

Kouluruokailu

Sisällysluettelo

Kouluruokailu

Kouluruokadiplomi

Kouluruokailukysely 9.-18.1.2017 - tulokset

Liitteet:

Kasvisruokavaihtoehto Jokivarren koulussa

Ravitsemusviikko 3.-10.9.2016

Koulujen ruokalista syksy 2017

Erityisruokavalion järjestäminen koulussa

Retkieväiden tilauslomake

Välipala Jokivarren koulussa

Muutos välipalan maksukäytänteihin 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. Yhteenvedona 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 hyväksi – tämä on yllättävä tulos*
- *Johtopäätökset ja jatkotoimet*
 - *hiljainen viikko hiljaisella viikolla*
 - *salaattibuffetin tarjontaa tarkastellaan – voidaanko salaattien monipuolista tarjontaa jakaa buffettipöydästä muillekin päiville?*

Kyselyn tulokset yhteenvedona 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 ravitsemussuosituksen 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

Ravitsemusviikko 3.-10.9.2016

Ravitsemusviikko näkyy Orimattilassa

Tiedote 29.8.2016, Orimattilan karpunki/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, kasvisten 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 Viikteen Leivän ruisvuokaa sekä moniviljasämpylää. Puolukakisseli 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 tunnukseilla #ravitsemusviikko

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

Lisätietoja Orimattilan Ravitsemusviikosta:

Elina Lempiäinen
elina.lempiainen@orimattila.fi
040 837 8678

↓ Ravitsemusviikko_Orimattilassa2016.pdf 162,6 kt

Koulujen ruokalista syksy 2017

Orimattilan koulujen ruokalista syksy 2017						
VIIKOT	RUOKA- VIIKKO	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
33,39,45, 51	1	AURINKOINEN BROILERIKASTIKE K Ohrahelmet Kaali-purssisalaatti Kasvisruoka: Chili Sin Carne M,G, K	KIRJOLHI KIUASUS G/ LOHIP ERUNALAATIKKO M,G Vihreä tomaattisalaatti Ruisleikki Kasvisruoka: Salaattipöytä/ Italialainen Risotto M,G, K	PINAATTIHUKASET M Perunasose G Pudukat Hedelmäinen juustosalaatti	UHAKKEITTO Ruisrouhevuoka Kurkkuviljaleet Kasvisruoka: Puutarhurin Juustokeitto G,K	TÄYSIVÄMAKARONILAATIKKO/ TÄYSIVÄMAKARONIVUOKA K Raastkimara Kasvisruoka: Soijaruuhemakaronivuoka K
34,40,46 52	2	MAKKARAKEITTO M,G, K Vuokaleipä, kurkkuviljaleet Banaanipala Kasvisruoka: Kasvisborsseikeitto G, K, Smetana	KEBABKIUASUS G,K Vihreä retiisi-kesäkurpitsasalaatti Kasvisruoka: Ratatouillekiusaus G, K	PUNAINEN POSUPATA K, G Keitetyt perunat Tomaatti-maissisalaatti Kasvisruoka: Mtu- Kasvispaistos M,G, K	LIHAPYÖRYKÄT K, M Keitetyt perunat Paprika-omenasalaatti Kasvisruoka: Kasvispyörykät/ Punajuuripihvit M,G	KALASTAJAN KEITTO G, K Ruispala Tomaatti Kasvisruoka: Keltainen Kasvisseikeitto M,G, K
35,41,47	3	JAUHELIIHAP ERUNASOSELAATIKKO G, K/ JAUHELIIHAP ERUNAVIIPALELAATIKKO M,G Värikäs paprikasalaatti Punajuuriviljaleet Kasvisruoka: Hankipapu- juustokiusaus K	ISOÄIDIN PALAPAISTI M,K Keitetyt perunat Rapea-kurkku-tomaattisalaatti RIISIPUURO G, mehu Ruisleipä, leikkele, tuorepasta Kasvisruoka: Pappi- kookosleivätkä, M, K	KOSKENLASKUAN KALA G Keitetyt perunat Melonisalaatti Kurkkukuutit Kasvisruoka: Salaattipöytä/ Kasvis- wokki G, K	HERNKEITTO M,G Tomaatti, lehtisalaatti Penunarieska Kasvisruoka: Kasvishernekeitto M	BROILERIPASTAVUOKA Tomaatti-sipuli-basilikasalaatti Kasvisruoka: Sienipasta K
36,42,48	4	JAUHELIIHAKASTIKE M Keitetyt perunat/ Täysijyvähaste Rapea kaali-hedelmäsalaatti Kasvisruoka: Papukroketit Yrttinen kermaviljakastike	KINKKUKIUASUS G Vihreä salaatti/ Porkkanaaste Kasvisruoka: Tomaattinen perunavuoka K,G	PINAATTI KEITTO Kananmuna Riisipiirakka, paprikaviljaleet KASVISSOSEKEITTO G Ruisleipä, leikkele,	UUNIMAKKARA M, G Penunasese Vihreä kurkkusalaatti Kasvisruoka: Soijamakkara/ Yrttimaustetut Uunijuurekset M,G, K	TONNICALAISTOS Kaali-retiisi-mandariinisalaatti Kasvisruoka: Yrttinen miltupasta ,K/ Salaattipöytä
37,43,50	5	NAKKIKASTIKE M Keitetyt perunat Höyrytetty persikaali Kaali-appelsiinisalaatti Kasvisruoka: Sienikastike G,K	JAUHELIIHALASAG NETTE Rapea-kurkku-retiisisalaatti Kasvisruoka: Punajuuriruokku ,K	KELTAINEN UUNIKALA G Keitetyt perunat Tuoresalaatti Kasvisruoka: Kasvisgratini / Salaattipöytä	JUUSTOINEN BROILERIKEITTO G Omiena Rouhepala Kasvisruoka: Tuhti seosekeitto G,K	PORKKANAPIHVI G,M Keitetyt perunat Kermaviljakastike Ruisneppari Värikäs makaronisalaatti Tomaattiloikat
38,44	6	CHILI-CON-CARNE M Täysijyväriisi Rapea kurkku-punasipuli-paprikasalaatti Kasvisruoka: Kasviscurry K	UUNIOHRAPU URO MARJAKEITTO M,G Ruisleipä, leikkele	KALAPALA Keitetyt perunat Kermaviljakastike Punajuuri-omena-purjosalaatti Kurkkukuutit Kasvisruoka: Salaattipöytä/ Persikaalipinaattipihvit M,G	JAUHELIIHAKKEITTO M,G Tomaatti Rouhepala Kasvisruoka: Sienikasviskeitto G, K	BROILERIPERUNAVUOKA Meloni-maissisalaatti Kasvisruoka: TexMex -vuoka G, K

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

↓ koulujen_ruokalista_syksy_2017.pdf 403,1 kt

Erityisruokavalion järjestäminen koulussa

Järjestelyt on kuvattu kaupukikohtaisessa linjauksessa:

[ERITYISRUOKAVALIOT](#)

Retkieväiden tilauslomake



↓ retkieväiden_tilauslomake.xlsx 12,2 kt

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](#)