



Päiväkotiruokailu

Päiväkodissa tapahtuvan ruokailun tavoitteena on tukea lastenhyvinvointia, tervettä kasvua ja kehitystä sekä auttaa heitä jaksamaan.

Lapsi tarvitsee päivittäin noin viisi ateriakertaa: kunnollisen aamupalan, monipuolisen aterian ja välipalan, päivällisen sekä iltapalan.

Päiväkotiruokaa ei ole suunniteltu päivän ainoaksi lämpimäksi ateriakertaksi, vaan sen on tarkoitus täydentää muuta ruokailua. Suosituksen mukaan lounaan tulisi kattaa kolmannes lapsen päivittäisestä energiantarpeesta. Jotta tämä toteutuisi, **olisi ruoasta myös syötävä sen kaikki osat.**

Säännöllinen ja monipuolinen syöminen on tärkeää terveyden kannalta niin lapsille kuin aikuisillekin. Lapsi oppii elämään ympäristöstään, kotoa ja päiväkodista.

Ruoka on paljon muutakin kuin mahan täyttämistä. **Aikuisen tehtävänä on huolehtia ateria-ajoista ja siitä, mitä syödään. Lapsella itsellään on taas lupa päättää, kuinka paljon hän syö.**

Lapset tarvitsevat joskus yllättävän paljon energiaa ruoasta ja toisaalta joinakin päivinä riittää pienempi ruokamäärä. On luonnollista, ettei lapsi syö yhtä paljon joka aterialla. Pitkällä aikavälillä energiansaanti tasaantuu.

Ruokapalveluiden vastuulla on päiväkodissa huolehtia, että lapsen ruokavaliosta kehittyy monipuolinen ja ravitsemussuositusten mukainen. Lapsen pitää oppia syömään muutakin kuin lempiruokiaan.

Erilaisiin ruokiin mieltyy ainoastaan maistelemalla; uuteen makuun totuttelemisen voi vaatia jopa 15 maistamiskertaa. Vaikka ruokamieltymykset ja tottumukset muokkautuvat läpi elämän, luodaan niiden perusta jo lapsena.

Lounas



Lounaaseen sisältyy lämmin ruoka, tuore salaatti, näkkileipä, levite ja maito tai piimä.

Kerran tai kaksi viikossa on keittopäivä, jolloin tarjolla tuoretta leipää sekä tuorepala. Jälkiruokaa koulu- ja päiväkotiruokailussa on satunnaisesti.

Ravitsemussuositusten mukaisesti kouluilla ja päiväkodeissa tarjotaan ruokajuomana **rasvatonta maitoa tai piimää ja janojuomana vettä.**



Keittiöt

- Riihikosken keskuskeittiö, valmistuskeittiö, joka toimittaa Riihikosken, Kyrön ja Yläneen alueen koulujen ja päiväkotien ateriat
- Kyrön ja Yläneen jakelukeittiöissä keitetään perunat, riisi ja pasta sekä lämpimät vihannekset.
- Jakelukeittiössä on valmius edelleen valmistaa ruokaa jossakin poikkeusoloissa.
- Ruuan kuljettaa kunnan logistiikkatyöntekijät

Ruokalista

Ruokalista on kaikilla Pöytyän kouluilla ja päiväkodeissa yhteinen.

- Suunnittelussa noudatetaan valtion ravitsemussuosituksia.
- Huomioidaan maku, ulkonäkö, terveellisyys, ravitsemus ja tapakasvatus sekä suomalainen ruokakulttuuri.
- Suosituksen mukaan tarjotaan 1 x vk kalaruoka, 1 x vk kasvisruoka sekä kappale-, kastike-, keitto ja vuokaruokia vaihtelevasti.
- On lisätty tuorepalojen ja hedelmien käyttöä
- Raaka-ainekustannus keskimäärin vain 1,10 €/ ateria, raaka-aineiden kustannusten nousu, vaikuttaa ruokalistaan
- Henkilöstöresurssit -henkilökunta tekee hyvää työtä, jotta kaikilla on samanarvoista ruokaa-samalla rahalla pitää saada samanarvoista ruokaa koko kunnan alueen oppilaille
- Asiakastyytyväisyyskyselyjen vastaukset ja keittiöhenkilökunnalle tulleet palautteet käsitellään ruokapalveluhenkilöstön kanssa suunnittelun tueksi
- Hävikkiruuan määrä punnitaan ja kirjataan ylös päivittäin. Tällä pyritään vähentämään hukkaan menevän ruuan määrää.

Muutokset ruokalistalla ovat mahdollisia jokin pätevän syyn vuoksi (mm. tavaroiden toimitus puutteellista, koulun oma toivomus –retkipäivä tms.)

Ruokalistalla on ruokalajeja satunnaisesti erikoisempia tai/ ja perinneruokia ja ruokapalveluiden henkilöstö haluaisi korostaa myös opettajille ja muulle koulun henkilöstölle ruokien osalta: kaikkia ruokia pitää maistaa, mutta ruokien ”pakkosyöttö” ei edesauta meitä opettamaan lapsille uusien ja erilaisten ruokien maistuvuutta eikä ole tänä päivänä sallittua.

Lapsi/ nuori oppii vähitellen oman rytmensä mukaisesti uusia makuja ja ruokalajeja.

Ruokaa valmistetaan määrärahojen puitteissa, kausivaihtelut, juhlapyhät ja mahdollisuuksien mukaan teemapäivät/ -viikot huomioiden. Kotimaisuusaste on hyvä tällä hetkellä. Lihat ja lihatuotteet, maitotuotteet ja leivät ovat kotimaisia, lukuun ottamatta erityisruokavalioiden elintarvikkeita.

Vihannekset, kasvikset, hedelmät ja viljatuotteet kotimaisia mahdollisuuksien ja vuodenaikojen mukaan.



Erityisruokavaliot

Kansallisen allergiaohjelman mukaisesti ohjeistusta uudistetaan myös Pöytyällä v. 2019 alusta lähtien ”RUOKA-ALLERGIA PÄIVÄHOIDOSSA”

Lievät allergiaoireet ovat yleisiä ja ne katoavat usein itsestään.

Lievään allergiaan riittää itsehoito ja seuranta.

Kun lapsella on todettu ruoka-allergia, joka aiheuttaa merkittäviä tai hengenvaarallisia oireita, tarvitaan erityisruokavalio.

- Jotta lapsi saa tarvitsemansa erityisruokavalion, on hänen palautettava päiväkotiin erityisruokavaliokaavake ja lääkärintodistus asiasta.
- Erityisruokavaliota mietittäessä on tärkeää, että kotiväki rehellisesti mieltii ja ilmaisee, onko kyseessä todellinen allergia jollekin ruoka-aineelle vai lapsen mieltymys tai vastentahtoisuus jollekin ruoalle.
- Makutottumukset muuttuvat ja lapsen parhaaksi on, että hän oppii syömään monipuolisesti ja erilaisia makuja sietäen.
- Kaikki halukkaat saavat kasvisruuan, mutta kasvisruokailijoilta vanhempien todistus kasvisruokavalion noudattamisesta. Henkilökunta ilmoittaa kasvisruokavaliostaan keskuskeittiölle.
- Etnisiä ruokavaliota noudattavat ruokailijat toimittavat vanhempien todistuksen.
- Laktoositon ruokavalion noudattamisesta riittää ilmoitus keittiöön.
- Erityisruokavaliot ovat lisääntyneet paljon, ovat kalliita. Jos niitä tehdään turhaan, se on kalleinta ruokaa sekä rahallisesti että kestävän kehityksen kannalta.
- Jos erityisruokavalio jää toistuvasti syömättä, keittiö pyytää hoitohenkilöstöä keskustelemaan vanhempien kanssa erityisruokavaliosta.
- Jos erityisruokavalio jää henkilökunnalta toistuvasti syömättä, keittiö lopettaa kyseisen ruokavalion valmistamisen.
- Myös henkilökunnan toimitettava terveydenhuollon todistus erityisruokavaliostaan ja ilmoittaa poissaoloistaan.

Ruokailussa käyttäytyminen

- Kaikilla pitäisi olla oikeus ruokailla rauhassa
- Hoitohenkilökunnalla on ohjaus, opastus ja valvonta ruokailussa, keittiön tehtävänä on huolehtia ruuan riittävydestä
- Yhteistyö henkilökunnan kesken on tärkeää!

Muu toiminta

Kaikki toiminta, joka vaikuttaa keittiön toimintaan poikkeavasti, toivotaan ilmoitettavan suoraan keittiölle ja mahdollisimman aikaisessa vaiheessa mm. retket, juhlat yms.

Päiväkodeissa olevat kahvitukset, vanhempainillat/ juhlat yms. ruokapalvelut laskuttavat sisäisinä laskuina.



PÖYTYÄ

Ruoka- ja puhtauspalvelut

9.8.2023

Yhteystiedot

Riihikosken keskuskeittiö Annukka Kinnari- Valkama keskuskeittio@poytya.fi, 040-6722987
Metsälauha riihikoskenpaivakoti.keittio@poytya.fi 040-6722992
Kyrön päiväkoti kyronpaivakoti.keittio@poytya.fi 040-6722990
Yläneen päiväkoti paivakotikeittio@poytya.fi 040-6722991

Ruokapalvelupäällikkö

- Kaija Lähteenmäki kaija.lahteenmaki@poytya.fi 0400-547563

*Tärkeintä on muistaa,
että vain syöty ruoka ravitsee ja kalleinta on syömatön ruoka.
Ruoka on aina maku asia.
Ruokapalveluhenkilökunta valmistaa hyvää ja ravitsevaa ruokaa
käytössä olevilla määrärahoilla.
Yhdessä toimien pyrimme nostamaan päiväkotiruuan arvostusta ja yhteistyöllä
kehitetään päiväkotiruokailua Pöytyällä.*

Hyvää alkavaa syksyä!

Ruokapalveluhenkilöstö
