

KUVA: Vastuulliset ruokapalvelut-hanke



TEKSTI: Eeva Koljonen, Ravitsemuspalveluliiketoiminnan lehtori, Merja Ylönen, TKI-asiantuntija, Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu, Xamk

Tavoitteena VASTUULLINEN RUOKALISTA

Meneillään oleva energiakriisi, elintarvikkeiden hintojen kohoaminen ja alan työvoimapula haastaa tasapainoilemaan ekologisen-, taloudellisen-, sosiaalisen- ja kulttuurisen vastuullisuuden eri osa-alueilla. Vastuullinen ruokalistasuunnittelu ja ammattikeittiön prosessien kehittäminen ovat olleet osa Vastuulliset ruokapalvelut (Varuke) kehittämisohjelmassa laadittavaa vastuullisuussuunnitelmaa.

Miten ruokapalvelut ovat pystyneet vastaamaan vastuullisuuden eri osa-alueisiin koko ajan muuttuvassa maailmantilanteessa? Tässä artikkelissa käsitellään vastuullisen ruokalistasuunnitteluun liittyviä kehittämistoimia sekä niiden aikana nousseita haasteita ja kysymyksiä, joita Varukkeessa mukana olleet ruokapalvelutoimijat ovat kohdanneet.

Kehitysohjelmaan liittyvässä tehtävässä, yhtenä tavoitteena on ollut tunnistaa vastuullisuuden kannalta kriittiset kohdat ruokalistasuunnittelun ja tuotantoprosessin osalta. Muutosprosessin myötä hyvät

käytännöt on viety osaksi ruokapalveluiden toimintaa.

Ruokalistasuunnittelu ja tuotekehitys vaatii yhteistyötä

Kuntien kestävän kehityksen strategisten linjausten painotukset vaikuttavat ja näkyvät ruokapalveluissa lähituotteiden, kotimaisuusasteen sekä kasvisruuan lisäämisinä. Vastuullisuustoimien keskiössä ovat ruokalista ja raaka-aineet, mutta myös hävikin hallinta sekä tuotantotapojen ja kuljetusten energiatehokkuus.

"Kaikki syö" on hyvä esimerkki ruokalis-

tasuunnittelun tausta-ajatuksesta. Periaate nostaa suunnittelun lähtökohdaksi ruokamieltyymysten kanssa tasapainoilun sekä ilmastoon ja taloudelliseen kannattavuuteen liittyvät kysymykset. Asiaksnäkökulmaa ja hyväksyttävyyttä varten, varsinkin oppilaitoksissa, on koottu makuraateja. Näiden tarkoituksena on ollut osallistaa oppilaita mm. uusien kasvis- ja kalaruokien kehittämiseen sekä asiakkaille parhaiten maistuvan ruuan ruokalistalle saattamiseen.

Ravitsemuksellisuus, ruokalajien ravitosisältö ja sen parantaminen kuuluvat olennaisesti vastuulliseen ruokatuotantoon. Toimipaikat noudattavat ravitsemus-

suosituksia, joten ravitsemukseen liittyviä kehittämistoimia suunnitelmassa oli melko vähän. Ravitsemuksen huomiointi näkyi suunnittelussa esim. riisin vaihtumisena ravitsemuksellisesti parempiin ohraan ja kauraan. Ravitsemuskasvatuksen yhteistyö ja merkitys nostettiin esille ja kehittämiskohdeeksi varhaiskasvatuksessa sekä kouluissa.

Varukkeessa mukana olevissa ruokapalveluissa ruokalistojen kehittämisessä tehdään yhteistyötä esimerkiksi ruokalistatyöryhmien kanssa. Ruokalistatyöryhmät koostuvat eri asiantuntijoista ja asiakkaista ravitsemus-, terveydenhuolto-, hankinta-, oppilas- ja opettajasektorilta. Ruokalistoja tarkastellaan säännöllisesti ruokalistakieron mukaan, huomioiden sesongit, juhlapyhät sekä asiakaspalautteet. Asiakkaita osallistetaan makuraatien, ruokalistatyöryhmien ja asiakaspalautteiden lisäksi erilaisten tapahtumien avulla.

Kaikki vastuullisuuteen liittyvät toimet ansaitsevat tulla näkyväksi. Ilmastoystävälliseksi muutetusta ruokalistasta viestiminen on tärkeää, jotta

tavoitetaan asiakkaat sekä muut kohde-ryhmät. Sisäinen viestintä voi näkyä esim. ruokalistalle merkittyinä värikoodina liha-, kala- kasvisruuille tai sydänmerkkinä sydänmerkkiaterioille.

”Kaikki vastuullisuuteen liittyvät toimet ansaitsevat tulla näkyväksi.”

Vastuulliset raaka- ainevalinnat, monen asian summa

Sesongit sekä satokaudet pyritään tuomaan ruokalistoilta ruokalistasuunnittelussa ja hankinnoissa. Usein suunnitellaan eri ruokalistat asiakasryhmien sekä vuoden-aikojen mukaan, juhlapyhät huomioiden. Tämä vaatii monipuolista reseptiikkaa ja jatkuvaa kehittämistä.

Varukkeen ruokalistasuunnitteluun liittyvän kehitystehtävän keskiössä on ollut

punaisen lihan vähentäminen, kasvisruokien, lähi- ja luomutuotteiden lisääminen sekä kotimaisuusasteen nostaminen. Kehittämistoimissa esille on nostettu mm. yksittäisiä ruoka-aineita ja pohdittu niiden käyttöä. On valittu hedelmät sesongin mukaan, kasvihuonevihannesten ympäri-vuotista käyttöä on puntaroitu sekä varhaiskasvatuksessa välipalojen sesongin mukaista valintaa. Hybridiruokia on kehitetty eli osa punainen liha on korvattu kasviksilla, kasviproteiineilla tai broilerin jauhelihalla tai kinkkuleike on vaihdettu broilerileikkeeksi.

Salaattipöydän yksipuolinen raastetarjonta juuresten ja kaalien osalta talvikaudella, on menekin lisäämiseksi vaatinut reseptiikan kehittämistä ja asiakkaiden hyväksymistä. Jotta ruokapalvelut ovat saaneet juuri heille sopivan tuotteen, on tuotekehitystyötä tehty myös paikallisten elintarvikeyritysten kanssa. Tämä on vaatinut usein pitkäjänteistä työtä, niin prosessien kuin asiakaskohderyhmälle sopivan tuotteen kehittämisessä.



Elintarvikeoteollisuudessa kehitetään jatkuvasti julkisiin ruokapalveluihin sopivia, maukkaita kasvis- ja kalavalmisteita.

KUVA: Juha Tuomi



”

Hedelmät valitaan sesongin mukaan, kasvihuonevihannesten ympärivuotista käyttöä on puntaroitu samoin kuin varhaiskasvatuksessa välipalojen sesonginmukaisuutta.”

Vastuullisen kalan lisäämisen merkitys tiedostetaan. Kouluruokailussa kalaa on suositusten mukaisesti kerran viikossa. Vastuullisempaa kalaa hankitaan yhä useammin ja esimerkiksi tonnikala on vaihdettu kotimaiseen kalamuruun. Kalareseptiikan kehittäminen mainitaan kehityskohteena ja tavoitteena onkin lisätä lähi- ja villikalaa ruokalistoilta. Kotimaisen kalan saatavuus koetaan kuitenkin ongelmaksi. Hinta ja riittävä saatavuus sopivana jalostusasteena isoihin yksiköihin teettää työtä hankinnassa, sillä samaa raaka-ainetta tai valmista tuotetta ei riitä kerralla kaikille. Tätä haastetta on yritetty ratkoa jaksottamalla kalaruokien tarjoamista eri toimipaikoissa eri aikaan.

Luumua on useissa kohteissa lisätty ja valikoimaa pyritään laajentamaan vaikkapa tuote kerrallaan. Rasvaton maito luomuna on volyymituote kouluruokailussa. Usein luomuksi on vaihdettu myös kasvipohjaisia tuotteita, teetä, hunajaa, banaaneja, hiutaleita, pastaa sekä satokauden tuotteita kuten tomaattia.

Kotimaisuusasteen lisäämisen tavoitteissa määrittelyä on tehty tuoteryhmäkohtaisesti. Esimerkiksi kaikki liha ostetaan

kotimaisena tai asetetaan kilo- tai prosentti määräinen tavoite kokonaisostoihin. Kotimaisuusasteen lisääminen voidaan ottaa tavoitteeksi myös hankintasopimuksiin.

Kotimaisuusasteen nostaminen voi tarkoittaa joskus luopumista tutusta menekkituotteesta. Muutokset eivät aina ole ongelmattomia ja kompromissejakin on jouduttu tekemään, kuten riisin vaihtaminen kokonaan tai osittain kotimaiseen viljatuotteeseen. Toisaalta taas gluteenitoman tuotteen riisin käyttö helpottaa erityisruokavalioiden toteuttamista. Kotimaisuuden tarkastelu vaatii korvaavien tuotteiden etsimistä, reseptiikan testaamista ja kehittämistä.

”

Muutokset eivät aina ole ongelmattomia ja kompromissejakin on jouduttu tekemään, kuten riisin vaihtaminen kokonaan tai osittain kotimaiseen viljatuotteeseen.”

Ruokapalvelut haluaisivat tarjota kalaa enemmän, mutta etenkin kotimaisen kalan saatavuus ja sen riittävä jalostusaste koetaan ongelmalliseksi.

KUVA: Rodeo

Kotimaisuusastetta tarkasteltaessa haasteeksi nousi kotimaisuusasteen laskeminen sekä ilmoitettujen kotimaisuusasteiden ”luotettavuus”. Vaikka tuotteiden kotimaisuusastetta on laskettu, voi laskentakriteerit vaihdella, joten ne vaatisivat yhtenäistämistä ja tarkentamista.

Kasvisruokaa lisätään -- haasteena kotimaisuus ja hinta

Kaikki toimijat ottivat tavoitteeksi kasvisruuan tarjoilukertojen ja määrän lisäämisen ruokalistoilta. Kouluruokailussa kasvisruoka on vaihtoehtona päivittäin ja kasvisruokapäivä kerran viikossa. Kasvisruoka on vapaasti otettavissa ja sen menekkiä pyritään lisäämään tarjoamalla se linjastossa ensimmäisenä vaihtoehtona. Kasvisruokaa on lisätty myös henkilöstöruokailuun ja etenkin vegaanivaihtoehtoja on kehitetty lisää.

Kasvisruuan lisääminen nostattaa keskustelua kasvisruuan alkuperästä ja erityisesti kasviproteiinien hiilijalanjäljestä, sillä kasviproteiinien kotimaisuusaste voi olla alhaisempi kuin lihan. Varsin usein raaka-aineet ovat myös peräisin muualta kuin

Suomesta. Hinnan osalta ei ole eroa sillä onko kasviproteiinituote jalostettu vai ei. Lihaan verrattuna kasviproteiinituotteet ovat usein kalliimpia, mikä osaltaan rajoittaa kouluruokailussa niiden käyttöä. Kouluruokailussa kasvisruokien nopea lisääminen ruokalistoilta vaatii tuotekehitystä ja totuttelua. Uusi kasvisruoka voi näkyä pikkinä hävikkimittauksissa.

CO₂-laskennan merkitys ruokalistasuunnittelussa

Hiilijalanjäljenlaskennasta on enemmän kysymyksiä kuin valmiita vastauksia: miten se tulisi laskea sekä millaisia tunnuslukuja ja vertailutietoa on olemassa ja miten niitä voisi hyödyntää? Mitä CO₂-arvo meille kertoo; mikä on paljon ja mikä vähän? Koetaan, että asiakkaat kun myös päättäjät ja yritysten johto, arvostavat CO₂-tietoja, mutta pystytäänkö luotettavia tietoja tuottamaan.

Haasteeksi muodostuu yhtenäinen laskentatapa ja useat toimijat vielä odottelevat luotettavia laskentaohjeita, vaikkakin joistakin tuotannonohjausjärjestelmistä suuntaa antavaa tietoa jo saa. Useimmilla toimijoilla ei ole käytössä hiilijalanjälkilaskuria, eikä näin ollen lihan vähentämisen tai ruokalistojen muutosten ilmastovaikutuksia ole laskettu. Selvää kuitenkin on, että isoissa toimipaikoissa yhdenkin tuotteen vaihtaminen ilmastoystävällisempään on vaikuttavuudeltaan suurta.

Mikä on Varuke-ohjelma?

Vastuulliset ruokapalvelut -kehitysohjelma tukee julkisia ruokapalveluja tuottavia toimijoita toteuttamaan strategista ja konkreettista vastuullisuustyötä. Ohjelmassa mukana oleville kymmenelle ruokapalvelulle laaditaan vastuullisuussuunnitelmat ja askeleet kohti niiden toteuttamista. Toiminnan keskiössä on aito kehittäminen, joka huomioi eri vaiheissa olevat ruokapalvelut. Jatkossa ohjelmasta saadut kokemukset hyödynnetään ja luodaan toimintamalli vastuullisuustoimien arvioimiseen, toiminnallistamiseen ja mittarointiin ruokapalveluiden tiedolla johtamisen työkaluksi.

Lue lisää:

<https://sakky.fi/fi/ekocentria/ekocentria/vastuulliset-ruokapalvelut>



Joko sinä suurustat Maizena Tapiokalla?

Maizena Marja- ja Hedelmätärkkelys

Tapiokalla saat aina kiiltävän ja läpikuultavan lopputuloksen. Siksi se sopii erinomaisesti kirkkaiden keittojen, tummien kastikkeiden ja kiisseleiden suurustamiseen.

Tutustu, jos et jo tunne!

Kätevä
2 kg:n
kartonki-
pakkaus!



unileverfoodsolutions.fi



Unilever Food Solutions Suomi



@UnileverFoodSolutions_Suomi



Unilever
Food
Solutions

Support. Inspire. Progress.