

# Ruoka ja ilmasto -työpaja 19.1.2009, muistiinpanokooste ryhmätyöskentelystä

Sanna Ovaska

Ideoita ilmastoystävällisiin valintoihin joukkoruokailussa

1. Kasvisruoan tarjonnan lisääminen ja eläinperäisten elintarvikkeiden vähentäminen esim.

- Kasvisruokapäivä kerran viikossa
- Lihasisältö pienemmäksi, enemmän salaattia
- Kasvikset ja pavut osaksi liharuokia
- Lihan tilalle esim. soijaa

2. Ilmastoystävällisten ruoka-aineiden suosiminen

- Sesonkituotteiden suosiminen
- Riisin korvaaminen perunalla, ohralla, vehnällä, juureslohkoilla
- Lantun, porkkanan, sipulin ja kaalin suosiminen
- Salaatit muutetaan raasteiksi
- Pakasteiden välttäminen
- Maitotuotteiden vähentäminen

3. Muita keinoja ilmastomuutoksen hillintään joukkoruokailussa

- Hävikin pienentäminen ja lajittelun parantaminen edelleen à valmistus paikan päällä
- Pakastevarastoinnin pienentäminen
- Lähitilojen ja lähituotannon hyödyntäminen kuljetusten pienentämiseksi
- Lisäkoulutus suunnittelijoille
- Ammattikoulutus, kokonaisvaltaisuus
- Tietoa keittiöihin (ikäkohtaisesti suunniteltu)
- Yhteistyötahojen yhteistyö, toimijoita useammin saman pöydän ääreen
- Teemapäivät uusiin makuihin totuttelemiseen
- Nettitarjoajat (uusi tukkutoimija)
- ruokapiiritoiminta, sopimusviljelijät
- Jalostusaste pienemmäksi
- Prosessointi, puolivalmisteet
- Puolivalmisteet (esim. Saarioinen) à kilpailuetu

4. Kampanjat, tempaukset, teemapäivät

- **Ilmatoruokaviikko** esimerkiksi kouluihin tai henkilöstöravintoloihin

Tätä tukemaan pitäisi olla valmis paketti Sydänviikon ja Sydänmerkki-aterioiden tapaan. Eli ruokapalvelun tarjoajalla olisi käytössään reseptit, tiedotusmateriaali sekä tarvittava koulutus.

- Ateriakoodeja/ Ilmastomerkki ateriavaihtoehtoihin

Ilmastoystävällisin lounasvaihtoehto esimerkiksi henkilöstöravintoloissa saisi ilmastomerkin. Nähtiin tärkeänä nimenomaan hyvien valintojen nostaminen esiin, ei niinkään "ilmastosyntien" korostaminen.

- Marjastuspäivä kouluihin: marjojen lisäksi tulisi liikuntaa ja luontotuntemusta!

- Ruoan ilmasto- ja ympäristökysymykset vahvemmin esiin kotitalouden opetuksessa

## ESIMERKKIRUOKALISTAT

ma: Soijabolognese + marjakiisseli

ti: Muikut ja perunasose + kotimainen omena

ke: Papu-kasvispata ja perunat + rahka

to: Kasvishernekeitto + pannari + marjat

pe: Riistakiusaus, puolukkahillo + hedelmäsalaatti

Ruisleipä ja lisäkesalaatti kauden mukaan  
Juomaksi vesi ja maito

ma: Soijabolognese, spagetti  
ti: Hernekeitto, ruisleipä, tuorepala  
ke: Ohraunipuro, marjakiisseli  
to: Broilerikasviskeitto  
pe: Hamppupihvit, perunat

ma: puuro, mehukeitto + omena  
ti: hernekeitto  
ke: keitetty ohra ja broilerikastike  
to: kasvispihvi ja linssikastike  
pe: kaalilaatikko / soijabolognese ja täysjyväspagetti

lisäkkeet: suolakurkku, punajuuri, raasteet (porkkana-, kaali- ym.), marjat

### **Ongelmia, esiin nousevia kysymyksiä?**

- Miten myydään kasvisruoka?
- Allergiat huomioon, esim. soija-allergia
- Kustannustehokkuus
- Muutos vaatii aikaa
- Asennemuutos, esim. keittäjät, opettajat, päivähoitajat, vanhemmat
- Luovuus tärkeää
- Päättäjien tietoisuuden lisääminen
- Tärkeää tiedostamisen lisääminen, asennekasvatus
- Tietoa vaikea vertailla
- Tutuus – ei liian eksoottista
- Hinta –toisaalta kasvisruoka voi olla halvempaa
- Ravintoarvojen parantaminen → tumma vs. valkoinen (riisi, pasta, leipä ym.)
- Luomun mahdollisuudet
- Pakkauskoot
- Hävikin suuruus
- kilpailutuksen ongelmat
- ei multaa keittiöön
- ilmastokysymyksen korostuminen muiden ympäristökysymysten sijaan
- saatavuuden ongelmat esim. luomun osalta
- pienet valinnat tärkeitä!
- Hinta, esim. ohra vs. riisi
- Saatavuus (tukut seuraavat menekkiä)
- Ostajan pienuus, tukkuportaassa money talks! kysynnän kautta tarjontaan
- Ruokavarmuuden oltava riittävällä tasolla
- Muut vaatimukset joukkoruokailulle: terveellisyys, maku, energiamäärä, hinta, saatavuus