



Minna Dammert
Damico Oy

Laadukas kouluateria monen osatekijän summa

Polemiikki kouluruuan laadusta ja eritoten hinnasta on kuumillaan aina syksyisin koulujen alkaessa. Media käsittelee alhaisia annoskohtaisia raaka-ainehintoja ja lisäainesisältöjä, mutta kokonaisvaltaista laatu-keskustelua ei juuri mediassa käydä. Mistä osatekijöistä kouluruuan kokonaislaatu muodostuu?

Lainsäädäntö ja suositukset

Lainsäädäntö takaa maksuttoman aterian perusopetuksessa ja toisen asteen koulutuksessa. Opetukseen osallistuvalla on annettava jokaisena työpäivänä ”tarkoituksenmukaisesti järjestetty ja ohjattumaksutonateria” (Perusopetuslaki 628/1998, 31 §). Valtion ravitsemusneuvottelukunnan viimeisin suositus kouluruokaa koskien on vuodelta 2008. Pääpaino suosituksissa on ruuan

ravitsemuksellisessa sisällössä, mutta suosituksessa painotetaan myös koulun kaikkien työntekijäryhmien (kasvatushenkilöstö, ruokapalvelun työntekijät, terveydenhoitajat) moniammatillista yhteistyötä sekä yhteistyötä vanhempien ja kodin välillä. Suosituksessa kehoitetaan järjestämään kouluruokailu siten, että aikaa syömiseen jää riittävästi: *"vähimmäisaika on 30 minuuttia"*. Ruokailumiljöön merkitystä ei ole sitäkään unohdettu: *"viihtyisässä, meluttomassa ja viipymiseen houkuttelevassa ruokailuympäristössä lapsi ja nuori oppii ymmärtämään ruokailun, ateriarhythmin ja yhdessäolon merkitystä ja tarkoitusta hyvinvointinsa edistäjänä."*

Ruokalista, raaka-aineet, reseptiikka

Tämän artikkelin kirjoittaja on työnsä puolesta tutustunut satoihin kouluruokalistoihin viimeisen kymmenen vuoden aikana. Lähes sadan toimijan ruokalistaaja ja ostovalikoimaa on analysoitu osana ruokapalveluselvityksiä. Ruokalistoissa on tapahtunut huomattavan vähän muutoksia viimeisen 30–40 vuoden aikana. Suomalaisten kotona ruokailu on kuitenkin muuttunut ko. ajanjaksona huomasti. Perheissä ei välttämättä enää valmisteta nakkikastiketta, kinkkukiusausta, lihakeittoa ja uuniseitä. Kaikki hyviä kotiruokia vuosikymmenten takaa, mutta on ymmärrettävää, että ne eivät välttämättä kiehdo tortilloihin, pastaan ja pitsaan tottuneita teinejä. Kirjoittajan subjektiivinen näkemys on, että perinteiset kotiruuat voi ja tuleekin säilyttää ruokalistoilla, mutta listoja on tietyiltä osin syytä modernisoida.

Raaka-ainehinta ei suinkaan ole niin alhainen kuin mediassa esitetään. Kuntien tapa laskea ateriahinta on kokonaisvolyyymiin perustuva. Esimerkiksi tuhannen oppilaan yläkoulussa ruokailee keskimäärin 750 oppilasta päivässä, budjetti lasketaan kuitenkin tuhannelle oppilaalle. Tämä laskentatapa luo harhaisen kuvan kouluruuan alhaisesta hinnasta. Työn osuus on useimmissa kunnissa yli 50 % työn hinnasta, eikä

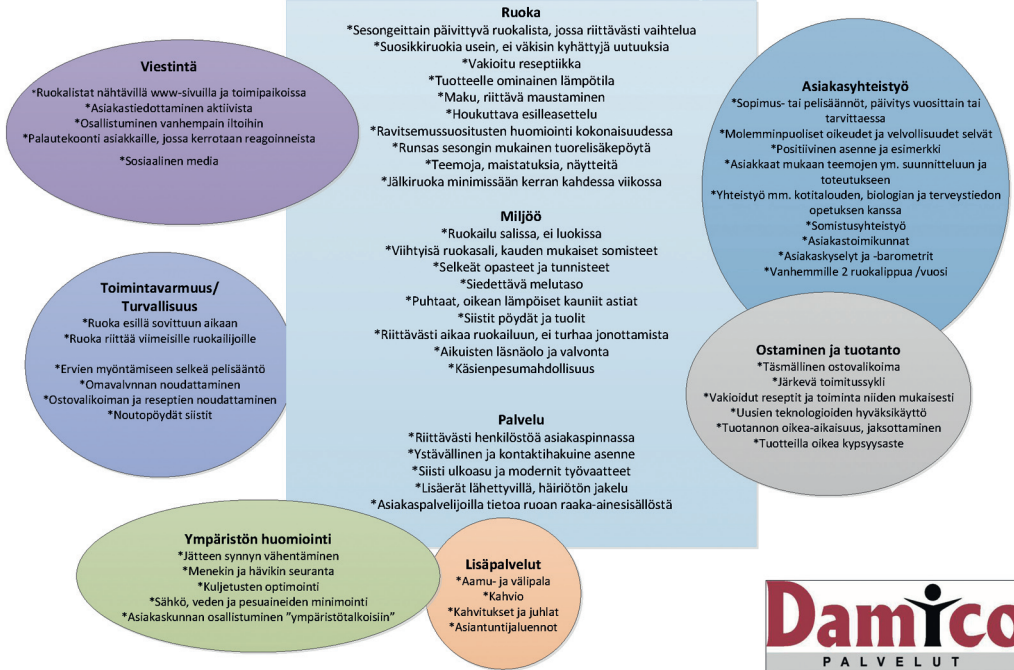
kaikissa kunnissa lasketa yleishallinnon ja kiinteistöjen kustannuksia ainakaan toteumaperusteisina ruuan hintaan. Alhainen hintamielikuva vahvistaa kouluruuan hepoista laatuimagoa – totuus hinnasta pitäisi siis tuoda julki. Kouluruuan todellinen hinta kaikkine kustannuserineen on 3,5–12 euroa riippuen mm. toimipaikan koosta.

Reseptien käyttö ruuanvalmistuksessa on kehittämiskohde. Samakin ruoka saattaa eri toteutuskerroilla olla erimakuinen tai -rakenteinen. Satojen ja tuhansien annosten valmistaminen vaatii vakioitua reseptiikkaa ja sen ehdotonta noudattamista. Myös ostovalikoiman tulee olla vakioitu – sillä paitsi vaikutetaan kustannuksiin, myös ruuan turvallisuuteen ja tuotannon työmäärään.

Erityisruokavaliovaatimukset ovat joissakin kunnissa lähteneet täysin käsistä; terveydenhuollon ammattilaiset kirjoittavat todistuksia, joissa edellytetään esim. kengurun, hevosen, peuran, hirven, uuseelantilaisen lampaan tai antiloopin lihaa vuoropäivin. Lisukkeeksi vaaditaan quinoa, viikunaa, mangoa ja taatelia. Onko tällaisten ruokavalioiden toteutusvastuu oikeasti yhteiskunnan? Pitäisikö tällaisia ruokavalioita tuottaa lasten kotona ja siirtyä siltä osin eväisiin? (Lakisääteinen oikeus kouluruokaan tietenkin edellyttää, että kouluaterian kustannus korvataan huoltajalle.) Terveydenhuollon ammattilaisten todistuksissa esitetään erityisruokavalioksi esimerkiksi seuraavaa: *"Maidoton ruokavalio, mutta karjalanpiirakat käyvät"* tai *"Lihapullat eivät käy, mutta jauhelihapihvit käyvät"*. Ymmärrys ruokailun kasvatuksellisesta merkityksestä ja erityisruokavalioiden kustannusvaikutuksista on selkeästi hukassa. Toisaalta muutamissa kunnissa on vahvistettu eri ammattiryhmien ja kodin yhteistyötä laatimalla yhdessä pelisäännöt kouluruokailuun.

Erityisruokavalioiden suuri määrä (3–15 % kokonaisateriamäärästä, määrä vaihtelee kunnittain merkittävän paljon) on saattanut köyhdyttää perusreseptiikkaa. Kysymys kuuluu, onko raaka-aineita (esim. allergisoivat kasvikset ja mausteet)

Laadukas kouluateria on monien osatekijöiden summa



karsittu jo liikaa, onko ruoka jo liian pelkistetty? Esimerkiksi ruuan laktoosittomaksi teko ei muuta makua, mutta mausteiden ja muiden raaka-aineiden karsiminen ja yksipuolistaminen saattaa johtaa tasapaksuun luonteettomaan tuoterepertuaariin.

Lisäkesalaattivalikoiman monipuolistaminen on välttämätöntä; yhden tuorelisa-keen tarjonta ei ole tätä päivää. Lähiruoka sinänsä ei ole laadun tae, mutta toki niin kasvisten kuin muunkin ruokalistan tulee elää sesonkien mukaan.

Valmistus

Ruokatuotantoa on keskitetty ja keskittään yhä suurempiin yksiköihin, mikä on työ- ja investointikustannusten vuoksi välttämätöntä. Tuotannon yhdistäminen yhä isompiin yksiköihin auttaa keskittämään ammattitaitoa. Laajaa puolueetonta tutkimusta siitä, miten ruokien ravitsemuksellinen sisältö säilyy mahdollisen jäähydytyksen, välisäilytyksen ja kulje-

tuksien aikana ei ole. Useimpien ruokien aistittava laatu ei heikkene, vaikka ne toimitetaan keskuskeittiöstä palvelukeittiöön tarjoilua varten. Kirjoittajan oma kokemus on se, että aistittava laatu säilyy kylmätoimituksissa paremmin kuin ruokia kuuman kuljetettaessa. Ruuan valmistusmäärä ei vaikuta makuun. Nakkikastikkeen valmistuspaikka ei kirjoittajan mielestä ole merkityksellinen ruokapalvelun kokonaislaadun näkökulmasta. Merkityksellistä on tuoteturvallisuus, oikea lämpötila, maukaus ja houkutteleva, kullekin ruokalajille ominainen ulkonäkö.

Miljö

Uusiinkin kouluihin rakennetaan *ruokala*-saleja, jotka eivät juurikaan eroa sisustukseltaan 30 vuoden takaisista ruokailutiloista. Sisustus on lähes poikkeuksetta tylsä ja laitosmainen. On turha puhua oppilasravintolasta, jos elää keittolatomellisuudessa. Miksi lasten ja nuorten ei anneta aidosti

osallistua sisustukseen? Graffitit oppilasravintolan seinällä luovat katu-uskottavuutta enemmän kuin ryijy ja presidenttien muotokuvat. Valkoiselle seinälle voidaan heijastaa vaikkapa teemaviikon materiaaleja, videotallenteita koulun juhlista, sesongin maisemakuvia tai tuokiokuvia suosikkibändin nuorisotalon keikalta. Taustamusiikki saattaisi sekin seesteistää ruokailutilannetta.

Ruoka, myös kouluruoka, pitää syödä puhtaista, ehjistä ja oikealämpöistä astioista, mieluiten ei muovisista.

Mutta ennen kaikkea tarvitaan aikaa – käytännössä ruokailuun on useimmissa kouluissa aikaa vain 10, maksimissaan 15 minuuttia, josta osa menee siitakin jonotukseen. Kannatan ehdottomasti 45 minuutin ruokataukoa (nykyisellään välitunti mukaan lukien yleensä 30 minuuttia), vaikka kokonaiskoulupäivä siitä venyykin. Ruokautunti keskellä työpäivää virkistää aidosti. Koulun kaikkien aikuisten, eritoten ruokapalvelutyöntekijöiden, tulee osallistua ruokailuun – se on paitsi työsuojelullisesti tärkeää, myös laaduntarkkailua.

Palvelu

Palvelu on puoli ruokaa. Iloinen, aidosti läsnä oleva, ammattiyhteisö ja modernisti pukeutunut ruokapalveluhenkilöstö on laadun kulmakivi. Toimipaikan esimiehen paikka on lounasaikaan asiakaspinnassa, ei toimistossa.

Valvontatyö kuuluu kasvatushenkilöstön työhön. Valvojien ei tulisi ruokailla opettajien pöydässä. Oppilaiden kanssa yhdessä ruokailu, ruuasta ja etiketistä keskustelu pitäisi olla itsestään selvyys, vaan kun ei ole monessakaan koulussa, etenkin yläasteella. Aikuisten arvostava asenne tarttuu lapsiin ja nuoriin, kuten myös vastakkaisessa tapauksessa kouluruuan parjaaminen.

Ruokapalvelusta tiedottaminen ei saa jäädä syytiedotteen varaan – palvelutuottajan on jalkauduttava vanhempainiltoihin ja koulun muihin tilaisuuksiin. Tamme-lassa järjestettiin viime keväänä pop up kouluruoka-tapahtuma, jossa vanhemmat

pääsivät kouluruuan hinnalla ruokailemaan koulussa – mikä mainio tapa antaa vanhemmille todellista tietoa kouluruokailusta!

Asiakaspalautteiden vastaanottaminen pitää johtaa, jollei aina toimenpiteisiin, niin ainakin reagointiin. Kaikkia toivottuja muutoksia ei välttämättä pystytä toteuttamaan, mutta perustelu auttaa nielaisemaan realiteetteja.

Lisäpalveluiden, mm. maksullisen aamujäälipalan tuottaminen, on kiireisille vanhemmille tärkeä tyytyväisyystekijä.

Kustannukset

Verovarojen tehokas käyttö on sekin laatua. Joka toimialalla on löydettävä säästökohteita, velaksi eläminen jättää kyseenalaisen perinnön jälkipolville. Jotta voidaan jatkosakin satsata laadukkaisiin raaka-aineisiin, työn tulee tehostua.

Lopuksi Tuomas Kyrö

Tuomas Kyrö kirjoittaa (Mielensäpahoittaja ja ruskeakastike, WSOY 2012): *”Kun minä kävin kiertokoulua syötiin omia eväitä eli hyvin moni ei syönyt mitään. Omille lapsilleni järjestettiin kouluruokailu, jossa tarjottiin makaronivelliä. Heidän sukupolvestaan tämä valittaminen alkoi, oli muka kylmää, paha ja klimppistä. Kyllä oli enemmän kylmä, klimppinen ja paha se Kannaksen juoksuhaata, jossa konttasin vuonna neljäkymmentäneljä.”* Ja edelleen: *”Ilmaisesti ei valiteta. Jos saa lämpimässä huoneessa eteensä koulukirjoja tai keittolautasellisen, ollaan kiitollisia.”*

Ruuanarvostuksen pohja luodaan kotona. Päivähoidon ja koulun aikuisten asenteet ja käytös joko vahvistaa tai vesittää arvostusta. Kouluruokajärjestelmäämme ei kannata ylläpitää, jos se vain mielipahaa ja ohimarsseja aiheuttaa. Kyllä ei kannata verovaroin tuottaa palvelua, jota ei arvosteta ja käytetä. Alkaa ehkä muutaman vuoden eväiden kuljettamisen jälkeen maksuton kouluruoka maistua! ■