

Vastaus valtuustoaloitteeseen: Ultraprocessoidun ruoan vähentämiseksi päiväkodeissa ja kouluissa

Kunnanhallitus 15.12.2025 § 354

Valmistelija Hallintopäällikkö Riku Rekonen

Lempäälän kunnan hallintosäännön 15 luvun 1 §:n mukaan valtuutetuilla on oikeus tehdä kirjallisia aloitteita kunnan toimintaa ja hallintoa koskevissa asioissa.

Kunnanvaltuuston kokouksessa 26.11.2025 valtuutettu Jani Saikkonen jätti Lempäälän perussuomalaisten valtuustoryhmän valmisteleman ja 28 valtuutetun tai varavaltuutetun allekirjoittaman valtuustoaloitteen: "Ultraprocessoidun ruoan vähentämiseksi päiväkodeissa ja kouluissa".

Kunnanvaltuusto lähetti valtuustoaloitteen kunnanhallituksen valmisteltavaksi.

Lisätietoja: hallintopäällikkö Riku Rekonen, puh. 050 3839 076.

Esittelijä

Kunnanjohtaja

Päätösehdotus

Kunnanhallitus päättää lähettää valtuustoaloitteen kasvatuksen ja opetuksen palvelualueelle valmisteltavaksi.

Päätös

Kunnanhallitus hyväksyi päätösehdotuksen yksimielisesti.

Otteet

sivistysjohtaja

Kasvatus- ja opetuslautakunta 17.03.2026
1004/12.00.00/2025

Valmistelija

Ruokapalvelupäällikkö Liisa Belaid

Pohjoismaiset ravitsemussuosituksset 2023 määrittelee **ruoan prosessoinnin** seuraavasti: Ruoan prosessointi eli käsittely tarkoittaa maa- ja kalataloustuotteiden muuntamista ihmiselle kelpaavaksi ruoaksi. Monia ruokia tulee käsitellä, jotta ne ovat syömiskelpoisia ja helposti saatavilla. Hyvä esimerkki tästä on raakamaidon pastörointi, joka inaktivoi terveydelle haitallisia bakteereja. Ruoan prosessointia tapahtuu niin kotona omassa keittiössä kuin elintarviketeollisuudessa. Perinteisiä käsittelymenetelmiä ovat muun muassa kuoriminen, kuumentaminen, kuivaaminen, käyminen, savustaminen, jauhaminen, purkittaminen, suolaaminen, hilloaminen ja hapattaminen.

Elintarviketeollisuus käyttää myös kotikeittiöitä pidemmälle kehitettyjä prosessointitekniikoita, kuten pastörointi, iskukuumennus, uuttaminen, ekstruusio ja vakuumpakkaaminen (Nurro 2023). Pohjoismaisten ravitsemussuositusten 2023 komitean näkemys on, että ruokien luokittelu ultraprosessoituihin ruokiin ei tuo lisämerkitystä nykyiseen ruokien kategorisointiin ja luokitteluun.

Vastaavasti **ultraprosessoitujen ruokien** määritelmä on seuraavanlainen: Ultraprosessoidut ruoat ovat teollisia ruokia ja juomia, jotka on valmistettu ruoasta peräisin olevista aineista sekä lisäaineista, ja niissä on yleensä vähän tai ei ollenkaan tärkeitä ravintoaineita (Pohjoismaiset ravitsemussuositukset 2023). Monet ultraprosessoidut elintarvikkeet ovat energiatihkeitä sekä runsassuolaisia, -sokerisia ja -rasvaisia. Vastaavasti ravintokuidun, vitamiinien ja kivennäisaineiden määrä on vähäinen. Suolaa, rasvaa ja sokeria lisätään maun lisäämiseksi, säilymisajan pidentämiseksi ja/tai ruoan rakenteen parantamiseksi.

NOVA-luokittelun (engl. NOVA classification) (Monteiro 2009) mukaan ultraprosessoidut ruoat ovat valmis- ja pikaruokia, joiden valmistaminen koostuu useasta eri vaiheesta ja ainesosasta. Esimerkkejä ultraprosessoiduista ruoista ovat sokerilla makeutetut juomat (mm. energia- ja virvoitusjuomat), makeat välipalat ja naposteltavat, jäätelö, perunalastut, pizza, teolliset leivät, kakut ja keksit, muut konditoriatuotteet, makeutetut aamiaistuotteet (esim. osa muroista, mysleistä ja pikapuuroista), margariinit, hampurilaiset, hotdogit sekä monet muut valmis- ja pikaruokat. NOVA-luokittelusta tekee monimutkaisen se, että se sisällyttää määritelmän alle myös esimerkiksi monia äidinmaidonkorvikkeita, teollisia lastenruokia, teollisia täysjyväviljatuotteita, jogurtteja, kalatuotteita sekä hedelmä- ja vihannestuotteita, vaikka itsessään monet näistä elintarvikkeista eivät olisi tavallisessa, kohtuullisessa käytössä terveydelle haitallisia (Pohjoismaiset ravitsemussuositukset 2023, Juul ja Bere 2024).

Nova- luokitus tuotteittain, joita käytössä arjessa

1. Prosessoimattomat tai vähän prosessoidut

- kuorelliset hedelmät, kananmuna

2. Prosessoidut ruoanvalmistusaineet

- suola, sokeri, kasviöljyt ja voi

3. Prosessoidut ruoat

- juustokimpale, kokonainen leipä, tomaattipyree ja säilykkeet

4. Ultraprosessoidut ruoat ja juomat

- juustoviipaleet, viipaloitu leipä, äidinmaidon korvikkeet, keksit, valmisruoka-annokset ja nugetit

Pohjoismaisten ravitsemussuositusten 2023 komitean näkemys on, että ruokien luokittelu ultraprosessoituihin ruokiin ei tuo lisämerkitystä kokonaisruokavalion laatuun (kasvikset, täysjyvä, laadukas rasva) prosessointiasteen sijaan. On huomattava, että prosessi ei määritä terveyttä: kaikki prosessoitu ruoka ei ole epäterveellistä. Pohjoismaiset suositukset ohjaavat jo tehokkaasti kohti terveellisiä valintoja. Suosituksissa korostuu ravintoaineiden laatu, kuten suolan, tyydyttyneen rasvan ja sokerin määrä sekä kuidun saanti. Suositukset ohjaavat myös elintarviketilapailutuksen speksejä ruokapalveluiden tuottamiseen Lempäälässä yhteistyössä muiden kehityskuntien kanssa.

Pohjoismaisten ravitsemussuositusten 2023 komitea ei ole luonut erillistä ultraprocessoitujen ruokien käytölle ohjeistusta, mutta komitea suosittelee välttämään sokerilla makeutettuja ruokia, vähäkuituisia viljavalmisteita, sokeria sisältäviä hedelmä- ja vihannestuotteita, rasvaisia maitotuotteita, voita ja muita makeita välipaloja.

Elintarvikkeiden käsittely (prosessointi tai ultraproseointi) ei tee siis elintarvikkeista epäterveellisiä. Tärkeintä on tuotteiden ravitsemuksellinen sisältö. Hyvänä esimerkkinä voimme pitää vaikka kasvisproteiinituotteet (härkäpapu, tofu, nyhtökaura), jotka ovat pitkälle prosessoituja ja näitä tuskin mielletään epäterveelliseksi vaihtoehdoksi, vaan tässäkin ravitsemuksellinen sisältö ratkaisee, ei prosessointiaste.

Prosessoinnin yhteydessä yleensä puhutaan myös lisäaineista, jonka tehtävänä on parantaa tuotteen makua, näköä, rakennetta tai säilyvyyttä. Lisäaineet estävät tuotteen pilaantumista ja parantamaan ulkonäköä. Lisäaineet ovat lainsäädännöllä säädetty. Ruokaviraston mukaan lisäaineita sisältävien elintarvikkeiden käyttö on turvallista osana monipuolista ja vaihtelevaa ruokavaliota.

Lisäaineiden eli E- aineiden määrä kouluruokailussa näyttäytyy ajoittain huomattavana, mutta niin ne näyttäisivät myös kotona valmistetussa ruoassakin mm. lihaliemikuutiot. Kun ihminen syö monipuolisesti ja pyrkii noudattamaan lautasmallia, niin tällöin lisäaineiden saanti pysyy maltillisena.

Päiväkoti- ja kouluruokailua ohjaavat periaatteet

Lempäälän kunta noudattaa ravitsemussuosituksia päiväkot- ja kouluruokailussa. Elintarvikekilpailutuksen yhteydessä otetaan aina huomioon ravitsemussuositukset, jotka toimivat ohjaavana tekijänä aterioiden suunnittelussa. Eri tuoteryhmille muun muassa liha, siipikarjatuotteet ja kala on lisäksi muitakin vaatimuksia; esimerkiksi ekologisuus ja eettisyys näkökulmat, jäljitettävyyden sekä vastuullisuus teemat (ILO:n yleissopimukset pakkotyöstä, lapsityöstä ja syrjinnästä)

Hankintalaki ohjaa kilpailutusprosessia myös elintarvikkeissa ja sen tiimoilta emme voi suosia tai tarjouspyynnössä pyytää kotimaista ruokaa tai lähiruokaa (teemapäivät huomioitu) vaan kilpailutus nojaa ammattitaitoon, jossa määrittelemme tarvittaville tuotteille oikeat kriteerit ja huomioimme vastuullisuusteemat kilpailutuksessa, kuten voimassa olevat ravitsemussuositukset sekä tuotteiden soveltuvuus ammattikeittiöihin.

Elintarvikkeiden ja ruokien ainesosaluettelot saattavat ihmetyttää asiakasta ja erityisesti ajatus siitä, että kotikeittiössä pääsemme vähäisemmällä ainesosilla. Ruokapalvelut valmistavat ruokaa merkittävällä henkilömäärälle: Lempäälässä 5000 annosta arkipäivisin, ml. aamu- ja välipalat. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että ei ole mahdollista valmistaa ruokia alusta asti omana työnä. Tämä edellyttäisi enemmän henkilöstöresursseja, mikä lisää kustannuksia (henkilöstö, raaka-aineet, ammattikeittiön varustelu ja laitteet). Kuitenkin Lempäälän ammattikeittiöissä valmistetaan ajanmukaista arkiruokaa hyödyntäen puolivalmisteita tarvittavilta osin päiväkot- ja kouluruokaa koskevat suositukset huomioon ottaen.

Kotimaisuusaste tämänhetkisten kilpailutettujen hankintojen osalta Lempäälän ruokapalvelussa on noin 80 % (huomioiden sesonki). Kotimaisina tuotteita merkittävä volyymi on euomääräisesti lihatuotteissa.

Luomun osuus hankinnoista on noin 20 % mm. luomumaito ja puurohiutaleet.

Toteutuksessa olevat toimenpiteet

Koulujen ja päiväkotien ruokalistoilta nostetaan sellaisia ruokalajeja, jotka lapsille ja nuorille maistuvat. Lempäälän kunnan ruokapalvelut ovat juuri toteuttaneet merkittävän osallistamistyön asiakkaidensa keskuudessa, jossa lapset ja nuoret saivat vaikuttaa tarjolla olevaan ruokaan. Tämän tarkoituksena on erityisesti edistää monipuolista ruokailua. Lisäksi tavoitteena on vaikuttaa erityisesti yläkouluikäisten ruokailuaktiivisuuteen, mikä on ollut viimeisimmässä kouluterveyskyselyssä 2025 haaste valtakunnallisesti.

Lasten ja nuorten osallistamisen myötä tapahtuvassa yhteiskehittämisessä ruokalistan osalta ovat suosikeiksi nousseet esimerkiksi uunimakkara, puuro, kalapuikot. Lisäksi listalla on myös perinteisiä ruokia, kuten esimerkiksi kalakeitto ja jo suosion saanut kasvissekeitto. Tämän lisäksi kouluruokailussa on vapaassa otossa kasvisruoka, jolla edistetään monipuolista ruokavaliota ja hyviä arjen valintoja sekä mahdollisuutta tutustua uusiin makuihin. Tämä on osa ruokakasvatusta, jolla samalla varmistetaan, että jokainen asiakas tulisi kylläiseksi lounasruokailussa, jonka tulee kattaa 1/3 koululaisten energiansaannista.

Päiväkotien ruokalistalle on tehty jo paljon aikaisemmin muutoksia, ennen kun uudet ravitsemussuositukset julkaistiin. Silloin päiväkotilapsilta vähennettiin leikkeleitä, juustoja tarjoilusta ja lisättiin vihanneksia ja hedelmiä. Samalla myös sokerinkäyttöä vähennettiin entisestään välipalatuotteiden osalta.

Terveellinen ravitsemus on paljon muutakin, kuin asioiden ja ruokien kategorisointia. Hyvä ravitsemus lähtee monipuolisuudesta, säännöllisyydestä, riittävydestä ja joustavuudesta ruokavalinnoissa ja siinä me aikuiset myös kotona yhdessä koulun ja päiväkodin henkilöstön kanssa olemme hyvä esimerkki lapsille ja nuorille.

Tämä valtuustoaloite ei aiheuta toimenpiteitä Lempäälän kunnan ruokapalveluissa.

Valtuustoaloitteen vastauksen laatimisessa on hyödynnetty lähdeaineistoa, joka on luetteloitu tämän pykälän oheismateriaalissa.

Liitteet:

Ultraprosessoidun ruoan vähentämiseksi päiväkodeissa ja kouluissa - valtuustoaloite

Oheismateriaalit:

Lähdeluettelo

Tiivistelmä vastauksesta valtuustoaloitteeseen

Toimivalta: Kunnanhallitus on lähettänyt valtuustoaloitteen kasvatus- ja opetuslautakunnan valmisteltavaksi. Lempäälän kunnan hallintosäännön luvun 5 Toimielinten tehtävät ja toimivallan jako §:n 3 Kasvatus- ja opetuslautakunnan tehtävät ja toimivalta mukaan kasvatus- ja opetuslautakunta vastaa ruokapalveluista.

Lisätietoja: ruokapalvelupäällikkö Liisa Belaid, puh. 050 056 6974, sähköpostit ovat muotoa etunimi.sukunimi@lempaala.fi

Esittelijä

Sivistysjohtaja

Päätösehdotus

Kasvatus- ja opetuslautakunta päättää esittää kunnanhallitukselle ja edelleen kunnanvaltuustolle, että se hyväksyy selostusosan mukaisen lausunnon valtuustoaloitteeseen ja toteaa asian loppuun käsitellyksi.

Päätös

Tiedoksi

ruokapalvelupäällikkö