

Kouluruokailu

Sisällysluettelo

Kouluruokailu

Lukuvuoden suunnitelma

Yhteystiedot

Kouluruokadiplomi

Kasvisruokavaihtoehto Jokivarren koulussa

Ruokavalio-ohjeistus

Ruokalista

Retkieväiden tilauslomake

Ruokalatoimikunnan muistiot (luonnos)

Kouluruokailukysely 9.-18.1.2017 - tulokset (luonnos)

Liitteet:

Kouluruokadiplomi (luonnos)

Välipala Jokivarren koulussa

Välipalan maksukäytännöt

Kouluruokailu

Lukuvuoden suunnitelma

Oppilaille on varattu 20 minuuttia ruokasalissa. Osa suomalaista kouluista on varannut pidemmän ajan (esim. 30 min) mutta näissä kouluissa osa ruokailuun varatusta ajasta kuluu tosiasiasa jonottamiseen. Jokivarren koulussa jonoja ei käytännössä ole, koska ruokailuun mennään hyvin monessa (19) vuorossa ja keskellä 65min oppituntia. Tarkka aikataulutus on nähtävissä tämän sivun oikeassa reunassa olevassa taulukossa.

Esiopetuksen kohdalla jatketaan edellisen vuoden käytäntöä eli aikaisempaa ruokailuvuoroa. Aivan pienimmät ruokailijat aloittavat ruokailun pääsääntöisesti klo 10.20 - 10.30 välisenä aikana. Henkilökunnan näkemyksen mukaan tämä oli viime lukuvuotena toimiva järjestely.

Koulun oppilasmäärä on hieman (noin 10%) pienentynyt huippuvuosista ja tämä näkyy positiivisella tavalla myös ruokailun sujuvuutena erityisesti pienempien lasten kohdalla.

Opettaja, jonka tunnille ruokailu osuu, vie opetusryhmänsä ruokailuun täsmälleen sovittuna ajankohtana. Opettaja ruokailee oppilaiden kanssa ja vie ryhmän ruokailun jälkeen takaisin jatkamaan oppituntia. Yläkoulun osalta syksyllä 2022 sovittiin, että ruokasalissa vietettävä aika on minimissään 15 minuuttia, jonka jälkeen oppilaat voivat siirtyä omaan tahtiin luokkahuoneen eteen. Opettaja tulee viimeisten kanssa viisi minuuttia myöhemmin. Koulunkäynninohjaajat osallistuvat ruokailun ohjaamiseen oman opetusryhmänsä mukana.

Ruokasalissa ei käytetä puhelinta, päähineitä eikä ulkovaatteita. Ulkokengät laitetaan jalkaan ruokalaan mennessä, jotta tarvittaessa ruokalasta voidaan poistua suoraan ulos esimerkiksi palohälytyksen sattuessa.

Uuden, 2023 tehdyn linjauksen mukaan henkilöille, joille ns. perusruoaka ei sovi ruokavalioon, tarjotaan ensisijaisena vaihtoehtona kasvisruoka, esimerkiksi

- kala-allergia & kalakeittopäivä --> kasvissosekeitto
- sianlihaton ruokavalio & sianlihaa sisältävä pääruoka --> kasvisruokavaihtoehto
- gluteeniton ruokavalio & gluteenia sisältävä pääruoka --> gluteeniton kasvisruokavaihtoehto

Elokuusta 2024 alkaen Jokivarren koulun keittiö on palvelukeittiö ja suurin osa ruoasta valmistetaan Käkälän keskuskeittiöllä.

Moniallergisissa ruokavalioissa valmistetaan (yhä) perusruoasta dieettivaihtoehto.

Uusi ruokavalio-ohjeistus on luettavissa kokonaisuudessaan oikealla olevasta tiedostosta.

Yhteystiedot

Heljä Lappalainen

Ravitsemispäällikkö (koulun keittiö)

044 7813 518

etunimi.sukunimi[a]orimattila.fi

Kouluruokadiplomi

Koulullemme myönnettiin syksyllä 2016 ja 2019 [kouluruokadiplomi](#) osoituksena yhdessä ruokapalveluiden, koulun henkilökunnan ja oppilaiden kanssa tehdystä kehitystyöstä.

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 pääruokavaihtoehdon 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 ruokalistakierroksella otetaan aikaisempi menekki huomioon. Pääruoan 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

Ruokavalio-ohjeistus

Ruokavalio-ohjeistus syksyille 2023**16.5.2023 TP**

Jokaisessa kaupungin ateriapalvelun kohteessa tarjotaan syksyllä kahta erilaista pääruokavaihtoehtoa, joista toinen on kasvispohjainen, pl. kasvisruokapäivät.

Kouluissa kasvisruoka sijoitetaan linjastoon ensimmäiseksi vaihtoehdoksi ja on vapaassa otossa. Päiväkodeille varataan kasvisruokaa tilattujen lisäksi lapsille ja aikuisille maistaisiksi.

Eriyisruokavalio-ohjeistusta on päivitetty ja lomakkeet löytyvät Orimattilan verkkosivuilta.

https://www.orimattila.fi/images/erityisruokavalio-ohje_koulu_orimattila2023.pdf

https://www.orimattila.fi/images/erityisruokavalio-ohje_paikoti_orimattila2023.pdf

https://www.orimattila.fi/images/Eriyisruokavalio_lomake_Orimattila2022.pdf

Lisääntyneen valikoiman ansiosta olemme muuttaneet erityisruokavalioiden toteutuksen periaatteita.

Mikäli ns. perusruoka ei sovi ruokavalioon, on asiakkaan ensisijainen vaihtoehto ruokailussa kasvisruoka.

Esim.

Kala keitto päivänä -> kasvissele keitto

Sianlihalla -> kasvisruokavaihtoehto

Perusruoassa gluteenia -> valitaan gluteeniton kasvisvaihtoehto.

Moniallergisissa ruokavalioiden valmistetaan perusruoasta dieettiva vaihtoehto.

Aluekeittiö valmistaa ruoat asiakkaille alla olevan ohjeen mukaan ja kohteen ruokapalvelutyöntekijä vastaa, että ruokavalio toteutetaan ohjeen mukaan.

Tämä vaatii erityistä huolellisuutta keittiöhenkilökunnalta, sekä lasten kanssa toimivilta aikuisilta.

Ruokailutilanteissa on selkeästi kerrottuna päivän ruoan sisältö ja allergenit. Myös ruokalista sisältöineen tulee olla asiakkaan nähtävillä selkeästi. Tässä toteutuksena voi olla talokohtaisia eroja. Päivän ruoan sisällön voi käydä tarkistamassa sähköisestä ruokalista sovelluksesta

koulut: <https://mealdoo.com/fi/week/orimattila/koulut/Koulut>

päiväkodit: <https://mealdoo.com/fi/week/orimattila/paivakodit/paivakoti>

Henkilökuntamme on valmiita neuvoamaan, sekä opastamaan asiakkaitamme epäselvissä tilanteissa.

Ruoka linjastoon ehdotetaan yleisimmistä allergeneista kuvasymboleja (nämä esimerkinä), jotka kertoisi selkeästi pienellekin asiakkaalle mitä ruoka sisältää.

Pinaattihukaiset**Ainesosat**

pinaattihukainen (VEHNÄJAUHO, vesi, pinaatti 16%, KANANMUNA, margariini (rapsiöljy, emulgointiaine E 471), VEHNÄ- ja riisitärkkelys, dekstroosi, sokeri, jodiotettu suola, auringonkukkaöljy, VEHNÄ- ja MAITOPROTEINIVALMISTE, rostatustaineet (E 450, E 500), aromit)

Allergeenit

Gluteenia sisältävät viljat

Vehnä



Maito



Munat

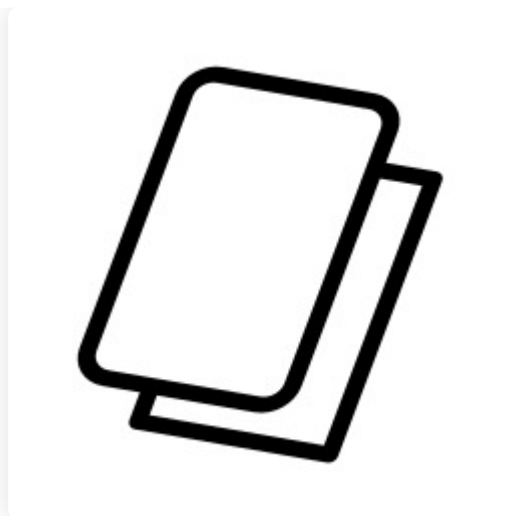


kasvisruoka

Ruokalista

Ajantasainen ruokalista on nähtävillä PoweResta -palvelussa oheisesta [LINKISTÄ](#).

Retkieväiden tilauslomake



Ruokalatoimikunnan muistiot (luonnos)



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

Kouluruokailukysely 9.-18.1.2017 - tulokset (luonnos)

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*
 - *yläkouluilaisilla 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 yhteenveto](#)

Kouluruokadiplomi (luonnos)



Välipala Jokivarren koulussa

Välipalan maksukäytänteet

Iltapäivän välitunnilla klo 14.05 - 14.20 myydään jatkossakin välipalaa koulun ruokalassa, Herkkulassa.

Ruokahuolto tiedottaa, että:

- Välipalaa myydään vain välipalalippua vastaan.
- Lippuvihkon saa edelleen ostaa keittiöltä 20,00 € (10kpl sarja)

Välipala tarjotaan osana iltapäivähoitoa pienille oppilaille, jotka iltapäivähoitoon osallistuvat.