



28.05.2019

Asia/10

## § 171

### Kasvatus- ja koulutuslautakunnan lausunto kaupunginhallitukselle valtuutettu Atte Harjanteen valtuustoaloitteesta koskien liha- ja maitotuotteidenkulutuksen puolittamista vuoteen 2025 mennessä

HEL 2018-006850 T 00 00 03

#### Lausunto

Kasvatus- ja koulutuslautakunta päätti panna asian pöydälle.

#### Käsittely

Kasvatus- ja koulutuslautakunta päätti yksimielisesti panna asian pöydälle.

#### Esittelijä

kasvatuksen ja koulutuksen toimialajohtaja  
Liisa Pohjolainen

#### Lisätiedot

Kari Salovaara, hankintapäällikkö, puhelin: 310 43033  
kari.salovaara(a)hel.fi  
Sirpa Jalovaara, ruokapalveluasiantuntija, puhelin: 310 43246  
sirpa.jalovaara(a)hel.fi  
Katja Peränen, ruokapalveluasiantuntija, puhelin: 310 22589  
katja.peranen(a)hel.fi

#### Muutoksenhaku

Muutoksenhakukielto, valmistelu tai täytäntöönpano

#### Lausuntoehdotus

Kasvatus- ja koulutuslautakunta antaa kaupunginhallitukselle seuraavan lausunnon:

#### Ravitsemussuositukset

Kasvatuksen ja koulutuksen toimialalla varhaiskasvatuksen ja opetuksen ruokalista- ja ateriasuunnittelua ohjaavat asiakasryhmäkohtaiset ravitsemussuositukset (Terveyttä ja iloa ruoasta -varhaiskasvatuksen ruokailusuositus VRN 2018 ja Syödään ja opitaan yhdessä -kouluruokailusuositus VRN 2017 ja Suomalaiset ravitsemussuositukset VRN 2014). Suositusten mukaan kouluruuan tulee kattaa 1/3 päivittäisestä ravinnon saannista ja varhaiskasvatuksessa 2/3. Tavoitteena on terveyden edistämisen lisäksi ympäristön kannalta kestävä ruokavalio.

Lasten ja nuorten ruokapalveluissa on ravitsemuslaadun lisäksi keskeistä, että ateriat ja ruokalajit ovat vaihtelevia, syömään houkuttelevia,



tunnistettavia ja mieluisia. Ruokailijoiden ohjauksella vaikutetaan mm. ruokaan liittyviin asenteisiin, valintoihin ja säännölliseen ruokailurytmiin.

Varhaiskasvatuksen ja opetuksen ravitsemussuosituksessa suositellaan ruokajuomaksi rasvatonta maitoa ja piimää. Maito on mm. hyvä proteiinin ja D-vitamiinin lähde. Suositusten mukaisesti toimialan ruokatarjonnassa punaista lihaa on korvattu vaalealla lihalla. Ruokien tuotekehityksen yhteydessä mietitään aina yksittäisten raaka-aineiden taroituksenmukaista käyttöä ruokalajeissa. Suunnittelussa otetaan huomioon myös suomalainen ruokakulttuuri ja tottumukset.

### Ruokapalveluissa tapahtunut kehitystyö

Kasvatuksen ja koulutuksen toimialalla ruokalistojen ja aterioiden suunnittelu tehdään yhteistyössä palveluntuottajien kanssa. Palveluvauksissa määritellään ruokalistojen ja aterioiden suunnittelun periaatteet, laatu ja sisältö. Toimiala vastaa varhaiskasvatuksen ja koulutuksen järjestäjänä näiden määrittelystä. Palveluntuottajat vastaavat ruokapalvelujen tuottamisesta, elintarvikkeiden hankinnasta, ruoan valmistuksesta ja ruoan tarjoilusta.

Koulu- ja päiväkotiruokailussa on toteutettu viimeisen kymmenen vuoden aikana useita kasvisruokien kehittämisprojekteja mieluisten kasvisruokien ja uusien kasviproteiinien saamiseksi ruokalistalle. Palveluntuottajat ovat kehittäneet toimialan pyynnöstä uusia proteiinipitoisia raaka-aineita sisältäviä kasvispohjaisia ravitsemuksellisesti täysipainoisia ruokalajeja esimerkiksi nyhtökaurasta, härkiksestä, soija- ja kaurajuomavalmisteista. Kehitystyön tuloksena kasvisruoan suosio on kasvanut ja niitä on päätyntä suosikkiruokien joukkoon.

Kasvispääruokavaihtoehto on tarjottu liha- tai kalapääruoan rinnalla vuodesta 2007 lähtien, jolloin kouluissa, lukioissa ja ammatillisissa oppilaitoksissa siirryttiin ateriavaihtoehtoihin. Viikoittainen kasvisruokapäivä tuli opetuksen toimipisteisiin vuodesta 2011 ja varhaiskasvatuksen ruokalistalle 2018. Vegaaneille on tarjottu päivittäin lämmin ateriakokous kouluissa syksystä 2003 lähtien ja varhaiskasvatuksessa kevästä 2018 lähtien.

Kouluravintoloissa syksyn 2019 ruokalistalla on lihaa sisältävää pääruokaa tarjolla 17 kertaa kuuden viikon aikana. Elokuun 2019 aloittavalle Palvelukeskus Helsingin ruokalistalle on lisätty yksi kasvisruokapäivä eli kouluissa tarjotaan ainoastaan kasvisvaihtoehtoja seitsemänä päivänä kuuden viikon aikana.

Kouluissa ruoka ja ateriavaihtoehdot lisäkkeineen ovat koululaisten vapaassa otossa. Aterioilla tarjotaan päivittäin vaihtelevasti ja monipuolisesti tuoreita juureksia, vihanneksia ja hedelmiä. Lisäksi linjasto on



suunniteltu niin, että salaattipöytä on linjastossa ennen pääruokaa. Salaatit tarjoillaan pääsääntöisesti komponentteina. Tarjoilutapa ja sijoittelu linjastossa ovat lisänneet kasvisten menekkiä. Ruuan vapaa otto ehkäisee myös ruokahävikin syntymistä ja mahdollistaan myös sen, että mahdollisimman moni löytää päivittäin mieluisan vaihtoehdon. Toimiulla tullaan syksystä 2019 lähtien ohjeistamaan kasvivaihtoehdon sijoittamista linjastossa ennen liharuokaa ja tällä ohjataan valitsemaan kasvi-ruoka liharuuan sijaan.

### Liha- ja maitotuotteiden nykytilanne

Kasvisruokien suosio ja mieluisuus kasvavat uusien ja monipuolisten ruokalajien kehittämisen, uudenlaisten proteiinipitoisten kasvisraaka-aineiden saatavuuden ja monipuolistumisen sekä ruokailijoiden ruokailutottumusten muuttuessa.

Nykyisin kuuden viikon kiertävällä kouluruokalistalla on 30 päivän aikana kasvispääruokia 59,3 %, lihapääruokia 30,5 % ja kalapääruokia 10,2 %. Kalkkunaa tai broileria on lihapääruoista 8,5 % ja punaista lihaa 22 %, yhteensä lihapääruokia on 30,5 %. Kalapääruoka on tarjolla kerran viikossa samoin kasvispäivä.

Ateriakokonaisuuteen sisältyy kouluruokailussa pääruoan lisäksi energiasäke, salaatti, juoma ja leipä. Punaisen lihan, lihavalmisteen ja siipikarjan määrä oppilaiden tarjottimilla on suositellulla annoskoolla yhteensä 140 g viikossa eli 7,4 % ruokamäärästä, kun ei huomioida ruokajuomaa. Laskelmaa tehtäessä on oletettu, että ruokailija valitsee aina liha vaihtoehdon, kun se on mahdollista, eikä esimerkiksi pinaattiohukaisia lihakeiton sijaan. Päivää kohden lihan määrä on kouluruokailussa laskennallisesti alle 30 grammaa ruokailijaa kohden.

Tällä hetkellä rasvaton D-vitamiinoinen maito on juomavaihtoehtona tarjolla päivittäin. Ravitsemussuosituksen mukaisesti maito kuuluu ateriakokonaisuuteen ja sillä on olennainen osa lapsen päivittäiseen ravinnon saantiin.

### Lihan ja maidon kulutuksen puolittamisen haasteet

Koululaisten hyvinvoinnin ja jaksamisen takia on olennaista, että oppilaat saadaan ruokailemaan koulussa, ruokailukokemus on mieluista ja otettu ruoka tulee syödyksi. Terveystieteiden tutkimuskeskuksen (THL) kouluterveyskyselystä vuodelta 2017 ilmenee, että jopa 42 % helsinkiläisistä 8. ja 9. luokkalaisista jättää kouluruoan väliin yhden tai useamman kerran viikossa. Lisäksi hävikin vähentämiseksi ruoan pitää olla houkuttelevaa ja maistuvaa. Kasvisruokiin, niiden määrään lisääntymiseen ja uusien kasvisruokatuotteiden makuun tottuminen vie aikaa. On tärkeää toteuttaa kasvisruokapäiviin lisäykset harkiten ja varmistaa



kouluruuan houkuttelevuus myös jatkossa. Kasvis ja kalaruokien lisäämisessä on huomioitava niiden sijoittelu ruokalistaviikoille. Maanantaisin ja perjantaisin ruokalistalla pidetään lapsille suosittuja ruokalajeja, koska toimialalla on sille tunnistettu tarve. Kala- ja kasvisruuat eivät ole oppilaille suunnattujen asiakaskyselyjen mukaan näihin päiviin nähden tarpeeksi mieluisia.

Tällä hetkellä korvaavat proteiinin lähteet ovat vielä lihaa ja maitotuotteita kalliimpia. Tuotteiden saatavuus ja niiden kustannukset vaikeuttavat siirtymistä näihin tuotteisiin.

Ruokalistoilta tulisi lisätä etupäässä kotimaista luonnon kalaa viljellyn tai ulkomaisen kalan sijaan, jolla voidaan vaikuttaa ympäristövaikutusten pienentymiseen. Kalatuotteiden lisäämistä vaikeuttaa tuoteryhmän koko ajan kohonneet hinnat. Luonnonvarakeskuksen tilaston mukaan kalan tuottajahinnat ovat nousseet noin 5 % vuodesta 2016 vuoteen 2017.

Maitoa korvaavissa kasvijuomissa ravintosisältö ei vastaa täysin maitotuotteita. Kriittisiä ravintoaineita ovat erityisesti proteiinit (laatu ja määrä), jodi, B2-vitamiini, B12-vitamiini, D-vitamiini ja kalsium. Maito sisältää proteiinia 3,5 g/dl, soijajuoma 2 g/dl ja vastaavasti kaurajuoma 1 g/dl. Ravinnon saannin osalta ei ole tarkoituksen mukaista korvata maidon juontia kasvijuomilla. Kasvijuomat täydentävät jo nyt vegaani-ruokavaliota noudattavien ateriakokonaisuutta.

Kasvijuomat ovat kalliimpia kuin maito. EU:n koulumaitotukea myönnetään tällä hetkellä ainoastaan rasvattomalle maidolle ja piimälle. Jos kasvisjuomat halutaan vapaasti valittavien juomien joukkoon, niiden hyväksyttävyyttä, menekkiä ja kustannusvaikutuksia voidaan pilotoida ensin esimerkiksi lukiossa.

Toimialan ruokapalvelutuottajat ovat sitoutuneet palvelukuvauksessa määritettyyn laatutasoon myös liha- ja maitotuotteissa. Sopimuskauden aikana ei ole mahdollista edellyttää palvelutuottajalta isoja muutoksia raaka-aineisiin, jos niillä on kustannusvaikutuksia. Lisäksi mahdollisten sopimusmuutoksien toteutuksissa tulee huomioida lasten ja oppilaiden tasavertaisuus.

Luonnonvarakeskuksen ja Suomen ympäristökeskuksen tutkimuksen (Ruokaminimi) mukaan ravitsemussuosituksen täyttävällä ruokavaliomuutoksella voidaan saavuttaa kokonaisuudessaan noin 40 prosenttia pienemmät ilmastovaikutukset ruoankulutuksessa. Muutos vaatii kuitenkin julkista ohjausta ja selkeät strategiset tavoitteet. Toteutus edellyttää myös elintarvike- ja maatalousalalla merkittäviä investointeja kasvintuotannon ja -jalostuksen lisäämiseksi sekä uusien tuotteiden kehittämistä.



## Johtopäätökset

Maito- ja lihatuotteiden käyttö varhaiskasvatukseen ja oppilaitoksen ruokapalveluissa on jo matalalla tasolla. Maito- ja lihatuotteiden vähentäminen ja korvaaminen ruokalistoilla muilla raaka-aineilla on jossain määrin mahdollista ja siihen pyritään ruokapalveluja kehitettäessä voimassa olevat ravintosuositukset huomioiden. Juodun maidon kulutuksen puolittamista ei voida ravitsemussuositukset huomioiden toteuttaa. Kasvijuomat voidaan tuoda yhdeksi juomavaihtoehdoksi niille, jotka eivät valitse maitoa ateriansa.

Nykyinen lihan kulutustaso huomioiden lihatuotteiden puolittaminen varhaiskasvatukseen, koulujen ja oppilaitosten ruokapalveluissa on haasteellista vuoteen 2025 mennessä. Itse lihan määrää olemassa olevissa liharuuissa ei voida merkittävästi vähentää ilman että ruuan laatu kärsii. Lihatuotteista voidaan toimialan ruokapalveluissa ohjata käyttämään ympäristöystävällisempiä vaihtoehtoja. Esimerkiksi joka toiselta ruokalistaviikolta voidaan korvata punaista lihaa sisältävä ruoka siipikarja- tai kotimaisella järvikalaruulla. Kouluruokailuun tullaan lisäämään syksystä 2019 seitsemäs kasvisruokapäivä kuuden viikon jaksolle. Saatua palautetta seurataan vähintään yhden lukukauden, jotta saadaan tietoa lisäyksen vaikutuksista.

Liha- ja maitotuotteiden kulutuksen puolittaminen vuoteen 2025 mennessä edellyttää myös elintarvike- ja maatalousalalta mittavia muutoksia, jotta korvaavia ravintosuositukset täyttäviä kasvisraaka-aineita on nykyistä laajemmin saatavilla.

## Esittelijän perustelut

Kaupunginhallitus on pyytänyt kasvatus ja koulutuslautakunnalta lausuntoa valtuutettu Atte Harjanteen ja 22 muun valtuutetun valtuustolaiteesta liha- ja maitotuotteiden kulutuksen puolittamiseksi vuoteen 2025 mennessä. Kaupunginvaltuusto päätti palauttaa asian uudelleen valmisteltavaksi 12.3.2019 § 43 siten, että aloitteesta esitetyn suunnitelman valmistelu aloitetaan osana päästövähennysohjelman toteuttamista, tavoitteeksi asetetaan 50 prosentin vähennys vuoteen 2025 mennessä ja suunnittelussa huomioidaan eri toimialojen erilaiset mahdollisuudet vähentää liha- ja maitotuotteiden kulutusta. Aloitteesta on pyydetty kasvatus- ja koulutuslautakunnan lausunto 31.5.2019 mennessä. Lausunto on pyydetty myös sosiaali- ja terveyslautakunnalta sekä Palvelukeskus Helsinki -liikelaitokselta.

Esittelijä

kasvatuksen ja koulutuksen toimialajohtaja  
Liisa Pohjolainen

Lisätiedot

**Postiosoite**  
PL 51300  
00099 HELSINGIN KAUPUNKI  
kasvatusjakoulutus@hel.fi

**Käyntiosoite**  
Töysänkatu 2 D  
Helsinki 51  
www.hel.fi/kasvatusjakoulutus

**Puhelin**  
+358 9 310 8600  
**Faksi**  
+358 9 86390

**Y-tunnus**  
0201256-6

**Tilinro**  
FI2922661800003009  
**Alv.nro**  
FI02012566



28.05.2019

---

Kari Salovaara, hankintapäällikkö, puhelin: 310 43033  
kari.salovaara(a)hel.fi  
Sirpa Jalovaara, ruokapalveluasiantuntija, puhelin: 310 43246  
sirpa.jalovaara(a)hel.fi  
Katja Peränen, ruokapalveluasiantuntija, puhelin: 310 22589  
katja.peranen(a)hel.fi

## Muutoksenhaku

Muutoksenhakukielto, valmistelu tai täytäntöönpano

## Päätöshistoria

Palvelukeskusliikelaitoksen johtokunta 23.08.2018 § 31

Kaupunginvaltuusto 13.02.2019 § 43

Kaupunginhallitus 28.01.2019 § 75

Kasvatus- ja koulutuslautakunta 30.10.2018 § 232