


# JOUKKORUOKAILUN KEHITTÄMINEN


---

## **Joukkoruokailun seuranta- ja kehittämistyöryhmän toimenpidesuositus**



*Kaikille  
mahdollisuus  
terveelliseen ja  
turvalliseen  
elämään.*

## KUVAILEHTI

<b>Julkaisija</b> Sosiaali- ja terveysministeriö	<b>Julkaisun päivämäärä</b> 30.10.2009
<b>Tekijät</b> Joukkoruokailun seuranta- ja kehittämistyöryhmä Puheenjohtaja: Neuvotteleva virkamies Sirpa Sarlio-Lähteenmäki Sihteeri: Tutkija Susanna Raulio	<b>Toimeksiantaja</b> Sosiaali- ja terveysministeriö <b>HARE-numero ja toimielimen asettamispäivä</b> STM062:00/2008; 13.6.2008
<b>Julkaisun nimi</b> Joukkoruokailun kehittäminen. Joukkoruokailun seuranta- ja kehittämistyöryhmän toimenpidesuositus	
<b>Tiivistelmä</b> <p>Sosiaali- ja terveysministeriö asetti toimikaudeksi 1.8.2008–30.10.2009 työryhmän, jonka tavoitteena oli seurata ja kehittää joukkoruokailua osana terveyden edistämisen politiikkaohjelmaa. Työryhmän keskeisenä tavoitteena oli edistää ruokapalvelujen saatavuutta, houkuttelevuutta ja ruoan ravitsemuksellisen laadun (jatkossa ravitsemuslaatu) paranemista sekä tehdä esitys tarvittavista toimenpiteistä.</p> <p>Työryhmä ehdottaa seuraavia toimenpiteitä:</p> <p>Ravitsemuslaatu on huomioitava ehdottomana valintakriteerinä julkisten ruokapalvelujen ja elintarvikkeiden hankinnassa. Työryhmä on tehnyt ehdotuksen ravitsemuslaadun kriteeristöksi. Ravitsemuslaadun kriteereissä on huomioitu erityisesti rasvan, suolan ja kuidun määrä sekä rasvan laatu. Ruokapalvelujen hankintakriteerit sisältävät myös ateriakokonaisuuden osien tarjonnan, ateriakierron, kuluttajien opastamisen sekä kriteerien toteutumisen varmistamisen.</p> <p>Ruokapalvelujen käytön lisääminen vaatii työnantajien, työntekijöiden, ruokapalvelujen ja julkisen sektorin yhteistyötä. Julkisten ruokapalvelujen resurssit on turvattava. Ravitsemuslaadun kriteerit täytäviä ateriaita tulisi tukea hintapolitiikalla ja verotuksellisin keinoin. Julkisia ruokapalveluja tulisi avata työelämän ulkopuolella oleville. Työelämän olosuhteita kuten sosiaalituloja, työvuorojärjestelyjä ja muuta tukea on syytä kehittää niin, että ruokailutauon pitäminen on mahdollista.</p> <p>Ruokapalvelujen käyttöä eri väestöryhmissä ja tarjotun ruoan ravitsemuksellista laatua on seurattava. Seurantajärjestelmä voidaan ruoan käytön osalta rakentaa muihin terveysseurantajärjestelmiin sisältyvien kysymysten varaan. Ruoan laadun seuranta on syytä toteuttaa julkisten hankintojen rekisteritietojen avulla sekä ruokapalveluissa toteutettavilla erillistutkimuksilla.</p> <p>Joukkoruokailu on keskeinen osa suomalaista ruokakulttuuria ja sen merkitys terveyden, työvireyden ja yleisen hyvinvoinnin ylläpitäjänä on tärkeä. Pienillä parannuksilla voidaan saada merkittäviä vaikutuksia. Terveystta edistävien ruokapalvelujen kehittäminen vaatii kuitenkin päättäjien ja johdon sitoutumista, riittäviä resursseja ja tiedotusta. Joukkoruokailun kehittäminen ja seuranta kuuluu alan kaikille keskeisille toimijoille eli eri hallinnonaloille, yksityissektorille, työmarkkinaosapuolille ja järjestöille.</p>	
<b>Asiasanat</b> Hankintakriteerit, joukkoruokailu, ravitsemus, ruokapalvelut, seuranta	
<b>Bibliografiset tiedot</b> Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2009: ISBN 978-952-00- (PDF) ISSN 1797-9897 (verkkojulkaisu) URN:ISBN:978-952-00- <a href="http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-">http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-</a>	<b>Muut tiedot</b> <a href="http://www.stm.fi/julkaisut/verkkojulkaisu">www.stm.fi/julkaisut/verkkojulkaisu</a> <b>Kokonaissivumäärä</b> 69 <b>Kieli</b> Suomi <b>Hinta</b> - € <b>Luottamuksellisuus</b> Julkinen
<b>Tätä julkaisua myy ja välittää</b> -	<b>Kustantaja</b> 



## **Sosiaali- ja terveysministeriölle**

Sosiaali- ja terveysministeriö asetti 13.6.2008 työryhmän, jonka tavoitteena oli edistää ruoan ravitsemuslaadun paranemista joukkoruokailussa sekä laadukkaiden ruokapalvelujen saatavuutta, käyttöä ja houkuttelevuutta sekä joukkoruokailun seurantaa. Työryhmän toimikausi oli 1.8.2008–30.10.2009.

Työryhmän tehtävänä oli laatia toimenpidesuositus, jossa on mukana

- 1) Suositus ravitsemuslaadun indikaattoreista ja niiden käytöstä ruokapalveluyritysten hankinnoissa, ruoanvalmistuksessa ja lopputuotteissa,
- 2) Esitys laadukkaiden ruokapalvelujen saatavuuden, houkuttelevuuden ja käytön lisäämiseksi ja
- 3) Esitys tarvittavasta valtakunnallisesta seurantajärjestelmästä.

Työryhmän puheenjohtajana toimi neuvotteleva virkamies Sirpa Sarlio-Lähteenkorva sosiaali- ja terveysministeriöstä. Työryhmän jäseniä olivat pääsihteeri Marja Innanen maa- ja metsätalousministeriöstä, erikoistutkija Ritva Prättälä Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksesta (30.12.2008 asti Kansanterveyslaitos), vanhempi tutkija Jaana Laitinen Työterveyslaitoksesta, opetusneuvos Marjaana Manninen Opetushallituksesta, ylitarkastaja Annika Nurttila Elintarviketurvallisuusvirasto Evira:sta, ravitsemusasiantuntija Pirjo Koivisto Suomen Sydänliitosta, erityisasiantuntija Soile Paahtama Suomen Kuntaliitosta, ruokahuolto- ja siivouspäällikkö Kaarina Hassel Kuntaruokailun asiantuntijat ry:stä, lakimies Merja Söderström Matkailu- ja Ravintolapalvelut MaRa ry:stä 1.8.2009 asti, josta eteenpäin sijaisena lakimies Helena Pollari Matkailu- ja Ravintolapalvelut MaRa ry:stä, asiantuntijalääkäri Kari Haring Suomen Ammattiliittojen Keskusjärjestö SAK ry:stä. Työryhmän sihteerinä toimi tutkija Susanna Raulio Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksesta.

Työryhmällä oli oikeus kuulla työnsä tueksi asiantuntijoita. Työryhmä on kuullut seuraavia asiantuntijoita: Erityisasiantuntija Carl-Johan Nordberg, Kuntaliiton julkisten hankintojen neuvontayksikkö, materiaalitoimenjohtaja Vesa Haapamäki, Keski-Suomen sairaanhoitopiiri; lakimies Jorma Pitkänen, Elintarviketurvallisuusvirasto Evira; opetusneuvos Merja Lahdenkauppi, Opetushallitus, ETM Aki Paasonen, Tuulia International Oy; tiedotuspäällikkö Heikki Korhonen, Rakennusliitto; työsuojelusihteeri Pertti Sulasalmi, Auto- ja Kuljetusalan Työntekijäliitto ry; ylilääkäri Kari Kaukinen, Elinkeinoelämän keskusliitto; lainopillinen asiamies Outi Tähtinen, Suomen Yrittäjät; elintarvikeaineiden lehtori Kirsti Parkkinen, Haaga-Helia ammattikorkeakoulu; tuotepäällikkö Mari Olli, Suomen Sydänliitto; projektipäällikkö Leini Sinervo, Terveiden ja hyvinvoinnin laitos; johtava konsultti Sirpa Sivonen, FCG Efeko Oy, konsultti Sara Syyrakki, FCG Efeko Oy; Tatu Viitala, Antell-Catering Oy; ravitsemusasiantuntija Leila Fogelholm, Fazer Amica Oy; laatu- ja ympäristöpäällikkö Tiina Piilo, Sodexo Oy. Lisäksi työryhmän kokouksiin on osallistunut pääsihteeri Raija Kara Valtion ravitsemusneuvottelukunnasta. Korkeakouluharjoittelija Hanna Hostila työsti toimenpidesuosituksista heinä-syyskuussa 2009.

Työryhmä kokoontui yhteensä 11 kertaa. Lisäksi työryhmän työskentelyä tuki Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen koordinoima asiantuntijatyöryhmä, johon kuuluivat, dos. Ritva Prättälä (THL), erikoistutkija Merja Paturi (THL), ravitsemusasiantuntija Pirjo Koivisto (Sydänliitto), kehittämispäällikkö Marjaana Lahti-Koski (Sydänliitto), yliopettaja Enni Mertanen (Jyväskylän ammattikorkeakoulu), neuvotteleva virkamies Sirpa Sarlio-Lähteenkorva (STM), vanhempi tutkija Jaana Laitinen (TTL), pääsihteeri Raija Kara (Valtion ravitsemusneuvottelukunta), ETT Merja Suominen, ETM Susanna Raulio ja TtM Helena Aldén-Nieminen (Susanna Raulion sijaisena 1.8.–31.12.2008).

Lisäksi järjestettiin kuulemistilaisuus ravitsemuksellisista kriteereistä 21.9.2009 sosiaali- ja terveysministeriössä. Tilaisuuteen osallistui noin 50 ruokapalvelujen ja ravitsemuksen asiantuntijaa sekä edustajaa teollisuudesta, terveydenhuollosta, elintarvikevalvonnasta, järjestöistä sekä ruokahuollon yksityiseltä ja julkiselta sektorilta. Eri alojen edustajat käyttivät yhteensä 25 kommenttipuheenvuoroa. Kuulemistilaisuudessa kuultiin seuraavia asiantuntijoita: johtaja Seppo Heiskanen, Elintarviketeollisuusliitto, elintarvikeasiantuntija Annikka Marniemi, Suomen Kuluttajaliitto, ravitsemusasiantuntija Leila Fogelholm, Fazer-Amica, palvelupäällikkö Regina Ekroos, Espoo Catering, yliopettaja Enni Mertanen, Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Saatuaan tehtävänsä suoritetuksi, työryhmä luovuttaa kunnioittavasti muistionsa sosiaali- ja terveysministeriölle.

Helsingissä 30 päivänä lokakuuta 2009

Sirpa Sarlio-Lähteenkorva

Kari Haring

Kaarina Hassel

Marja Innanen

Pirjo Koivisto

Jaana Laitinen

Marjaana Manninen

Annika Nurttila

Soile Paahtama

Helena Pollari

Ritva Prättälä

Susanna Raulio





## Sisällys

<b>1</b>	<b>Toimenpidesuosituksen tarkoitus.....</b>	<b>13</b>
<b>2</b>	<b>Joukkoruokailu Suomessa.....</b>	<b>14</b>
2.1	Joukkoruokailun merkityksestä.....	14
2.2	Ruokapalvelujen historiaa.....	15
2.3	Joukkoruokailun ravitsemuslaatua koskevia suosituksia.....	16
<b>3</b>	<b>Ruokapalvelujen saatavuus ja käyttö eri väestöryhmissä.....</b>	<b>19</b>
3.1	Ruokapalvelujen käyttöön vaikuttavat tekijät, arvostukset ja toimintaympäristön muutokset.....	20
3.2	Väestöryhmien eroja ruokapalvelujen käytössä.....	21
3.3	Joukkoruokailun verotus ja ateriatuet.....	23
3.3.1	Työaikainen ruokailu.....	23
3.3.2	Oppilaitosruokailu.....	24
3.4	Joukkoruokailun sosioekonomiset erityishaasteet ja niihin liittyviä projekteja.....	24
3.5	<i>Toimenpidesuositus laadukkaiden ruokapalvelujen saatavuuden, houkuttelevuuden ja käytön lisäämiseksi.....</i>	<i>27</i>
<b>4</b>	<b>Ruoan ravitsemuslaatu.....</b>	<b>28</b>
4.1	Yleistä ravitsemuslaadusta ja sen indikaattoreista.....	28
4.2	Sydänmerkki-ateria.....	29
4.3	Asiakkaiden ohjaaminen terveellisiin valintoihin.....	32
4.4	Ravitsemuslaatu elintarvikkeiden hankinnassa.....	35
4.5	Hankintalainsäädäntö ravitsemuslaadun näkökulmasta.....	35
4.5.1	Yleistä hankintalainsäädännöstä.....	35
4.5.2	Julkinen hankinta ja ravitsemuslaatu hankintakriteerinä.....	36
4.5.3	Tarjousten arvioinnista ja vertailusta.....	37
4.6	Kriteerien valvonta, omavalvonta ja varmistaminen.....	38
4.7	Elintarvikkeiden ja ruokapalvelujen ravitsemuksellisten hankintakriteerien asettamisen haasteista ja perusteista.....	39
4.8	<i>Toimenpidesuositus ravitsemuslaadun indikaattoreiden käytöstä.....</i>	<i>41</i>
4.8.1	<i>Ruokapalveluiden hankinta ja kilpailuttaminen.....</i>	<i>41</i>
4.8.2	<i>Elintarvikkeiden hankinta ja kilpailuttaminen.....</i>	<i>42</i>
<b>5</b>	<b>Joukkoruokailun seurantajärjestelmät.....</b>	<b>43</b>
5.1	Seurannan tavoitteista: mitä seurataan ja miksi?.....	43
5.2	Joukkoruokailun nykyinen seuranta tutkimuslaitoksissa.....	43
5.3	Ruoan laadun seurantakokeiluja ja seurannan kehittämistarpeita.....	45
5.3.1	Julkiset hankintailmoitukset, tarjouspyynnöt ja hankintasopimukset.....	45
5.3.2	Ammattikeittiön hankintatiedot.....	46
5.3.3	Ammattikeittiöiden esimiehiltä kerättävät kysely- ja haastattelutiedot.....	46
5.4	<i>Esitys tarvittavasta valtakunnallisesta seurantajärjestelmästä.....</i>	<i>47</i>
<b>6</b>	<b>Joukkoruokailun kehittämisen ja seurannan haasteista.....</b>	<b>48</b>
6.1	Elintarviketeollisuus ja ruokapalveluyritykset.....	49
6.2	Koulutusjärjestelmä ja ammattitaitoinen henkilöstö.....	49
6.3	Tutkimus ja joukkoruokailun seuranta.....	50
6.4	Kunnan päättäjät ja paikalliset toimijat.....	51

6.5	Poliittinen johto ja päättäjät.....	51
6.6	Työmarkkinaosapuolet, työterveyshuolto ja työsuojelu.....	52
6.7	Kuluttajat ja ruokapalvelujen käyttäjät.....	53
<b>7.</b>	<b>Kirjallisuus .....</b>	<b>54</b>

## **LIITTEET**

Liite 1.	Joukkoruokailua seuraavia valtakunnallisia tietolähteitä.....	58
Liite 2.	Ravitsemukselliset laatuksiteerit ruokapalvelujen hankintaan ja kilpailuttamiseen .....	59
Liite 3.	Ravitsemukselliset laatuksiteerit elintarvikkeiden hankintaan ja kilpailuttamiseen .....	62
Liite 4.	Joukkoruokailun seurannan kysymyksiä eri tutkimusjärjestelmissä .....	65

## KESKEISET KÄSITTEET

### Joukkoruokailu

Kodin ulkopuolella tapahtuvaa järjestettyä ruokailua, jota toteuttavat julkinen sektori ja yksityiset ruokapalveluyritykset. Esimerkiksi kouluruokailu ja työpaikkaruokailu ovat tyypillisiä joukkoruokailun ilmenemismuotoja. Ruokapalvelu on joukkoruokailun synonyymi, jolla korostetaan asiakaspalvelun osuutta ruokailutapahtumassa.

### Julkiset hankinnat ja hankintayksikkö

Tavaroiden ja palvelujen sekä rakennusurakoiden ostamista julkisilla varoilla. Hankinnalla tarkoitetaan sellaisen kirjallisen sopimuksen tekemistä, jossa ostajana on hankintayksikkö ja myyjänä yritys tai muu toimittaja ja jossa sovitaan tavaroiden hankkimisesta, palvelun suorittamisesta tai urakan teettämistä taloudellista vastiketta vastaan. Hankintayksiköllä tarkoitetaan julkista ostajaa, joka useimmiten valtion tai kunnan viranomainen tai liikelaitos<sup>1</sup>.

### Laki julkisista hankinnoista

Lailla julkisista hankinnoista (hankintalaki; 348/207) ja sen nojalla annetulla asetuksella (Hankinta-asetus; 614/2007) säädetään kilpailuttamisesta. Tällä tarkoitetaan menettelyä jossa hankintayksikkö ilmoittaa hankintalain edellyttämällä tavalla julkisesti tulevasta tavarasta, palvelusta tai urakan hankinnasta. Laissa on tarkkoja määräyksiä siitä, miten hankintayksikön on hankintoja kilpailuttaessaan menettävä. Hankintalaki perustuu Euroopan parlamentin ja neuvoston hankintadirektiiviin (2008/18/EY) sekä neuvoston valvontadirektiiviin (89/665/ETY)<sup>2</sup>.

**Ravitsemuslaatu eli ravitsemuksellinen laatu** kuvaa ruokavalion, ruoan tai yksittäisen elintarvikkeen ravintoainesisältöä/koostumusta suhteessa ravitsemussuosituksen tavoitteisiin. Ravitsemuslaatu riippuu pääosin ravitsemuksesta ja ruokavaliota huonontavien (kova rasva, suola, sokeri) tai parantavien (pehmeä rasva, kuitu) ravintoaineiden määrästä. Yksittäiset ruoat tai elintarvikkeet voivat joko parantaa tai huonontaa ruokavalion ravitsemuslaatua.

### Malliateria

Malliaterialla tarkoitetaan päivittäisestä aterialla nähtävillä asetettua ateriakokonaisuutta. Malliaterian tarkoituksena on osoittaa suositeltavan ateriakokonaisuuden osat ja niiden suositeltavat annoskoot. Malliateria rakennetaan yleensä lautasmallin mukaiseksi. Lautasmalli on valtion ravitsemusneuvottelukunnan (VRN) ohje hyvän aterian koostamiseen, jonka mukaan puolet lautasesta täytetään kasviksilla (salaatti, öljykastike ja/tai kypsät kasvikset), neljännes liha-, kala- tai munaruoka (ns. pääruoka) ja neljännes pääruoan lämpimällä lisäkkeellä (peruna, riisi, pasta). Lisäksi lautasmalliin kuuluvat lasillinen ruokajuomaa (rasvatonta maitoa tai piimää), leipä ja pehmeä kasvirasvavälite sekä mahdollinen jälkiruoka.

---

1,2, Elise Pekkala, Hankintojen kilpailuttaminen, Tietosanoma, Jyväskylä 2008, s. 23



## 1 Toimenpidesuosituksen tarkoitus

Pääministeri Matti Vanhasen II hallituksen terveyden edistämisen politiikkaohjelman tavoitteena on väestön terveydentilan parantaminen ja terveyserojen kaventuminen. Ruokatottumukset ovat keskeisiä terveydentilaan ja hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä. Erityisesti joukkoruokailun merkitys on Suomessa suuri. Hallituksen strategia-asiakirjassa (Valtion neuvoston kanslia 18/2007) on siksi sovittu, että sosiaali- ja terveysministeriö asettaa joukkoruokailun seuranta- ja kehittämistyöryhmän osana hallituksen terveyden edistämisen politiikkaohjelmaa. Työryhmän keskeisenä tavoitteena on edistää ruoan ravitsemuslaadun paranemista joukkoruokailussa sekä laadukkaiden ruokapalveluiden saatavuutta, käyttöä ja houkuttelevuutta sekä joukkoruokailun seurantaa.

Työryhmän työ liittyy kiinteästi myös muihin toiminta- ja politiikkaohjelmiin. Valtioneuvoston periaatepäätöksellä terveyttä edistävän liikunnan ja ravinnon kehittämislinjoista (STM esitteitä 2008:10) edistetään ravitsemussuosituksen mukaista ruokavaliota koko väestössä, erityisesti huonoimmassa sosioekonomisessa asemassa olevilla. Ruokapalvelujen ja joukkoruokailun saatavuuden, laadun ja seurannan merkitystä korostetaan sekä periaatepäätöksen kehittämislinjauksissa että eri sektoreille esitetyissä tavoitteissa ja toimeenpanosuunnitelmasa. Lisäksi joukkoruokailun saatavuuden paraneminen erityisesti pientyöpaikoilla ja liikkuvaa työtä tekevillä on kirjattu terveyserojen kaventamisen toimintaohjelmaan (STM julkaisuja 2008:16). Myös hallituksen suomalaisen ruokakulttuurin edistämishjelmassa ruokapalveluilla on tärkeä merkitys ja toimenpiteitä on kohdistettu erityisesti kouluruokailun laadun ja arvostuksen kehittämiseksi.

Suomessa on kattavat ravitsemussuositukset, mutta niiden hyödyntäminen joukkoruokailussa ja terveystoiminnassa päätöksenteossa on haasteellista ja kattavat seurantajärjestelmät puuttavat. Valtion ravitsemusneuvottelukunta on vuonna 2005 uusinnut suomalaisten ravitsemussuositukset, joita tulisi noudattaa myös joukkoruokailussa. Lisäksi kouluruokailusta on uudistettu suositukset huhtikuussa 2008 ja suositukset ikääntyneiden ravitsemuksesta sekä sairaalaruokailusta ovat syksyllä 2009 lausuntokierroksella. Joukkoruokailun ravitsemuslaadun indikaattoreita on kehitetty Sydänliiton asiantuntijaryhmissä ja ruoan laatua on kartoitettu Kansanterveyslaitoksen ja Sydänliiton selvityksissä (Vanhala ym 2004) Niiden mukaan ruokapalvelujen tarjoaman ruoan ravitsemuksellisessa laadussa on parantamisen varaa. Suomessa ei ole systemaattista joukkoruokailun seuranta- ja kehittämisjärjestelmää. Ravitsemussuosituksen toteutumista ei kuitenkaan voi arvioida ilman seurantaa. Tieto joukkoruokailussa tarjottavan ruoan laadusta ja määrästä sekä palvelujen käyttäjistä ja käytön esteistä on välttämätöntä joukkoruokailun kehittämiseksi ja terveystoiminnan tueksi.

Työryhmän tehtävänä on ollut laatia toimenpidesuositus, jossa on mukana 1) suositus ravitsemuslaadun indikaattoreista ja niiden käytöstä ruokapalveluyritysten hankinnoissa, ruoanvalmistuksessa ja lopputuotteissa, 2) esitys laadukkaiden ruokapalvelujen saatavuuden, houkuttelevuuden ja käytön lisäämiseksi ja 3) esitys tarvittavasta valtakunnallisesta seurantajärjestelmästä.

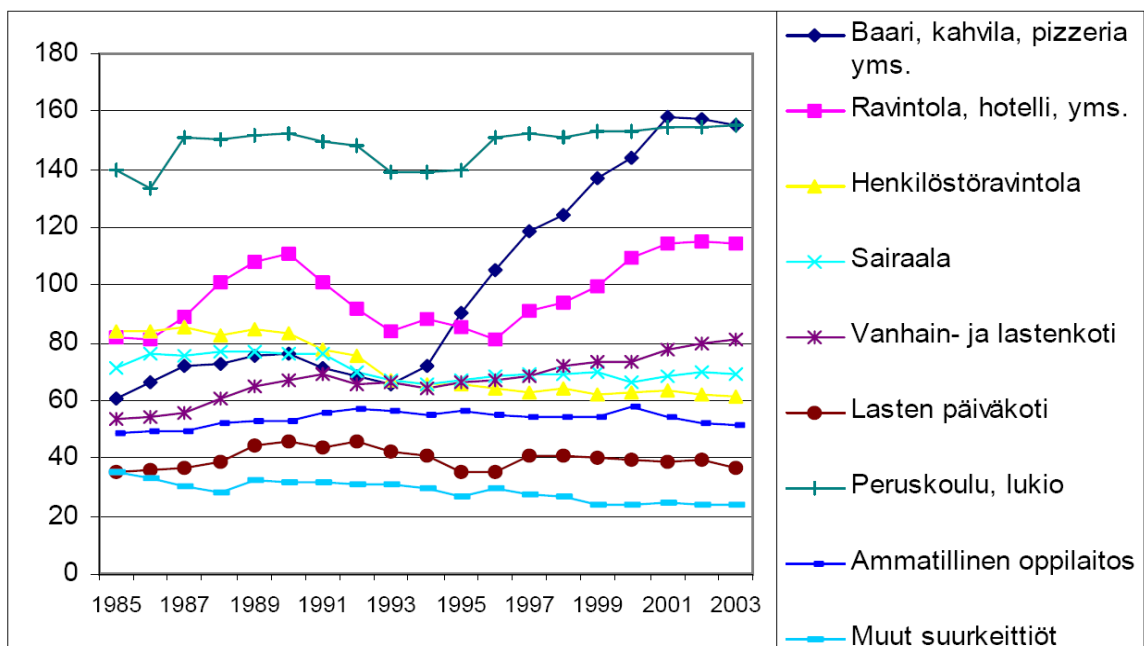
## 2 Joukkoruokailu Suomessa

### 2.1 Joukkoruokailun merkityksestä

Joukkoruokailu on merkittävä osa suomalaista ruokakulttuuria. Joukkoruokapalvelujen kehittäminen on ollut yksi ravitsemuspolitiikan kulmakivistä aina 1970–80 -lukujen vaihteesta lähtien, mikä on edistänyt nykyisen, hyvin ohjatun ja järjestetyn ruokapalvelujärjestelmän syntymistä Suomeen. Joukkoruokailun piiriin kuuluvat päiväkodit, koulut, työpaikat, varuskunnat, sairaalat sekä muut ruokaa tarjoavat laitokset.

Ammattihenkilöiden valmistamien aterioiden menekki on joukkoruokailun perustietoja koikaavan A. C. Nielsenin Horeca-Suurkeittiörekisterin mukaan viime vuosina kasvanut (A. C. Nielsen 2006). Rekisterin mukaan noin puolet suomalaisista ruokailee tai juo kahvia, virvoitusjuomia tai alkoholia kodin ulkopuolella päivittäin. Ateriapalveluita päivittäin käyttää 34 % väestöstä. Vuonna 2008 suurkeittiöissä valmistettiin noin 811 miljoonaa ateriaa, mikä tekee 153 ateriaa henkeä kohti. Toimialoittain tarkasteltuna eniten kasvua on tapahtunut huoltoasemakahviloissa sekä ravintoloissa. Suurin osa aterioista, 27 %, tarjoiltiin kuitenkin edelleen kouluissa. Seuraavaksi eniten ruokapalveluita tarjosivat kahvilat (22 %) sekä ravintolat ja hotellit (16 %). Päivä- ja vanhainkotien, sairaaloiden ja henkilöstöravintoloiden tuottamien aterioiden osuus oli noin 10 %. Kymmenesosa ravintolasta ostetuista aterioista syödään ravintolan ulkopuolella eli ostetaan mukaan.

Ruokapalvelun valmistama lounas on monelle päivän ainoa lämmin ateria, joten sen merkitys ravinnonsaannissa ja terveyden ylläpitämisessä on suuri. Joukkoruokailu ohjaa osin ruuan valintaa ja ruokamieltymyksiä, mikä voi edistää terveellisempiä ruokailutottumuksia. Joukkoruokailussa työpäivän aikana ruokailevien on todettu syövän useammin kasviksia ja kalaruokia kuin muulla tavoin ruokailevien (Raulio ym. 2004, Roos ym. 2004). Leikki- ja kouluikäisillä päivän ravitsemuksellisesti parhaat ateriat syödään joukkoruokailussa (Hoppu ym. 2008; Kyttälä ym. 2008).



KUVIO 1. Suurkeittiöiden tarjoamien aterioiden lukumäärät toimialoittain vuosina 1985–2003, milj. annosta/v (AC Nielsen 1998–2004; Viinisalo 2005).

Joukkoruokailussa tarjottavien aterioiden ravitsemuksellisessa laadussa on kuitenkin kehitettävää: rasvaa on runsaasti, mikä lisää aterian energiapitoisuutta ja vaikeuttaa painonhallinnassa onnistumista. Myös sydän- ja verisuonitautien riskitekijöihin haitallisesti vaikuttavan tyydyttyneen rasvan saanti on liiallista ja hyödyllisen pehmeän, tyydyttymättömiä rasvahappoja sisältävien rasvan saanti liian vähäistä. Suolan saanti on runsasta suosituksiin nähden kun taas kasvien ja kuidun saanti on niukkaa. Vuonna 2007 tehty kysely (Pelto-Huikko & Ohtonen 2008) ruokahuollosta vastaaville osoitti, että vaikka ravitsemuslaatu koetaan tärkeänä, hankintapäätöksissä hintaa painotetaan edelleen eniten.

Joukkoruokailu edistää myös psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia. Päiväkodeissa harjoitellaan syömistä ja harjaannutaan siinä ohessa oman yhteisön käytöstapoihin ja kulttuuriin. Kouluissa ruokailun merkitys oppimistapahtumana ja sosiaalistavana tekijänä korostuu. Työikäisillä työaikainen ruokailu antaa mahdollisuuden lepoon ja virkistymiseen, mikä on työkykyä ylläpitävää ja edistävää toimintaa. Palvelutaloissa ja vanhainkodeissa ruokailu on lähes poikkeuksetta päivän odotetuimpia tapahtumia.

Tarkkaavaisuutta vaativissa ja yksin tehtävissä töissä tauko on tärkeää vireyden ylläpitämiseksi. Fyysisesti raskaissa töissä säännöllinen ruokailu takaa riittävän energian saannin ja juominen huolehtii nestetasapainosta, mitkä ovat tärkeitä toimintakyvyn, työssä jaksamisen sekä työturvallisuuden kannalta. Ruokailun ajoitus ja aterian energiamäärä ovat sitä tärkeämpiä seikkoja mitä poikkeavimmista työajoista on kyse. Yövuorossa väsymysongelmat ja vatsavaivat ovat yleisiä, mikä asettaa yöruokailulle erityisvaatimuksia. Rasvainen, runsas ateria aamuyön tunteina johtaa helposti nukahtamiseen ja vaarantaa siten työturvallisuuden (Hakola ym. 2007; Perkiö-Mäkelä ym. 2006).

Ruokapalvelujen toimintaan kohdistuu runsaasti haasteita yhteiskunnan eri tahoilta. Ne eivät ole kuitenkaan ylitsepääsemättömiä, sillä pienilläkin toimilla on merkitystä, kun otetaan huomioon joukkoruokailun kattavuus suomalaisessa yhteiskunnassa. Esimerkiksi ruoan ravitsemuksellista laatua parantamalla voidaan saavuttaa tuntuva kansanterveydellinen hyöty.

## 2.2 Ruokapalvelujen historiaa

Joukkoruokailulla on Suomessa pitkät perinteet. Joukkoruokailun malli on lähtöisin laitosuokailusta, kuten armeijan, vankiloiden, koulujen ja sairaaloiden keittiöistä (Tainio & Tarasti 1995).

Jo 1890-luvulla työsuojelun valvontaa ja toteuttamista ohjaavat ammatintarkastajat, kehittivät työnantajia perustamaan tehdasruokaloita työntekijöilleen. Suurimmat teollisuuslaitokset noudattivat kehotusta jo tuolloin, mutta tehdasruokalat yleistyivät vasta itsenäisyyden aikana. Toisen maailmansodan jälkeen joka toisella teollisuusyrityksistä oli tehdasruokala. Metsätyömailla järjestettiin muonitusta 1920-luvulla, josta se siirtyi rakennustyömaille 1930–1940-luvuilla. Vuoden 1930 työturvallisuuslaki sisälsi määräyksiä ruokailusta, ja 1940-luvulla tavoitteeksi asetettiin, että jokaisella työntekijällä tulisi olla työpaikallaan saatavilla kunnollista ruokaa. (Hasunen 1994).

Modernin työpaikkaruokailun lähtökohtana voidaan pitää Työterveyslaitoksen vuonna 1971 antamaa suositusta toimipaikkaruokailusta. Suositus perustuu Työterveyslaitoksen 1969 asettaman toimikunnan tekemään tutkimukseen työpaikkaruokailusta Suomessa (Laakkonen 1972). Suosituksessa todetaan hyvin suunnitellun työpaikkaruokailun kansanterveydellinen

merkitys, vaikutus työntekijöiden viihtyvyyteen, tapaturma-alttiuden vähenemiseen ja merkitys työntekijöiden ravitsemuskasvatuksessa. Vuonna 1976 työpaikkaruokailusta sovittiin julkisen sektorin työ- ja virkaehtosopimuksissa ja suositussopimus tehtiin myös yksityissektorilla. (Hasunen 1987). Valtion ravitsemiskeskus toteutti valtion henkilöstöruokailua vuodesta 1948 vuoteen 1993, jolloin se yksityistettiin.

Kouluruokailusta on muodostunut yksi ainutlaatuisimmista järjestelmistä suomalaisessa yhteiskunnassa. Kouluruokailua alettiin kehittää 1900-luvulla sotien aikaan, jolloin pula elintarvikkeista johti huoleen lasten ravitsemuksesta. (Lintukangas ym. 2007). Vuonna 1943 Suomessa säädettiin lailla maksuttoman kouluruoan tarjoamisesta, ensimmäisenä maana maailmassa. Laki astui voimaan vuonna 1948, jota pidetään kouluruokailun alkamisvuotena. Vuoden 1957 kansakoululaki määräsi riittävän aterian järjestettäväksi kansakouluissa, kansalaiskouluissa ja kunnallisissa keskikouluissa jokaisena koulupäivänä. Kymmenen vuotta myöhemmin lakia tarkennettiin siten, että aterian tuli kattaa kolmannes päivittäisestä ravinnontarpeesta. Kuntien siirtyminen peruskoulujärjestelmään vuoteen 1977 mennessä takasi kouluruoan saatavuuden kaikille peruskoululaisille. Vuodesta 1988 lähtien myös lukioissa ja ammatillisissa oppilaitoksissa on tarjottu maksuton ateria. Voimassaolevan perusopetuslain (628/1998) mukaan opetukseen osallistuvalla on annettava jokaisena työpäivänä tarkoituksemukaisesti järjestetty ja ohjattu, täysipainoinen maksuton ateria.

Joukkoruokailua koskevia tutkimuksia ja selvityksiä on tehty Suomessa aina 1970-luvun alkupuolelta lähtien, jolloin alkoivat mm. Suomen Itsenäisyyspäivärahaoston (Sitran) Joukkoruokailututkimukset (1974–1984). Valtakunnallisia tutkimuksia ilmestyi runsaasti 1990-luvulla, jolloin joukkoruokailun tutkimisesta kiinnostuivat valtion laitosten lisäksi monet järjestöt ja kaupalliset yritykset. Suurin osa selvityksistä (kts. liite 1) on kohdistunut joukkoruokailuun yleensä sekä suurkeittiöiden toimintaan. Ruuan laatu ja kuluttajien valinnat ovat jääneet vähemmälle huomiolle. Esimerkiksi vieläkään ei ole saatavilla tutkittua tietoa siitä, valmistavatko ammattikeittiöt ravitsemussuosituksen mukaista ruokaa tai miten ruokailijat määrällisesti ja laadullisesti joukkoruokailun tarjoamilla aterioilla syövät.

### **2.3 Joukkoruokailun ravitsemuslaatua koskevia suosituksia**

Uusimmat suomalaiset ravitsemussuositukset, Ravinto ja liikunta tasapainoon, julkistettiin vuonna 2005. Niiden tavoitteena on hyvän ravitsemustilan edistäminen sekä ravitsemusperäisten sairauksien ehkäisy. Suositukset on tarkoitettu käytettäväksi joukkoruokailun suunnittelussa, ravitsemusopetuksen ja -kasvatuksen perusaineistona sekä arvioitaessa ihmisryhmien ruoankäyttöä ja ravinnonsaantia. Tarjottavalle ruoalle on asetettu laatuvaatimuksia joukkoruokailun ravitsemussuosituksissa, joita on Suomessa annettu lasten päivähoito-, koulu-, opiskelija-, työpaikka-, sairaala-, vanhainkoti- ja vanhusten ateriapalvelu-, puolustusvoima- sekä vankeinhoitolaitosruokailuun. Suosituksia päivitetään tarpeen mukaan. Uusimmat, valmisteilla olevat suositukset koskevat sairaalaruokailua sekä ikääntyneiden ravitsemusta.

#### Päiväkotiruokailu

Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisemaan *Lapsi, perhe ja ruoka* -kirjaan (2004) on koottu terveille ja normaalipainoisina syntyneille lapsille suunnatut ravintosuositukset. Leikkiikäisten päivähoitoruokailu suunnitellaan suosituksen mukaisesti korostaen lapsen hyvinvointia sekä kasvun ja kehityksen turvaamista. Laki lasten päivähoidosta (36/1973) edellyttää



myös lapsen kokonaisvaltaista hoitoa tarpeellinen ravinto mukaan lukien. Suomalaisista alle kouluikäisistä lapsista oli vuonna 2005 kunnallisessa päivähoitossa noin 47 % ja yksityisessä päivähoitossa 4 % (Stakes 2005).

Päivähoidon ruokailusuosituksen mukaan kokopäivähoitossa oleville lapsille tarjottavien aterioiden ja välipalojen tulee kattaa 2/3 ja osapäivähoitossa 1/3 lapsen päivän ravinnontarpeesta (Hasunen ym. 2004). Päivähoitossa lapsille tarjotaan monipuolista ruokaa: keskeistä on kasvien, hedelmien ja marjojen runsas käyttö, pehmeiden rasvojen ja rasvattoman maidon suosiminen, välipalojen hyvä laatu, janojuomien järkevä valinta ja napostelun välttäminen. Lasta ohjataan valitsemaan erilaisia ruokia ja maistelemaan uusia makuja. Ruokailutilanne edistää myös lapsen psyykkistä kehitystä ja hyvinvointia, opettaa vuorovaikutus- ja käyttäytymistaitoja sekä tukee ruokailutottumusten muotoutumista.

### Kouluruokailu

Valtion ravitsemusneuvottelukunta on täydentänyt kansallisia ravitsemussuosituksia kouluruokailusuosituksella (2008), jonka tarkoituksena on antaa suuntaviivat kuntapäätäjille, ruokapalvelusta vastaaville sekä kouluille kouluikäisen ruokailun järjestämiseksi. Suosituksessa painotetaan kodin ja koulun yhteistyötä sekä oppilaiden osallisuutta, jotta kouluruokailun tarkoitus ja merkitys oppilaan hyvinvoinnille vahvistuu. Perusopetuslaki (628/1998, 31§), Lukiolaki (629/1998, 28§) ja Laki ammatillisesta koulutuksesta (630/1998, 37§) edellyttävät maksuttoman kouluruokailun järjestämistä. Perusopetuslaki määrittelee lisäksi tarjotun aterian tarkoituksenmukaisesti järjestetyksi ja ohjatuksi sekä täysipainoiseksi. Keskimäärin 900 000 lasta ja nuorta on oikeutettu maksuttomaan lounaaseen koulupäivinä (Opetushallitus 2009).

Kouluruokailussa kiinnitetään huomiota terveellisten, monipuolisten ja houkuttelevien vaihtoehtojen saatavuuteen sekä ohjataan oppilasta täysipainoisten aterioiden koostamisessa. Suosituksessa painotetaan ruokailun oikeaa ajoittamista ja riittävän pitkää ruokailuaikaa sekä kiireetöntä ja rauhallista ruokailuympäristöä. Kouluruokailun tulee myös tarjota lepoa ja virkistystä, lujittaa sosiaalisia kontakteja sekä aikaansaada kokonaisvaltaista hyvää oloa (Lintukan-gas ym. 2007). Ruokailu on osa koulun kasvatustehtävää, jota tehdään yhteistyössä kotien kanssa.

### Korkeakouluruokailu

Korkeakouluruokailun periaatteita koskeva suositus (Kansaneläkelaitos 2008) pohjautuu Valtion ravitsemusneuvottelukunnan suositukseen (2005), Kouluruokailusuositukseen (2008) sekä Valtioneuvoston asetukseen korkeakouluopiskelijoiden ruokailun tukemisen perusteista (564/2003). Suositus edellyttää, että opiskelija-ateria täyttää laadultaan yleiset terveydelliset ja ravitsemukselliset vaatimukset vastaten henkilöstöruokailussa yleensä vaadittavaa tasoa. Opiskelija-aterian tulee kattaa kolmannes päivittäisestä energiantarpeesta, mikä tarkoittaa noin 600–700 kilokaloria (Kansaneläkelaitos 2008). Erityisen tärkeää on huolehtia, että suolan määrä sekä rasvan laatu ja määrä vastaavat suosituksia. Opiskelijaravintoloissa tuotteiden valikoima voi olla suppeampi, ja arvokkaammista raaka-aineista valmistettuja ruokia voidaan tarjota harvemmin kuin henkilöstöravintoloissa, joissa hintataso on korkeampi. Vuonna 2008 yliopistoissa opiskeli 164 100 opiskelijaa ja ammattikorkeakoulujen tutkintoon johtavassa koulutuksessa yhteensä 132 500 opiskelijaa (Tilastokeskus 2009). Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimuksen (2008) mukaan korkeakouluopiskelijoista 54 % söi pääateriansa opiskelijaravintolassa (Kunttu & Huttunen 2009).

### Työpaikkaruokailu

Ohjeistuksia työaikaisesta ruokailusta sisältyy valtion ravitsemusneuvottelukunnan toiminta-ohjelmaan (2003), jossa painotetaan työterveyshuollon, työsuojelun ja työpaikkaruokailun ammattilaisten yhteistyön lisäämistä työaikaisen ruokailun laadun varmistamiseksi. Ravitsemusterapeuttien yhdistys on myös 2007 julkaissut oppaan Syö hyvin -ohje työikäisen ravitsemuksesta.

Hyvä työpaikkaruoka on ravitsemuksellisesti oikein koostettua, monipuolista ja terveellistä. Erityistä huomiota tulee kiinnittää aterioiden sisältämään tyydyttyneeseen rasvaan, suolaan sekä kuituun ja kasvien määrään. Työpaikka-aterialla tulee tarjota vähärasvaista lihaa tai kalaa, runsaasti kasviksia ja vihanneksia, kokojyväviljatuotteita, vähärasvaisia maitotaloustuotteita, marjoja ja hedelmiä, pehmeitä kasvirasvoja sekä niukasti suolaa ja sokeria. Ruoanvalmistuksessa suositaan rasvattomia ruoanvalmistustapoja tai pehmeitä rasvoja sisältäviä valmisteita kuten rypsiöljyä.

### Ikääntyneiden ruokailu

Ikääntyneet on huomioitu yleisissä ravitsemussuosituksissa, joissa esitetään energian tarpeen viitearvot erikseen 61–74-vuotiaille ja 75 vuotta täyttäneille. Suositukset vitamiinien ja kivennäisaineiden saannista on annettu erikseen yli 60-vuotiaille. Ikääntyneet ovat hyvin heterogeeninen ryhmä johtuen yksilöllisistä, fysiologisista muutoksista sekä sairauksista, joilla on vaikutuksensa ikääntyneen ravinnon tarpeeseen sekä ruokailumahdollisuuksiin. Ikäihmisille on tulossa vuoden 2009 lopussa omat ravitsemussuositukset, jotka mahdollistavat elämänkaaren eri vaiheisiin liittyvien tarpeiden ja tilanteiden huomioinnin entistä paremmin.

Ikääntyneen väestön ravitsemusongelmat ovat toisenlaisia kuin nuorempien ja ongelmaksi voi ylipainon ja lihavuuden sijaan muodostua vähäinen energian saanti. Nautitut ruokamäärät ovat usein pieniä, jonka vuoksi ruokavalion tulee olla monipuolinen ja osalla ikääntyneistä energia- ja ravintoainetiheydeltään normaalia suurempi. Ruoankäytön vähetessä ja ravintoaineiden hyväksikäytön heiketessä proteiinien, vitamiinien ja kivennäisaineiden saanti voi jäädä tarvetta pienemmäksi. Proteiinialiravitsemuksen välttämiseksi iäkkäille suositellaan valkuaisaineita 1–1,2 g/kg/vrk. Riittävän D-vitamiinin saannin turvaamiseksi yli 60-vuotiaille suositellaan D-vitamiinilisää 20 µg/vrk vuoden ympäri. Sydänterveyden kannalta oleellista on suolan määrän rajoittaminen sekä pehmeiden rasvojen suosiminen (Suominen ym. 2009).

### Ruokailu puolustusvoimissa

Puolustusvoimissa tavoitteena on tarjota ravitsemukselliset suositukset täyttävä, terveellinen ja monipuolinen sekä palveluksen laatuun nähden riittävä muonitus asevelvollisille sekä puolustusvoimien henkilöstölle. Määräykset muonituksen järjestämisestä antaa Pääesikunta. Varusmiehille annettavasta terveystarkastuksesta on säädetty laissa (322/87) ja asetuksessa (371/87) terveydenhuollon järjestämisestä puolustusvoimissa. Terveystarkastukseen sisältyy ravitsemuskasvatusta; varusmiehille selvitetään terveellisen ravinnon perusteita ja kerrotaan varuskunta-aterioiden ravintosisällöstä.

Tarjottavat ateriat noudattavat puolustusvoimien muonituksen ravintosisältösuositusta, joka on yhteneväinen Valtion ravitsemusneuvottelukunnan suosituksen kanssa. Tavoitteena on energian saannin ja kulutuksen tasapainottaminen sekä ravitsemuksellisesti täysipainoisen

ruokavalion koostaminen. Ruokahuollon toimintaan liittyy monia haasteita, sillä varusmieskoulutuksen eri vaiheissa ravinnontarve vaihtelee hyvinkin paljon. Erityistilanteissa, esimerkiksi taisteluharjoituksessa, energiankulutus saattaa ylittää huomattavastikin saadun energian määrän.

### Vankien ruokailu

Vankien ruokahuollon järjestämisestä säädetään vankeuslain 7 luvun (878/1995) 5 §:ssä ja tutkintavankeuslain 3 luvun (768/2005) 4 §:ssä. Vankiloissa järjestetään koko päivän ruokahuolto vangeille ja tarjotaan henkilökunnalle mahdollisuus työpaikkaruokailuun. Vuonna 2008 Vankeinhoitolaitoksen oman ruokahuollon piirissä ruokaili päivittäin 3 148 vankia ja 570 henkilökuntaan kuuluvaa. Vankeinhoitolaitoksessa oman ruokahuollon piirissä on 25 valmistuskeittiötä. Ruoka laitoksissa valmistetaan ammattityövoimalla mutta vankeja käytetään 19 vankilassa keittiön aputehtävissä. Ruokatalous työllisti vuonna 2008 yhteensä noin 60 vankia päivittäin.

Vankiloissa tarjottava ruoka suunnitellaan siten, että se vastaa vankien ja henkilökunnan ravitsemuksellisia tarpeita. Tavoitteellinen energiamäärä on 2 800–2 900 kcal/päivä. Ruoan laatu, kustannustaso, ruoan valmistus- ja ruoan tarjoilu pyritään järjestämään normaalia laitosruokailua vastaaviksi. Yhteisen, Rikosseuraamusviraston määrittelemän perusruokalistan lisäksi vankeinhoitolaitoksessa on käytössä yhteiset erityisruokavaliolistat.

## **3 Ruokapalvelujen saatavuus ja käyttö eri väestöryhmissä**

Lämpimän lounaan syöminen kodin ulkopuolella on Suomessa yleistä. Maassamme syödään päivittäin keskimäärin kaksi miljoonaa suurkeittiöiden valmistamaa ateriaa. Joka arkipäivä noin 700 000 suomalaiselle oppivelvollisuusikäiselle lapselle ja nuorelle on tarjolla lounas oppilaitoksen ruokalassa. Vuonna 2008 peruskouluissa ja lukioissa tarjottavien lounaiden annosmäärä oli yli 160 000 miljoonaa ja ammattikouluissa yli 55 000. (A. C. Nielsen 2008).

Henkilöstö- ja laitosruokaloiden määrä on vaihdellut viime vuosikymmenien aikana 1 600 ja 1 700 toimipaikan välillä. Suomessa oli vuonna 2008 reilut 1 440 henkilöstöravintolaa, ja ne tuottivat lähes 61 miljoonaa ateriaa (A.C. Nielsen). Oppilaitos- ja henkilöstöruokaloiden yleisyydestä huolimatta kaikilla työikäisillä ei ole mahdollisuutta käyttää niitä eivätkä kaikki myöskään käytä mahdollisuutta hyväkseen.

Työpaikkalounaan saatavuus on keskeinen sen käyttöön vaikuttava tekijä. Suomalaisista miehistä 54 %:lla ja naisista 61 %:lla on työpaikkaruokala omalla työpaikalla tai sen lähellä. Niistä, joilla ruokailumahdollisuus on, joka toinen syö henkilöstöruokalassa, kun koko työvoimasta henkilöstöruokalassa syö kolmasosa (Laitinen ym. 2007, Raulio ym., julkaisematon tulos).

Finravinto-tutkimuksen (2007) mukaan suomalaisten aikuisten ruokatottumukset ovat kehittyneet pääasiassa myönteiseen suuntaan (Paturi ym. 2008). Työikäinen syö päivittäin keskimäärin kuusi kertaa; työpäivinä syödään keskimäärin useammin kuin vapaapäivinä. Työpäivinä miehet syövät lounaan yhtä usein eväinä, henkilöstöravintolassa kuin kotonakin. Naiset syövät useimmiten lounasaikaan eväitä ja toiseksi yleisimmin henkilöstöravintolassa. Työpäivinä noin viidesosa miehistä ja kuudesosa naisista jättää lounaan kokonaan syömättä.

### 3.1 Ruokapalvelujen käyttöön vaikuttavat tekijät, arvostukset ja toimintaympäristön muutokset

Ruokapalvelujen käyttöä on parin viime vuosikymmenen aikana lisännyt kaupungistuminen, työelämässä tapahtuneet muutokset sekä ruokapalvelujen tarjonnan kasvu ja kansainvälistyminen. Ruokailijoiden henkilökohtaiset tarpeet, mieltymykset ja arvostukset näkyvät arkipäivän valinnoissa, joihin alan palvelujen tuottajat pyrkivät tuotannollaan ja tarjonnallaan vastaamaan. Elintason noustessa syöminen on enemmän kuin vain nälän ja janon tarpeiden tyydyttämistä. Ruoasta saadaan nautintoja ja elämyksiä. Tärkeitä tekijöitä ovat ruoan maku ja hinta, ruoan alkuperä, ruokaan liittyvät mieltymykset, pelot, riskit, ja uskomukset sekä valintatilanne. Kuluttajien käyttäytyminen saattaa olla vaikeasti ennustettavissa. Eri tilanteissa ruokailija voi toimia eri tavoin, jolloin toisinaan valinnan perusteena on hinta, joskus taas terveellisyys (Lammi & Raijas 2007).

Työikäisillä työpäivän aikaisia ruokailumahdollisuuksia rajoittavat monet tekijät, joista keskeisimpiä ovat ruokailun hinta, kiire, vaikeudet pitää riittävä ruokailutauko, työaikaan liittyvät järjestelyt esimerkiksi liikenne- ja vuorotyössä sekä sopivien ruokailupaikkojen puute. Työ ja Terveys Suomessa vuonna 2009 -tutkimuksen alustavien tulosten mukaan kolme tärkeintä syytä siihen, miksi työpaikalla tai sen läheisyydessä olevaa henkilöstöravintolaa ei käytetä, olivat: 1) aterian hinta on liian kallis/säästösyistä (19 %) 2) Olen tottunut eväisiin/syön eväitä/eväät ovat helpommat (17 %) ja 3) työni on kiireistä, en ennätä ruokalaan (7 %). Joukko-ruokailun käytön vähäisyyteen ja käytön esteisiin liittyvää tutkimustietoa löytyy varsin niukasti (Jaana Laitinen, henkilökohtainen tiedonanto).

Kiireisen elämänrytmin vuoksi arkisin suositaan nopeasti ja helposti saatavia pika- ja valmisruokia, kun taas viikonloppuina panostetaan kulinaarisiin nautintoihin. Pikaruokakulttuurin trendien ohella aitojen makujen ja perusruokien suosio on säilynyt osana ruokakulttuuriamme (Suomalaisen ruokakulttuurin ulottuvuuksia 2009; Sitra 2006). Sesonkivaihtelulla on merkityksensä ruokailijoille: vuodenajat, viikonpäivät ja kellonajat vaikuttavat. Myös ruokapalveluyrityksen liikepaikka vaikuttaa siihen, minkälaisille palveluille on kysyntää.

Ruoan valinnassa ravitsemukselliset tekijät ovat korostumassa. Kasvanut kiinnostus terveellisiä elämäntapoja kohtaan sekä painonhallinnan ongelmat ovat saaneet ruokailijat kiinnittämään huomiota ruoan ravintosisältöön ja terveydellisiin ominaisuuksiin, mikä on lisännyt mm. vähän rasvaa sisältävien kevytruokien sekä terveysvaikutteisten tuotteiden kysyntää. Ruoan terveellisyttä ja nautinnollisuutta ei nähdä enää vastakkaisina suuntauksina vaan toisiaan tukevin arvoina (Niva & Piironen 2005).

Vaivaton ruoan saatavuus on tärkeä käytön edellytys arkipäivän lounasruokailussa. Ruokailuajan vaikutus on merkittävä: esimerkiksi kouluruokailussa 30 minuutin ruokatauko ei usein ole riittävä, jotta aterian kaikki osat ennätettäisiin syödä. Ruokailuajan tulisi olla tarpeeksi pitkä myös virkistymisen tarve ja sosiaalisten kontaktien ylläpito huomioon ottaen.

Nykyihmisen ruokavalinnat kertovat aikaisempaa selvemmin arvomaailmasta, elämäntyylistä ja identiteetistä. Elintarvikekaupan globalisoituminen ja maatalous-, ympäristö- sekä terveyspoliittiset muutokset ovat johtaneet eettisen kuluttajuuden nousuun, jolloin on kiinnostuttu yhä enemmän tuotantoon liittyvistä työoloista, taloudellisesta oikeudenmukaisuudesta sekä eläinten hyvinvoinnista. Samanaikaisesti kuluttajat ovat myös etäänntyneet alkutuotannosta ja jalostuksesta, ja elintarvikkeiden alkuperä askarruttaa monia. Raaka-aineiden ja tuotteiden kotimaisuus koetaan tärkeäksi, sillä omassa maassa tuotettua ruokaa pidetään puhtaana, tur-

vallisenä ja maukkaana (Järvelä & Mäkelä 2005). Näiden seikkojen siivittämänä lähiruoaan sekä luomuruoan suosio jatkaa kasvuaan.

Ruokapaikan valinnassa tärkeimmiksi tekijöiksi koetaan ruoan laatu, edullinen hintataso, ravintolan siisteys ja palvelun ystävällisyys. Ruokaan liittyvistä tekijöistä korkeimmalle noteerataan maku (Ravintolaruokailun trendit 2008).

### **3.2 Väestöryhmien eroja ruokapalvelujen käytössä**

Ruoan valintaan ja ruokapalvelujen käyttöön vaikuttavat monet seikat, kuten ruokailijan ikä ja sukupuoli, sosioekonominen asema sekä kulttuuritausta. Myös hinta, maku, palvelujen saataavuus, sosiaalinen ympäristö, työolot, muut elintavat ja henkilökohtaiset mieltymykset ovat tärkeitä ja niiden sisältö ja merkitys eri väestöryhmissä vaihtelee.

Kodin ulkopuolella hoidettujen lasten ruokavalio on arkipäivisin monipuolisempi ja lähempänä ravitsemussuosituksia kuin kotona hoidettujen lasten. Lapset käyttävät viikonloppuisin enemmän muun muassa sakkaroosia sisältäviä makeisia, lisättyä sokeria ja juomia kuin arkena. Lasten ruokavalion laatu vaihtelee myös vanhempien koulutustason, äidin iän, perheen koon ja asuinalueen mukaan. Vanhempien korkea koulutustaso ja pieni perhekoko takaavat parhaiten lapselle terveellisen ruokavalion (Kyttälä ym. 2008).

Kouluikäisistä lähes kaikki syövät maksuttomalla kouluateriaalla. Kuitenkin tytöistä melkein viidennes ja pojista 12 % syö pääruuan harvoin tai ei syö kouluruokaa juuri koskaan. Kaikki aterianosat tarjotusta kouluruuasta syö päivittäin vain 35 % oppilaista. Yli puolet syö koulussa muutakin kuin kouluruokaa. Oppilaille, jotka jättävät kouluaterian osittain tai kokonaan syömättä, on keskimääräistä ominaisempaa tupakointi ja alkoholinkäyttö, ylipainoisuus, epäterveelliset välipalat kouluajalla ja epäsäännöllinen ateriointi kotona sekä huono kouluviihtyvyys ja kiusatuksi joutuminen koulussa. Vähän koulutusta saaneiden vanhempien lapset syövät muita oppilaita harvemmin kouluaterian. Eri läänien välillä ei ole havaittu ruokailun yleisyydessä eroja, mutta kunnat voivat poiketa kouluruokailun laadun suhteen paljonkin toisistaan (Raulio ym. 2007).

Korkeakouluopiskelijat ovat terveystietoisia, sillä miehistä lähes puolet ja naisista noin 70 % tekee ruokavalintoja terveyskriteerien pohjalta. Silti ravitsemussuosituksen mukainen hedelmien tai marjojen ja tuoreiden kasvien päivittäinen käyttö toteutuu alle puolella. Tummaa leipää syö päivittäin yli 90 %. Noin viidesosa opiskelijoista ei käytä mitään levitettä leivällään ja noin puolet käyttää kevytlevitteitä tai muita vähärasvaisia valmisteita (Kunttu & Huttunen 2005).

Noin reilu kolmasosa työikäisistä suomalaisista syö työpäivän aikaisen lounaan henkilöstöravintolassa. Naisten ja miesten välillä ei ole suuria eroja; koulutus, työpaikan koko, työn laatu ja asuinpaikka ovat tärkeimmät henkilöstöravintolan käyttöön yhteydessä olevat tekijät. Tiede-, taide-, terveys-, hallinto- ja toimistotyötä tekevät syövät henkilöstöravintolassa usein, kun taas kuljetus- ja teollisuus- sekä kauppa- ja palvelualoilla henkilöstöravintolassa käydään selvästi harvemmin. Useimmin henkilöstöravintolassa syövät korkeasti koulutetut, pääkaupunkiseudulla asuvat ja suurissa työpaikoissa työskentelevät (Raulio ym. 2004; Perkiö-Mäkelä ym. 2006).

Yli sata henkeä työllistävissä yrityksissä erityisesti miehet syövät useammin henkilöstöravintolassa kuin pienemmällä työpaikoilla. Fyysisesti rasittavaa työtä tekevät miehet syövät harvemmin henkilöstöravintolassa kuin kevyttä työtä tekevät, mutta naisilla työn raskaus ei vaikuta lounaspaikan valintaan yhtä selkeästi. Myös työtyytyväisyys ja mahdollisuus hallita omaa ajankäyttöä vaikuttavat työpaikkaruokalan käyttöön (Ovaskainen ym. 2006, Raulio ym. 2007), mutta tutkimukset antavat näistä yhteyksistä jossain määrin ristiriitaisen kuvan. Eväiden syönti on miehillä yleistä vain raskasta työtä tekevillä, kun taas naisilla eväät ovat yleisin lounasvaihtoehto kaikissa ryhmissä. Vähän koulutetut ja maaseudulla asuvat syövät muita useammin eväitä työpäivänsä aikana. Työntekijän tuloilla ei ainakaan pääkaupunkiseudulla näytä olevan yhteyttä työpaikkaruokalan käyttöön. Henkilöstöravintolan käyttö on yhteydessä suositeltavaan ruokavalioon, siellä syövien ruokavalio sisältää enemmän kasviksia ja kalaa (Raulio ym. 2004).

Ikääntyvillä koulutus, asumismuoto, terveys ja toimintakyky ovat yhteydessä kasvisten päivittäiskäyttöön. Kotiateriapalveluiden käyttö yleistyy vanhetessa ja on selvästi yleisempää yli 80-vuotiailla kuin 65–79-vuotiailla. Alemman koulutuksen saaneet, yksin asuvat, terveytensä huonoksi kokevat ja ne, joilla on ruokaan liittyviä toimintakykyongelmia, käyttävät muita useammin ateriapalveluita. Palvelujen käyttö tuo säännöllisyyttä aterijärjestykseen (Alden-Nieminen ym. 2009). Nuorten ruokavalintoihin vaikuttavat monet seikat, mm. ruoan saataavuus, ympäristö ja kaverit.

Lukiossa ja ammatillisessa koulutuksessa opiskelijalla on oikeus maksuttomaan ateriaan. Kaikki lukiolaiset tai ammattiin opiskelijat eivät syö ateriaa sellaisena kokonaisuutena, jollaiseksi se on tarkoitettu. Kouluterveyskyselyn (2008) mukaan 61 % ammattiin opiskelevista ei syö kaikkia aterianosia kouluruoalla, kun lukiolaisista näin tekee 57 %. Tämä tarkoittaa sitä, että opiskelija jättää syömättä jonkin seuraavista neljästä aterian osasta: pääruoka, salaatti, maito tai piimä, leipä. Ammattiin opiskelevista 34 % syö epäterveellisiä välipaloja koulussa vähintään kaksi kertaa viikossa ja lukiolaisista 25 %. Ammattiin opiskelevista ylipainoa on 22 %:lla ja lukiolaisista 14 %:lla (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Kouluterveyskysely).

Terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen ammatillisissa oppilaitoksissa -kyselyn tulosten mukaan 50 % oppilaitoksia on käytössä virvoitusjuoma-automaatteja rajoituksetta sekä 71 % oppilaitoksia muuta virvoitusjuomien rajoittamatonta myyntiä (Väyrynen ym. 2009). Sen sijaan lähes joka neljännessä ei näyttäisi olevan lainkaan tarjolla vettä juotavaksi. Lukiokoulutuksen osalta hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen kyselyssä selvisi, että epäterveellisten elintarvikkeiden tarjonta lukioissa on jonkin verran vähäisempää ammatillisiin oppilaitoksiin verrattuna. Samalla kuitenkin myös terveellisten välipalojen myynti on vähäisempää ammatillisiin oppilaitoksiin verrattaessa. (Rimpelä ym. 2009).

Työttömät ovat nykyään järjestetyn henkilöstöruokailun ulkopuolella. Ruokavalion laatu vaihtelee yksilön tiedoista, taidosta ja elämäntilanteesta riippuen. Työttömien ruokatottumukset eivät kuitenkaan keskimäärin suuresti eroa työssäkäyvistä (Helakorpi ym. 2008). Aamiaisen syöminen on hiukan harvinaisempaa työttömien keskuudessa verrattuna muihin sosioekonomisiin ryhmiin (poislukien työntekijät). Työttömät käyttävät rasvatonta tai ykkösmaitoa hiukan harvemmin kuin toimihenkilöt ja tuoreiden kasvisten päivittäinen käyttö on työttömällä harvinaisempaa kuin työssäkäyvillä. Hedelmien tai marjojen päivittäiskäyttö on sen sijaan työttömällä miehillä yleisempää kuin muilla miehillä mutta naisilla tilanne on päinvastainen. Työttömät miehet syövät viikottain kalaa yhtä usein kuin muutkin miehet, mutta työttömien naisten keskuudessa kalan syönti on muita naisia harvempaa. Makeisten, leivonnaisten ja sokeroitujen virvoitusjuomien käyttö on yleisempää työttömien keskuudessa kuin muissa sosioekonomisissa ryhmissä (Helakorpi ym. 2008).

### 3.3 Joukkoruokailun verotus ja ateriatuet

Merkittävä osa joukkoruokailusta kustannetaan kokonaan julkisin varoin tai ruokailua tuetaan verovaroin. Tukitoiminnalla voidaan säädellä joukkoruokailupalvelujen saatavuutta ja käyttöä, mikä muodostaa sekä mahdollisuuden että uhan terveellisen joukkoruokailun säilymiselle. Julkisen sektorin resurssien heikentyminen saattaa johtaa siihen, että joukkoruokailussa tarjottavien aterioiden ravitsemuksellista laatua ei pystytä takaamaan. Ruotsissa työpaikka-aterioiden verotuksen on todettu vähentäneen henkilöstöravintolan käyttöä (Lennernäs ym. 1994).

Koska merkittävä osa väestöstä syö päivän ainoan kokonaisen aterian kodin ulkopuolella, on kansanterveydellisesti perusteltua ja kustannustehokasta turvata joukkoruokailun resurssit. Tämä voidaan toteuttaa niin, että kunta ja valtio osoittavat niiden vastuulla olevan ruokailun järjestämiseen riittävät määrärahat tai ruokailumahdollisuutta tuetaan verotuksen keinoin.

#### 3.3.1 Työaikainen ruokailu

Joukkoruokailun hintaan vaikuttaa merkittävästi arvonlisävero. Ruoan jakeluketjuja on verotettu eri arvonlisäverokannoilla. Vuoden 2009 lokakuuhun asti kaupparuoanvero on ollut 17 % ja ravintolapalveluiden, mukaan lukien henkilöstöruokailu, verokanta 22 %. Lokakuun alussa kaupparuoan vero laski 12 %:iin ravintolaruoan verokannan pysyessä ennallaan. Heinäkuussa 2010 elintarvikkeiden ja ravintolaruoan veroero tulee häviämään ravintolaruoan arvonlisäveron laskiessa 13 %:iin ja elintarvikkeiden verotuksen kiristyessä 13 %:iin. Ruokapalvelujen toiminnan kannalta on keskeistä, että niiden verotus on samalla tasolla kaupparuoan verotuksen kanssa. Veroero elintarvikkeiden hyväksi voisi siirtää työaikaista ruokailua enenevässä määrin taloudellisesti edullisempaan ”evälsruokailuun”.

Työnantajan tukemaa ruokailua tuetaan tuloverotuksen keinoin. Verohallitus vahvistaa vuosittain ravintoedun raha-arvon, ottaen huomioon vuoden aikana tapahtuneen kustannuskehityksen. Vuonna 2009 (VHp 24.11.2008/1017) ravintoedun raha-arvo on ollut 5,50 €ateriaa kohden, jos edun hankkimisesta työnantajalle aiheutuneiden välittömien kustannusten ja näiden arvonlisäveron määrä on ollut vähintään 5,50 € ja enintään 9,20 €. Jos tämä määrä alittaa 5,50 € tai ylittää 9,20 €, edun arvona pidetään välittömien kustannusten ja näiden kustannusten arvonlisäveron määrää. Erityisryhmille, kuten laitoshenkilökunnalle, hotelli- ja ravintolalan henkilöstölle sekä lentohenkilöstölle vahvistettavat arvot ovat ryhmästä riippuen henkilöstön erityisolosuhteista johtuen jonkin verran pienemmät.

Verohallitus vahvistaa myös erillisen arvon, joka nykyisellään koskee lähinnä Lounassetelillä järjestettyä ruokailua. Enintään 9,20 €n nimellisarvoisen, muun kuin sopimusruokailuun liittyvän ruokailulipukkeen muodossa tai muuta vastaavaa maksutapaa käyttäen järjestetyn edun arvo on 75 % ruokailulipukkeen nimellisarvosta, kuitenkin vähintään 5,50 €. Yli 9,20 €n arvoinen lipuke arvostetaan nimellisarvoonsa. Vuoteen 2005 asti muiden lipukkeiden kuin Lounasseteleiden verotus noudatti viimeksi mainittujen verotusta, jos lipuke kävi useampaan kuin kahteen ruokailupaikkaan. Vuodesta 2005 alkaen muiden lipukkeiden verotus on toteutettu samalla tavoin kuin tavanomainen työpaikkaruokailun verotus.

Lounasseteleiden ja useampaan kuin kahteen ruokailupaikkaan käyvien lounaslipukkeiden verotusta kiristettiin vuonna 1989 lähes kaksinkertaiseksi. Siihen saakka verotus tapahtui muun työpaikkaruokailun kanssa samalla tavoin. Tämän vuoksi vuonna 1989 lounasseteli-

myynnin arvo laski reaalihinnoin 48,5 % (Luottokunta ja Lankinen 2009). Vaikka yhä harvemmin työntekijä saa työsuhdeaterian luontoisetuna, edun arvolla on huomattava merkitys työaikaisen aterioinnin käyttöön. Jos työntekijä ei saa työaikaista ateriaa luontoisetuna, hänen on maksettava aterista sen verotusarvo välttyäkseen tuloveroseuraamuksilta. Jos vertaa tavanomaisesta lounaan verotusarvoa ja Lounasseteliä, sama ateria voi maksaa työntekijälle tämän hetkisin arvoin jopa 1,40 euroa enemmän kuin työpaikalla järjestetty ateria.

### 3.3.2 Oppilaitosruokailu

Koulu- ja opiskelijaruokailu ovat arvonlisäverotuksen ulkopuolella (AVL 1501/93, 39 - 40 §). Tämä koskee sekä perusopetusta, toisen asteen opetusta että korkeakouluopetusta. Verottomuudesta huolimatta opiskelijaruokailun arvonlisäverotus ei ole neutraalia. Jos kunnallinen oppilaitos (kunta tai kuntayhtymä) valmistaa itse ateriansa, kunnalla on oikeus saada valtiolta palautuksena tuotantopanoksiin sisältyvä arvonlisävero (AVL 130 §). Tätä mahdollisuutta ei ole yksityisellä verottoman ateriapalvelun tuottajalla. Näin ollen yksityisen palveluntuottajan myydessä kunnalliselle oppilaitokselle opetuksen yhteydessä tarjottavia ateriapalveluja, hintoja korottaa myyjän tuotantopanoksiin sisältyvä piilevä arvonlisävero.

Korkeakouluopiskelijoiden sekä (tiede- että ammattikorkeakoulu) ruokailua tuetaan valtion varoin osana opintotukijärjestelmää (OpintotukiL 1994/65, 49 §). Valtionavustuslain (688/01) nojalla Valtioneuvoston asetuksessa (VN 18.6.2003/564) säädetään korkeakouluopiskelijoiden ruokailun tukemisen perusteista. Asetuksen 3 §:n ja sen voimaantulosäännöksen (13.3.2008) mukaan avustukseen oikeuttava lounas sisältää pääruoan lisäksi juoman, salaatin, leivän ja levitteen. Erikoisannos on kalliimmasta raaka-aineesta valmistettu ateriakokonaisuus. Avustukseen oikeuttavan lounaan enimmäishinta on 4,27 euroa ja erikoisannoksen hinta vähintään 5,32 ja enintään 6,52 euroa. Opiskelijalta aterista perittävää hintaa alennetaan ateriatuen määrällä. Enimmäishintoja on korotettu viimeksi 1.8.2008.

Enimmäishinnan korotus on ollut käytännössä vuosia sidottu valtion budjetista maksettavaan ateriatukeen. Tästä johtuen aterian enimmäishinnan korotuksissa on saattanut olla jopa kolmen vuoden tauko, vaikka raaka-aine ja palkkakustannukset ovat kohonneet. Tämä voi vaikuttaa palvelun laatuun ja saatavuuteen.

### 3.4 Joukkoruokailun sosioekonomiset erityishaasteet ja niihin liittyviä projekteja

Suomalaisten ateriointi vaihtelee sosioekonomisen aseman mukaan, missä ammatti on yksi suurimpia vaikuttimia. Ongelmat korostuvat erityisesti työntekijäryhmissä, jotka työskentelevät pienillä työpaikoilla, liikkuvassa työssä tai vuorotyössä. Yrittäjillä ja kuljetus- ja rakennusaloilla työskentelevillä epäterveelliset elin- ja ruokailutavat ovat tunnettu ongelma. Työmarkkinajärjestöt, sekä työnantajat että työntekijät, ovat keskeisessä asemassa mietittäessä keinoja lisätä joukkoruokailun ja ruokapalvelujen saatavuutta ja käyttöä. Myös ruokatauon pitämiseen ja eväiden syömiseen tulee olla kunnolliset olosuhteet. Työturvallisuuslaki (738/2002, 30§, 48§) edellyttää, että työpaikalla tai sen välittömässä läheisyydessä pitää olla riittävät ja asianmukaisesti varustetut ruokailutilat. Työntekijöiden saatavilla tulee olla riittävästi kelvollista juomavettä. Työnantajan on tarvittaessa järjestettävä yötyötä tekeville työntekijälle mahdollisuus ruokailuun, jos työajan pituus sitä edellyttää ja jos ruokailun järjestä-



minen on olosuhteet huomioon ottaen tarkoituksenmukaista. Ateriasta työnantaja voi periä työntekijältä kohtuullisen korvauksen.

Työterveyslaitoksen Työ ja terveys Suomessa 2006 -haastattelututkimuksen mukaan vain kolmella viidestä vastanneesta oli mahdollisuus työpaikkaruokailuun, ja heistä noin puolet käytti tätä mahdollisuutta (Laitinen ym. 2007). Toimiala ja ammattiryhmä ovat yhteydessä työaikaiseen ateriointiin (Perkiö-Mäkelä ym 2006). Henkilöstöravintolassa työaikana ruokailevia on eniten koulutuksen, rahoituksen, julkishallinnon sekä majoitus ja ravitsemus –toimialoilla työskentelevissä ja vähiten maa- ja metsätalouden, kaupan ja korjauksen sekä rakentamisen toimialalla työskentelevissä. Ammattiryhmistä erityisasiantuntijoissa on eniten ja maanviljelijöissä ja metsätyöntekijöissä vähiten henkilöstöravintoloissa ruokailevia.

Rakennusallalla ruokailuun liittyvien ongelmien ratkaisuna voisi olla työmaaruokaloiden lisääminen. Monet rakennusalan työmaat ovat kuitenkin pieniä, eikä työmaaruokalan pitäminen ole taloudellisesti houkuttelevaa. Työmailla on rakennusalan työehtosopimuksen (VNp 629/1994) mukaan oltava laitteita mukana tuodun ruoan ja juoman säilyttämistä ja lämmittämistä varten, mutta sosiaalitulat ovat usein puutteelliset. Tarvetta on säilytys- ja ruokailutilojen kohentamiseen ja ravintoasioiden ottamiseen kiinteämmin osaksi työterveyshuoltoa ja työsuojelua.

Kuljetusalalla kuljettajien ja työsuhteiden kirjo on laaja: linja-auton kuljettajat, rekka-autojen kuljettajat, työ päiväsaikaan, yötyö, useita päiviä yhtäjaksoisesti jatkuva työ jne. Kuljettajilla on tarkat määräykset taukojen ajoittamisessa ja tauko voi osua sellaiseen aikaan/paikkaan, jossa ei ole mahdollisuutta ruokailuun tai taukotiloja. Tauko koetaan ”pakkona” eikä virkistytymishetkenä. Linja-auton kuljettajien taukopaikka voi olla paikassa, jossa ei ole ruokailumahdollisuutta eikä edes sosiaalituloja. Terminaaleissa, joista kuljettajat lähtevät liikkeelle tulisi olla useammin tarjolla ruoka-/välipalatarjontaa.

Työelämän ulkopuolella oleville ryhmille, kuten työttömille ja ikääntyneille, ei juurikaan ole tarjolla edullisia ruokapalveluja lukuun ottamatta työttömien omia yhdistyksiä tai muita yleishyödyllisiä, aatteellisia tai uskonnollisia yhdistyksiä. Työelämän ulkopuolella olevien tulisi saada edullinen lounas julkisissa ruokapalveluissa, esim. virastoissa, oppilaitoksissa, kouluruokaloissa tai palvelutaloissa. Tuetun aterian tarjoaminen työelämän ulkopuolella oleville vaatisi toimia niin valtion kuin kuntienkin taholta. Etu voitaisiin antaa esimerkiksi eläkeläiskortin tai työttömyystodistuksen perusteella.

### Hyvät Eväät -kampanja

Gallup toteutti syksyllä 2006 Suomen Kuluttajaliiton tilauksesta kyselyn, jossa selvitettiin nuorten rakennusallalla työskentelevien ja sinne kouluttautuvien miesten ruokailutapoja kuten ruokailurytmiä, ruokailun sisältöä ja ruuan valintaan vaikuttavia tekijöitä. Tulosten pohjalta Rakennusliitto käynnisti Hyvät eväät -kampanjan. Alustavien tulosten mukaan rakentajien tietoisuus paremmista ruokavalinnoista on lisääntynyt, ”eväistä” puhutaan enemmän, yleinen kiinnostus terveelliseen ruokavalioon on lisääntynyt ja ainakin osa rakentajista on muuttanut päivittäisiä ruokatottumuksiaan. Lisää tietoa projektista kampanjan kotisivuilla: <http://hyvatevaat.rakennusliitto.net/>.

### Virkeänä ratissa - ruoasta terveyttä tien päälle -hanke

Työterveyslaitoksen, Suomen Sydänliiton ja Condian yhteinen ESR-rahoitteinen projekti, Virkeänä ratissa (2008–2011), tarkastelee kuljetusalan työntekijöiden työaikaisen ruokailun vaikutusta työhyvinvointiin, työkykyyn sekä työ- ja liikenneturvallisuuteen. Hankkeen tavoitteena on edistää ammattikuljettajien työaikaisia terveellisiä ruokailutottumuksia sekä kannustaa tekemään työkykyä edistäviä elämäntapavalintoja. Hankkeella pyritään vaikuttamaan kuljettajiin ja ruokapalvelujen tuottajiin sekä kehittämään virkistäviä ateriavaihtoehtoja ja toimintamalleja yhteistyössä eri vaikuttajatahojen kanssa (Suomen Kuljetus ja Logistiikka SKAL ry, Suomen Taksiliitto, Kesko/Pikoil Oy (Motorest-ravintolat), SOK/ABC-ketjuohjaus, Suomen Bensiinikauppiaitten ja Liikennepalvelualojen Liitto SBL ry, Rahtarit ry, Restel/Helmisimpukka, Linja-autoliitto, Matkailu- ja Ravintolapalvelut MaRa, Auto- ja Kuljetusalan Työntekijäliitto AKT ry, Oy Teboil Ab, JAKK Vantaa ja Jämsän ammattiopisto). Hankkeesta tulee tietoa sivulle [www.ttl.fi](http://www.ttl.fi).

### Lataa lautaseltasi

Ammatillisissa oppilaitoksissa on järjestetty ”Lataa lautaseltasi” –kampanja, jonka tarkoituksena oli tuoda ateriaa näkyvämmäksi ja houkutella nuoret ruokailemaan säännöllisemmin ja terveellisemmin ateriakokonaisuuksina. Kampanjan järjesti Koulutuksen järjestäjien yhdistyksen (KJY) ravintolapalveluverkosto yhteistyössä Päijät-Hämeen koulutus konsernin kanssa. ”Lataa lautaselta” -teema jakautui kolmeen osaan: 1) Energiaa koulupäiväksi (”Kertalatauksella akku täyteen”), 2) Kannattaa syödä joka päivä (Prepaid-lounas: ”Kuukausimaksuton lounasliittymäsi valittavana kaikilla herkuilla. Käytä etu hyväksesi kerran päivässä. Voimassa koko lukuvuoden.”) ja 3) Hyvä fiilis ja yhdessäolo: Puhepaketti-teema: ”Valitse oma lounasrinkisi. Rajaton puheliittymä kaikissa oppilaitoksissa opiskelijaravintoloiden laajakaistoilla.” Projekti on saanut kohderyhmässä hyvän vastaanoton.

### 3.5 Toimenpidesuositus laadukkaiden ruokapalvelujen saatavuuden, houkuttelevuuden ja käytön lisäämiseksi

Työryhmä katsoo, että ruokapalvelujen käytön, saatavuuden ja houkuttelevuuden lisääminen vaatii työntekijöiden, työnantajien, ruokapalvelujen ja julkisen sektorin yhteistyötä sekä ymmärrystä siitä, että ravitsemukseen on syytä panostaa. Erityisen haasteellista on edistää palvelujen saatavuutta ja käyttöä tietyillä ammatti-aloilla sekä pientyöpaikoilla, yrittäjien keskuudessa sekä työelämän ulkopuolella olevissa ryhmissä, kuten työttömät ja ikääntyneet.

Ruokailumahdollisuuksia rajoittavat esimerkiksi ruokailun hinta, työkiire, vaikeudet pitää riittävän pitkä ruokailutauko, työaikaan liittyvät järjestelyt esimerkiksi liikenne- ja vuorotyössä, ruoan laatu sekä sopivien ruokailupaikkojen puute. Ruokapalvelujen kehittämisen rinnalla on siksi syytä panostaa myös siihen, että työpaikoilla on asianmukaiset ja viihtyisät sosiaalililat eväsruokailuun.

#### Työryhmä esittää seuraavia toimenpiteitä:

- 1) Kuntien ja valtion on turvattava riittävät taloudelliset ja muut resurssit joukkoruokailulle, jotta sen laatutasoa pystytään ylläpitämään ja kehittämään. Ruokapalveluja kilpailuttaessa laadun on oltava ehdoton valintakriteeri taloudellisten kriteerien rinnalla. Työryhmän esittämien ravitsemuslaadun kriteerien lisäksi on joukkoruokailussa huomioitava myös muut laatutekijät kuten ruoan aistinvarainen laatu ja ruokailutilojen viihtyvyys sekä kestävän kehityksen tukeminen.
- 2) Olemassa olevien julkisten ruokapalvelujen käyttö pitäisi tehdä mahdolliseksi myös työelämän ulkopuolella oleville kuten työttömille ja eläkeläisille sekä niille työntekijöille, joilla ei ole mahdollisuutta työpaikkaruokailuun. Käytännön toteutus (kohteet, turvallisuus, edullinen hinnoittelu, käyttäjäryhmät) tulee miettiä paikalliset olosuhteet huomioon ottaen. Kuntatasolla ruokapalvelut tulee suunnitella osana terveyttä edistävää ja terveysongelmiä ehkäisevää poikkihallinnollista toimintaa. Suunnitelmien toteutumista ja tavoitteiden saavuttamista tulee aktiivisesti seurata.
- 3) Ravitsemuksellisesti laadukkaiden aterioiden tarjontaa ja työpaikkaruokailua tulee tukea verotuksellisin ja työmarkkinapoliittisin keinoin. Henkilöstöruokailun tukijärjestelmää on kehitettävä terveellisempiä vaihtoehtoja suosivaksi. Tätä varten tulee kehittää ja etsiä menetelmiä, joilla voidaan tarjota kuluttajalle mahdollisuus edullisempaan ruokailuun toimipisteissä, jotka ovat sitoutuneet ravitsemuskriteerit täyttävien aterioiden tarjontaan.
- 4) Työnantajien, työsuojelun ja työterveyshuollon tulee panostaa terveyttä ja työkykyä edistävään työaikaisen ruokailun edistämiseen erityisesti pienillä ja keskisuurilla työpaikoilla. Tämä edellyttää olosuhteisiin vaikuttamista niin, että työpaikan ruokailu- ja taukotilat ovat viihtyisät ja siistit, ruoan säilytys- ja lämmitysmahdollisuudet hyvät ja työ organisoidaan niin, että ruokatauko on mahdollista pitää sopivaan aikaan. Työntekijöillä tulee olla mahdollisuus osallistua ruokailun järjestelyn suunnitteluun ja saada tarpeen mukaan neuvontaa esimerkiksi eväsruokailun toteutuksesta. Työn hankaloittaessa työaikaisen ruokailun toteutusta (esimerkiksi vuorotyö, liikkuva työ, ulkotyö ja fyysisesti raskas työ) on tärkeää mahdollistaa työntekijöiden terveyttä edistäviä ateria- ja välipalavalintoja ja tukea heitä niihin. Erityisryhmien kohdalla on perusteltua käyttää työterveyshuollon asiantuntijapätevyden omaavan ravitsemusterapeutin apua.
- 5) Ruokapalveluja ja niihin vaikuttavia toimenpiteitä (lainsäädäntö, ohjeet, koulutus, viestintä, suositukset ja ohjelmat tms.) tulee kehittää kaikilla yhteiskunnan sektoreilla ja hallinnonaloilla niin, että ne ottavat huomioon eri väestöryhmien ravitsemukselliset tarpeet.

## 4 Ruoan ravitsemuslaatu

Joukkoruokailun kattavuus maassamme tekee sen oivalliseksi välineeksi parantaa väestön ravitsemustottumuksia ja vaikuttaa yleiseen terveydentilaan. Erityisesti lounasateriat ovat merkityksellisiä, sillä niitä syö suuri joukko suomalaisia ja heistä monille lounas on päivän ainut lämmin ateria. Säännöllisesti toistuvana lounasruoalla on ruokatottumuksia ohjaava sekä ravitsemuskasvatuksellinen merkitys. Terveellinen ateriajärjestelmä on osa terveyttä edistävää ympäristöä.

Joukkoruokailun ravitsemuslaadun seurannassa on tärkeää keskittyä tarkastelemaan niitä ravintoaineita ja elintarvikkeita, jotka parhaiten kuvaavat ruoan yleistä ravitsemuslaatua. Tavoitteena on, että kaikilla on mahdollisuus syödä ravitsemussuosituksen mukaisesti. Asiakasta pitää informoida terveellisestä ateriakokonaisuudesta ja ohjata suositellun aterian koostamiseen. Ruoan on oltava myös maukasta ja houkuttelevasti tarjolla.

Elintarvikehankinnoissa ja ateriatarjonnassa muut tekijät syrjäyttävät usein ravitsemuslaadun. Vuonna 2007 tehty kysely ruokahuollosta vastaaville osoitti, että vaikka ravitsemuslaatu koetaan tärkeänä, hankinnoista vastaavat joutuvat tasapainoilemaan hinnan ja terveellisyyden välillä ja hankintapäätöksissä hintaa painotetaan eniten (Pelto-Huikko & Ohtonen 2008). Jotta ruoan ravitsemuslaatu olisi terveyttä edistävää, on se huomioitava elintarvikkeita ja ruokapalveluja kilpailutettaessa.

### 4.1 Yleistä ravitsemuslaadusta ja sen indikaattoreista

Valtion ravitsemusneuvottelukunnan suositukset (2005) korostavat energian saannin ja kulutuksen tasapainottamista, kuitupitoisten hiilihydraattien sekä kasvien, hedelmien ja marjojen saannin lisäämistä, sokerin ja suolan saannin vähentämistä sekä kovan rasvan saannin vähentämistä ja osittaista korvaamista pehmeillä rasvoilla. Näitä keskeisiä tavoitteita voidaan käyttää aterioiden terveellisyyden indikaattoreina: jos ne ovat ateriasa kohdallaan, ruoka on terveyttä edistävää. Samalla myös vitamiinien ja kivennäisaineiden saanti asettuu hyvälle tasolle, edellyttäen että elintarvikkeita käytetään monipuolisesti. Ruokapalvelussa monipuolisuus tarkoittaa riittävää ruokalistakiertoa ja Suomen oloissa myös jokaviikkoista kala-aterioiden tarjoamista. Ravitsemussuosituksen viesti kohtuullisuudesta konkretisoituu lautasmallin esille tuomisena malliateriasa.

Ravitsemuslaatua kuvaavat indikaattorit ruokapalvelussa voivat olla monen tyyppisiä. Indikaattorit voivat kohdistua esimerkiksi hankittavien elintarvikkeiden ravitsemuslaatuun, keittiön käytäntöihin ruoanvalmistuksessa sekä tarjottavien tuotteiden, aterioiden ja ateriakokonaisuuksien ravintosisältöihin. Valittujen indikaattoreiden tulee kuitenkin aina olla yhteydessä kansallisiin ruokailutottumuksiin ja niissä havaittujen ravitsemusongelmien korjaamiseen. Indikaattoreiden toteutumista voidaan arvioida suoraan testaamalla esimerkiksi ravintoaineiden (esim. rasva) pitoisuutta tarjottavassa ruoassa tai epäsuorasti selvittämällä ruokapalvelun tilaamat elintarvikkeet ja niiden käytön useus.

Eri maissa on käytössä erilaisia elintarvikkeiden ravitsemuslaadun indikaattoreita kuten Iso-Britanniassa kehitetty liikennevalojärjestelmä, Hollannin Healthy choices, Ruotsissa kehitetty avaimenreikäsymboli, joka on nyt käytössä myös Tanskassa ja Norjassa sekä Suomen Parempi valinta -Sydänmerkki. Joissakin maissa merkintäjärjestelmä on laajennettu koskemaan myös terveellisiä aterioita kuten Suomessa (Sydänmerkki), Ruotsissa (avaimenreikä) ja Aust-

raliassa (Tick-merkintä). Merkintäjärjestelmissä on huomioitu maan ruokakulttuurin erityispiirteet, esimerkiksi Australiassa merkintä kohdistuu siellä tyypillisesti nautittaviin ruokalajeihin, kuten voileipiin, hampurilaisiin, kiinalaiseen pikaruokaan, pitsoihin ja piirakoihin. Merkintäjärjestelmien tavoitteena on muokata tarjontaa terveellisemmäksi eli vähemmän energiaa, kovaa rasvaa ja suolaa sisältäviksi vaihtoehtoiksi. Järjestelmien ylläpitäjät vaihtelevat kansanterveysjärjestöistä elintarviketeollisuuteen ja viranomaisiin.

Tutkimusten mukaan aterioista annetut sisältötiedot ja terveellisten valintojen esilletuominen näyttävät parantavan tyytyväisyyttä ruokiin ja lisäävän vähärasvaisten aterioiden valintaa. Ne myös auttavat ruokailijoita tekemään yleisesti terveellisempiä ruokavalintoja. Työpaikkalounas voi toimia mallina myös muille päivän ruokailuille ja siten parantaa ruokavalion laatua (Resnick ym. 1999). Teoreettisten laskelmien mukaan siirtyminen runsassuolaisesta ateriatarjonnasta vain vähän suolaa sisältävään tarjontaan vähentää keskimääräisellä tasolla väestön suolansaantia (Pietinen ym. 2008).

## 4.2 Sydänmerkki-ateria

Työryhmän suosittelemien ruokapalvelujen hankintakriteerien pohjana on käytetty Sydänliiton Sydänmerkki –ateriajärjestelmää ([www.sydanmerkki.fi](http://www.sydanmerkki.fi)). Siksi sen sisältöä ja kehittämistä esitellään tässä tarkemmin. Suositusten mukaisia aterioita voidaan toki valmistaa ja tarjota ilman, että haetaan Sydänmerkki-aterian käyttöoikeutta. Kehittelyn lähtökohtana on ollut lautasmallin mukainen terveyttä edistävä ateria, joka sisältää pääruoan mahdollisine lisäkkeineen sekä aterian muut lisäkkeet. Indikaattoriravintoaineiden määrät on johdettu Valtion ravitsemusneuvottelukunnan suosituksesta. Järjestelmään kuuluu myös ruokailijoiden informoiminen suositellusta ateriakokonaisuudesta.

Sydänmerkki-ateriajärjestelmän sisältö perustuu osin Arkilounaskriteeristön (Vanhala ym. 2004; Suomen Sydänliitto 2006, Peltto-Huikko & Ohtonen 2008) käytöstä saatuihin kokemuksiin. Sydänmerkki-ateriajärjestelmää on testattu erityyppisissä ruokapaikoissa vuoden 2007 aikana. Testauksen perusteella järjestelmä osoittautui melko toimivaksi, mutta siihen tehtiin kuitenkin ruokapaikoilta ja asiakkailta saadun palautteen perusteella joitakin muutoksia. Esimerkiksi keittojen suolapitoisuutta ja pääruokien lisäkkeiden rasva- ja suolalisiä tarkistettiin. Järjestelmän mukainen ateriatarjonta jäi helposti ruokailijoilta huomaamatta, joten ruokailijoihin kohdistuvaa informaatiota koettiin tärkeäksi lisätä. Sydänmerkki-ateriasta kertovat merkinnät ruokalistoissa, kyltit ruokapöydissä ja malliateriat oli huomattu pilottina olleissa työpaikkaruokaloissa hyvin. Suurin osa vastaajista on pitänyt järjestelmää hyödyllisenä (Peltto-Huikko & Ohtonen 2008). Oleellista on myös ravintolahenkilöstön tiedon taso: jos terveellistä ruokaa ja ruoanvalmistusta arvostetaan, se välittyy haluna valmistaa terveellistä ruokaa ja antaa siitä ruokailijoille positiivista ja oikeaa tietoa.

Sydänmerkki-ateriajärjestelmä lanseerattiin ruokapalveluille ja elintarviketeollisuudelle marraskuussa 2007. Siitä lähtien järjestelmästä on järjestetty esittely- ja koulutustilaisuuksia ruokahuollosta vastaaville.

### Sydänmerkki-aterian ravintosisältö ja koostaminen

Sydänmerkki-aterian ravintosisältö on johdettu ravitsemusneuvottelukunnan suosituksesta. Käytännön lähtökohtana Sydänmerkki-aterian kriteereitä määritettäessä ovat kevyttä työtä

tekevän, kohtalaisesti liikkuvan aikuisen energiantarve, 1800 kcal/pv ja lounasaterian energiamäärä 600 kcal, kolmannes päivän energiantarpeesta.. Jos ruokailijan energiantarve on tätä suurempi tai pienempi, aterian kokoa voidaan lautasmallin periaattein hieman suurentaa tai pienentää. Nämä muutokset eivät kuitenkaan aiheuta muutoksia aterian kriteereihin. Kun kriteerit ilmoitetaan painoyksikköä kohden (g /100 g), annoskoot ovat käytännössä helposti muunneltavissa eri energiantarvetasojä vastaaviksi.

Aterian terveellisyttä kuvaavat indikaattorit, rasvan määrä ja laatu sekä suolan määrä, määräytyvät ravitsemussuositusten pohjalta. Kuitenkin suolan enimmäissaantimäärä on määritetty 40 %:iin päivän enimmäissaantisuosituksesta (5 g) ja rasvan enimmäismäärä 35 %:iin aterian energiamäärästä. Prosenttilukuihin päädyttiin aterialaskelmien perusteella. Suolan enimmäissaantina on käytetty 5 g on VRN:n suosituksessa pitkän aikavälin väestötavoite. Luku ei sisällä VRN:n suosituksesta poiketen elintarvikkeiden luontaista natriumia, vaan ainoastaan lisätyn ruokasuolan.

### **Sydänmerkki-aterian ravintosisältö:**

- energiaa 1/3 päivän energiantarpeesta, esimerkiksi 600 kcal
- rasvaa enintään enintään 35 % energiasta, esimerkiksi 23 g/600 kcal:n ateria
- kovaa rasvaa enintään 1/3 rasvasta, esimerkiksi 8 g/600 kcal:n ateria
- suolaa enintään 2 g – enintään 40 % päivän enimmäissuosituksesta, 5 g:sta

### **Sydänmerkki-ateria rakentuu lautasmallin mukaan:**

- suositukset täyttävä pääruoka mahdollisine peruna-, pasta- tai riisilisäkkeineen

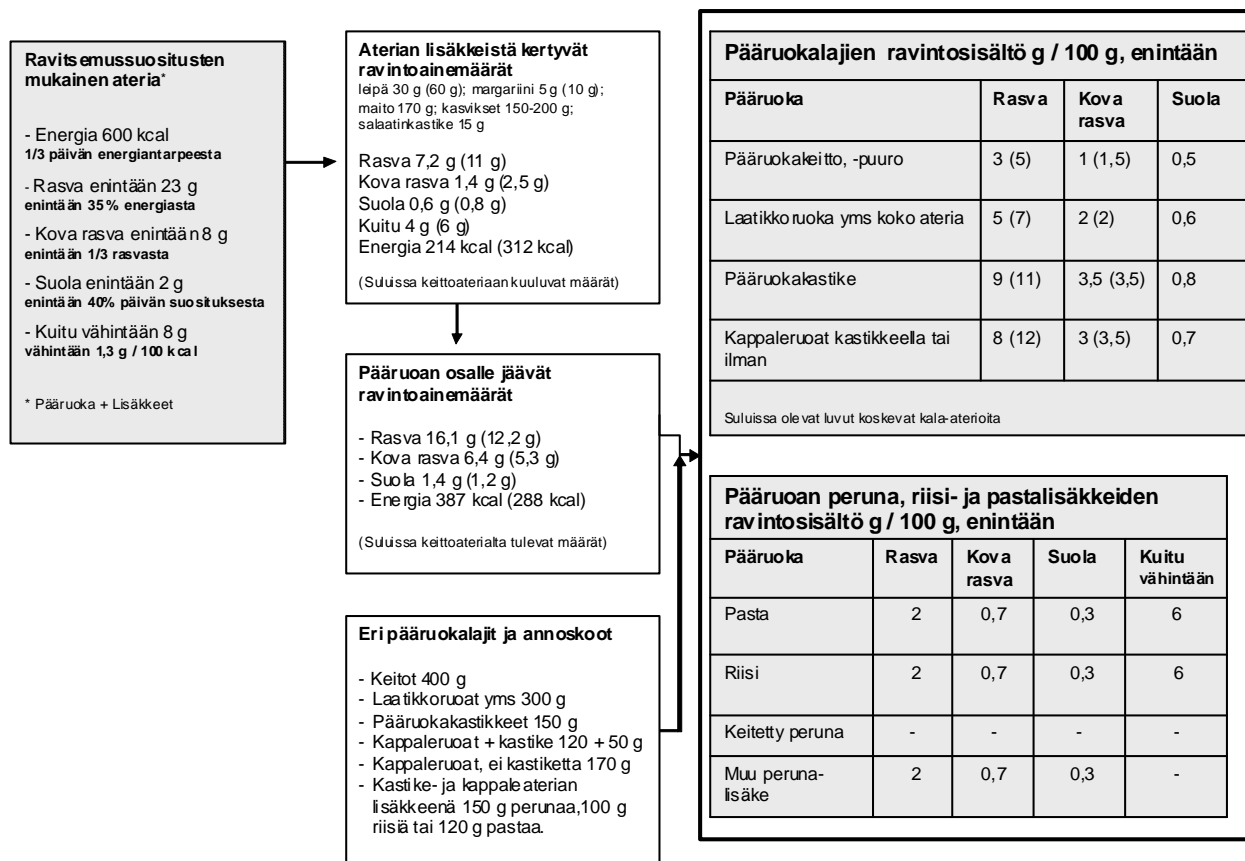
### **Aterian muut lisäkkeet:**

- leipää, joka sisältää runsaasti kuitua (min 6 g/100 g) ja vain vähän suolaa (maks. 0,7 g/ 100g. )Esimerkiksi 600 kcal:n ateriasa 1 viipale (30g), keiton kanssa 2 viipaletta (60 g)
- rasvatonta maitoa tai piimää lasillinen (170 g)
- margariinia (rasvapitoisuus 60 %, vähän suolaa). Esimerkiksi 600 kcal:n ateriasa 5 g, keiton kanssa 10 g
- tuoresalaattia ja/tai kypsennettyjä kasviksia vähintään 150–200 g
- öljypohjaista salaatikastiketta 15 g

Pääruoan osalle tulevat ravintoainemäärät on saatu vähentämällä lisäkkeistä kertyvät ravintoainemäärät laskennallisen 600 kcal:n aterian määrästä (kuva 2). Oletuksena siis on, että lisäkkeet ovat jokaisessa ateriasa samat paitsi keittoaterioissa, joissa leivän ja leipärasvan määrä on suurempi. Loput aterioiden ravintoarvomäärät jäävät pääruoalle. Koska erityyppisiä pääruokia nautitaan aterioilla eri määriä (vrt. pääruokakastike tai keitto), ovat kriteerit erityyppisille ruokalajeille erilaisia. Pääruokalajien annoskoot eivät sinänsä ole kriteeri, vaan viitteellinen laskennan peruste. Kala-aterioissa sallitaan muita korkeammat rasva-arvot kalanrasvan terveyttä edistävien ominaisuuksien vuoksi.

Ravintosisältöluvuissa on otettu huomioon ruokien kypsennyshävikki, eli luvut koskevat valmista ruokaa, paitsi riisin ja pastan kuitu, joka on ilmoitettu kuiva-aineesta. Suolalla tarkoitetaan lisättyä ja elintarvikkeista tulevaa ruokasuolaa, luvussa mukana ei ole elintarvikkeiden luonnostaan sisältämää natriumia. Aterian lisäkkeiksi ja pääruokien vaihtoehdoiksi sopivat suoraan Sydänmerkillä varustetut elintarvikkeet ja valmisruoat.

### Sydänmerkkiaterian kriteerien muodostuminen



**KUVA 2.** Sydänmerkki-aterian kriteerien muodostuminen.

Kuitupitoisuus ei pääruoissa ole merkityksellinen. Sen sijaan oleellisia kuidun saannin varmistamiseksi ovat kuitupitoinen leipä, salaattit ja kuitua sisältävät pääruoan mahdolliset lisäkkeet. Koviin rasvoihin kuuluvan transrasvan määrä on pääaterioissa niin vähäinen, että se on jätetty laskelmissa huomiotta.

Kriteereitä määritettäessä on huomioitu ravitsemussuosituksen lisäksi myös suurkeittiöiden mahdollisuudet toteuttaa kriteereitä käytännössä sekä kuluttajien makutottumukset. Esimerkiksi keittojen suolakriteeriä on jouduttu väljentämään suosituksen luvuista (0,3 g suolaa/100g -> 0,5 g:ksi), samoin riisi-, pasta- ja perunalisäkkeisiin sallittiin käytännön syistä vähäinen rasva- ja suolalisäys. Kriteerien toimivuus on testattu laajasti käytännön työssä.

Kun ruokapalvelunjärjestäjä haluaa varmistaa terveellisten aterioiden tarjonnan, se laskee ja säätää reseptiikkansa kriteereitä vastaaviksi käyttämällä luotettavia ravintolaskentaohjelmia (mm. Aromi, Aivo, Aterix). Ruoanvalmistus tapahtuu tarkasti näiden vakioitujen ruokaohjeiden mukaan. Aterian lisäkkeiden suosituksen mukaisuus pitää myös varmistaa. Ruokapalveluiden tarjoaja voi käyttää Sydänmerkki-tunnusta hakemalla Sydänmerkki-aterian käyttöoikeut-

ta. Edellytyksinä on, että, ateriakokonaisuuden ravitsemukselliset kriteerit täyttyvät ja palvelun tarjoaja sitoutuu informoimaan asiakasta aterian koostamisesta. Tarjolla voi olla myös suosituksista poikkeavia aterioita ja elintarvikkeita. Suosituksenmukaiseen tarjontaan kuuluvat vaihtoehdot on kuitenkin tuotava selkeästi esille. Suosituksen mukaisia aterioita on mahdollista valmistaa ja tarjota sekä asiakkaita informoida terveellisistä ateriakokonaisuuksista myös ilman Sydänmerkki-aterian käyttöoikeuden hakemista. Ruoka voidaan valmistaa Sydänmerkki-aterian kriteerein ja asiakasta informoidaan palveluntarjoajan omin keinoin.

### 4.3 Asiakkaiden ohjaaminen terveellisiin valintoihin

Tarjotun ruoan ulkonäön perusteella on vaikeaa tai mahdotonta arvioida sen ravitsemuksellista laatua. Jotta terveyttä edistävät valinnat ovat mahdollisia, ruokapalvelujen käyttäjät tarvitsevat tietoa tuotteiden ravitsemuslaadusta sekä tasapainoisista ja kohtuullisista ateriakokonaisuuksista. Tietoa voidaan antaa monella eri tavalla, esimerkiksi kertomalla ruokalistassa olevien annosten ja lisäkkeiden ravintosisällöstä, kertomalla mitkä ovat suositeltavat vaihtoehdot ruokalistalla, esittelemällä päivän tarjonnasta koostettuja malliaterioita, merkitsemällä suositeltavat valinnat erilaisilla linjastomerkeillä sekä järjestämällä erilaisia kampanjoita ja teemapäiviä hyvistä valinnoista.

Malliateria on hyvä keino ohjata asiakasta valitsemaan tasapainoinen kokonaisuus tarjolla olevasta valikoimasta. Malliaterialla tarkoitetaan yleensä päivittäisestä ateriatesta nähtäville asetettua ateriakokonaisuutta, joka osoittaa suositeltavan ateriakokonaisuuden osat ja niiden suositeltavat annoskoot. Malliateria rakennetaan yleensä ns. lautasmallin mukaiseksi. Lautasmalli on valtion ravitsemusneuvottelukunnan (VRN) ohje hyvän aterian koostamiseen, jonka mukaan puolet lautasesta täytetään kasviksilla, neljännes liha-, kala- tai munaruoaalla ja neljännes pääruoan lämpimällä lisäkkeellä. Lisäksi lautasmalliin kuuluvat lasillinen ruokajuomaa, leipä ja margariini. Lautasmalli toimii hyvin riippumatta annoksen koosta ja ohjaa esimerkiksi riittävään kasvien käyttöön ja kohtuullisuuteen pääruoan annostelussa. Alla on esimerkki malliateriasta:



Sydänliitto ja Diabetesliitto

KUVA 3. Esimerkki lautasmallin periaatteiden mukaan koostetusta malliateriasta.



Malliateria voidaan koostaa ko. päivänä tarjolla olevasta valikoimasta, tai sitten sen tilalla voi olla vaikka kuva suositeltavasta ateristiasta. Kuvien kohdalla tulee huolehtia siitä, että ne vastaavat päivän tarjontaa eli esimerkiksi erilaiset keittoateriat, pasta-ateriat, pataruoat, wokit ja vastaavat tarvitsevat erilaista ohjeistusta kuin esimerkiksi kuvan 3 ateriat. Esimerkkikuvia eri ateriatyypeistä löytyy muun muassa VRN:n verkkosivuilta: [www.mmm.fi/ravitsemus-neuvottelukunta](http://www.mmm.fi/ravitsemus-neuvottelukunta) Kuvaus voi olla sanallinen. Keskeistä on, että kuluttaja voi sen avulla tehdä terveyttä edistäviä valintoja päivän tarjontaa hyödyntäen.

Tarjolla olevia aterioita voidaan myös kuvata muilla tavoin ja antaa myös niiden keskeisestä ravintosisällöstä ja raaka-aineiden valinnasta sanallista ja numeerista tietoa. Esimerkiksi aterian ja sen eri osien energiasisältö on useille kuluttajalle hyödyllistä tietoa joka voi auttaa painonhallinnassa.

### Malliateria Sydänmerkki-ateriajärjestelmässä

Sydänmerkki-ateriajärjestelmässä ruokapalvelun velvollisuutena on informoida asiakasta suositeltavasta ateristiasta malliaterian avulla. Malliateria tulee koota päivän ateristiasta ja siinä pitää näkyä, että kyseessä on suositusten mukainen eli Sydänmerkki-ateria. Lisäksi ruokalistassa pitää suositeltu ateriat olla merkittynä. Merkki voi olla Sydänmerkki, jos oikeus sen käyttöön on haettu, tai vastaava. Ruokalistamerkintöjen avulla asiakas tietää, mikä tai mitkä tarjolla olevista pääruokavaihtoehtoista ovat terveellisiä (Kuva 4). Lisäksi erilaisten linjastomerkitöjen avulla osoitetaan terveelliset valinnat muun tarjonnan joukosta. Sydänmerkki-ateriajärjestelmään on kehitetty erilaisia merkintävälineitä asiakkaiden informoimiseksi. Tavotteena on, että terveellisen aterian valitseminen on asiakkaalle mahdollisimman helppoa.

## Menu 14. - 18.9.

### Maanantai

- Naudanliha-juureskastiketta 
- Kookos-papukeittoa intialaisittain


### Tiistai

- Siskonmakkarakeittoa
- Soijamakaronilaatikkoa 
- Puolukkarahkaa


### Keskiviikko

- Seitiä curry-paprikakastikkeessa 
- Falafel-pyöryköitä

### Torstai

- Naudanliha-borssikeittoa
- Yrttistä kasvistäytettä uuniperunalle 
- Omenapiirasta ja vaniljakastiketta

### Perjantai

- Miedosti savustettua lohta 
- Kasvismusakaa

## Hyvää ruokahalua!

KUVA 4. Esimerkki Sydänmerkki -aterioita sisältävästä ruokalistasta.

### Malliateria määrittää annoskoko

Malliaterian kokoamisessa voi hyödyntää valmiiksi laskettuja esimerkkiannoskokoja (taulukko 1). Ko. määrien mukaan koostetun aterian energia ja ravintoainepitoisuudet ovat riittäviä kevyttä työtä tekeväälle ja kohtuullisesti liikuntaa harrastavalle aikuiselle. Malliaterialla on mahdollista vaikuttaa myös ylipainon vaaraa vähentävästi. Kokemuksen mukaan ihmiset syövät usein tarvettaan suurempia annoskokoja. Asiakaskunnasta riippuen aterian osien annoskokoja voidaan kuitenkin suurentaa tai pienentää lautasmallin idean mukaan.

**TAULUKKO 1. Esimerkkiannoskokoja 600 kcal:n malliaterialle**

<b>pääruoat</b>	<b>annoskoko / g</b>
keitot	400
laatikkoruoat, risotot, pasta-ateriat, ateriasalaatit, pizza	300
pääruokakastikkeet	150
Kappaleruoat + kastike: esim. pihvit, ohukaiset, murekeruoat, kääryleet, broilerin liha ilman nahkaa	170 (pääruoka 120g, kastike 50g)
<b>pääruoan peruna-, riisi- ja pastalisäkkeet</b>	<b>annoskoko / g (kypsänä)</b>
pasta	120
riisi	100
keitetty peruna	150
muu perunalisäke (esim. perunasose, lohko-perunat, uuniperuna)	150
<b>muiden aterian osien annoskoot</b>	<b>annoskoko / g</b>
leipä	30, keittoaterialla 60
margariini tai muu kasvirasvavete	5, keittoaterialla 10
maito tai piimä	170
tuoresalaatti tai kasvikset	150–200
salaatinkastike	15

## 4.4 Ravitsemuslaatu elintarvikkeiden hankinnassa

Elintarvikkeiden ravitsemuslaatu on tärkeä, koska se vaikuttaa yleensä olennaisesti aterioiden ravitsemukselliseen laatuun. Elintarvikkeiden ravitsemuksellisilla laatukriteereillä pyritään saamaan suurkeittiössä käytettävät elintarvikkeet mahdollisimman hyvin terveellistä ateriatarjontaa tukeviksi. Koska suurkeittiöiden mahdollisuus hankkia terveellisiä tuotteita riippuu markkinoilla olevasta tarjonnasta, on elintarviketeollisuudella keskeinen merkitys riittävän tarjonnan varmistajana. Oleellista on myös se, että raaka-aineet valmistetaan ruoaksi terveellisin periaattein.

Ruokapalveluissa käytettävien elintarvikkeiden laatuun liittyvillä kriteereillä (Vanhala ym. 2004) ei saa tietoa valmistettujen aterioiden tarkasta ravintosisällöstä, mutta ne toimivat eräänlaisina poissulkukriteereinä: jos ruoanvalmistuksessa vältetään runsaasti rasvaa, kovaa rasvaa ja suolaa sisältäviä elintarvikkeita, on epätodennäköistä, että valmis ateria sisältäisi runsaasti kovaa rasvaa ja suolaa. Erityisesti rasvaisen kerman, runsasrasvaisten valmisruokien, rasvaisen lihan ja voin käyttö ruoanvalmistuksessa näyttää Arkilounas-kriteereistä tehdyn selvityksen (Vanhala ym. 2008) mukaan olevan yhteydessä valmistetun ruoan sisältämän tyydyttyneen rasvan ja rasvan kokonaismäärän kanssa. Sen sijaan suolamäärään eniten vaikuttavaa tekijää, ruoan suolapitoisuutta, ei voi näiden laadullisten kriteerien avulla selvittää, vaan siihen tarvitaan laskentaa tai analysointia.

Aterian suolapitoisuuden kannalta on olennaista kiinnittää huomiota ruoanvalmistuksessa käytettyyn suolaan ja runsaasti suolaa sisältäviin valmisruokiin, mutta myös tarjolla olevien leipien suolapitoisuuksiin.

Elintarvikkeiden ravitsemuksellista laatua arvioitaessa oleellista on keskittyä erityisesti niihin jokapäiväiseen ateriatarjontaan liittyviin elintarvikkeisiin jotka ovat ravitsemuksen kannalta keskeisiä. Suomessa tällaisia ovat maitotuotteet ja niiden kaltaiset valmisteet, rasvat, liha ja lihavalmisteet sekä leipä ja valmisruoat. Erityistilanteet ja niiden gourmet-tuotteet ovat asia erikseen, joskaan ruoan herkullisuus ei useinkaan ole kiinni rasvan laadusta tai suolan määrästä.

## 4.5 Hankintalainsäädäntö ravitsemuslaadun näkökulmasta

### 4.5.1 Yleistä hankintalainsäädännöstä

Lailla julkisista hankinnoista 348/2007 (hankintalaki) on pantu Suomen osalta täytäntöön Euroopan parlamentin ja neuvoston direktiivi 2004/18/EY, joka koskee palveluja, tavaroita ja julkisia rakennusurakoita. EU-oikeudellisesta taustasta johtuen hankintalainsäädännöllä on useita erilaisia päämääriä: yhteismarkkinoiden avaaminen julkisissa hankinnoissa, kilpailun edistäminen, menettelyn yhdenvertaisuuden turvaaminen puuttamalla epätasapuolisiin ja syrjiviin menettelytapoihin ja hallinto-oikeudellinen kontrolli. Lisäksi kilpailun edistämiseen liittyviä tavoitteita ovat julkisten varojen käytön tehostaminen ja laadukkaiden hankintojen tekemisen edistäminen.

Tavara- ja palveluhankintoihin sovelletaan hankintalakia pääsääntöisesti silloin, kun hankinnan tekee julkisyhteisöön kuuluva hankintayksikkö. Hankintalakia ei sovelleta alle 15 000<sup>3</sup> euron tavara- tai palveluhankintoihin.

Valtioneuvosto on 8.4.2009 antanut periaatepäätöksen kestävien valintojen edistämisestä julkisissa hankinnoissa. Sen tavoitteisiin kuuluu myös ruokapalvelujen elintarvikehankintojen kestävyuden lisääminen: luonnonmukaisesti tuotettua, kasvisruokaa tai sesonginmukaista ruokaa on oltava tarjolla valtionhallinnon ruokapalveluissa vähintään kerran viikossa vuoteen 2010 mennessä ja vähintään kaksi kertaa viikossa 2015 mennessä. Periaatepäätös korostaa tavoitteellista hankintapolitiikkaa ja hankintojen järjestämistä tavoitteellisen hankintastrategian mukaan. Johdon ja päätöksentekijöiden tulee sitoutua hankintojen toteuttamiseen. Hankintayksiköllä tulee olla riittävä asiantuntemus. Tavoitteen edistämiseksi julkisissa hankinnoissa tulee olla määrälliset tavoitteet ja aikataulut. Myös sen toteutumista tulee seurata ja siitä raportoida. Näin uudenlaisten hankintojen tekemisestä tulee osa normaalia hankintaprosessia (VNPP 2009).

Hankintalainsäädäntö keskittyy hankintamenettelyn arviointiin eikä siihen, kenen tai minkä tarjouksen tulisi voittaa tarjouskilpailussa. Hyvään lopputulokseen eli oikeaan hankintaan pyritään siten, että poistetaan hankintamenettelyn virheet. Yrityksillä ei ole mitään subjektiivista oikeutta vaatia juuri tietynlaista menettelyä ja tiettyjen kilpailutekijöiden huomioon ottamista. Myöskään valitusinstanssi ei määrää tiettyä tarjoajaa valittavaksi vaan hankintayksikön korjaamaan virheellisen menettelynsä. Hankintalaki mahdollistaa, että julkinen sektori itse osallistuu tarjouskilpailuun.

#### **4.5.2 Julkinen hankinta ja ravitsemuslaatu hankintakriteerinä**

Ennen hankintaa on tiedettävä, mitä aiotaan hankkia ja ratkaisevin vaihe sen määrittelyyn on tarjouspyynnön laatiminen. Hankintayksiköllä on tältä osin laajaa harkintavaltaa.

Tarjouspyynnölle laissa (348/2007) asetetut vaatimukset ovat vähimmäisvaatimuksia kuten hankinnan kohteen määrittely, viittaus julkaistuun hankintailmoitukseen, määräaika tarjousten tekemiselle, osoite, johon tarjoukset on toimitettava, tarjoajien taloudellista ja rahoituksellista tilannetta, teknistä kelpoisuutta ja ammatillista pätevyyttä koskevat vaatimukset asiakirjoihin. Lisäksi tulee selvittää tarjouksen valintaperuste tai käytettäessä kokonaistaloudellista edullisuutta, tarjouksen vertailuperusteet ja niiden suhteellinen painotus sekä tarjousten voimassaoloaika. Vaatimukset voivat vaihdella eri hankintamenettelyissä.

Tarjouspyyntöön tulee ottaa muita tietoja, jos tällaisilla tiedoilla on merkitystä hankinnan kannalta. Jos esimerkiksi tietyillä sopimusehdoilla on merkitystä tarjousten tekemisessä, niiden tulee ilmetä tarjouspyynnöstä. Tarjouspyynnön kokonaisuutena kaikkine liiteasiakirjoihin on oltava riittävän selkeä.

Tarjouspyynnössä hankinnan kohde on määriteltävä käyttäen hyväksi täsmällisiä teknisiä eritelmiä tai muita laatuvaatimuksia. Palvelujen osalta käytetään yksinkertaisesti laatuvaatimuksia. Jos ravitsemuslaadulla on merkitystä hankinnassa, ei tarjouspyynnössä voi lausua hankit-

---

<sup>3</sup> Kynnysarvot ovat kaksinkertaistumassa vuoden 2010 alussa

tavaksi vain X kpl tuotetta, palvelu Y välille 1.1.2009–31.12.2010. Tällöin kilpaillaan vain hinnalla.

Laaja harkintavalta asettaa vaatimuksia hankintayksikön osaamiselle. Ruokapalveluhankinta on valmistettava huolellisesti ja hankintayksiköllä täytyy olla selvänä mielessään, millaista ravitsemuksellista laatua se hankkimiltaan elintarvikkeilta ja tarjoamiltaan aterioilta edellyttää. Vaatimus ei voi olla ylimalkainen vaan se tulee pitää sisällään selkeän mittapuun, jota yksikkö tulee tarjousten valinnassa käyttämään. Elintarvikehankinnoissa voidaan asettaa vaatimuksia liittyen esimerkiksi tuotteen kokoon, painoon, suola- ja rasvapitoisuuteen tai muuhun ravintoainepitoisuuteen, muotoon ja rakenteeseen. On muistettava, että jos markkinoilla ei ole riittävästi vaatimuksenmukaisia tuotteita, voidaan syyllistyä siihen, että välillisesti vain yhden valmistajan tuotteet täyttävät vaadittavat ominaisuudet. Tällöin hankinta saattaa olla syrjivä ja se voidaan markkinaoikeuden toimesta kumota.

Ennen tarjouspyynnön laatimista hankintayksikön on käytännössä tehtävä hankinnan kohteeseen liittyviä selvityksiä. Tarjoajien toimiala ja markkinatilanne on tunnettava. Sopimus-kumppanien määrää ja palvelutuotannon rakennetta on arvioitava oikean hankintamenettelytavan valitsemiseksi. On selvitettävä, hankitaanko pelkkää palvelua vai liitetäänkö siihen tuotantotilojen vuokraus. Myös sopimuskausi on päätettävä. Hankintamenettely on toteutettava niin tasapuolisesti ja avoimesti, että myös muut kuin ennestään tunnetut palvelutarjoajat voivat kilpailla tarjousvertailussa.

Ruokapalveluiden hankinnassa ostetaan lopputulosta eikä tuotantotapaan tavallisesti puututa. Lopputuote voidaan kuitenkin hankinnan kohteena määritellä niin, että sen laatutekijät pitävät sisällään tuotantotavan, esimerkiksi ravitsemuksellisen laadun.

Julkisia hankintoja pitää käyttää myös innovatiivisten hyödykkeiden ja palveluiden kysynnän veturina, koska hankinnan kohteen laatutekijöiksi voi määritellä myös tulevaisuudessa toteutuvia tekijöitä. Lähtökohtaisesti hankinta toteutetaan kuitenkin hankintayksikön tarpeista eikä tulevaisuuden käyttötoiveista.

#### **4.5.3 Tarjousten arvioinnista ja vertailusta**

Tarjoustä käsiteltäessä arvioidaan toimittajien kelpoisuus ja tarjousten sisältö. Kun tarjouspyynnössä on selkeästi ilmoitettu, mitkä ovat hankintayksikön käyttämät kriteerit, se palvelee ”hyvien” tarjousten saannissa. Tarjoajat ymmärtävät, mitä halutaan ja minkälaiset tarjoukset kilpailevat keskenään.

Hankintalain (348/2007, 56 §) mukaan ehdokkaat tai tarjoajat, jotka eivät täytä hankintayksikön asettamia vähimmäisvaatimuksia, on suljettava tarjouskilpailusta.

Arviointiperusteena laatua pidetään tärkeänä hankintalaissa. Se, mitä laadulla tarkoitetaan ja miten sitä mitataan, on hankintayksikön määriteltävä. Lainsäädäntö ei anna siihen valmiita arviointikriteerejä. Mikäli esimerkiksi tiettyä laatua ei edellytetä, on vain valittava tarjouksista kokonaistaloudellisesti edullisin tai hinnaltaan halvin. Jos tarjouspyynnössä ei ole mainittu mitään kriteerejä, tarjoajat voivat olettaa, että valinta tehdään halvimman hinnan perusteella.

Kokonaistaloudellista edullisuutta arvioitaessa vertailuperusteina voidaan käyttää esimerkiksi laatua (esim. ravitsemuslaatu), hintaa, teknisiä ansioita, esteettisiä ja toiminnallisia ominai-

suuksia, ympäristöystävällisyyttä, käyttökustannuksia, kustannustehokkuutta, myynnin jälkeistä palvelua ja teknistä tukea, toimituspäivää tai toimitus- tai toteutusaikaa taikka elinkaarikustannuksia. Näin ollen myös muut kuin puhtaasti taloudelliset seikat ovat hyväksyttävissä vertailuperusteita, kunhan ne liittyvät hankinnan kohteeseen, eivät anna rajoittamatonta valinnanvapautta ja ne on tarjouspyynnössä mainittu. Hankintayksikkö voi tarjouspyynnössään painottaa tiettyjä laatutekijöitä. Kokonaistaloudellista edullisuutta valintaperusteena käytettäessä on ilmoitettava tämä seikka sekä tarjouksen vertailuperusteet sekä niiden suhteellinen painotus tai kohtuullinen vaihteluväli. Jos arviointiperusteiden painoarvoja ei ole ilmoitettu, on niitä pitänyt oikeuskäytännön mukaan painottaa samoilla painoarvoilla (esimerkiksi neljän perusteen painoarvo on 25 % arviointiperustetta kohti).

Laatuvertailun ongelma on usein paitsi arviointiperusteiden epäselvyys myös se, että tarjousten laatuerojen arviointia ei ole toteutettu riittävän yksityiskohtaisesti. Jos tarjouksessa käytetään ravitsemuslaatu-perustetta, sitä varten tulee olla standardi, viranomaisen suositus tai muu konkreettinen mittaväline. Tämä varmistaa tarjoajien tasapuolisen kohtelun, koska valinnan on perustuttava todellisiin eroihin tuotteiden tai palvelujen ominaisuuksissa. Vertailusta on tarjoajan myös voitava tarkistaa, että menettely on ollut lain mukainen. Muita kuin ilmoitettuja arviointiperusteita ei saa käyttää eikä hankintayksikkö saa vertailussa siirtyä pelkkään hintavertailuun, jos se on tarjouspyynnössä sitoutunut kokonaistaloudelliseen edullisuuteen ja ilmoittamiinsa laatutekijöihin.

Tarjouksen sisällön lisäksi tarjoajan kelpoisuudelle asetetaan hankintamenettelyssä paljonkin vaatimuksia. Niitä voivat olla henkilökunnan määrä, koulutus, ammattipätevyys sen lisäksi että tarjoajalta vaaditaan selvitykset lakisääteisten velvollisuuksien täyttämistä ja taloudellisista resursseista. Tarjoajalta edellytetään myös laadun arviointia ja seuranta sopimuskauden aikana toteutuneen laadun todentamiseksi.

#### **4.6 Kriteerien valvonta, omavalvonta ja varmistaminen**

Elintarvikelain (23/2006) tavoitteena on elintarvikkeiden turvallisuuden, hyvän terveydellisen ja muun elintarvikemääräysten mukaisen laadun sekä elintarvikkeista annettavan tiedon totuudenmukaisuuden varmistaminen (1 §). Tämän tavoitteen mukaisesti elintarvikkeiden tulee olla kemialliselta, fysikaaliselta, mikrobiologiselta ja terveydelliseltä laadultaan, koostumukseltaan ja muilta ominaisuuksiltaan ihmisravinnoksi soveltuvia. Ne eivät myöskään saa aiheuttaa vaaraa ihmisen terveydelle tai johtaa kuluttajaa harhaan (8 §).

Elintarvikelainsäädäntö sisältää yleisten vaatimusten lisäksi erityisiä vaatimuksia elintarvikkeiden elintarvikemääräysten mukaisesta laadusta. Tällaiset vaatimukset voivat koskea elintarvikkeiden ulkoista laatua (esim. ruokaperunan laatuvaatimukset) sekä sisäistä laatua (esim. lisäaine- ja vierasainevaatimukset, muut koostumusvaatimukset). Elintarvikelainsäädäntö ei kuitenkaan sisällä vaatimuksia, jotka koskisivat erityisesti joukkoruokailussa tarjottavan ruoan ravitsemuslaatua. Siten yleensä riittää, että tarjoiltava ruoka täyttää edellä mainitut tavonomaiset elintarvikelainsäädännön mukaiset vaatimukset.

Elintarvikelaki koskee kuitenkin myös pakkauksessa, esitteessä, mainoksessa tai muulla tavoin myynnin yhteydessä elintarvikkeesta annettavia tietoja. Lain mukaan niiden on oltava totuudenmukaisia ja riittäviä ja eivätkä ne saa johtaa harhaan (9 §). Nämä säännökset laajen-

tavat elintarvikelain soveltamista siten, että pakollisten vaatimusten lisäksi elintarvikkeiden tulee vastata ominaisuuksiltaan elintarvikkeesta esitettyjä väitteitä, lupauksia ja tietoja.

Jos edellä sanotun perusteella joukkoruokailun yhteydessä esitetään väitteitä, kuvauksia tai lupauksia ruoan ravitsemuksellisesta tai muusta laadusta, tulee tarjottavan ruoan vastata siitä annettuja tietoja. Epämääräinen lupaus tai väite voidaan katsoa harhaanjohtavaksi, jolloin sitä pitää tarkentaa tai siitä tulee luopua.

Esitetyt väitteet, kuvaukset tai annetut lupaukset voivat olla Internetissä, ruokalan ulko- tai sisäpuolella kyltissä, esitteessä, ruokalistassa tai muussa dokumentissa. Oleellista on, että ne tavalla tai toisella ovat kuluttajan nähtävissä, jolloin tarjottavan ruoan tulee vastata annettuja lupauksia tai esitettyjä väitteitä. Väitteiden ja lupauksen vaatimusten mukaisuuden varmistaminen on ensi kädessä elintarvikealan toimijan asia, koska elintarvikelain mukaan elintarvikealan toimijan on noudatettava riittävää huolellisuutta, jotta elintarvike täyttää lain mukaiset vaatimukset (16 §). Toimijalla on myös oltava riittävät ja oikeat tiedot tuottamastaan, jalostamastaan ja jakelemastaan elintarvikkeesta (19 §), minkä vuoksi hän on velvollinen huolehtimaan omavalvonnallaan siitä, että ruoan ravitsemuksellinen tai muu laatu vastaa esitettyjä väitteitä, lupauksia tai muita annettuja tietoja.

Elintarvikevalvontaviranomaisten tehtävänä on valvoa elintarvikelainsäädännön noudattamista ja elintarvikkeiden määräystenmukaisuutta. Tähän sisältyy elintarvikkeita koskevien pakollisten vaatimusten noudattamisen lisäksi sen varmistaminen, että elintarvikkeista annetut tiedot ovat totuudenmukaisia eivätkä johda harhaan. Sen yhteydessä valvontaviranomaiset valvovat tarvittaessa myös ruoan ravitsemuslaadusta esitettyjä väitteitä ja lupauksia sekä tapaa, jolla elintarvikealan toimija varmistaa omavalvonnallaan antamiensa tietojen paikkansa pitävyyden. Ravitsemuslaadun valvonta ei tällöin periaatteessa poikkea muusta elintarvikealan laadunvalvonnasta.

#### **4.7 Elintarvikkeiden ja ruokapalvelujen ravitsemuksellisten hankintakriteerien asettamisen haasteista ja perusteista**

Työryhmä on tehnyt kriteerit ruokapalvelujen ja elintarvikkeiden hankintaan (ks. seuraava luku ja liitteet 2 ja 3). Ne on valittu tutkimustietoon perustuen merkittävimmistä piilorasvan ja suolan lähteistä sekä elintarvikkeista, joita ammattikeittiössä käytetään määrällisesti paljon ja usein. Tällä tavoitellaan erityisesti suomalaisten keskeisten ravitsemusvirheiden korjaamista: vähentämään suolan ja lisäämään pehmeiden rasvojen ja kuidun saantia.

Kriteerien rajat on määritetty soveltuvin osin Sydänmerkki-tuotteiden myöntämisperusteiden mukaan. Elintarviketeknologian rajoitukset, kuluttajan mieltymykset ja markkinoilla oleva tarjonta on otettu huomioon. Kriteerit otetaan käyttöön hankinnoissa ja kilpailutuksessa vähitellen, luonnollisimmin aina uuden hankintasopimuskauden alkaessa. Tarjonnan muuttuessa ja kehittyessä hankintakriteerejä tarkistetaan määräjain.

### Kommentteja elintarvikkeiden hankintakriteeristöön

Elintarvikkeiden kohdalla tuotteiden saatavuus on tarkistettu, markkinoilta löytyy vähintään kaksi, ainakin kahden eri valmistajan valmistamaa tuotetta, jotka täyttävät tuoteryhmän kriteerit. Tuotelistaa päädyttiin myös karsimaan, vain oleelliset tuoteryhmät otettiin mukaan.

Työryhmä katsoo, että ihannetilanteessa kriteeriarvot olisivat useissa kohdin tässä kuvattuja kriteereitä tiukempia Sydänmerkki-tuotteiden, VRN:n suosituksen sekä kouluruokailusuosituksen kriteerien tapaan. Valitettavasti markkinoiden tarjonta ei kaikkien tuoteryhmien osalta tue kokonaisvaltaisesti terveellisen ruoanvalmistuksen ja tarjonnan periaatteita. On syytä suosia tuotteita, jotka ovat rasvan laadun, suolan ja kuidun suhteen kriteerien määrittämiä tuotteita parempia, jos sellaisia markkinoilta löytyy ja hankintamääräysten puitteissa on mahdollista käyttää.

Hankintalainsäädännön asettamien rajoitteiden vuoksi elintarvikkeita koskevien kriteerien lähtökohdaksi oli otettava markkinoiden tarjonta. Tämän johdosta esim. lihapyöryköiden suola- ja rasvamäärät ovat itsevalmisteisia huomattavasti korkeammat. Työryhmä päätti liittää kriteeristöön rasvan ja suolan vähentämistä paremmin palvelevat ideaalikriteerit **vertailuarvoksi**. Jos valmistajalla on tarjota tuote, joka täyttää vertailuarvon, hän saa siitä kilpailutuksessa lisäpisteen. Vertailuarvojen hyväksikäyttö kilpailutuksissa ei ole pakollista, mutta se edesauttaa suositeltavan ateriapalvelun tarjontaa.

Vertailukriteerit ohjaavat myös elintarviketeollisuuden tuotekehitystä. Työryhmä haluaa asettaa haasteita elintarviketeollisuuden tuotekehitykselle. Useissa tuotteissa, erityisesti valmisruoissa, rasvan ja suolan määrää olisi mahdollista vähentää ja rasvan laatua parantaa tuotteen maun tai muiden ominaisuuksien kärsimättä. Vertailukriteeriä on käytetty myös niissä tuoteryhmissä, joissa muut suositukset kuten kouluruokasuositus vaikuttavat elintarvikevalintoihin.

### Kommentteja ruokapalvelujen hankintakriteeristöön

Kriteerit täyttävän ateriakokonaisuuden edellytyksenä ei ole elintarvikkeiden hankintakriteeristön noudattaminen. Suositeltavan ateriakokonaisuuden pääruoan lähtökohdaksi voivat olla mitkä tahansa elintarvikkeet. Ravintolaskelmin vahvistettu lopputulos ratkaisee. Käytäntö osoittaa kuitenkin, että rasva- ja suolarajat on helpompi saavuttaa ateriatasolla, kun lähtökohdaksi ovat vähän kovaa rasvaa ja vähän suolaa sisältävät elintarvikkeet.

Ruokapalvelun tehtävänä on suorittaa ravitsemuksellisten seikkojen suhteen omavalvontaa, joka takaa sen, että olivatpa lähtökohdaksi mitkä tahansa elintarvikkeet, valmis ateria edistää ruokailijan terveyttä. Suurkeittiön on käytettävä luotettavia ravintolaskentaohjelmia ja vakioituja ruokaohjeita. Aterian lisäkkeiden suositusten mukaisuus pitää myös varmistaa.

Listan mukaisia lisäkkeitä ei ole vaadittu yhtä ateriaa päivässä tarjoavilta ravintoloilta, lähinnä kouluruokaloilta, jotta ei syntyisi ristiriitaisuutta kouluruokailusuosituksen antamien suositusten kanssa (kouluissa voi olla tarjolla 1 % rasvaa sisältävää maitoa ja salaatteja / salaattikastikkeita esim. keittojen kanssa ei aina tarjota).



## 4.8 Toimenpidesuositus ravitsemuslaadun indikaattoreiden käytöstä

Työryhmä katsoo, että ravitsemuslaatu on otettava huomioon ruokapalvelujen ja elintarvikkeiden hankinnassa. Työryhmä suosittelee, että ravitsemuslaadun keskeisten kriteerien on oltava tarjouspyynnöissä ehdottomia valintakriteereitä. Kun kriteerit ovat ehdottomia, tarjousta ei hyväksytä lainkaan vertailuun mikäli kriteerit eivät täyty.

### **Työryhmä on tehnyt suosituksen ravitsemuslaadun kriteereiksi:**

- 1) *ruokapalvelujen hankinnassa ja kilpailuttamisessa (ks. liite 2)*
- 2) *elintarvikkeiden hankinnassa ja kilpailuttamisessa (ks. liite 3)*

Ruokapalveluiden hankintakriteereitä noudatetaan silloin, kun kilpailutetaan ruokapalveluyrityksiä eli hankitaan ruokapalveluja. Elintarvikkeiden hankintakriteereitä noudatetaan puolestaan silloin, kun olemassa oleva yksikkö, joka tuottaa ruokapalveluja (esim. kunnan oma keittiö), kilpailuttaa elintarvikkeiden toimittajia.

Molemmat ravitsemuslaadun kriteeristöt sopivat käytettäväksi arkiruokailuun toimipaikkaravintoloissa, lounasravintoloissa sekä opiskelija- ja kouluruokaloissa. Kriteerit soveltuvat terveyttä edistävän perusruokavalion raaka-aineiden hankintaan myös sairaaloihin, palveluasuntoihin, päiväkoteihin sekä puolustusvoimiin. Erityisryhmien, kuten vanhusten, sairaiden ja pienten lasten kohdalla tulee ottaa huomioon näiden mahdolliset erityistarpeet. Kriteereitä ei ole tarkoitettu erityistilanteisiin, joissa ateriakokonaisuuksien tarjoaminen ei käytännössä ole mahdollista. Tällaisia ovat esim. koulujen retket ja armeijan kenttämuonitus.

### **4.8.1 Ruokapalveluiden hankinta ja kilpailuttaminen**

Ruokapalveluiden ravitsemuksellisia laatukriteereitä noudatetaan ehdottomina ruokapalveluyrityksiä kilpailutettaessa eli ruokapalveluita hankittaessa. Laatukriteerit käsittävät suositeltavien aterioiden tarjonnan ja ravitsemuslaadun.

Suositteluvia aterioita tarjottaessa tarjolla pitää olla kriteerien mukaiset ateriakokonaisuuden osat ja asiakkaita tulee ohjata suositeltavien aterioiden koostamiseen malliaterian sekä ruokalista- ja/tai linjastomerkintöjen avulla. Ruokalistakierto ilmentää kriteerien mukaisten pääaterioiden tarjontaa päivittäin ja pidemmällä aikavälillä.

Aterioiden ravitsemuslaatua kuvaavat kriteerit (ks. liite 2) kohdistuvat ateriakokonaisuuksista saatavaan rasvan määrään ja laatuun sekä suolan määrään. Myös kuidun ja kasvisten määrä on otettu huomioon. Kriteerien pohjana on Valtion ravitsemusneuvottelukunnan vuonna 2005 antamat suositukset. Ateriakokonaisuuteen kuuluu pääruoka, pääruoan peruna-, riisi-, tai pastalisäke sekä muut aterianosat (runsaasti kuitua ja vähemmän suolaa sisältävä leipä, margariini tai muu kasvirasvavalevite, maito tai piimä rasvattomana, salaattia ja/tai kasviksia, öljypohjaista salaattikastiketta). Kuvatuilla kriteereillä toteutetusta ateriesta saadaan energiaa n. 1/3 päivän energiantarpeesta, rasvaa enintään 35 % energiasta, kovaa rasvaa enintään 1/3 rasvan määrästä ja suolaa enintään 40 % päivän suositellusta maksimisaannista.

Jokaiselle aterianosalta, myös eri pääruokatyypeille, on määritetty omat ravitsemukselliset kriteerinsä, joiden täytyminen varmistaa suositellun kokonaisuuden. Näitä määritettäessä on

huomioitu ravitsemussuosittelun lisäksi myös suurkeittiöiden mahdollisuudet toteuttaa kriteereitä käytännön ruoanvalmistustyössä. Myös ruokailijoiden makutottumuksia on pyritty ottamaan huomioon. Parempi valinta (Sydänmerkki)-merkinnällä varustetut valmisruoat ja aterianosat soveltuvat sellaisenaan suosituksen mukaisen aterian osiksi. Käytännössä suurkeittiö laskee ja säätelee ruokaohjeensa kriteereitä vastaaviksi käyttämällä luotettavia ravintolaskentaohjelmia.

#### **4.8.2 Elintarvikkeiden hankinta ja kilpailuttaminen**

Elintarvikkeiden ravitsemukselliset laatuvaatimukset on sisällytettävä ruokapalvelun tarjouspyyntöjen ehdottomiin valintaperusteisiin elintarvikkeita hankittaessa ja kilpailutettaessa.

Elintarvikkeiden ravitsemuksellisilla kriteereillä (ks. liite 3) pyritään saamaan suurkeittiössä käytettävät elintarvikkeet mahdollisimman hyvin terveellistä ateriatarjontaa tukeviksi. Tavoitteena on myös helpottaa hankinnasta vastaavien ja hankintarenkaiden työtä ravitsemuslaadultaan hyvien elintarvikkeiden valinnassa ja luoda elintarvikevalmistajille yhteiset periaatteet terveyttä edistävän tuotekehityksen tueksi. Oleellista on, että raaka-aineet myös valmistetaan ruoaksi terveellisin periaattein.

Kriteerit kohdistuvat erityisesti jokapäiväiseen ateriatarjontaan liittyviin elintarvikkeisiin elintarviketeknologian rajoitukset ja markkinoilla oleva tarjonta huomioon ottaen. Tuoteryhmät on valittu tutkimustietoon perustuen merkittävimmistä piilorasvan ja suolan lähteistä sekä elintarvikkeista, joita ammattikeittiössä käytetään määrällisesti paljon ja usein. Tällä tavoitellaan erityisesti suomalaisten keskeisten ravitsemusvirheiden korjaamista: vähentämään suolan saantia, mutta lisäämään pehmeiden rasvojen ja kuidun saantia. Kriteerien rajat on määritetty soveltuvin osin Sydänmerkin myöntämisperusteiden mukaan. Kilpailutuksessa on mahdollista saada ns. lisäpisteitä, jos merkityistä elintarvikkeista on saatavilla tuotteita, joiden rasva- tai suolamäärät ovat kriteereitä alempia tai kuitumäärät kriteerejä korkeampia. Nämä raja-arvot esitetään vertailukriteereinä (kts. liite 2).

Elintarviketarjonnan muuttuessa kriteereitä tarkistetaan määräajoin. Kriteerit otetaan käyttöön ruokapalveluiden hankinnoissa ja kilpailutuksessa vähitellen, luonnollisimmin aina uuden hankintasopimuskauden alkaessa.

#### Kriteerien toteutumisen varmistaminen

Palvelun ja tuotteen tarjoajan täytyy tarjouksessaan pystyä kuvaamaan, miten kriteerien toteutuminen varmistetaan ja miten niitä käytännössä seurataan. Ruokapalvelun kuvauksesta tulee ilmetä miten malliateria kuvataan asiakkaalle sekä kuvaus käytettävistä vakioruoka-ohjeista, ruokalistasuunnittelusta, ravitsemuslaadun seurannasta osana omavalvontasuunnitelmaa ja keittiöhenkilökunnan ammattitaidosta. Näiden kuvausten sisällölle työryhmä ei ole asettanut tarkempia vaatimuksia, koska ne riippuvat palvelun tilaajan tarpeista. Tarjouskilpailupyynnön laadittaessa on kuitenkin syytä ilmoittaa tarkasti, miten tarjouspyynnössä on kuvattava kriteerien toteutumisen varmistaminen ja seuranta.

## 5 Joukkoruokailun seurantajärjestelmät

### 5.1 Seurannan tavoitteista: mitä seurataan ja miksi?

Joukkoruokailuseurannan oleellisimpia kohteita ovat ruokapalvelujen käyttö ja ruokapalvelujen tarjoaman ruoan laatu. Suomessa ei toistaiseksi ole systemaattista ruokapalvelujen seurantajärjestelmää, vaikka seurantatiedolla onkin useita käyttäjäryhmiä. Kattavan seurantajärjestelmän rakentaminen on haasteellista, sillä ruokapalveluita käyttää ja tuottaa hyvin heterogeeninen joukko. Ruokapalveluita tarjoavat sekä yksityiset että julkiset tahot. Osa palvelun tarjoajista on muutaman hengen yrityksiä, osa puolestaan kansainvälisiä tai kotimaisia suuryrityksiä tai kuntien ruokapalveluista huolehtivia organisaatioita. Palvelujen käyttäjätkin vaihtelevat päiväkotilapsista vanhuksiin, sairaalapotilaista varusmiehiin.

Joukkoruokailua seuraavia valtakunnallisia tietolähteitä on koottu liitteeseen 1. Nämä tutkimukset, selvitykset, raportit ja tilastot toistuvat tietyin väliajoin ja niitä ylläpitävät eri tutkimuslaitokset sekä kaupalliset yritykset.

Joukkoruokailun seurantajärjestelmän keskeisenä ajatuksena on tiedon tuottaminen terveys- ja ravitsemuspoliittisen päätöksenteon tueksi, mutta myös muille politiikan lohkoille, kuten työmarkkinapoliittisiin, ruokapalveluita koskeviin ratkaisuihin. Ravitsemus- ja terveystieteiden ohjelmien suunnittelijat ja päättäjät, kuten Valtion ravitsemusneuvottelukunta ja sosiaali- ja terveysministeriö, tarvitsevat myös seurannan tuottamaa tietoa alan ohjelmien ja toimenpiteiden arviointiin. Terveystieteiden edistämisen politiikkaohjelma, Valtioneuvoston periaatepäätös terveyttä edistävän ravitsemuksen ja liikunnan edistämisestä, Terveyserojen kaventamisen toimenpideohjelma ovat esimerkkejä nykyisistä ohjelmista, joissa käsitellään joukkoruokailua.

Työterveyshenkilöstö ja työmarkkinaosapuolet voivat tiedon avulla kannustaa työntekijöitä ja työnantajia terveellisen ruokavalion valitsemiseen sekä edistää laadukkaimpien palvelujen hankkimista työpaikoille. Ruokapalveluiden päättäjät ja vastuulliset toteuttajat voivat käyttää seurannassa tuotettua tietoa palveluiden kehittämisen apuvälineenä. Kuntatasolla ruokapalveluiden toteuttajien on pystyttävä määrittelemään asiakaskuntansa tarpeet ja tarjotun palvelun laatu erityisesti tulevaisuudessa, kun yhä useammassa kunnassa ruokapalvelut kilpailutetaan. Sama koskee myös yksityissektoria.

Ammatillisissa oppilaitoksissa toimiva opetushenkilöstö voi hyödyntää tietoa tulevaisuuden joukkoruokailun ammattilaisten opetuksessa. Ruokapalveluiden käyttäjät sekä potentiaaliset asiakkaat saavat ajankohtaista tietoa joukkoruokailun seurannan tuloksista tiedotusvälineiden kautta.

### 5.2 Joukkoruokailun nykyinen seuranta tutkimuslaitoksissa

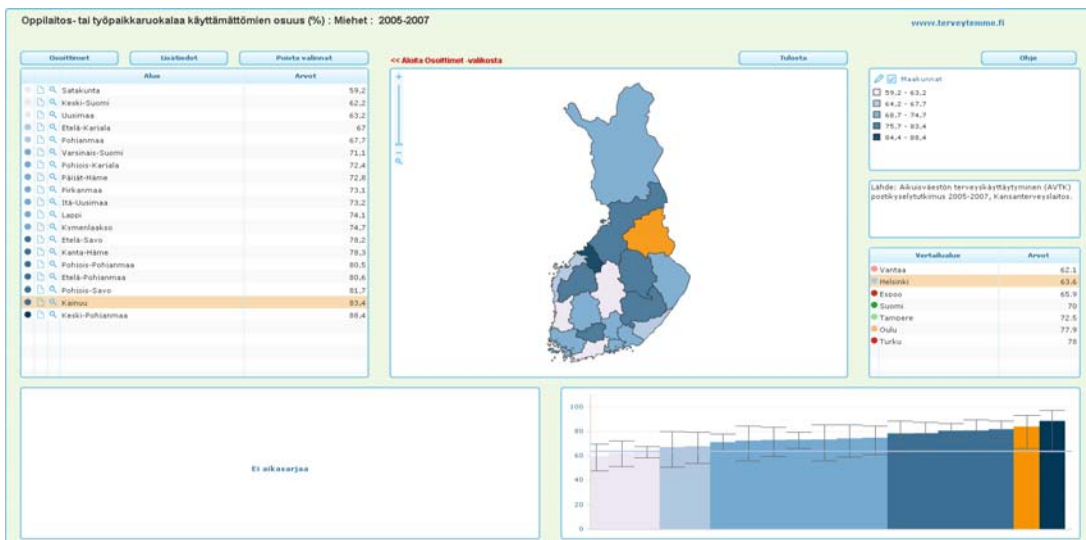
Tutkimuslaitosten terveysseurannat tuottavat tietoja ruokapalvelujen käytöstä. Seurantojen pääkohteena eivät kuitenkaan ole ruokapalvelut, vaan suomalaisten terveys, työolot ja niihin vaikuttavat tekijät. Terveysseurantojen aineistot soveltuvat ruokapalvelujen käytön, sen muutosten ja väestöryhmäerojen seurantaan, joskin esimerkiksi laitoksissa oleva väestö tai pienet lapset eivät ole seuranta-aineistossa mukana. Tärkeimpiä ruokapalvelujen seurantaan soveltuvia aineistoja ovat Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) kyselyt. Tällä hetkellä THL kerää joka toinen vuosi Kouluterveyskyselyn, joka vuosi Suomalaisen Aikuisväestön terveys-

käyttäytyminen ja terveys -kyselyn (AVTK), joka toinen vuosi Eläkeikäisten terveystyö-tyminen ja terveys -kyselyn (EVTK) sekä kerran viidessä vuodessa FINRISKI- ja Finravintotutkimuksen. Työterveyslaitos (TTL) toteuttaa joka kolmas vuosi Työ- ja Terveys Suomessa -tutkimuksen (kts. liite 1).

Terveysseurannat soveltuvat ruokapalvelujen seurantaan erityisesti sen vuoksi, että ne edustavat kukin oman ikäryhmänsä suomalaisia, toisin sanoen kouluikäisiä, työikäisiä tai eläkeikäisiä. Lisäksi seurannat toistetaan määräajoin ja niihin on mahdollista liittää ruokapalveluja koskevia kysymyksiä. Terveysseurantojen ongelmana on, että niihin ei mahdu monia ruokakysymyksiä, eikä niiden perusteella saada tietoa keittiöiden tarjoaman ruoan laadusta. Sen sijaan ne antavat epäsuoraa tietoa kodin ulkopuolella syödyn ruoan merkityksestä suomalaisten ruokavaliassa. Lisäksi laitoksissa asuvat kuten esimerkiksi vangit ja osa ikääntyneistä ja sairasta ovat nykyisten valtakunnallisten seurantajärjestelmien ulkopuolella.

Tutkimuslaitosten terveysseurantojen käyttömahdollisuudet ruokapalvelujen seurannassa käyvät ilmi kolmesta erillisestä selvityksestä: Työaikainen ateriointi Suomessa (Raulio ym. 2004), Suomalaisnuorten kouluikäinen ateriointi. Ruokapalvelujen seurantaraportti 2 (Raulio ym. 2007) sekä Ikääntyneiden suomalaisten ateriointi. Ruokapalveluiden seurantaraportti 3 (Aldèn-Nieminen ym. 2009).

Osa ruokapalvelujen käyttöä kuvaavista seurantatiedoista voidaan siirtää suoraan THL:n ylläpitämään *TerveysTemme*-tietojärjestelmään ([www.terveytemme.fi](http://www.terveytemme.fi)), joka sisältää keskeisiä tietoja väestön terveydestä ja siihen vaikuttavista tekijöistä alueittain ja väestöryhmittäin. Tietojärjestelmän tavoitteena on parantaa terveystietojen käytettävyyttä, saatavuutta ja vaikuttavuutta, ja sillä pyritään palvelemaan erityisesti päätöksentekijöitä ja asiantuntijoita. Henkilöstöravintolan käytön yleisyyttä koskevaa tietoa on jo kokeiluluontoisesti siirretty järjestelmään. Katavampia väestöaineistoja kuitenkin tarvitaan, jotta *TerveysTemme*-järjestelmä pystyisi tuottamaan eri alueita koskevaa tietoa henkilöstöruokalan käytöstä eri väestöryhmissä. Esimerkiksi yhden vuoden seurantatiedot eivät anna riittävän tarkkaa aluetason tietoa ruokapalvelujen käytöstä. Muutaman vuoden kuluttua *TerveysTemme*-järjestelmästä voidaan kuitenkin jo saada henkilöstöruokalan käytön useutta kuvaavia tietoja teemakartan, pylväskuvion, aikasarjan ja taulukon avulla (kts. Kuva 5).



Kuva 5. Esimerkkitulostus THL:n TerveysTemme-järjestelmästä ([www.terveytemme.fi](http://www.terveytemme.fi)).

### 5.3 Ruoan laadun seurantakokeiluja ja seurannan kehittämistarpeita

Suomessa ei tällä hetkellä ole järjestelmää, joka tuottaisi koko maata koskevaa tietoa ruokapalvelujen ravitsemuksellisesta laadusta. Ravitsemuslaadun seuraaminen on vaikeampaa kuin ruokapalveluiden käytön, koska palveluiden käyttöä voidaan selvittää kysymällä asiaa ruokailijoilta. Yksittäinen ruokailija ei sen sijaan pysty arvioimaan mikä on kodin ulkopuolella syödyn ruoan ravitsemuslaatu tai merkitys hänen kokonaisravitsemuksessaan. Ravitsemuslaadun arviointi ruokailijoilta saatavan tiedon perusteella edellyttäisi yksityiskohtaista ja seurantataroituksiin liian kallista ravitsemustutkimusta. Ruoan ravitsemuslaadun seuraaminen kustannustehokkaasti on mahdollista ainoastaan kokoamalla tietoja palveluiden tilaajilta tai tuottajilta.

Ruokapalvelun tuottaja voi olla julkinen tai yksityinen, ja yhdellä tuottajalla voi olla yksi tai useampia ammattikeittäjiä, joiden asiakaskunnan ravitsemukselliset tarpeet vaihtelevat. Julkisten ruokapalveluiden arvioimiseksi on olemassa avoimia lakisääteisiä rekistereitä, mutta yksityisten yritysten rekisteritiedot ovat pääosin liikesalaisuuksia, joiden siirtäminen sellaiseen kansalliseen ja julkiseen seurantajärjestelmään ei ole mahdollista.

Ammattikeittiön ruokatarjonta antaa kuvan siitä, missä määrin ruokailijan on mahdollista valita suosituksia vastaavia aterioita ja mikä on suositusten mukaisten aterioiden tai elintarvikkeiden menekki muihin tarjolla oleviin verrattuna. Tarjonnan seuraaminen ei kerro yksittäisten asiakkaiden välisistä eroista eikä valitun aterian merkityksestä asiakkaan koko ruokavaliassa. Ammattikeittiöiden tarjoaman ruoan laatua on Suomessa arvioitu joissakin tutkimuksissa ja kehittämisprojekteissa, mutta toistaiseksi yksikään kokeilu ei ole johtanut käyttökelpoiseen seurantajärjestelmäehdotukseen. Palveluiden tarjoaman ruoan laatua voidaan arvioida erilaisilla tiedonkeruumenetelmillä tietyistä lähteistä. Seurantaan soveltuvalta menetelmältä edellytetään, että

- se antaa tietoa tarjotun/syödyn ruoan määrästä ja/tai suositusten mukaisen ruoan osuudesta muuhun tarjontaan verrattuna, ts. siitä kuinka usein on tarjolla ravitsemussuosituksien täyttäviä ateriakokonaisuuksia, ja
- ruokapalveluissa käytettävien elintarvikkeiden ravitsemuslaadusta
- sen avulla voidaan kerätä vertailukelpoisia tietoja ilman keittiöhenkilökunnan erityisponnisteluja mahdollisimman monesta keittiöstä.
- se tuottaa tietoa helppokäyttöisessä ja siirrettävässä sähköisessä muodossa
- se tuottaa kattavaa tietoa (koko maa, erilaiset ruokapalvelut)

Vaihtoehtoisia tietolähteitä ovat ruokapalveluiden hankintailmoitukset, tarjouspyynnöt ja hankintasopimukset, ravintoloiden/ruokalojen ostotilastot ja kuormakirjat sekä valituille keittiöille suunnatut kyselyt ja puhelinhaastattelut.

#### 5.3.1 Julkiset hankintailmoitukset, tarjouspyynnöt ja hankintasopimukset

Kaikista suurista julkisista hankinnoista on tehtävä hankintailmoitus ja järjestettävä tarjouskilpailu, jos hankintalaissa (348/07) säädetty kansallinen kynnsarvo ylittyy (yli 15.000 euroa tavara- ja palveluhankinnoissa). Hankintailmoitukset ja avointen tarjouskilpailujen tarjouspyynnöt julkaistaan avoimessa *hankintailmoitusrekisterissä (HILMA)*. *Credita.fi* tarjoaa HILMA:an perustuvaa erillispalvelua, joka välittää uudet sovitun aihepiirin mukaiset hankintailmoitukset palvelun tilaajan sähköpostiosoitteeseen. Ravitsemuskriteerien soveltaminen käy ilmi tarjouspyynnöstä tai muista tarjousasiakirjoista. Avoimien hankintailmoitusten perusteella pystytään arvioimaan, kuinka suuressa osassa tarjouspyyntöjä ravitsemuskriteerit esitetään.

HILMA:an tulevat lakisääteisesti vain kynnysarvon ylittävät julkiset palveluiden hankintailmoitukset, pienet ja yksityiset ammattikeittiöt eivät ole mukana. Tarjouspyyntöä ei myöskään aina liitetä hankintailmoitukseen. Hankintasopimuksia ei rekisteröidä HILMAAn eikä kukaan seuraa keskitetysti hankintasopimusten toteutumista.

Sopimusten toteutumista voitaisiin mahdollisesti valvoa erillisin pistokokein tai pyytämällä keittiöiltä kuvia malliaterioista, ruokalista-, resepti- ja hankintatiedoista, erityisruokavalioiden tarjoamisesta jne. Toteutumisen seurannassa on myös keskeistä, että sopimuksen tekijöihin otetaan jälkikäteen yhteyttä. Seurantatietoja tulisi kerätä tilaajakohtaisesti. Tilaajan edun mukaista on, että kehitetään menetelmä, jolla voidaan arvioida hankintasopimuksen toteutumista.

### **5.3.2 Ammattikeittiön hankintatiedot**

Ammattikeittiöiltä on mahdollista kerätä tietyn ajanjakson hankintatiedot kaikista elintarvikkeista. Tiedot saadaan kuormakirjoista tai ostotilastoista. Kuormakirjoissa on yksityiskohtaiset tuotetiedot sekä tilattujen tai saapuneiden tuotteiden määrät (Tuulia International Oy 2009).

Hankintatietojen keräämismenetelmän etuna on, että keittiöltä ei edellytetä erillistä tiedonkeruuta, koska kuormakirjat talletetaan joka tapauksessa, ja keittiöillä on kuormakirjat käytettävissä. Menetelmän käyttöä vaikeuttaa, että hankintatiedot ovat sähköisessä muodossa vain suurissa keittiöissä eli pienien keittiöiden tiedot täytyy erikseen tallentaa. Tämän jälkeen hankintatietoihin on vielä liitettävä elintarvikkeiden koostumustiedot. Kuormakirjojen ja ostotilastojen perusteella on lisäksi vaikea arvioida, kuinka pitkäksi aikaa yksittäiset keittiöön tilatut elintarvikkeet riittävät.

### **5.3.3 Ammattikeittiöiden esimiehiltä kerättävät kysely- ja haastattelutiedot**

Ruoan ravitsemuslaatua voi seurata myös ammattikeittiöiden esimiehille kohdistettujen kyselyiden ja haastatteluiden avulla. Keittiön esimies täyttää lomakkeen tai vastaa puhelimesta haastattelijan kysymyksiin. Kysymysten tarkoituksena on arvioida, missä määrin keittiössä noudatetaan ravitsemuksellisen laadun kriteereitä. Vastausten lisäksi ammattikeittiöt toimittavat arvioitaviksi sovitun ajanjakson ruokalistaset sekä pääruokien ruokaohjeet sekä tiedot aterioilla tarjottavista pääruokien lisäkkeistä (Vanhala ym. 2004).

Lomakekyselyn ja puhelinhaastattelun etuja on, että otos ammattikeittiöistä voidaan poimia HORECAN suurkeittiörekisteristä, jolloin tiedot saadaan suoraan keittiöstä ilman välikäsiä. Lomakkeen täyttäminen/haastattelukysymyksiin vastaaminen myös ohjaa täyttäjän kiinnittämään huomiota ruoan ravitsemukselliseen laatuun. Menetelmällä on myös ongelmansa. Ravitsemuslaatua koskevat tulokset perustuvat henkilökunnan subjektiiviseen arvioon ja vastaaminen vie henkilökunnan aikaa. Vastausprosentit jäävät helposti alhaisiksi, koska oikean henkilön tavoittaminen erityyppisistä keittiöistä sekä vastaajien motivoiminen on vaikeaa. Kaikissa keittiöissä ei ole reseptitietoja eikä ruokaa aina tehdä reseptin mukaan. Menetelmä on myös suhteellisen työläs, kallis ja epätarkka. Puhelinhaastattelun erityisongelma on se, että haastatteluun ei mahdu monia kysymyksiä. Lomakekyselyssä voidaan tiedustella useampia asioita kuin haastattelussa, mutta tällöin haastattelija ei pysty tarkentamaan vaikeaselkoisia kohtia.

## 5.4 Esitys tarvittavasta valtakunnallisesta seurantajärjestelmästä

Joukkoruokailun seurannan tavoitteena on tuottaa tietoa terveys- ja ravitsemuspoliittisen päätöksenteon tueksi sekä edistää ravitsemuksellisesti laadukkaiden ruokapalveluiden tarjontaa ja käyttöä.

Työryhmä esittää, että rakennetaan seurantajärjestelmä, joka kohdistuu *ruokapalvelujen käyttöön ja ruokapalvelujen tarjoaman ruoan ravitsemuslaatuun*. Ruokapalveluiden käyttöä seurataan olemassa olevaa terveysseurantatietoa analysoimalla. Ruoan ravitsemuksellista laatua seurataan rekistereiden ja erillistutkimusten avulla.

Seurantajärjestelmä tuottaa säännöllisin väliajoin barometrin, joka kuvaa ruokapalvelujen käytön taustatekijöitä, väestöryhmittäisiä trendejä sekä palvelujen käytön yhteyksiä ruokatotumuksiin. Barometrissa on myös rekistereistä poimittua tietoa siitä, sovelletaanko ravitsemuksellisia kriteereitä julkisten ruokapalveluiden tai niissä käytettävien elintarvikkeiden hankinnassa. Erillistutkimuksista saadaan barometriin tietoa ravitsemuskriteerien toteutumisesta valituissa keittiöissä.

### Seurannan organisointi

Seurannan toteuttaminen edellyttää monialaista joukkoruokailun, ravitsemuksen, työterveyden, ravitsemuspolitiikan ja terveysseurannan asiantuntemusta.

Joukkoruokailun seurantaan varten tarvitaan Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) nimeämä *johtoryhmä*, jossa on THL:n lisäksi edustettuna Työterveyslaitos (TTL), sosiaali- ja terveysministeriö, Elintarviketurvallisuusvirasto, Valtion ravitsemusneuvottelukunta, korkeakoulut, elintarviketeollisuus ja -kauppa, ruokapalveluyritykset, kunnat sekä kansanterveysjärjestöt. Johtoryhmä arvioi vuosittain seurantatyön tuloksia ja hyväksyy tulevan kauden toimintasuunnitelman.

Seurannan käytännön toteutuksesta vastaa THL:n nimeämä *asiantuntija-tutkija* yhdessä johtoryhmän nimeämän *seurantaryhmän* kanssa. Seurantaryhmä ja asiantuntija-tutkija valmistelevat johtoryhmän kokoukset. Asiantuntija-tutkija työskentelee THL:ssa, koska sieltä on saatavissa tehtävän vaatimaa osaamista ja tukipalveluita sekä suuri osa seurannassa tarvittavista väestöaineistoista.

Mikäli joukkoruokailubarometri julkaistaan noin kolmen vuoden välein ja välivuodet käytetään suunnitteluun, raportointiin ja tiedottamiseen, työn voi toteuttaa yksi täysipäiväinen tutkija puolipäiväisen tutkimusassistentin ja alan asiantuntijoista koostuvan seurantaryhmän avulla.

### Ruokapalvelujen käytön seuranta

Ruokapalveluiden käyttöä voidaan analysoida *Suomalaisen Aikuisväestön terveyskäyttäytymisen ja terveys -kyselystä* (THL), *Työ ja terveys Suomessa* -tutkimuksesta (TTL), *Finravinto*-tutkimuksesta (THL), *Eläkeikäisten terveyskäyttäytymisen ja terveys -kyselystä* (THL) sekä *Kouluterveyskyselystä* (THL). Jotta ruokapalveluiden käyttötiedon tuottaminen on tulevaisuudessa mahdollista, on ruokapalveluja koskevat kysymykset pidettävä näiden väestötasojen seurantatutkimusten lomakkeissa. Keskeiset kysymykset koskevat työ- tai koulupäivän

aikaista ruokailupaikkaa, ruokatottumuksia, henkilöstöravintolan käyttömahdollisuutta sekä käytön esteitä. Joukkoruokailun seuranta palvelevat kysymykset on liitteessä 4. Mikäli käynnistetään uusia väestötasoisia seurantatutkimuksia, on niissä selvitettävä joukkoruokailun tai ruokapalvelujen käyttöä. Erillistutkimuksia tarvitaan laitoksessa asuvien sekä pienten lasten ruokapalvelujen käytöstä.

### Ruoan ravitsemuslaadun seuranta

Julkisten ruokapalveluiden ravitsemuksellisesta laadusta on kerättävä joukkoruokailun seurantajärjestelmää palvelevia tunnuslukuja. Suurten julkisten hankintojen tarjouspyynnöt kootaan työ- ja elinkeinoministeriön ylläpitämään hankintailmoitusrekisteriin (HILMA), josta on mahdollista poimia ruokapalveluita ja elintarvikehankintoja koskevat tarjouspyynnöt taustadokumentteineen. Rekisterin välityksellä tulee seurata, missä määrin ja minkälaisessa muodossa julkisten ruokapalveluiden hankintaan sovelletaan ravitsemuksellisia kriteereitä. HILMA-rekisteristä saadaan myös tieto kunkin tarjouskilpailun voittajasta. Ruokapalveluiden tuottajiin on siten mahdollista saada yhteys rekisterin kautta ja koota heiltä yhteistyössä palvelun tilaajan kanssa yksityiskohtaisempaa tietoa ravitsemuksellisesta laadusta.

Mikäli tiedot kerätään suoraan ammattikeittiöistä, keittiöiden esimiehille suunnattu kysely tai puhelinhaastattelu ovat kustannussyistä ainoat mahdolliset tiedonkeruumenetelmät. Valta-kunnallisesti edustavan kuvan saaminen ruoan ravitsemuslaadusta edellyttää rekistereihin perustuvaa otosta suomalaisista ammattikeittiöistä.

Toistaiseksi ei ole sellaisia sähköisiä järjestelmiä, joista ruokapalveluissa käytettyjen elintarvikkeiden kulutustiedot voisi kohtuullisin kustannuksin siirtää ravitsemuslaadun seurantajärjestelmään. Tarvitaan erillisiä tutkimuksia ja kokeiluja ennen kuin suoraan ammattikeittiöiltä saatava tieto saadaan osaksi seurantajärjestelmää.

### Tiedon raportointi

Osa ruokapalvelujen käyttöä kuvaavista seurantatiedoista on syytä siirtää THL:n *Terveystietojärjestelmään*, joka sisältää keskeisiä tietoja väestön terveydestä ja siihen vaikuttavista tekijöistä alueittain ja väestöryhmittäin. Järjestelmässä tulee kuvata ainakin ruokapalvelujen käytön yleisyyttä eri alueilla ja väestöryhmissä eri ajanjaksoina.

Seurannan tärkein tuotos, joukkoruokailubarometri julkaistaan sähköisenä ja tarvittaessa painettuna. Barometrin valmistumisesta tiedotetaan laajasti. Seurantaryhmän tehtävänä on myös laatia erilaisia artikkeleita, tiedotteita, terveystieteellisiä aineistoja sekä verkkomateriaalia.

## **6 Joukkoruokailun kehittämisen ja seurannan haasteista**

Joukkoruokailun kehittäminen ja seuranta ovat keskeinen osa suomalaista ravitsemus- ja terveystietoa. Terveystietoa ja hyvinvointia edistävä ruoka on investointi tulevaisuuteen. Joukkoruokailu on ollut merkittävä osa suomalaista ruokakulttuuria ja samalla kun joukkoruokailu on muuttunut ruokapalveluiksi, tulee sen merkitys edelleen kasvamaan. Toimijakentän monipuolistuessa myös uudenlaisen ohjauksen ja seurannan tarve on lisääntynyt. Myös yhteiskunnan muuttuminen ja sen mukana muuttuneet elintavat ovat asettaneet ruokapalveluille uusia



haasteita. Näihin pyritään tämän muistion toimenpidesuosituksilla vastaamaan. Laadukkaan ja terveyttä edistävän joukkoruokailun saatavuus on turvattava mahdollisimman monille sekä seurattava ruoan laadun ja palvelujen käytön kehittymistä.

Keskeisenä haasteena on toimenpidesuosituksen ehdotusten toimeenpano. Toimeenpano vaatii kaikkien toimijoiden sitoutumista ja riittäviä resursseja. Tähän tarvitaan päättäjien, työmarkkinaosapuolten, ruokapalveluyritysten, elintarviketeollisuuden, valvontaviranomaisten ja muiden toimijoiden välistä yhteistyötä. Tärkeää on myös kehittää joukkoruokailua jatkossa edelleen tämän esityksen linjausten mukaan, ottaen huomioon esimerkiksi elintarvikevalikoiden muutokset ja seurantajärjestelmän avulla kertyvä tieto ruoan laadusta ja palvelujen käytöstä sekä käytön esteistä.

## **6.1 Elintarviketeollisuus ja ruokapalveluyritykset**

Työryhmän esittämät ravitsemukselliset laatuksiteerit ovat monien kompromissien tulos. Keskeinen ongelma kriteerien työstämisessä oli epätydyttävä markkinatilanne eli ravitsemuksellisesti suositeltavien/parempien tuotteiden tarjonta oli monissa tuoteryhmissä niukkaa ja yksittäisten yritysten varassa. Erityisen hankalaa oli löytää suurtalouksiin sopivia valmisruokia ja puolivalmisteita, joiden suolapitoisuus olisi riittävän alhainen.

Työryhmä toivoo, että markkinatilanne jatkossa paranee. Suomalainen elintarviketeollisuus on panostanut viime vuosina terveysvaikutteisten kuluttajatuotteiden sekä erityisruokavalioidiin sopivien tuotteiden kehittämiseen. Elintarvikeyrityksissä on siis paljon terveyteen liittyvää osaamista. Toivottavasti tätä hyödynnetään jatkossa enemmän myös ruokapalveluissa tarvittavien elintarvikkeiden koostumuksen kehittämiseen enemmän kuitua ja vähemmän suolaa sekä tyydytynyttä rasvaa sisältäviksi.

Ruokapalveluyritysten vastuullinen toiminta on keskeinen toimenpidesuositusten toteuttamisen edellytys. Ruoan ravitsemuslaatu ja sen ylläpitämisen tärkeys on tehtävä näkyväksi koko yrityksessä ja se on otettava huomioon kaikessa toiminnassa, henkilökunnan osaamisen ylläpidossa ja omavalvonnassa.

Työikäisistä kahdella viidestä ei ole työpaikalla tai sen läheisyydessä henkilöstöravintolaa. He muodostavat mahdollisen asiakasryhmän ruokapalveluyritysten uudentyyppisille, kohtuuhintaisille palveluille, esimerkiksi työn vaatimukset huomioon ottaville, työpisteisiin toimitettaville aterioille tai terveellisille eväs- ja välipalavaihtoehdoille.

## **6.2 Koulutusjärjestelmä ja ammattitaitoinen henkilöstö**

Ruokapalveluhenkilöstön riittävä ravitsemusosaaminen ja tietojen ylläpito on välttämätöntä, jotta työryhmän kehittämien ravitsemuskriteerien mukaista tarjontaa voidaan ylläpitää ja kehittää. Taitoja terveyden edistämiseen ravitsemuksen keinoin on vahvistettava ruokapalvelu- ja elintarvikealalla toimivien keskuudessa, mutta myös muilla ammatillisen koulutuksen alueilla. Ravitsemusopetus tulee sisällyttää osaksi työhyvinvointia, työsuojelua ja itsestä huolehtimista, jotta ruokailun ja aivan erityisesti terveyttä edistävän ruokailun, merkitys tärkeänä terveysjohtamisen osa-alueena kasvaa. Tarvitaan sekä riittävää peruskoulutusta että täyden-

nyskoulutusta. Olisi myös syytä kehittää järjestelmiä, joiden avulla ravitsemusosaamista osana terveyden edistämistyötä voisi arvioida.

Haasteena on ylläpitää ja kehittää riittävää ravitsemusosaamista. Opintojen sisällöt suunnitellaan pitkälti koulukohtaisesti, ja vaarana on, että eri oppilaitoksista valmistuneiden väliset erot ravitsemusosaamisessa kasvavat. Toisaalta koulutusrakenteet mahdollistavat ravitsemuksen sisällyttämisen nykyistä laajemmin mukaan, mutta tarve siitä tulisi tulla oppilaitosten tietoon kentältä. Ammattikorkeakoulututkinnoissa vaatimukset määritellään ns. kompetenssien avulla jotka tehdään varsin yleisellä tasolla. Ruokapalvelujen suunnitteluosaamisen tulisi olla selkeästi kuvattuna osaamisvaatimuksissa. Korkeakoulututkintojen osaamistavoitteita määriteltäessä tulee terveyden edistäminen sisällyttää jokaisen alan osaamistavoitteisiin.

Joukkoruokailun kehittämisen haasteeksi voi tulevaisuudessa muodostua henkilökunnan riittämättömyys. Ruokapalvelualan työvoimapula heikentää ammattiosaamista, kun alalle palkataan kouluttamatonta henkilökuntaa. Lisäksi monikulttuurisuuden lisääntytyä on huolehdittava eri kulttuurista tulevien ravitsemusosaamisesta ja kommunikaatioaidoista. Muun muassa asiakkaan ohjaaminen ravitsemuksellisesti terveellisiin valintoihin kuuluu ruokapalveluhenkilöstön osaamisvaatimukseen, samoin kuin suoritusten mukaisten aterioiden toteuttaminen. Ruokapalvelualan ammattien arvostusta on jatkossa tuettava, mukaan lukien palkkaus, tai muuten ajaututaan tilanteeseen, jossa automaattit, pitkälle jalostetut ruoat, standardituotteet ja pikaruoka valtaavat alaa. Myös joukkoruokailua hoitavat keittiöt on saatava houkuttelevammiksi ammattivaihtoehtoiksi. Suuri osa opiskelijoista suuntautuu nykyään ravintolasektorille eivätkä nämä opiskelijat osaa valita muilla ammattikeittiöiden sektoreilla tarvittavaa osaamista. Olemme tilanteessa, jossa ravintolamaailman ulkopuolella toimivat ammattikeittiöt kokevat vajausta koulutetusta työvoimasta.

### **6.3 Tutkimus ja joukkoruokailun seuranta**

Työryhmä esittää joukkoruokailun seurantajärjestelmän rakentamista. Seurantajärjestelmä on välttämätön, jotta joukkoruokailua voidaan kehittää ja arvioida. Keskeisenä haasteena on tarvittavien resurssien varmistaminen.

Ruokapalvelujen käytön osalta tarpeet ovat aineistojen keruun suhteen vähäiset. Keskeistä on varmistaa, että ruokapalvelujen käyttöön liittyvät kysymykset pysyvät osana nykyisiä seuranta- ja tutkimuksia. Sen sijaan aineistojen analysointi vaatii ammattitaitoisen henkilöstön. Erityisen haasteellista on seurata joukkoruokailun ravitsemuslaatua, koska aineistojen keruu vaatii erillistutkimuksia. Käytännössä ravitsemuslaadun tutkimusta voinee osin yhdistää muiden tutkimusten tiedon keruuseen. Erityisen tärkeää olisi saada valtakunnallista tietoa lasten ravitsemuksesta, esimerkiksi päiväkotien ja koulujen ruokailusta.

Ruokapalveluiden käyttöä seuraava järjestelmä tuottaa tietoja ensisijaisesti laajoista väestöryhmistä. Paikallista tietoa saadaan vain suurista kaupungeista. Palvelujen kehittämisen kannalta myös alueellisille (esimerkiksi suurimmat kunnat) seurannoille on tarvetta. Ruoan ravitsemuslaadun seuranta, joka toistaiseksi tulee perustumaan erillisiin selvityksiin, voi periaatteessa ulottua jopa yksittäisten ruokapalveluiden tuottajien palveluihin. Erillisselvityksin voidaan tuottaa tietoja ainakin julkisten ruokapalveluiden laadusta ja näin palvella palveluiden tilaajia.

Ruoan laadun ja valmistuksessa käytettyjen elintarvikkeiden koostumuksen seuranta olisi helppompaa ja tehokkaampaa, jos ruokapalveluilla ja joukkoruokailun seurantaa tekevillä tahoilla olisi käytössä ajantasaista tietoa tuotteiden ravintosisällöstä sähköisessä muodossa. Tällä hetkellä esimerkiksi elintarviketeollisuuden ja kaupan ylläpitämä sähköinen tuotetietopankkijärjestelmä, jossa on myös tuotteiden ravintosisältöjä, ei ole ruokapalvelujen tai tutkijoiden käytössä.

## 6.4 Kunnan päättäjät ja paikalliset toimijat

Keskeinen osa joukkoruokailuun liittyvistä päätöksistä tapahtuu kunnissa ja paikallisella tasolla. Kouluruokailu kattaa ruokapalveluissa tarjottavista aterioista suurimman osan. Lisäksi paikalliset päättäjät tekevät keskeiset ratkaisut muun muassa päivä- ja vanhainkodeissa sekä sairaaloissa tarjottavista aterioista. Asiakaskunta on heterogeeninen, ruokailijoita on vauvasta vaariin.

Työryhmän laatimat kriteerit sopivat hankinnoista vastaavien työkaluksi mutta kattavat vain aterioiden ravitsemuslaadun. Näiden lisäksi on huomioitava heterogeenisen asiakaskunnan erilaiset tarpeet ja ruokailun muut merkitykset. Esimerkiksi päiväkodissa ruoanvalmistukseen ja ruokailuun liittyy vahvasti myös kasvatuksellinen merkitys, ja ikääntyneillä on usein erilaiset mieliruoat kuin nuoremmilla. Ravitsemuslaadun hankintakriteerit pohjaavat valtion ravitsemusneuvottelukunnan suositukseen ja tukevat niiden toteutumista hankintatilanteissa. Sen lisäksi käytännön työssä on otettava huomioon muut suositukset esimerkiksi välipalojen tarjoamisesta, kohtuullisesta ja riittävästä ruokamäärästä sekä hyvinvointia edistävästä ruokailutilanteesta.

Ruokapalveluihin liittyvien ratkaisujen tulee olla keskeinen osa kuntien hyvinvointistrategiaa. Laadukas ruoka ja hyvä ravitsemustila parantavat terveyttä ja hyvinvointia sekä ehkäisevät ongelmia jatkossa. Joukkoruokailun käyttö on yhteydessä parempaan terveyteen. Työryhmä esittää, että julkisia ruokapalveluja avataan nykyistä enemmän myös työelämän ulkopuolella oleville kuten työttömille ja eläkeläisille. Käytännössä tämä voisi tarkoittaa esimerkiksi mahdollisuutta ruokailla tai ostaa ruokaa kouluista, eläkeläisten mahdollisuutta käydä päiväkodissa ruokailemassa tai virastojen ruokaloiden avaamista työttömille. Tämän tyyppinen järjestelmä voisi myös edistää ikääntyneiden hyvinvointia tai työttömien integroitumista. Työryhmä ei kuitenkaan ota kantaa siihen, miten tämä tulisi käytännössä tehdä. Ratkaisut tulee tehdä paikallistasolla, paikalliset olosuhteet ja infrastruktuuri huomioiden.

Haasteena myös kunnissa on riittävien resurssien varmistaminen. Keskeiset ratkaisut ja päätökset resursseista tehdään kunnan luottamuselimissä. Poliittisten päättäjien tulisi osata tehdä valistuneita ratkaisuja. Myös riittävä hankintaosaaminen on välttämätöntä, jotta voidaan toteuttaa tavoitteellista hankintapolitiikkaa, jossa laatutekijöillä on riittävä painoarvo.

## 6.5 Poliittinen johto ja päättäjät

Joukkoruokailun kehittäminen vaatii vahvaa poliittista tahtotilaa ja ymmärrystä joukkoruokailun tärkeydestä, nyt ja jatkossa. Ravitsemuksen kehittämistä ohjaa tällä hetkellä valtioneuvoston kesäkuussa 2008 hyväksymä periaatepäätös terveyttä edistävän liikunnan ja ravitsemuksen kehittämislinoista. Joukkoruokailulla on tässä periaatepäätöksessä ja sen toimeenpanosuunnitelmassa vahva rooli. Periaatepäätöksessä muun muassa todetaan, että julkisen ruoka-

palvelujen rahoituksen riittävydestä on huolehdittava, ruokapalvelujen tarjoaman ruoan tulee olla ravitsemussuosituksen mukaista, henkilöstöruokailun tukijärjestelmää on kehitettävä terveellisempiä vaihtoehtoja suosivaksi, verotuksellisin keinoin tulee tukea ravitsemussuosituksen mukaisia vaihtoehtoja ruokapalveluissa, ikääntyneille on kehitettävä ruokapalveluja ja entistä useammalla työkäisellä tulisi olla mahdollisuus syödä houkutteleva ja ravitsemussuosituksen mukainen ateria työpäivän aikana. Tämän työryhmän ehdotukset tukevat periaatepäätöksen tavoitteita. Keskeisenä haasteena on kuitenkin esitettyjen päätösten toimeenpano. Tämä vaatii poliittisten linjausten lisäksi myös tarvittavaa lainsäädäntöä.

Erityisen haasteellista ja tärkeää on kehittää hintapolitiikkaa ja verotusjärjestelmää terveellisiä ateriavaihtoehtoja suosivaksi. Elintarvikkeiden ja ruokapalvelujen liikevaihtoveroalennukset on jo päätetty toteuttaa samansuuruisina kaikille. Terveysperusteita on toistaiseksi käytetty vain epäterveellisten elintarvikkeiden verotuksen perustana (makeis- ja virvoitusjuomavero) ja osin tukipolitiikassa (ns. koulumaitotuki). Sen rinnalla olisi kulutuksen ohjaamiseksi syytä harkita terveellisten vaihtoehtojen verotuksen keventämistä. Työryhmän ehdotukset aterioiden ravitsemuslaadun kriteereiksi voisivat toimia tässä apuna, ts. kevyempää verotusta voisi jatkossa kohdentaa niihin tilanteisiin, jossa tarjolla on kriteerit täyttäviä aterioita.

Oikeus ravintoon on jo kirjattu päivähoitoa sekä perusopetusta,- lukio- ja ammatillista koulutusta säätäviin lakeihin. Säädöstekstien muotoilu antaa kuitenkin tilaa monenlaisille tulkinnoille eikä säädösteksteissä esitetä selkeitä vaatimuksia tarjottavien aterioiden laadusta. Mikäli säädöstekstissä olisi vaatimus siitä, että tarjottavien aterioiden tulee olla ravitsemussuosituksen mukaisia, ei vastaavaa ongelmaa olisi.

Joukkoruokailu on syytä pitää pysyvästi poliittisen johdon ja päättäjien agendalla. Joukkoruokailun ja ruokapalvelujen merkitys on syytä ottaa huomioon vahvasti tulevaisuissa ohjelmissa ja niiden toimeenpanossa, kuten tulevassa ruokastrategiassa vuoteen 2020.

## 6.6 Työmarkkinaosapuolet, työterveyshuolto ja työsuojelu

Työmarkkinaosapuolilla on tärkeä rooli terveellisen työaikaisen ruokailun edistämässä ja sen arvostuksen lisäämisessä osana työkykyä edistävää toimintaa. Tämä vaatii työpaikoilla johdon sitoutumista ja ymmärrystä siitä, että hyvin järjestetty henkilöstöruokailu edistää työvireyttä ja ehkäisee ennen aikaista työkyvyttömyyttä aiheuttavia sairauksia. Työpaikoilla on tärkeää panostaa esimerkiksi töiden organisointiin siten, että työt mahdollistavat kiireettömän työaikaisen ruokailun. Terveyttä edistävän työpaikan taukotilat ovat viihtyisät ja siistit, ruoan säilytys- ja lämmitysmahdollisuudet ovat hyvät, ja työ ja sen tauotus organisoidaan siten, että ruokatauko on mahdollista pitää sopivaan aikaan. Työntekijät osallistuvat ruokailun järjestyksen suunnitteluun ja saavat tarpeen mukaan neuvontaa työaikaisen ruokailun toteutuksessa, esimerkiksi eväsrुकailussa.

Ruokailu on työkykyä ylläpitävää ja edistävää toimintaa, joten työterveyshuollon terveystarkastuksissa työaikaisen ruokailun esille ottaminen on perusteltua, erityisesti työntekijöillä, joiden työ hankaloittaa työaikaisen ruokailun toteutusta. Näitä ovat esimerkiksi vuorotyöntekijät, liikkuvaa työtä tekevät, ulkona työskentelevät ja fyysisesti raskasta työtä tekevät. Apuna voi hyödyntää työterveyshuollon asiantuntijapätevyyden omaavan ravitsemusterapeutin osaamista. Haasteena tässä on riittävän asiantuntemuksen ja palvelujen varmistaminen sekä saatavuus.

Työnantaja voi tukea taloudellisesti henkilöstöruokailun järjestämistä. Henkilöstöravintolapalvelujen tuottajien kilpailutuksessa ravitsemuslaatua kuvaavan kriteeristön sisällyttäminen tarjouspyyntöön takaa korkealaatuiset palvelut ja toimii myös viestinä, että työnantaja arvostaa terveyden ja työkyvyn edistämistä ja pitää huolta työntekijöistään. Myös ilta- ja yötyötä tekeville ja tai liikkuvaa työtä tekeville tarjottavat ravitsemuksellisesti laadukkaat, työpisteisiin tilattavat ateriavaihtoehdot ja eväspaketit kannattaa sisällyttää tarjouskilpailutukseen. Myös kokoustarjoilujen terveellisyys on tärkeää ottaa huomioon työvireyden edistämässä ja ateriapalvelujen hankinnassa. Terveyttä ja työkykyä edistävän työaikaisen ruokailun kehittäminen on hyvä sisällyttää myös yrityksen työsuojelutoimintaan, etenkin työpaikoissa, joissa työn piirteet hankaloittavat työaikaisen ruokailun toteutusta tai työaikainen ruokailu on keino työturvallisuuden edistämiseen.

## **6.7 Kuluttajat ja ruokapalvelujen käyttäjät**

Kuluttajilla on oikeus saada laadukasta, kohtuuhintaista ja houkuttelevaa ruokaa. Heillä pitää olla mahdollisuus aterioida työpäivänsä aikana ja syödä silloin terveellisesti ja terveyttään vaarantamatta. Ruokapalvelun käyttäjillä tulee myös olla riittävästi tietoa valintojensa tueksi. Useimmilla kuluttajilla on halu tehdä terveyttä edistäviä valintoja mutta se on käytännössä vaikeaa, jos ruokapalveluissa aterioiden koostumuksesta tai ravitsemuslaadusta ei kerrota.

Terveellisyys ja tieto siitä ei yksin riitä, on myös tärkeää, että ruoka on houkuttelevaa ja ruokailulle annetaan riittävästi aikaa ja arvostusta. Eri kohderyhmien tarpeet ja mieliruoat on huomioitava myös ruokapalvelujen suunnittelussa. Joukkoruokailussa toteutetut maukkaat ja samalla terveelliset ratkaisut voivat toimia kannustimena kokeilla kotonakin terveellisempiä vaihtoehtoja.

Toteutuessaan tämän mietinnön ehdottamat toimenpiteet auttavat kuluttajia tekemään terveyttä edistäviä valintoja käyttäessään ruokapalveluita. Keittiöiden, jotka sitoutuvat ehdotettujen ravitsemuskriteerien noudattamiseen, tulee kertoa asiakkailleen kriteerien mukaisista vaihtoehtoista. Seurantajärjestelmän tuottamat tiedot on tarkoitus saattaa paitsi alan asiantuntijoiden myös kuluttajien ulottuville.

## 7 Kirjallisuus

A.C. Nielsen tiedote (1998–2004).

Airaksinen L, Hakala-Lahtinen P, Hasunen K, Jäntti A, Parkkinen K, Peltosaari L, Schauman A, Sepänen R, Tainio R, Vainio L, Packalen L (toim.) Joukkoruokailun ravitsemussuositukset. 1992. Valtion painatuskeskus, Helsinki.

Aldèn-Nieminen H, Raulio S, Männistö S, Laitalainen E, Suominen M, Prättälä R. Ikääntyneiden suomalaisten ateriointi. Ruokapalveluiden seurantaraportti 3. Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen julkaisuja 7/2009. Helsinki.

Elintarvikelaki 23/2006

Hallituksen strategia-asiakirja 2007. Valtioneuvoston kanslian julkaisusarja 18/2007.

Hakola T, Hublin C, Härmä M, Kandolin I, Laitinen J, Sallinen M: Toimivat ja terveet työajat. Työterveyslaitos Helsinki 2007 ss. 132-140.

Hasunen K. Joukkoruokailussa kiinnitettävä huomiota laatuun ja ruoan valintaan liittyviin tekijöihin. Sosiaalitieteellinen aikakauskirja 1987;2:20-5.

Hasunen K. Työpaikkaruokailu. Kirjassa: Packalen L, toim. Joukkoruokailun ravitsemussuositukset. 2. painos. Helsinki: Painatuskeskus Oy; 1994. s. 73-8.

Hasunen K, Kalavainen M, Keinonen H, Lagström H, Lyytikäinen A, Nurttila A, Peltola T, Talvia S. Lapsi, perhe ja ruoka. Imeväis- ja leikki-ikäisten lasten, odottavien ja imettävien äitien ravitsemussuositus. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2004:11. Helsinki.

Helakorpi S, Paavola M, Prättälä R, Uutela A. Suomalaisen aikuisväestön terveystietäytyminen ja terveys, kevät 2008. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, Raportti 2/2009. Helsinki.

Hoppu U, Kujala J, Lehtisalo J, Tapanainen H, Pietinen P (toim.) Yläkoululaisten ravitsemus ja hyvinvointi. Lähtötilanne ja lukuvuonna 2007–2008 toteutetun interventiotutkimuksen tulokset. Kansanterveyslaitoksen julkaisuja B 30/2008. Helsinki: Kansanterveyslaitos; 2008.

Järvelä K, Mäkelä J. ”Kovin periaatteellista tämä ei ole”. Kuluttajien ruoan valinta ja arkiset toimintatavat. Vox consumptoris – Kuluttajan ääni. Kuluttajatutkimuskeskuksen vuosikirja 2005. Helsinki.

Kansallinen terveyserojen kaventamisen toimintaohjelma 2008-2011. Sosiaali- ja terveysministeriö, julkaisuja 2008:16.

Kansaneläkelaitos 2008. Korkeakouluruokailun periaatteita koskeva suositus.

Kunttu K, Huttunen T. Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimus 2008. Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön tutkimuksia 45, 2009. PunaMusta Oy, Helsinki.

Kyttälä P, Ovaskainen M, Kronberg-Kippilä C, Erkkola M, Tapanainen H, Tuokkola J, Veijola R, Siemell O, Knip M, Virtanen SM. Lapsen ruokavalio ennen kouluikää. Kansanterveyslaitoksen julkaisuja B32/2008. Helsinki.

Laakkonen Eini. Toimipaikkaruokailu Suomessa vuonna 1970. Työterveyslaitoksen tutkimuksia. Työterveyslaitos Helsinki 1972.

Laitinen J, Virtanen S, Perkiö-Mäkelä M, Tuomi K: Elintavat. Julkaisussa: Kauppinen T, Hanhela R, Heikkilä P, Kasvio A, Lehtinen S, Lindström K, Toikkanen J, Tossavainen A, toim. Työ ja terveys Suomessa 2006. Helsinki: Työterveyslaitos; 2007. s. 211-23.

Laki ammatillisesta koulutuksesta 630/1998

Laki julkisista hankinnoista 348/2007

Laki lasten päivähoidosta 19.1.1973/36

Lukiolaki 629/1998

Lammi M, Raijas A. Pellolta itsepalvelumyymälään – palvelujen muutos suomalaisessa ruokataloudessa. Teoksessa: Kuluttajat kehittäjinä. Miten asiakkaat vaikuttavat palvelumarkkinoilla? Kuluttajatutkimuskeskuksen vuosikirja 2007. Toim. M. Lammi, R. Järvinen ja J. Leskinen. Kuluttajatutkimuskeskus, Helsinki

Lennernäs M, H U., B W. Matvanor före och efter beskattningen av lunchsubventionerna. Stockholm; Livsmedelsverkets förlag. Livsmedelsverkets rapportserie 4/94; 1994.

Lintukangas S, Manninen M, Mikkola-Montonen A, Palojoki P, Partanen M, Partanen R. Kouluruokailun käsikirja – Laatuvevittä koulutyöhön. 2007. Opetushallitus, Helsinki.

Luottokunta ja Lankinen H, MaRa ry. 2009.

Niva M, Piironen S. ”Kohtuudella kaikkea”. Maallikot ja asiantuntijat terveellisestä syömisestä. Vox consumptoris – Kuluttajan ääni. Kuluttajatutkimuskeskuksen vuosikirja 2005. Helsinki.

Opetushallitus. Kouluruokailu.

[http://www.oph.fi/koulutus\\_ja\\_tutkinnot/perusopetus/hyvinvointi\\_ja\\_turvallisuus/kouluruokailu](http://www.oph.fi/koulutus_ja_tutkinnot/perusopetus/hyvinvointi_ja_turvallisuus/kouluruokailu)  
(21.7.2009)

Ovaskainen ML, H Reinivuo, H Tapanainen, ML Hannila, T Korhonen, H Pakkala. Snacks as an element of energy intake and food consumption. Eur J Clin Nutr 2005;60:494-501.

Paturi M, Tapanainen H, Reinivuo H, Pietinen P, toim. Finravinto 2007 -tutkimus – The National FINDIET 2007 Survey. Kansanterveyslaitoksen julkaisuja, B23/2008. Helsinki.

Pelto-Huikko Antti, Ohtonen Jukka. Suomalainen sydänohjelma. Ulkoisen arvioinnin raportti vuosilta 2006-2008. Hämeenlinna: Sosiaalikehitys, 2008.

Perkiö-Mäkelä M, Hirvonen M, Elo A, Ervasti J, HUUHTANEN P, KANDOLIN I, KAUPPINEN K, KAUPPINEN T, KETOLA R, LINDSTRÖM K, MANNINEN P, MIKKOLA J, REIJULA K, RIALA R, SALMINEN S, TOIVANEN M, VILUKSALA M. Työ ja terveys -haastattelututkimus 2006. Taulukkoraportti. Helsinki: Työterveyslaitos, 2006. (397 s.)

Perusopetuslaki 21.8.1998/628

Pietinen P, Valsta LM, Hirvonen T, Sinkko H. et al. Public Health Nutr.2008 Apr;11(4):335-40

Raulio S, Mukala K, Ovaskainen M-L, Lahti-Koski M, Sirén M, Prättälä R. Työaikainen ruokailu Suomessa. Kolmen valtakunnallisen seurantatutkimuksen tuloksia. Kansanterveyslaitoksen julkaisuja B3/2004.

- Raulio S, Pietikäinen M, Prättälä R (Joukkoruokailutyöryhmä). Suomalaisnuorten kouluaikainen ateriointi. Ruokapalveluiden seurantaraportti 2. Kansanterveyslaitoksen julkaisuja B26/2007. Helsinki.
- Resnick MP, MB Gregoire, LJ Lafferty, S Lipson. Marketing can change consumers' perceptions of healthfulness of items served in a worksite cafeteria. J Am Diet Assoc 1999;99:1265-7.
- Rimpelä M, Jarvala T, Kalkkinen P, Peltonen H, Rigoff A-M. Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen lukioidissa - perusraportti lukiokyselystä vuonna 2008. Opetushallitus, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2009. Helsinki
- Roos E, Sarlio-Lähteenkorva S, Lallukka T. Having lunch at a staff canteen is associated with recommended food habits, Public Health Nutr. 2004: pp. 53–61.
- Sitra: Elintarvike- ja ravitsemusohjelma ERA 2004-2009. ERA:n [strategiaraportti](#) "Suomi - kilpailukykyinen terveellisen ravitsemuksen edelläkävijä". 2006.
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2008. Kansallinen terveyserojen kaventamisen toimintaohjelma 2008-2011. Julkaisuja 2008:16
- Sosiaali- ja terveysministeriö. Kansanterveyskertomus 1996.
- Suomalaisen ruokakulttuurin edistämishjelma. Maa- ja metsätalousministeriö 2008.
- Suomalaisen ruokakulttuurin ulottuvuuksia. Finfood – Suomen Ruokatieto ry. 2009. Helsinki.
- Suomen Sydänliitto ry. Arkilounas on sydämen asia. Kriteerit aterioiden ravitsemuksellisen laadun arviointiin. Opas suurkeittiöille 2006. Helsinki.
- Suomen Sydänliitto ry., Työterveyslaitos, Kotimaiset Kasvikset ry. Joukkoruokailuselvitys sekä ehdotus joukkoruokailun seurantajärjestelmästä. Suomen Sydänliiton julkaisuja 2002:1
- Stakes 2005. Lapset päivähoidossa. <http://varttua.stakes.fi> (21.7.2009)
- Tainio R, K Tarasti. Suomalaisen työpaikkaruokailun kehitys. Kirjassa: Hasunen K, Helminen P, Lusa S, Prättälä R, Tainio R, Vaaranen V, toim. Yksin vai yhdessä? Työpaikkaruokailu murrosvaiheessa. Helsinki: Työterveyslaitos; 1995. s. 9-18.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2009. SOTKANet (23.7.2009)
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Kouluterveyskysely. [www.thl.fi/kouluterveyskysely](http://www.thl.fi/kouluterveyskysely). (13.10.2009)
- Sosiaali- ja terveysministeriö. Kansallinen terveyserojen kaventamisen toimintaohjelma 2008–2011. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2008:16; 2008.
- Tilastokeskus. Esi- ja peruskouluopetus [www-sivu]. Tilastokeskus, [http://tilastokeskus.fi/til/pop/2008/pop\\_2008\\_2008-11-14\\_tie\\_001.html](http://tilastokeskus.fi/til/pop/2008/pop_2008_2008-11-14_tie_001.html). Helsinki, 2008a.
- Tilastokeskus. Lukiokoulutus [www-sivu]. Tilastokeskus, [http://tilastokeskus.fi/til/lop/2007/lop\\_2007\\_2008-06-16\\_tie\\_001.html](http://tilastokeskus.fi/til/lop/2007/lop_2007_2008-06-16_tie_001.html). Helsinki, 2008b.
- Tilastokeskus 2009. Koulutus. <http://www.stat.fi/til/kou.html> (25.8.2009)
- Tuulia International Oy. Ravintolan ruoanhankintatietojen käyttö ravitsemuksellisen laadun arvioinnissa ja seurannassa. Tutkimusraportti 1/2009.



Työturvallisuuslaki 738/2002

Valtioneuvoston periaatepäätös terveyttä edistävän liikunnan ja ravinnon kehittämislinoista, Sosiaali- ja terveysministeriö, esitteitä 2008:10.

Valtion ravitsemusneuvottelukunta. Ravitsemussuositukset ikääntyneelle väestölle. (Tulossa).

Valtion ravitsemusneuvottelukunta. Kouluruokailusuositus 2008. Savion Kirjapaino Oy, Helsinki.

Valtion ravitsemusneuvottelukunta. Suomalaiset ravitsemussuositukset – ravinto ja liikunta tasapainoon 2005, Edita Prima Oy, Helsinki.

Vanhala M, Hasunen K, Mertanen E, Nurttila A, Prättälä R, Koivisto P. Suurkeittiöiden tarjoaman ruoan ravitsemuksellinen laatu. Raportti joukkoruokailun seurantajärjestelmään luoduista ravitsemuskriteereistä ja niiden toteutumisesta julkisia ruokapalveluita tuottavissa suurkeittiöissä vuonna 2004. Suomen Sydänliiton julkaisuja 2004:1.

Vanhala M. Ruoan ravitsemuksellisen laadun kriteerien luotettavuus. Julkaisematon käsikirjoitus, 2008

Vankeinhoitolaitos. Ruoka- ja vaatehuolto. <http://www.rikosseuraamus.fi/19216.htm> (luettu 4.9.2009)

Viinisalo M. Kodin ulkopuolella ruokailu erilaisissa kotitalouksissa vuosina 1985 ja 1998. Kuluttajatutkimuskeskus, Työselosteita ja esitelmiä 91:2005.

Väyrynen P, Saaristo V, Wiss K, Rigoff A-M (toim.) 2009. Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen ammatillisissa oppilaitoksissa. Peruseräraportti kyselystä vuonna 2008. THL, Opetushallitus. Helsinki

## Liite 1. Joukkoruokailua seuraavia valtakunnallisia tietolähteitä

### RUOKAILIJA

#### Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL):

- Finriski- ja Finravintotutkimukset
- Eläkeikäisen väestön terveyskäyttäytyminen –tutkimus (EVTK)
- Kouluterveyskysely
- Suomalaisen aikuisväestön terveyskäyttäytyminen ja terveys-tutkimus (AVTK)

#### Puolustusvoimat:

- Muonitus puolustusvoimissa: Asevelvollisten ja työntekijöiden elintarvikkeiden käyttö g/hlö/pv, nautittuja aterioita kpl/v

#### Suomen Gallup Elintarvike-tieto Oy:

- Ruokatiето: esim. yli 10-vuotiaiden henkilöiden ulkonasyöntiuseus ja ateriointipaikka arkisin

#### Suomen Hotelli- ja Ravintolaliitto ry / Suomen Gallup:

- Ravintolaruokailun trenditutkimus

#### Tilastokeskus:

- Kotitalouksien kulutusmenot –tutkimus
- Lasten päivähoitotilasto
- Peruskoulun oppilaat –tilasto

#### Työterveyslaitos:

- Tyky-barometri
- Työ ja terveys Suomessa –tutkimus

### SUURKEITTIÖ

#### A. C. Nielsen Finland Oy:

- Suurkeittiörekisteri

#### Elintarviketurvallisuusvirasto Evira:

- Kunnallisen elintarvikevalvonnan (riittävyden) arviointi
- Kunnallisen elintarvikevalvonnan arviointi

#### Kansaneläkelaitos:

- Korkeakouluaterioiden tukitilasto

#### Kuntaliitto/Efektia Oy:

- Johdon Vertti –tiedonkeruuohjelma: mm. ruokapalvelun ja ostopalveluiden osuus kunnan ruokapalveluista, kokonaiskulut /ateriasuorite

#### Kuntaruokailun asiantuntijat ry:

- Kunnallisten ruokapalvelujen tunnuslukuja

#### Luottokunta:

- Tunnuslukuja lounasseteleiden käytöstä

#### Puolustusvoimat:

- Muonitus puolustusvoimissa: mm. raaka-ainekustannukset /v

#### Suomen Gallup Elintarviketieto Oy:

- Ruokatiето

#### Suomen Hotelli- ja Ravintolaliitto ry:

- Hotelli- ja ravintola-alan tunnuslukuja (Tilastokeskus)

#### Taloustutkimus Oy:

- Suurkeittiötutkimus

#### Tilastokeskus:

- Työvoimatutkimus - Yritys- ja toimipaikkarekisteri

### ELINTARVIKKEET

#### Eko Centria/SAKKY:

- Kestävät elintarvikehankinnat julkisissa ruokapalveluissa; lähi- ja luomutuotteiden käytön seuranta-mittari

#### Elintarviketeollisuusliitto ry:

- Elintarvikeryhmittäiset tilastot

#### Maa- ja metsätalousministeriö

- EU-koulumaito-tukitilasto

#### Puolustusvoimat:

- Muonitus puolustusvoimissa: elintarvikkeiden kokonaiskulutus kg/v

#### Suomen Hotelli- ja Ravintolaliitto ry:

- Ravitsemisalan ruoan raaka-aineiden tukkuhintaseuranta (Tilastokeskus)

#### Taloustutkimus Oy

- Suurkeittiötutkimus: mm. tarjottujen annosten määrä/pv, suurkeittiön toimintatyyppi, elintarvikekohtaisia käyttöfrekvenssejä suurkeittiöissä

#### Tuulia International Oy:

- Ravitsemuksellisen laadun seuranta ruokapalvelujen ruoanhankintatietojen avulla

## **LIITE 2. Ravitsemukselliset laatuksiteerit ruokapalvelujen hankintaan ja kilpailuttamiseen**

Ruokapalvelujen ravitsemuksellisia laatuksiteereitä käytetään ateriapalveluiden järjestäjiä kilpailutettaessa. Kriteerit ovat ehdottomia. Ne käsittävät suositeltavien aterioiden tarjonnan ja ravitsemuslaadun.

Aterialla tarkoitetaan päivittäin tarjolla olevaa kokonaisuutta, johon kuuluu pääruoka ja sen mahdollinen lämmin lisäke sekä muut aterianosat: kasvislisäke ja salaattikastike, leipä ja margariini sekä ruokajuoma.

### **1. Suositeltavien aterioiden tarjonta**

#### **1.1 Ateria (lounas)ravintolassa, jossa on tarjolla useita ateriavaihtoehtoja**

- 1) Kriteerien mukaisia aterioita (pääruoka, taulukko 2.1; mahdolliset lisäkkeet, taulukko 2.2; muut aterianosat, taulukko 2.3) on oltava päivittäin tarjolla
  - vähintään 1, jos ateriavaihtoehtoja on 2-4
  - vähintään 2, jos ateriavaihtoehtoja on 5 tai useampia
- 1) Asiakkaalle on kuvattava
  - malliateria, joka on koostettu päivän tarjonnasta (voi olla myös kuva tai sanallinen ohje). Malliaterian pitää sisältää suosituksen mukaiset aterianosat (pääruoka mahdollisine lämpimine lisäkkeineen, maito, leipä, rasva, salaatti/kasvikset, salaattikastike)
  - ko. ateria on merkittävä ruokalistassa
- 2) Joka päivä on oltava tarjolla (taulukko 2.3):
  - runsaasti kuitua ja enintään 0,7 % suolaa sisältävää leipää
  - margariinia tai muuta kasvisrasvavitettä
  - rasvatonta maitoa
  - tuoreita kasviksia, tuoresalaattia, marjoja tai hedelmiä
  - kasviöljypohjaista kastiketta salaatin kera
- 3) Kriteerien mukaisten pääruokien kierron on oltava vähintään 4 viikkoa ja kriteerit täyttävää kalaruokaa on tarjottava vähintään kerran viikossa

#### **1.2. Ateria ravintolassa, jossa on tarjolla vain yksi ateriavaihtoehto**

- 1) Tarjolla on oltava kriteerien mukainen ateria (pääruoka, taulukko 2.1; mahdolliset lisäkkeet, taulukko 2.2 ; muut aterianosat, taulukko 2.3). Enintään 20 % kiertävän ruokalistan aterioista voi poiketa kriteereistä.
- 2) Asiakkaalle on kuvattava

- malliateria, joka on koostettu päivän tarjonnasta (voi olla myös kuva tai sanallinen ohje). Malliaterian pitää sisältää suosituksen<sup>4</sup> mukaiset aterianosat (pääruoka lämpimine lisäkkeineen, maito, leipä, rasva, salaatti/kasvikset, salaattikastike)

3) Kriteerien mukaisten pääruokien kierron on oltava vähintään 4 viikkoa ja kalaruokia on tarjottava vähintään kerran viikossa.

## 2. Suositeltavan aterian ravitsemuslaatu

Ateriakokonaisuuden osien tulee täyttää alla olevat ravitsemuskriteerit.

### 2.1 Pääruoka

Pääruokatyppi	Ravintosisältö/ 100 g, enintään		
	Rasva,g	Tyydyttynyt rasva,g	Suola(NaCl),g
Pääruokakeitot, pääruokapuurot <sup>1</sup>	3 (5)	1 (1,5)	0,5
Laatikkoruokat, risotot, pasta-ateriat, ateriasalaatit <sup>2</sup> , pitsa	5 (7)	2 (2)	0,6
Pääruokakastikkeet (esim. stroganoff, kanakastike)	9 (11)	3,5 (3,5)	0,8
Kappaleruokat kastikkeen kanssa tai ilman kastiketta: esim. pihvit, ohukaiset, murekeruokat, kääryleet, broileri	8 (12)	3 (3,5)	0,8

Suluissa olevat rasvaluvut koskevat kala-aterioita. Luvut ovat muita suuremmat kalan sisältämän hyvän rasvan vuoksi.

<sup>1</sup> Puurojen vilja-raaka-aineessa kuitua vähintään 6g/100 g

<sup>2</sup> Ateriasalaatissa kasvisten osuus vähintään 150 g

### 2.2. Pääruoan peruna-, riisi- ja pastalisäkkeet

Lisäke	Ravintosisältö/100 g, enintään			
	rasva, g	tydyttynyt rasva, g	suola (NaCl), g	kuitu (kuivapainosta), g/100g
pasta	enintään 2	0,7	enintään 0,3	vähintään 6
riisi, ohrasuurimo, riisiruiseokset ja vastaavat	enintään 2	0,7	enintään 0,3	vähintään 6
keitetty peruna	ei lisättyä rasvaa		ei lisättyä suolaa	
muu perunalisäke (esim. perunasose, lohkopernat, uuniperuna)	enintään 2	0,7	enintään 0,3	

<sup>4</sup> Huomioidaan myös kullekin erityisryhmälle asetetut ravitsemussuositukset, esim. kouluruokasuositus koululaisille ruokaa tarjoavissa ravintoloissa.

### 2.3. Muut aterianosat

Aterian osa	Ravintosisältö			
	rasva, g /100g	kova rasva% rasvasta	suola (NaCl), g /100g	kuitu, g/100g
leipä	-		tuoreleipä enintään 0,7; näkkileipä enintään 1,2	vähintään 6
margariini tai muu kasvirasvavete	-	enintään 33 %	enintään 1	-
maito tai piimä	enintään 0,5	-	-	-
<b>Kasvislisäke:</b>	ei lisättyä rasvaa	-	ei lisättyä suolaa	-
- tuoreet kasvikset				
- kypsennetyt kasvikset	enintään 2, rasvana kasviöljy	-	ei lisättyä suolaa	
salaatinkastike		enintään 20 %	enintään 1	-

### 3. Kriteerien toteutumisen varmistaminen

Ruokapalvelun tarjoajan täytyy tarjouksessaan pystyä kuvaamaan, miten kriteerien toteutuminen varmistetaan ja miten niitä seurataan. Kuvauksesta tulee ilmetä:

- malliaterian kuvaaminen asiakkaalle
- vakioruokaohjeet, joiden ravintosisältö on laskettu 100 g:aa kohden
- ruoan ravitsemuksellisen laadun seuranta osana omavalvontasuunnitelmaa
- ruokalistasuunnittelu, joka osoittaa kriteerien mukaisten pääaterioiden tarjonnan päivittäin ja pidemmällä aikavälillä (ruokalistakierto)
- kuvaus keittiöhenkilökunnan ammattitaidosta/osaamisesta



Ateriat voidaan toteuttaa esimerkiksi Sydänmerkki -ateriajärjestelmän mukaisesti

### **LIITE 3. Ravitsemukselliset laatuksiteerit elintarvikkeiden hankintaan ja kilpailuttamiseen**

Elintarvikkeiden ravitsemuksellisia laatuksiteereitä käytetään, kun ruokapalvelun hankinnoista vastaava taho hankkii ja kilpailuttaa elintarvikkeita. Kriteerit ovat ehdottomia.

Jos käytössä on laajempia ja kohderyhmäkohtaisempia elintarvikehankintojen laatuksiteeristöjä, kuten esimerkiksi koulu- ja sairaalaruokailussa, tässä kuvattua kriteeristöä ei tarvita.

Tuoteryhmät on valittu merkittävimmistä piilorasvan ja suolan lähteistä sekä elintarvikkeista, joita ammattikeittiössä käytetään määrällisesti paljon ja usein. Kriteerien mukaisten tuotteiden saatavuus on varmistettu. Kriteereitä tarkistetaan määräajoin.

#### **1. Ehdottomat kriteerit**

Taulukossa olevien elintarvikkeiden hankinnat tehdään aina alla kuvattujen kriteerien mukaisesti.

#### **2. Muut kriteerit**

Kilpailutuksessa saa lisäpisteitä, jos merkityistä elintarvikkeista on tarjolla tuotteita, joiden rasva- tai suolamäärät ovat kriteereitä alempia tai kuitumäärät kriteerejä korkeampia. Lisäpisteitä kerryttävät luvut on merkitty taulukkoon merkinnällä ”Vertailukriteeri”

TUOTERYHMÄT	Rasva g /100g	Kova rasva eli tyydyt- nyt (ja trans-) rasva	Natrium mg/100 g	Suola * g /100 g =%	Sokeri g/100 g	Kuitu g /100 g
<b>Maito, maitovalmisteet sekä niiden kaltaiset valmisteet</b>						
<b>Maito, piimä</b> ja niiden kaltaiset makeutta- mattomat juomat (esimerkiksi kaura-, soija- ja riisijuoma)	Ruokajuoma $\leq 1,0$ <b>Vertailukriteeri <math>\leq 0,5</math></b> Ruoanvalmistukseen $\leq 1,5$				Ei lisät- tyjä so- kereita	
	Jos rasvaa 1,5-2	$\leq 33$ % rasvasta				
<b>Vastaavat kermit</b> , niiden kaltaiset valmis- teet ja muut ruoanvalmistustuotteet	$\leq 10$					
	Jos rasvaa 10,1- 15	$\leq 33$ % rasvasta				
<b>Juustot</b> ja niiden kaltaiset valmisteet	$\leq 17$		$\leq 500$	$\leq 1,3$ <b>Vertailukriteeri <math>\leq 1,2</math></b>		
	jos rasvaa 17,1 – 30	$\leq 33$ % rasvasta				
<b>Ravintorasvat</b>						
Leivän päälle		$\leq 33$ % rasvasta	$\leq 400$	$\leq 1,0$		
Ruoanvalmistukseen		$\leq 20$ % rasvasta	$\leq 400$	$\leq 1,0$		

TUOTERYHMÄT	Rasva g /100g	Kova rasva eli tyydyt- nyt (ja trans-) rasva	Natrium mg/100 g	Suola * g /100 g =%	Sokeri g/100 g	Kuitu g /100 g
<b>Liha ja lihavalmisteet</b>						
<b>Jauheliha</b> – raaka, kypsä	≤ 10			≤ 0,8		
<b>Kokoliha, raaka</b> – nauta, sika , broileri				≤ 0,9		
<b>Kokoliha, kypsä</b> – nauta, sika, broileri(marinoitu)	≤ 11 <b>Vertailukriteeri</b> ≤ 10 ≤ 13 <b>Vertailukriteeri</b> ≤ 12			≤ 0,8		
<b>Täyslihaleikkeleet</b>	≤ 4		≤ 800	≤ 1,8		
<b>Leipä ja viljavalmisteet</b>						
<b>Leipä</b>			≤ 350	≤ 0,9 <b>Vertailukriteeri</b> ≤ 0,7		≤ 5 <b>Vertailukriteeri</b> ≤ 6
<b>Näkkileipä ja hapankorput</b>			≤ 480	≤ 1,2		≤ 10 g
<b>Valmisruoat</b>						
<b>Liha-, kala-, kana- ja kasvisruokavalmis- teet</b> aterian osana, ilman kastiketta (esim. mureke, pyörykät, pihvit, kaalikääry- leet, kasvispihvit)	<b>Kypsä</b> ≤ 12 <b>Vertailukriteeri</b> ≤ 8		≤ 500	≤ 1,1 <b>Vertailukriteeri</b> ≤ 0,8		
	<b>Raaka</b> ≤ 11 <b>Vertailukriteeri</b> ≤ 7		≤ 500	≤ 1,1 <b>Vertailukriteeri</b> ≤ 0,7		

\* Tuotteen suolapitoisuuden ensisijainen kriteeri on natrium -raja. Se sisältää luontaisen ja lisätyn natriumin. Suola (NaCl)raja on laskettu sovelluksena Na -rajasta. Jos tuotteessa Na -pitoisuutta ei ole mainittu, kriteerinä käytetään suolarajaa.



## LIITE 4. Joukkoruokailun seurannan kysymyksiä eri tutkimusjärjestelmissä

### Suomalaisen aikuisväestön terveystietäminen ja terveys (AVTK)

50. Missä syötte useimmiten lounaanne (klo 10 – 15 välillä) arkisin?

- 1 kotona
- 2 ravintolassa tai baarissa
- 3 työpaikkaruokalassa tai oppilaitosruokalassa
- 4 syön eväitä työpaikalla tai sen läheisyydessä
- 5 muualla kuin mainituissa paikoissa
- 6 en syö lounasta ollenkaan

52. Onko Teillä mahdollisuus käydä syömässä työpaikka- tai oppilaitosruokalassa?

- 1 kyllä
- 2 ei
- 3 en ole työssä enkä opiskele

### **Työ ja terveys Suomessa**

Missä yleensä syöt työpäivän aikana? Työssä ruokatauolla tai työaikana työpaikkaruokala myös, jos töissä esim. koulussa, päiväkodissa tai perhekodissa, ja syö lasten tai potilaiden kanssa ruokalassa

- 1 ei syö ollenkaan
- 2 kotona
- 3 ravintolassa, baarissa tai kahvilassa
- 4 työpaikkaruokalassa tai työpaikkaravintolassa
- 5 omia eväitä työpaikan taukotilassa tai muualla
- 6 muualla kuin edellä mainituissa paikoissa, missä \_\_\_\_\_
- 8 EOS
- 9 EV

Lisätietoa:

Työpaikkaruokala, työpaikkaravintola, henkilöstöravintola

- sille on ominaista, että se on lähellä työpaikkaa tai samassa rakennuksessa
- pitäjä on yrityksen oma (esim. tehtaan tai sairaalan henkilöstöravintola) tai jonkin ketjun (esim. Amica, Sodexo, Katri Antell, Uniresta yms. tai yksityisyrittäjän)
- lounas/ruokavaihtoehtoja löytyy, mutta ei ole erillistä ala carte listaa

Ehkä tuo viimeinen on selkeä, eli että ei ole erikseen "lista-annoksia".

Usein työnantaja on tehnyt sopimuksen ja saattaa subventoida työntekijänsä aterialla siten, että työntekijä saa sen edullisemmin kuin ulkopuoliset (esim. TTL ja Amica)

jos n7=1/2/3/5/6/7/8 (ei 4) n7a

Onko työpaikallasi tai työpaikkasi läheisyydessä työpaikkaruokalaa tai työpaikkaravintolaa?

- 1 ei
- 2 kyllä
- 8 EOS
- 9 EV

jos n7a=2 uusi kysymys vuonna 2009 n16u

Miksi et käytä työpaikkaruokalaa tai työpaikkaravintolaa?

[\*avo]

---

uusi kysymys vuonna 2009 n17u

Onko ruokatauko työaikaasi vai omaa aikaasi?

- 1 työaikaa
- 2 omaa aikaa
- 8 EOS
- 9 EV

## Kouluterveyskysely

80. Kuinka usein syöt aamupalaa (muutakin kuin vain kahvia, mehua tai muita juomia) kouluviikon aikana?

Viitenä aamuna

3-4 aamuna

1-2 aamuna

Harvemmin

81. Mikä seuraavista vaihtoehdoista parhaiten kuvaa perheesi ateriointia iltapäivällä tai illalla?

ruokapöydässä

Ei varsinaista aterialla, vaan jokainen ottaa itselleen syötävää

Valmistetaan aterialla, mutta koko perhe ei syö yhtä aikaa

Syömme yhteisen aterian, jolloin yleensä kaikki ovat ruokapöydässä

82. Millainen koulusi ruokailutilanne on yleensä? Vastaa joka kohtaan.

Ruokasalissa on rauhallista

Ruokajono kulkee nopeasti

Aikuisia syö kanssamme ruokasalissa

Pöytätoverini käyttäytyvät hyvin

83. Mikä seuraavista vaihtoehdoista parhaiten kuvaa kouluruokailuasi?

Syön yleensä tarjotun ruoan

Syön yleensä leivän, juoman ja/tai salaatin, mutta harvoin pääruokaa

En yleensä syö kouluruokaa (siirry kysymykseen 85)

84. Mitä aterianosia yleensä syöt kouluruoalla?

Pääruokaa

Salaattia

Maitoa tai piimää

Leipää

85. Mitä MUUTA kuin kouluruokalassa tarjottua ruokaa syöt yleensä koulussa kouluviikon aikana?

En syö muuta (siirry kysymykseen 87)

Syön muuta, mitä? Vastaa joka kohtaan.

Hedelmiä/hedelmäsoseita

Leipää

Makeaa kahvileipää

Lihapiirakkaa, hampurilaista tms.  
Makeisia  
Jäätelöä  
Sokeroitua virvoitusjuomaa  
Vähäkalorista virvoitusjuomaa  
Jotain muuta

86. Jos syöt koulussa välipaloja, niin mistä hankit ne? Vastaa joka kohtaan.

Koulun välipalatarjoilusta  
Koulussa olevista automaateista  
Kaupasta, kioskista tai huoltoasemalta  
Tuon välipalat kotoa

87. Kuinka usein olet juonut tai syönyt seuraavia viimeksi kuluneen VIIKON (7 pv) aikana?  
Vastaa joka kohtaan.

Sokeroituja virvoitusjuomia  
Vähäkalorisia virvoitusjuomia  
Makeisia  
Suklaata  
Tuoreita vihanneksia, salaattia  
Hedelmiä, marjoja  
Ranskanperunoita  
Perunalastuja tms.  
Hampurilaisia, hot dogeja tms.  
Makeaa kahvileipää  
Pizzaa  
Lihapiirakoita, lihapasteijoita  
Jäätelöä

## Eläkeikäisen väestön terveystäytyminen ja terveys (EVTK)

27. Miten hyvin pystytte pureskelemaan ruokanne?

- 1 pystyn pureskelemaan kaikenlaisista ruokaa (myös esimerkiksi jälkiuunileipää)
- 2 kovan ja sitkeän pureskelu tuottaa jonkin verran vaikeuksia
- 3 kaiken ruoan pureskelu on vaikeaa
- 4 minkään ruoan pureskelu ei onnistu

30. Syöttekö useimmiten

- 1 lämpimän aterian sekä lounaalla että päivällisellä
- 2 vain yhden lämpimän aterian: lounaan (klo 10 – 15 välillä)
- 3 vain yhden lämpimän aterian: päivällisen (klo 15 – 20 välillä)
- 4 en syö lainkaan lämpimiä aterioita

62. Iäkkäillä henkilöillä saattaa olla vaikeuksia seuraavien toimintojen suorittamisessa. Kykenettekö Te selviytymään seuraavista toiminnoista? Selviättekö niistä yksin vai tarvitsetteko toisen henkilön apua?

kykenettekö kantamaan painavia tavaroita,

esim. 5 kg:n ostokassia sata metriä \_\_\_\_\_ 1 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 4

kykenettekö valmistamaan ruokanne \_\_\_\_\_ 1 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 4

kykenettekö syömään itse \_\_\_\_\_ 1 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 4

67. Käytättekö seuraavia kotipalveluja?

- 1 peruspalvelu (esim. siivous, hoito kotona, kaupassakäyntiapu)
- 2 ateriapalvelu
- 3 kuljetuspalvelu
- 4 kylvetyssapu
- 5 en käytä edellä mainittuja kotipalveluja