

Helsingin yliopisto
Taloustieteen osasto
Kuluttajaekonomia

**Kasvista kouluhin – kasvisruoan sovittaminen
kouluruokailun käytäntöihin**

KULUTTAJAEKONOMIAN PRO GRADU -TUTKIELMA MAATALOUS-
METSÄTIETEIDEN MAISTERIN TUTKINTOA VARTEN

Marita Kettunen
Kevät 2020

Tiedekunta/Osasto Fakultet/Sektion – Faculty Maatalous-metsätieteellinen tiedekunta		Laitos/Institution– Department Taloustieteen osasto	
Tekijä/Författare – Author Marita Kettunen			
Työn nimi / Arbetets titel – Title Kasvista kouluihin – kasvisruoan sovittaminen kouluruokailun käytäntöihin			
Oppiaine /Läroämne – Subject Kuluttajaekonomia			
Työn laji/Arbetets art – Level Maisterintutkielma	Aika/Datum – Month and year 2020	Sivumäärä/ Sidoantal – Number of pages 84	
Tiivistelmä/Referat – Abstract			
<p>Pro gradu -tutkielmassani tarkastelen sitä, miten kasvisruoka sovitetaan osaksi kouluruokailun käytäntöjä. Tutkin tilannetta, jossa kasvisruoka muutetaan uudistuneiden kouluruokailusuositusten mukaisesti vapaavalintaiseksi kolmessa suomalaisessa yläkoulussa. Tarkastelen kasvisruoan aseman parantamisen nostattamia jännitteitä kouluruokailun ihanteiden välillä sekä ruokapalveluhenkilöstön ratkaisuyrityksiä syntyneiden jännitteiden sovitteluksi. Arvioin myös ratkaisuyritysten muutospotentiaalia: uusintavatko ne vanhoja käytäntöjä vai mahdollistavatko kouluruokailun muuttumisen kasvispainotteisemmaksi?</p> <p>Tutkielmani viitekehys rakentuu terveys- ja hyvinvointitutkija Annemarie Molin ruokakäytäntöjen kompleksisuutta käsittelevän tutkimuksen varaan. Vapaavalintaisen kasvisruoan tuominen osaksi kouluruokailua vaatii lukuisia pieniä korjaustoimenpiteitä vanhoissa toimintatavoissa. Samalla ruokapalveluhenkilöstö sovittaa arkisessa tekemisessä yhteen kouluruokailun erilaisia ja usein keskenään ristiriitaisia ihanteita. Hyvä ruoka on aina kompromissi, joka vaatii herkkyyttä ihanteiden välisten jännitteiden tunnistamiselle.</p> <p>Tulosteni mukaan kasvisruokailun edistäminen nostatti jännitteen kasvispainotteisuuden ja ruoan alkuperän huomioimisen välille. Erityisesti maaseudulla ruokapalveluhenkilöstön huolena oli se, että kasvisruoka vähentää kotimaisten raaka-aineiden käyttöä. Kasvisruoalle etsittiin paikka sujuvuuden ihannetta vaalien, jolloin kasvispainotteisuuden edistämisestä joustettiin. Myös ruoan syödyksi tuleminen ja hävikin minimointi olivat ihanteita, joista ruokapalveluhenkilöstö ei ollut valmis tinkimään kasvispainotteisuuden edistämiseksi.</p> <p>Useimmat ruokapalveluhenkilöstön ratkaisuyrityksistä ennemmin ylläpitivät kouluruokailun nykyisiä käytäntöjä kuin onnistuivat murtamaan niitä. Aineisto kuitenkin paljasti myös ratkaisuja, jotka saattavat mahdollistaa käytäntöjen muuttumisen kasvispainotteisemmaksi. Tällaisia olivat esimerkiksi kasvisruoan asemointi mausteisemmaksi vaihtoehdoksi. Tutkielmani keskeisenä johtopäätöksenä on, että kouluruokailun käytäntöjen muutos vaatii kasvispainotteisuuden hivuttamista käytäntöihin päättäväisesti mutta kaiken aikaa syntyviä jännitteitä havainnoiden. Huomion kiinnittyminen liiaksi vain yhteen ihanteeseen voi johtaa kouluruokailun kokonaisuuden kannalta kehnoon lopputulokseen.</p>			
Avainsanat – Nyckelord – Keywords Kouluruokailu, kasvisruoka, ruokapalvelut, ihanteet, rukkaaminen, käytännöt			
Säilytyspaikka – Förvaringställe – Where deposited Maatalous-metsätieteellinen tiedekunta / Taloustieteen osasto / Kuluttajaekonomia			
Muita tietoja – Övriga uppgifter – Additional information Ohjaajat: Minna Kaljonen ja Visa Heinonen			

Sisällysluettelo

1 Johdanto.....	4
2 Latautunut kouluruokailu	7
2.1 Kouluruokailuun kohdistuvat kirjavat odotukset	7
2.2 Kouluruokailu kulttuurisena ilmiönä.....	10
2.3 Ruokapalveluhenkilöstö – kestävän ruokailun portinvartijat	12
2.4 Kohti kasvispainotteisempaa kouluruokailua.....	16
3 Hyvä ruoka on aina kompromissi.....	23
4 Tutkielman toteutus, aineisto ja menetelmät	27
4.1 Tutkimustehtävä	27
4.2 Kestävän kouluruokailun kokeilut.....	27
4.3 Aineisto ja menetelmät	32
5 Vapaavalintaisen kasvisruokailun ensihetkinä jännitteet paljastuvat.....	36
5.1 Liikkeelle reseptejä kehittämällä.....	36
5.2 Kasvisruokaa tuttuun turvautuen vai uutta opetellen?	38
5.3 Kasvispainotteista vai kotimaista?	40
5.4 Kasvattavaa vai kaikille maistuvaa kasvisruokaa?.....	42
5.5 Kasvisruokaa itsetehtynä vai eineksinä?	44
5.6 Kasvisruoalle paikka kasvispainotteisuutta tukien vai sujuvuutta vaalien?	46
5.7 Kasvispainotteisuutta vai hävikin minimointia?	48
6 Tulosten pohdinta	52
7 Johtopäätökset	63
Lähteet:	69
Liitteet	78
Liite 1: Teemahaastattelurunko	78
Liite 2: Sitaattien lukuohjeet	79
Liite 3: Kokeilukoulujen ruokalistat.....	80
Liite 4: Ehdotuksia kasvisruokailun erityisruokavaliostatusta uusintavista ja murtavista toimista	84

1 Johdanto

Pyrkimys kasvispainotteisempiin ruokailutottumuksiin ja lihansyönnin vähentämiseen on voimistunut viime vuosina sekä ympäristö- että terveyssyistä (McMichael, Powles, Butler & Uauy 2007). Ruokailutottumuksia muuttamalla voidaan vaikuttaa merkittävästi ruoantuotannon ja -kulutuksen aiheuttamiin ympäristövaikutuksiin (Hallström, Carlsson-Kanyama & Börjesson 2015; Springmann ym. 2018; Willett ym. 2019). Ruoka on asumisen ja liikkumisen ohella suomalaisten suurimpia päästöjen lähteitä, ja sen osuus kotitalouksien hiilijalanjäljestä on noin viidennes (Savolainen, Mäenpää, Nissinen & Salo 2019, 32). Lihan ja maitotuotteiden kulutusta vähentämällä ruoan ilmastovaikutuksia voidaan pienentää merkittävästi, sillä lihan ja maitotuotteiden osuus ruoan hiilijalanjäljestä on jopa 73 prosenttia (Lettenmeier, Akenji, Toivio, Koide & Amellina 2019, 31). Suomalaiset syövät lihaa huomattavasti yli suositusten, joten lihansyönnin vähentäminen on myös terveyttä edistävä muutos ruokavaliossa (Kaartinen ym. 2018, 56; Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2014, 22).

Suomalainen kouluruokailu tarjoaa mielenkiintoisen ikkunan tarkastella, miten muutos kohti ympäristön ja terveyden kannalta kestävämpiä ruokailutottumuksia voisi tapahtua (Kaljonen, Peltola, Kettunen, Salo & Furman 2018c). Joukkoruokailulla on erityinen rooli suomalaisten ruokailutottumusten ja ruoan kulutuksen muovaajana, ja se on perinteisesti ollut terveysinterventioiden ja ravitsemusvalistuksen vakiokohde. Kouluruokailun kautta on vaikutettu onnistuneesti esimerkiksi suomalaisten lisäkesalaatin käyttöön (Mäkelä & Niva 2016, 33), ja se on toiminut tärkeänä kanavana maidon menekinedistämiseen ja aseman vakiinnuttamiseen osaksi suomalaisten käsityksiä täyspainoisesta ateriasta (Maa- ja metsätalousministeriö 2015, 8). Nyt julkisin varoin rahoitettuun kouluruokailuun kohdistuu odotuksia toimia entistä vahvemmin myös ilmasto- ja ympäristöpoliittisena ohjauskeinona.

Kouluruokailulla on Suomessa pitkät perinteet ja vankka institutionaalinen asema. Sen toteuttamista säännellään monin julkisin ohjauskeinoin, joista yksi tärkeimmistä on valtion ravitsemusneuvottelukunnan ravitsemussuositukset. Uusimmassa kouluruokailusuosituksessa ravitsemusneuvottelukunta suosittaa ensimmäistä kertaa vapaavalintaisen kasvisruoan tarjoamista kouluissa päivittäin kaikille oppilaille toisena pääruokavaihtoehtona (Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2017, 35). Uusi suositus luo mielenkiintoisen asetelman tarkastella kasvisruokailun kehittämistä

kouluissa sekä sitä, miten vapaavalintainen kasvisruoka sovitetaan osaksi vuosikymmenien aikana juurtuneita arkisia käytäntöjä.

Kouluruokailun tutkimus on aiemmin keskittynyt pitkälti kasvatus- ja ravitsemusnäkökulmiin, mutta viime vuosina kestävä kehityksen näkökulmat ovat vahvistuneet. Stefan Wahlen, Eva Heiskanen ja Kristiina Aalto (2012) tarkastelivat kasvisruokapäivän käyttöönottoa yrityksenä edistää kestävää kuluttamista julkisissa ruokapalveluissa. Chiara Lombardini ja Leena Lankoski (2013) tutkivat niin ikään kasvisruokapäivän vaikutuksia oppilaiden syömiseen ja hävikkiin. Suomen ympäristökeskuksen Kestävän kouluruokailun kokeilut -hankkeessa tuotamme uutta tietoa kasvispainotteisemman ruokailun edistämisestä kouluissa (Kaljonen ym. 2018c).

Perinteisesti kouluruokailua on tarkasteltu ruokakäyttäytymistä ohjaavana instituutiona. Tässä tutkielmassa keskityn sen sijaan kouluruokailuinstituution omiin käytäntöihin. Olen kiinnostunut siitä, mitä keittiöissä tapahtuu, kun vapaavalintainen kasvisruoka tuodaan osaksi kouluruokailua. Tarkastelen kouluruokailun käytäntöjä kouluruoan valmistajien eli ruokapalveluhenkilöstön näkökulmasta. Aiemmin ruokapalveluhenkilöstön näkökulmaa kestävä kehityksen edistämiseen ovat tutkineet muun muassa Minna Mikkola, joka tarkasteli ruokapalveluhenkilöstön ammatti-identiteetin rakentumisen tukemista kestävä kehityksen edistämistä tukevaksi (2009; 2012) sekä Minna Kaljonen, joka on tutkinut muun muassa ilmastoruokamerkin käyttöönoton aiheuttamia muutoksia henkilöstöravintolan keittiössä (Kaljonen & Lyytimäki 2016; Kaljonen, Peltola, Salo & Furman 2019).

Kouluruokailu on kuluttajaekonomian oppiaineen kannalta mielenkiintoinen tutkimuskohde siksi, että se on vahva arkisen ruokailun konteksti. Kouluruokaa valmistetaan lähes 960 000 annosta päivässä, 170 miljoonaa annosta vuodessa (Lintukangas & Palojoki 2016, 7). Kouluruokailu siis rytmittää satojen tuhansien suomalaisten arkea (Ruckenstein 2012, 156). Oppivelvollisuutensa aikana oppilas ruokailee koulussa keskimäärin 1700 kertaa, jolloin ruokalassa vietettyjä tunteja kertyy noin 900 (Lintukangas & Palojoki 2016, 7). Kouluruokailu on institutionaalinen, julkisin varoin järjestetty kuluttamisen muoto. Kuluttajaekonomian oppiaineessa kouluruokailua on aiemmin tarkasteltu Elina Kytön (2013) opinnäyte-työssä *Aistittava laatu kouluruoan hyväksymisen perustana*.

Tutkielmani etenee siten, että luvussa kaksi käyn läpi kouluruokailua, ruokapalveluhenkilöstöä ja kasvisruokailun edistämistä kouluissa käsittelevää tutkimusta. Tämän jälkeen kuvaan tutkielmani viitekehysten. Neljännessä luvussa esittelen tutkimustehtävän sekä kuvaan käyttämäni menetelmät ja aineiston. Luvussa viisi siirryn tulosteni, kasvisruokailun aseman parantamisen nostattamien jännitteiden ja ruokapalveluhenkilöstön ratkaisuyritysten esittelyyn. Luvussa kuusi vertailen tuloksiani aiempiin tutkimuksiin sekä arvioin lähdekirjallisuutta apuna käyttäen ratkaisuyritysten muutospotentiaalia. Lopuksi luvussa seitsemän esitän johtopäätöksiä työni tuloksista. Seitsemäs luku päättyy jatkotutkimusaiheiden pohdintaan.

2 Latautunut kouluruokailu

2.1 Kouluruokailuun kohdistuvat kirjavat odotukset

Kouluruokailu on tutkimuskohteena hyvin moninainen, sillä siihen kytkeytyy niin ravitsemusta, hoivaa, opetusta, kasvatusta, hallintaa, politiikkaa, kulutusta kuin vertaisryhmien sosiaalisia suhteitakin. Ennen muuta se on hyvin arkisen ruokailun konteksti. Kouluruokailulle asetetaan erilaisia, toisistaan poikkeavia taloudellisia, käytännöllisiä ja kasvatuksellisia tavoitteita (Ruckenstein 2012, 156–158). Kouluruokailu on vahvasti säännelty toimintaympäristö, jossa ruoan valmistukseen liittyviä käytäntöjä ohjataan tuotannollisesti ja taloudellisesti hyvin voimakkaasti (Mikkola 2012, 95).

Suomi on Ruotsin ohella yksi harvoista maista, joka tarjoaa maksuttoman kouluruoan kaikille oppilaille. Hyvin harvassa maassa julkisen sektorin instituutiolla on siis näin merkittävä rooli kuluttajien ruokailutottumusten ohjaamisessa. Suomalaisen kouluruokailujärjestelmän juuret ovat 1890-luvulla, ja kaikille maksuttomaksi se muutettiin 1948 (Lintukangas ym. 2007). Kouluruokajärjestelmä on ollut keskeinen osa suomalaisen hyvinvointiyhteiskunnan rakennusprojektia. Sotien jälkeisessä Suomessa sen avulla on tuettu kansanterveyttä ja tasa-arvoa (Jeronen & Helander 2012, 20–22). Maksutonta kouluruokaa pidetään suurena sosiaalisena innovaationa, joka mahdollistaa jokaiselle lapselle yhden lämpimän aterian päivässä lapsen perhetaustasta tai varallisuudesta riippumatta (Lindroos 2018, 251–252). Aikanaan se tuki naisten siirtymistä kotoa työelämään (Gullberg 2006, 342), ja nykyisinkin se säästää vanhempien resursseja, kun joka-aamuiselta eväiden valmistamiselta vältytään.

Suomessa jokainen esi- ja peruskoulun oppilas sekä lukion ja ammatillisen perusasteen opiskelija on oikeutettu maksuttomaan kouluateriaan. Oikeus maksuttomaan kouluruokailuun on kirjattu perusopetuslakiin (628/1998, 31§), jonka mukaan opetukseen osallistuvalla on annettava jokaisena työpäivänä tarkoituksenmukaisesti järjestetty ja ohjattu, täysipainoinen maksuton ateria. Lintukankaan (2007, 21) mukaan täysipainoisuudella viitataan monipuoliseen, ravitsemussuosituksen mukaiseen lämpimään lounaaseen. Kouluruokailusta on säädetty myös lukiolaissa (629/1998, 28§) sekä laissa ammatillisesta koulutuksesta (531/2017, 100§). Kouluruokailun järjestämiseen vaikuttavat myös lait julkisista hankinnoista, omavalvontasäädökset, kouluruokailu-

suositukset sekä kuntakohtaiset virka- ja toimirakenteet sekä ruokapalveluiden budjetit (Mikkola 2012, 95). Lisäksi Euroopan unionin koulujakelujärjestelmä (entinen koulumaitotuki) edellyttää muun muassa ilmoitusvelvollisuuksia sekä jakelujärjestelmän julisteen sijoittamista keskeiselle paikalle (Ruokavirasto 2020, 7–8, 18).

Kouluruokailu rahoitetaan verovaroin ja suhteellisen niukoilla resursseilla. Kouluruoan osuus on keskimäärin seitsemän prosenttia opetuksen kokonaiskuluista oppilasta kohti (Opetushallitus 2014 a, 62). Opetushallituksen (2018) keräämien tietojen mukaan kouluaterian keskihinta on 2,79 euroa oppilasta kohti. Kouluruoan kustannukset vaihtelevat eri puolilla Suomea 1,68 eurosta 10,72 euroon. Koskisen mukaan (2017) summaan lasketaan ruoan raaka-ainekustannusten lisäksi kuljetus- ja valmistuskulut kuten keittiöhenkilökunnan palkat. Kunnan koko vaikuttaa kouluaterian hintaan. Pienissä kunnissa kustannukset nousevat korkeammiksi, sillä ruoanvalmistus ei ole niin keskittynyttä kuin suurissa kunnissa, joissa ruoka valmistetaan suurissa keskuskeittiöissä.

Kouluruokailun toteutus on kuntien tehtävä. Kunnissa ruokapalvelut ovat organisoitu hallintokunnittain tai sopimuspalveluina, joista vastaavat kaupalliset ruokapalveluyritykset. Osa kunnallisista ruokapalveluorganisaatioista toimii tilaaja-tuottajamallia soveltavina kunnallisina liikelaitoksina (Mikkola 2012, 95). Tilaaja-tuottajamallissa ruokapalveluorganisaatiot ovat palvelun eli kouluruoan tuottajia, jotka myyvät ja hinnoittelevat palvelunsa kunnalle, koulut palvelun käyttäjiä ja niissä ruokailevat ihmiset asiakkaita (Lintukangas 2009, 17).

Valtion ravitsemusneuvottelukunnan ravitsemussuositukset (2014; 2017; 2018) toimivat tärkeinä raameina julkisille ruokapalveluille ruokailun järjestämisessä. Kouluruokailusuositukset (2017) määrittävät muun muassa aterioiden ravintosisällön ja viikoittaisen vaihtelun. Ne asettavat rajoituksia suolan, sokerin ja kovan rasvan käytölle. Kerran viikossa tarjolla tulisi olla kalaa, kerran viikossa kasvisruokaa ja korkeintaan kaksi kertaa viikossa punaista lihaa. Suosituksia annetaan myös muun muassa ruokailuajankohdasta ja lautasmalleista.

Julkisilla ruokapalveluilla on perinteisesti ollut Suomessa vahva asema. Niiden merkittävydestä suomalaisten arjessa kertoo se, että jopa puolet suomalaisten kodin ulkopuolella syömistä aterioista olivat julkisten ruokapalveluiden tuottamia

(Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2017). Koska julkiset ruokapalvelut tavoittavat kansalaisia laaja-alaisesti useista eri ikä- ja sosiaaliryhmistä, niiden tarjoamalla ruoalla on mahdollista vaikuttaa suomalaisten ravitsemukseen laajasti (Nelimarkka, Raulio, Saarela, Kantala & Laatikainen 2018, 7; Raulio, Roos & Prättälä 2010). Esimerkiksi viime vuosina julkiset ruokapalvelut on otettu avuksi jodin puutoksien ehkäisyssä. Kun väestötutkimuksissa havaittiin suomalaisten saavan liian vähän jodia ravinnoistaan, ruokapalvelut valjastettiin käyttämään ruoanvalmistuksessa jodioitua suolaa (Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2015).

Julkiset ruokapalvelut ovat siis tärkeä osa sekä suomalaista ruokakulttuuria että merkittävä ravitsemuspolitiikan väline. Ruokailutottumukset rakentuvat jo lapsuudessa ja nuoruudessa (Mikkilä, Räsänen, Raitakari, Pietinen & Viikari 2005, 930), joten kouluruokailun avulla voidaan siis perustellusti välittää ruokailutottumuksia kouluruokailua laajemmin yhteiskuntaan. Koulu- ja työpaikkaruokailuun osallistumisella on havaittu olevan yhteys terveellisiin elintapoihin, kuten runsaampaan kasvisten ja kalan kulutukseen (Raulio ym. 2010). Koululounas on myös osoittautunut ravitsemukselliselta laadultaan parhaaksi lasten ja nuorten päivän aikana syömistä aterioista (Hoppu, Kujala, Lehtisalo, Tapanainen & Pietinen 2008, 54). Valtion ravitsemusneuvottelukunnan varhaiskasvatuksen ruokasuosituksia (2018, 16) on kuvitettu psykologian tohtori Susanna Anglen mietelauseella: *Lapset syövät sitä mistä pitävät. Pitävät siitä mikä on tuttua. Tutuksi tulee se, mikä on tarjolla usein*. Mietelause kuvaa hyvin kouluruokailun ravitsemuspoliittista merkitystä. Kun oppivelvollisuuden aikana koululainen syö samaa ruokaa useita kymmeniä, ellei satoja kertoja, se väistämättä muokkaa käsityksiä ”normaalista” ja ”oikeasta” syömisestä.

Kouluruokailulla on myös kasvatustehtävä. Opetussuunnitelman (Opetushallitus 2014b, 42) mukaan kouluruokailu on osa opetusta, siis oppituntiin rinnastettava osa koulupäivää. Opetussuunnitelmassa kouluruokailun tehtäviksi määritellään muun muassa oppilaiden terveen kasvun ja kehityksen, opiskelukyvyn sekä ruokaosaamisen tukeminen, oppilaiden virkistäytyminen, oikea-aikaisen ja kiireettömän ruokailutilanteen tarjoaminen sekä oppilaiden jaksamisen ja hyvinvoinnin edistäminen (mt.). Kouluruokailu nähdään alustana ilmiöpohjaiseen ja käytännönläheiseen ruokakasvatukseen, jonka avulla voidaan opettaa koko ruokajärjestelmän toimintaa (Lintukangas & Palojoki 2016, 4, 8).

Uudempina kouluruokailuun kohdistuvina tavoitteina ovat oppilaiden osallisuuden lisääminen sekä kouluruokailun integroiminen vahvemmin osaksi kestäväen kehityksen opetusta. Kouluruokailusuositukset korostavat oppilaiden osallisuuden ja vaikuttamismahdollisuuksien lisäämistä niin kouluruokailun järjestämisessä, suunnittelussa kuin toteutuksessakin (Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2017, 43–44). Kouluruokailun odotetaan toimivan alustana kestäväen kehityksen ruokakasvatukselle, jonka päämääränä on tuottaa kestäväen kehityksen edistämiseen sitoutuneita, aktiivisia kansalaisia sekä kestäväen kulutukseen tähtäävää toimintaa (Risku-Norja 2012).

Arkisesta näkökulmasta kouluruokailu on ruokailijoiden lepothetki. Ruokailua pidetään oppituntiin rinnastettavana tapahtumana, jolla on erityinen kasvatuksellinen merkitys, mutta toisaalta se koetaan koulupäivän virkistäytymishetkenä, jolloin oppilailta ja opettajilta tarjoutuu mahdollisuus hengähtämiseen ja taukoon opetuksen lomassa. Erityisesti yläkouluissa opettajat ovatkin usein vetäytyneet yhteisestä ruokailutapahtumasta (Ruckenstein 2012, 165). Kouluruokailulle asetetut vaatimukset ja toiveet voivat siis olla myös keskenään vastakohtaisia ja yhteensopimattomia.

2.2 Kouluruokailu kulttuurisena ilmiönä

Perinteinen ajatus kouluruokailusta on toimia kanavana ohjata kansalaiset oikeiden ja terveellisten ruokailutottumusten pariin (Gullberg 2006, 341). Ruckenstein (2012, 157, 165) luonnehtii kouluruokailua yhteiskunnalliseksi mekanismiksi, jonka pyrkimyksenä on tuottaa terveitä kansalaisia ja välittää tavoiteltavia kansalaisuus-ideaaleja. Kouluruokailun avulla lapsista kasvatetaan joukkoruokailijoita ja kuluttajia. Koulutien varrella kouluruokailun kasvatuksellinen rooli muuttuu: Alakoululaisille opetetaan, kuinka jonotetaan, ruokaa annostellaan ja käyttäydytään ruokalassa. Yläkoulussa opettajat ja kouluruokailuhenkilöstö siirtyvät etäämmälle, ja kasvatettavasta lapsesta tulee itsenäinen, kulutusvalintoja tekevä nuori (mt.).

Kouluruokailua on tutkittu kulttuurisena ilmiönä. Ruotsalaistutkimuksessa Persson Osowskin, Göranzon ja Fjellström (2010) tarkastelivat kansalaisten kollektiivista käsitystä kouluruokailusta. Kouluruokailu oli saman aikaisesti kansalaisten parjauksen mutta myös ylpeyden ja kiitollisuuden kohde. Ruotsalaisten diskursseissa kouluruokailu oli toisen luokan ruokaa, joka ei täyttänyt kansalaisten ruoalle asettamia standardeja. Toisaalta ajatus maksuttomasta kouluruokailusta oli hyvin arvostettu ja

pidetty. Kouluruokailu koettiin etuoikeudeksi ja tärkeäksi osaksi hyvinvointivaltiota. Kouluruokailua onkin pidetty hyvinvointiyhteiskunnan symbolina (Gullberg 2004).

Toisistaan poikkeavat ja ristiriitaiset puheet kouluruokailusta on helppo havaita myös meillä Suomessa. Vuonna 2018 juhlittiin maksuttoman kouluruokailun, suuren sosiaalisen innovaatiomme, 70-vuotisjuhlaa. Juhlavuoden kunniaksi järjestettiin tempauksia, seminaareja ja juhlallisuuksia. Samoihin aikoihin mediassa keskusteltiin kouluruokailun arvostuksen puutteesta, kun *kouluruokaa jää lähes joka päivä kilotolkulla yli* ja veronmaksajien rahat menevät hukkaan (esim. Valtavaara 2017; Paulavaara 2018). Jopa maa- ja metsätalousministeri Jari Leppä otti kouluruoan vähäiseen arvostukseen kantaa ja peräänkuulutti *kovempia keinoja kouluruoan suosion vahvistamiseksi* (Valtioneuvosto 2018).

Syömättömyys on todellinen ilmiö. Kouluruoka maistuu oppilaille tutkimusten mukaan huonosti. Raulion, Tapanaisen, Nelimarkan, Kuusipalon ja Virtasen tutkimuksessa (2018, 22–24) ruokailuun osallistui keskimäärin vain 70 prosenttia kahdeksaluokkalaisista. Ruokailuun osallistumisessa oli kuntien välillä suurta vaihtelua. Kun toisissa kunnissa ruokailuun osallistui miltei jokainen oppilas, heikoimmissa tapauksissa vain 40 prosenttia oppilaista ilmoitti osallistuvansa ruokailuun päivittäin. Oppilaat nimesivät poisjäännin syiksi muun muassa sen, että ruoasta ei pidetty, jonot olivat liian pitkät, oppilas ei kokenut olevansa nälkäinen tai oppilas oli syönyt kotitaloustunnilla. Myös aiemmissa tutkimuksissa on saatu samansuuntaisia tuloksia (Hoppu ym. 2008, 27). Raulio kollegoineen (2018, 30) myös havaitsi, että vain alle kymmenellä prosentilla oppilaista koululounas on koottu täyspainoiseksi, eli oppilas oli kerännyt tarjottimelle kaikki aterian osat (pääruoan, energialisäkkeen, salaatin, maidon, leivän ja levitteen).

Koska käsitys kouluruoasta on kulttuurisidonnainen, sosiaalinen konstruktio ei automaattisesti muutu, vaikka kouluruokailu itsessään muuttuisi (Persson Osowski ym. 2010, 568). Hyvänä esimerkkinä tästä on kouluruokailusta puhuttaessa usein mainittavat *kumiperunat*. Kouluruoan huonoa laatua kuvaava termi elää vahvasti sanastossamme, vaikka kimmoisan kuoren aiheuttaman perunankorintakoneen käytöstä on luovuttu vuosikymmeniä sitten (Heikkinen 2017). Mikkola on summannutkin, että oppilaiden viestit kuuluisista kumiperunoista eivät ole

osoittautuneet paikkansapitäviksi, vaan ne vaikuttavat pikemminkin yleisen puhutavan ilmauksilta, joissa kouluruokaa ei arvosteta (Mikkola 2012, 100).

Ruckenstein (2012) tarkasteli etnografisesti, kuinka kouluruokailun päivittäiset käytännöt ja ruoalle annetut merkitykset vaikuttivat siihen, miten helsinkiläiskoulujen oppilaat söivät kouluruokaa. Tutkimuksen keskeisenä havaintona oli, että kouluruokailu näyttäytyy erityisesti yläkouluissa epätapahtumana, jossa ruokaa ei pidetä sosiaalisesti tärkeänä, vaan se on energiaa ja vatsan täytettä. Tämä heijastuu oppilaiden ruokailuun osallistumiseen ja syömiseen. Goldenin (2005, 192–196) mukaan epätapahtumalla (englanniksi a non-occation) viitataan institutionaaliseen toimintaympäristöön, joka vähättelee ruokailuun liittyvää miellyttävyyttä ja sosiaalisia ulottuvuuksia. Ruokailu on tällöin matalan statuksen tilaisuus muiden päivän aktiviteettien joukossa; hetki, josta sekä lapsilla ja aikuisilla on kiire muiden merkityksellisempien toimien pariin. Ruckensteinin (2012, 165) mukaan epätapahtumamaisuus korostaa ruokailun luonnetta enemmän biologisia kuin sosiaalisia tarpeita tyydyttävänä tilaisuutena, mikä edesauttaa nuoria jättäytymään pois ruokailusta sekä heikentää oppilaiden, opettajien ja ruokapalveluhenkilöstön yhteistä toimintakulttuuria.

Kouluruokailu on siis monimerkityksinen, niin symbolisesti mutta myös poliittisesti latautunut ilmiö. Kouluruokailuun, kuten syömiseen ja ruokaan aina, liitetään valtava määrä erilaisia merkityksiä, ja siihen kohdistuu moninaisia odotuksia (Warde 1997; Mäkelä & Niva 2009, 40). Kouluruokailu on hyvin arkinen tapahtuma, jota pidämme helposti itsestäänselvyytenä. Kouluruokailusta puhuttaessa liikutaan kuitenkin herkällä maaperällä. Onhan kyse ruoasta, kasvatuksesta sekä lapsista – eikä kenen tahansa lapsista vaan ”meidän lapsistamme”. Me kaikki olemme verovaroin kustannetun kouluruoan maksajia. Meillä kaikilla on myös kokemusta kouluruokailusta, ja siksi usein myös mielipide siitä. Palaan kouluruokailun latautuneisuuteen alaluvussa 2.4, jossa käsittelen kasvisruokaa kouluissa.

2.3 Ruokapalveluhenkilöstö – kestävän ruokailun portinvartijat

Ruokapalveluhenkilöstöllä tarkoitan kuntien, kuntayhtymien tai yksityisten palveluntarjoajien ruokapalveluiden työntekijöitä. Ammattikunta valmistaa ruokaa koulujen lisäksi päiväkoteihin, sairaaloihin, työpaikoille, vankiloihin ja muihin ruokaa tarjoaviin laitoksiin. Ruokapalveluhenkilöstö työskentelee muun muassa kokkeina,

ruokapalvelutyöntekijöinä, keittiöiden esimiehinä, hankinta- ja tuotekehitystehtävissä sekä hallinnollisissa tehtävissä. Tehtävänimikkeet ja työntekijöiden sijoittuminen organisaatiossa vaihtelevat kuntakohtaisesti. Tässä tutkielmassa kiinnostukseni kohdistuu niihin työntekijöihin, jotka työskentelevät kouluruoan parissa. Lintukangas (2009) nimittää heitä kouluruokailuhenkilöstöksi.

Ruokapalveluammattilaiset ovat keskeisiä ruoka- ja ympäristöpoliittisia toimijoita, jotka työllään edistävät ja rakentavat kestävästä ruokajärjestelmästä (Mikkola 2009; Mikkola 2012; Kaljonen, Jallinoja & Jokinen 2018b). Koulu- ja työpaikkaruokailun henkilöstöstä ja heidän työstään on niukasti tutkittua tietoa, vaikka heidän roolinsa suomalaisten arkisen ruokailun järjestäjinä on merkittävä. Ruokapalveluhenkilöstö on tavanomaisesti nähty erittäin säännellyssä toimintaympäristössä toimivina suorittavan työn tekijöinä (Mikkola 2012, 95), mikä voi olla syynä siihen, että heidän toimijuutensa kestävästä ruoan tuotannon ja kulutuksen edistäjinä on jäänyt aiemmin tutkimuksessa ja julkisessa keskustelussa vähälle huomiolle.

Wahlenin ja kollegoiden tutkimuksessa (2012, 14–15) ruokapalveluammattilaiset kokivat työnsä sisältävän merkittävää vastuuta ja valtaa kestävästä ruoan tuottamisen ja kulutuksen toteutumisessa. Niinpä työntekijät näkivät roolinsa kestävästä ruokailun portinvartijoina, joilla oli mahdollisuudet ja edellytykset edistää kestäviä ruokailutottumuksia. Mikkola (2009, 64) korostaakin, että vastuullisuusteemojen tuomista osaksi ruokapalveluhenkilöstön ammatti-identiteettiä tulisi tukea, ja nähdä tässä merkittävä mahdollisuus vaikuttaa ruokajärjestelmän kestävyysvaikutukseen. Wahlenin ja kollegoiden tutkimuksessa (2012, 14) keittiöammattilaiset myös kokivat julkiselle ruokailulle asetetut kestävyystavoitteet oikeutetuiksi keinoiksi edistää kestävästä ruoantuotantoa ja kulutusta, ja he suhtautuivat myönteisesti uusiin kestävyysvaatimuksiin työssään.

Toisaalta Mikkola (2012, 102) havaitsi keittiöammattilaisten keskuudessa myös kielteistä suhtautumista kestävyysvaikutuksen edistämiseen: Osa kouluruokailuhenkilöstöstä koki odotukset kestävästä kehityksestä ruokakasvatuksesta vaativina ja uuvuttavina. Kielteistä suhtautuminen oli erityisesti niillä työntekijöillä, jotka eivät kokeneet olevansa sitoutuneita tai kyvykkäitä kestävästä kehityksestä ruokakasvatukseen. Kielteiseksi suhtautuminen muuttui myös niillä työntekijöillä, jotka olivat periaatteessa asiasta kiinnostuneita mutta joilla ei vähäisten resurssien takia ollut

työssään mahdollisuutta ruokakasvatukseen. Mikkola summaa, että ympäristön paine johonkin sellaiseen, joka on itselle vaikeasti hahmotettavaa ja vielä vaikeammin toteutettavaa, voi tuntua työntekijöistä kuormittavalta. Vastaavasti myönteistä suhtautuminen oli niillä työntekijöillä, joilla oli työnsä puitteissa todellisia mahdollisuuksia kasvatustyöhön. He kokivat kestävyysteemojen edistämisen rikastuttavan työtään sekä tunsivat työnsä merkitykselliseksi ja luovaksi (mt.).

Päivittäisessä työssään ruokapalveluhenkilöstö on tekemisissä kestävä kehityksen teemojen kanssa muun muassa ruokalistasuunnittelussa, hankintapäätöksissä, ruokakasvatuksessa, hävikin ja energian käytön minimoimisessa sekä muussa resurssitehokkuuteen tähtäävässä toiminnassa. Kestävyysteemoja välitetään ruokailijoille pienieleisesti esimerkiksi ruokalan opasteissa, jotka voivat muistuttaa esimerkiksi lautasmallista tai hävikin välttämisestä (Mikkola 2012, 99). Viime vuosina julkisten ruokapalvelujen hankintojen vastuullisuus ja alkuperä ovat nousseet erityisen huomion kohteeksi, mistä osoituksena on muun muassa Valtioneuvoston periaatepäätös julkisista ruokahankinnoista (2016), hankintaoppaiden julkaisu sekä maa- ja metsätalousministeriön hankintalähettilään pestin perustaminen. Lähettilään toimenkuvana on lisätä ruokapalvelujen osaamista julkisten ruokahankintojen vastuullisuuskysymyksissä (Valtioneuvosto 2019).

Osa kouluruokailuhenkilöstöstä työskentelee keskuskeittiössä kauempana koulusta, mutta tavallisesti kouluruokailuhenkilöstön työympäristönä on koulun keittiö ja ruokala. Lukemani kirjallisuuden pohjalta ruokapalveluhenkilöstön rooli osana koulun yhteisöä näyttäytyy epämääräisenä. Vaikka keittiöammattilaiset toimivat samassa työympäristössä opetushenkilöstön kanssa, heidän on havaittu jäävän henkisesti etäälle koulun muusta henkilökunnasta (Mikkola 2012, 96). Etäiseksi he jäivät usein myös oppilaille. Persson Osowskin ja kollegoiden ruotsalaistutkimuksessa (2010, 564) haastateltavat kyllä puhuivat ruoanvalmistajista, mutta heille ei puhuttu. Tästä tutkijat päättelivät, että ruokailijoille henkilökohtaisen suhteen puuttuminen ruokalan henkilökuntaan saattoi ruokkia kielteistä puhetapaa ja epäluuloja kouluruokailua kohtaan.

Ruokapalveluhenkilöstön ruoanvalmistustyö on perinteisesti koettu irralliseksi ja itsenäiseksi koulun perustehtävään, opetukseen, nähden (Lintukangas 2009, 6). Toisaalta ruokapalveluhenkilöstön arkiseen työhön kuuluu paljon muutakin kuin

ruoan valmistusta. Kohtaavathan he työssään oppilaita päivittäin ja ovat koulussa harvoja paikalla olevia aikuisia. Niinpä myös kouluruokailuhenkilöstön voidaan katsoa olevan oppimisympäristössä toimivia kanssakasvattajia (Lintukangas 2009). Ruokapalveluhenkilöstön rooliin kasvattajina liittyy kuitenkin kysymyksiä: Kuinka paljon ammattikunnalta voidaan odottaa kasvatusvastuuta, kun sille ei juurikaan tarjota koulutusta kasvatustehtävään? Missä määrin kovien tehokkuusvaatimusten kanssa painivien keittiöammattilaisten on venyttävä muuhunkin kuin ruoan valmistukseen?

Kouluruokailu- ja opetushenkilökunta toimivat eri hallintokuntien ja talousarvioiden alaisina (Mikkola 2012, 96), mikä on voinut vahvistaa kouluruokailuhenkilöstön irrallisuutta koulun yhteisöstä. Opetuksen ja ruokailun järjestämisen hallinnollisen eriytymisen taustalla on ollut kuntien pyrkimykset julkisten palveluiden kustannustehokkuuteen (Lintukangas 2009, 27). Säästöpainneiden alla osa ruokapalveluista on keskittynyt vain ruoan valmistuksen ja tarjoiluun, eikä aikaa ole jäänyt muuhun (Risku-Norja 2012, 30–34). Ruokapalvelujen keskittymisen hintana on siis mahdollisesti ollut ruokapalveluhenkilöstön etääntyminen koulujen yhteisöistä. Lintukankaan (2009, 6) mukaan kanssakäymisen puuttuessa kouluruokailun kasvatuksellinen vastuu on voinut livetä ei-kenenkään maalle. Kun kouluruokailuun kohdistuu nyt entistä suurempia odotuksia kestävä kehityksen edistämisestä sekä oppilaiden osallistamisesta ruokailun suunnitteluun ja järjestämiseen, voi odotusten täyttäminen olla hankalaa, ellei mahdotonta, ilman kasvatus- ja ruokapalveluhenkilöstön yhteistyön syventämistä. Tällä hetkellä yksittäisillä asialle omistautuneilla esimiehillä ja opettajilla on hyvin keskeinen rooli siinä, miten tiiviiksi yhteistyö muodostuu (Lintukankaan 2009, 6).

Ruokapalveluhenkilöstö on ammattikuntana hyvin naisvaltainen. O'Doherty, Jensen & Holm (1997) ovat todenneet, että ruoanlaitto on sukupuolittunutta siten, että miehet työskentelevät tyypillisesti arvostettujen ravintoloiden kokkeina, kun taas naiset työskentelevät matalan statuksen työpaikoissa julkisella sektorilla (ks. Persson Osowski ym. 2010, 563–564). Laitoskeittiöruoka nähdään usein myös vähempiarvoisena ja siihen suhtaudutaan lähtökohtaisesti kielteisemmin kuin koti- tai ravintolaruokaan (Cardello, Bell, Kramer 1996; Meiselman, Johnson, Reeve & Crouch 2000). Edwards kollegoineen havaitsi, että jopa täsmälleen samanlainen ja samalla

tavalla valmistettu ateria koetaan vähemmän houkuttelevaksi joukkoruokailun kontekstissa (Edwards, Meiselman, Edwards & Lesher 2003).

Kouluruokailun arvostuksen puute ja kouluruokakeskustelun kielteinen sävy ymmärrettävästi kuormittavat keittiöiden työntekijöitä. Kouluruokailun soimaamista ja huhupuheita on pyritty suitsimaan lukuisin erilaisin tempauksin, joissa esimerkiksi vanhempia ja päättäjiä on kutsuttu ruokailemaan kouluihin (Koivuniemi 2018). Kouluruokailuhenkilöstö kokee myös paineita miellyttää oppilaita (Mikkola 2012, 98). Wahlenin ja kollegoiden (2012, 12–15) mukaan ruokapalveluammattilaiset kokivat asiakkaat hankalasti hallittavina, ja liian tiukan linjan noudattamisen pelättiin karkottavan asiakkaat pois. Ruokapalveluhenkilöstö korosti, että ruokailijoita ei voida pakottaa syömään terveellistä tai ekologista ruokaa, voidaan tarjota vain vaihtoehtoja. Asiakastyytyväisyys on ruokapalveluhenkilökunnalle tärkeää. He tunsivat tarvitsevänsä ruokailijoilta myönteistä palautetta, jotta ilmastoystävällisen ruokailun edistämiseen vaadittuja ponnisteluja jaksettiin tehdä.

2.4 Kohti kasvispainotteisempaa kouluruokailua

Tammikuussa 2017 julkaistuissa kouluruokailusuosituksessa Valtion ravitsemusneuvottelukunta suosittelee ensimmäistä kertaa kouluja tarjoamaan vapaavalintaista kasvisruokaa kaikille oppilaille: *Tarjolla olisi hyvä olla kaksi pääruokavaihtoehtoa. Toinen vaihtoehto voi olla kasvisruoka, jolloin aterian riittävä proteiinisältö varmistetaan palkokasveilla, muilla kasviproteiinin lähteillä, maitovalmisteilla tai kananmunalla.* (Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2017, 35.) Käytännön noudattamiselle jätetään kuitenkin takaportti: *Ellei kouluruokailussa ole päivittäin valittavissa kasvisruokavaihtoehtoa, suositellaan kasvisruokapäivän järjestämistä esimerkiksi kerran viikossa.* (mt.)

Muutosta voi pitää kouluruokailun historiassa suurena, sillä aiemmin on tarjottu vain yhtä pääruokaa. Uuden suosituksen voidaan katsoa olevan merkittävä muutos kasvisruoan asemassa kouluruokailussa, sillä kasvisruoan ottaminen ei enää vaadi oppilaalta identifioitumista kasvisruokailijaksi eikä joustamatonta sitoutumista erityisruokavalion noudattamiseen, josta poikkeamista ei sallita. Uusi suositus poistaneekin käytännön, jossa oppilaan on pitänyt toimittaa ruokapalveluille terveydenhoitajan todistus ilmoittaessaan sitoutumisestaan kasvisruokavalioon.

Ravitsemusneuvottelukunta (2017, 35) perustelee suositusta ruokailijoiden totuttamisella terveyttä edistävään ja ympäristövastuullisuutta tukevaan kasvispainotteiseen syömiseen. Se katsoo kasvisvaihtoehdon edistävän kasvisruokien syömistä myös niiden oppilaiden keskuudessa, joille kasvisruoka on vielä vierasta. Vaihtoehtojen tarjoamisen kerrotaan myös parantavan oppilaiden osallistumista kouluruokailuun. Kasvisvaihtoehtoa perustellaan myös sillä, että se auttaa punaisen lihan kulutuksen enimmäismäärää koskevan suosituksen toteuttamisessa. Lisäksi ravitsemusneuvottelukunta katsoo kasvisvaihtoehdon tukevan ruokapalvelujen perusruokalistan suunnittelutyötä, sillä sen avulla valmistettavien erityisruokavalio-ruokien määrää voidaan vähentää.

Valmiudet kouluruokailun kehittämiseen ja siten uuden suosituksen käyttöönottoon eivät ole kaikkialla samanlaiset, sillä käytännöt eri kunnissa ja ruokapalvelujen välillä vaihtelevat suuresti. Kouluruokailun toteutus niin ateriasisällön kuin toiminnallisen järjestämisen osalta on itsenäisesti koulujen ja kuntien vastuulla, mikä mahdollistaa kunta- ja koulukohtaiset erot (Lintukangas 2009, 2). Oletettavaa siis on, että koulut ja kunnat ovat lähteneet noudattamaan uutta suositusta eri tahtiin. Kestävyyseratkaisuissa suuret kunnat nähdään mielipidevaikuttajina, jotka muovaavat julkista mielipidettä ja vaikuttavat pienempien kuntien valintoihin (Wahlen ym. 2012, 15).

Julkisissa ruokapalveluissa kasvisruoan tarjoaminen ja (punaisen) lihan kulutuksen vähentäminen on suhteellisen uusi kestävä kehityksen tema ja tavoite. Esimerkiksi vielä vuonna 2009 julkaistussa, kestävä kehityksen edistämistä ruokapalveluissa käsittelevässä artikkelissa (Mikkola 2009, 58) kasvisruokailun edistämistä tai lihan syönnin vähentämistä ei mainita keinovalikoimassa lainkaan. Aallon ja Heiskasen (2011, 4) mukaan kasvisruoan tarjoaminen julkisissa ruokapalveluissa nousi huomion kohteeksi vuonna 2009, kun valtioneuvosto hyväksyi periaatepäätöksen kestävien valintojen edistämisestä julkisissa hankinnoissa. Aloite periaatepäätökselle tuli ympäristöministeriöstä, ja se johti monissa kaupungeissa valtuustoaloitteisiin kasvisruokapäivän käyttöönottamisesta (mts. 21–22).

Myös julkisten ruokapalvelujen toimintaa ohjaavat ravitsemussuosituksukset ovat viime vuosina laajentuneet tarjottavan ruoan ravitsemuksellisen laadun huomioivista suosituksista ruokailun ympäristövaikutuksiin. Valtion ravitsemusneuvottelukunta huomioi ruoan ympäristövaikutukset ensimmäisen kerran vuonna 2014 ilmestyneessä

suosituksessa, jossa myös punaiselle lihalle asetettiin suositeltava yläraja, 500 gramma viikossa (2014, 40–41, 54–55). Suositus mukaili vuonna 2012 julkaistuja Pohjoismaisia ravitsemussuosituksia (Pohjoismaiden ministerineuvosto 2012). Sittenkin vaade kasvisruokailun lisäämiseen julkisissa ruokapalveluissa on kasvanut myös kuntien ilmasto-ohjelmien myötä (esim. Helsingin kaupunki 2018, 89). Suomalaiskunnista Helsinki on ollut suunnannäyttävä. Siellä kaupunginvaltuusto käsitteli aloitetta liha- ja maitotuotteiden käytön puolittamisesta vuoteen 2025 mennessä (del.hel.fi) ja päätti vähennystoimista.

Vaikka kasvisruoan tarjonnan lisääminen julkisissa ruokapalveluissa on suhteellisen uusi tavoite, kasvien kulutuksen lisääminen on sitä vastoin ollut jo vuosikymmeniä terveysvalistuksen ydintä ja terveysinterventtioiden vakiokohde (esim. Evans, Christian, Cleghorn, Greenwood & Cade 2012; Hoppu ym. 2010). Kasvien kulutuksen edistämisen eteen tehdyistä ponnisteluista huolimatta suomalaisista vain joka kymmenes mies ja joka viides nainen syö puoli kiloa kasviksia päivässä, eli ylittää ravitsemussuosituksen mukaisen kasvien kulutuksen vähimmäismäärään. Sitä vastoin punaista ja prosessoitua lihaa suomalaiset syövät huomattavasti yli suositusten: miehistä 79 prosentilla ja naisista 26 prosentilla viidensadan gramman saantisuositus ylittyy (Kaartinen ym. 2018, 55–56).

Nurinkurisilla ruoan kulutustottumuksilla on hintansa kansanterveydelle. FinTerveystutkimuksen mukaan lähes 60 prosentilla 30 vuotta täyttäneistä suomalaisista on kohonnut veren kolesterolitasto (Vartiainen ym. 2018, 57). Taustalla on liiallinen tyydyttyneiden rasvojen määrä, jonka keskeisimmät lähteet suomalaisten ruokavaliossa ovat liha ja rasvaiset maitotuotteet, kuten juusto ja voi (Raulio ym. 2014). Lisäksi miehistä kolme neljäsosaa ja naisista kaksi kolmasosaa on ylipainoisia (Lundqvist ym. 2018, 45). Jo 2–16 vuotiaista lapsista joka neljäs poika ja joka viides tyttö on ylipainoinen tai lihava (Lundqvist & Jääskeläinen 2019).

Lihan ylikorostuneesta roolista suomalaisten ja länsimaalaisten ruokailutottumuksissa on suurta haittaa myös ympäristölle (esim. Hallström ym. 2015; Willett ym. 2019). Lihan ja maitotuotteiden kulutusta vähentämällä voidaan ilmastovaikutusten hillitsemisen lisäksi ehkäistä aavikoitumista, vähentää maankäyttöä, ehkäistä makean veden varojen ehtymistä ja vesistöjen rehevöitymistä, hillitä happamoitumista sekä torjua elonkirjon ehtymistä (Springmann ym. 2018). Lihan tuottaminen ravinnoksi on

kaiken kaikkiaan tehoton ruoan tuotantotapa, sillä lihakilon tuottamiseen tarvittava peltoala on tuotantoeläinten ravinnoksi kasvatettavan rehun takia huomattavasti ihmisravinnoksi tuotettua kasviperäistä proteiinikiloa suurempi (Katajajuuri & Pulkkinen 2016, 53).

Kuluttajatutkimuksissa on havaittu, että jopa puolet suomalaisista kertoo vähentäneensä tai aikovansa vähentää lihankulutusta (Latvala ym. 2012). On alettu puhua fleksaamisesta eli joustavasta kasvissyönnistä, jossa ruokavaliota muutetaan kasvispainotteisempaan suuntaan mutta lihansyönnistä ei kokonaan luovuta (Jallinoja, Niva & Latvala 2016, 13). Kuluttajien lihansyönnin vähentämisaikomuksista huolimatta luonnonvarakeskuksen ravintotaseen (2018) mukaan lihan kokonaiskulutus on jatkanut kasvuaan. Toisaalta eri lihalaatujen välillä on tapahtunut muutosta: broilerinlihan kulutus on kasvanut naudan- ja sianlihan kulutuksen kustannuksella (mt.). Naudan- ja sianlihan korvautumista broilerinlihalla voidaan pitää ilmasto-vaikutusten kannalta myönteisenä kehityssuuntana, sillä broilerinlihan hiilijalanjälki on naudan- ja sianlihaa pienempi (Lettenmeier ym. 2019, 47–50).

Erityisen suuri hiilijalanjälki on naudanlihalla (kuvio 1). Suomessa tuotetusta naudanlihasta yli 85 prosenttia tulee maitotiloilta (Luonnonvarakeskus 2020), joten lihan ja maidon tuotanto ovat näin tiiviisti kytkeytyneet toisiinsa. Maitoa tuottaakseen lehmän on poi'ittava noin kerran vuodessa, ja valtaosa syntyneistä vasikoista päätyy lihakarjaksi. Lihan ja maidon tuotantoa ei voida erottaa toisistaan, ja rahoittamalla yhtä tuetaan siis väistämättä myös toista. Tästä huolimatta yhteiskunta subventoi maidon menekin edistämistä kouluruokailussa vuosittain noin 3,8 miljoonalla eurolla (Ec.europa.eu 2017; 2018; 2019). Tuki maksetaan kokonaisuudessaan Euroopan unionin varoista, ja sitä perustellaan muun muassa maidon terveyshyödyillä sekä elinkeinopoliittisilla syillä (Maa- ja metsätalousministeriö 2015, 8). Vuonna 2017 koulumaitotuen rinnalle otettiin käyttöön kouluhedelmätuki¹ vihannesten, hedelmien ja marjojen hankintoihin. Kouluhedelmätuen suuruus oli vuonna 2017 1,6 miljoonaa euroa (Ec.europa.eu 2017; 2018; 2019).

¹ Kouluhedelmätuen ehtona on, että kasvikset tarjotaan tuoreina, eikä niihin ole lisätty suolaa, rasvaa tai sokeria. Tuettuja kasviksia ei saa hyödyntää ruoanvalmistukseen, mutta salaattikomponenteiksi ne käyvät. Tuki kattaa 65–75 prosenttia kasvisten arvolisäverottomasta ostohinnasta. Tukea maksetaan enintään 150 grammalta ruokailijaa kohti päivässä. (Ruokavirasto 2020.)



KUVIO 1. Ruoan ilmastovaikutukset (Heusala & Katajajuuri 2016)²

Lihankulutuksen vähentäminen on vaikeaa, sillä liha on keskeinen osa länsimaista ruokakulttuuria (Fiddes 1991; Twigg 1983). Länsimaisissa yhteiskunnissa liha on pitkään ollut aterian pääkomponentti, jonka perusteella ruokalajit saavat nimensä (Mäkelä & Niva 2009, 49). Punaista lihaa pidetään edelleen sosiaalisesti kaikkein arvostetuimpana ruokana (Twigg 1983, 22), ja siihen liitetään mielikuvia maskuliinisuudesta, voimasta sekä luonnon hallinnasta (Fiddes 1991, 65). Lihan kuluttamisen kasvu liittyy läheisesti elintason nousuun. Länsimaissa lihansyöntiä pidetään saavutettuna etuna ja hyvinvoinnin mittarina, ja siten lihankulutuksen vähentäminen on syvälle länsimaisiin käytänteisiin iskevä muutos (Mäkelä & Niva 2009, 51). Suomalaisessa agraariyhteiskunnassa vallinnut näkemys, jonka mukaan rasvainen liharuoka edustaa terveellistä elinvoiman lähdettä, vaikuttaa siis yhä ajatteluamme (Sillanpää 2003, 14–29).

² Kuva on saatu Luonnonvarakeskuksen tutkijoilta Kestävän kouluruokailun kokeilut -hankkeen käyttöön

Lihaan ja aiemmin tässä luvussa käsittelemiä kouluruokailuun liitettyjen kulttuuristen merkitysten valossa ei ole ihme, että kasvispainotteisen syömisen edistäminen kouluruokailussa ja laajemmin julkisissa ruokapalveluissa on aiheuttanut vastareaktioita. 2010-luvun alussa kaupunginvaltuustoissa kasvisruokapäivän käyttöönotosta käyty keskustelu paljasti latautuneen suhtautumisen kasvisruokailun edistämiseen kouluissa (Aalto & Heiskanen 2011; Junnilainen 2011; Wahlen ym. 2012). Kasvisruokapäiväkeskustelun uutisointi kirvoitti kiihkeää keskustelua myös internetin keskustelupalstoilla, jossa lihasta luopumista pidettiin luonnottomana ja poikkeavana. Kasvisruokapäivän vastustajat syyttivät aloitetta vihreän ideologian tuputtamisesta, ja sitä pidettiin jopa aivopesuna. Kasvisruokapäivän kannattajat taas näkivät kasvisruokapäivässä mahdollisuuden uusien makujen ja ruokalajien omaksumiseen (Wahlen ym. 2012, 16–17).

Junnilainen (2011) tulkitsi kasvisruokapäivän ympärillä käydyn keskustelun kulttuurisodaksi, jossa vastakkain asettuvat kasvisruokapäivää vastustavien vaatimus yksilönvapaudesta ja toisaalta kasvisruokapäivän kannattajien vaatimus valinnanvapauden rajoittamisesta yhteisen hyvän nimissä. Kasvisruokapäivän vastustajat kokivat, että oikeudenmukaisuus toteutuu, kun yksilön oikeus valinnanvapauteen säilytetään, kun taas kasvisruokapäivän puolustajat laajensivat oikeudenmukaisuuden vaatimuksen koskemaan myös ympäristöä. Riidan osapuolien käsityksissä oikeudenmukaisuudesta vallitsi siis perustavanlaatuinen ero, mikä Junnilaisen mukaan selitti paikoin myrskyisäksi yltäneen keskustelun luonnetta. (2011, 77–78.) Toisaalta argumenttia kasvisruokapäivästä valinnanvapautta rajoittavana asiana voidaan kouluruokailun kontekstissa pitää lähtökohtaisesti horjuvana, sillä ruokailijat eivät ole muinakaan päivinä voineet valita kuin kunakin päivänä tarjotun ruokalajin. Kasvisruokailun yhteydessä hankalana pidetty ”pakko” syödä tarjottua ruokaa on siis yhtä lailla koskenut sekaruokapäiviä, jolloin valinnanvapautta ei ole ollut sen enempää (Aalto & Heiskanen 2011, 29).

Lombardini ja Lankoski (2013) tutkivat kasvisruokapäivän käyttöönoton vaikutuksia oppilaiden syömiseen helsinkiläiskouluissa. Kasvisruokapäivä vähensi osallistumista kouluruokailuun seitsemän prosenttia ja otetun ruoan määrää yhdeksän prosenttia. Osallistuminen kuitenkin palasi ennalleen kahdeksan kuukauden tarkastelujakson aikana, mutta ruokaa otettiin edelleen vähemmän. Lisäksi lautasjäte kasvoi aluksi 60 prosentilla, mutta palasi myöhemmin lähtötasolle. Toisaalta päivittäin tarjolla olleen

vapaavalintaisen kasvisruokavaihdon menekin havaittiin lisääntyneen muina kuin kasvisruokapäivinä. Kasvisruokapäivä onnistui siis myös houkuttelemaan uusia syöjiä kasvisruoan pariin. Kestävän kouluruokailun kokeilut -hankkeessa tarkastelimme puolestamme vapaavalintaisen kasvisruoan käyttöönoton vaikutuksia kasvisruoan menekkiin (Kaljonen ym. 2018c, 38–39). Vuoden mittaisen seurannan aikana muutokset menekissä olivat vaatimattomia, ja vapaavalintaisen kasvisruoan osuus tarjotusta ruoasta jäi vain noin kymmeneen prosenttiin.

Myös Silvennoisen, Nipposen ja Lahden laajassa ravitsemuspalvelujen hävikkiä tarkastelleessa tutkimuksessa (2020, 26) todettiin, että kasvisruoka aiheutti koulu-ruokailussa sekaruokaan nähden enemmän hävikkiä. Kun sekaruoasta hävikkiin päätyi keskimäärin yksitoista prosenttia valmistetusta ruoasta, kasvisruoan kohdalla hävikin osuus valmistetusta ruoasta oli kaksikymmentä prosenttia. Kouluruokailun hävikin kokonaismäärästä noin kaksi kolmasosaa oli linjastosta ylijäänyttä ruokaa eli tarjoiluhävikkiä ja yksi kolmasosa lautasjätettä (mts.19).

Huolimatta kohuista ja aiheutuneesta vastarinnasta kasvisruoan saatavuus näyttää julkisissa ruokapalveluissa parantuneen. Maa- ja metsätalousministeriön julkisen sektorin ruokapalveluille suuntaaman kyselyn mukaan kasvisruoan tarjoaminen ruokalistoilla oli kaksikertaistunut vuoden takaisesta kyselystä (Ovaskainen 2018). Myös kaksi kolmasosaa kyselyyn vastanneista kertoi organisaationsa vähentäneen punaisen lihan käyttöä julkisessa ruokailussa ja reilut puolet lisänneen palkokasvien käyttöä. Tulokset viittaavat mahdollisesti siis siihen, että ruokapalvelut ovat lähteneet muuttamaan tarjontaansa tammikuussa 2017 julkaistun kouluruokailusuositusten osoittamaan suuntaan.

3 Hyvä ruoka on aina kompromissi

Tutkielmani nojaa hollantilaisen terveyden ja hyvinvoinnin tutkija Annemarie Molin tutkimuksiin ruokakäytäntöjen kompleksisuudesta. Syömiseen ja ruokaan liitetään lukuisia tavoiteltavia, vaalittavia ja toivottava ominaisuuksia, joiden väliset suhteet näyttäytyvät huomattavan monimutkaisina (Mol 2010; Heuts & Mol 2013). Näistä ominaisuuksista Mol käyttää termiä 'goods', jonka olen suomentanut sanalla ihanne. Edellisessä luvussa toin esiin, kuinka kouluruokailuun kohdistuu kirjavia ja kilpailevia odotuksia. Kouluruokailulta edellytetään niin terveellisyyttä, maistuvuutta, edullisuutta kuin vaihtelevuutta. Sen odotetaan toimivan opetustapahtumana mutta myös oppilaiden virkistäytymis- ja lepohetkenä. Toiveena on myös, että oppilaiden ääntä kuunnellaan ja heitä osallistetaan ruoan valmistukseen, mutta toisaalta ruoanlaiton on sujuttava hyvin niukoilla resursseilla.

Ruokakäytännöt ovat Molin tutkimuksissa olleet osa hänen laajempaa kiinnostuksen kohdettaan hoivaa. Tarkastellessaan ruokailun järjestämistä vanhusten hoivakodissa Mol havaitsi, että ruokapalveluhenkilökunnan työ oli jatkuvaa syömisen eri ihanteiden yhteensovittamista (2010). Tätä ajatusta olen soveltanut myös tässä työssä kouluruokailuun: ruokapalveluhenkilöstön arki näyttäytyy luovimisena lukuisten erilaisten vaatimusten ja toiveiden ristiaallokossa. Ruokapalvelut työskentelevät tavoitellakseen ruokahetkeä ja ruokaa, jota voimme luonnehtia hyväksi (Mol, Moser, Pols 2010, 12). Molin ajatusten soveltaminen kouluruokailuun on perusteltua myös siksi, että kouluruokailussa on eittämättä kyse institutionaalisesta hoivasta. Kouluruoan avulla lapsista ja nuorista pidetään huolta.

Ihanteet heijastavat sekä arvoja mutta myös erilaisia tapoja hahmottaa maailmaa (Mol ym. 2010, 13). Vanhusten hoivakodin arjessa risteili ihanteita ruoan turvallisuudesta ravitsemukselliseen laatuun, viihtyisyyteen ja valinnan vapauteen. Ruokailun ihanteet eivät ole yhteismitallisia, vaan ne myös määrittävät eri asioita: yksi raaka-aineita, toinen ateriala, kolmas ruokalajia, neljäs keittiötä, viides ruokailutilannetta ja niin edelleen. Näin ollen Molin keskeisenä näkemyksenä on, että ihanteet elävät ruokakäytännöissä sopusoinnussa vain harvoin. Useimmiten ne asettuvat toisiaan vastaan aiheuttaen jännitteitä ja ristiriitoja (Mol 2010, 216).

Tosielämässä terveellisin on harvoin maukkainta, eikä monipuolinen ruoka ole välttämättä edullista. Jotta kouluruokailun järjestäminen ylipäätään onnistuisi, ruokapalveluhenkilöstö joutuu mukautumaan, joustamaan ja tekemään myönnytyksiä. Jokin ihanne asetetaan toisen edelle, ja toisiaan vastaan asettuvien ihanteiden välillä haetaan tasapainoa. Tätä ihanteiden yhteensovittamista ja arkista ongelman ratkaisua Mol kutsuu rukkaamiseksi, englanniksi sanalla tinkering (Mol 2010, 227; Mol ym. 2010, 13). Hyvä ruoka on näin aina kompromissi (Heuts & Mol 2013). Rukkaamisella ei kuitenkaan viitata kompromissin hakemiseen niinkään sanallisena neuvottelemisena vaan kyse on enemmän käytännön tekemisestä, tarkkaavaisesta asioiden kokeilusta ja järjestelystä (Mol ym. 2010, 13).

Tinkering-termi etsii vielä vakiintunutta suomenkielistä vastinetta, joten rukkaamisen sijaan voisi puhua myös rassaamisesta, työstämisestä tai korjailusta (Kaljonen ym. 2018c, 34; Koskinen, Mattila, Mesiranta & Närvänen 2018, 20). Tässä tutkielmassa viitataan termiin puhumalla ratkaisurytyksistä. Koskinen kollegoineen (2018, 20) luonnehtii rukkaamista konkreettiseksi, käytännölliseksi tekemiseksi sekä luoviksi korjaustoimenpiteiksi. Kielitoimiston sanakirjan mukaan (2018) rukkaaminen tarkoittaa parantelua, korjaamista ja säätämistä. Rukatessa käytäntöä muokataan yrityksen ja erehdyksen kautta (Mol 2008, 18).

Mol on taustaltaan filosofi, ja hänen ajatuksensa ponnistavat pragmatismista. Pragmatismi on filosofian suuntaus, jonka mukaan toiminnallisilla vaikutuksilla on keskeinen rooli tiedon ja uskomusten hankinnassa ja toisaalta niiden pätevyuden arvioinnissa (Tieteen termipankki 2019). Pragmatismissa painotetaan käytännön merkitystä ja tarkastellaan ihmistä toimivana olentona, joka kiinnittyy todellisuuteen toimintansa ja käytäntöjensä kautta (Kilpinen, Kivinen & Pihlström 2008, 7).

Pragmatismissa keskeistä on kaikkialle ulottuvan inhimillisen erehtyväisyyden korostaminen (Pihlström 2007). Myös Mol painottaa, että hoivakäytännöissä epäonnistumisen mahdollisuus on läsnä kaiken aikaa (Mol ym. 2010, 13). Tämä tulee elämänmakuisesti esiin Koskisen ja kollegoiden (2018, 20–22) tutkimuksessa, jossa he tarkastelevat kotitalouksien hävikin välttämistä rukkaamalla ja Molin ajatteluun nojaten hoivana: vaikka yhtenä hetkenä kodin ruoat onnistuttaisiin pitämään syömäkelpoisena, voi seuraavana hetkenä kaapinperältä löytyvä sitruuna olla pilaantunut ja muuttunut hävikiksi. Saavutettu tasapaino on epävakaa ja hetkellistä.

Eloperäisenä materiaalina ruoka on ailahteleva ja toisinaan arvaamaton hoivan kohde (Koskinen ym. 2018, 21). Ruoan ohella kouluruokailuhenkilöstön hoivattavina ovat oppilaat, joiden toiminta ei sekään ole aina ennakoitavaa tai ruokapalveluhenkilöstön hallittavissa. Lapset ja nuoret eivät usein toimi niin kuin ruokapalveluhenkilöstö toivoisi. Mol kollegoineen (2010, 14) korostaakin, että epäonnistumiset eivät merkitse huonoa hoivaa. Pikemminkin epäonnistumiset kuuluvat hoivan perusuonteeseen: vaikka jokin menisi vikaan, yritetään uudelleen, yritetään eri tavalla ja muutosta havainnoidaan herkällä korvalla.

Maailma on kompleksinen paikka, josta ristiriitaisuudet ja ambivalentit yksityiskohdat eivät koskaan poistu (Mol ym. 2010, 13). Myöskään ihanteiden synnyttämistä jännitteistä emme koskaan pääse eroon, joten on vain sopeuduttava ympärillä olevan todellisuuden kitkaisuuteen. Vaikka ihanteiden yhteensopimattomuus aiheuttaa arjessa päänvaivaa, ja voi joskus tuskastuttaakin, juuri ihanteiden jännitteisyydelle herkistymisessä piilee muutosvoima. Kun havaitsemme ja tunnistamme ristiriitoja, joita ihanteiden yhteensovittaminen tuottaa, voimme vaikuttaa käytännön ratkaisujen etsimiseen. Voimme siis rukata käytäntöä parempaan suuntaan (Kaljonen ym. 2019, 367; Kaljonen ym. 2018c, 34; Mol 2010, 227).

Koska Mol ei itse määritä tutkimuksessaan käytäntöä, niin lainaan käytännön määritelmän eri tutkimusperinteestä, innovaatio-, tiede- ja teknologiatutkimuksesta ammentavasta käytäntöjen teoriasta (Shove, Pantzar & Watson 2012, 12). Käytetyimmän määritelmän mukaan käytännöt ovat rutinoituneita käyttäytymismalleja, jotka koostuvat useista toisistaan erottamattomista elementeistä, kuten ruumiillisista ja henkisistä toiminnoista, tavaroista ja niiden käytöstä, taustatiedoista, tietotaidoista, tunnetiloista sekä tietoisuudesta. Käytäntö muodostaa kokonaisuuden, jonka olemassaolo riippuu näiden elementtien olemassaolosta ja niiden yhdistymisestä toisiinsa (Reckwitz 2002, 249–250).

Kouluruokailun määritän käytäntöjen kimpuksi (Shove, Pantzar, Watson 2012, 81–87). Kouluruokailu on muun muassa ruoanvalmistuksen, ruoan kuljetuksen, tarjoilun ja syömisen kokonaisuus; kimppu toisiinsa tiiviisti vaikutussuhteessa olevia käytäntöjä. Kasvisruokailun edistämisessä tai toisin sanoen kasvisruoan aseman parantamisessa on kyse sekä uuden käytännön, vapaavalintaisen kasvisruokailun, tuomisesta kouluruokailun vanhojen käytäntöjen joukkoon mutta myös vanhojen

käytäntöjen, kuten ruoan tarjoilun käytännön, muuttumisesta kasvis-painotteisemmaksi.

Kasvisruoan muuttaminen vapaavalintaiseksi luo tilaisuuden tarkastella ruokapalveluhenkilöstön ihanteiden yhteensovittamisen ratkaisuyrityksiä eli rukkaamista. Kasvisruoan aseman parantaminen paljastaa vakiintuneet ihanteet mutta nostattaa myös ristiriitoja ihanteiden välille. Suuntaamalla katseen kasvisruokailun edistämisen nostattamiin ihanteiden jännitteisiin, pyrin osoittamaan kasvis-painotteisuuden edistämisen kannalta muutosta tukevia ja toisaalta hankaloittavia tilanteita ja toimija. Samalla kun ruokapalveluhenkilöstö edistää ruokailun muutosta ruokailijoille, se on myös muutos heille itselleen. Uusien kouluruokailusuositusten mukaisen vapaavalintaisen kasvisruoan käyttöönotto horjuttaa keittiöammattilaisten omia arkisia ja vakiintuneita käytäntöjä, joissa on totuttu tarjoamaan vain yhtä vaihtoehtoa kerrallaan ja jossa kasvisateriat on katsottu kuuluneeksi kasvisruokapäivään ja ymmärretty erityisruokavalioksi. Ruokapalveluhenkilöstö kohtaa väistämättä käytännön pulmia ja hakee kompromissiratkaisuja.

4 Tutkielman toteutus, aineisto ja menetelmät

Tutkielmani on luonteeltaan laadullista tutkimusta. Valitsin laadullisen tutkimuksen, sillä se antaa tilaa todellisuuden moninaisuudelle (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 1997, 157). Laadullisen tutkimusotteen avulla pyrin kuvaamaan, ymmärtämään sekä tekemään tulkintoja kouluruokailussa tapahtuvasta muutoksesta (Eskola & Suoranta 1998, 61). Laadullisen tutkimuksen lähtökohtana voidaan pitää todellisen elämän kuvaamista (Hirsjärvi ym. 1997, 157), minkä vuoksi se sopii kouluruokailun arkisten käytäntöjen tarkasteluun.

4.1 Tutkimustehtävä

Tutkimukseni tavoitteena on analysoida ja ymmärtää kasvisruoan sovittamista kouluruokailuun. Tutkin ruokalassa ja keittiössä tapahtuvaa muutosta ruokapalveluhenkilöstön näkökulmasta. Tutkimuskysymykseni ovat:

1 Miten kasvispainotteisuuden edistäminen kouluruokailussa vaatii sovittamaan kouluruokailun ihanteita uudelleen?

1.1 Mitä jännitteitä syntyy?

1.2 Miten ruokapalveluhenkilöstö etsii ratkaisuja syntyneisiin jännitteisiin?

1.3 Mikä muuttuu tai mitä ylläpidetään suhteessa nykyisiin käytäntöihin?

Vastaan näihin kysymyksiin analysoimalla kouluruokailuhenkilöstön yksilö- ja ryhmähaastatteluja. Kolmannen tutkimuskysymykseni avulla pohdin ja arvioin kouluruokailuhenkilöstön ratkaisuyritysten muutospotentiaalia: uusintaako ratkaisuyritys vain vanhaa vai voiko se mahdollistaa kouluruokailun käytäntöjen muuttumisen?

4.2 Kestävän kouluruokailun kokeilut

Tutkimukseni perustuu Suomen ympäristökeskuksen Kestävän kouluruokailun kokeilut -hankkeeseen, jossa toimin tutkimusavustajana syksyllä 2017. Kokeiluissa keskityimme erityisesti osallistamaan ja tutkimaan peruskoulun oppilaita (Kaljonen ym. 2018c, 36). Oma tutkimukseni taas syventää ymmärrystä keittiöiden käytännöistä osana laajempaa tutkimusta. Kestävän kouluruokailun kokeilut -hanke on osa Suomen ympäristökeskuksen, Kuluttajatutkimuskeskuksen ja Tampereen yliopiston yhteistä

Politiikka, käytännöt ja kestävä ruokavalion muutospotentiaali -konsortiota (Poprasus).³

Kestävä kouluruokailun kokeiluihin osallistui 8000 asukkaan Asikkalan kunta Päijät-Hämeestä, 12 000 asukkaan Liperi Pohjois-Karjalasta ja 139 000 asukkaan maakuntakeskus Jyväskylä Keski-Suomesta. Näin mukaan valikoitui kaksi pientä ja yksi suuri kunta, jotka edustavat sekä maaseutu- että kaupunkiympäristöä ja sijaitsivat eri puolilla Suomea. Kunnat lähtivät hankkeeseen mukaan vapaaehtoisesti, ja kaikkien intressinä oli kehittää kouluruokailua. Hankkeeseen kokeilukouluksi valittiin kustakin kunnasta yksi koulu. Asikkalassa kokeilut tehtiin Vääksyn yhteiskoululla, Jyväskylässä Mankolan yhtenäiskoululla ja Liperissä Liperin koululla. Olen koonnut tutkimuksen kannalta keskeisiä taustatietoja taulukkoon 1.

TAULUKKO 1. Kokeilukuntien taustatietoja

	Asikkala	Liperi	Jyväskylä
Asukasluku	8 000	12 000	139 000
Kunnan ruokapalvelu-organisaatio	Asikkalan tukipalvelut	Liperin ruokapalvelut	Kylän Kattaus
Kokeilukoulu	Vääksyn yhteiskoulu	Liperin koulu	Mankolan yhtenäiskoulu
Kokeilukoulun tyyppi	Yläkoulu ja lukio	Ala- ja yläkoulu, esikoulu	Ala- ja yläkoulu
Oppilasmäärä	530	525	630
Koulun keittiötyyppi	Keskuskeittiö	Keskuskeittiö	Palvelukeittiö
Koulun keittiön henkilökunta	4,5*	4	3

*Neljä täyspäiväistä työntekijää ja yksi puolipäiväisesti keittiössä työskentelevä työntekijä

³ Poprasus-hanke tutkii, millaisen sisällön ympäristö- ja ruokapolitiikan uusi normatiivinen tavoite, kestävien elintapojen ja kuluttamisen edistäminen, on saanut osana ympäristö- ja ruokapolitiikkaa sekä miten tätä tavoitetta sovelletaan. Ks. lisää www.sustainablediets.fi

Kokeilut toteutettiin yhteistyössä hankkeeseen mukaan lähteneiden kuntien, ruokapalvelujen ja kokeilupaikaksi valikoituneiden koulujen kanssa. Hankkeen myötä kasvisruoan asemaa parannettiin kokeilukouluissa muuttamalla se vapaavalintaiseksi kaikille oppilaille ja sijoittamalla se uudelle paikalle ruokalassa. Liperissä muutos tapahtui heti lukuvuoden alussa viikolla 35, Asikkalassa ympäristöteemaviikon yhteydessä viikolla 38 ja Jyväskylässä niin ikään Ympäristö ja ruoka -teemaviikon aikana, viikolla 46. Kokeiluja oli suunniteltu yhdessä, mutta kuntien ruokapalvelut päättivät lopulta itse, miten ne muutokset kouluissa toteuttivat.

Kestävän kouluruokailun kokeilut eivät rajoittuneet vain vapaavalintaisen kasvisruoan käyttöönottoon, vaan hankkeen aikana tehtiin myös muita interventioita. Kasvisruoan tarjoamisen aloittamisen jälkeen tutkimme oppilaiden ensireaktioita kasvisruokaan ruokalassa ovensuukyselyiden avulla. Ruokapalvelut myös raportoivat säännöllisesti kasvisruoan menekkitietoja. Asikkalassa ja Liperissä järjestimme makuraadin, jossa yläkoululaiset pääsivät maistamaan kasvi- ja hyönteisproteiineja sekä oppimaan eri proteiininlähteiden ympäristövaikutuksista (Kaljonen, Peltola & Kettunen, painossa). Jyväskylässä järjestettiin uskallusviikko, jossa alakoululaiset keräsivät tarroja kasvisruokaa maistamalla. Jyväskylässä ja Liperissä yläkoululaiset suunnittelivat oppitunnilla kouluruoan kriteerit täyttäviä Meidän Menu -ruokalistoja, joita kunnan ruokapalvelujen työntekijät olivat mukana kommentoimassa (Kaljonen, Furman, Kettunen, Peltola & Salo 2018a). Kokeiluvaihe oli kokonaisuudessaan intensiivinen.

Hankkeeseen osallistuneilla kunnilla oli jaettu kiinnostus kouluruokailun kehittämiseen. Muuten kunnat ja kokeilukoulut ovat keskenään melko erilaisia. Vääksyn yhteiskoulu sijaitsee Asikkalan kunnan keskustaa-ajamassa Vääksyssä, ja se identifioituu vahvasti *maalaiskouluksi*. Asikkalan kouluruokailuhenkilöstö luonnehti kuntaa *kasvisvastaiseksi*, minkä taustalla oli vuosituhaten alun epäonninen yritys lisätä kasvisten kulutusta pilkkomalla niitä keittojen, laatikkoruokien ja kastikkeiden sekaan. Toiminta oli herättänyt oppilaissa vastarintaa ja aiheuttanut kielteistä julkisuutta paikallislehdissä (kuviokuva 2). Vuosina 2014—2015 Asikkalan ruokapalvelut oli myös joutunut leikkausten kohteeksi, minkä seurauksena esimerkiksi joidenkin kalliiden raaka-aineiden käytöstä oli luovuttu. Säästöpainet heijastuivat keittiön arkeen yhä.



KUVIO 2. Pilapiirros Etelä-Suomen Sanomissa

Liperi on viime vuosina edistänyt lähiruoan käyttöä kunnallisissa ruokapalveluissa, ja kunnan ruokapalvelupäällikkö oli ottanut aktiivisen roolin alueellisessa hankintatyöryhmässä. Lähiruoalle oli korvamerkitty rahaa, ja lähituottajien tuotteita oli nostettu näkyviin ruokalistoille. Kokeilujen aikana Liperin koululla oli käynnissä sisäilmaremontti, jonka vuoksi ruokalan tilat olivat myös opetuskäytössä. Jyväskylästä hankkeeseen mukaan valikoitui Mankolan yhtenäiskoulu, joka sijaitsee sosio-ekonomisesti varakkaan ja kouluttautuneiden asuinalueen vieressä. Sen oppilasmäärä on ollut jatkuvassa kasvussa. Koulu oli tunnettu kasvihuoneesta ja pienestä puutarhasta, jossa oppilaat kasvattavat yrtejä ja muuta pientä syötävää.

Kokeilukouluissa ruoan valmistus on järjestetty eri tavoin. Asikkalassa ja Liperissä ruoka valmistetaan koulun omassa keittiössä. Ruokaa myös toimitetaan keittiöstä muutamaa muuhun toimipisteeseen. Sen sijaan Jyväskylässä ruoan valmistaminen on keskitetympää. Kuusi suurta keskuskeittiötä valmistavat ja toimittavat kaikki Kylän Kattauksen tarjoamat ateriat. Mankolan yhteiskouluun ruoka toimitetaan keskuskeittiöstä, jossa valmistetaan yli 6000 ruoka-annosta päivässä. Mankolan yhtenäiskoulun palvelukeittiö viimeistelee ja lämmittää puolivalmiina tai valmiina toimitetun ruoan. Lisäkkeet ja salaattit valmistetaan koulun palvelukeittiössä.

Jyväskylässä ruoanvalmistuksen keskittäminen tuo säästöjä. Opetushallituksen (2018) mukaan koululounasannoksen kustannukset yhtä oppilasta kohti ovat Jyväskylässä 1,90 euroa, kun ne Liperissä ovat 3,49 euroa ja Asikkalassa 2,91 euroa päivässä. Jyväskylän kouluruoan laskennallinen hinta oppilasta kohti oli vuonna 2018 Suomen neljänneksi alhaisin (mt.). Kustannusten kannalta sillä on suurena toimijana mittakaavaetua. Lisäksi kahteen pienempään kuntaan verrattuna Kylän Kattauksessa työnjako on huomattavasti eriytyneempää. Tuotekehitykseen on omat resurssit ja siitä vastaavat työntekijät. Siellä toimiva kasvisruokareseptiikka nähtiin liikesalaisuutena ja kilpailuetuna kasvukeskuksen kiristyvillä ruokapalvelumarkkinoilla. Liperissä ja Vääksyssä tuotekehitystä tehdään muun työn ohessa.

Kuntien lähtökohdat kasvisruokailun kehittämiseen olivat hankkeen alussa erilaiset, ja ne olivat kehitystyössä eri vaiheissa. Kaikissa kunnissa kasvisruokaa oli tarjottu erityisruokavaliona kasvisruokailijaksi ilmoittautuneille ruokailijoille, joten aivan uusi asia kasvisruoan valmistaminen ei kokeilukuntien ruokapalveluille ollut. Myös viikoittainen kasvisruokapäivä oli ollut käytössä kaikissa kokeilukouluissa jo usean vuoden ajan. Koska kasvisruoka oli luettu erityisruokavalioksi siinä missä keliakian tai allergioiden aiheuttamat erityisruokavaliot, keittiöiden työnjaossa kasvisruoan valmistaminen kuului erityisruokavaliosta huolehtivan dieetikokin vastuulle.

Jyväskylässä kasvisruokailun eteen oli työskennelty jo vuosien ajan. Siellä viikoittainen kasvisruokapäivä oli otettu käyttöön ensimmäisten suomalaiskuntien joukossa jo vuonna 2007 vihreiden kaupunginvaltuustossa tekemän aloitteen myötä. Kasvisruokareseptiikkaa oli kehitetty aktiivisesti siitä lähtien. Niinpä Kylän Kattaus oli törmännyt kasvisruokailun kehittämisen tuottamiin jännitteisiin huomattavasti aikaisemmin kuin Liperin ja Asikkalan ruokapalvelut, ja sen henkilöstö osasi myös sanoittaa kasvisruokailun aiheuttamia kipukohtia tarkimmin.

Myös Asikkalassa kasvisruokailun saralla oli ehditty toimia ennen kouluruokakokeilujen alkua. Asikkalassa ruokapalvelupäällikkö oli päättänyt, että kasvisruokailun kehitystyö aloitettiin keittiöstä käsin, henkilökunnan lisäkoulutautumisella *ennen kuin muutosta huomaisi asiakkaiden lautasilla*. Niinpä kaksitoista kunnan ruokapalvelujen työntekijää olivat päivittäneet osaamistaan oppisopimuskoulutuksessa, jossa tuotekehitys oli kaikille yhteisenä osana. Koulutuksen aikana ruokapalveluammattilaiset olivat kehittäneet parikymmentä uutta

kasvisruokareseptiä, ja osa koulutettavista pätevöityi dieettikokeiksi. Liperissä kasvisruokailun kehittäminen alkoi hankkeen myötä, eikä suuria ponnisteluja kasvisruoan eteen ollut ennen kokeilujen alkua vielä tehty.

4.3 Aineisto ja menetelmät

Aineistoni koostuu kolmesta ryhmä- ja kahdeksasta yksilöhaastattelusta. Haastattelu sopii aineistonkeruumenetelmäksi silloin, kun tutkimuksen kohteena on vähän kartoitettu alue, aihe tuottaa moniin suuntiin viittaavia vastauksia ja saatavia tietoja halutaan tarvittaessa syventää (Hirsjärvi & Hurme 2008, 35). Sekä ryhmä- että yksilöhaastattelut olivat luonteeltaan temahaastatteluja, jossa tema-alueet oli määrätty etukäteen, mutta niiden laajuus ja järjestys haastattelusta toiseen vaihtelivat (Eskola & Suoranta 1998, 87). Valitsin temahaastattelut, jotta tutkittavien ääni pääsee kuuluviin (Hirsjärvi & Hurme 2008, 47–48).

Ryhmähaastattelut

Ryhmähaastattelut järjestettiin loppuvuodesta 2016 ja keväällä 2017. Tutkimusryhmä oli kerännyt ja litteroinut ryhmähaastattelut hankkeen alussa, ennen kuin tulin siihen mukaan. Nämä haastattelut olivat luonteeltaan taustoittavia. Ne toimivat apuna tutkimuskohteeseeni perehtymisessä. Lisäksi ne toimivat tukena yksilöhaastatteluihin valmistautumisessa. Ryhmähaastatteluja tehtiin yksi jokaisesta kunnasta, ja niihin osallistui kokeilukuntien opetus- ja ruokapalveluiden henkilökuntaa. Paikalle oli kutsuttu kunnan ruokapalvelupäällikkö, keittiöiden esimiehiä, ruokapalveluiden muita työntekijöitä, kotitalousopettajia sekä rehtori. Asikkalassa haastattelussa oli yhdeksän osallistujaa, Liperissä seitsemän ja Jyväskylässä kahdeksan. Kaikki osallistujat olivat naisia.

Ryhmähaastattelut keskittyivät jo olemassa oleviin käytäntöihin ja tulevien kokeilujen suunnitteluun. Ryhmähaastatteluissa keskusteltiin vapaamuotoisesti kouluruokailun aikaisemmista vaiheista kunnassa: miten kouluissa tarjottava ruoka oli vuosien varrella muuttunut sekä mitä kasvisruoan eteen oli jo tehty. Ryhmähaastattelujen aikana tutkijat myös hahmottelivat haastateltavien kertoman perusteella aikajanaa tapahtuneista muutoksista fläppitaululle. Haastattelut eivät siis keskittyneet ainoastaan kasvisruokailuun tai kasvisten käyttöön, vaan niissä keskusteltiin laajemmin

kouluruokailussa tapahtuneista muutoksista, avainhenkilöiden kokemuksista sekä kouluruokailun haasteista ja kehitystarpeista.

Yksilöhaastattelut

Yksilöhaastattelut keräsin syksyllä 2017. Haastattelut järjestettiin kaikissa kolmessa kunnassa juuri kasvisruoan aseman parantamisen jälkeen. Pysin hyödyntämän haastatteluissa ryhmähaastattelujen tarjoamia pohjatietoja ja syventämään ymmärrystä kouluruokailuhenkilöstön työstä (Eskola ja Suoranta 1998, 69). Lähtökohtanani oli haastatella kaikista hankkeessa mukana olleista kunnista kouluruokailun tuottamisesta vastaavaa ruokapalvelupäällikköä, kasvisruoan valmistamisesta vastaavaa kokkia sekä kokeiluissa mukana olleen koulun keittiön esimiestä. Liperissä sama henkilö vastasi sekä kasvisruoan valmistamisesta että toimi keittiön esimiehenä, jonka vuoksi haastateltavien määrä oli lopulta kahdeksan.

Keittiöammattilaisten nimikkeissä oli kuntakohtaista vaihtelua, mutta selvyiden vuoksi tässä työssä kutsun kaikkia haastattelemiani kasvisruoasta vastaavia kokkeja dieetikokeiksi, koulun keittiön esimiehinä toimivia henkilöitä keittiön esimieheksi ja kouluruokailun tuottamisesta kunnassa vastaavia henkilöitä ruokapalvelupäälliköiksi. Jyväskylän ja Asikkalan ruokapalvelupäälliköiden toimenkuviin kuului myös muita tehtäviä. Jyväskylässä ruokapalvelupäällikön vastuulla oli ruokapalvelujen ympäristöasiat ja Asikkalassa kiinteistönhuolto ja siivouspalvelut.

Haastattelut järjestettiin kouluruokailuhenkilökunnan omassa työympäristössä koulun ruokalassa tai keittiössä. Aluksi keskustelimme yleisellä tasolla siitä, millaista on hyvä kouluruoka ja mikä haastateltavien työtä ohjaa. Tämän jälkeen keskustelu siirtyi vapaavalintaisen kasvisruoan tuomiseen ruokailuun: mitä se oli vaatinut, mikä oli muuttunut ja millaisia reaktioita kasvisruoka oli aiheuttanut. Äänitin haastattelut nauhurilla yhtä haastattelua lukuun ottamatta, sillä yksi haasteltavista ei halunnut haastattelua nauhalle. Tämän haastattelun olen taltioinut kohtuullisen kattavin, haastattelun aikana kirjoittamien muistiinpanojen avulla. Haastattelujen kesto vaihteli 33 minuutin ja 66 minuutin välillä. Keskustelun tukena minulla oli mukana kokeilukoulujen ruokalistat haastatteluajankohdalta (liite 3).

Myös kaikki yksilöhaastatteluihin osallistujat olivat naisia, mikä kuvastaa ammattikunnan naisvaltaisuutta. Kaikilla oli useiden vuosien kokemus ruokapalvelu-

alalta ja kouluruokailusta. Haasteltavilla oli hieman erilainen suhde kokeilukoulujen arkeen: keittiöiden esimiehet ja dieetikokit työskentelivät koulujen yhteydessä, kun taas ruokapalvelupäälliköiden työpisteet sijaitsivat kauempana kouluista. Toimiminen etäämmällä koulujen arjesta näkyi siinä, että ruokapalvelupäälliköt olivat taipuvaisempia puhumaan syöjistä asiakkaina, kun taas kouluilla työskentelevät kutsuivat syöjiä oppilaiksi tai koululaisiksi. Asiakkaalla saatettiin asiayhteydestä riippuen viitata myös kouluun.

Analyysi

Olen edennyt analyysissäni aineistolähtöisesti, jolloin teoria rakennetaan empiirisestä aineistosta käsin. Aineistolähtöinen analyysi on perusteltua silloin, kun ilmiöstä halutaan tuottaa perustietoa (Eskola & Suoranta 1998, 19). Ruokapalveluhenkilöstön työtä on aiemmin tutkittu vain vähän. Aineistoni oli rikas ja polveileva, joten sitä olisi voinut lähestyä lukuisin eri tavoin. Jäsentelinkin aineistoa kokonaisuuksiksi monella tavalla ennen kuin analyysi alkoi yrityksen ja erehdyksen kautta saada lopullisen muotonsa.

Aineiston käsittelyn aloitin litteroimalla yksilöhaastattelujen nauhat ja lukemalla läpi jo puhtaaksikirjoitetut ryhmähaastattelulitteraatit. Analyysissä luokittelin aluksi kouluruokailun ihanteita, sillä kouluruokailun järjestämisen *periaatteet, tekemisen lähtökohdat, tavoitteet ja toiveet* tuntuivat nousevat aineistosta vahvasti esiin. Hirsjärven ja Hurmeen mukaan (2015, 147) luokittelu luo kehyksen, jonka varassa haastatteluaineistoa voidaan myöhemmin tulkita, yksinkertaistaa ja tiivistää. Luokat voidaan ymmärtää käsitteellisiksi työkaluiksi, joiden avulla voidaan nimetä aineistomassasta keskeiset ja tärkeät piirteet (mt.).

Luokittelussa apuna käytin N-Vivo -laadullisen aineiston analyysiohjelman. Teoria salli väljyyden ihanteiden eli luokkien määrittelyssä: ihanteet eivät ole reaali-maailmassa yhteismitallisia, vaan enemmänkin poukkoilevia ja ruokailun ja ruoan-laiton erilaisia ulottuvuuksia määrittäviä (Mol 2010, 216). Ihanteiden luokittelun jälkeen suuntasin huomioni aineistossa sellaisiin kohtiin, joissa kasvisruokailun edistäminen aiheutti ihanteiden välillä jännitteitä. Tässä vaiheessa jätin tarkastelusta pois sellaiset ihanteet, jotka olivat kasvisruokailun edistämisen suhteen epäolennaisia tai neutraaleja. Näin olleen ihanteita jäi jäljelle yhdeksän, ja jännitteitä paljastui

yhteensä kuusi erilaista. Tulokappaleen tarinan rakensin näistä jännitteistä käsin. Tekemieni päätelmien tukena olen käyttänyt tekstissäni haastateltavien sitaatteja, jotka olen merkinnyt tekstiin kursiivilla.

Aineiston analyysimenetelmänä käyttämäni luokittelun haasteena oli se, kuinka laajaksi tai suppeaksi yhden ihanteen eli luokan määritteli. Esimerkiksi kasvispainotteinen syöminen pääsääntöisesti rinnastui haastateltavien puheessa terveellisyyteen ja ekologisuuteen. Aineisto paljasti myös kohtia, joissa kasvisruokailua oli mahdollista edistää terveellisyyden ja ekologisuuden kustannuksella. Samanlainen ristiriitaisuus oli havaittavissa myös ekologisuuden ja hävikin minimoinnin välillä, sillä kasvispainotteisuuden edistäminen liitettiin haastatteluissa ekologisuuden edistämiseksi mutta olikin ristiriidassa hävikin minimoinnin kanssa. Epäsuhtauden välttääkseni määrittelin kasvispainotteisuuden, ekologisuuden ja hävikin minimoinnin lopulta omiksi ihanteikseen. Kouluruokailun ihanteet määrittyivät lopulta seuraaviin luokkiin:

- 1 Kasvispainotteisuus
- 2 Terveellisyys
- 3 Ekologisuus
- 4 Ruoan alkuperän huomioiminen
- 5 Kaikki syö
- 6 Kasvattavuus
- 7 Itsetekeminen
- 8 Sujuvuus
- 9 Hävikin minimointi

5 Vapaavalintaisen kasvisruokailun ensihetkinä jännitteet paljastuvat

Tässä luvussa kuvaan, miten ruokapalveluhenkilöstö rukkasi kouluruokailun käytäntöjä, kun kasvisruoan asemaa kouluissa parannettiin uudistuneiden kouluruokailusuositusten mukaisesti. Tarkastelen jokaista kasvisruokailun edistämisen nostattamaa jännitettä omassa alaluvussaan. Kuitenkin ennen kuin lähdän liikkeelle jännitteiden käsittelyssä, aloitan luvun kuvaamalla kasvisruokien tuotekehitystä, sillä reseptiikan kehitystyö ja siihen läheisesti liittyvä ruokalistasuunnittelu olivat kohtia, joissa useat ihanteiden väliset jännitteet ilmenivät.

5.1 Liikkeelle reseptejä kehittämällä

Reseptiikan kehitystyö oli kaikissa kunnissa ruokapalveluhenkilöstön ensimmäinen askel vapaavalintaisen kasvisruoan sovittamisessa kouluruokailun käytäntöihin. Vapaavalintaisen kasvisruoan tarjoamispäätöksen myötä ruokapalveluhenkilöstön täytyi kehittää ammattikeittiön tarpeisiin sopivaa reseptiikkaa. Ruokapalvelut operoivat kuuden viikon ruokalistoissa, jolloin vapaavalintaisen kasvisruoan tuominen toiseksi pääruoaksi vaati ruokalistan täydentämistä kahdellakymmenelläneljällä kasvispääruoalla.

Ennen vapaavalintaisen kasvisruoan käyttöönottoa erityisruokavaliona tarjottu kasvisruoka oli usein valmistettu soveltaen, ilman reseptejä. Yksi haastateltava kuvasi aiempaa kasvisruoan valmistustapaa keittiössä *hakuammunnaksi*. Asikkalan keittiön esimies kuvasi uutta tilannetta näin:

Silloin kun meille tuli tää erillinen linjasto ja aloitettiin tämä projekti, niin sehän ei ihan ollu uusi asia, kun meillä jonkin verran oli ollu jo niitä terveydenhoitajan todistuksella kasvisruokailijoita. [...] Ja no sitten ennenhän ne [kasvisruoat] tehtiin ihan periaattessa.. ei ollu mitään reseptiä. Se vaan muunneltiin siitä päivän normaalista pääruoasta, mutta nyt sitten kun nämä meidän naiset kävi sitä dieetikokkia oppisopimuksella niin siinä sitten tehtiin niitä ohjeita. [Keittiön esimies, Asikkala]

Ennen kehittämistoimiin ryhtymistä koulujen ruokalistoilla olleita lihattomia pääruokia olivat entuudestaan erilaiset puurot sekä kasviskeitot kuten pinaatti- ja perunavellit:

Se ongelma oli alussa se että.. ne oli melkein keittoja. Siellä oli ne tietyt keitot, joista oli resepti olemassa. Mut kun ei ollu sit sellasta tukevampaa kasvisruokareseptiikkaa niin sitte lähettiin niitä, tekemään. Ja sitten kun niitä saatiin niin se vähän helpotti. [Ryhmähaastattelu, Jyväskylä]

Kasvisruokareseptien kehittäminen vaatii keittiöiltä paljon aikaa ja vaivaa. Jokainen uusi resepti on keittiöille iso ponnistus. Erityisesti pienissä kunnissa, joissa tuotekehitys tehtiin muun työn ohella, kehitystyö näyttäytyi henkilöstölle ylimääräisenä kuormana. Asikkalan dieetikokki kuvasi tilannetta näin:

Työaika on aina rajallinen vaikka kuinka haluis kehittää ja keksiä jotain uutta, niin siinä työnajassa joka meillä on.. Meidän työaika on kuitenkin aika tiukasti aikataulutettu jo, niin se on aika haastavaa kehittää uusia reseptejä työajan puitteissa. Sille pitäis antaa sitten ihan oma aikansa. Kyllä se tuo lisää työtä. Työaikaa ei oo tullu yhtään lisää. [Dieetikokki, Asikkala]

Reseptien kehitystyön helpottamiseksi ja ruokapalveluhenkilöstön kasvisruokaosaamisen vahvistamiseksi Asikkalan ruokapalvelut oli saanut kunnalta korvamerkittyä rahaa henkilöstön lisäkoulutautumiseen. Koulutus oli tarjonnut mahdollisuuden kehittää reseptejä yhdessä ja kouluttajan ohjauksessa.

Liperissä keittiön esimies sai yksin tehtäväkseen koota kasvisruokat ruokalistalle nopealla aikataululla. Keittiön työnjakoa muutettiin niin, että erityisruokavaliot siirrettiin keittiön esimieheltä kokin työtehtäviin. Näin kasvisruoka ja erityisruokavaliot eriytyivät toisistaan keittiön työnjaossa. Muutos tehtävänkuvassa toi esimiehen työhön uuden puolen, ja kasvisruokailun kehittäminen tarjosi mahdollisuuden ammatilliseen kehittymiseen. Haastatteluhetkellä esimies oli innostunut uusista työtehtävistä, vaikka aluksi oli suhtautunut kasvisruokailun kehittämisprojektiin varautuneesti. Jyväskylässä tuotekehitys oli huomattavasti pieniä kuntia organisoidumpaa ja resursoidumpaa. Keskuskeittiössä työskennelleen dieetikokin työajasta suuri osa oli jyvitetty reseptien kehitystyölle.

Reseptin kehityksessä edettiin sekä innovoimalla aivan uusia reseptejä että rukkaamalla sekaruokaresepteistä kasvisruokaversioita proteiinilähdettä vaihtamalla. Haastateltavat kertoivat, että uudet reseptit pyrittiin nimeämään mahdollisimman herkullisilla ja ruokahalua herättävillä nimillä. Ideoita ja vinkkejä resepteihin saatiin

muun muassa aikakauslehdistä ja tavarantoimittajien esitteistä. Asikkalan ruokapalvelupäällikkö kuvasi kehitystyötä näin:

Mehän lähettiin tuotekehityksessä tekemään sitä, että meidän normaaleista, jo lasten tykkäämistä ruoista saatais mahdollisimman saman näköinen mutta kasvisversio. Mutta sitten huomattiinkin että tota se ei riitä, että pitää olla sitten ihan niitä varsinaisia kasvisruokia, niin lähettiin niitäkin tekee. [Ruokapalvelupäällikkö, Asikkala]

Sekaruokareseptien replikointi oli keittiöissä käytännöllinen ja nopea ratkaisu saada ruokalistalle syötävää. Niinpä aurinkoinen kalkkunakeitto rukattiin aurinkoiseksi kasviskeitoksi, itämainen kalkkunakastike taipui itämaiseksi quornkastikkeeksi ja jauheliha-perunasosevuoa rinnalle saatiin soija-perunasosevuoka (ks. liite 3).

Haastateltavat toivat esiin, että reseptien olemassaolo vakiinnutti kasvisruoan asemaa keittiöissä. Vaikka reseptinkehitys oli työlästä, haastattelemani ruokapalveluhenkilöstö koki valmiiden reseptien sujuvoittaneen ruoanlaittamista. Asikkalassa myös valmistettavien erityisruokavalioiden määrä väheni, kun esimerkiksi kalapäivinä kala-allergisille voitiin tarjota vapaavalintaista kasvisruokaa.

5.2 Kasvisruokaa tuttuun turvautuen vai uutta opetellen?

Keittiöissä ruokapalveluhenkilöstön tarkkaavaisuus kiinnittyi kasvisruoan proteiininlähteisiin. Haastatteluissa proteiinin riittävydestä puhuttiin paljon. Ruokapalveluiden kasvisruoissa käyttämiä proteiininlähteitä olivat muun muassa kananmuna, pavut, soijarouhe sekä maitotuotteet. Haastateltavat halusivat vakuuttaa, että kasvisruoat olivat proteiini- ja energiamääriltään riittäviä ja yhtäläisiä sekaruokaan nähden. Ruokapalveluhenkilöstö toi esiin, että erityisesti yläkoulun pojat eivät pitäneet kasvisruokaa tarpeeksi täyttävänä.

Huomion kiinnittymisen proteiinin riittävyteen oli ymmärrettävä kasvisruokailun aikaisempaa taustaa vasten: Aiempina vuosikymmeninä kasvisruokaa oli koulu-ruokailussa saatettu todella valmistaa lisäämättä mitään poisjätetyn proteiinin tilalle. *Liha jätettiin pois ja se oli siinä*, kuvasi eräs Jyväskylän ryhmähaastattelun osallistuja kasvisruoan valmistustapaa vielä 2000-luvun alussa. Nyt reseptien oli noudatettava ravitsemussuosituksia ja vastattava proteiinimääriltään sekaruokaa.

Myös kasvisruokien ja kasvipohjaisten tuotteiden kirjo oli monipuolistunut muutamassa vuodessa valtavasti. Moni haastateltava toi esiin, miten koko kasvisruokailun kenttä oli muuttunut muutamassa vuodessa perustavanlaatuisesti. *Se nykypäivän kasvisruoka on ihan eri asia, kun mitä se oli joskus 30 vuotta sitten, kiteytti Asikkalan ruokapalvelupäällikkö. Käsillä olevasta murroksesta huolimatta keittiöammattilaisten kasvisruokakoulutus saattoi olla peräisin opiskelua ajoilta vuosikymmenien takaa. Keittiöissä ei siis ollut itsestään selvää, että kasvipohjaisia raaka-aineita tai kasvisruokalajeja tunnettiin entuudestaan:*

No kyllä mä oon oppinu [dieetikokiksi valmistavassa oppisopimus-koulutuksessa] tosi paljon, tuntuu että just tästä kasvisjutusta, ihan uusista proteiinin lähteistä. En ollu ennen kuullukkaan! [Dieetikokki, Asikkala]

Ihan ovat [työkaverit] yllättyneet miten on erilaisia kasvisruokia olemassa ja miten hyvän makusia niistä saapi, kun maustaa kunnolla. [Keittiön esimies, Liperi]

Uudet raaka-aineet ja ruokalajit vaativat ruokapalveluhenkilöstöltä uusien ruoanlaittotaitojen opettelua. Kasviproteiinit eivät käyttäytyneet kypsentaessä samalla tavalla kuin liha, ja ne vaativat lihaa enemmän mausteita.

Mitä ollaan nyt kehitetty noita kasvisruokia, niin ne kaikki proteiininlähteet on ihan erilaisia, niin se on ihan erilaista kuin se että kehittäisit jotain tavallista.. Sä et oikein ikinä tiedä, mitä sieltä tulee. Kaikki on tosi eri makusia, tosi haastavaa maustaa niitä. [Dieetikokki, Asikkala]

Kasvisruokaan oli mahdollista tuoda proteiinia myös maitotuotteita ja kananmunaa käyttämällä. Maaseutukunnissa kasvisruoan valmistuksessa tukeuduttiinkin paljon juuston ja kerman käyttöön. Asikkalan ruokapalvelupäällikkö koki, että kerma ja juusto toi kasvisruokiin tuttuutta, ja juuri ruokien tuttuus teki niistä ruokailijoille helposti lähestyttäviä. Niinpä ruokalistalle oli tuotu ruokalajeja kuten *juustokasviskastike, juustoinen kasviskiusaus, kermainen kasviskeitto* sekä erilaisia juustokuorrutteisia pastavuokia. Lisäksi keitto- ja puuropäivinä ateriaan lisukkeena tarjottiin juustosiivu (ks. liite 3).

Tuttuihin raaka-aineisiin turvautumalla kasvisruokien valmistus sujui vanhoin opein. Samalla kuitenkin myös estyttiin opettelemasta ja opettamasta oppilaille uusien,

terveellisempien ja ekologisempien raaka-aineiden käyttöä. Kasvisruoan tuotekehityksen eteen jo pidempään töitä tehneessä Jyväskylässä keittiöammattilaiset olivat valpastuneet siihen, että paljon kovaa rasvaa sisältävien ja ilmasto-vaikutuksiltaan suurien maitotuotteiden runsas käyttö sabotoikin kasvisruoan avulla tavoiteltuja terveellisyys- ja ekologisuuden ihanteiden edistämistä. Niinpä rasvaisten maitotuotteiden hyödyntämistä tuotekehityksessä oli alettu vähentää:

V:[...] kyllä toi, pasta ja sitten tomaatti ja pavut on nyt ollu sellasia et niitä yhdistelemällä on saatu uutta reseptiikkaa kun ennen se oli se kasvis ja ehkä kerma. Täntyyppistä.

V: Meinasin juuri täydentää tota että kyllähän kasvikiusauksenkin saa hyväksi, kun siihen laittaa pelkän kerman.

V: Niin, oikein kermaa ja juustoo reilusti päälle.

*V: Mutta kun meillä on se ajatus että se ei nyt ole se kasvisruoka sitä että se parannellaan sillä kermalla ja juustolla, vaan että se myöskin täyttäis ne ravintoarvot, ja sillon toi rasva, mitä me käytetään siinä kiuksessa, se on kauhun tasapaino siinä just että saatas se, onnistumaan.
[Ryhmähaastattelu, Jyväskylä]*

Jyväskylä oli siis ottanut tuotekehityksessä maaseutukouluihin nähden askeleen eteenpäin. Haastatteluhetkellä Kylän Kattaus oli kehittämässä jo kokonaan kasvipohjaisista raaka-aineista koostuvaa ruokalistaa vegaaniruokailijoiden käyttöön. Kehittämiseen oli ryhdytty, koska vegaaniruokailijoiden määrä oli Jyväskylässä kasvussa. Maaseutukunnissa rasvaisiin maitotuotteisiin tukeutumisen taustalla saattoi vaikuttaa myös ihanne suosia kotimaisia raaka-aineita. Ruoan alkuperän huomioimisen ja kasvispainotteisuuden välistä kitkaa käsittelen seuraavaksi.

5.3 Kasvispainotteista vai kotimaista?

Toinen kasvisruokailun esiin nostattama jännite paljastui kasvisruokailun edistämisen ja ruoan alkuperän huomioimisen ihanteiden välille. Kasvisruoassa käytettyjen raaka-aineiden alkuperä herätti keskustelua. Ruokapalveluhenkilöstön ihanteena oli suosia raaka-ainehankinnoissa kotimaista ja lähiruokaa. Huolena oli, että kasvispainotteisen syömisen edistämisen myötä kotimaisia raaka-aineita korvautuisi soijalla ja muilla ulkomaisilla tuotteilla. Erityisesti maaseutukunnissa, joissa maatalouden elinkeino-

poliittinen merkitys on suurempi kuin kaupungeissa, ruokapalveluhenkilöstö suhtautui tuontituotteiden käyttöön reseptiikassa varauksella, ja se aiheutti jopa närkästystä:

Nythän kouluruokasuosituksista nousi kauhee haloo ku siel luki ihan että hummusta levitteenä. Ja heti kaikki et hummusta, et kikhernettä ulkomailta, hyihyi. Ei hummusta tarvi tehdä ulkomaisest kikkerneestä. Tulee erittäin hyvä kotimaisest herneestä, ja kotimaisest härkäpavusta. [Ryhmähaastattelu, Asikkala]

Liperissä lähiruoka oli ruokapalvelupäällikölle sydämenasia. Kuntatasolla oli vuosien ajan nähty vaivaa lähiraaka-aineiden saamiseksi osaksi kunnan ruokapalveluita. Lähiruoan käytöstä viestitettiin oppilaille ja vanhemmille ruokalistan avulla. Tarjolla oli esimerkiksi *kirjolahikiusausta Nurmeksen Kalan kirjolohesta, Ohrasuurimopuuro Liperin Myllyn luomuohrasta* sekä *Sianliha-perunalaatikko Koivikon lähilihan lihasta* (ks. liite 3). Lähiruokaihanne kuitenkin myös asettui vastaan kasvispainotteisen syömisen ihanteen edistämisessä: paikallisen toimittajan porkkanasose oli liian karkeaa porkkanakeittoon. Se ei maistunut oppilaille, ja keitto oli menekiltään vähäistä. Henkilökunta päätti kuitenkin pitää kiinni porkkanakeitosta ja paikallisen toimittajan soseesta. Lähiruokatavoitteessa siis pitäydyttiin, ja kasvispainotteisuuden ihanne sai joustaa.

Asikkalassa kasvisruokailun edistämisen ja ruoan alkuperän huomioimisen nostattamaa jännitettä rukattiin ottamalla tuotekehityksen lähtökohdaksi kotimaisen härkäpavun käyttö resepteissä. Kompromissin aikaansaaminen ei kuitenkin ollut vaivatonta, vaan vaati ruokapalvelupäälliköltä paljon viitseliäisyyttä ja ylimääräistä työtä. Kasviproteiinit ovat suurtalouskeittiöille yhä kalliita raaka-aineita, ja leikkauksista kärsineessä kunnassa kasvipohjaisten tuotteiden hinta asetti raaka-ainehankinnoille erityisiä haasteita. Esimerkiksi markkinoilla saatavilla ollut Härkis todettiin keittiön käyttöön liian kalliiksi. Kotimaisilta kasviproteiineilta toivottiin edullisen hinnan lisäksi helppokäyttöisyyttä. Hankalasti avattavat ja pilkkomista vaativat suurtalouskeittiöpakkaukset, *vaguumitiilet*, olivat ruokapalveluhenkilöstön arkiseen käyttöön liian vaivalloisia. Lisäksi yön yli liotusta vaativien palkokasvituotteiden kohdalla tuote piti mieluummin olla esikypsennetty.

Aineiston mukaan Jyväskylässä lähiruoan suosimisesta sitä vastoin joustettiin. Alueen karjatalousvaltaisuus koettiin vaikeaksi yhtälöksi kasvisruokailun edistämisen kanssa. Lähiruoan eteen oli kyllä Jyväskylässäkin tehty paljon töitä. Kylän Kattaus oli

osallistunut vuosien varrella lukuisiin lähiruoan käyttöä kartoittaviin ja tukeviin hankkeisiin. Ruokapalveluhenkilöstön mukaan suuren ruokapalveluorganisaation ja tuottajien välisen yhteistyön haasteena oli, että se vaatii lähituottajilta organisoitunutta jakeluketjua sekä toimitusvarmuutta, jota tukkuportaan puuttuessa oli vaikea toteuttaa. Kasvispainotteisuuden edistäminen veti näin pidemmän korren.

5.4 Kasvattavaa vai kaikille maistuvaa kasvisruokaa?

Keittiön henkilökunnalle oppilaiden syömättömyys ja kouluruoan korvaaminen kioskivierailuilla tai *roiskeläppäpizzoilla* oli tuttu ilmiö. Kouluruokailuhenkilöstölle ensiarvoinen ihanne oli, että oppilaat osallistuivat ruokailuun ja söivät aterialla *muutakin kuin leipää*. Erityisesti Liperissä ruokapalvelu- ja opetushenkilöstö jakoi huolen oppilaiden syömättömyydestä. Yläkoulun tyttöjen mitättömän pienten annosten pelättiin johtavan syömishäiriöihin. Koulun aikuiset olivat huolissaan myös yläkoululaisten koulupäivän aikaisesta jaksamisesta ja keskittymiskyvyn heikkenemisestä, kun ruoka jätettiin syömättä.

Toki mie haluaisin sellaista ruokaa tarjota että lapset sitä söis.. et ne söis edes jotain. Se on ihan kauheeta tommonen ajatus et ne ei syö mitään. Mutta kyllä mun mielestä lähtökohta, tämmösellä kunnallisella ruokapalvelulla on myös että, kyllä meidän pitää opettaa niitä niihin oikeanlaisiin ratkaisuihin. [Ryhmähaastattelu, Liperi]

Kuten edellä Liperin ryhmähaastatteluun osallistuneen haastateltavan sitaatista käy ilmi, kouluruokailuhenkilöstö haki tasapainoa sen välillä, missä määrin kuunnella oppilaiden toiveita ja tarjota ruokia, joista oppilaat varmasti pitävät ja joita he syövät, ja missä määrin painottaa ruokailun toimimista kasvattavana esimerkkinä siitä huolimatta, että se saattaa vähentää ruokailuun osallistumista ja pienentää annoskokoja. Kasvisruokien kohdalla oppilaiden syömisen varmistamisen ja kasvattavuuden ihanteiden välinen jännite tuli esiin sekaruokaa selvemmin. Oppilaiden hyväksymien kasvisruokien kehittäminen ei ollut helppoa kuten seuraavasta Jyväskylän ryhmähaastattelussa käydystä keskustelusta käy ilmi:

V: Ni kyllä [oppilaiden suosikkiruoista] ykköset oli ranskalaiset, kakkonen nuudeli ja kolmonen tais olla sitte se oliko hampurilainen vai pizza. Tää on se, mistä me lähdetään ja sitten kun me yritetään löytää se, et jossa, se kompromissi ei olis kuitenkaan sitten se kaikista, huonoin vaihtoehto niin siinä välissä yritetään toimia. Eli kasvisten,

kasvisruokien menekin eteen on tehty hirveesti töitä ja iso kiitos kuuluu siitä, juuri, esimiehille jotka on ollu, aktiivisia.

K: Se extra effort, nii.

V: Se palaute yleensäkin oo kauheen, hyvää ja ne [kasvisruoat] ei oo niit jota toivottas. Jos me lähettäs kehittelemään vaikka makaroni-, tai makkararuokia tai jauheliharuokia ni sielt ois hirveen paljon helpompi, saada niitä et jee tätä listalle. Mut jokainen onnistunut kasvisruoka joka sinne on, saatu ni se on aina semmonen, et ihanaa. [Ryhmähaastattelu, Jyväskylä]

Kasvisruoan tarjoamista pidettiin siis esimerkillisenä ja edistämisen arvoisena, mutta ruokapalveluhenkilöstö pelkäsi liian nopeiden liikkeiden herättävän oppilaissa vastarintaa ja syömättömyyttä. Ruokapalveluhenkilöstö toi esiin, että erityisesti yläkoulun pojat suhtautuvat kasvisruokiin epäluuloisesti. Asikkalassa myös vuosien takainen epäonnistunut yritys kasvien menekin lisäämisestä oli yhä ammattilaisten mielissä. Oli siis edettävä kohti kasvispainotteisempaa ruokailua hitaasti ja harkiten:

V: Voisko se olla tasapainon vuoks niin et olis kaks lihapäivää, yksi kalapäivä ja kaksi kasvispäivää?

V: Siis totta kai kasvisruoka(-) on aina vaihtoehtona mut se jos ajattelee lihansyöjän näkökulmasta, mitä tässä varmaan koko ajan pitää pitää mukana, ni olisko se sen lihansyöjän kannalta kamalaa et kahtena päivänä viikossa, elikkä se nyt ois vaikka broileria ja jauhelihaa, ja sit ois se kalapäivä, ja näinä päivinä ois tietenki se kasvisvaihtoehto. Mutta sitten kahtena päivänä, ei ole kun, kasvisruoka.

V: [...] Jos me mietitään nyt sitä asiakasta ja me halutaan kuitenkin et jokainen opiskelija, oppilas käy syömässä, ja tulee hyvällä mielellä syömään sinne ni kyllä me, hitaasti ja pienin askelin, joudutaan sitä kohti menemään. [Ryhmähaastattelu, Jyväskylä]

Oppilaiden syöminen oli ruokapalveluhenkilöstölle niin tärkeä ihanne ettei siihen oltu valmiita joustamaan kasvispainotteisuuden edistämisen tähden. Erityisesti kasvisruokapäivänä ruokapalveluhenkilöstö tarjosi oppilaille ennestään tuttuja ja menekiltään varmoja ruokia, kuten pinaattilettuja, puuroja ja kasvissekeittoja, joita ei ole perinteisesti mielletty lainkaan kasvisruoiksi. Sen sijaan uudet, palkokasvien ja muiden kasviproteiinien varaan kehitetyt kasvisruokalajit, joita osa haastateltavista kutsui *oikeiksi kasvisruoiksi*, jäivät tarjottavaksi vapaavalintaisena kasvisruokana. Kaikissa kolmessa kunnassa kasvisruoka näyttikin jakautuneen kasvisruokapäivien

perinteiseen sekä muina päivinä toisena vaihtoehtona tarjolla olevaan modernimpaan kasvisruokaan.

Asikkalassa kasvisruokailun nostattamaan jännitettä lähestyttiin myös aivan toisenlaisesta kulmasta. Ruokapalvelupäällikkö alkoi markkinoida vapaavalintaista kasvisruokaa oppilaille mausteisempänä vaihtoehtona:

Niin että tämän syksyn ruokainfoissa, joita pidetään aina noille uusille seiskaluokkalaisille, niin mä oon sanonu, että jos teidän mielestä kouluruoka on pliisua ja liian mautonta niin nyt just kannattaa käydä kokeilee sitä kasvisruokaa. Kasvisruokaan me selvästi laitetaan enemmän makuja. Siellä käytetään valkosipulia, siellä käytetään chiliä ja tämmösiä mausteita, mitä nuoret on tottuneet käyttämään sitten jo kotonakin. [Ruokapalvelupäällikkö, Asikkala]

Keittiön henkilökunta oli saanut toistuvasti palautetta vanhemmilta oppilailta siitä, että kouluruoka oli liian mautonta. Keittiön oli kuitenkin pitänyt tarjota samaa ruokaa esikouluikäisistä lukiolaisiin, jolloin kouluruoan oli sovittava miedosta mauista pitävistä pikkulapsista tulisuuista ja makuja jo enemmän sietäviin ja toivoviin lukiolaisiin. Tällöin ruoka oli täytynyt valmistaa herkimpien ehdoilla. Nyt vapaavalintainen kasvisruoka toi asetelmaan joustavuutta. Ruokapalvelupäällikkö keksi luovan ratkaisun, jossa kasvisruoka ei ollutkaan uhka oppilaiden syömiselle ja ruokailuun osallistumiselle vaan toimikin sitä vastoin keinona torjua syömättömyyttä.

5.5 Kasvisruokaa itsetehtynä vai eineksinä?

Seuraava kasvisruoan aseman parantamisen nostattama ihanteiden välinen jännite ilmeni ruokapalveluhenkilöstön suhtautumisessa valmisruokien käyttöön. Tavallisempia koulussa tarjottavia valmisruokia olivat kappaleruoat, kuten broileripyörykät, kasvispihvit, kalapuikot ja makkarat. Ruokapalvelut hyödynsivät keittiöissä myös puolivalmisteita kuten valmiiksi pestyjä ja pilkottuja salaatteja ja vihannespakasteita sekä esikypsennettyjä lihoja. Pikaruokatyyppejä ruokia kuten pizzeriaa, hampurilaisia tai ranskanperunoita ei kokeilukoulujen ruokalistoilta sen sijaan näkynyt. Vapaavalintaisen kasvisruokailun ensimetreillä valmisruoat olivat keittiössä arkea sujuvoittava ratkaisu mutta ristiriidassa itsetekemisen ihanteen kanssa. Lisäksi einokset toivat näkyväksi jo edellisessä kappaleessa kuvaamani jännitteen siinä, valmistako ruokaa, jota kaikki syövät vai ruokaa, joka kasvattaa.

Erityisesti kasvispihvien- ja pyöryköiden tarjoaminen teki ruokapalveluhenkilöstön mielteliääksi. Markkinoilla oli tarjolla suuri määrä erilaisia kasvispihvejä, -pyöryköitä, -puikkoja, -nugetteja ja -kepakoita. Ne maistuivat lapsille hyvin. Asikkalassa koulun pojat olivat päätyneet ahmimaan kasvisruokalinjaston jalapenonugetteja niin paljon, että ne olivat loppuneet jo ennen seuraavan ruokailuvuoron alkua. Myös Jyväskylässä kouluruokailuhenkilöstö oli havainnut, että valmispihvit- ja pyörykät olivat vaivaton tapa lisätä kasvisruoan menekkiä:

Me saatais heittämällä kasvisruoan menekkiä lisääntymään jos me, jokaiseen kasvispäivään vaan laitettais joku, kuskuskasvispihvi ja siihen hyvä majoneesi rinnalle. [Ryhmähaastattelu, Jyväskylä]

Henkilökunta koki, ettei kappaleruokia tullut tarjota liian usein sillä lasten piti oppia syömään kappaleruokien lisäksi monipuolisesti myös keittoja, kastikkeita ja pataruokia. Valmisruokiin liittyi myös moraalinen lataus, ja teollisesti valmistettujen pihvien- ja pyöryköiden tarjoamista kouluissa paheksuttiin. Lapsia haluttiin opettaa *kunnan ruoan* pariin, jota epäterveellisiksi ja amerikkalaistyylliseksi ruoaksi mielletyt pyörykät eivät haasteltavista edustaneet.

Onko se hampurilainen tosiaan sitten se ravitseva? Kyllä me mietitään, että kyllä ne lapset saa niitä eineksiä ihan tarpeeksi syötyä siellä kotonakin. [Dieetikokki, Jyväskylä]

Toisaalta Jyväskylän ryhmähaastattelussa keskustelijat pohtivat, että kaikki eineksiksi mielletyt ruoat eivät olleet epäterveellisiä:

Mutta, seki on nyt, on keskustelun arvonen asia että kuinka paljon sitten, aletaan ottaa [valmispihvejä ja -pyöryköitä ruokalistalle] koska sieltähän oikeesti löytyy myöskin hyviä tuotteita. On siis Sydänmerkillä ja kaikin puolin ihan, täysipainosta kasvisruokaa mutta, kuitenkin semmosta einestyypistä. [Ryhmähaastattelu, Jyväskylä]

Kunnat päätyivät einesten käytössä erilaisiin ratkaisuihin. Liperissä pihvit- ja pyörykät otettiin hyvillä mielin ruokalistoilta. Niiden koettiin mahdollistavan sellaisten ruokien tarjoaminen, joiden valmistaminen keittiön resursseilla ja neljän työntekijän voimin ei olisi ollut mahdollista. Pihvit- ja pyörykät olivat näin pienelle keittiölle ennen muuta ruoanlaiton sujuvuutta ylläpitävä ratkaisu. Yksin ja nopealla aikataululla kasvisruokien tuomisesta ruokalistoilta vastannut keittiön esimies oli hyvillään siitä, että

pyörykät olivat lasten ja nuorten mieleen. Ratkaisu mahdollisti vapaavalintaisten kasvisruokien tuomisen ruokailuun vauhdilla.

Jyväskylässä, jossa kasvisruokailun kehittäminen oli ollut työn alla jo pidempään, omavalmisteinen ruoka oli nähty niin tärkeäksi ihanteeksi, että ruoasta mahdollisimman suuri osa oli päätetty tehdä itse:

Mehän on siinä taas tehty linjaus et me tehdään niin paljon itse ku pystytään ja vaan se minimi, lihapullat, pinaattiletut ja tälläset otetaan valmiina. [Ryhmähaastattelu, Jyväskylä]

Kasvisruokailua ei siis oltu valmiita edistämään kasvispihvien- ja pyöryköiden avulla. Einesten tuomista ruokalistoille kuvattiin etenemiseksi *helpoimman kautta*, johon ei kuitenkaan oltu valmiita ryhtymään. Myös Asikkalassa jännite ratkaistiin keskittymällä itsetekemiseen. Olihan kunta satsannut henkilöstön kasvisruokaosaamiseen ja omien reseptien kehittämiseen. Asikkalassa itsetekemisen painottamisen taustalla vaikutti myös raha. Kappaleruokien tarjoaminen kävi keittoja, kastikkeita ja laatikkoruokia kalliimmaksi, joten niitä oli päätetty tarjota harvemmin.

5.6 Kasvisruoalle paikka kasvispainotteisuutta tukien vai sujuvuutta vaalien?

Vapaavalintaisen kasvisruoan tarjoilun aloittamisen myötä kasvisruoalle piti löytää paikka. Vapaavalintaisen kasvisruoan tuonti linjastoon paljasti jännitteen kasvispainotteisuuden ja sujuvuuden ihanteiden välillä. Hankaluudeksi osoittautui tilan puute: linjastot olivat suunniteltu aikana, jolloin tarjolla oli vain yksi pääruokavaihtoehto. Ruokapalveluhenkilöstö kuvasi linjaston ahtauden asettavan rajoituksia myös oppilaille maistuvien lämpimien kasvislisäkkeiden, kuten höyrystettyjen vihannesten ja paahdettujen juuresten, tarjoilulle. Haastateltavat kertoivat salaattien maistuvan oppilaille paremmin erillisinä komponentteina kuin sekoitesalaatin muodossa, mutta myös salaattikomponenttien kerrottiin mahtuvan linjastoon kehnosti.

Liperissä vapaavalintaisen kasvisruoan rukkaaminen linjastoon vaati hankintoja. Ruokalan linjastoista lyhyempään päätettiin ostaa lisäosa. Liperin koulussa linjaston muuttaminen oli sikäli muita kouluja helpompaa, että linjasto koostui liikuteltavista moduuleista. Lisäosan ostamisen jälkeen linjastoa ei kuitenkaan voinut kasvattaa enää

enempää, sillä pienen ruokalan seinät tulivat vastaan. Vieläkin pidemmälle linjastolle olisi ollut tarvetta, sillä oppilaille maistuvien höyrytettyjen kasvisien tarjoaminen oli mahdollista vain päivinä, jolloin tarjolla oli yhteen astiaan mahtuvia laatikkoruokia. Jos tarjolla oli esimerkiksi perunaa ja kastiketta, lämpimät kasvikset eivät mahtuneet linjastoon.

Liperissä ruokapalvelupäällikkö päätti, että vapaavalintainen kasvisruoka tuotiin ensimmäiseksi vaihtoehdoksi ruokalan molempiin linjastoihin, jotta tämä kannustaisi oppilaita kasvisruokiin tutustumiseen. Ruokapalvelupäällikkö kuvasi kasvisruoan tuontia linjastoon näin:

Minäkin olin ohjeistanut että se kasvisruoka laitetaan siinä lämpösessä linjastossa ensimmäiseksi ja kannustetaan sen ottamiseen. No, sehän piti sitten ensimmäisenä päivänä siirtää sinne toiseen kohti koska siinä oli ollut se nakkikeitto joka oli tehty soijanakeista, ja [nimi poistettu] oli kattonu että apua, sehän menee jo kaikki ensimmäiselle porukalle [...] Ja sitten kun ne [oppilaat] kuuli että se on soijanakkikeittoa [...] ne kävi kippaamassa sen sinne astiaan takaisin [naurahtaa]. Tää oli, vaikka siinä oli se lappu [...] mutta eihän ne ollu sitä lukenu [...] Sitten piti muuttaa siihen vanhaan turvalliseen, että tavallinen ruoka on ensin. [Ruokapalvelupäällikkö, Asikkala]

Keittiöhenkilöstön kärsivällisyys siis loppui sujuvuuden vaarantuessa. Kasvisruoka sai väistyä ruoanottojärjestyksessä sekaruoan taakse jo ensimmäisenä vapaavalintaisen kasvisruoan tarjoamispäivänä, eikä paikkaa enää vaihdettu. Oppilaita olisi pitänyt opettaa ja ohjeistaa uuteen ruoanottojärjestykseen linjastossa, mikä ilmeisesti koettiin liian vaivalloiseksi.

Jyväskylässä vapaavalintainen kasvisruoka oli tarjolla neljästä ruoanottopisteestä kahdella. Ympäristö ja ruoka -teemaviikon ajaksi kasvisruoka tuotiin tarjolle kaikkiin neljään linjastoon. Teemaviikon jälkeen oppilaskunta esitti Kylän Kattaukselle toiveen, että käytäntöä kasvisruoan tarjoamisesta kaikissa linjastoissa jatkettaisiin. Keittiön puolella siihen ei kuitenkaan oltu valmiita. Muutos olisi vaatinut ruokapalveluilta ruoan valmistamisen ja kuljettamisen perinpohjaisempaa uudelleen järjestämistä: Kasvisruokaa olisi pitänyt valmistaa useampiin, totuttua pienempiin astioihin. Tällöin myös kuljetuksessa mukaan pakattavien astioiden ja samalla muistettavien asioiden määrä olisi kasvanut. Lisäksi kasvisruoan jakaminen

useampaan linjastoon olisi vaatinut uuden opettelua ruoan mitoittamisessa, jotta kasvisruoan tarjoilu useammassa linjastossa ei lisäisi hävikkiä. Palaan hävikin hallintaan tarkemmin vielä seuraavassa alaluvussa.

Myös Asikkalassa tilanpuute aiheutti ruokapalvelupäällikölle päänvaivaa. Jotta kasvisruoka olisi mahtunut kiinteään linjastoon, maitoautomaatti olisi pitänyt siirtää toiseen paikkaan. Automaatin siirtäminen oli kuitenkin saanut ruokapalvelupäällikön empimään, sillä hän koki sen kouluruokailusuositusten ja koulumaitotuen hengen vastaiseksi. Koulujakelujärjestelmä ei varsinaisesti määrää maidon paikkaa ruokalassa, mutta tuen saamisen edellytyksenä on jakelujärjestelmästä kertovan julisteen sijoittaminen keskeiselle paikalle ruokalaan (Ruokavirasto 2020, 18). Lisäksi kouluruokailusuosituksissa kouluateria luetaan täyspainoiseksi vain, jos ruokajuomana on maito, maitojuoma tai piimä (Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2017, 34). Asikkalassa kasvisruoan lisääminen linjastoon aiheutti siis jännitteen myös kasvispainotteisuuden ja terveellisuuden ihanteen välille.

Lopulta Asikkalan ruokapalvelupäällikön ratkaisuna oli ollut vapaavalintaiselle kasvisruoalle hankittu, kokonaan uusi linjasto. Uuteen linjastoon sijoitettiin myös erityisruokavaliot, jotka olivat aiemmin sijainneet ruokalan nurkassa lämpölevyn päällä. Kasvisruokaa valitsevan ruokailijan piti ensin jonottaa *päälinjastossa*, josta hän otti leivät, salaatin ja energianlisäkkeen, jonka jälkeen ruokailija siirtyi vastapäiseen kasvisruokalinjastoon ottamaan pääruokaa.

5.7 Kasvispainotteisuutta vai hävikin minimointia?

Kasvisruoan aseman parantaminen nostatti esiin jännitteen kahden kestävyysihanteen, kasvispainotteisuuden ja hävikin minimoinnin välille. Kaikissa kolmessa kokeilukoulussa hävikkiin oli kiinnitetty paljon huomiota. Asikkalassa keittiöön oli hankittu jäähdytyskaappi, jonka avulla linjastosta ylijäänyttä ruokaa voitiin tarjota ylimääräisenä vaihtoehtona seuraavan päivän ruokailussa. Jyväskylässä Kylän Kattaus järjesti lähialueen asukkaille mahdollisuuden tulla syömään hävikkilounasta koulun ruokalaan oppilaiden lounasajan päätyttyä, ja Liperissä koulun henkilökunnalle tarjottiin mahdollisuus ostaa tarjoiluhävikkiä kotiin.

Ruokapalveluhenkilöstön haastatteluissa ilmeni, että hävikin minimointi oli ruokapalveluhenkilöstölle paljon muutakin kuin vain ympäristöteko. Menekin-

ennustamiseen ja hävikkiin liitettiin merkityksiä myös ammattitaidosta ja työn mielekkyydestä. Haastateltavat kuvasivat, että menekkiä pidettiin keittiöissä varmimpana mittarina kertomaan, maistuiako ruoka. Valmistettavan ruoan oikea mitoitus oli myös ruokapalveluhenkilöstön ammattitaidon kannalta todella tärkeää, sillä ruoan loppuminen kesken oli ammattilaisille suuri epäonnistuminen. Toisaalta ruokaa ei saanut jäädä suuria määriä ylikään.

Syöty ruoka teki ruoanvalmistuksesta merkityksellistä ja ruoasta tekemisen arvoista. Ruokapalveluhenkilöstö koki hävikkiin päätyneen ruoan turhaan tehdyksi työksi. *Eihän se jätetty ruoka kenenkään maha täytä, eikä siitä oo mitään hyötyä*, kiteytti Asikkalan keittiön esimies. Hävikki oli myös hukkaan heitettyä rahaa. Kun kouluruoka piti valmistaa hyvin pienellä budjetilla, oli ymmärrettävää, ettei rahaa haluttu päätyvän hävikin muodossa hukkaan.

Vapaavalintaisen kasvisruoan tarjoilun aloittaminen edellytti uuden opettelua kasvisruoan menekin arvioinnissa. Ajatus, että sekaruoan rinnalla olisi tarjottu aivan erityyppinen kasvisruoka, esimerkiksi kaalilaatikon parina kasvissosekeitto, oli ruokapalveluhenkilöstölle hankala. Mitä erilaisemmat ruokalajit sekaruoka ja kasvisruoka olivat, sitä haastavammaksi menekinennustaminen koettiin. Ratkaisuna ruokapalveluhenkilöstö pyrki ennakoimaan hävikin kasvua siten, että kasvisruoaksi valittiin *mahdollisimman samankaltainen ja saman arvoinen ruoka* sekaruokaan nähden:

Eli se ajattelu siitä, että mikä on se sopiva ruoka sille normaaliruokavaihtoehdolle niin että me pystytään ennustamaan sitä menekkiä, ettei meillä oo huippu hyvä kasvisruoka ja vähän huonompi perusruoka jolloin yhtäkkiä kaikki haluaa kasvisruokaa ja se loppuu heti kättelyssä. Että ne olis arvomaailmaltaan mahdollisimman samanlaiset ruoat jolloin sen menekin ennustaminen on helpompaa. [Ruokapalvelupäällikkö, Asikkala]

Lisähaastetta tarjoilujätteen hallintaan toi vapaavalintaisen kasvisruoan tarjoilu useammasta astiasta. Kuten edellisessä alaluvussa jo toin esiin, ruokapalveluhenkilöstön ratkaisuna oli olla laittamatta kasvisruokaa tarjolle kaikkiin linjastoihin:

Ei me tehdä myöskään sitä [kasvisruokaa] biojätteeseen. Eli, se pitää kattoo että, jos me ei saada kun kilo tarjolle neljään linjastoon ni ei siin oo järkee sillon. Se pitää olla kuitenkin asiallisesti tarjolla ja riittävän isossa astiassa. [Ryhmähaastattelu, Jyväskylä]

V: Ei sekään, oo muute hassumpi idea et jos nyt aattelee et on vaik lihakastike ja sit siin vieres ois se kasviskastike, ja niit vois ottaa tosiaan molempia, ja maistella että..

V: Se ois hienoo ku ois niin paljon tilaa.

V: Et jos ois vaan tilaa.

V: Ja hävikkiähän siit tulee ku sitte joskus jompaakumpaa jää ihan helkutisti.

V: Biosaavi täyttyy. [Ryhmähaastattelu, Asikkala]

Haastatteluissa tuli myös esiin, että myös uudet, oppilaille vieraat ruokalajit saattoivat lisätä lautasjätettä. Ruokaa kyllä otettiin, ja ehkä maisteltiin, mutta lopulta se päätyi oppilaiden lautasilta biojäteastiaan. Uusien, oppilaille vieraiden kasvisruokalajien tarjoamisessa piili siis riski myös hävikin kasvun kannalta. Aineisto antaa viitteitä siitä, että ruokapalveluhenkilöstö oli herkkä poistamaan uusia ruokia ruokalistoilta, jos ruoka jäi syömättä ja lisäsi lautasjätettä. Seuraavassa sitaatissa Asikkalan keittiön esimies pohti menekiltään vaatimattoman mutta vain pari kertaa oppilaille tarjotun kasvisruokareseptin säilyttämistä tai poistamista ruokalistalta:

Esimerkiks jos se Välimeren pastavuokakin, [...] niin ja nythän se oli koko porukalle. Se ei ollu kyllä mikään menekkiruoka. Että se oli aika kallis ruoka kuitenkin ja sitä meni tosi vähän että nyt, seuraavaks kun on se ruokalistapalaveri niin mä ainakin ehkä sanon, että sitä ei kannata laittaa enää listalle. Se täytyy kuitenkin tehdä ja ne ei syöny sitä. Varsinkin sitten kun kokemus jostain ruuasta, että se ei tosiaankaan mene kaupaksi, niin ei sitä sitten kannata pitää siellä listalla. [Keittiön esimies, Asikkala]

Asikkalassa myös kasvisruoan maisteluun suhtauduttiin hävikin kasvun vuoksi epäilevästi. Sen sijaan Liperissä ja Jyväskylässä oppilaille oli sallittua ottaa lautaselle molempia ruokia, ja kasvisruoan maisteluun sekaruoan rinnalla kannustettiin. Ruokapalvelupäällikön huolena oli, että kasvisruoan tuonti sekaruoan viereen ja maistelun salliminen lisäisi hävikkiä ja kasvattaisi ruokailun kuluja:

Mä luulen näin, että [kasvisruoan tuominen sekaruoan viereen] vaatis ainakin siinä ensimmäisinä vuosina rahallista satsausta enemmän. Elikkä siihen pitäis saada selkeesti lisämäärärahoja, koska hyvin nopeesti sitten kasvisruoasta tulis sitten lämmin kasvislisäke, joka

otetaan joka tapauksessa, halutaan maistaa ja sitten se menee kuitenkin biojätteeseen. [Ruokapalvelupäällikkö, Asikkala]

Tässä kappaleessa kuvasin, kuinka juuston ja kerman käyttö kasvisruoissa nostatti jännitteen kasvispainotteisuuden sekä terveellisuuden ja ekologisuuden ihanteiden välille. Kasvispainotteisuuden edistäminen asettui myös ruoan alkuperän huomioimisen ihannetta vastaan, sillä kasvisruoan arveltiin lisäävän tuontituotteiden käyttöä. Ruokapalveluhenkilöstö ei ollut valmis joustamaan oppilaiden syömisestä kasvispainotteisuuden edistämiseksi. Asikkalan ruokapalvelupäällikkö kuitenkin onnistui saattamaan ihanteet yhteen asemoimalla kasvisruoan mausteisemmaksi vaihtoehdoksi. Toinen huonosti joustanut ihanne oli sujuvuus, jota ruokapalveluhenkilöstö ei ollut valmis laittamaan alttiiksi ruoan tarjoilussa. Kasvisruoan paikasta linjastossa siis joustettiin, jotta sujuvuus ei vaarantunut. Kasvisruokailun edistäminen valmispihvejä ja -pyöryköitä käyttämällä aiheutti ristiriidan itsetekemisen ja sujuvuuden ihanteiden välille. Ruokapalveluhenkilöstö päätyi valmisruokien käytössä erilaisiin ratkaisuihin. Edellä kerroin, kuinka kasvispainotteisuutta ei oltu valmiita edistämään, jos kasvisruoan uskottiin kasvattavan hävikkiä. Menekin ennustamisen helpottamiseksi sekaruoan pariin valittiin mahdollisimman saman tyyppinen kasvisruoka.

6 Tulosten pohdinta

Ruokapalvelut lähtivät edistämään kasvisruokailua uudistuneiden kouluruokailusuositusten mukaisesti. Suosituksessa kasvien käytön lisäämistä ja vapaavalintaisen kasvisruoan tarjoamista perustellaan erityisesti terveellisuuden ja ekologisuuden ihanteiden toteutumisella (Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2017, 35, 57). Ruokapalveluhenkilöstön haastatteluissa kasvispainotteisuus pääsääntöisesti rinnastui terveellisuuden ja ekologisuuden ihanteisiin, mutta aineistosta ilmeni myös ratkaisuyrityksiä, joissa kasvispainotteisuus sekä ekologisuus ja terveellisyys asettuivatkin toisiaan vastaan. Ihanteet esiintyivät aineistossa limittäin ja lomittain.

Edellisessä luvussa kuvasin kasvisruokailun aseman parantamisen nostattamia jännitteitä sekä sitä, millaisia toimenpiteitä ruokapalveluhenkilöstö teki ihanteiden yhteensovittamiseksi. Tässä luvussa vertailen tuloksiani aiempiin tutkimuksiin sekä arvioin lähdekirjallisuutta apuna käyttäen ratkaisuyritysten muutospotentiaalia: uusintavatko ne kouluruokailun vanhoja käytäntöjä vai mahdollistavatko kouluruokailun muuttumisen kasvispainotteisemmaksi? Taulukkoon 2 olen koonnut kasvisruokailun edistämisen nostattamat jännitteet ja ruokapalveluhenkilöstön hakemat ratkaisuyritykset siten kuin ne aineistossa ilmenivät. Käsittelen seuraavaksi näitä yksitellen. Luvun lopussa käsittelen tutkimukseni luotettavuutta ja rajoituksia.

TAULUKKO 2. Kasvisruoan aseman parantamisen nostattamat jännitteet ja ruokapalveluhenkilöstön ratkaisuyritykset

Vastakkain asettavat ihanteet	Jännitteet ilmenevät	Ratkaisuyritykset	
		Uutta luovat	Vanhaa ylläpitävät
Kasvis- painotteisuus >< terveellisyys ja ekologisuus	Suhtautumisessa kerman ja juuston käyttöön reseptikassa	Reseptiikan kehittäminen kasvipohjaisiin tuotteisiin nojaten	Kasvisruoan valmistaminen tukeutuen rasvaisiin maitotuotteisiin
Kasvis- painotteisuus >< alkuperän huomioiminen	Raaka-aine- hankinnoissa	Paikallisen härkävavun käyttö reseptikassa	Vain jomman- kumman ihanteen painottaminen
Kasvattavuus, kasvis- painotteisuus >< kaikki syö	Kasvattavana pidetty kasvisruoka koetaan uhaksi oppilaiden syömiselle	Vapaavalintaisesta kasvisruoasta mausteisempi vaihtoehto	Kasvisruokapäivinä tarjotaan vain oppilaille tuttuja ruokia syömistä riskeeraamatta
Sujuvuus >< itsetekeminen	Suhtautumisessa valmisruokiin	Valmisruokiin tukeutuminen alkuun pääsemiseksi; itsetekemisen painottaminen ruoanlaittotaiteiden kartuttamiseksi	
Kasvis- painotteisuus >< sujuvuus	Etsittäessä vapaavalintaiselle kasvisruoalle paikkaa linjastosta		Kasvisruoan paikasta joustaminen sujuvuuden varmistamiseksi
Kasvis- painotteisuus >< hävikin minimointi	Kasvisruoan tarjoamisen odotetaan lisäävän hävikkiä		Kasvisruoasta mahdollisimman samankaltainen ruoka sekaruokaan nähdessä; menekiltään heikoista kasvis- ruoista luopuminen

Kasvispainotteisuuden sekä terveellisuuden ja ekologisuuden välinen jännite

Ruokapalveluhenkilöstön huomio kiinnittyi kasvisruokien proteiininlähteisiin. Maaseutukunnissa kasvisruokien valmistuksessa tukeuduttiin maitotuotteiden käyttöön. Maitotuotteiden koettiin tuovan kasvisruokaan tuttuutta ruokailijoille mutta epäilemättä se toi sitä myös keittiöille. Maitotuotteita käyttämällä ruokapalveluhenkilöstö välttyi opettelemasta vieraiden ja valmistuksessa oikukkaina pidettyjen kasviproteiinien käyttöä. Rasvaisiin maitotuotteisiin turvautuminen oli kuitenkin kouluruokailun vanhoja käytäntöjä uusintava, sillä se ei tukenut uusien ruoanlaitto-taitojen opettelua eikä ruokailijoiden tutustumista uusiin kasvipohjaisiin raaka-aineisiin (Jallinoja ym. 2016, 11). Jyväskylässä kasvisruokien tuotekehityksessä oli otettu jo askel eteenpäin maaseutukouluihin nähden. Siellä uusia reseptejä pyrittiin kehittämään hyödyntämällä papuja ja muita kasviproteiineja.

Runsas rasvaisten maitotuotteiden käyttö oli ratkaisuna keho myös siksi, että se vesitti terveellisuuden ihannetta, eikä kasvisruoka ollut enää kovin ilmastoystävällistäkään, sillä rasvaisten maitotuotteiden, erityisesti juuston, hiilijalanjälki on suuri (Heusala & Katajajuuri 2016, ks. kuvio 1 s. 20). Hieman paradoksaalisesti kasvisruokailua oli siis mahdollista edistää energiapitoisia ja ilmastovaikutuksiltaan suuria maitotuotteita käyttämällä siten, että ne ihanteet, joiden saavuttamiseksi kasvisruokailua alun perin oli lähdetty edistämään, eivät toteutuneetkaan. Aikaisemmin myös ilmastolounasmerkinnän käyttöönottoa tarkastelevassa tutkimuksessa havaittiin, että kasvisruokien tuotekehitykseen satsaaminen henkilöstöravintolassa johti maitotuotteiden käytön lisääntymiseen (Kaljonen ym. 2019, 369). Vaikka tutkimuksessa todettiin kasvisruokien kehittämisen lisänneen kasvisten menekkiä ja vähentäneen lihan kulutusta, saavutetut ilmastohyödyt jäivät vähäisiksi maitotuotteiden kulutuksen kasvun vuoksi.

Kasvispainotteisuuden ja ruoan alkuperän huomioimisen välinen jännite

Ruokapalveluhenkilöstön huolena oli, että kasvisruoka vähentää kotimaisten ja paikallisten raaka-aineiden käyttöä ruokapalveluissa. Niinpä kasvisruokailun edistäminen nostatti jännitteen kasvispainotteisuuden ja ruoan alkuperän huomioisen ihanteiden välille. Aineistoni perusteella Liperin ruokapalvelut painottivat ruoan alkuperää ja Jyväskylä taas kasvispainotteisuutta. Sitä vastoin Asikkalassa

ruokapalvelupäällikkö lähti sovittamaan ihanteita yhteen hyödyntämällä tuotekehityksessä paikallisen tuottajan härkäpavun käytön. Asikkalan ruokapalveluhenkilöstön ratkaisu oli työläs, mutta se toimi uutena avauksena kouluruokailun käytäntöjen muuttumisessa kasvispainotteisemmaksi.

Ruoan alkuperän huomioimisen ja kasvispainotteisuuden välisen jännitteen sovittamiseksi Suomessa on ryhdytty useampaan tutkimus- ja yhteistyöhankkeeseen. Keräämieni haastattelujen jälkeen, syksyllä 2017 Keski-Suomessa alkoi alueellinen yhteistyöhanke hampun ja härkäpavun arvoketjujen luomiseksi ja vahvistamiseksi (Jyväskylän seutukunnasta kestävien proteiiniketjujen ja proteiinikiertotalouden Piilaakso 2019). SkenoProt-hankkeessa tutkitaan laaja-alaisesti muun muassa proteiiniomavaraisuuden kehittämiseen ja kotimaisten kasviproteiinien tuotteistamiseen liittyviä kysymyksiä (Luonnonvarakeskus 2019). Myös vuonna 2019 alkaneessa monialaisessa Palkokasveilla kohti kestäväää ruokajärjestelmää ja terveyttä -tutkimushankkeessa pyritään edistämään kotimaisen herneen, härkäpavun, hampun sekä apilan tuotantoketjuja ja monipuolisempaa käyttöä elintarvikkeissa (Lamminen 2020).

Kasvattavuuden ja kasvispainotteisuus sekä oppilaiden syömisen varmistamisen välinen jännite

Ruokapalveluhenkilöstö näki kasviruoan tarjonnan parantamisen kasvattavan esimerkin tarjoamisena, mutta samaan aikaan he epäilivät sen aiheuttavan vastarintaa ja lisäävän syömättömyyttä. Niinpä kasvisruokailun aseman parantaminen nostatti esiin jännitteen oppilaiden syömisen varmistamisen ja kasvispainotteisuuden välillä. Oppilaiden pienet annoskoot ja ruokailun jättäminen väliin on todettu aikaisemmissa tutkimuksissa hyvin yleiseksi ilmiöksi (Raulion ym. 2018; Hoppu ym. 2008). Ruckenstein (2012, 165) tulkitsi syömättömyyden johtuvan kouluruokailun epätapahtumaluonteesta.

Kasvispainotteisuuden ja oppilaiden syömisen välisestä jännitteestä on viitteitä myös aikaisemmissa tutkimuksissa: Lombardini ja Lankoski (2017, 170) havaitsivat, että kasvisruokapäivinä ruokaa sekä otetaan vähemmän että ruokailuun osallistuminen on sekaruokapäiviä heikompaa (2017, 170). Lisäksi Wahlenin ja kollegoiden tutkimuksessa (2019, 12–19) nousi esiin ruokapalveluhenkilöstön epäily, että liian rajut toimet ilmastoystävällisen ruokailun edistämiseksi johtaisivat ruokailijoiden

kaikkoamiseen. Ammatillaiset kokivat tarvetta kasvisruon myönteiselle vastaanotolle, jotta työtä kasvisruokailun kehittämiseksi jaksettiin tehdä. Tutkijat myös painottivat viestinnän ja tiedon jakamisen roolia oikeutuksen saamiseksi ruokailijoilta kehitystoimille.

Oppilaiden syöminen oli ihanne, josta ruokapalveluhenkilöstö ei ollut valmis joustamaan kasvispainotteisuuden ja kasvattavuuden edistämiseksi. Niinpä ruokapalveluhenkilöstön ratkaisuna oli pelata kasvisruokapäivinä varman päälle ja tarjota ruokailijoille menekiltään varmoja keittoja, puuroja ja pinaattilettuja. Ratkaisu oli vanhoja käytäntöjä uusintava, sillä se ei tarjonnut oppilaille mahdollisuutta tutustua uusiin makuihin, ruokalajeihin ja raaka-aineisiin. Uudet, kasviproteiinien ympärille kehitetyt reseptit näyttivät siis jäävän vain vapaavalintaisiksi vaihtoehdoiksi.

Sitä vastoin kouluruokailun käytäntöjen murtamisen kannalta Asikkalassa syntynyt idea tehdä kasvisruoasta mausteisempi vaihtoehto oli merkittävä, sillä se onnistui sovittamaan kasvispainotteisuuden ja oppilaiden syömisen välistä jännitettä siten, että yleensä toisiaan vastaan asettuneet ihanteet tukivatkin toisiaan. Ratkaisu onnistui haastamaan ajattelua, jossa kasvisruoka nähtiin uhkana oppilaiden syömiselle. Kasvisruoka ei näyttäytynytäkään enää vain uhkana oppilaiden syömiselle vaan myös mahdollisuutena edistää oppilaiden syömistä uudella tavalla. Kun ruokalassa oli ollut tarjolla yksi ja sama ruokalaji kaikille, oli sen täytynyt valmistaa nuorempien ja mausteisiin tottumattomien ruokailijoiden ehdoilla. Nyt kasvisruoan tarjoaminen toisena pääruokana toi asetelmaan joustavuutta.

Vaikka oppilaiden syömisen ihanne oli ruokapalveluhenkilöstölle erityisen tärkeä, ei ruokapalvelu henkilöstö ollut kasvattavuuden ihanteestakaan valmiita luopumaan. Ruokapalveluhenkilöstö oli esimerkiksi hyvin päättäväinen, että pikaruokatyypisillä ruokalajeilla kuten pizzalla, hampurilaisilla tai ranskanperunoilla oppilaiden syömistä ei oltu valmiita edistämään. Vaikka ruokapalveluhenkilöstön roolia kasvattajina ei ole selkäesti määritelty, aineistostani kävi ilmi, että ruokapalveluammattilaiset todella kantoivat kasvatusvastuuta eivätkä kokeneet työnsä rajoittuvan vain ruoan valmistukseen ja tarjoiluun kuten Risku-Norjan mukaan (2012) joissakin kouluissa on tapahtunut. Tulosteni perusteella ruokapalveluhenkilöstö siis näyttäytyi Lintukankaan (2009) määritelmän mukaisesti koulun kanssakasvattajina.

Itsetekemisen ja sujuvuuden välinen jännite

Einespihvien- ja pyöryköiden käyttöön kasvisruokailun edistämässä nostatti jännitteen itsetekemisen ja sujuvuuden välillä. Ruokapalveluhenkilöstön mukaan kasvispihvien ja -pyöryköiden avulla kasvisruoan menekkiä olisi mahdollista kasvattaa joutuisasti. Niiden tarjoaminen lisäsi sujuvuutta keittiöissä mutta oli vastoin ruokapalveluhenkilöstön ihannetta valmistaa ruoka itse. Kokeilukunnista Jyväskylän ja Asikkalan ruokapalvelut päättivät rajoittaa einesten käyttöä *minimiin*, kun taas Liperissä einespihvejä- ja pyöryköiden tuomisessa ruokalistoille ei nähty ongelmaa. Valmisruokien käyttö tai käyttämättömyys koulujen ruokalistoilla kytkeytynee laajempaan keskusteluun siitä, missä määrin rajallisten henkilöresurssien kanssa painivien suurtalouskeittiöiden kuuluu valmistaa ruoka itse ja alusta pitäen.

Ratkaisuna valmiskasvisruokien käyttö on kouluruokailun käytäntöjen muuttumisen kannalta kaksijakoinen. Valmispihvit ja -pyörykät toimivat keinona päästä vapaavalintaisen kasvisruoan tarjoamisessa alkuun ripeästi ilman työlästä reseptiikan kehitystyötä ja uusien ruokalaittojen opettelua. Aikaisemmin Jallinojan ja kollegoiden tutkimuksessa valmisruokien käyttö tulkittiin mahdollisuutena kasvisruokailun edistämiseksi juuri sen vuoksi, että valmisruokien käyttö mahdollistaa kasvisruokailun ilman kasvisruokien valmistusosaamista (2016, 11). Toisaalta erityisesti pitkällä aikavälillä eineksiin turvautuminen voidaan nähdä myös vanhojen käytäntöä muuttumisen esteenä, sillä valmisruokien käyttö ei lisää keittiöiden kasvisruokaosaamista.

Kasvispainotteisuuden ja sujuvuuden välinen jännite

Vapaavalintainen kasvisruoka toi uuden elementin ruoanottoon, mikä vaati ruokapalveluhenkilöstöä rukkaamaan linjaston järjestystä. Uuden paikan etsiminen kasvisruoalle aiheutti jännitteen kasvispainotteisuuden ja sujuvuuden ihanteiden välille. Kasvispainotteisuuden edistämisestä joustettiin, jotta sujuvuus ei vaarantunut. Kasvisruoka ei saanut aiheuttaa sekaannuksia tai ylimääräistä hämmennystä ruoanotossa eikä jouhevuutta ruoan valmistuksessa ja kuljetuksessa haluttu laittaa alttiiksi. Kasvisruoan tarjoileminen sekaruoan vieressä olisi siis vaatinut ruokapalveluilta käytäntöjen perusteellisempaa mylläämistä, mutta tähän ruokapalveluhenkilöstö ei ollut vielä valmis. Ruokapalveluhenkilöstö päätyi siis ratkaisuihin, jotka ylläpitivät vanhoja käytäntöjä.

Vuosikymmeniä kouluruokalan linjastoissa on ollut tarjolla vain yksi ruokalaji. Yhden pääruoan tarjoilun varaan rakennetut, vanhat linjastojärjestelyt ovat siis luoneet polkuriippuvuuden. Jotta kasvisruoka voisi näyttäytyä ruokailijoille aidosti tasavertaisena pääruokana, sen pitää olla esillä tavanomaisen jonotusreitillä varrella, käden ulottuvilla ja aistinvaraisesti arvioitavissa siinä missä sekaruoankin. Myös Kaljosen ja Lyytimäen (2016) henkilöstöruokalassa toteutetussa tutkimuksessa korostui ruokailijoiden mahdollisuus ruoan aistinvaraiseen arviointiin ruoanotossa. Esimerkiksi Asikkalassa kasvisruoan paikka sekaruokaa jonottavien selän takana erillisessä linjastossa viestitti oppilaille äänettömästi mutta tehokkaasti, ettei kasvisruoka ollut kaikkien ruokaa. Kasvisruoan sijainti erityisruokavalioiden kanssa tai muuten syrjässä pitää tehokkaasti yllä mielikuvia ruoasta, joka ei kuulu kaikille ja josta erityisruokavalioiden tapaan puuttuu jotakin.

Kasvisruoan sijainti linjastossa on omiaan joko tukemaan tai jarruttamaan kouluruokailun muutosta kasvispainotteisempaan suuntaan. Lukuisissa aikaisemmissa tutkimuksissa on osoitettu, että ruoat, jotka ovat näkyvillä ja helposti saatavilla, valitaan muita useammin (Arno & Thomas 2016; Bucher ym. 2016; Broers, De Breucker, Van den Broucke & Luminet 2017). Ruokien sijoittelulla voidaan siis tuopata ruokailijoita haluttuun suuntaan, mutta vain tiettyyn rajaan asti. Pelkkä kasvisruoan sijainnin parantaminen ei usein yksinään ole riittävä toimi, vaan käytännön pysyvä muutos vaatii kokonaisvaltaisempaa otetta (Kaljonen ym. 2019, 368–369). Esimerkiksi ilmastolounaiden tapauksessa pelkkä ilmastolounaan tuominen henkilöstöravintolan linjaston ensimmäiseksi vaihtoehdoksi ei saanut lihankulutusta laskuun, vaan menekkitilastoissa muutos näkyi vasta kun keittiöissä alettiin kiinnittää huomiota ilmastoaterioiden reseptien herkullisuuteen.

Hävikin minimoinnin ja kasvispainotteisuuden välinen jännite

Kasvisruokailun edistäminen aiheutti keittiöissä jännitteen kasvispainotteisuuden ja hävikin minimoinnin välille. Haastatteluissa toistui kaava, jossa keskustelun kääntyessä käytäntöjen rohkeampaan uudistamiseen kasvispainotteisuuden tukemiseksi ajatus torjuttiin vetoamalla hävikin kasvuun. Ruokapalveluhenkilöstön havainto on linjassa Silvennoisen ja kollegoiden (2020) sekä Lombardinin ja Lankosken (2013) tutkimusten kanssa. Silvennoisen ja kollegoiden tutkimuksessa

todettiin, että kasvisruoasta aiheutui kouluissa ruoan valmistusmääriin suhteutettuna enemmän hävikkiä kuin sekaruoasta.

Menekin ennustamisen helpottamiseksi sekaruoan pariksi valittiin mahdollisimman samankaltainen ruoka. Kasvispainotteisuuden ihanne sai siis joustaa hävikin minimoinnin ihanteen vuoksi. Ruokapalvelut eivät olleet valmiita kasvisruoan mekin edistämiseen siten, että esimerkiksi menekiltään heikompien sekaruokien parina olisi tarjottu jotakin oppilaiden suosikkikasvisruokaa. Se olisi sekoittanut liiaksi keittiön totuttuja käytäntöjä. Jos kasvisruoasta aiheutuu sekaruokaa enemmän hävikkiä, se vähentää kasvisruokailulla tavoiteltuja ympäristöhyötyjä. Toisaalta erilaiset ruoat voisivat houkutella oppilaita syömään, mikä oli myös vapaavalintaisen kasvisruoan tarjoamisen perusteluna kouluruokailusuosituksessa (Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2017, 35).

Toisena ratkaisuna jännitteeseen ruokapalveluammattilaiset olivat taipuvaisia rukkaamaan ruokalistoja siten, että menekiltään heikoista kasvisruoista luovuttiin. Haastateltavat olivat havainneet, että uusien kasvisruokalajien tarjoaminen koululaisille saattoi lisätä hävikkiä. Lombardini ja Lankoski (2013, 171) totesivat kasvisruokailun edistämisen todella lisänneen lautasjätteen määrää. Toisaalta lautasjätteen kasvu osoittautui tutkimuksessa ohimeneväksi ilmiöksi, ja hävikkiluvut palasivat seurannan aikana takaisin lähtötasolle. Lombardinin ja Lankosken tulos tukeekin näkemystä siitä, että ruokapalveluhenkilöstöllä tulisi olla malttia pitää uudet ruoat listoilla ja odottaa lautasjätteen määrien tasaantumista. Toisaalta reseptien pitämistä ruokalistoilta jättäpäisesti liian pitkään heikosta menekistä ja biojäteastian täyttymisestä huolimatta ei voida sitäkään pitää hyvänä ratkaisuna, sillä se lisää kasvisruokaan liitettyjä kielteisiä mielikuvia. Menekiltään heikkojen kasvisruokalajien ruokalistoilta pitäminen tai poistaminen vaatii siis tasapainoilua.

Lautasjätteen suhteen liian tiukan linjan pitäminen saattaa siis toimia jarruna kouluruokailun käytäntöjen muuttumiselle. Uusiin makuihin totuttelu vie lapsilta ja nuorilta aikaa. Uusiin makuihin totuttelu voi myös käydä mahdottomaksi, jos oppilaat eivät uskalla hävikin syntymisen pelossa valita kasvisruokaa maisteltavaksi. Uusien ruokien valmistaminen on totuttelun paikka myös ruokapalveluhenkilöstölle. Uuden ruokalajin valmistusta ja reseptejä voi olla tarvetta opetella ja viilata vielä uuden reseptin käyttöönoton jälkeenkin.

Kolmantena ratkaisuna hävikin minimoinnin ja kasvispainotteisuuden välisen jännitteen sovitteluun oli ennakoitu kasvisruoan paikan suhteen. Kasvisruokaa ei haluttu tuoda sekaruoan viereen lainkaan tai sitä ei haluttu laittaa esille kaikkiin ruoanottopisteisiin. Kouluruokailun hävikistä suurimman osan on todettu olevan tarjoiluhävikkiä (Silvennoinen ym. 2020, 19). Toisin kuin lautasjäte linjastosta ruokailun päätyttyä ylijäänyt ruoka on syömäkelpoista ja tietyin ehdoin mahdollista hyödyntää muiden kuin koulussa ruokailleiden oppilaiden käyttöön tai tarjota kouluruokailussa ylimääräisenä vaihtoehtona myöhemmin. Tarjoiluhävikin tehokas hyödyntäminen näyttää ruokapalvelujen prosessien kehittämiseen liittyvänä haasteena.

Luotettavuus ja rajoitukset

Laadullisen tutkimuksen lähtökohtana voidaan pitää tutkijan avointa subjektiviteettia ja sen tunnistamista, että tutkija on tutkimuksen keskeinen tutkimusväline (Eskola & Suoranta 1998, 211). Laadullisessa tutkimuksessa aineiston luotettavuus perustuu tutkijan tekemien valintojen avoimeen raportointiin (Hirsjärvi & Hurme 2015, 189). Olen pyrkinyt läpinäkyvyyteen kuvaamalla yksityiskohtaisesti aineiston keruun ja analyysin vaiheet. Näin olen tuonut valintani lukijan arvioitavaksi.

Aineiston katsotaan olevan riittävän kattava, kun uudet havainnot eivät tuota enää tutkimusongelman kannalta olennaisesti uutta tietoa. Tähän viitataan aineiston kylläytymisellä eli saturaatiolla (Eskola & Suoranta 1998, 62). Kolmen ryhmähaastattelun ja kahdeksan yksilöhaastattelun kokonaisuutta voidaan pitää laadullisen tutkimuksen tarpeisiin riittävänä, sillä haasteltavien vastauksissa alkoi esiintyä toistuvuutta, eikä tutkimuskysymyksen kannalta uusia kokonaisuuksia enää ilmennyt. Viimekädessä laadullisen aineiston riittävyys on aina harkinnanvaraista, sillä tutkija ei voi koskaan olla täysin varma, ettei seuraava haastattelu tuo mukanaan enää uutta informaatiota. Liitetäänhän laadulliseen tutkimukseen piirre, että kaikki haastateltavat ovat ainutlaatuisia (Hirsjärvi ym. 1997, 177).

Eskola ja Suoranta (1998, 68) korostavat, että haastattelijalla ei ole haastattelun merkityksetön välikappale vaan välttämätön osa vuorovaikutusprosessia. Haastattelijana en ollut täysin neutraali. Olin tavannut osan haastateltavista kasvotusten jo kouluruokakokeilujen järjestelyn yhteydessä. Hankkeen julkituotuna

tavoitteena oli kasvisruokailun ja kasvien tarjonnan lisääminen kouluruokailussa. Tutkimusryhmämme edusti ruokapalveluille tahoja, joka oli tuottamassa kouluihin muutosta. Asemoiduimme kasvisruokailun edistäjiksi ja jopa puolestapuhujiksi. Tämä on voinut vinouttaa vastauksia siten, että haastateltavat saattoivat puhua kasvisruoasta myönteisempään sävyyn tutkimusryhmälle kuin mitä täysin hankkeen ulkopuoliselle tutkijalle tai muussa yhteydessä olisivat puhuneet. Haastateltavien taipumus antaa sosiaalisesti suotavia vastauksia on saattanut siis heikentää luotettavuutta (Hirsjärvi & Hurme 2015, 35).

Ryhmähaastatteluissa ryhmät olivat kooltaan melko suuria (7—9 osallistujaa). Ryhmän suuresta koosta johtuen valmiista litteraatista oli paikoin hankala päätellä, kuka haastateltavista kulloinkin puhuu. Erehdysten välttämiseksi otin tulkintaan vain sellaisia kohtia, joista asiayhteydestä on selvästi pääteltävissä, että puhuja on ruokapalveluhenkilöstöä. Ryhmädynamiikka ja valtahierarkiat vaikuttavat siihen, kuka puhuu ryhmässä ja mitä sanotaan (Hirsjärvi & Hurme 2015, 63). Ryhmähaastatteluissa riskinä on, että hiljaisemmat ja aremmat haastateltavat eivät päässeet ääneen ja puheliaammat dominoivat keskustelua. Osa haastateltavista oli myös esimies-alainensuhteessa, mikä on voinut vaikuttaa osallistujien puheeseen ja heikentää näin luotettavuutta.

Aineistoni rajoituksena voidaan pitää myös sitä, että tutkimukseen valikoitui muutosmyönteisiä henkilöitä ja yhteisöjä. Kunnat ja ruokapalvelut olivat ilmaisseet kiinnostuksensa lähteä mukaan hankkeeseen, ja ne olivat aloitteellisia kouluruokailun kehittämisessä. Näin tutkimukseni ei edusta sellaisia kuntia, joissa muutokseen suhtaudutaan kielteisesti. Myös miesnäkökulma jäi puuttumaan, sillä kaikki haastateltavat olivat naisia.

Tutkimukseni rajoituksena on, että käyttämäni teoria on varsin ohut eikä sitä ole testattu empiirisesti kovinkaan paljon. Tutkielmassani tarkastelin kasvisruoan sovittamista kouluruokailuun ja ihanteiden välisiä jännitteitä ruokapalveluhenkilöstön haastattelujen avulla. Aineistonkeruumenetelmäni kouluruokailun tarkasteluun oli siten eri kuin osallistuvan havainnoinnin avulla hoivakodin ruokailua tutkineella Annemarie Molilla (2010). Eri menetelmä tuottaa väistämättä erilaista aineistoa siinä mielessä, että havainnoinnilla päästään kiinni toimintaan ja tapahtumiin reaaliajassa

kun taas haastatteluissa haastateltavien kuvaukset rekonstruktioita menneistä tapahtumista ja tilanteista.

Tutkin kouluruokailussa ja ruokapalveluissa tapahtuvaa muutosta vain yhtenä hetkenä. Tekemäni tulkinnat ovat näin aikaan ja paikkaan sidottuja. Tämä on hyvä ottaa huomioon, sillä ilmastonmuutoksen hillinnän ja kasvisruokailun edistämisen saralla on tapahtunut ja tapahtuu nyt nopeaa muutosta. Toisaalta olemme palanneet tutkimushankkeen tulosten kanssa kouluihin sekä pitäneet yhteyttä niin opetus- ja ruokapalveluhenkilöstöön kuin oppilaisiin (Louhivaara, Lehtonotko & Rossi 2019). Keväällä 2018 kokoonnuimme palautetyöpajaan, jossa kokeilukoulut ja ruokapalvelut pääsivät jakamaan kokemuksia toisilleen. Myös menekin seuranta jatkettiin interventioiden päättymisen jälkeen (Kaljonen ym. 2018c, 38).

7 Johtopäätökset

Tämän tutkielman tavoitteena oli tarkastella, miten kasvisruoka sovitetaan osaksi kouluruokailun käytäntöjä. Tähän tarjoutui tilaisuus, kun kasvisruoka muutettiin uudistuneiden kouluruokailusuositusten mukaisesti vapaavalintaiseksi kolmessa suomalaisessa yläkoulussa. Tutkielmani tarjoaa eväitä siihen, mihin tekijöihin kasvispainotteisuuden edistämiseksi kouluruokailussa tulisi jatkossa kiinnittää huomiota, kun tavoittelemme kouluruokailun käytäntöjen muutosta kohti ympäristön ja terveyden kannalta kestävämpiä ruokailutottumuksia.

Reseptiikan puuttuminen on yksi pullonkauloista. Kasvisruokareseptiikka vakiinnuttaa kasvisruoan asemaa keittiöissä. Maistuvien, oppilaiden hyväksymien ja ammattikeittiöiden tarpeisiin soveltuvien reseptien kehitys vaatii pitkäjänteistä työtä, jossa epäonnistumiset ovat osa oppimista. Erityisesti pienissä kunnissa, joissa tuotekehitys tehtiin muun työn ohella, jokaisen uuden kasvisruokalajin kehittäminen ruokalistoilta oli iso ponnistus. Sekä ruokapalveluhenkilöstön kasvisruokatuntemus että kasvisruokien valmistusosaaminen vaativat vahvistamista, sillä kasvisruokailu ja kasvipohjaisten tuotteiden kirjo ovat kehittyneet viime vuosina harppauksin. Lisäkoulutus ei kuitenkaan onnistu ilman, että ruokapalveluille tarjotaan siihen resursseja. Voisiko jatkossa pienten kuntien ja ruokapalveluiden tuotekehitystyön taakkaa keventää reseptien yhteiskehityksellä? Lisäksi on syytä varmistaa, että ruokapalvelu- ja ravintola-alan opiskelijoille tarjottava kasvisruokaopetus on ajanmukaista ja riittävää.

Oppilaiden syöminen oli ihanne, josta ruokapalveluhenkilöstö ei ollut valmis joustamaan kasvispainotteisuuden edistämiseksi. Jatkossa oppilaiden osallistaminen kasvisruokien tuotekehitykseen voi tukea kasvisruokien hyväksyttävyyttä ja auttaa kehittämään reseptejä, jotka maistuvat oppilaille. Poprasus-hankein Meidän Menukokeilussa saimme näyttöä siitä, että oppilaiden osallisuus, heidän ideoidensa ja kehitysehdotusten kuuntelu, mahdollistaa arvokkaita avauksia niin kasvisruokailun kuin laajemmin kouluruokailun kehittämisessä (Kaljonen ym. 2018c). Oppilaiden osallistamiseen tähtäävät tilaisuudet voivat toimia myös keinona murtaa kouluruokailun epätapahtumaluonnetta ja tehdä oppilaille näkyväksi, että ruoka valmistetaan heitä varten.

Erityisesti maaseutupaikkakunnilla ruokapalveluhenkilöstön huolena oli, että kasvisruoka kasvattaa tuontiraaka-aineiden käyttöä. Asikkalassa kasvispainotteisen syömisen ja ruoan alkuperän huomioimisen ihanteet onnistuttiin saattamaan yhteen hyödyntämällä reseptiikassa lähituottajan härkäpapua. Markkinavuoropuhelu ammattikeittiöiden ja suomalaisten kasviproteiinituottajien ja -valmistajien välillä voi toimia merkittävänä apuna kasvispainotteisuuden ja kotimaisuuden ihanteiden yhteensovittamisessa. Suurtalouskeittiöiden tarpeisiin soveltuville, edullisille ja helppokäyttöisille kotimaisille kasviproteiinituotteille on siis tilausta. Ruokapalvelujen sisäisessä työnjaossa hankintatyön ja tuotekehityksen tiivis yhteistyö on keskeistä, jotta vastuulliset raaka-aineet todella saadaan osaksi uusia reseptejä ja ruokalistoja.

Kasvisruokailun edistämällä ruokapalveluhenkilöstö pyrki tukemaan terveyden ja ympäristön kannalta kestävämpiä ruokailutottumuksia. Aineistostani käy ilmi, että kasvisruokaa oli kuitenkin mahdollista valmistaa myös siten, että kasvispainotteisuuden edistäminen kääntyi ympäristö- ja terveellisyysihanteita vastaan. Juustoon ja kermaan turvautumalla kasvisruoka valmistui perinteisin opein, mutta rasvaisten maitotuotteiden runsas käyttö vesitti sekä terveellisyyden että ekologisuuden ihanteita. Juuston hiilijalanjälki on kalaa, broilerinlihaa ja mahdollisesti joissakin tapauksissa jopa sianlihaa suurempi. Siksi ruokailun ilmastovaikutusten vähentäminen erityisesti juustoon nojaavalla kasvisruoalla ei onnistu. Ruokailun ilmastovaikutusten vähentämisen näkökulmasta on mahdollisesti jopa vaikuttavampaa kehittää sekaruokareseptejä, joissa lihan osuutta on vähennetty, vaihtaa resepteissä ilmastovaikutuksiltaan suurempia lihalaatuja ilmastovaikutuksiltaan pienempiin tai korvata osa lihasta kasviproteiinilla kuin edistää rasvaisiin maitotuotteisiin nojaavaa kasvisruokailua.

Toinen aineisto esiin noussut pullonkaula oli vain yhdelle ruokalajin tarjoiluun suunnitellut linjastot. Uusia ruokaloita suunniteltaessa ja vanhoja remontoitaessa olisi järkevää ottaa huomioon kasvanut tilan tarve, jotta seka- ja kasvisruoka saadaan tarjolle tasavertaisesti vierekkäin. Lisäksi olisi hyvä varmistaa myös salaattikomponenttien ja lämpimän kasvislisäkkeen mahtuminen linjastoon. Ruokapalveluhenkilöstön mukaan höyrytetyt kasvikset sekä salaatti komponentteina tarjottuna maistuivat oppilaille. Niiden tarjonnan parantamisella kasvien kulutusta voisi mahdollisesti lisätä kaikilla, myös heidän kohdallaan, jotka edelleen valitsevat

linjastolta sekaruokaa. Euroopan jakelujärjestelmän kouluhedelmätukea voisi kehittää eteenpäin siten, että se mahdollistaisi paahdettujen uunijuuresten, höyrytettyjen herneiden tai vaikkapa jälkiruokamarjojen tarjoilukertojen lisäämisen. Koulujakelujärjestelmän tukieuroja voisi myös kohdentaa entistä enemmän kouluhedelmätukeen.

Tulosteni mukaan useat ruokapalveluhenkilöstön ratkaisuyritykset, kuten rasvaisten maitotuotteiden käyttö ruoanvalmistuksessa, linjastoratkaisut sekä kasvisruokapäivien oppilaille tuttuihin ja menekiltään varmoihin ruokiin turvautuminen, ennemmin ylläpitivät kouluruokailun nykyisiä käytäntöjä kuin onnistuivat murtamaan niitä. Pienet korjaustoimenpiteet olivat monessa otteessa riittämättömiä erityisesti kasvisruokailun merkitysten muuttamiseen. Tämä on todettavissa myös kouluruokakokeilujen menekkidatasta, jossa vapaavalintaisen kasvisruoan osuus kasvoi seurannan aikana vain noin kymmeneen prosenttiin tarjotuista aterioista (Kaljonen 2018c, 38–39).

Aineisto paljasti kuitenkin myös kohtia, joissa merkityksiä muutettiin ja ruokapalveluhenkilöstön tekemät ratkaisut saattavat todella mahdollistaa kouluruokailun muutoksen kohti kasvipainotteisuutta: Asikkalassa ruokapalvelupäällikön oivallus tehdä kasvisruoka mausteisemmaksi vaihtoehdoksi oli ratkaisuna vanhoja merkityksiä muuttava. Kasvisruoka ei enää ollut vain lihaton ruoka, vaan enemmän makua, tulisuutta ja vaihtelua tarjoava vaihtoehto. Ratkaisu oli merkittävä, sillä se asemoi ja määritteli kasvisruokaa uudella tavalla. Liperissä kasvisruoka siirrettiin keittiön työnjaossa erilleen erityisruokavalioista. Pitkällä aikavälillä ratkaisu voi keittiössä häivyttää kasvisruoan erityisruokavaliomerkitystä ja tuoda kasvisruokaa merkityksiltään lähemmäksi sekaruokaa. Lisäksi Liperissä keittiön esimiehille kasvisruokailun kehittäminen loi mahdollisuuden innostua ja oppia uutta. Kasvisruoka sai siis viheliäisenä lisätyön merkityksen rinnalle myönteisempiäkin merkityksiä uusista haasteista ja ammatillisesta kehittymisestä.

Aineistoa lukiessa ei voinut välttyä kiinnittämättä huomiota siihen, että ruokapalveluhenkilöstö uusinsi jatkuvasti kasvisruokaan liitettävä erityisruokavalio-merkitystä sanavalinnoissa. Haastatteluissa toistui jaottelu *normaaliin ruokaan* ja *kasvisruokaan*. Sekaruokaa nimitettiin myös *perusruoaksi* ja *tavalliseksi ruoaksi*. Sen sijaan, että ruokapalveluhenkilöstö olisi puhunut kasvisruokien lisäämisestä

ruokalistaan, osa haastateltavista puhui *kasvisruokalistan laatimisesta*. Jyväskylässä jaotteleva ajattelu- ja puhetapa välittyi oppilaille ja vanhemmille asti, sillä koulun ruokalista oli otsikoitu nimellä *lounas- ja kasvisruokalista*. Lisäksi vapaavalintainen kasvisruoka oli merkitty listassa tähtisymbolilla *kasvisruokailijan vaihtoehdoksi*, mikä oli omiaan vahvistamaan mielikuvaa kasvisruoasta ei-kaikkien-ruokana.

Muutoksessa kohti ympäristön ja terveyden kannalta kestävämpää, kasvispainotteisempaa ruokailua näyttääkin olevan pitkälti kyse siitä, miten kasvisruoan erityisruokavaliolle murttuu. Miten kasvisruoka muuttuu *normaaliksi ruoaksi*; ruoaksi, jota ruokailija voi ottaa lautaselleen identifioitumatta kasvisruokailijaksi. Olen koonnut tulosteni pohjalta liitteeseen 4 ehdotuksia toimista, joilla kasvisruoan erityisruokavaliomerkitystä toisaalta ylläpidetään ja toisaalta voidaan kyseenalaistaa.

Lopulta tutkielmani keskeisimpänä johtopäätöksenä on, että kouluruokailun muuttaminen kasvispainotteisemmaksi vaatii käytäntöjen hivuttamista haluttuun suuntaan päättäväisesti mutta kaiken aikaa kuulostellen ja havainnoiden syntyviä jännitteitä. Huomion kiinnittyminen liiaksi vain yhteen kouluruokailun ihanteeseen – olkoon se sitten oppilaiden syöminen, ruoan alkuperä, hävikin minimointi tai kasvispainotteisuus – voi olla kouluruokailun kokonaisuuden kannalta haitallista. Muutokseen on pyrittävä määrätietoisesti, mutta kestävää muutosta on hankala saada aikaan runnomalla.

Kouluruokailun muuttaminen kasvispainotteisemmaksi vaatii jatkuvaa valppautta syntyneiden jännitteiden havaitsemiseen ja käytäntöjen rukkaamiseen ihanteiden yhteensovittamiseksi. Kasvisruokailun edistäminen käy vauhdilla, jos ruokalistat täytetään valmispihveillä ja -pyöryköillä. Ruokalistojen täyttämistä oppilaille maistuvilla amerikkalaistyyllisillä valmisruoilla ei kuitenkaan voida pitää kauaskantoisena ratkaisuna. Ruokapalvelut mahdollisesti kasvattaisivat kasvisruoan menekkiä joutuisasti, mutta samalla menetetään mahdollisuus tarjota esimerkkiä monipuolisesta syömisestä sekä laiminlyödään tärkeänä pidettyä ihannetta tarjota ruokailijoille omatekoista ruokaa. Samoin kasvisruoan menekinedistäminen rasvaisilla maitotuotteilla on mahdollista, mutta se vesittää niin terveys- kuin ympäristöihanteita. Jos taas kasvispainotteisuuden ja hävikin kasvun välistä jännitettä ei oteta lainkaan huomioon, suureksi ryöpsähtäneen lautasjätteen määrä vähentää

kasvisruoan tuomia ilmastohyötyjä sekä voi saada ruokapalveluhenkilön kokemaan oman työnsä ja kasvisruoan eteen tehdyt ponnistelut merkityksettömiksi.

Toisaalta ympäristötavoitteiden typistyminen kouluruokailussa vain hävikin seurantaan ei sekään ole kauaskantoista. Riskinä voi olla, että juuri hävikin minimoinnin ihanne kahmii kouluissa liiaksi huomiota muilta tärkeiltä kestävästä ruokailun ihanteilta. Kouluruokailun hävikki on noussut otsikoihin kerta toisensa jälkeen, ja uutisointi on ollut sävyiltään paheksuvaa. Tämä on todennäköisesti osaltaan saanut ruokapalveluhenkilöstön kiinnittämään huomiota kouluruokailun ympäristö- ja ilmastotavoitteista juuri hävikkiin. Eräissä kunnissa vapaavalintaisen kasvisruoan tarjoaminen jopa jätettiin kokonaan aloittamatta perustellen päätöstä juuri hävikin kasvun estämisellä (Hinkula 2018). Vaikka hävikin minimointi on eittämättä tärkeää, se on kuitenkin ilmastovaikutuksiltaan melko vaatimaton teko erityisesti, jos sitä verrataan lihan ja maitotuotteiden vähentämiseen aterioista (Lounasheimo, Helonheimo & Kaljonen 2019, 12; Saarinen ym. 2019, 22). Siksi hävikin minimointi ei yksinään riitä kouluruokailun kestävästä kehityksen edistämisen tavoitteeksi vaan keinovalikoiman on oltava laajempi.

Jatkotutkimusehdotukset

Tässä tutkielmassa olen määritellyt ruokapalveluhenkilöstön kestävästä ruokailun portinvartijoiksi, aktiivisiksi ympäristö- ja yhteiskuntapoliittisiksi toimijoiksi. Julkisilla ruokapalveluilla on merkittävä asema suomalaisten kulutustottumusten ohjaajana. Ruoan valmistajista ja heidän roolistaan terveyden ja ympäristön kannalta kestävien ruokakäytäntöjen edistäjinä tiedetään kuitenkin vain vähän. Toivon tutkielmani siis valottaneen hieman lisää tutkimuskirjallisuudessa vähälle huomiolle jääneen ammattikunnan työtä. Samalla toivon, että ruokapalveluhenkilöstön näkökulma huomioidaan tutkimuksessa paremmin myös tulevaisuudessa.

Jatkossa olisi kiinnostavaa saada tarkempaa tietoa siitä, missä määrin suomalaiskoulut ovat alkaneet noudattaa vuonna 2017 käyttöön otettua kouluruokailusuositusta vapaavalintaisen kasvisruoan tarjoamisesta. Ruokapalveluille suunnatussa kyselytutkimuksessa olisi mielenkiintoista tarkastella kasvisruoan tarjoamisen alueellista jakautumista: Onko vapaavalintainen kasvisruoka vain suurten kaupunkien ja lukioiden etuoikeus? Missä määrin Suomessa on yhä kuntia, joissa kasvisruoan

ottaminen on sallittua vain sitoutumalla tiukasti kasvisruokailijaksi? Tässä suhteessa oppilaat voivat olla hyvin eriarvoisessa asemassa asuinpaikasta riippuen. Samalla kertaa voisi kartoittaa myös sitä, missä määrin ruokapalvelut tuntevat vuonna 2017 käyttöönotetun Euroopan unionin jakelujärjestelmän kouluhedelmätukea.

Tarvitsemme lisää tietoa myös siitä, millä keinoin vähentää julkisten ruokapalvelujen ilmastovaikutuksia tehokkaasti mutta samalla ruokailijoiden hyväksymällä tavalla. Tutkimuksessa voisi myös arvioida sitä, kuinka ilmastovaikutusten kannalta tehokas tai tehoton ohjauskeino kasvisruoan tarjoaminen toisena pääruokavaihtoehtona on, esimerkiksi jos sitä verrataan sekaruokareseptien lihan määrän vähentämiseen tähtääviin toimiin. Toisaalta suorien vaikutusten ohella ruokalassa tarjottu kasvisruoka ohjaa ruokatottumuksiamme epäsuorasti: kun oppilaat törmäytetään oppivelvollisuutensa aikana samoihin ruokalajeihin kymmeniä, ellei satoja kertoja, toisto välttämättä muokkaa käsityksiä normaalista syömisestä. Tämä epäsuora vaikutus ruokailutottumuksiin ja ruokailun ilmastovaikutuksiin voi olla huomattavasti suoraa vaikutuksia merkityksellisempi, mutta myös hankalampi havaita ja tutkia.

Lähteet:

- Aalto, K. & Heiskanen, E. 2011. Kestävä ruokalautanen joukkoruokailun kestävän kehityksen edistäjänä. Kuluttajatutkimuskeskus. Työselosteita ja esitelmiä 130.
- Arno, A. & Thomas, S. 2016. The efficacy of nudge theory strategies in influencing adult dietary behaviour: A systematic review and meta-analysis. *Bmc Public Health* 16 (1), 1–11.
- Broers, V., De Breucker, C., Van den Broucke, S. & Luminet, O. 2017. A Systematic review and meta-analysis of the effectiveness of nudging to increase fruit and vegetable choice. *The European Journal of Public Health*, 27 (5), 912–920.
- Bucher, T., Collins, C., Rollo, M., McCaffrey T., De Clieger, N., Van der Blend, D. Truby, H. & Perez-Cueto, J. Nudging consumers towards healthier choices: a systematic review of positional influences on food choice. *British Journal of Nutrition* 115(12), 2252–2263.
- Cardello, A., Bell, R. & Kramer, F. 1996. Attitudes of Consumers toward military and other institutional foods. *Food Quality and Preference* 7 (1), 7–20.
- Del.hel.fi. 2019. Valtuutettu Atte Harjanteen aloite liha- ja maitotuotteiden kulutuksen puolittamiseksi vuoteen 2025 mennessä (Helsingin kaupunginvaltuuston päätös 3/13.2.2019). Viitattu 6.8.2019
<http://dev.hel.fi/paatokset/asia/hel-2018-006850/kvsto-2019-3/>
- Ec.europa.eu. 2017. School year 2017/2018. Viitattu 6.3.2020
https://ec.europa.eu/info/sites/info/files/food-farming-fisheries/key_policies/documents/school-scheme-budget-by-country-2017-18_en.pdf
- Ec.europa.eu. 2018. School year 2018/2019. Viitattu 6.3.2020
https://ec.europa.eu/info/sites/info/files/food-farming-fisheries/key_policies/documents/school-scheme-budget-by-country-2018-19_en.pdf
- Ec.europa.eu. 2019. School year 2019/2020. Viitattu 6.3.2020
https://ec.europa.eu/info/sites/info/files/food-farming-fisheries/key_policies/documents/school-scheme-budget-by-country-2019-20_en.pdf
- Edwards, J., Meiselman, H., Edwards, A. & Leshner, L. 2003. The Influence of Eating Location on the Acceptability of Identically Prepared Foods. *Food Quality and Preference* 14 (8), 647–52.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Evans, C., Christian, M., Cleghorn, C., Greenwood, D. & Cade, J. 2012. Systematic review and meta-analysis of school-based interventions to improve daily fruit

and vegetable intake in children aged 5 to 12 y. *American Journal of Clinical Nutrition*, 96 (4), 889–901.

Fiddes, Nick. 1991. *Meat – a natural symbol*. Lontoo: Routledge.

Golden D. 2005. Nourishing the nation: The Uses of Food in an Israeli Kindergarden. *Food and Foodways*, 13 (3), 181–199.

Gullberg, E. 2004. *Det välnärda barnet: Föreställningar och politik I skolmåltidens historia*. Stockholm: Carlson.

Gullberg, E. 2006. Food for Future Citizens: School Meal Culture in Sweden. *Food, Culture and Society* 9 (3), 337–43.

Hallström, E., Carlsson-Kanyama, A. & Börjesson, P. 2015. Environmental impact of dietary change: a systematic review. *Journal of Cleaner Production* 91, 1-11.

Heikkinen, S. 2017. Ruoka ihan oikea. *Suomen kuvalehti* 37/2017.

Helsingin kaupunki. 2018. *Hiilineutraali Helsinki 2035 -toimenpideohjelma*. Helsingin kaupungin keskushallinnon julkaisuja 2018:4. Viitattu 6.6.2019 <https://www.hel.fi/static/liitteet/kaupunkiymparisto/julkaisut/julkaisut/HNH-2035-toimenpideohjelma.pdf>

Heusala, H. & Katajajuuri, J. 2016. *Ruoan ilmastovaikutukset*. Luonnonvarakeskus.

Heuts, F. & Mol, A. 2013. What is a good tomato? A Case of Valuing in Practice. *Valuation studies* 1 (2), 125–146.

Hinkula, E. 2018. Monet koulut rajoittavat kasvisruoan saantia – se tarjotaan usein ”tiskin alta”. *Yle uutiset*. Viitattu 27.5.2019 <https://yle.fi/uutiset/3-10092550>

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2015. *Tutkimushaastattelu : teemahaastattelun teoria ja käytäntö*. 2 painos. Helsinki: Gaudeamus.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 1997. *Tutki ja kirjoita*. 13. painos. Helsinki: Tammi.

Hoppu, U., Kujala, J., Lehtisalo, J., Tapanainen, H. & Pietinen, P. 2008. Yläkoululaisten ravitsemus ja hyvinvointi. Lähtötilanne ja lukuvuonna 2007–2008 toteutetun interventiotutkimuksen tulokset. *Kansanterveyslaitoksen julkaisuja B30/2008*.

Hoppu, U., Lehtisalo, J., Kujala, J., Keso, T., Garam, S., Tapanainen, H., Uutela, A., Laatikainen, T., Rauramo, U. & Pietinen, P. 2010. The diet of adolescents can be improved by school intervention. *Public Health Nutrition*, 13 (6A), 973–979.

Jallinoja, P., Niva, M. & Latvala, T. 2016. Future of sustainable eating? Examining the potential for expanding bean eating in a meat-eating culture. *Futures* 83, 4–14.

- Jeronen, E. & Helander, K. 2012. Kouluruokailun historia. Teoksessa Risku-Norja, H., Jeronen, E., Kurppa, S., Mikkola, M. & Uitto, A. (toim.) Ruoka – Oppimisen edellytys ja opetuksen voimavara. Ruralia-instituutti julkaisuja 25. Helsinki: Helsingin yliopisto, 94–103.
- Junnilainen, L. 2011. Lihan syömisen oikeudesta – Miksi kaupunginvaltuutetut kiistelevät kasvisruokapäivästä? Helsingin yliopisto. Valtiotieteellinen tiedekunta. Sosiaalitieteiden laitos. Sosiologia. Pro gradu -tutkielma. Viitattu 12.10.2018
https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/28212/Gradu_Junnilainen_Lihan_syomisen_oikeudesta.pdf?sequence=2
- Jyväskylän seutukunnasta kestävien proteiinetujen ja proteiinikiertotalouden Piilaakso. 2019. Hankkeen loppuraportti. Sitra ja Jyväskylän yliopisto. Viitattu 12.3.2020 <http://kestavatproteiinit.fi/materiaali/loppuraportti.pdf>
- Kaartinen, N., Tapanainen, H., Reinivuo, H., Virtanen, S., Ali-Kovero, K. & Valsta, L. 2018. Elintarvikkeiden kulutus. Teoksessa Valsta, L., Kaartinen, N., Tapanainen, H., Männistö, S. & Sääksjärvi, K. (toim.) Ravitseminen Suomessa – FinRavinto 2017 -tutkimus. Terveystieteiden ja hyvinvoinninlaitos. Raportti 12/2018, 49–58.
- Kaljonen, M., Furman, E., Kettunen, M., Peltola, T. & Salo, M. 2018a. Kasvisruoka avaa uusia ovia ruokakasvatukselle. Kotitalouslehti 17.5.2018.
- Kaljonen, M., Jallinoja, P. & Jokinen, P. 2018b. Ympäristöpoliittinen ruoka (Pääkirjoitus). Alue ja ympäristö 47 (2), 1–2.
- Kaljonen, M. & Lyytimäki, J. 2016. Kestävän ruokavalion edistäminen lounasruokailussa. Suomen ympäristökeskuksen julkaisuja 5/2016.
- Kaljonen, M., Peltola, T. & Kettunen, M. (painossa). Public, embodied experiments in dietary transition: demonstrating alternative proteins at Finnish schools. *Global Environmental Change*.
- Kaljonen, M., Peltola, T., Kettunen, M., Salo, M. & Furman, E. 2018c. Kasvisruokaa kouluun – Kokeileva tutkimus ruokavaliomurroksen tukena. Alue ja ympäristö 47 (2), 32–47.
- Kaljonen, M., Peltola, T., Salo, M. & Furman, E. 2019. Attentive, speculative experimental research for sustainability transitions: An exploration in sustainable eating. *Journal of Cleaner Production* 206, 365–373.
- Katajajuuri, J. & Pulkkinen, H. 2016. Liha ja ympäristö. Teoksessa Mattila, H. (toim.) Vähemmän lihaa. Helsinki: Gaudeamus, 50–76.
- Kielitoimiston sanakirja. 2019. Viitattu 16.1.2019
<https://www.kielitoimistonanakirja.fi/#/rukata>
- Kilpinen, E., Kivinen, O. & Pihlström, S. 2008. Johdanto. Teoksessa Kilpinen, E., Kivinen, O. & Pihlström, S. (toim.) Pragmatismi filosofiassa ja yhteiskuntatieteissä. Helsinki: Gaudeamus, 7–17.

- Koivuniemi, H. 2018. Kouluruokakeskustelu kuormittaa henkilökuntaa – keittiössä kaivataan sopua. Aromi. Viitattu 8.12.2018 <https://aromilehti.fi/artikkelit/kouluruokakeskustelu-kuormittaa-henkilokuntaa-keittioissa-kaivataan-sopua/>
- Koskinen, O., Mattila, M., Mesiranta, N. & Närvänen, E. 2018. Hoiva ruokahävikin vähentämisen arkisissa käytännöissä. Alue ja ympäristö 47 (2), 17–31.
- Koskinen, P. 2017. Mitä Kouluruoka kunnassasi maksaa – Isot erot: halvin 1,65 ja kallein 8,28 euroa. Yle uutiset. Viitattu 15.10.2018 <https://yle.fi/uutiset/3-9560449>
- Kytö, E. 2013. Aistittava laatu kouluruoan hyväksymisen perustana. Helsingin yliopisto. Maatalous-metsätieteellinen tiedekunta. Taloustieteen laitos. Kuluttajaekonomia. Pro gradu -tutkielma. Viitattu 4.4.2018 https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/40188/Maisterintutkielma_Elina_Kyto.pdf
- Laki ammatillisesta koulutuksesta 531/2017. Finlex – valtion säädöstietopankki. Viitattu 26.2.2018 <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2017/20170531>
- Lamminen, M. 2020. Leg4Life-hanke visioi papuja pallon parhaaksi. Alimenta 1/2020.
- Latvala, T., Niva, M., Mäkelä, J., Pouta, E., Heikkilä, J., Kotro, J. & Forsman-Hugg, S. 2012. Diversifying meat consumption patterns: Consumers' self-reported past behaviour and intentions for change. Meat Science, 92 (1), 71–77.
- Lettenmeier, M. Akenji, L., Toivio, V., Koide, R. & Amellina, A. 2019. 1.5 asteen elämäntavat. Miten voimme pienentää hiilijalanjälkeämme ilmastotavoitteiden mukaisesti? Sitran selvityksiä 148.
- Lindroos, K. 2018. Maksuton lämmin kouluateria. Teoksessa Taipale, I. (toim.) Sata innovaatiota Suomesta, 251–252.
- Lintukangas, S. 2007. Kouluruokailu – kansanterveyttä ja kumppanuutta. Teoksessa Lintukangas, S., Manninen, M., Mikkola-Montonen A., Palojoki, P, Partanen, M. & Partanen, R. Kouluruokailun käsikirja: laatuевäitä koulutyöhön. Helsinki: Opetushallitus, 17–47.
- Lintukangas, S. 2009. Kouluruokailuhenkilöstö matkalla ruokakasvattajaksi. Helsingin yliopisto. Kasvatustieteellinen tiedekunta. Kotitalous- ja käsityötieteiden laitoksen julkaisuja 20. Väitöskirja. Helsinki.
- Lintukangas, S., Manninen, M., Mikkola-Montonen A., Palojoki, P, Partanen, M. & Partanen, R. 2007. Ilman historiaa ei ole nykyisyyttä. Teoksessa Lintukangas, S., Manninen, M., Mikkola-Montonen A., Palojoki, P, Partanen, M. & Partanen, R. Kouluruokailun käsikirja: laatuевäitä koulutyöhön. Helsinki: Opetushallitus, 17–47.

- Lintukangas, S. & Palojoki P. 2016. School Dining in Finland Learning and Well-being. Porvoo: Bookwell Oy.
- Lombardini, C. & Lankoski, L. 2013. Forced Choice Restriction in Promoting Sustainable Food Consumption: Intended and Unintended Effects of the Mandatory Vegetarian Day in Helsinki Schools. *Journal of Consumer Policy*, 36 (2), 159–178.
- Louhivaara, V., Lehtonotko, V. & Rossi, I. 2019. Kasvisruoan suosio nousee kun laatu paranee. Viitattu 5.3.2019 <https://www.versuslehti.fi/tiededebatti/kasvista-kouluun-kestava-ruokailu-kutsuu-osallistumaan/>
- Lounasheimo, J., Helonheimo, T. & Kaljonen, M. 2019. Turun ruokapalveluiden hiilijalanjäljen vähentäminen. Turun kaupungin ympäristöjulkaisu 1/2019. Viitattu 24.9.2019 https://www.turku.fi/sites/default/files/atoms/files//turun_ruokapalveluiden_hiili_jalanjaljen_vahentaminen.pdf
- Lukiolaki 629/1998. Finlex – valtion säädöstietopankki. Viitattu 26.2.2018 <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19980629>
- Lundqvist, A. & Jääskeläinen, S. 2019. Lasten ja nuorten ylipaino ja lihavuus 2018. Terveysten ja hyvinvoinninlaitos. Tilastoraportti 9/2019.
- Lundqvist, A., Männistö, S., Jousilahti, P., Kaartinen, N., Mäki, P. & Borodulin, K., 2018. Teoksessa Koponen, P., Borodulin, K., Lundqvist, A., Sääksjärvi, K. & Koskinen, S. (toim.) Terveys, toimintakyky ja hyvinvointi Suomessa – FinTerveys 2017. Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. Raportti 4/2018, 45–49.
- Luonnonvarakeskus. 2018. Ravintotase 2017 ennakko ja 2016 lopulliset tiedot. Viitattu 12.10.2018 http://stat.luke.fi/ravintotase-2017-ennakko-ja-2016-lopulliset-tiedot_fi
- Luonnonvarakeskus. 2019. Uusia proteiinin lähteitä ruokaturvan ja ympäristön hyväksi. Viitattu 13.3.2020 https://www.luke.fi/scenoprot/wp-content/uploads/sites/5/2019/05/Luke_ScenoProt-esite_2019_A5_Digi_Sivut_FINAL.pdf
- Luonnonvarakeskus. 2020. Maidontuotanto. Viitattu 28.1.2020 <https://www.luke.fi/tietoa-luonnonvaroista/maatalous-ja-maaseutu/maidontuotanto/>
- Maa- ja metsätalousministeriö. 2015. Suomen koulumaitostrategia. Viitattu 26.9.2017 http://mmm.fi/documents/1410837/1801204/koulumaitostrategia_fi.LOPULLINEN.pdf
- McMichael, A., Powles, J., Butler, C. & Uauy, R. 2007. Food, livestock production, energy, climate change, and health. *The Lancet* 370 (9594). 1253–1263.

- Meiselman, H., Johnson, J., Reeve, W. & Crouch, J. 2000. Demonstrations of the influence of the eating environment on food acceptance. *Appetite*, 35 (3), 231–237.
- Mikkilä, V., Räsänen, L., Raitakari, O., Pietinen, P. & Viikari, J. 2005. Consistent dietary patterns identified from childhood to adulthood: The Cardiovascular Risk in Young Finns Study. *British Journal of Nutrition* 93 (6), 923–931.
- Mikkola, M. 2009. Shaping professional identity for sustainability. Evidence in Finnish public catering. *Appetite* 53 (1), 56–65.
- Mikkola, M. 2012. Ruokapalveluhenkilöstö kanssakasvattajana kestävyteen – Suomalaisia kokemuksia kouluruokailun arjesta. Teoksessa Risku-Norja, H., Jeronen, E., Kurppa, S., Mikkola, M. & Uitto, A. (toim.) *Ruoka – Oppimisen edellytys ja opetuksen voimavara*. Ruralia-instituutti julkaisuja 25. Helsinki: Helsingin yliopisto, 94–103.
- Mol, A. 2008. *Logic of Care*. New York: Routledge.
- Mol, A. 2010. Care and its values Good food in the nursing home. Teoksessa Mol, A., Moser, I. & Pols, J. (toim.) *Care in Practice*. Lontoo: Transaction Publishers, 215–234.
- Mol, A., Moser I. & Pols, J. 2010. Care: putting practice into theory. Teoksessa Mol, A., Moser, I. & Pols, J. (toim.) *Care in Practice*. Lontoo: Transaction Publishers, 7–26.
- Mäkelä, J. & Niva, M. 2009. Muuttuva Syöminen – yksilön vastuu ja yhteiskunnan etu. Teoksessa Lammi, M., Niva, M. & Varjonen, J. (toim.) *Kulutuksen liikkeet. Kulutustutkimuksen vuosikirja 2009*. Helsinki: Kulutustutkimuskeskus, 40–65.
- Mäkelä, J. & Niva, M. 2016. Liha suomalaisessa ruokakulttuurissa. Teoksessa Mattila, H. (toim.) *Vähemmän lihaa*. Helsinki: Gaudeamus, 16–35.
- Nelimarkka, K., Raulio, S., Saarela, A., Kantala, J. & Laatikainen, T. 2018. Minä valitsen ja ympäristö tukee: Asiakkaiden ruokavalinnat henkilöstöravintolassa. *Terveyden ja hyvinvoinninlaitos. Työpäperi 4/2018*.
- O’Doherty Jensen, K. & Holm, L. 1997. Mad og køn i socialt og kulturelt perspektiv: En litteraturgennemgang (Ruoka ja sukupuoli sosiaalisesta ja kulttuurisesta näkökulmasta: Kirjallisuuskatsaus). Kööpenhamina: Tanskan perhe- ja kuluttajaministeriö sekä ruokavirasto.
- Opetushallitus. 2014a. Koulutuksen tilastollinen vuosikirja. Koulutuksen seurantaraportit 2014:10. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy.
- Opetushallitus. 2014b. Perusopetukset opetussuunnitelman perusteet. Määräykset ja ohjeet 2014:96. Helsinki: Next Print Oy.
- Opetushallitus. 2018. Kustannussovellus 2016. Viitattu 18.10.2018
<https://vos.oph.fi/rap/kust/v16/k05e6os.html>

- Ovaskainen, E. 2018. Julkisen sektorin elintarvike ja ruokapalveluhankinnat – kooste kyselystä. Maa- ja metsätalousministeriö. Viitattu 18.10.2018
https://mmm.fi/documents/1410837/1890227/Julkisen+sektorin+elintarvike-+ja+ruokapalveluhankinnat+-+kooste+kyselystä_mmm+%28003%29.pdf
- Paulavaara, P. 2018. ”Join aamulla mehua” ja muut selitykset koululaisten minimaalisille lounaille – kuvat näyttävät, miten pienillä annoksilla osa lapsista yrittää pärjätä koulupäivän. Helsingin Sanomat. Viitattu 23.5.2019.
<https://www.hs.fi/kotimaa/art-2000005610220.html>
- Persson Osowski, C., Göranzon, H. & Fjellström, C. 2010. Perceptions and Memories of the Free School Meal in Sweden. *Food, Culture & Society* 13 (4), 555–572.
- Perusopetuslaki 628/1998. Finlex – valtion säädöstietopankki. Viitattu 23.2.2018
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19980628>
- Pihlström, S. 2007. Pragmatismi. Viitattu 16.1.2018 <https://filosofia.fi/node/2409>
- Pohjoismaiden Ministerineuvosto. 2012. Nordic Nutrition Recommendations 2012. Viitattu 2.10.2019 <https://www.ruokavirasto.fi/globalassets/teemat/terveytta-edistava-ruokavalio/ravitsemus--ja-ruokasuositukset/nordic-nutrition-recommendations-2012.pdf>
- Raulio, S., Ovaskainen M., Laatikainen, T., Männistö S., Vartiainen, E. & Virtanen, S. 2014. Kovien rasvojen saanti suomalaisilla aikuisilla: FinRavinto 2012 - tutkimus. Tutkimuksesta tiiviisti 11/2012. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.
- Raulio, S., Roos, E. & Prättälä, R. 2010. School and workplace meals promote healthy food habits. *Public Health Nutrition* 13 (6A), 987–992.
- Raulio S., Tapanainen H., Nelimarkka K., Kuusipalo H. & Virtanen S. 2018. Kuudes- ja kahdeksaluokkalaisten ruoankäyttö: Koulujakelujärjestelmätuen alkukartoitus. Terveyden ja hyvinvoinninlaitos. Työpäperi 25/2018.
- Reckwitz, A. 2002. Toward a theory of social practices: A development in culturalist theorizing. *European Journal of Social Theory* 5(2), 243–263.
- Risku-Norja, H. 2012. Ruokakasvatuksen monet muodot ja sen yhteydet kestävyyskasvatukseen. Teoksessa Risku-Norja, H., Jeronen, E., Kurppa, S., Mikkola, M. & Uitto, A. (toim.) *Ruoka – Oppimisen edellytys ja opetuksen voimavara*. Ruralia-instituutti julkaisuja 25. Helsinki: Helsingin yliopisto, 27–37.
- Ruckenstein, M. 2012. Kouluruokailun vaikuttajat. Kansalaiskasvatuksesta kulutuskulttuuriin. Teoksessa Pekkarinen, E., Vehkalahti, K. & Myllyniemi, S. (toim.) *Lapset ja nuoret instituutioiden kehyksissä*. Helsinki: Nuorisotutkimuskeskus, 156–169.
- Ruokavirasto. 2020. Koulumaitotuki ja kouluhedelmätuki Lukuvuosi 2019-2020. Viitattu 17.3.2020 <https://www.ruokavirasto.fi/globalassets/tietoa-meista/asiointi/oppaat-ja-lomakkeet/yhteisot/tuet-ja-kehittaminen/koulujakelu/koulujakelutuen-hakuopas-2019-2020.pdf>

- Saarinen, M., Kaljonen, M., Niemi, J., Antikainen, R., Hakala, K., Hartikainen, H., Heikkinen, J., Joensuu, K., Lehtonen, H., Mattila, T., Nisonen, S., Ketoja, E., Knuuttila, M., Regina, K., Rikkonen, P., Seppälä, J. & Varho, V. 2019. Ruokavaliomuutoksen vaikutukset ja muutosta tukevat politiikkayhdistelmät RuokaMinimi-hankkeen loppuraportti. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 47/2019. Valtioneuvoston kanslia. Viitattu 24.9.2019 <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-287-773-4>
- Savolainen, H., Mäenpää, I., Nissinen, A. & Salo, M. 2019. Kotitalouksien kulutuksen hiilijalanjäljen aikasarja ja rakenteellinen ositus sekä kulutuksen raaka-aineiden käyttö. Teoksessa Nissinen, A. & Savolainen, H. (toim.) Julkisten hankintojen ja kotitalouksien kulutuksen hiilijalanjälki ja luonnonvarojen käyttö. Suomen ympäristökeskuksen raportteja 15/2019, 29–38.
- Shove, E., Pantzar, M. & Watson M. 2012. Dynamics Social Practice. Lontoo: Sage Publications.
- Sillanpää, M. 2003. Nälästä runsauteen: suomalaisen ruokakulttuurin historiaa. Teoksessa Mäkelä, J., Palojoki, P. & Sillanpää, M. (toim.) Ruisleivästä pestoon: Näkökulmia muuttuvaan ruokakulttuuriin. Helsinki: WSOY.
- Silvennoinen, K, Nipponen, S & Lahti, L. 2020. Ravitsemispalveluiden elintarvikejäte : jätteen määrä 2018–2019 ja seurannan kehittäminen. Luonnonvara ja biotalouden tutkimus 1/2020. Helsinki: Luonnonvarakeskus.
- Springmann, M., Clark, M., Mason-D’Croz, D., Wiebe, K., Bodirsky, B., Lassaletta, L., de Vries, W., Vermeulen, S., Herrero, M., Carlson, K., Jonell, M., Troell, M., DeClerck, F., Gordon, L., Zurayk, R., Scarborough, P., Rayner, M., Loken, B., Fanzo, J., Godfray, H., Tilman, D., Rockström, J. & Willett, W. 2018. Options for Keeping the Food System within Environmental Limits. Nature, 562 (7728), 519–525.
- Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. 2017. Ruokapalvelut. Viitattu 10.10.2018 <https://thl.fi/fi/web/elintavat-ja-ravitsemus/ravitsemus/ruokapalvelut>
- Tieteen termipankki. 2019. Filosofia: pragmatismi. Viitattu 16.1.2019 <https://tieteentermipankki.fi/wiki/Filosofia:pragmatismi>
- Twigg, J. 1983. Vegetarianism and the meanings of meat. Teoksessa Murcott, A. (toim.) The Sociology of Food and Eating. Aldershot: Gower Publishing, 18–30.
- Valtavaara, M. 2017. Ikäviä uutisia veronmaksajalle: Koululounaan jättää syömättä joka kolmas teini – Miksi inhokkiruokia tarjotaan niin sinnikkäästi? Helsingin Sanomat. Viitattu 23.5.2019 <https://www.hs.fi/kotimaa/art-2000005381349.html>
- Valtioneuvosto. 2016. Valtioneuvoston periaatepäätös. Viitattu 23.5.2019 https://valtioneuvosto.fi/documents/1410837/1880296/periaatepaatos+julkisista+ruokahankinnoista_su.pdf

- Valtioneuvosto. 2018. Ministeri Leppä: Kouluruuan uudistaminen seuraavaan hallitusohjelmaan. Viitattu 26.1.2019 https://valtioneuvosto.fi/artikkeli/-/asset_publisher/1410837/ministeri-leppa-kouluruuan-uudistaminen-seuraavaan-hallitusohjelmaan
- Valtioneuvosto. 2019. Kestävää kehitystä annos kerrallaan. Viitattu 23.5.2019 https://valtioneuvosto.fi/artikkeli/-/asset_publisher/1410837/kestavaa-kehitysta-annos-kerrallaan
- Valtion ravitsemusneuvottelukunta. 2014. Terveyttä Ruoasta – Suomalaiset ravitsemussuositukset 2014. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy.
- Valtion ravitsemusneuvottelukunta. 2015. Valtion ravitsemusneuvottelukunta suosittelee seuraavia toimenpiteitä väestön jodin saannin parantamiseksi. Suositus 10.2.2015.
- Valtion ravitsemusneuvottelukunta. 2017. Syödään ja opitaan yhdessä – kouluruokailusuositus. Helsinki: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy.
- Valtion ravitsemusneuvottelukunta. 2018. Terveyttä ja iloa ruoasta – varhaiskasvatuksen ruokailusuositus. Helsinki: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy.
- Wahlen, S., Heiskanen, E. & Aalto, K. 2012. Endorsing Sustainable Food Consumption: Prospects from Public Catering. *Consumer Policy* 35 (1), 7–21.
- Warde, A. 1997. *Consumption, Food and Taste*. Lontoo: Sage.
- Willett, W., Rockström, J., Loken, B., Springmann, M., Lang, T., Vermeulen, S., Garnett, T., Tilman, D., de Clerck, F., Wood, A., Jonell, M., Clark, M., Gordon, L. J., Fanzo, J., Hawkes, C., Zurayk, R., Rivera, J., de Vries, W. & Majele Sibanda, L. 2019. Food in the Anthropocene: The EAT–Lancet Commission on Healthy Diets from Sustainable Food Systems. *The Lancet* 393 (10170), 447–492.

Liitteet

Liite 1: Teemahaastattelurunko

1 Mitä on hyvä kouluruokailu?

Mitkä periaatteet ohjaavat teidän työtä?

Miten periaatteet ovat muuttuneet esimerkiksi verrattuna 10 vuoden päähän?

Kuinka hyvin voitte toteuttaa periaatteita?

Entä kestävyys? Millaisia tavoitteita sen suhteen on?

2 Mitä kasvisruoka muuttaa?

Muuttuvatko periaatteet?

Millaisia käytännön muutoksia on tuonut?

3 Mitä kasvisruoan eteen on tehty?

Millaisia käytännön toimia vapaavalintaisen kasvisruoan tarjoaminen on vaatinut?

Mikä on vaikeaa? Millaisia ongelmia olette ratkaisseet?

Miten kasvisruoka on otettu keittiöissä vastaan?

4 Ruokailijat

Miten ruokailijat ovat ottaneet kasvisruoan vastaan?

Kuka kasvisruokaa syö/ei syö?

Tutkimuksemme löydös: sukupuolella on suuri vaikutus → mitä ajatuksia herää?

5 Mihin satsataan tai kiinnitetään huomiota seuraavaksi?

Missä mennään suhteessa muihin kouluihin?

Mitä oppia voitaisiin saada muilta?

Liite 2: Sitaattien lukuohjeet

Puhujien merkinnät ryhmähaastatteluissa

K: Kysyjä(t)

V: Vastaaja(t)

Muut merkinnät

,	Lyhyt tauko puheessa
..	Puheenvuoro jää kesken, jatkaa puheenvuoroa
(-)	Pois jäänyt sana tai sanan osa
[sana]	Kirjoittajan lisäys luettavuuden parantamiseksi
<u>alleviivaus</u>	Erityisen painollinen sana tai jakso
[...]	Sitaatista kirjoittajan pois jättämää puhetta

Liite 3: Kokeilukoulujen ruokalistat

Lista 6	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
vko 36	4.09. Lanttupossu Perunat Rapea kurkku-tomaatti salaatti	5.09. Pytitpannu Porkkanaraaste	6.09. Jauhelihna-tacovuoka Rapea melonisalaatti	7.09. Kalakeitto Saaristolaisleipää Juusto Juurispala	8.09. Juustoinen kasviskiusaus Ananaskaaliraaste
vko 37	11.09. Kinkkukaslike Pasta Juurestraaste	12.09. Broileripyörkkä Riisi Currykaslike Rapea mandariinisalaatti	13.09. Liha-makaronilaatikko Porkkanaraaste	14.09. Peruna-purjosekeitto Ruisleipä Juusto Paprika	15.09. Uunikala Perunat Momen vihreä salaatti
vko 38 Ympä- ristö vko	18.09. Broileripyörkkä/Tomaattinen kasviskaslike Moniivilja-riisi Currykaslike Salaattibaari	19.09. Palermopasta/ Kasvispastavuoka Mustaherukkahillo Salaattibaari	20.09. Ohrapuuro Mehukeitto Ruissämpylä Juusto Kurkkua	21.09. Tomikalaperunavuoka/ Härkäpapukiusaus Salaattibaari	22.09. Kasviswokki Pasta Salaattibaari
vko 39	25.9. Porkkanapyörkkät Kurkku-kernavilikaslike Riisi Momen vihreä salaatti	26.9. Lentäjän broileripaistos/ Välimeren pastavuoka Rapea kurkku-maissisalaatti	27.9. Jauhelihakeitto/ Linssekeitto Pieni moniiviljanutu Juusto Paprika	28.09. Rapea kalapala/ Kasviskroketit Perunasse Kurkku Lämmin vihannes	29.09. Jauhelihna-perunalaatikko/ Vegemiesvuoka Porkkanaraaste
vko 40	2.10. Jauhelihapihvit/Kasvispihvit Sienikaslike Perunat Punajuur-omenasalaatti	3.10. Broiler- ananaskaslike/Kasviskaslike Riisi Kiinankaali-persikkasalaatti	4.10. Kalakeitto/ Balaatti- porkkanaososekeitto Ruisleipä Leikkele Suolakurkku	5.10. Aurinkovuoren makaronilaatikko Porkkanaraaste	6.10. Naudanlihahöystö/ Kasvishöystö Perunat Rapea-herne-purjosalaatti
vko 41	9.10. Kirjoitokiusaus/Kasviskiusasu Kaaliraaste Lämmin vihannes	10.10. Juusto-kasviskaslike Perunat Momen vihreä salaatti	11.10. Jauhelihakaslike/Härkiskaslike Spagetti Porkkanaraaste	12.10. Keittön oma puuropäivä	13.10. Makkarakaslike/Thai-kasviskaslike Perunat Rapea salaatti
vko 42	16.10. Kernainen kasvisseosekeitto Ruisleipä Juusto Maustekurkku	17.10. Curryrossukaslike/ Currykasvis-kaslike Moniivilja-riisi Porkkanaraaste	18.10. Limekalala/Porkkanapyörkkät Perunat Momen vihreä salaatti	19.10. Kanaviiliokki/ Kasvisviiliokki Riisi Rapea-paprika-salaatti	20.10. Lihakeitto/Lempeän tulinen kasviskeitto Pieni ruisruutu Juusto Vihannes

(jatkuu)

LIPERIN KUNTA - KOULUJEN LÖUNASLISTA		KASVISVAIHTEHTO		syksy 2017		
viiko	MA	TI	KE	TO	PE	
35	Broileri-perunalaattikko	Kasvispyörökät	Liha-hernekeitto	Tominkala-pastavuoika	Jauhelihakeitto	Karitsen LUOMUlihasta
41	Nyhti-keuru-/Härkis-perunalaattikko	tarttakaustike, peruna	soija-hernekeitto	Kasvisnuudelivuoka	Kasvisseurkko	Kasvisseurkko
47	kaali-kurkkusalaatti	kinanakaali-kurkku-melonsalaatti	Juusto	punajuurri-omena /anassalaatti	peruna	Jormaohrasämpylä Rikosen leipomolta
1			tuorepala			1/2 omena
viiko 2						
36	Italiinpata	Uunimakara	Porkkanaseurkko tai	Jauhelihakeittie	Lohikeitto	
42	Vege italiinpata	Linssimuhennos	Risivielli, tuorepala	Chili sin carne	Parasakaalikeitto	
48	Juustoraaste	sinappireilisti, perunasose	maksamakkara, avocadohummus	peruna	futssämpylä	
	kinanakaali-kurkku-retiisalaatti	lanttu-porkkanaraaste	ruisruutu	kaali-puolukkaalaatti	luomubanaani	
viiko 3						
37	Jauhelihä-perunaseuruoika tai -kiusaus	Broilerikeitto	Kalamurekepihvit	Kasvisasagrette	Lihakeitto	Lihakeitto
43	Soija-perunaseuruoika	Linssi-kasviskeitto	Karhiankasvispihvit	jäävuori-kurkku-tomaattisalaatti	Bataatikeitto	Bataatikeitto
49	kasvisseurkko	yltiijuustoleivie, reilutäydyvä	kernavillikeittie, perunasose		monivillaruutu	monivillaruutu
	punajuurri-raejuustosalaatti	tuorepala kurkku	porkkana-ananassaaste		tuorepala vesimeloni	
viiko 4						
38	Broiler-pastavuoika	Kalaä kastikkeessa, perunasose	Pinaattivielli	Jauhelihäpyörökät tai -pihvit, kastike	Sianliha-perunalaattikko	Koviviron lähtihän lihasta
44	Tomaattien pastavuoika	Kasvismoussaka	Tominajäiven kananmuna	Kasvis-kookoskastike	Texmex-kasvisvuoka	Texmex-kasvisvuoka
50	musaherukka-omenasalaatti	porkkanaraaste	tuorepala, grahamsinäpviä	peruna / -sose	punajuurri-pale	punajuurri-pale
viiko 5						
33	Makkarakeitto	Broilerimureke tai -pyörökät	Jauhelihä-makaroniaattikko	Ohrasuurimopuro	Kirjolohikeittie	Kirjolohikeittie
39	Soijanakeittie	Kasvisjäuhäpihvi	Kasvis-makaroniaattikko	baikarileikkele	Punajuurri-vuoika	Punajuurri-vuoika
45	Juusto	currykastike, peruna /-sose	tomaattisose	märläkeittie	porkkanasurkale	porkkanasurkale
51	tuorepala 1/2 omena	kinanakaali-kesäkurpitsa-tomaattisalaatti	kaali-porkkana-ananassaalaatti		jäävuori-kurkku-melonsalaatti	
viiko 6						
34	Broilerkastike	Pinaattihäkaistie	Perunavielli	Kalapala	Kaaliäaattikko tai Makkalaattikko	
40	Kasviscurry	perunasose, suomal- marjähillo	kaikkunaleikkele, ruisruutu	Kasvispuikot	Kaaliäaattikko soijaruuhesta	
46	monivillä-/täysivilläisi	tominkala-pastasalaatti	tuorepala mandariini	perunasose	puolukkaähillo	
52	kukkakaali-banaani-mustaherukkaalaatti			kinanakaali-parsakaali-kurkkusalaatti	porkkanaraaste	

Lisäksi aterioilla tarjotaan ruis- ja näkkileipää, kasvisrasvaa sekä rasvatonta maitoa ja luomupiimää. Ruokailustamuutokset ovat mahdollisia esimerkiksi tavartarjontitusten takia.

Pyrinme huomiomaan myös juhlapäviä, erilaisia teemoja ja sesoneja sekä luomu- ja lähituotantoa ruokailustalla. Tuore leipä on pääasiassa Pohjois-Karjalasta tuotantoa.

(jatkuu)

(jatkuu)

(jatkuu)

Kylän Kattaus • Jyväskylän kaupungin ruokapalvelu

JYVÄSKYLÄN KAUPUNGIN PERUSKOULUJEN LOUNAS- JA KASVISRUOKALISTA AJALLE 2.10.-12.11.2017**Viikko 45**

Ma 6.11.	Lounas	Kalakeitto G, L Omena Ruisseväs M *Linssi-bataattikeitto G, L
Ti 7.11.	Lounas	Jauhemaksapihvit G, M Punajuuripaistos L Perunasose G, L Coleslaw salaatti G, M, sis.MU Puolukkahillo G, M
Ke 8.11.	Lounas	Nakkikeitto G, M Leipäpöytä Tuorejuusto G, VL Marjakiisseli G, M *Soijanakkikeitto G, M, sis.MU
To 9.11.	Lounas	Tomaattinen lasagnette L Porkkanaraaste Auringonkukan siemenet
Pe 10.11.	Lounas	Chili-kalkkunakastike G, L Pomodoro Ragu -kasviskastike G, M Riisi Rapea ananassalaatti Kurkku

*tähdellä merkitty on kasvisruokailijan vaihtoehto
Lisätietoa allergisoivista ruoka-ainesta ja ruuan
sisältötiedoista saat Kylän Kattauksen henkilökunnalta.

JYVÄSKYLÄ

(jatkuu)

(jatkuu)

Kylän Kattaus • Jyväskylän kaupungin ruokapalvelu

JYVÄSKYLÄN KAUPUNGIN PERUSKOULUJEN LOUNAS- JA KASVISRUOKALISTA AJALLE 13.11.-24.12.2017**Viikko 46**

Ma 13.11.	Lounas	Tomaattinen jauhelihakastike G, M Spagetti Kaali-kurpitsasalaatti Kurkku *Soijjarouhekastike G, M
Ti 14.11.	Lounas	Juressosekeitto G, L Raejuusto L Leipäpöytä Mandariini
Ke 15.11.	Lounas	Appelsiini-broilerikastike G, M Riisi Rapea ananassalaatti Marinoidut pavut G, M *Appelsiini-quornkastike G, M, sis.MU
To 16.11.	Lounas	Ohrarouhepuuro Mehukeitto G, M Kaali-jauhelihakeitto G, M Paprika
Pe 17.11.	Lounas	Jokapojan minikalapat G, M Perunasose G, L Kylmä kurkkukastike G, L, sis.MU Porkkanaraaste Punajuurikuutiot *Kasvis-falafelpyörykät M

Viikko 47

*tähdellä merkitty on kasvisruokailijan vaihtoehto
Lisätietoa allergisoivista ruoka-ainesta ja ruuan
sisältötiedoista saat Kylän Kattauksen henkilökunnalta.

JYVÄSKYLÄ

Liite 4: Ehdotuksia kasvisruokailun erityisruokavaliostatusta uusintavista ja murtavista toimista

	Erityisruokavaliostatusta uusintavia tekijöitä	Erityisruokavaliostatusta murtavia tekijöitä
Reseptiikan kehitys	Kasvisruokareseptiikka puuttuu keittiöiltä.	Ruokapalvelut kehittävät tai hankkivat reseptiikkaa ja valmistavat kasvisruoat reseptien mukaan.
	Kasvisruokaosaamisen ja reseptiikan kehittämiseksi ei ole varattu tarvittavia resursseja.	Kasvisruokaosaamisen ja reseptiikan kehittämiseksi varataan resurssit, jolloin kasvisruoka voi toimia keinona ammatilliseen kehittymiseen.
	Kasvisruoka valmistetaan muuttamalla sekaruoka kasvisruoksi proteiininlähde vaihtamalla.	Tarjolla kaksi erityyppistä pääruokaa, joista toinen kasvisruoka; kasvisruoka valmistetaan mausteisemmaksi vaihtoehdoksi
Ruokalista-suunnittelu	Kasvisruoksi valitaan sekaruokan kaltainen ruoka, jotta vanhat käytännöt eivät vaarantuisi.	Menekiltään heikkojen sekaruokien pariin valitaan oppilaille maistuva kasvisruoka.
	Erilliset ruokalistat seka- ja kasvisruoalle; kasvisruoka merkitty kasvisruokailijan vaihtoehdoksi	Ruokalista, jossa kaksi pääruokaa (mahdollisesti myös kasvisruokapäivänä); kasvisruoka listan ensimmäisenä vaihtoehtona
Tarjoilu	Kasvisruoka tarjolla sytyssä tai erityisruokavaliolinjastossa	Kasvisruoka tarjolla sekaruokan vieressä ensimmäisenä vaihtoehtona linjastolla
Hävikki	Uusien kasvisruokalajien tarjoamista vältetään ja kasvisruokan maisteluun suhtaudutaan varauksella lautasjätteen kasvun vuoksi.	Oppilaita osallistetaan kasvisruokareseptien kehittämiseen. Hyväksytään lautasjätteen hetkellinen kasvu osaksi uusiin makuihin totuttelua.
	Kasvisruokana tarjotaan sekaruokaa replikoiva ruoka menekin ennustamisen helpottamiseksi	Opetellaan uutta menekin ennakoinnissa tarjoilujätteen minimoimiseksi; tarjoiluhävikin hyödyntämiskäytäntöjen kokonaisvaltainen kehittäminen
Muut	Kasvisruoka on keittiön työnjaossa dieetikokin vastuulla.	Kasvisruoka siirretään työnjaossa erilleen erityisruokavaliosta. Samat työntekijät valmistavat molempia pääruokia.
	Ylläpidetään puhetapaa, jossa kasvisruoka on vastinpari ”normaalille ruoalle”.	Vältetään vastakkainasettelua ”ylläpitävää puhetapaa.