

Lausuntopyyntö Työikäisten ruokailusuositusluonnoksesta

Kommentit esitetään luku kerrallaan siten, että kommentoitava kohta täsmennetään sivu- ja rivinumeroilla (esimerkiksi s. 4, r. 10). Yksilöidyt asiasisältöä koskevat kommentit sekä muutokset tai korjausehdotukset perusteluineen kirjoitetaan lukukohtaiseen avoimeen vastaustilaan. Annetut lausunnot ovat julkisia ja ne ovat luettavissa lausuntopalvelussa.

Yleiset huomiot käsikirjoitusluonnoksesta

Ruokailusuosituksessa on kattavasti ja monipuolisesti käsitelty työikäisten ruokailuun liittyviä seikkoja.

Sanasto

Luku 1. Työikäisten ravitseminen

Luku 2. Työikäisten terveyttä edistävät ruokavalinnat

2.2, s. 9, r. 37: liite 3 po. liite 1

2.8, s. 17, r3: NAPPAA KAUPASTA (vinkkikupla: poimi näistä vinkit myös kokoustarjoiluihin --> Voisi lisätä konkreettisen keinon "Sydänmerkki auttaa löytämään kaupasta ravintosisällöltään paremmat valinnat".

Luku 3. Työaikainen ruokailu

3.1, s.19, r 17-18: aterioiden sisältö- ja laatuvaatimukset, myös aterioiden ravitsemuslaadun ja vastuullisuuden kriteerit --> aterioiden sisältö- ja laatuvaatimukset, myös aterioiden ravitsemuslaadun ja vastuullisuuden kriteerit. Esimerkiksi Sydänmerkki-aterian kriteerit auttavat varmistamaan suositusten mukaisen ruokatarjonnan.

3.1., s.20, r 5: ...kilpailutukseen löytyy Kriteeripankista, www.kriteeripankki.fi sekä liitteestä 5 a-c.

3.1, s.22, r26-29: Henkilöstöravintoloissa terveyttä edistävän aterian valitseminen on vaivatonta, kun ruokapalvelu noudattaa pääruokien valmistamisessa ravitsemussuosituksia, ja kun asiakas noudattaa aterian koostamisessa lautasmallia. --> Henkilöstöravintoloissa terveyttä edistävän aterian valitseminen on vaivatonta, kun ruokapalvelu noudattaa pääruokien valmistamisessa ravitsemussuosituksia, ja kun asiakas noudattaa aterian koostamisessa lautasmallia. Sydänmerkki auttaa myös tunnistamaan suositusten mukaiset aterianosat ravintolassa, kun ravintosisältötietoja ei ole saatavilla tai niitä on hankala tulkita.

3.3., s.23, r29-31: Tuotteiden valinnassa ja ruokaohjeiden kehittämisessä hyödynnetään ruokapalveluille annettuja ravitsemuslaadun kriteereitä suolan, kuidun ja rasvan määrästä sekä rasvan laadusta (liitteet 6 a-c → KORJAUS: 5 a-c) ja lisäys: tai Sydänmerkki-tuotteiden myöntämisperusteiden mukaisia vaatimuksia (https://ammattilaiset.sydanmerkki.fi/elintarviketeollisuus/tuotteiden_myontamisperusteet). Raaka-aineiden valinnassa otetaan lisäksi huomioon ravitsemussuositukset sekä raaka-aineiden kestävät tuotantotavat.

3.3 s. 24, rivi 9: ruokalistan merkinnät, esimerkiksi Sydänmerkki (ei Sydänmerkki-ateriat), luomu ja lyhenteet...

3.3. s. 24, rivi 11: Linjastossa tuoteselosteet, infot ja symbolit, kuten Sydänmerkki.

3.3., s. 24, rivi 36: Ruokajuomasuosituksessa on ristiriitaa liitteen 5 a-c kanssa. Tässä mainitaan ruokajuomavaihtoehdoksi vesi (proteiinipitoisten ohella), samoin kuin liitteiden 2 ja 6 esimerkeissä, mutta liitteessä 5 a-c vesi ei ole mukana.

Ehdotamme, että työikäisten ruokasuosituksessa vesi nostettaisiin muiden juomavaihtoehtojen rinnalle kriteerien mukaiseksi juomavaihtoehdoksi myös liitteeseen 5 a-c.

Taustaa: Sydänliitto on käynyt keskusteluita useiden ruokapalvelutoimijoiden kanssa kriteereiden toimivuudesta henkilöstöravintoloissa. Kriteereiden toteuttaminen vaikuttaa pääpiirteittäin realistiselta, mutta ruokajuoman tarjonta suosituksessa esitellyllä tavalla (maito, piimä tai kasvijuoma) vaikuttaa lähes poikkeuksetta hankalalta. Kriteereiden mukaisia maito- tai kasvipohjaisia juomia tarjotaan hyvin harvassa ravintolassa, koska ne eivät kuulu sopimukseen tilaajien kanssa. Tai jos niitä tarjotaan, vain harva valitsee näitä juomia, mikä ei kustannuspaineiden alla kannusta pitämään tuotteita valikoimassa.

Tunnistamme hyvin, että maitopohjaiset juomat kuuluvat suomalaiseen ruokaperinteeseen ja että niillä sekä täydennetyillä kasvijuomilla on merkittävä rooli ravinnonsaannissa (kalsium, proteiini, D-vitamiini, jodi ja B-vitamiinit). On kuitenkin riski, että maidon, piimän ja kasvijuomien pitäminen ainoina juomavaihtoehtoina kriteereissä, voi vesittää kriteeristön toteutumisen, myös muiden aterianosien osalta, jos todetaan, että kriteereitä ei ole kokonaisuudessaan juoman takia mahdollista täyttää.

3.4. s.26. Taulukko 1.

Sijoittelu: Koska luku koskee erityisesti henkilöstöravintolaa ruokailuympäristönä, tuotteiden hyllytila ei liene ensisijainen. ”Tuotteilla on valtaosa hyllytilasta, sijoittelu on näkyvää ja järjestys ja etäisyys suosivat valintaa.” → ”Järjestys ja etäisyys suosivat valintaa, tuotteiden sijoittelu on näkyvää ja niillä on valtaosa hyllytilasta”. Vastaava muutosehdotus toiseen sarakkeeseen.

Luku 4. Työkyvyn ylläpito

Liitteet

Liite 2, s. 35, rivi 15-16: Vähärasvainen (korkeintaan 1 % rasvaa sisältävä) tai rasvaton vähäsokerinen tai sokeriton jogurtti, viili tai rahka → Rasvaton tai enintään 1 % rasvaa sisältävä vähäsokerinen tai maustamaton jogurtti, viili tai rahka.

Liite 2, s. 35, rivi 34-36: Kaupassa Sydänmerkki auttaa valitsemaan ravintosisällöltään parempia vaihtoehtoja omissa tuoteryhmissään. Sydänmerkki-tuotteissa rasvan laatu on pehmeää, suolan ja sokerin määrä on pienempi ja kuitua on enemmän. Kaikilla kriteerit täyttävillä tuotteilla ei ole Sydänmerkkiä.

Liite 5 a, s. 38, rivi 1: Taulukon otsikointi: Kriteerit ravitsemussuosittelujen ja Sydänmerkin mukaiselle pääruoalle ruokapalveluissa

Liite 5 b, s. 38, rivi 16: taulukon otsikointi: Kriteerit ravitsemussuosittelujen ja Sydänmerkin mukaisille pääruoan peruna- ja viljalisäkkeille ruokapalveluissa

Liite 5c, s.39, rivi 1: taulukon otsikointi: Kriteerit ravitsemussuosittelujen ja Sydänmerkin mukaisille muille ateriansille ruokapalveluissa

Liite 5 c, s. 39, rivi 3. Taulukon 3. sarake: otsikko KORJAUS: Tyydyttyneen rasvan osuus kokonaisrasvasta %

Liite 5 c, s. 39, rivi 10-11. Maito tai piimä, kasvijuomat -> Maito, piimä, kasvijuomat tai vesi. (Viittaamme 3.3., s. 24, rivi 36 kommenttiin.)

Liite 6, s. 40, rivi 28-30: Sydänmerkki auttaa löytämään ravintosisällöltään parempia valintoja omissa tuoteryhmissään. Sydänmerkki.fi-sivulta löydät kaikki tuotteet ja suositusten mukaista syömistä edistävät ruokaohjeet. Sydänmerkin voi löytää myös ravintolasta, jossa on tarjolla terveellisiä, suositusten mukaisia aterioita.

Liitteeseen 6 ei ole viitattu tekstissä.

Ideoita jalkautukseen