täysijyvöpasta Vihreä kaali-hedelmäsalaatti Kasvisruoka: Papukroketit M,G,K Yrttinen kermaviilikastike	KINKKUKIUSAUUS G Porkkanaraaste Mysiniappan, lehtisalaatti Kasvisruoka: Yrttinen miltupasta, K	PINAATTIKEITTO Kananmuna Ruispirakka, lehtisalaatti paprikavilpaleet KASVISOSEKEITTO G Ruisleipä, lehtisalaatti paprikavilpaleet	UUNIMAKKARA M, G Perunasose Vihreä kurkkusalaatti Yrttimaustetut uunijuurekset M,G, Kasvisruoka: Soijamakara	TONNIKALAPAISTOS K Höyrytetty porkkanat Kaali-kesäkurpitsa-mandariinisalaatti Kasvisruoka: Salaattivalikoima
3,(9)	5	MAKINKASTIKE M Keitetyt perunat Höyrytetty parsakaali Kaali-appelsiinisalaatti Kasvisruoka: Sienkastike G,K	JAUHELIHALASAGNETTE Rapea kurkku-retiisisalaatti Kasvisruoka: Punajuuriruukka, K	KELTAINEN UUNIKALA G Keitetyt perunat Tuoresalaatti, Salaattivihanneksia ja soijapapuja Kasvisruoka: Salaattivalikoima	JUUSTONIN BROILERIKEITTO G Ruisleipä, kurkkuvilpaleet Mandariini Kasvisruoka: Kasvisborsseikeitto G, K, Smetana	PORKKANAPIHIT G,M Kermaviilikastike Värikäs makaroniasalaatti Keitetyt perunat Ruisneppari
4,10	6	CHILI-COM-CARNE M Täysijyväriisi Puutarhurinsekoitus Rapea paprika-punasipulisalaatti Kasvisruoka: Kasviscurry K	UUNIOHRAPUURO MARJAKEITTO M,G Ruisleipä, leikkele, tuorevihannes	KALAPALA M Kermaviilikastike Keitetyt perunat Punajuuri-omena-purjosalaatti Kurkkukuutiot Kasvisruoka: Salaattivalikoima	JAUHELIHAKKEITTO M,G Kaura-aittaleipä Banaanipalat Kasvisruoka: Sienkasviskeitto G, K	BROILERIPERUNAVUOKA G,K Punokaa-maustekurkkusalaatti Marinoidut härkäpavut Kasvisruoka: TexMex-vuoka G, K

G= Gluteeniton M= Maidoton K= Kananmunaton Kaikki ruoat ovat LAKTOOSITTOMIA. Muutokset ruokalistassa ovat mahdollisia.

Erityisruokavalion järjestäminen koulussa

Järjestelyt on kuvattu kaupukikohtaisessa linjauksessa:

ERITYISRUOKAVALIOT

Retkieväiden tilauslomake



Ruokalatoimikunnan muistiot (luonnos)



<https://peda.net/id/a1990c40de5>

Välipala Jokivarren koulussa

Muutos välipalan maksukäytänteihin 1.1.2016 alkaen

Iltapäivän välitunnilla klo 14.00 - 14.15 myydään jatkossakin välipalaa koulun ruokalassa, Herkkulassa.

Ruokahuolto tiedottaa, että:

- Välipalaa myydään vain välipalalippua vastaan.
- Rahalla välipalan ostaminen siis päättyy.
- Lippuvihkon saa edelleen ostaa keittiöltä 18,00 € (10kpl sarja)
- Pikkueväs on poistunut myynnistä.

Liitteet:



Välipalalista