

# Kouluruokailu

## Sisällysluettelo

### Kouluruokailu

Yleisiä ohjeita

Pennalan aluekeittiö

Ruokahuollon tiedote

### Erityisruokavaliot

Toiminnan kuvaus

Erityisruokavaliion omaavan oppilaan poissaolo

### Ruokalista

Ruokalista

## Kouluruokailu

### Yleisiä ohjeita

Oppilaat ottavat itse oman annoksensa. Ruokaa otetaan vain sen verran kuin jaksetaan syödä. Oppilaita kannustetaan ainakin maistamaan kaikkia tarjolla olevia ruokia.

Ravintoaineallergiatapaukset tulevat terveydenhoitajan kautta tietoon keittäjälle. Äkillisissä, uusissa allergiatapauksissa ilmoitus heti myös keittiölle.

Kasvisvaihtoehto on aina tarjolla.

- Ruokailu tapahtuu ruokalassa. Opettajan luvalla voi syödä omia eväitä hänen osoittamassaan paikassa.
- Ruokailussa noudatetaan hyviä käyttäytymis- ja ruokailutapoja.
- Rauhallinen keskustelu ruokailun aikana on sallittua.
- Astiat palautetaan niille varattuun paikkaan siististi.
- Välipalavälitunnilla noudatetaan myös edellä mainittuja sääntöjä.

### Pennalan aluekeittiö

Pennalan aluekeittiö valmistaa päivittäin kouluruoan Orimattilan koulujen ja päiväkotien ruokalistan mukaisesti. Ruokailu tapahtuu koulun ruokalassa opetusryhmittäin porrastetusti klo 10.30 ja 11.45 välillä.

Yhteystiedot: puh. 044 781 3520.

### Ruokahuollon tiedote

**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. Päivälodeille varataan kasvisruokaa tilattujen lisäksi lapsille ja aikuisille maistiaisiksi.

Eritysruokavaliio-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_koulu_orimattila2023.pdf)

[https://www.orimattila.fi/images/erityisruokavalio-ohje\\_paivakoti\\_orimattila2023.pdf](https://www.orimattila.fi/images/erityisruokavalio-ohje_paivakoti_orimattila2023.pdf)

[https://www.orimattila.fi/images/Erityisruokavalio\\_lomake\\_Orimattila2022.pdf](https://www.orimattila.fi/images/Erityisruokavalio_lomake_Orimattila2022.pdf)

Lisääntyneen valikoiman ansiosta olemme muuttaneet erityisruokavalioiden toteutuksen periaatteita.

Mikäli rs. perusruoka ei sovi ruokavaliioon, on asiakkaan ensisijainen vaihtoehto ruokailussa kasvisruoka.

Esim.

Kala keitto päivänä -> kasvissyökeikko

Sianlihalla -> kasvisruokavaihtoehto

Perusruoassa gluteenia -> valitaan gluteeniton kasvisvaihtoehto.

Moniallergisissa ruokavalioiden valmistetaan perusruoasta dieettivaihtoehto.

**Aluekeittiö valmistaa ruoat asiakkaille alla olevan ohjeen mukaan ja kohteen ruokapalveluyöntekijä 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>

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

Henkilökuntamme on valmiita neuvomaan, sekä opastamaan asiakkaitamme epäselvissä tilanteissa.

Ruokalinjastoon ehdotaisiin yleisimmistä allergeneista kuvasympoleja (nämä esimerkinä), jotka kertoisi selkeästi pienellekin asiakkaalle mitä ruoka sisältää.

**Pinaattihukaiset****Ainesosat**

pinaattihukainen (VEHNÄJAUHO, vesi, pinaatti 16%, KANANMUNA, margariini (rapaöljy, emulgointiaine E 471), VEHNÄ- ja riisiitärkkelys, dekstroosi, sokeri, joditoitu suola, auringonkukkaöljy, VEHNÄ- ja MAITOPROTEIINIVALMISTE, nostatusaineet (E 450, E 500), aromit)

**Allergeenit**

Gluteenia sisältävät viljat

Vehnä



Maito



Munat



kasvisruoka

## Erityisruokavaliot

### Toiminnan kuvaus

Mikäli oppilaalla on tarvetta erityisruokavaliolle, otatthan yhteyttä terveydenhoitaja Susa Nikulaan.

**Terveydenhoitaja:**

- ylläpitää listaa terveydellisistä syistä erityisruokavaliota tarvitsevista oppilaista
- arvioi ja varmistaa erityisruokavalioiden jatkamisen tarpeellisuuden kunkin lukuvuoden alussa huoltajalta/oppilaalta ja arvioi lääkärintodistuksen tarpeellisuuden
- kansallisen allergiaohjelman mukaisesti lievään allergiaan riittää itsehoito ja seuranta, mutta erityisruokavaliota koulussa ei tarvita
- toimittaa tiedon erityisruokavaliosta ruokapalvelun tarjoajalle, ruokahuollosta vastaavalle henkilökunnalle sekä luokanopettajalle/luokanvalvojalle mahdollisimman pian lukuvuoden alettua

**Koululääkäri:**

- kartoittaa erityisruokavalion oikeellisuuden laajoissa terveystarkastuksissa ja tarvittaessa

**Luokanopettaja/luokanvalvoja:**

- tiedottaa ruokapalvelun henkilökuntaa oppilaan eettisistä syistä johtuvista erityisruokavaliosta

**Erytisruokavalion omaavan oppilaan poissaolo**

Huoltajat, ilmoittatthan erityisruokavalion omaavan oppilaan poissaolon suoraan valmistuskeittiöön. Ilmoituksessa tulee mainita lapsen nimi ja koulu.

**Yhteystiedot:**

Pennalan valmistuskeittiö, puh. 044-7813520.

## Ruokalista

**Ruokalista**

Viikoittainen ruokalista löytyy koulun Pedanetin etusivulta.