

# PÄIVÄKOTIRUOKAILU RUOKASALISSA

”Me mennään ravintolaan”



haluamansa annosmäärän omalle lautaselleen.

Ylivieskan kaupungin Hakalahden päiväkodin varajohtaja Minna Karhula kertoo ruokasaliruokailusta.

Lounasaika. Aamu on touhuttu ja vatsanpohjia kurnuttaa. Pieni poika ilmaisee ulkoleikkien tiimellyksestä vatsan kaipaavan jo matkaa kohti ravintolaa. Lapset alkavat siirtyä sisälle pienissä porukoissa.

Kumisaappaat ja vaatteet hujahtavat paikoilleen ja nenänpäät asettuvat jonoon ruokasaliin johtavalle käytävän ovelle.

Käytävän varrella sijaitsevat käsienspesupisteet. Hämä-hämä-häkki laulun siivittäessä kädet saippuoidaan ja pestään puhtaaksi.

Ruokasaliin saavuttaessa lapset tervehtivät tutuksi tulleet ravitsemustyöntekijät iloisilla kuulumisten vaihdoilla ja menevät ottamaan ruokalinjastosta itselleen tarjottimen, johon keräävät tarvitsemansa välineistön. Linjasto on suunniteltu korkeudeltaan niin, että 3-vuotiaatkin ylettävät hyvin ottamaan



Pienet mutta varmat askeleet kantavat oman, itse täyttämänsä tarjottimen ruokapöytään. No nyt pääsee syömään!

Ruokasalin käyttö tuo helppoutta lapsiryhmien toiminnallisuuteen. Lapsien ryhmätiloja ei tarvitse täyttää pöydillä ja mahdolliset pelit, askartelut ja leikit voivat jäädä odottamaan hetkeksi, kun pitää lähteä syömään. Syönnin jälkeen on hyvä palata takaisin ryhmätilaan, eikä lattioltakaan löydy tippunutta ruokaa.

Ruokasalissa syöminen tuo myös hyviä ekologisia merkityksiä. Ruoan jätettä syntyy huomattavasti vähemmän, kun lapset annostelevat itse ruokansa. Lapset palauttavat itse mataliin palautuskärryihin omat astiansa ja jätteet. Seiniin laitettujen apukuvien avulla lapset ovat oppineet itse lajittelemaan astian palautuksessa sekä bio- että sekajätteet.

Kaikki päiväkodissa tarjottavat ateriat nautitaan ihanan ja valoisan ruokasalin tiloissa. Meidän vuoropäiväkodissamme siis ruokaillaan ruokasalissa aamupalasta iltapalaan, seitsemänä päivänä viikossa.



Ylivieskan kaupungin palvelujohtaja Eija Kangasoja

Päiväkotiruokailu ruokasalissa on koettu monelta osin hyväksi ratkaisuksi. Ruokat laitetaan linjastoon ateriamallin mukaan, ensin salaatit, pääruoka ja lopuksi jälkiruoka ja ruokajuomat. Ruokien ulkonäkö, ravintosisältö ja lämpötila säilyvät linjastossa todella hyvin. Osastolle vietäessä ruokia joudutaan jakamaan pieniin eriin, joten usein ruoan ulkonäkö ja rakenne kärsivät. Ruoka-annokset kuivuvat helposti pienissä erissä ja ruoanlämpötilojen kanssa on ongelmia.

Ruokasali-ruokailussa säästyy myös työaika, ruokaa laitetaan tarjolle yhteen paikkaan. Kun lapset itse ottavat ruoan, niin hukkaruokaa syntyy paljon vähemmän. Hävikkiruokan määrä on pienentynyt, koska ruoanmäärä voidaan paremmin arvioida jo valmistusvaiheessa. Jätteen määrää vähentää

myös se, että ei tarvita esim. pieniä pakkauskokoja, vaan ruokat ovat linjastossa yhdessä erässä esim. maitopurkkien tilalla on maidonannostelijat. Työaika säästyy myös siinä, ettei ruokaa tarvitse kuljettaa eri osastoille monta kertaa päivässä. Aikaisemmin, kun ruokaa vietiin osastoille, lähetettiin osastoille usein ruokailuastioita ja -välineitä varalle. Ruokasali-ruokailussa astioita otetaan vain tarpeen mukaan ja tiskiä syntyy yhteen paikkaan ruokalan palautuspisteeseen. Erityisruokavalioiden kohdalla tieto aterioiden sisällöstä on saatavilla välittömästi ravitsemistyöntekijöiltä ruokasalissa. Vuorovaikutus lisääntyy lasten ja ruokapalvelutyöntekijöiden välillä, lapset voivat antaa palautetta ruoasta heti keittiöhenkilökunnalle.

Puhtaanapito helpottuu ruokasali-ruokailussa, kun osastoille ei tule ruoantähteitä siivottavaksi. Uudisrakentamisen kannaltakin ruokasali-ruokailu tuo kustannussäästöjä, kun osastoille ei tarvitse enää rakentaa erillisiä osastokeittiöitä.

Päiväkotiruokailu muodostaa tärkeän ja ison osan lapsen arkea. Päiväkotiruokailua ohjaa kansalliset ruoka- ja ravintoainekohtaiset suositukset. Yhdessä ruokailu tuottaa hyvää suhdetta ruokaan. Mukavaa yhdessäoloa ja ruokailun iloa. Ylivieskassa koetaan päiväkotien ruokasalit hyväksi ratkaisuksi sekä varhaiskasvatukselle että puhdistus- ja ruokapalveluille.