



A la carte- listan suunnittelu ravintola Kiisaan

Nico Koskela

Haaga-Helia ammattikorkeakoulu
Restonomi Ruokatuotannon johtaminen
Amk-opinnäytetyö
2023

Tiivistelmä

Tekijä(t) Nico Koskela
Tutkinto Restonomi
Raportin/Opinnäytetyön nimi A la carte– listan suunnittelu ravintola Kiisaan
Sivu- ja liitesivumäärä 34+6
<p>Tämän toiminnallisen opinnäytetyön päätavoitteena on luoda a la carte- ruokalista ravintola Kiisaan sekä alatavoitteina keittiön toiminnallisen työn ohjaamisen mahdollistavat ruokalistan ruuanvalmistusohjeet, hintakortit ja annoskortit. Opinnäytetyö tehdään toimeksiantona ravintola Kiisalle.</p> <p>Opinnäytetyön teoriaosuus koostuu kahdesta pääluvusta. Ensimmäisessä luvussa käsitellään ruokalistasuunnittelua sekä annossuunnittelun teoriaa, käydään läpi tärkeimpiä vaikuttavia tekijöitä suunnitteluun ja raaka-aineiden valintaan sekä annossuunnittelua prosessina. Toisessa pääluvussa käsitellään tuotekehitystä jatkona ruokalistasuunnittelulle. Tuotekehityksen prosessin avulla konkretisoidaan ruokalistasuunnittelulla innovoitu ruokalista tuotteeksi asiakkaille ja toimintaohjeiksi keittiön henkilökunnalle.</p> <p>Produktissa käytetään avointa haastattelu menetelmää selvittämään asiakkaiden ja henkilökunnan toiveita sekä aistienvaraisesti arvioitujen ruokatuotteiden miellyttävyyttä. Produktista valmistui kesän 2022 a la carte ruokalista. Ruokalista on ruokatuotannon toiminnan perusta ja ruokalistan merkitys ravintolalle on erittäin tärkeä. Työ on myös helposti jatkokehitettävissä ruokalistasuunnittelun ja tuotekehityksen mukaisesti ja hyödynnettävissä ruokaohjeiden valmistuksen oppaana.</p> <p>Toimeksiantajan tuotevalikoiman Excel-taulukot eivät ole tarkoitettu julkiseen käyttöön, joten ne jätetään pois opinnäytetyöstä. Excel-taulukot ovat kuitenkin tarkasteltavissa S-ryhmän oman intran kautta. Taulukot sisältävät hintakortit raaka-aineista, annoksista ja niiden komponenteista sekä katelaskelman, hinnoittelun, annosten allergeenit ja tarkat ruuanvalmistusohjeet vaiheittain.</p> <p>Opinnäytetyössä ei käsitellä katelaskelmia, ravitsemusta eikä niiden teoriaa. Ruokalistojen ulkoasun suunnittelusta ja markkinoinnista yritys vastaa itse. Ruokalistan laatua mitataan tuottavuudella, aistienvaraisilla mittareilla arvioiden miellyttävyyttä sekä toistettavilla tuotannollisilla tekijöillä.</p>
Asiasanat Ruokalistasuunnittelu, Annossuunnittelu, Tuotekehitys

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Ruokalistasuunnittelu	3
2.1	Ruokalistasuunnitteluun vaikuttavat tekijät	6
2.2	Raaka-aineiden valintaan vaikuttavat tekijät	7
2.2.1	Hinnoittelu	8
2.2.2	Vastuullisuus	8
2.2.3	Lähiruoka	9
2.2.4	Luomuruoka	10
2.2.5	Sesonki	10
2.2.6	Lapin ruokakulttuuri	10
2.2.7	Ravitseminen	11
2.3	Annossuunnittelu	13
2.3.1	Ruokaohjeen valmistusprosessi	13
2.3.2	Hinta- ja annoskortit	16
3	Tuotekehitys	18
3.1	Tuotekehitysprosessi	18
3.2	Jatkokehitys	20
3.3	Ruokatuotteiden tuotekehitys	20
4	Ruokalistasuunnittelu ravintola Kiisaan	22
5	Ruokalistan annoksien tuotekehitys	27
5.1	Testiannoksista saatuja tuloksia	29
5.2	Ruokalista koulutuksen kuvaus	31
6	Pohdinta	32
	Lähteet	35
	Liitteet	39
	Liite 1. Kesäkuun sesonkikalenteri	39
	Liite 2. Annoskortti	40
	Liite 3. Avoimen haastattelun kysymyksiä ja vastauksia	41
	Liite 4. Ravintola Kiisan ruokalista kesältä 2021	42
	Liite 5. Ruokalista pohja	43
	Liite 6. Ravintola Kiisan Ruokalista	44

1 Johdanto

Työskennellessäni Kiisassa olen kiinnittänyt huomiota puutteisiin keittiön resepteissä ja niistä puuttuvista vaiheista sekä ainesosista. Lisäksi olen huomioinut, että ravintolan käytännöissä on paljon elementtejä, joista muodostui paljon hävikkiä. Toteuttamalla ruokalistasuunnittelun vaihe vaiheelta entistä paremmin voitaisiin puuttua moniin tuotannollisiin tekijöihin, jotka vaikuttavat ruuan katteeseen, valittuihin raaka-aineisiin sekä liikeidean mukaisuuteen. Lisäksi selvisi, että aikaisemmat varastointihallinnan järjestelmiin vaikuttavat hintakortit olivat puutteellisia ja vaikuttavat suoraan varaston arvoihin.

Ruokalistat ovat olennainen osa ravintolatoimintaa ja ne on tehtävä huolella. Ruokalista ohjaa keittiön tuotantoa ja helpottaa työtä suunnittelun kautta. Keittiön tuotantoa ohjaavat elementit luovat ruokatuotteen laadun, tuottavuuden sekä aistien varaisesti arvioitun tuotteen miellyttävyyden. Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena on kehittää ravintolan ruokalista sekä sille hintakortit, reseptit ja annoskortit.

Opinnäytetyö on laadittu toimeksiantona ravintola Kiisalle, jossa ruokalistasuunnittelua jatketaan tuotekehitysprosessin avulla. Ruokalistasuunnittelun innovaatiot konkretisoidaan asiakkaille suunnatuiksi tuotteiksi ja keittiöhenkilökunnan ohjeiksi. Opinnäytetyössä käytetään avointa haastattelu menetelmää ruokatuotteiden aistinvaraisesti arvioitujen asiakkaiden miellyttävyyden tutkimiseen sekä taustatiedon keräämiseen. Opinnäyte työssä käydään myös läpi raaka-aine hankintoihin vaikuttavia tekijöitä.

Opinnäytetyössä ei käsitellä kannattavuutta tai ravitsemusta koskevia laskelmia ja teorioita, ruokalistan ulkoasun suunnittelu ja markkinointi on yrityksen vastuulla. Ruokalistan laatua mitataan tuottavuudella, miellyttävyydellä ja toistettavilla keittiön tuotantotekijöillä.

Ravintola kuvailee liikeideaansa seuraavasti raflaamon sivuilla: ”Kiisa tarjoaa makuelämyksiä jokaiseen makuun modernisti lappalaisella asenteella sekä tarjoaa pohjolan puhtaita makuja rennon tunnelman saattelmana. Kiisa odottaa elämysten etsijää, hurmaa hakijansa, on ainoana.” Kiisan nimi on peräisin saamenkielisestä sanasta Giisa, joka tarkoittaa lapinemännän korulipasta.

Ravintola Kiisa sijaitsee Levillä Break Sokos hotellin yhteydessä Pohjois-Suomessa Tunturi-Lapissa. Levi on yksi tunnetuimpia hiihtokeskuksia maassamme sekä matkailukohteita. Ravintolan päivittäinen toiminta jakautuu aamupalan, illan a la carten, kokouspalveluiden sekä buffet toiminnan välille pääosin talviesongin aikana. Kesäisin ravintolassa on käytössä supistettu a la carte lista sekä aamupala hotellin asiakkaille.

Kiisa toimii Break Sokos hotellin yhteydessä ja on eriteltyä omaksi ravintolaksi konseptillaan, mutta hyödyntää esimerkiksi S-ryhmän pikatukku Meira Novaa. Kiisan ollessa osa isompaa konsernia osuuskauppa Arinaa, sen arvoja ovat: olemme asiakasta varten, uudistamme jatkuvasti toimintaamme, kannamme vastuuta ihmisistä sekä ympäristöstä ja toimimme tuloksellisesti.

Asiakkaat Kiisassa ovat S-kortin omistavia suurimmilta osin keski-ikäisiä 45-ikävuoden ylittäneitä kotimaan matkailijoita, työmatkailijoita sekä ulkomaalaisia matkailijoita arviolta noin 10–15 %. Asiakaskunta koostuu suurimmilta osin keski-ikäisistä, mutta useasti ravintolaan tullaan juhlimaan työporukalla tai viettämään synttäreitä lisäksi käy muutamia nuorempia pariskuntia käy, jotka ovat tulleet lomailemaan. (Raflaamo; Mantere 2.3.2023)

2 Ruokalistasuunnittelu

Ruokalistat ovat lähtökohtana ruokatuotantotoiminnan ja keittiötoiminnan suunnittelulle. Ruokalistojen ja ateriasuunnittelun suunnittelussa tulisi ottaa huomioon useita tekijöitä, kuten liiketoimintakonsepti, liikeidea sekä asiakkaiden tarpeet ja toiveet. (Lampi ym. 2012, 21)

Ruokalistasuunnittelu on ruokapalvelujen lähtökohta ja ruokalistat määritellään ravintola toiminnan strategisiksi asiakirjoiksi. Ruokalistat määrittelevät mitä keittiössä kulloinkin tapahtuu ja ne ovatkin keskeinen keino kommunikoida asiakkaan kanssa. Ruokalistalla voidaan kertoa asiakkaalle soveltuvuudesta erityisruokavaloita noudattavalle henkilölle, ruuan ainesosien alkuperästä, valmistusmenetelmistä sekä niitä voidaan käyttää markkinoinnissa. Ruokalistalta asiakkaat voivat lukea ruokalistan monipuolisuudesta, ruoka-aineiden määrästä ja laadusta sekä esivalmistusasteesta. Ruokalistasuunnittelun keskeisiä elementtejä ovat asiakaslähtöisyys, raaka-aineet, ruuanvalmistusmenetelmät ja keittiön resurssien huomioon ottaminen. (Ruokatieto 2023)

A la carte- listat sisältävät yleensä ruokalajit jaoteltuina alkuruokiin, pääruokiin ja jälkiruokiin. Asiakas tilaa ruokalistalta joko yksittäisen annoksen tai valitsee ateria kokonaisuuden listan ruuista. A la carte- listat uudistetaan yhdestä neljään kertaa vuodessa ravintolan liiketoimintakonseptin mukaan. (Lampi ym. 2012, 23)

A la carte- ruokalistoille ominaista ovat yksittäin tarjoiltavat ja hinnoitellut annokset, jotka asiakkaat voivat itse valita. Annokset valmistetaan tilauksesta ja asiakkaiden on oltava valmiita odottamaan ruuan valmistumista. Annokset suunnitellaan siten, että ruokalajien ja raaka-aineiden maku, rakenne ja väri sopivat toisiinsa ja muodostavat houkuttelevan kokonaisuuden. On tärkeää suunnitella ruokalista, jossa on riittävän paljon vaihtoehtoja. (Ruokatieto 2023; Suomen sydänliitto; Ruokapalvelut muutoksessa 2021)

Ruokalistasuunnittelu ja ateriasuunnittelu ovat sekä yhtäaikaista, että peräkkäin tapahtuvaa toimintaa. Suunnittelussa voidaan kuitenkin havaita seuraavat vaiheet, kuten runkoruokalistan suunnittelu, pääraaka-aineiden päätös ruokalajien mukaan, ateria kokonaisuusien suunnittelu pääruokalajien ympärille sekä alkuruokien ja jälkiruokien valinta ja annoksien sopivien lisäkkeiden valinta. (Lampi ym. 2012, 22)

Vakioruokaohjeet ovat välttämätön ateriasuunnittelun apuväline. Niiden perusteella otetaan huomioon ruokalajien edellyttämä työmäärä sekä koneiden ja laitteiden tarve. Ateriasuunnittelussa korostetaan vaihtelevuutta ja monipuolisuutta. Uudistuksia tehdään myös asiakkaiden palautteen mukaan. (Lampi ym. 2012, 23)

Ruokalistan suunnittelu perustuu asiakaslähtöisyyteen. Asiakkaiden tarpeet ja toiveet kartoitetaan asiakaskyselyjen ja päivittäisen palautteen avulla, ja ne ovat tärkeitä lähtökohtia suunnittelulle.

(Lampi ym. 2012, 24)

Elintarvikkeiden aistittavia ominaisuuksia ovat maku, aromi, lämpötila, ulkonäkö ja rakenne. Ruuan väri voi olla ruokahalua lisäävä tekijä, vihannekset lisäävät ruokiin väriä ja houkuttelevuutta sekä ruuan koostumukseen voidaan vaikuttaa raaka-aineiden valinnalla, käsittelyllä ja kypsennysmenetelmillä. Aterioita suunniteltaessa on tärkeää varmistaa, että samat raaka-aineet, ruokalajien rakenteet ja kypsennysmenetelmät eivät toistu aterian eri osissa. (Lampi ym. 2012, 26)



Kuva 1. Ruokalista- ja ateria suunnitteluun vaikuttavat tekijät (mukaillen Lampi ym. 2012, 26)

Erityisruokavaliot ovat osa ruokalistasuunnittelua ja asiakaspalvelua. Vaadittava työmäärä riippuu siitä, valmistetaanko ne erikseen muista ruuanvalmistuksesta vai muunnellaanko niitä jo valituista ruokalajeista. Ravintoloissa erityisruokavaliot pyritään muuttamaan ruokalistalla olevista ruokalajeista. (Lampi ym. 2012, 27)

Käytettävissä olevat tilat, koneet ja laitteet voivat mahdollistaa tai rajoittaa monipuolisen ja vaihtelevan ruokalistan suunnittelua. Keittiösuunnittelu ja ruokalistan suunnittelu ovat toisistaan riippuvaisia asioita, jotka määräytyvät liiketoimintakonseptin ja liikeidean mukaan. Ruokalistansuunnittelussa on otettava huomioon laitekuormitus. Eri ruokalajien valmistaminen on ajoitettava siten, että laitekuormitus jakautuu työaikana tasaisesti. (Lampi ym. 2012, 27)

Ateriasuunnittelussa otetaan huomioon keittiöhenkilökunnan määrä ja heidän osaamisensa taso eli ammattitaito. Keittiöhenkilökunnan määrä vaikuttaa ruokalistasuunnittelussa valittuihin raaka-aineiden jalostusasteisiin. Suomessa keittiöhenkilökunta on yleensä hyvin koulutettua ja ammattitaitoista, eikä ammattitaidon puute ole monipuolisen, vaihtelevan ja myyvän ruokalistan este. Työvuorolista ja ateriasuunnittelu liittyvät läheisesti toisiinsa. Ateriasuunnittelussa otetaan huomioon mahdollisuus valmistaa ruuat mahdollisimman pitkälle etukäteen, jotta vältetään henkilökunnan tarpeelta viikonloppuisin, jolloin työvoimakustannukset ovat korkeat. Suunnitteluun sisältyy sellaisten ruokalajien ja raaka-aineiden valinta, jotka eivät menetä makuaan esivalmisteluissa ja uudelleen kuumentamassa (Lampi ym. 2012, 28)

Valittaessa ruokalajeja ruokalistalle tulee ottaa huomioon eri kustannustekijöiden vaikutus, erityisesti raaka-aine kustannuksien ja työvoimakustannuksien vaikutus kokonaiskustannuksiin. Ruokalaji, jonka raaka-aine kustannukset ovat alhaiset, voivat olla kalliita työvoimakustannusten kannalta, jos niiden käsittelyyn ja valmistamiseen käytetään paljon aikaa ja työtunteja. Valmiiksi esikäsittellyt vihannekset vapauttavat aikaa esivalmisteluista ja säästävät työvoimakustannuksista. Periaatteena voidaan käyttää itse tehdyn tuottaessa lisäarvoa asiakkaalle tai raaka-aineen hävikin hyödynnettävyyden takia voi olla kannattavampaa valmistaa itse. (Lampi ym. 2012, 29)

Raaka-aineiden ominaisuuksia voidaan luokitella Lampi ym. mukaan kolmeen eri osa-alueeseen. Osa-alueet vaikuttavat raaka-aineen valintaan, joko ravitsemuksellisesta, tuotannollisesta tai toiminnallisesta näkökulmasta. Ravitsemuksellisia tekijöitä ovat raaka-aineen suolan määrä, rasvan määrä ja laatu sekä eri allergeenit. Tuotannollisiin tekijöihin lukeutuvat raaka-aineen ominaisuudet, jotka vaikuttavat taas valmistukseen, kuten raaka-aineen säilyvyys, soveltuvuus ja laatu valmistuksessa. Toiminnallisia tekijöitä ovat trendikkyys, asiakaslupaukset, hinta-laatu-suhde, aistinvaraiset ominaisuudet ja raaka-aineiden jäljitettävyyden.

Ravitsemuksellisia tekijöitä	Tuotannollisia tekijöitä	Toiminnallisia tekijöitä
- suolan määrä	- lämpösäilytyksen kesto	- trendikkyys
- rasvan määrä ja laatu	-soveltuvuus suurissa erissä valmistamiseen	- asiakaslupaukset
- allergisoivat ainesosat	-soveltuvuus erityisruokavalioidiin	- hinta-laatu-suhde
-laktoosipitoisuus		- aistinvaraisesti arvioitavat ominaisuudet
- gluteiinipitoisuus		- jäljitettävyyden

Taulukko 1. Raaka-aineiden ominaisuuksia (mukaillen Lampi ym. 2012, 30)

2.1 Ruokalistasuunnitteluun vaikuttavat tekijät

Liikeidea kuvaa, miten yritys aikoo toteuttaa yritysideaansa mukaista liiketoimintaa. Hyvä liikeidea on omaperäinen, helppo toteuttaa ja johtaa kannattavaan liiketoimintaan. Liikeidea vastaa yleensä kolmeen keskeiseen kysymykseen: mitä yritys tarjoaa, kenelle ja miten? Liikeideassa määritellään tuote, jota yritys tarjoaa asiakkailleen ja kuvataan imagon vahvuudet ja edut kilpailijoiden tuotteisiin verrattuna. Liikeideassa määritellään asiakkaat ja heidän tarpeensa. Liikeideassa kuvataan, miten yritys tuottaa tuotteensa ja tarjoaa sen asiakkaille, mitä resursseja yritys käyttää idean toteuttamiseen ja miten työt jaetaan yrityksessä. Liikeidea ei ole muuttumaton, vaan sitä on kehitettävä tarpeen mukaan. (Suomi.fi 2021)

Ruokalistasuunnittelu alkaa liikeideasta ja siitä, miten ruokalista sopii tähän ideaan. Sen jälkeen tarkastellaan henkilökunnan osaamista sekä keittiövälineitä, koneita ja laitteita sekä niiden vaikutusta ruuanvalmistukseen ja siihen mikä on toteutettavissa. Suunnitteluvaiheessa täytyy ottaa huomioon kausiluonteisuus ja sesonkiluonteisuus, jotta voidaan varmistaa ruokalistan ajantasaisuus ja hyödyntää kausituotteiden edullisia hintoja. Ruokalistaa kannattaa myös rajata sen mukaan, montako pääruokaa tarvitaan, kuinka monta liha-, kala- ja kasvisruokaa on saatavilla ja kuinka monta jälkiruokaa on saatavilla. Suunnittelussa tärkeitä tekijöitä ovat myös valmistusrajoitukset, kuten esivalmistusaika, esivalmisteiden säilyvyys, kypsennysmenetelmä. Keittiön kapasiteetti ei välttämättä ole riittävä, jos liian moni suosittu ruokalaji valmistetaan samasta pisteestä tai menetelmin. (Kespro 2020)

Työvoimakustannukset muodostavat suuren osan ravintolan kustannuksista, on aiheellista pohtia mihin käytettävissä olevat työvoimaresurssit kohdennetaan. Annoksen pääkomponenttien, kuten lihan tai kalan seurana tarjottavien lisukkeiden esivalmistelun viedessä liikaa aikaa on harkittava, voidaanko ne korvata puolivalmisteilla tai yksinkertaisemmilla lisukkeilla. Käyttämällä samoja lisukkeita monessa annoksessa tai toista annosta hiukan muokaten, keittiön työtehoa voidaan tehostaa. (Kespro 2020; Ruokatieto 2023)

Elintarvikkeille edellytyksiä asettavat asiakkaiden lisäksi myös viranomaiset. Omavalvonta kunnollisen perehdytyksen lisäksi luovat vaadittavan pohjan hygieeniseen ja turvalliseen työskentelyyn ammattikeittiössä. Myös yrityksen imago ja tietyn laatutason tavoittelu määrittää millainen tuotteesta tulisi tehdä. Laatuvaatimuksia ovat seuraavat tekijät, kuten turvallisuus, hygieenisuus, vähimmäissäilyvyysaika, eettinen tuotantotapa, luomutuote, hintataso, aistinvaraiset ominaisuudet, käytettävyys, lisäaineiden määrä, ravintosisältö, imago ja pakkauskoko. (Ruokatieto 2023)

Ruokatuotantoon kuuluu ruuan valmistaminen ja tarjoilu asiakkaille, raaka-aineiden vastaanotto ja raaka-aine varastojen hallinta. Ruuan käytännön valmistusta ohjaavat ruokalostat ja -ohjeet.

Valmistuksen eteneminen esivalmistuksesta kypsennykseen, tarjoiluun ja annoksen kokoamiseen sekä laitteiden käyttö vaativat suunnittelua. Myös työn eteneminen työajan suhteen on suunniteltava. Raaka-aineiden vastaanotto, laadun tarkastaminen, tilausten ja saapuvien tavaroiden vastavuuden tarkastaminen sekä varaston käyttö ja hoito ovat käytännön työtehtäviä. Myös hygienianvalvontatehtävät ja omaoikeusvalvontatoimenpiteet ovat osa käytännön työtä. (Lampi ym. 2012, 20)

Ruokatuotannon suorittamiseen käytettäviä resursseja ovat laitteiden käyttö ja työntekijöiden työaika. Suunnittelu edellyttää tietoa tai arvioita valmistettavan ruuan määrästä. Ruokareseptit sovitaan valmistettavan ruuan määrään. Ruoanvalmistusprosessin järjestäminen käytettävissä olevan ajan mukaan, työnjako ja raaka-aineiden tilaaminen ovat osa tätä prosessia. Suunnittelujakson kestoon vaikuttavat työvuorolistat ja toimittajien aikataulut. (Lampi ym. 2012, 20)

Seurannasta saadut tiedot ovat olennaisen tärkeitä tuotantoprosessin parantamisessa. Seurannalla saadaan tietoa ruokatuotantoprosessin onnistumisesta, käytetyistä tuotantopanoksista kuten työtunneista, ostetuista ja käytetyistä raaka-aineista, hävikin määrästä ja muista kustannuksista. Seurannalla saadaan myös tietoa tuloksesta ja toteutuneesta myynnistä. Keittiöhenkilökunnalta saatu palaute antaa tietoa valmistuksen tilasta, ruoanvalmistusohjeista, tarvittavista muutoksista sekä asiakkaispalautteesta ruuasta. (Lampi ym. 2012, 20)

Ruokalistaa suunniteltaessa on otettava huomioon keittiön laitekapasiteetti. Käytetyistä raaka-aineista useiden eri laitteilla valmistettujen ruokien suunnittelu auttaa maksimoimaan laitekapasiteetin käytön. Myös laitetekniikkaa tulisi pyrkiä hyödyntämään ruokia valmistettaessa. Sisäänrakennettujen lämpömittareiden käyttö voi auttaa vakiinnuttamaan sopivan kypsennysasteen kypsennyksen aikana. Myös uunin ilmakiertomäärän ja kaapin kosteudensäädön yhdistelmällä voidaan vaikuttaa rakenteeseen sekä jäljellä olevan kypsennyksen määrään ja syntyvään valmistus hävikkiin. Ruuan valmistuksen tulisi olla mahdollisimman saumatonta ilman, että raaka-aineita tarvitsee siirtää astiasta toiseen. (Lipre, E & Mauno, S. 2008,12,13, 18)

Suunnittelussa on otettava huomioon myös tavarantoimittajien aikataulut. On tärkeää tietää, kuinka monta kertaa viikossa raaka-aineita toimitetaan keittiöön ja onko varastointi mahdollista. Jos ruokaa valmistetaan kylmävarastointia varten, ruoan on kestettävä jäähdystystä, varastointia ja uudelleenlämmitystä. Myös työntekijöiden määrä ja heidän taitotasonsa vaikuttavat ruuan valintaan. Jos keittiöhenkilökuntaa on vähän, voidaan työmäärää vähentää suunnittelemalla ruokia, joissa voidaan käyttää puolivalmisteita, (Lipre, E & Mauno, S. 2008,18)

2.2 Raaka-aineiden valintaan vaikuttavat tekijät

Strateginen hankinta sisältää suunnittelutoimia, ostajan ja toimittajan välisten suhteiden rakentamista, ennusteiden arviointia, toimittajien valintaa ja arviointia. Operatiiviseen hankintaan kuuluu

päivittäinen toiminta, kuten tilausten tekeminen, laskujen tarkistaminen ja toimitusten hallinta, mukaan lukien varastointi ja vastaanotto. Hankinta kustannuksilla voidaan parantaa kannattavuutta ja tehokkuutta. Raaka-aine hankinnoissa on otettava huomioon hinnan lisäksi myös toimitusajan merkitys, myyntierän koko, säilyvyys ja tilausaikojen merkitys raaka-aineen säilyvyyteen. (Ritvanen, V. ym. 2011)

Tavaran toimittajien kilpailuttamisella ja laatusopimuksilla varmistetaan, että raaka-aineiden tasalaatuisuus, säilyvyys, saatavuus, hinta ja toimituksen aika vastaavat ammattikeittiön tavoitteita. Tavarantoimittajien toimitusvarmuus, luotettavuus, asiakassuhteiden laatu, kotimaisuus ja yhteiskunnallinen vastuunkanto ovat hyviä kriteereitä valita oikea tavarantoimittaja. (Ideasta elintarvikkeeksi, 18; Lampi ym. 2012, 19, 20)

2.2.1 Hinnoittelu

Ravintoloiden kannalta keskeinen tekijä on kustannusrakenteen hallinta. Hinnoittelu vaikuttaa yrityksen menestykseen ja kannattavuuteen. Tärkeä osa hinnoittelua on kilpailijoiden hintojen ja laadun sekä kysynnän ja tarjonnan seuraaminen. Lisäksi on otettava huomioon muut kustannukset, kuten työvoima, raaka-ainekustannukset, verot, vuokra, energia, vesi, siivous ja markkinointi. (Kespro 2023)

Ravintola-alalla käytetään yleisesti myyntikatehinnoittelua. Verottomasta myyntihinnasta eli sadasta prosentista vähennetään verottomat raaka-ainekustannukset, jolloin saadaan myyntikate. Mikäli tavoiteltu myyntikate on 70 prosenttia, raaka-aineiden osuus on 30 prosenttia. (Kespro 2023)

Ravintola-annoksen hintaan vaikuttaa paljon puolivalmisteiden käyttö, jotka vähentävät työaika. Tarkoilla valmistusohjeilla ja etukäteen mietityillä työvaiheilla saadaan valmistukseen kuluvaa työaika pienennettyä. Myös valmistuserän suuruudella on merkitystä. (Kespro 2023)

Hävikki näkyy katteessa, siksi seuranta ja hävikin minimointi on oleellista. Hävikin vähentäminen on myös ympäristöteko. Hävikkiin pätee suunnitelmallisuus sekä ennakoitavuus, jos pystyy arvioimaan asiakaskunnan määrää päivää kohti, ei tee liian suuria raaka-ainehankintoja ja pilaantuvia esivalmisteita. (Kespro 2023)

2.2.2 Vastuullisuus

Vastuullisella ruokalistasuunnittelulla ja raaka-aine valinnoilla voidaan vaikuttaa monella tapaa ympäristöön, ilmastonmuutokseen, kemikaalikuormaan, luonnon monimuotoisuuteen, rehevöitymiseen, maankäyttöön ja maaperän muutoksiin sekä veden käyttöön. Raaka-aine hankinnoissa vastuullisilla hankintakriteereillä edistää ympäristön kannalta hyviä viljelymenetelmiä,

elintarviketurvallisuutta, ravitsemusta sekä eläinten hyvinvointia ja terveyttä sekä kestäväää ruoka-huoltoa ja ekologista kestävyyttä. Suomessa ruoan tuotannon ja kulutuksen ketju pellolta pöytään aiheuttaa noin kolmanneksen ympäristövaikutuksista. Tuotannon tulisi tapahtua luonnonvarojen ehdoilla erityisesti maaperän ja sen puhtauden, veden ja luonnon monimuotoisuuden osalta. Suu-rin merkitys raaka-aineiden ympäristöjalanjälkien kannalta on sillä, kuinka tehokkaasti ne saadaan jalostettua lopputuotteeksi minimoimalla raaka-aine- ja pakkaushävikki sekä minimoimalla logistii-kan ja kuljetuksen ketjut kaikissa valmistuksen vaiheissa. (Motiva 2020; Ruokavirasto 2014, 40)

Perusvaatimuksena tulisi olla, että ruoka tuotetaan ja jalostetaan luonnonvaroja kestävästi ja te-hokkaasti hyödyntäen. Raaka-aineiden hävikit ja pilaantumisriski sekä jätteet on otettava huomi-oon, sillä jos ylimääräisille biomassoille ei löydetä käyttöä kierrätyksestä, ne tulisi hyödyntää bio-energian tuotantoon. Elintarvikeketjun siirtyminen enenevästi bioenergiaan käyttöön on ruokatuo-tannon kestävyuden kannalta tärkeää. (Ruokavirasto 2014, 41)

Vihannesten, juuresten, perunan, marjojen ja hedelmien sekä viljavalmisteiden lisääminen ruoka-valioon vähentää ilmastokuormitusta ja rehevöitymistä. Erityisesti kannattaa suosia kotimaisia sa-tokauden kasviksia. Riisiä lukuun ottamatta kaikkien viljalajien kasvihuonepäästöt ovat pienet. Tä-män vuoksi riisi kannattaa korvata esimerkiksi kotimaisella täysjyvöhralla tai perunalla. Kotimaiset palkokasvit, herne ja papu, ovat kestävämpiä valintoja kuin soija. Palkokasvit pystyvät hyödyntä-mään ilmakehän tyypeä, jolloin lannoitetyypen käytössä voidaan säästää. Kala kuulu ympäristöystä-välliseen ruokavalioon. Luonnonkalojen kalastaminen poistaa ravinteita vedestä ja vähentää rehe-vöitymistä. Avovesissä kasvatetun kalan rehevöittävät vaikutukset ovat suuremmat, ja siksi kannat-taa valita mahdollisimman usein luonnonkala (esim. silakka, hauki, muikku, kuha, ahven tai siika). Rasvoista vähiten ilmastovaikutuksia on rypsiöljyllä ja margariinilla. Myös oliiviöljyn ilmastovaikutus on pienempi kuin voilla. (Ruokavirasto 2014, 42, 43)

2.2.3 Lähiruoka

Lähiruoka on määritelty paikallisruuaksi, joka edistää oman alueen paikallistaloutta, työllisyyttä ja ruokakulttuuria ja se on tuotettu ja jalostettu oman alueen raaka-aineista sekä markkinoidaan ja kulutetaan omalla alueella. Lähiruokakulttuurin tavoitteena on kuluttajien ja tuottajien keskinäinen nykyistä suurempi yhteisöllisyys sekä maantieteellinen ja sosiaalinen lähentyminen. Lähiruoka-ajattelu perustuu parhaimmillaan tuotannon ja kulutuksen kokonaisvaltaisen kestävyuden tavoitte-luun, jossa voisi edustaa suljettuja ravinnekiertoja toteuttavaa hiilineutraalia paikallistaloutta. (Ruo-kavirasto 2014, 43)

Nykyiset ruokatrendit suosivat terveellisiä ja vastuullista ruokaa sekä lisäksi korostetaan yhä enem-män ruuan makua, alkuperää ja turvallisuutta. Asiakkaat haluavat tietää, mistä ruoka on peräisin ja

ovat valmiita maksamaan siitä enemmän. Suomen neljä vuodenaikaa vaikuttavat ruuan laatuun, makuun, saatavuuteen ja hintaan. Sesonginmukaisten lähituotteiden valitseminen on usein ympäristöystävällistä hiilijalanjäljen kannalta ja pakallisten raaka-aineiden valitseminen helpottaa ravintoa ottamaan vastuuta kulutusvaikutuksista. (Mantila 28.9.2022)

Lähiruoka voi myös rakentaa yritysidentiteettiä ja tukea kestäväää kehitystä. Luonnonvarakeskuksen tekemän tutkimuksen mukaan tärkeimmät lähiruoan tarjontaan ja käyttöön vaikuttavat tekijät ovat yritysten strategiat ja elintarvikkeiden ostopäätöksiä tekevien henkilöiden asenteet. Tärkeimpiä syitä lähiruoan käyttöön ovat hyvä maku, ympäristöystävällisyys ja korkea laatu. (Uusitalo, M ym. 2016; Valtioneuvosto 2020)

2.2.4 Luomuruoka

Luomuajattelu perustuu ekologiseen kestävyteen ja kiertotalouden tavoitteluun. Tärkeä ympäristöön vaikuttava ero luomutuotteissa on se, että kemialliset torjunta-aineet sekä geenimuuntelu on kokonaan kielletty luomutuotannossa. Lisäksi vain murto-osaa tavanomaisissa elintarvikkeissa sallituista lisäaineista voidaan käyttää luomuruoan jalostuksessa. Luomutuotannon ympäristöhyödyt liittyvät lähinnä suurempaan luonnon monimuotoisuuteen. Tärkeimmät syyt luomutuotteiden käyttöön ovat ympäristöystävällisyys, maku ja eettisyys. (Ruokavirasto 2014, 43; Valtioneuvosto 2020)

2.2.5 Sesonki

Vastuulliset kuluttajat ymmärtävät kulutuksensa merkityksen luonnolle. (Vastuullinen Suomi 2021) Vastuullinen kuluttaja valitsee ruokansa raaka-aineet sesongin mukaan. Sama ajattelu- ja käyttäytymistapa pätee myös ruokalistasuunnittelussa. Suomessa eri raaka-aineiden kausiluonteisuus eli se milloin raaka-aineet ovat parhaimmillaan, vaihtelevat suuresti. Jokaisena vuodenaikana on mahdollista syödä terveellistä ja ympäristöystävällistä ruokaa unohtamatta raaka-aineiden makua ja koostumusta. Kasvukauden ulkopuolella kalliit tuotantokustannukset siirtyvät tuotteiden hintoihin, joten kausikasvikset tunnistat usein myös edullisuudesta. (Ruokatieto 2023). Kausiluonteisuuden tarkastelun apuvälineeksi on saatavilla ”kausiluonteinen raaka-ainekalenteri”, joka vaihtelee kasvukauden mukaan; liitteenä on esimerkki kesäkuun kausikalenterista. (Liite1.)

2.2.6 Lapin ruokakulttuuri

Lapin ruokakulttuuri on epäilemättä yksi maan tunnetuimmista paikallisista ruokakulttuureista. Perinteet ja luonnonvarat ovat edelleen tärkeä osa Lapin ruokakulttuuria. Poro, siika, muikku, lohi, tunturin rautu eli nieriä, harjus, taimen sekä metsien ja soiden marjat ja villiyrteet ovat jopa kuuluisia maailman laajuisesti. Poron lisäksi on käytetty myös runsaasti muuta riistaa, kuten riekkoa, metsälintuja ja tietysti jopa karhua. Marjoista hilla on tähti, kun taas variksenmarjaa tarjoillaan

herkullisena mehuna ja makua lisäävänä raaka-aineena monissa jälkiruuissa. Mustikka, juolukka, karpalo ja puolukka ovat yhä käytössä kaikenlaisessa ruuanvalmistuksessa, jälkiruuista kastikkeidenkin maustamiseen. (Lapinkeittiömestarit 2015)

Lapin ruokakulttuurin syntyyn ja kehitykseen vaikuttivat asuinalueet, uskonnot ja kulku- sekä kauppayhteydet. Lappilaisesta ruokakulttuurista poimittavissa on kolme selkeää aluetta: Tornio-Muoniojokilaakso läntisine ruokakulttuuripiirteineen, Kemi-Ounasjokivarren alueet itäisine ruokakulttuuripiirteineen sekä Saamelaisalue, jossa Enontekiön seutu on saanut vaikutteita lähinnä lännestä ja Utsjoen seutu idästä. (Lapinkeittiömestarit 2015)

Lappalaisessa keittiössä kausiluonteisuus on edelleen hyvin tärkeää ja luonnontaloudella on erittäin merkittävä rooli. Luonnon eläin- ja kasvipäiset tuotteet on hyödynnetty aina tarkoin ruuan valmistuksessa, jopa aikanaan vaihtokaupalla täydentäen Ruijaan markkinoilla. Perinteisesti ruokaa on säilötty hapattamalla, kuivaamalla, savustamalla, suolaamalla ja jäädyttämällä puuastioissa. Tarjolla on ollut kodassa savustettua poronpaistia, hiilloksella kypsytettyä lohta ja vartaassa paistettua siikaa. Nauris ja peruna ovat olleet tärkeimpiä kasviksia. Perinteisiä ruokia on mukautettu nykyajan herkkusuiden makuun ja niitä esiintyy edelleen ravintoloiden ruokalistoilla tuotekehitytinä. Tunnetuimpia ovat poronpaistikäristys sekä leipäjuusto lakkahillon kanssa, mutta tietysti on myös tarjolla kuivalihavelliä, lammasta monessa eri muodossa, kotitekoisia poromakkaroita, poron maksaa ja suolalihaa. (Lapinkeittiömestarit 2015)

Nykyisinkään ei ole löydetty kuivalihan valmistukseen nykyaikaista versiota ja niinpä yhä edelleenkin poronlihat kuivuvat kevätaurinon ja pakkasten mureuttamina. Kahvipöydän antimista tunnetuin lienee leipäjuusto, jota perinteisesti murennettiin kahvin joukkoon pehmenemään. Kampanisu on ollut säilyvä kahvipöydän annin ja oikean kampanisun resepti on ollut jokaisella emännällä ihka omansa. Lapset nauttivat ennen viilinpäällisestä, vellistä, paistetusta lohennahasta, suolasiiian pyrstöstä ja poron kuusta. (Lapinkeittiömestarit 2015; Ruokatieto 2023)

2.2.7 Ravitsemus

Ravitsemussuosituksen tavoitteena on terveellinen ja mahdollisimman ympäristöystävällinen ruokavalio. Suomalaisten ruokavalion muuttuminen suositusten mukaiseksi vähentäisi elintarvikkeista syntyviä ympäristön haittavaikutuksia. Jotta ruuan kulutus olisi kestävä, sen on oltava sekä määrällisesti että laadullisesti turvallista ja terveellistä. Tämä on saavutettava taloudellisesti, sosiaalisesti, kulttuurillisesti, eläinten hyvinvoinnin kannalta ja ympäristön kannalta kestävällä tavalla. Lisäksi ruokahävikkiä on vähennettävä. (Ruokavirasto 2014)

Terveyttä edistävä ruokavalio on yhtenäinen kokonaisuus, ja sitä kuvataan ravintosuosituksissa ruokakolmion ja lautasmallin avulla. Ruokakolmio kuvaa ruokavalion kokonaisuutta selkeämmin

kuin lautasmalli. Ruokakolmio on jaettu kuuteen eri osaan. Alimpana, ovat marjat, hedelmät ja kasvikset. Seuraavaksi täysjyvä vilja lisäkkeet ja peruna, sitten kasviöljyt ja margariinit, pähkinät, siemenet ja vähärasvaiset maitotuotteet. Yläosassa kala ja siipikarja sekä punainen liha, kananmuna ja lihavalmistet. Kolmion ylin osa koostuu sattumista, kuten leivonnaisista. Kolmion yläpuolella olevia elintarvikkeita käytetään harkiten (Kuva 2.) Monipuolisilla elintarvikevalinnoilla voidaan parantaa terveyttä ja luoda ympäristöystävällisiä ja herkullisia aterioita. Ruokavaliosuositusten päätaivoitteena on parantaa väestön terveyttä ravitsemuksen avulla. Yksilötasolla suositusten mukainen ravitsemuksellisesti riittävä ruokavalio voi koostua usealla eri tavalla. (Ravitsemuspassi; Ruokavirasto 2023)



Kuva 2. Ruokakolmio (mukaillen Ravitsemuspassi)

Ruokapalveluilla on tärkeä asema suomalaisessa ruokakulttuurissa, sillä noin kolmannes väestöstä käyttää päivittäin erilaisia ateriapalveluita. Lounas on monille päivän ainoa lämmin ateria, ja siksi sillä on tärkeä rooli ravinnonsaannin, terveyden, vireystilan ja yleisen hyvinvoinnin ylläpitämisessä. Ateriapalvelut voivat myös edistää terveellisiä ruokailutottumuksia ohjaamalla elintarvikevalintoja ja mieltymyksiä ruoan valinnan ja esillepanon avulla. Tutkimukset viittaavat kuitenkin siihen, että tarjotun ruoan ravitsemuksellisessa laadussa on vielä parantamisen varaa. Ruokaviraston ohjeessa ”Terveellinen ruoka- Suomalaiset ravitsemussuositukset 2014” määritellään ravintoloissa tarjottavien aterioiden, pääruokien energialisäkkeiden ja muiden raaka-aineiden ravitsemukselliset

laatuvaatimukset. Standardit koskevat rasvan, suolan ja kuiduin määrää ja laatua, ja ne on tarkoitettu käytettäväksi työntekijä-, opiskelija- ja kouluruokaloiden ateria suunnittelussa ja toteutuksessa. (Terveyttä ruoasta – Suomalaiset ravitsemussuositukset 2014, 38) Ravitsemussuositukset ovat uudistumassa kesäkuussa 2023.

2.3 Annossuunnittelu

Annossuunnittelun lähtökohtana ovat ruokalistasuunnittelun raamit. Huomioon otettavia tekijöitä ovat liikeidea, raaka-aineiden saatavuus, hinta, säilyvyys ja valmistuksen helppous, katetuotto, sekä annoksien esivalmisteluihin ja valmistamiseen tarvittava aika sekä annoksen hinta, (Koppiinen, S ym. 2002, 132)

Päivän aterioita ovat aamiainen, lounas, päivällinen ja illallinen. Päivän aterioiden määrä ja tarjoamis aika vaihtelevat erilaisissa ammattikeittiöissä. Aterian ajankohta vaikuttaa myös ruokien valintaan ruokalistasuunnittelussa. Aamupalalla, lounaalla, päivällisellä ja illallisella syödään eri tavoin. Mutta on otettava huomioon, että esimerkiksi Erikoistutkija Johanna Varjosen mukaan, lounas- ja päivällisaika on alkanut sekoittumaan. Tämä näkyy myös ravintoloiden käyntien ajoituksessa ja ravintoloiden pitkissä aukioloajoissa (Lampi ym, 2012, 24,25; Ruokatieto 2012; Ruokatieto 2023)

Erilaiset erityisruokavaliot ja allergiat kuten: laktoosi-intoleranssi, diabetes ja keliakia on syytä huomioida jo alku vaiheissa ruokasuunnittelua. Erityisruokavalion valintaan saattaa vaikuttaa myös eettinen tai uskonnollinen syy, kuten esimerkiksi kasvisruokailijoilla tai islaminuskoisilla. (Ruokatieto 2023)

Ateria koostuu yleisesti ottaen pääruuasta, lisukkeista sekä jälkiruuasta. Juhlavimmat ateriat sisältävät myös alkuruuan. Pääruokia ovat keitot, erilaiset laatikko- ja pataruuat sekä salaatit, joiden pääraaka-aine on kalaa, kasviksia tai lihaa. Lisäkkeenä voidaan tarjota perunaa, riisiä tai pastaa sekä kasviksia. Jälkiruoka on päätös aterialle. Jälkiruokana tarjotaan marjoja, hedelmiä sellaisenaan tai salaattina, kiisselinä, keittona, rahkana jne. (Ruokatieto 2023; Suomen sydänliitto)

2.3.1 Ruokaohjeen valmistusprosessi

Ruoan valmistaminen on prosessi itsessään. Tätä prosessia ohjaa resepti. Prosessi alkaa ruokalajin tärkeimpien ainesosien valinnalla ja jatkuu ruokalajin valmistuksessa käytettävien välineiden valinnalla. Ruoanvalmistusohjeet ohjaavat myös laitteiden käyttöä, kypsennysmenetelmän valintaa ja kypsennyslämpötilaa. (Lipre, E & Mauno, S. 2008, 10)

Ravitsemuksesta kertovassa kappaleessa kerrotaan Suomalaiset ravitsemussuositukset 2014. Terveellinen laatu saavutetaan raaka-ainevalinnoilla, jotka edistävät terveyttä sekä huomioimalla suunnittelussa eri valmistusmenetelmät ja niiden monipuolisuus laitekantaan nähden. Valmistusmenetelmissä kannattaa välttää sitä, että esimerkiksi kaikkia raaka-aineita ei kannata annokseen valmistaa grillaten, joka tuottaa ruokaan syöpää aiheuttavia karsinogeeniä. (Viljanen 24.6.2022)

Aistinvaraisella arvioinnilla tarkoitetaan viiden aistin (näkö, tunto, haju, maku ja kuulo) käyttöä ruuan ominaisuuksien ja nautittavuuden arvioinnissa. Näissä arvioinneissa keskitytään ruokatuotteen ominaisuuksiin tai tutkittavan asenteeseen tuotetta kohtaan. Elintarvikkeiden mieltymys- ja hyväksyttävyydestä tehdään tavallisilla kuluttajilla. Painopiste on eri kuluttajaryhmien mieltymyksissä ja muissa reaktiossa. (Helsingin yliopisto)

Tuottavaa keittiön toiminta on silloin, kun ateriat ja palvelut ovat oikeassa suhteessa niiden tuottamiseen vaadittuun työhön, raaka-aineisiin ja muihin ruokapalvelun vaatimiin kustannuksiin. (Lampi ym. 2012, 12)

Omavalvontasuunnitelman tarkoituksena ja tehtävänä on kuvata elintarviketurvallisuustoimenpiteet ja hallita yritykseen kohdistuvia riskejä. Elintarvikealan toimijana on vastuussa elintarvikkeiden turvallisuudesta ja on pystyttävä hallitsemaan siihen liittyvät elintarvikehygieeniset ja -turvallisuus riskit. On myös huolehdittava, että elintarvikkeista annettavat tiedot ovat oikeat ja riittävät. (Ruokavirasto)

Omavalvonta on järjestelmä, jolla varmistetaan elintarvikkeiden säilytys-, kuumennus-, ja jäähdytyslämpötilat ja –ajat ovat kunnossa. Lisäksi omavalvonnan avulla varmistat, että elintarvikkeita käsitellään vastaanoton, säilytyksen, varastoinnin, valmistuksen, jäähdytyksen ja tarjoilun vaiheissa oikein ja hygieenisesti. Omavalvonnalla huolehditaan myös siitä, että asiakkaat saavat tarvitsemansa tiedot tuotteiden sisältämistä allergiaa aiheuttavista ainesosista. Omavalvonta suunnitelma sisältää myös suunnitelman elintarvikkeiden ja niiden raaka-aineiden jäljitettävyydestä. (Ruokavirasto)



Kuva 3. Ruokaohjeen valmistusprosessi. (Mukaillen Lipre, E & Mauno, S. 2008)

Ammattikeittiön ruokalistaohjeita laadittaessa on otettava huomioon keittiökäytännöt ja ruokien valinta asiakkaiden mieltymysten mukaan, laitteiden oikea käyttö, ainesosien käsittely ja keittiöhenkilökunnan osaaminen. Ohjeita voidaan laatia hyvin yksityiskohtaisella tasolla ohjaamaan työntekijöitä koko ruoanvalmistusprosessin ajan. (Lipre, E & Mauno, S. 2008,11)

Valmistusastian valinta vaikuttaa ruoan lopputulokseen ja se on mainittava reseptissä. Ainesosat on lueteltava ohjeissa prosessin sääntöjen mukaisesti. On helpompaa työskennellä ja työ nopeutuu ainesosien ja tehtävien ollessa peräkkäin valmistusprosessin mukaisesti. Kaikki ainesosat ja mausteet on punnittava ja merkittävä annoskohtaisesti. Ainesosien punnitseminen nopeuttaa työskentelyä ja varmistaa, että ruoan koostumus on oikea. (Lipre, E & Mauno, S. 2008,11,12)

Annoksien asettelussa, sommittelussa ja värien käytössä ovat periteiset säännöt ja ohjeet alkaneet jo hämärtyä. Klassisen selkeän jaottelun lisäksi on tullut paljon erilaisia esille laittoja. Värien ja sommittelun käyttöä kannattaa harjoitella ja työstää. Inspiraatiota ja oppeja voi hakea aktiivisesti seuraamalla muiden annosten esille laittoja. Tärkeintä on tasapainoinen kokonaisuus sommittelussa. Vanha sääntö asettelusta on kuitenkin hyvä muistaa, juuri ennen kello viittä lautasen keskispisteestä löytyy piste, johon on hyvä laittaa korostettava ainesosa, annoksen on oltava helposti syötävä ja leikattavissa, niin että maut eivät sekoitu täysin keskenään. (Koppinen, S ym. 2002, 133)

Annosten painosta ja komponenttien suhteista ei ole olemassa yhtenäisiä sääntöjä. Ruokalistan ideologia, tyyli, imago ja hinta vaikuttavat annoksen kokoon ja hinta-laatusuhteen tulisi olla

yhtenäinen. On selvää, että eri taustoista ja eri painoluokista tulevilla ihmisillä on erilaiset ruokahalut ja makutottumukset. Lähtökohtana on kuitenkin, että annoksen kokonaispainon ilman leipä ja juomia tulisi olla noin 400–700 grammaa, pääraaka-aine n. 150 g, kastikkeen paksuudesta riippuen 0,5 desilitrasta 1,5 desilitraan, päälisuke maksimissaan 200 g, kasvikset 50–100 grammaa ja koristeet yhteensä noin 30–50 g. (Koppinen, S ym. 2002, 134)

Pääraaka-aine	kala, ruodoton 150–180 g kala, ruodollinen 200 g liha, luuton 140–180 g
Kastike	ohut 0,5–1 dl saostettu 1,5 dl
Päälisuke	150–200 g
Kasvikset	50–100 g
Muu lisäke tai koristeet	30–50 g

Taulukko 2. Karkeasti jaotellut annospainot (mukaillen Koppinen, S ym. 2002, 134)

2.3.2 Hinta- ja annoskortit

Reseptiikka eli kaikki ruokaohjeet pitäisi olla tuotannonohjaisjärjestelmässä tai ainakin kirjoitettuna ja keittiöllä käytössä. Ravintoloissa ohjeita on pitkään nimitetty annoskorteiksi tai hintakorteiksi ja niiden keskeinen tehtävä on ollut raaka-ainekustannusten laskeminen. Reseptit eli ruokaohjeet on syytä pitää aktiivisessa käytössä, valmistuserät juuri sopivan tarpeen mukaan ja ruokaohjeiden mukaiset. (Koppinen, S ym. 2002, 135)

Tilanteen mukaan voidaan joko kirjoittaa resepti ensin, käyttää valmista reseptiä, valmistaa vastaava ruokalaji tai valmistaa ja kirjoittaa ylös mitä olet itse asiassa laittanut reseptiin. On erittäin tärkeää, että reseptissä luetellaan kaikki ruokaan tulevat ainesosat ja mausteet, käytettävät laitteet, jotka otetaan huomioon ravintoarvo-, hinta- ja kustannuslaskelmissa. Reseptit vakioidaan aina uudelleen, kun jokin laite tai ainesosa muuttuu. Reseptejä tarvitaan myös ruoanvalmistuksen johdonmukaisuuden varmistamiseksi. Jos ruoka valmistetaan reseptien mukaan, sen pitäisi olla aina samanlaista, eikä sen maku ja rakenne saisi vaihdella kokin mukaan. (Jyväskylän ammattikorkeakoulu 2021, 14,15)

Tasalaatuisen ja korkean laadun sekä kannattavuuden ylläpitämiseksi ravintolassa on hyvä ottaa käyttöön myös keittiön annoskortit (Liite 2.) Annoskortit on hyvä sijoittaa niin, ne ovat helposti nähtävissä työpisteeltä poistumatta ja niihin koskematta. Annoskorttien tärkeys korostuu ruokalistan vaihtuessa ja silloin kun työvuoroon saapuu uusi työntekijä. Annoskortissa on tärkeää olla selkeä hyvälaatuinen kuva annoksesta sekä tarvittavat raaka-aineet ja annosmäärät. Annoksen valmistustapa on myös hyvä mainita pääpiirteittäin. (Koppinen, S ym. 2002, 135)

3 Tuotekehitys

Tuotekehitys on uusien tuotteiden kehittämistä tai olemassa olevien tuotteiden parantamista. Kaikkien yritysten tulisi aina miettiä tuotteidensa parantamista tai niiden korvaamista uusilla ja paremilla tuotteilla. Tuotekehitys alkaa ideasta, jossa luodaan täysin uusi tuote tai parannetaan olemassa olevaa tuotetta. Ongelmana on tuotekehitysideoiden löytäminen ja tuotekehitystä varten onkin jatkuvasti etsittävä tietoa ja ideoita eri lähteistä. Tuotekehitysideoita voidaan ryhtyä kehittämään tietoisesti, löytää yrityksen ulkopuolelta, saada suoraan asiakkailta tai tiedustella asiakaspalautteen muodossa. Ideoita voi löytyä myös internetistä, messuilta tai vaikkapa ulkomailta. (Osaava yrittäjä 2021)

Hyvä tuote on tavara tai palvelu, jolla on kysyntää. Hyvien tuotteiden on täytettävä alan standardit ja viranomaisvaatimukset ja niitä on kehitettävä jatkuvasti. Hyvä tuote voidaan valmistaa tai tarjota massatuotantona. Tuotanto- ja jakelukustannukset ovat riittävän alhaiset, jotta yritys voi tehdä haluamansa voiton suhteessa tuotteen myyntihintaan. Asiakas tarkastelee tuotteen eri ominaisuuksia, kuten laatua, toiminnallisuutta ja ajantasaisuutta kokonaisuutena ja ne muodostavat perustan asiakkaan mielipiteelle tuotteesta. Viime kädessä asiakas päättää, onko tuote hyvä vai huono. (Suomi 2021)

3.1 Tuotekehitysprosessi

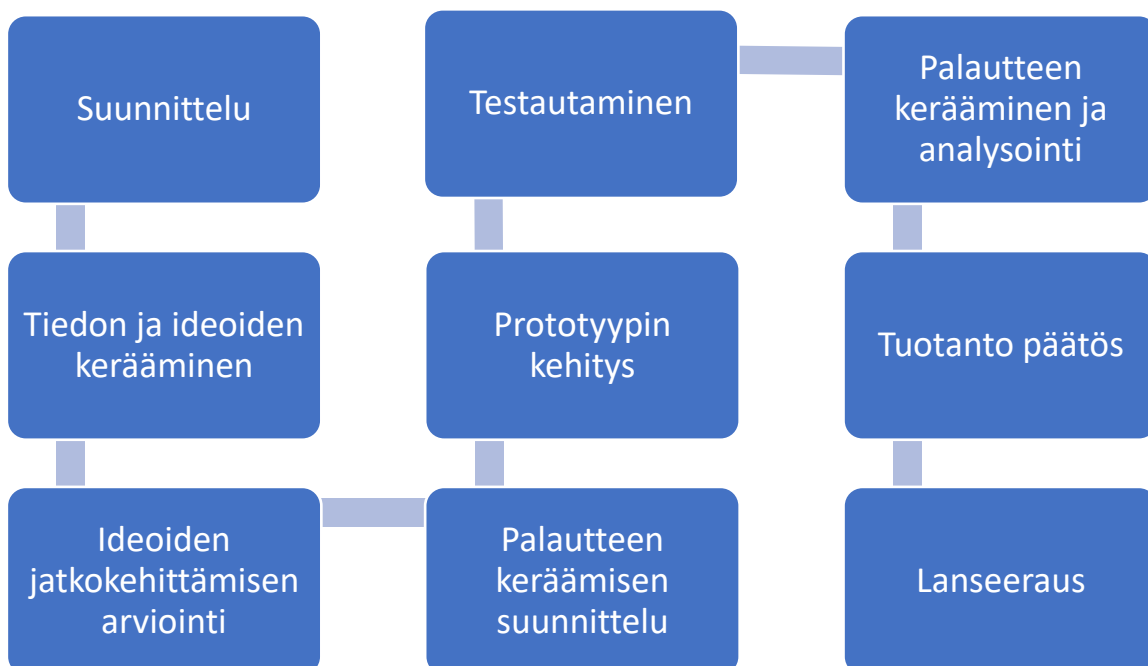
Tuotekehitys alkaa tuotesuunnittelulla, jossa ideat muotoillaan sanallisesti ja esitetään asiaankuuluvat kaaviot, laskelmat ja taulukot. Suunnitelmalla osoitetaan, että idea toimii teoriassa. Tunnistetuja tuotekehitysideoita arvioidaan ja arvioinnin perusteella tehdään päätös, pitäisikö niitä kehittää edelleen. Vaikka ideaa ei heti toteutettaisikaan, kaikki ideat olisi kirjattava ylös siltä varalta, että vanha idea osoittautuu merkitykselliseksi tai synnyttää myöhemmin uuden idean. (Osaava yrittäjä 2021; Suomi 2021)

Tuotekehitysvaihe muuttaa idean tuotteeksi. Tähän vaiheeseen sisältyy erilaisia teknisiä, tuotannollisia ja kaupallisia suunnittelu-, tutkimustöitä ja selvityksiä. Ideoista ja keksinnöistä rakennetaan prototyyppejä, ja toistuvien testien jälkeen valmistuu täysin uusi tuote tai parannettu versio vanhasta tuotteesta. Prototyypin avulla pystytään kokeilemaan ja arvioimaan tuotteen laatua, ominaisuuksia sekä käytön ja tuotannon yksityiskohtia. Prototyyppi auttaa valitsemaan tuotteeseen myös sopivimmat materiaalit, valmistustavat ja arvioimaan sen avulla tuotteen houkuttelevuutta, hyödyllisyyttä ja muita kilpailukykyyn vaikuttavia seikkoja. Markkinointitestien jälkeen tuotetta tarjotaan loppuasiakkaille ja saadaan palautetta ennen varsinaisen tuotannon aloittamista. (Suomi 2021; Yrittäjät)

Tuotekehityksen on oltava tavoitteellista, tehokasta ja perusteellista, jotta varmistetaan, ettei tuotteessa ole teknisiä vikoja tai puutteita. Muotoilu ja design on myös tärkeä osa tuotesuunnittelua. On tärkeää, että vastuuhenkilöt ovat kokeneita. Verkostoituminen voi auttaa myös tässä. (Osaava yrittäjä 2021; Yrittäjät)

Yrityksen tuotteistaessa tietyn tavaran tai esineen määrittellään paras tapa tuottaa se. Tämän jälkeen tutkitaan erilaisia raaka-aineita ja valitaan niistä sopivimmat. Lisäksi mietitään kierrätettäviä materiaaleja, tapoja tehdä tuotteesta mahdollisimman käyttökelpoinen sekä parhaita suunnittelu- ja pakkausratkaisuja. Joskus idean muuttuminen tuotteeksi vaatii huomattavia investointeja. Yritykselle on kuitenkin tärkeää, että valmistusmenetelmät ja tuotteen ominaisuudet hiotaan mahdollisimman korkealle tasolle. (Suomi 2021)

Prototyyppejä voidaan käyttää tuotteen toimivuuden ja kestävyuden testaamiseen, sarjatuotannon soveltuvuuteen, katelaskelmiin ja muuhun testaamiseen. Tuotteen testaaminen kohdekäyttäjien kanssa tuotekehityksen erivaiheissa auttaa tuomaan vahvistusta jo tehdyille ratkaisuille sekä luoda lisää kehittämisideoita. Kun tuote on alustavasti hyväksytty ns. koemarkkinointi vaiheeseen, on kulluttaja testauksen aika. Tuote myydään tai jaetaan asiakkaille palautekyselyn kera. Tuotteen tulisi olla tässä vaiheessa jo hyvin viimeistellyssä kunnossa ja testauksen jälkeen tehdään viimeiset parantelut tuotteelle. Pilottiasiakkailta, jotka käyttävät tuotetta ensimmäisenä voi myös saada muutkin innostumaan tuotteesta. (Ideasta elintarvikkeeksi, 23; Suomi 2021) Alla Taulukko kuvaamassa tarkemmin tuotekehitysprosessin eri vaiheita. (Kuva 4.)



Kuva 4. Tuotekehitysprosessin vaiheet

Testausvaiheen jälkeen päätetään, otetaanko tuote tuotantoon vai hylätäänkö se. Viimeisessä vaiheessa tuote lanseerataan eli tuodaan markkinoille. Jotta asiakkaat saisivat tietoa uudesta tuotteesta, on sen markkinointiin alussa panostettava. Tuote tulee nimetä hyvin, jotta se erottuu kilpailijoista. Tuotenimi, tuotemerkki, brändi ja niiden ympärille muodostuva imago ovat yleensä yhtä tärkeitä kuin tuotteen varsinaiset ominaisuudet. Tuotteen ja palvelujen kehittäminen on jokaisen menestyvän yrityksen perusta. Ennen kuin idea tai keksintö pääsee markkinoille, on monia vaiheita käyty läpi, kuten suunnittelu, tuotetestaus, kehittäminen, arviointi sekä tuotteen varsinainen tuotanto, myynti. (Osaava yrittäjä 2021; Suomi 2021; Yrittäjät)

3.2 Jatkokehitys

Tuotteita on jatkuvasti parannettava ja kehitettävä houkuttelevammaksi. Erityisesti asiakaskunnan laajentaminen tai tuotteen tuominen uusille markkinoille edellyttää jatkokehitystä. Tuotteita jatkokehittäessä on otettava huomioon tiedot uusien markkinoiden taustoista, uusista asiakkaista ja heidän tarpeistaan ja tottumuksistaan sekä kilpailijoiden tuotteiden ominaisuuksista. Tuotteiden hinta määritellään uusien markkinoiden hintatason ja asiakkaan maksukyvyn mukaan. Kiinnitettävä huomioita myös tuotteen ominaisuuksiin, jotka asiakkaat saattavat ymmärtää väärin. (Suomi 2021)

Esimerkkejä tuotemuutoksista, joita voidaan kehittää edelleen, ovat uudet mallit, tuotenimet, värimaailma, pakkaukset, lisäominaisuudet, raaka-aineiden muutokset sekä muutokset tuotantomenetelmissä, markkinoissa ja tuotemerkkien kehittämisessä. Säännöllinen palautteen kerääminen asiakkailta kyselyjen, ryhmähaastattelujen ja kuluttajapaneelien avulla voi auttaa kehittämään tuotteita, jotka vastaavat asiakkaiden toiveita ja tarpeita, markkinoiden muutoksia ja kilpailutilannetta. Kannattaa myös miettiä, miten uudet ja nykyiset asiakasryhmät kokevat nykyisen tuotemerkin. On myös tärkeää tunnistaa sopivimmat myynti- ja markkinointikanavat ja pohtia mahdollista tuotesuojasta. (Suomi 2021)

3.3 Ruokatuotteiden tuotekehitys

Tuotteen eli ruoan kokonaislaatu koostuu useista tekijöistä, kuten ravintoarvosta, annoskoosta, esteettisyydestä, kustannustehokkuudesta, hygieniasta, lämpötilasta ja maittavuudesta, jotka asiakkaat aistivat, kokevat ja jotka vaikuttavat heidän terveyteensä. (Lampi ym. 2012, 12,)

Ruokatuotteiden tuotekehitykseen kuuluu uusien ruokalajien kehittäminen ruokalistalle sekä reseptien, hinta- ja annoskorttien vakiointi. Olemassa olevia reseptejä päivitetään, kun raaka-aineiden hinta tai käytettyjen raaka-aineiden ominaisuudet muuttuvat. Tuotekehitykseen kuuluu myös tehokaiden ruoanvalmistusmenetelmien ja työpajojen kehittäminen sekä hinnoittelu ja kustannusseuranta. (Lampi ym. 2012, 19)

Tuotetestausta tehdään tuotantokustannusten ja tuotantotekijöiden määrittämiseksi, testataan koneistoa, laitteistoa sekä logistiikkaa, miten asiakkaat hyväksyvät ruokatuotteen aistien varaiset tekijät (maku, annoskoko, rakenne ja ulkonäkö) sekä hintatason ja miten ruokatuotetta olisi kehitettävä edelleen. (Ideasta elintarvikkeeksi, 16)

Koevalmistus aloitetaan mahdollisimman tarkan valmistusohjeen laatimisella. Valmistusohjeiden tulisi sisältää annospainon, annosmäärän, raaka-aineet määrällisesti halutuissa yksiköissä, valmistustavan sekä työjärjestyksen ja hinnan. Reseptiensuunnittelua varten on suositeltavaa luoda esimerkiksi Excel-taulukko, jossa raaka-aine määriä voidaan helposti muokata ja jossa on valmiit laskukaavat helpottamaan katelaskentaa. (Ideasta elintarvikkeeksi, 16)

Ensimmäinen koe-erä tehdään muutaman annoksen kokoisena, mikäli se on mahdollista valitulla valmistusmenetelmällä. Kaikki raaka-aineet punnitaan tarkasti joka vaiheessa sekä valmistusmenetelmät, kypsennys- ja sisälämpötila, valmistusajat, jäähdytys, säilytysmenetelmä ja hävikki kirjataan ylös. Lopuksi valmistuksessa arvioidaan tuote, tuotannon tehokkuus sekä jäävää katetta sekä lasketaan valmistusohjeen saanto (saattaa muuttua valmistuserän koon mukaan). Seuraavassa koe-erässä muutetaan vain yhtä muuttujaa kerrallaan, kuten esimerkiksi raaka-aineen määrää ja huolehditaan, että prosessiolosuhteet säilyvät mahdollisimman samanlaisena. (Ideasta elintarvikkeeksi, 16)

4 Ruokalistasuunnittelu ravintola Kiisaan

Ruokalistasuunnittelussa on tärkeää osata ottaa oikeat suunnitteluun vaikuttavat tekijät huomioon. Tässä työssä otettiin erityisesti huomioon liikeidea ja sitä kautta lapinruokakulttuuri sekä sesongin raaka-aineet, hävikin minimointi, aistienvarainen laatu ja tuottavuus sekä keittiön työskentelyn ohjaaminen. Lisäksi ruokalistasuunnitteluun sisältyi S-ryhmän valikoimahallinnon mukaiset hintakortit ruuanvalmistusohjeineen sekä keittiö työskentelyn työkaluina käytettävät ruuanvalmistusohjeet ja annoskortit.

Asiakaspalautteet kerätään suullisesti avointa haastattelu menetelmää hyödyntäen, jossa haastattelija ja haastateltava ovat sanallisessa vuorovaikutuksessa mahdollisemman luonnollisesti ja avoimesti. Avoin haastattelu muistuttaa keskustelua ja niissä annetaan tilaa haastateltavan kokemuksille, tunteille, muistoille, mielipiteille ja väitteille. Haastattelua ei ole suunniteltu ja se on avoin kaikille mahdollisuuksille. Haastattelija pyrkii pitämään kumminkin keskustelun tietyn teeman sisällä. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006) Asiakaspalautteita kerätään myös lisäksi S-ryhmän omien kanavien kautta sekä myös avointa haastattelu menetelmää hyödyntäen keittiön henkilökunnalta annoksista.

S-ryhmän tuotevalikoiman Excel-taulukot eivät ole tarkoitettu julkiseen käyttöön, joten ne jätetään pois kokonaan opinnäytetyöstä. Excel-taulukot ovat kuitenkin tarkasteltavissa S-ryhmän intran kautta. Taulukot sisältävät hintakortit raaka-aineista, annoksista ja niiden komponenteista sekä katelaskelman, hinnoittelun ja tarkat ruuanvalmistusohjeet vaiheineen. Ruokalistasuunnittelussa riittäväällä katteella varmistetaan ravintolan tuottavuus, joka on perustana tulosta tuottavalle yritykselle ja liiketoiminnalle, mutta katelaskelmia ja sen teoriaa ei käsitellä opinnäytetyössä.

Ruokalistojen ulkoasun suunnittelusta sekä sen markkinoinnista vastaa yritys itse. Opinnäytetyössä ei käsitellä ravitsemusta kokonaisvaltaisesti, koska se ei ole olennainen osa a la carte ruokalistasuunnittelua. Ruokalistan laatua mitataan tuottavuudella, aistienvaraisilla mittareilla arvioiden miellyttävyyttä sekä toistettavilla tuotannollisilla tekijöillä. Ruokalistan raaka-aine valintoja määrittävät vastuullisuus, raaka-aineen sesongin mukainen hinta, myyntierän suuruus, saatavuus, säilyvyys, tuotantoaste ja tukkusopimus Meira Novan kanssa sekä muiden yhteistyökumppaneiden kanssa.

Annoskortit, jotka sisältävät annokset kuvina ja komponentit määrällisesti grammoina, Annoskorttien tarkoitus on toimia keittiöhenkilökunnan apuna valmistamaan annokset tasalaatuisina, optimoimaan annoksien raaka-aineiden kustannukset, vähentää syntyvää hävikkiä ja tehostamaan työskentelyn suunnitelmallisuutta ja ajankäyttöä. Yksi vaikuttavista syistä ja tekijöistä ruokalistan suunnitteluun on henkilökunnan määrä ravintolan keittiössä kesän aikana, joka täytyy ottaa huomioon.

Opinnäytetyön tausta on yksinkertaisuudessaan siinä, että olen aina halunnut tarjota itse suunnittelemani ruokia asiakkaille. Kyseinen haave toimii itselleni suurimpana motiivina ja motivaationa valmistaa työajoissa ja äärimmäisellä tarkkuudella. Lisäksi työskentelin kyseisessä ravintolassa kesän ajan. Toimeksiantajalle työn merkityksellisyys näkyy konkreettisesti paremmin suunniteltuina tuotannollisina tekijöinä, kuten seurattavina ruuanvalmistusohjeina, hintakortteina sekä annoskortteina, jotka ohjaavat keittiö työskentelyä sekä ruokalistan katelaskelmina, joiden avulla voidaan saavuttaa parempaa tulosta. Ruokalista suunnittelu toteutetaan toimeksiantona ravintola Kiisalle.

Kiisan ruokalistan suunnittelu alkoi heti, kun se oli hyväksytty opinnäytetyön aiheeksi. Suunnittelu- vaiheessa kävin jatkuvia keskusteluja ja hyödynsin avoimen haastattelun menetelmää keskustellessani ravintolan henkilökunnan sekä asiakkaiden kanssa. Kaikkiin kysymyksiin en saanut aina vastausta, joko ne olivat liian vaikeita tai niihin ei vain tiedetty vastausta. Keskustelut loivat hyviä ideoita sekä rajauksia listalle. Lisäksi tutustuin ruokalistasuunnittelun vaikuttaviin tekijöihin suunnittelu alkuvaiheessa. Esimerkkejä keskustelun kysymyksistä. (Liite 3.)

Suunnittelu vaihe oli määrä saada valmiiksi ennen maaliskokuuta 2022 ja konkretisoitua valmiina nimellisinä annos sekä komponentti ehdotuksina ruokalistalla, joka käytiin läpi ravintolapäällikön kanssa. Ehdotusten läpikäynnin jälkeen päästäisiin valmistamaan koeannoksia.

Listan suunnittelun apuna ja perusrunkona käytettiin vuoden 2021 kesän listaa, keittiöstä löytyviä valmistusohjeita, internetin ruuanvalmistusohjeita ja ammattikirjallisuutta, omaa osaamista sekä toimeksiantajan tekemiä rajauksia ruokalistalle.

Toimeksiantajan tekemät ruokalista rajaukset olivat:

- Samantyylinen kuin aikaisempi ruokalista
- Ruokalista saisi sisältää 3 alkuruokaa, 5 pääruokaa ja 2 jälkiruokaa
- Hampurilaisannos sekä Poron paistikäristys pidettävä listalla
- Ruokalistan tulisi olla tulosta tuottava, eli tuloksellinen
- Raaka-aineet tilattava Meira Novan pikatukusta tai jo nykyisiltä yhteistyökumppaneilta
- Ei mahdollisuutta panostaa uusiin laitteisiin, välineisiin tai lautasiin
- Ei tarvitse olla kasvisruokaa

Huomasin suoraan vuoden 2021 ruokalistaa katsoessani (Liite 4.), että ruokalajit eivät olleet tasapainossa, käytännössä listan koostuessa vain pääruuista. Ruokalistan hintoja oli korotettava jo pelkästään nousseiden raaka-aine kustannuksien vuoksi sekä halusin myös hintatason kestävänsä talven kilpailijoiden tason. Talven sesongin ulkopuolella ravintolalla on hyvin vähän kilpailijoita. Vuoden 2021 ruokalista ei myöskään noudattanut pahemmin kokonaisuudellaan liikeideaa, lapin ruokakulttuuria eikä myöskään paikallista lähiruuan sesongin mukaisuutta. Lisäksi tiesin listalla olevan

paljon annoksia, jotka olivat samoja kuin talven listalla. Ruokalistan osalta annoksilta puuttui joko kokonaan tai osalla annoksilla oli puutteelliset hintakortit, annoskortit ja ruuanvalmistusohjeet.

Poron paistikäristys ja hampurilaisannos oli toivomuksena säilyttää listalla. Hampurilaisannos vaati kuitenkin reseptit sen komponenteille ja tarkemman katelaskelman, jonka vuoksi tuotekehitys annoksesta nousi ideaksi ja tarpeeksi. Ravintolan listoilla kesät ja talvet on nähty myös paistettua rautua vuodesta toiseen sekä kermassa haudutettua leipäjuustoa, joten ne saivat vaihtua virkistykseen vuoksi.

Rovaniemeltä tulevat Arctic icreamin artesaanijäätelöt saivat jäädä listalle, koska tukivat paikallisuutta raaka-aineita myöden. Lisäksi jäätelöt ovat pidetty tuote ja mitä kesä olisi ilman jäätelöä. Lisäksi asiakas ja henkilökunta haastatteluissa ilmeni, että pastaa oli toivottu jo vuosia listalle sekä pannacotta on asiakkaiden mielestä pidetty tuote ja keittiön mielestä mukava tehdä. Alla tässä vaiheessa ruokalista suunnittelua ollut raakaversio ruokalistasta. (Taulukko 3.)

Ruokalista

Alkuruuat	Keittiön suositus	Toinen annos	Kolmas annos		
Pääruuat	Hampurilainen	Käristys	Pasta	Neljäs annos	Viides annos
Jälkiruuat	Arctic Icecream	Pannacotta			

Taulukko 3. Ruokalista suunnittelun ensimmäinen raakaversio

Ravintolan ruokalista suunnittelun alkaessa liikeideasta, isona osana ravintolan konseptia ja imagoa on lappalaisuus. Lapin ruokakulttuuri elää vuoden aikojen mukaan ja rakentuu luonnonantimien varaan, joka kertoo suoraan sesonki ajattelun tärkeydestä. Lähdin miettimään, että mitkä raaka-aineet sopivat listalle sesongin sekä Lapin ruokakulttuurin mukaan ja ottaen huomioon aikaisemman pohdinnan edellisen vuoden ruokalistasta. Tuotoksena syntyi pelkistetty sesongin raaka-aineiden lista, Lapin ruokakulttuuriin sidonnaisia raaka-aineita, annoksia sekä valmistustapoja, jotka näkyvät alempana taulukossa. (Taulukko 4.).

Sesongin raaka-aineet	Lapin ruokakulttuuriin sidonnaiset raaka-aineet sekä valmistustavat
Varhaisperuna	Peruna
Sipuli, kurkku, tomaatti, porkkana, paprika, parsaa, kukkakaali, varsiparsakaali	Rautu, Siika
Mustikka, mustaviinimarja, hilla	Mustikka, hilla
Riista	Poro
	Leipäjuusto, kuivalihavelli, vartaassa paistettua siika
	Hapattaminen, kuivaaminen, savustus ja suolaus

Taulukko 4. Lapin ruokakulttuurille ja sesongille yhteiset raaka-aineet

Seuraavaksi mietin, miten vaihtuvuus onnistutaan tuomaan listalle halutuissa raameissa, joka itseasiassa helpotti suunnittelua sen tarkoittaessa yhtä liha-, kala ja kasvisannosta ruokalajia kohden. Listalle päätyivät pääraaka-aineet poro, siika, rautu sekä leipäjuusto ja kuivalihavelli. Kuivalihavelliä ei myöskään ollut näkynyt Levin listoilla siksi se nostettiin mukaan tuotekehittettynä kirkkaana versiona. Lisäksi kuivaliha on ollut omia suosikki raaka-aineita jo vuosia.

Ruokalista

Alkuruuat	Keittiön suositus	Kuivalihakeitto	Poro annos	Rautu annos	
Pääruuat	Hampurilainen	Käristys	Pasta	Siika annos	Poro annos
Jälkiruuat	Arctic Icecream	Pannacotta	Leipäjuusto		

Taulukko 5. Ruokalista suunnittelun toinen raakaversio

Ruokalistasuunnittelun toinen raakaversio (Taulukko 5.) ja seuraavaksi annoksille olisi syytä keksiä lisukkeet sekä valmistustavat, joten lähdin selaamaan keittiössä entuudestaan olevia valmistusohjeita, sekä internetistä löytyviä ruuanvalmistusohjeita kyseisille raaka-aineille ja niille ominaisia valmistustapoja, jotka sopisivat sesonkiin ja lapin ruokakulttuuriin. Karsin mahdollisia valmistusmenetelmiä keittiön laitteiston ja välineistön perusteella.

Pohdin myös raaka-aineiden saatavuutta, säilymistä, säilytystapoja, vastuullisuutta sekä kulurakennetta. Lisukkeiden määrää, vaikeustaso ja tuotantoaste korreloi suoraan siihen mikä on keittiön henkilökunnan määrä ja osaamisen taso sekä millainen on käytettävissä oleva keittiön laitteisto ja välineistö sekä kuinka paljon työtunteja on käytettävissä. Päädyin valitsemaan annokseen mahdollisimman vähän komponentteja, mitkä ovat kuitenkin hiukan haastavia valmistaa. Itse valmistamalla annosten komponenteille pystyttiin tuomaan lisäarvoa.

Raaka-aineita sekä annoksen eri komponentteja valittaessa on myös huomioitava lopullisen annoksen kokonaisuuden yhteensopivuus, vaihtelevuus sekä aistinvaraiset tekijät, kuten rakenne, näkö, maku sekä esillelaitto. Raaka-aine ja annos valintoihin vaikutti myös se, että yritin myös hyödyntää mahdollisimman paljon varastojen raaka-aineita, ettei varaston vaihtuvuus ja raaka-aineiden pilaantuvuus toisi suurta hävikin määriä ruokalistaa vaihdettaessa.

Hyväksytyn pohjan (Liite 5.) jälkeen lähdin tutkimaan keittiön ja internetin aikaisempia valmistusohjeita ja muokkaamaan niitä. Muokkasin valmistusohjeita esimerkiksi kulurakenteen perusteella Meira Novan tukkua hyödyntäen, josta päädyin vaihtamaan muun muassa kurkun halvempaan sesongissa olevaan avomaankurkkuun gazpachoon sekä hampurilaisen pikkeloituyyn kurkkuun. Valitsin myös listan raaka-aineet hinnan, tilauserän koon, säilyvyyden ja vastuullisuuden mukaan. Lisäksi mietin valmistusohjeiden raaka-aineiden tuotantoasteen vaihtamisen merkitystä ruoanvalmistusohjeiden vaiheiden minimoinniksi, säästääkseni hävikkiä sekä aikaa.

Suurin osa raaka-aineista tilattiin seuraavaan Meira Novan kuormaan valmistuspäivälle, jota täydennettiin S-Marketin valikoimaa hyödyntäen, koska tilauserät olivat muuten liian suuria. Otin myös yhteyttä Rovaniemen Arctic icecreamiin ja kyselin mahdollisia maistiaisia tulevaa kesän listaa varten. Kerroin heille mahdollisesta annoskokonaisuudesta ja millaisia makuja haluaisin vuohenjuusto-pannacottan seuraksi, joten päädyimme puhelin keskustelun jälkeen tulokseen, että heillä olisi kolme sorbetti vaihtoehtoa annokseen ja toivomuksesta he pystyisivät valmistamaan vielä lisää, jos ideoita tulee. Oli myös hyvin tärkeää saada hyödynnettyä paikallisen tuottajan jäätelöitä, koska emme pystyisi keittiön laitekannalla valmistamaan niitä halutulla laadulla. Lisäksi sorbetit olivat maidottomia ja sopivat usean allergeenin jälkiruoka vaihtoehdoksi. Otin myös yhteyttä perinteisellä menetelmällä kuivalihaa valmistaviin paikallisiin poromiehiin ja pyysin maistiaisia ruokalistasuunnittelua varten, sekä neuvottelin hinnasta, mahdollisuudesta tuottaa ja toimittaa arvioimaani määrää kuivalihaa kesän ja syksyn ajaksi.

5 Ruokalistan annoksien tuotekehitys

Ideointi ja suunnitteluvaiheesta syntyneitä ruokalistan ruuanvalmistus pohjien ohjeita lähdettiin testaamaan ensin komponentti kerrallaan ja seuraavassa vaiheessa annoksia kokonaisuutena. Ruokalistan annoksien valmistus jakautui kahteen eri koekeittiöpäivään, lisäksi olin myös esivalmistellut jo kuukausi aikaisemmin suolasitruunat pastaa varten ja selvittänyt, että olisi myös mahdollisuus ostaa niitä suoraan myös Meira Novan kautta. Suolasitruunat ovat ajallisesti todella haastava esivalmiste, niiden kestäessä n. 3 viikkoa. (Kuva 5.) Mutta itsevalmistamalla raaka-aine hinta on huomattavasti pienempi.



Kuva 5. Erä suolasitruunoita valmistumassa

Ensimmäisenä päivänä valmistelin annoksien esivalmisteet, jotka vaativat esivalmistelu aikaa, kuten keltuaisen graavaaminen sekä ne esivalmisteet, jotka kestivät sekä pystyttiin säilömään. Näin sain hiukan jaksotettua, nopeutettua ja helpotettua seuraavan päivän toimintaa.

Olimme keränneet pikkuhiljaa aamupalalta syntyvää hävikki leipää pakkaseen, jonka sulatin ja valmistin koko kesälle riittäväksi näkkileiväksi, näkkileipää hyödynnettiin myös keittiön tervehdyksissä.

Olin myös aikaisemmin valmistanut kyseistä näkkileipää ja säilyttänyt sitä keittiö olosuhteissa, joten tiesin sen säilyvän hyvänä kuukausia. Kerralla suuren erän valmistamalla pystyisin myös vähentämään työskentelyä kesältä. Näkkileipä oli myös käytännössä edullinen komponentti annokseen ja toisi kivaa tarinallisuutta hävikin minimoinnista ja hyödyntämisestä asiakkaille. Lisäksi vaahdotin annoksen smetanan valmiiksi, laitoin oliiviöljyn kastikepulloon valmiiksi helpottamaan annoksen esillelaitto vaihetta ja valmistin kylmän gazpacho keiton. (Kuva 6.) Keittiön suosituksia oli kesän aikana kaksi eri kappaletta. Tomaatin jäädessä pois sesongista tilalle vaihtuisi Ajo blanco, jonka mantelit myös laitoin likoamaan yön yli reseptin mukaisesti.



Kuva 6. Keittiön suositus, Gazpacho.

Jokainen koe-erä valmistettiin 5 annoksen suuruisena, jotta esille laittoa voitaisiin suunnitella ja harjoitella samalla kertaa, erilaisten lautasten sovittaminen annoksille olisi mahdollista sekä pystyttäisiin jättämään myös koe-erä säilyvyyskokeita varten, josta syntyisi mahdollisimman vähän hävikkiä. Annos kokonaisuuksista mitattiin lisäksi komponenttien määriä grammoissa hintakorttia ja annoskorttia varten. (Kuva 7.)



Kuva 7. Annoksen komponenttien mittaamista

Ruuanvalmistusohjeista syntyneet koe-erät pyrittiin valmistamaan rakenteellisesti oikein aistien varaisesti arvioiden sekä hyödyntäen omaa osaamista.

Koe-eriin tehdyt muutokset kirjattiin ylös S-ryhmän tuotevalikoima Excelliin, jotka sisälsivät raaka-aineet hintoineen ja määrineen, eli hintakortit komponenteista ja annoksista sekä ruuanvalmistusohjeet. Ruokalistan annokset maistatettiin tämän jälkeen henkilökunnasta muodostuneella testiryhmällä, josta palaute kirjattiin ylös.

5.1 Testiannoksista saatuja tuloksia

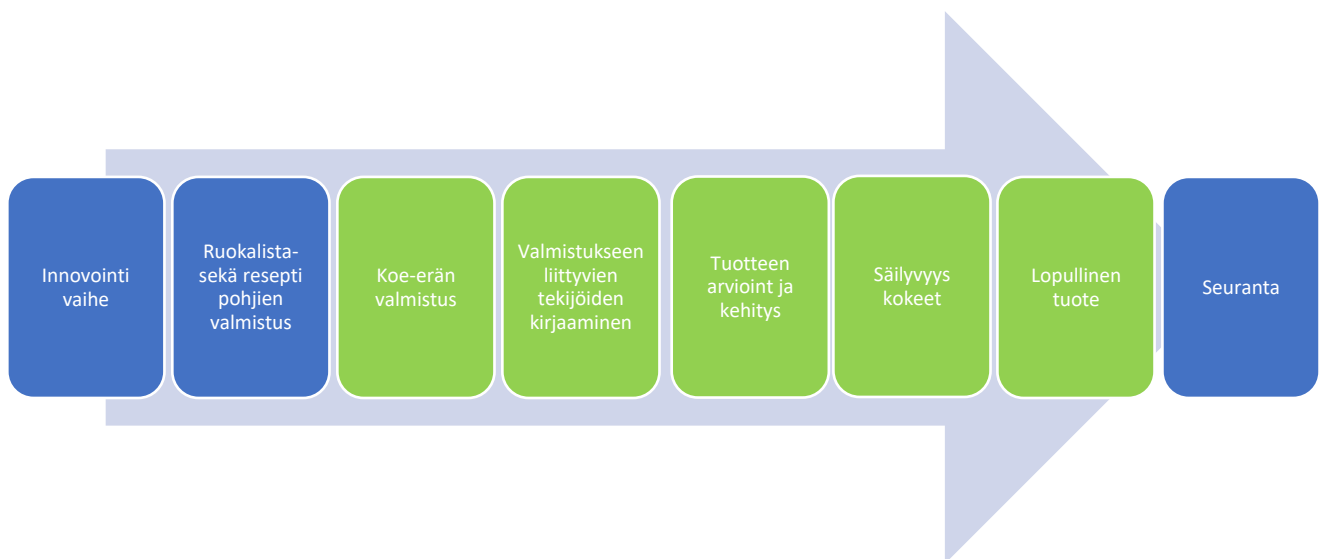
Testiannoksista kerättiin avoimen haastattelun menetelmällä keskustellen palautetta. Haastatte- luissa pyrittiin selvittämään mieltymyksiä aistinvaraisiin tekijöihin sekä arvoin myös itse annoskoko- naisuuksien raaka-aineiden rakenteita, sommittelua ja makuyhdistelmiä.

Pyrin muokkaamaan annoksia varsinkin negatiivisten palautteiden perusteella niin, että ne olisivat makuyhdistelmiltään tasapainossa ja raaka-aine komponenteista löytyisi selkeitä vastapareja, ku- ten esimerkiksi savustetun leipäjuuston savun tunkkaisuudelle korjaus liikkeinä vähensin savustus aikaa ja leppäpuruja sekä toin lisäksi vielä kuusenkerkkä siirapin tuomaan annokseen makeutta. Sain myös kerättyä hyvin palautetta ja mielipiteitä siitä, jos annoksista puuttui selkeästi jotain.

Kehitysprosessiin kuuluvan kirjaamisen vuoksi ja annoskorttien komponenttien gramma määräisen saannin sekä annospainon sivutuotteena pystyin myös suunnittelemaan esivalmisteisiin mitatut astiat helpottamaan nostamista ja vakioimaan annoskokoja. Vegaanisen hampurilaisen babypinaatti on säilyvydeltään huonoja ja se pilaantuu nopeasti. Mutta onneksi aamupalan tuotevalikoiman ja isomman menekin vuoksi, pystyimme siirtämään pinaattia omiin varastoihimme nopeasti aamupalan varastoista ja pilaantuvia tuotteita ei tarvitsisi varastoida.

Testiannoksien perusteella pystyin myös muokkaamaan jo aikaisemmin keittiöstä löytyviä ruuanvalmistusohjeita tarkemmiksi, puuttumaan niiden epäkohtiin vaiheistamalla niitä selkeämmin ja poistamalla turhia työvaiheita sekä tekemään hinta- ja annoskortit. Testiannokset mahdollistivat myös raaka-aineiden vaihtamisen ruuanvalmistusohjeisiin, kuten kurkun vaihtamisen avomaan kurkkuun ja arvioimaan muutoksia työtavoissa, säilyvydessä, raaka-aineen tuotanto asteesta ja hävikin määrässä sekä raaka-aineen hyödyntämistä useaan eri annokseen.

Lopullinen tuote syntyi muokkaamalla annoksia ja niiden komponentteja sekä raaka-aineita koejoukosta saadulla palautteella, valitsemalla Meira Novan pikatukun raaka-aineet ruuanvalmistusohjeisiin mahdollisimman vastuullisesti, hyödyntäen hävikin minimointia, joko suoraan keittiössä tai pelloilta pöytään ketjun muissa vaiheissa, elintarvikkeen ruuanvalmistus astetta ja mahdollisuuksien mukaan paikallisia tai luomu raaka-aineita. Elintarvikkeen raaka-aineen valmistusasteella pystyttiin myös vaikuttamaan tarvittavaan henkilökunnan määrään ja keittiön laitteistoon sekä välineisiin. Raaka-aineiden valintaan vaikutti myös hinta, johon vaikuttavat tekijät olivat: raaka-aineiden tilauserän koko, ruokatuotteeseen haluttu laatu ja säilyvyys. Tuotteen miellyttävyyttä seurataan asiakaspalautteilla S-ryhmän omien kanavien kautta. Alla kuvattuna ruokalistan kehitysprosessi. (Taulukko 6.)



Taulukko 6. Ruokalistan kehitysprosessi.

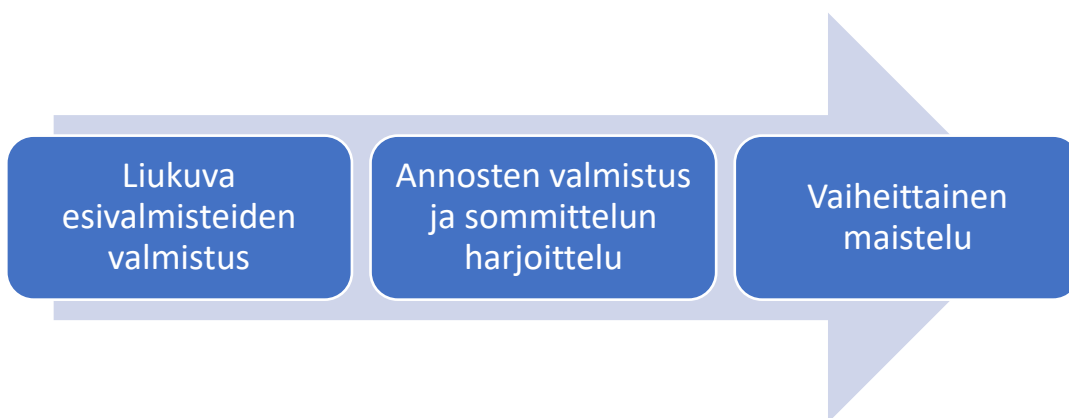
5.2 Ruokalista koulutuksen kuvaus

Ruokalista koulutusta voidaan pitää henkilökunnan perehdyttämisenä uuteen ruokalistaan (Liite 6.). Ruokalista koulutuksella voidaan varmistaa keittiö henkilökunnan osaamista sekä ruokalistan laatutekijöitä. Ruokalista koulutus olisi syytä tehdä aina ruokalistan vaihtuessa.

Keittiön henkilökunnan perehdyttäminen aloitetaan annosten esivalmisteiden tekemisestä, joiden apuna käytetään tässä vaiheessa jo täysin valmiita ruuanvalmistusohjeita. Esivalmisteita aloitetaan tekemään niiden ajallisen keston, säilyvyyden, varastointi mahdollisuuksien sekä henkilökunnan ajan salliessa esimerkiksi jo viikkoa aikaisemmin, siirtymällä liukuvasti uuden ruokalistan käyttöön.

Seuraavassa vaiheessa ennen maistelua annokset valmistetaan sekä annosten sommittelua harjoitellaan annoskorttien mukaan. Tässä vaiheessa voi selventää kuvia hajottamalla esillelaittoa osiin sekä käyttää vaakaa apuna. Annoksen komponenteille on hyvä olla omat ottimet, jotka ovat noin grammallisesti hiukan alle annoskortin määrien. Kiireessä on näin helpompi vakioida annoskokoja ja katteet pysyvät näin kurissa. Annokset on myös hyvä nostaa vaiheittain, ensin alkuruuat, sitten pääruuat ja viimeisenä jälkiruuat. Annokset ja niiden rakenteet säilyvät näin oikeana ja esimerkiksi sorbetti ei ehdi sulamaan ennen maistelua.

Maistelu vaiheella varmistetaan ravintolan henkilökunnan tietävän mille annoksien ja niiden komponenttien kuuluisi maistua sekä sommittelun näyttää. On myös helpompi havainnollistaa ja kertoa annoksista tarkempia tietoja, mitä ruokalista ei itsessään kerro. Maistelulla voidaan myös helpottaa viinien paritusta annoksille ja pöytien kattamista. Alempana ruokalista koulutus kuvattuna prosessiksi. (Taulukko 7.)



Taulukko 7. Ruokalista koulutus prosessi kuvauksena

6 Pohdinta

Ruokalistasuunnittelu kestää ja on aikaa vievä prosessi, joka vaatii paljon aikaa ja resursseja. Opinnäytetyön tarkoituksena oli luoda ruokalista, tuotevalikoiman hintakortit sekä reseptit- ja annoskortit keittiötä varten. Aiheen rajaus tuotti alussa hankaluuksia. Ainakin jossain vaiheessa tuntui siltä, että kaiken maailman tutkimustiedon voisi yhdistää yhteen tehtävään.

Ruokalista on ravintolan kaiken toiminnan perusta sekä toimii keittiön tärkeimpänä informaation lähteenä siitä mitä, miten, koska ja miksi tehdään jotakin. Hyvin suunnitellulla ruokalistalla sekä raaka-aineiden valinnoilla varmistetaan toiminnan tuottavuus, tehokkuus, vastuullisuus sekä laatu-kriteerit. Ravintolan ruokalistan käyttöönoton jälkeen työskentelin ravintolassa kesän ja osan syksyä. Tänä aikana minulla oli runsaasti aikaa seurata ja arvioida ruokalistan toteuttamista ja asiakkaiden reaktioita ruokalistan annoksiin. Lisäksi haastattelin ja keskustelin ravintolan henkilökunnan kanssa keittiön tuotantotekijöiden toimivuudesta, kuten resepteistä, annoskorteista ja raaka-aine valinnoista.

Ruokalistan suunnittelussa on otettava huomioon tekijät, kuten liikeidea, keittiön resurssit, raaka-aineiden hankintaan vaikuttavat tekijät sekä asiakaslähtöisyys eli asiakkaiden tarpeet ja toiveet, jotka luovat ruokalistalle rajauksia. Purkamalla ruokalistasuunnittelun ja tuotekehityksen prosessit vaiheiksi on huomattavasti helpompi ottaa huomioon eri vaikuttavat tekijät laajemmin, jonka vuoksi suunnitelmallisuus selkeytyy ja isoa kokonaisuutta on helpompi hallita.

Asiakaslähtöisyys ja asiakkaiden huomioiminen onnistui listalla ainakin yhden annoksen muodossa. Avoimen haastattelun ansiosta melkein reseptiä myöten saatu pasta annos oli selkeä toteuttaa. Lisäksi vastasin pasta-annoksella hiljaisen kesän aikana ruskamaratonilla syntyvään asiakaspiikkiin. Asiakkaat olivat aikaisempina vuosina vaihtaneet jopa ravintolaa, jos tarpeeksi hiilihydraattipitoisia ruokia, kuten pizzaa tai pastaa ei ollut ruokalistalla.

Produktin aikana syntyi ideoita jo uutta ruokalistaa varten ja miten sen annokset saataisiin liitettyä erilaisiin ravintolan konsepteihin. Opin myös ammatillisesti uusia asioita, kuten tarkkuutta, monipuolisempia valmistusmenetelmiä ja laitteiden käyttöä, raaka-aineiden valintojen merkityksestä ja niiden vaikutuksista työskentelyyn ja itse ruokatuotteeseen sekä jaksottamaan omaa tekemistäni paremmin ja säästämään joko luontoa, aikaa tai rahaa.

Produktin aikana kannattaisi ottaa huomioon paremmin raaka-aineiden saatavuuteen liittyvät tekijät ja muuttujat. Ruokalistaan sisältyi kuivalihakeitto sekä annos missä pääraaka-aineena oli siikaa. Poron kuivaliha hankittiin paikalliselta porotilalliselta kevään alkuvaiheissa ja sopimuksen puuttuessa hän vetäytyikin jossain vaiheessa kokonaan pois ja halusi lopettaa toimittamisen. Tuotannon

määrä ei yksinkertaisesti vastannut ravintolan menekin tarvetta, jonka takia jouduimme vaihtamaan ns. teollisesti valmistettuun Rönkän veljesten kuivalihaan. Kuuma kesä loi hankaluuksia myös siian saantiin, jonka vuoksi jouduimme korvaamaan sen punakampelalla hetkellisesti. Molemmissa annoksissa otettiin myös huomioon vaihdettavien raaka-aineiden hinta katetuottoon sekä raaka-aineiden ominaisuudet niiden käsittelyssä, säilyvyydessä ja samankaltaisuudessa.

Tiedonkeruu haastattelumenetelmänä kannattaisi käyttää strukturoitua haastattelumenetelmää, sillä liian usein tuntui siltä, että vastauksia ei tiedetty. Muutoksia vastaus tuloksiin saattaisi tuoda se, että jos aikaa olisi enemmän miettiä, kysymyksiä ei sivutettaisi niin herkästi niiden ollessa hankalia. Miellyttämisen arviointiin taas avoin haastattelu menetelmä sopi oikein hyvin ja luonnollisten reaktioiden ja mieltymyksen selvittäminen onnistui omasta mielestäni oikein hyvin.

Ruokalistasuunnittelu antoi mahdollisuuden toteuttaa omia haaveita sekä kehittää ja käyttää omaa ammattitaitoa ja olla luova. Haasteita toivat olematon budjetti sekä keittiön rajalliset resurssit, kuten ajan käyttö suunnitteluun ja esimiesten ammattitaidon puute, rajallinen kirjallisuus ruokalistasuunnittelusta, annossuunnittelusta ja ruokatuotteen tuotekehityksestä. Lisäksi asumiseni toisella puolella Suomea Haagan kampukseen nähden lisäsi kirjallisuuden saannin vaikeutta, e-kirjojen puuttuessa aiheesta kokonaan.

Ruokalistalla onnistuttiin parantamaan keittiön tuotannollisten tekijöiden toimivuutta sekä tuottavuutta. Ruokalista on jäsenneilty rinnastettuna aikaisempaan listaan paremmin, samoja raaka-aineita ja komponentteja hyödynnettiin annoksissa, noudatettiin liikeideaa, käytettiin paikallisia sesongin raaka-aineita sekä hävikkiä hyödynnettiin ruokalistalla paremmin. Lisäksi annosten kate-
tuotto oli parempaa ja vakioitu paremmin edelliseen listaan verrattuna, vaikka raaka-aineiden laatu, säilyvyys, vastuullisuus ja annosten taso oli korkeampi. Laitekapasiteetti oli asianmukainen ja riittävä, sillä annosten kypsennysmenetelmät sopivat keittiön laitteisiin ja välineisiin eikä laitekantaan tarvittuja panostuksia tehty.

Keittiön perehdyttäminen uusiin työtapoihin ja resepteihin toimi erittäin hyvin, eikä aiheuttanut merkittäviä ongelmia reseptien seurannassa, käsittelyssä tai annosten sommittelun kanssa. Ravinto-
loissa tarve operatiivisen elementtien parantamisen hallintaan oman kokemuksen mukaan on suuri. Varsinkin jos perehdytys ja tuotannon apuvälineet, kuten reseptit ovat vajavaisia ja niihin opinnäyte vastaa ajankohtaisella tavalla. Opinnäytetyön hyödynnettävyys tulee ruokalistasuunnittelun ja tuotekehityksen kokonaisprosessista ja voisi jatkossa toimia pikaoppaana ruokalistatuotannon kehittämiseen tai mahdollisesti jatkokehittää sellaiseksi.

Opinnäytetyön luotettavuuteen vaikutti haastattelu menetelmän valinta, joka korostaa haastattelijan persoonaa. Produktin aikana ruokalistasuunnitteluun vaikuttavista tekijöistä ja raaka-aineiden

valintaan vaikuttavista tekijöistä saa teoreettisessa osuudessa laajasti tietoa sekä kokonaisprosessia suunnittelusta toteutukseen onnistuttiin kuvaamaan hyvin. Työn toteutus ja teoria sopivat toisiinsa. Keittiön toiminnallista ohjattavuutta onnistuttiin kehittämään huomattavasti sekä saamaan aikaan ruokalistalle tarkempi varaston hallinta ja tuottavuus. Asiakaspalautteesta saadut kehu ja ruokatuotteen miellyttävyys oli noussut. Opinnäytetyö on silti yhdenlainen tutkimus ruokalistasuunnittelusta, eikä siihen voida koskaan täysin luottaa. Toinen saattaisi tehdä täysin samoista raaka-aineista toisen näköisen produktin. Toistamalla kyseisen produktin ja muuttamalla jo havaitut kehityskohteet sekä kehittämällä ja tutkimalla lisää aihepiirin teoriaa kyseisen opinnäytetyön informatiivinen arvo ja luotettavuus saattaisi kasvaa.

Tuotekehitykseen kuuluu yleisesti jatkokehittäminen ja esimerkiksi yksi tapa on kerätä ja seurata asiakaspalautetta eri tavoin. Opinnäytetyössä käydään läpi esimerkkejä jatkokehittävistä tuotteen osista, joita olisi hyvä kehittää trendien ja mieltymysten muutosten mukaan. Asiakaspalautetta seuraamalla voidaan tosiaan myös konkretisoida asiakkaiden mieltymystä tuotteisiin ja kannattaakin pohtia jatkokehityksen aikana mitkä myyvimmistä tuotteista saattavat silti roikkua niin sanotusti turhaan ruokalistalla. Asiakaslähtöisyys on hyvä tapa selvittää ruokalistalla pysyvät tuotteet. Keittiön toiminnallisten ohjeiden kehittäminen tapahtuu taas henkilökunnan osaamisen mukaan ja muuttuu aina henkilökunnan tai keittiön laitteiston vaihtuessa, toiminnallisia tekijöitä onkin hyvä kehittää esimerkiksi aina, jos osaamista pystytään arvioimaan paremmaksi jostain opinnäytetyön näkökulmista tai tieto lisääntyy.

Opinnäytetyön toteutuksen aikana oma ammatti identiteetti on vahvistunut sekä yhdistynyt syvemmin omaan minääni. Olen alkanut hahmottamaan paremmin tekemieni valintojen merkitystä valituihin arvoihin, vastuullisuuteen, jatkuvaan kehitykseen ja ympäristöni. Tahto, asenne ja kiinnostus vaikuttavat paljon siihen, miten toimin ja miksi toimin niin. Olenkin omasta mielestäni kehittynyt arvioimaan asioita paremmin tietämykseni mukaan tai etsimään lisää tietoa ja valmis kehittymään entisestään. Asiantuntemus ja tietotaito on lisääntynyt produktin aikana siihen pisteeseen, että pystyn arvioimaan sekä kehittämään keittiön toimintoja käytännön tasolla tai siihen vaikuttavia tekijöitä.

Lähteet

Haaga-Helia ammattikorkeakoulu. Haaga-Helia ammattikorkeakoulun Intranet. Ruokalistasuunnittelu ja ammattireseptiikka. Luettu: 2.3.2023.

Helsingin yliopisto. Aistienvaarainen laatututkimus. Luettavissa: <https://blogs.helsinki.fi/aistitutkimus/ajankohtaista/laboratorio/>. Luettu: 8.3.2023

Hiltunen, P. 2017. Palvelusta tuotteeksi: Käsikirja palvelutuotteiden muotoiluun. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu.

Heikkinen, V.A. & Jaakonaho, J & Kortelampi, S. 2003. Ruokalista houkuttimena. Heikkinen

JHS 152 Prosessien kuvaaminen. 2012. JHS-suositus [verkkójulkaisu]. Suositus julkisen hallinnon prosessien kuvaamisesta- Luettavissa: <http://www.jhs-suositukset.fi/suomi/jhs152>. Luettu: 22.2.2023.

Jokinen, T. 2001. Tuotekehitys. Kuudes korjattu painos. Otatieto Oy. Helsinki.

Jyväskylän ammattikorkeakoulu. 2021. Ruokapalvelut muutoksessa. Luettavissa: https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/356269/JAMKJULKAISUJA2962020_web.pdf?sequence=2&isAllowed=y. Luettu: 8.3.2023

Jyväskylän yliopisto 2021. Laadullinen tutkimus. Luettavissa: <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/metelmapolkuja/metelmapolku/tutkimusstrategiat/laadullinen-tutkimus>. Luettu: 3.3.2023

Kespro 2020. Tarkista nämä ruokalistaa suunnitellessasi. Luettavissa: <https://www.kespro.com/ideat-ja-inspiraatiot/artikkelit/vinkit-toimivan-ruokalistan-tekemiseen>. Luettu: 22.2.2023.

Kespro 2023. Näin saat ravintola annoksen hinnan kohdilleen, Luettavissa: <https://www.kespro.com/ideat-ja-inspiraatiot/artikkelit/ravintola-annoksen-hinta-kohdilleen>. Luettu: 21.2.2023.

Kiviranta, O. 2018. Tuotteen ja palvelun laatu. Lapin Amk. Luettavissa: <https://www.lapinamk.fi/loader.aspx?id=d8fed524-85ec-421c-aba5-e691aeda2b46>. Luettu: 22.2.2023.

Koljonen, E. 2022. Ruokalistasuunnitteluperusteita ja käytäntöä. Luettavissa: https://sakky.fi/sites/default/files/2022-01/Ruokalistasuunnittelu_perusteet_EevaKoljonen.pdf. Luettu: 20.2.2023.

Koppinen, S. Kumpulainen, E. Lehto, M. Manninen, L. Mustonen, P. Niskanen, N. Pettilä, N. Salmi, K. Viitala, M. 2002. Peti & Safka. Hotelli- ja ravintola-alan perusteet. Tammi. Helsinki.

Lampi, R., Laurila, A. & Pekkala, M-L. 2012. Ruokapalvelut työnä. 4. -5 Painos. Sanoma Pro Oy. Helsinki.

Lipre, E & Mauno, S. 2008. Taitavakokki ammattikeittiössä. WSOY Oppimateriaalit Oy. Helsinki.

Lapinkeittiömestarit 2015. Lappilainen keittiö. Luettavissa: http://lapinkeittiomestarit.fi/?page_id=21. Luettu: 21.2.2023.

Mantere, J. 2.3.2023. Entinen ravintolapäällikkö. Kiisa. Haastattelu. Sirkka.

Mantila, R. 28.9.2022. Riikka Mantilan kolumni: Lähiruualla on vipuvoimaa. Avec. Luettavissa: <https://www.avecmedia.fi/i ihmiset/riikka-mantila-kolumni-lahiruualla-on-vipuvoimaa/>. Luettu: 7.3.2023

Motiva. 2020. Opas vastuullisiin elintarvike hankintoihin – suosituksia vaatimuksiksi ja vertailu kriteereiksi. Luettavissa: https://www.motiva.fi/files/18215/Opas_vastuullisiin_elintarvikehankintoihin_-_suosituksia_vaatimuksiksi_ja_vertailukriteereiksi.pdf. Luettu: 21.2.2023.

Määttä, M-L. 2006. Hinnoittelumenetelmät / Esimerkit laskutavoista. Luettavissa: www.kam.fi/catering/Lomakepohjat%20hinnoitteluun.doc. Luettu: 20.2.2023.

Määttä, S., Nuutila, J. & Saranpää, T. 2008. Juhlapalvelu. Suunnittele ja toteuta. Toinen painos. WSOY. Helsinki.

Osaava yrittäjä. 2021. Yritystoiminnan kehittäminen. Tuotekehitys. Luettavissa: <https://www.osaavayrittaja.fi/yritystoiminnan-kehitt%C3%A4minen/tuotekehitys>. Luettu: 28.2.2023.

Raatikainen, L. 2008. Asiakas, tuote ja markkinat. Edita Publishing Oy. Helsinki.

Raflaamo. 2021. Restaurant Kiisa. Luettavissa: <https://www.raflaamo.fi/fi/kittila/kiisa>. Luettu: 23.1.2022

Ravintolan perustaminen. 2023. Ravintolan alihankinta sopimukset. Luettavissa: <https://ravintolan-perustaminen.fi/ravintolan-alihankintasopimukset/> Luettu: 21.2.2023.

Ruokatieto 2023. Miten aterioita suunnitellaan? Luettavissa: <https://www.ruokatieto.fi/ruokakasvatus/ruokaketju-ruuan-matka-pelloilta-poytaan/keittio/aterioiden-suunnitteleminen/miten-aterioita-suunnitellaan>. Luettu: 22.2.2023.

Ruokatieto. 2023. Sesonkikalenteri helpottaa kausi ruokailua. Luettavissa: <https://www.ruokatieto.fi/sv/node/370>. Luettu: 21.2.2023.

Ruokatieto 2023. Lappi. Luettavissa: <https://www.ruokatieto.fi/ruokakulttuuri/alueelliset-erot-ja-erikoisuudet/maakunnat/lappi>. Luettu: 21.2.2023

Ruokavirasto. Ravintolan perustaminen. Omavalvonta. Luettavissa: https://www.ruokavirasto.fi/globalassets/yritykset/elintarvikeala/toiminnan-aloittaminen/pk/ravintolan-perustaminen/osa_5_omavalvonta_ravintolat.pdf Luettu: 1.3.2023

Ruokavirasto 2014. Terveyttä edistävä ruokavalio. Kuluttaja ja ammattilaismateriaali. Luettavissa: https://www.ruokavirasto.fi/globalassets/teemat/terveytta-edistava-ruokavalio/kuluttaja-ja-ammattilaismateriaali/julkaisut/ravitsemussuosituksset_2014_fi_web_versio_5.pdf. Luettu: 28.2.2023

Ruokavirasto 2022. Elintarvikkeet - Terveyttä edistävä ruokavalio. Luettavissa: <https://www.ruokavirasto.fi/elintarvikkeet/terveytta-edistava-ruokavalio/ravitsemus--ja-ruokasuositukset/>. Luettu: 28.2.2023.

Ritvanen, V., Inkiläinen, A., Bell, A. v., Santala, J., Relander, S. & Bellin von, A. 2011. Logistiikan ja toimitusketjun hallinnan perusteet. Suomen huolintaliikkeiden liitto. Suomen Osto- ja Logistiikkayhdistys LOGY. Helsinki.

Rommirusina, 2014. Muista syödä välillä. Kausiruokakalenteri. Luettavissa: http://muistasyodavallilla.blogspot.com/p/blog-page_25.html. Luettu: 16.3.2023.

Saaranen-Kauppinen, A & Puusniekka A. 2006. KvaliMOTV. Avoin haastattelu. Luettavissa: https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L6_3_1.html. Luettu: 16.3.2023

Suomi.fi 2021. Liikeidea. Luettavissa: <https://www.suomi.fi/yritykselle/yrityksen-perustaminen/yritystoiminnan-suunnittelu/opas/yritysideasta-liiketoiminnaksi/liikeidea>. Luettu: 16.3.2021

Suomi.fi 2021. Tuotekehitysidean tuotteistaminen. Luettavissa: <https://www.suomi.fi/yritykselle/tuotteiden-ja-palveluiden-kehittaminen/tuotteistaminen/opas/tuotekehitys/idean-tuotteistaminen>. Luettu: 28.2.2023.

Suomen sydänliitto. Ravitsemuspassi. Valmennusaineisto. Luettavissa: <https://www.ravitsemuspassi.fi/valmennus.php?k=224149>. Luettu: 21.2.2023

Taskinen, T. 2007. Ammattikeittiöiden ruokatuotantoprosessit. Mikkelin ammattikorkeakoulu.

Tuononen, V. & Hirvonen, U. 2007. Ideasta elintarvikkeeksi - työkirja. Sisä-Savon seutuyhtymä.

Uusitalo, M. Wuori, O. Rikkinen, P. Veijola, J. Jauho, T. Luonnonvara keskus 2016. Lähiruusta matkailuravintoloiden valttikortti. Helsinki. Luettavissa: https://jukuri.luke.fi/bitstream/handle/10024/537426/luke-luobio_54_2016.pdf?sequence=9&isAllowed=y. Luettu: 7.3.2023.

Valtioneuvosto 2020. Ammattikeittiöt arvostat kotimaisia raaka-aineita. Luettavissa: <https://valtioneuvosto.fi/-/1410837/ammattikeittiot-arvostavat-kotimaisia-raaka-aineita>. Luettu: 7.3.2023.

Vastuullinen Suomi 2021. Vastuullinen kuluttaminen. Luettavissa: <https://www.vastuullinen-suomi.fi/vastuullinen-kuluttaminen/>. Luettu: 16.3.2023

Viljanen, S. 24.6.2022. Grillaaminen tuottaa syöpää aiheuttavia aineksia – On olemassa kolme keino, jotka vähentävät niitä merkittävästi. Helsingin Sanomat. Luettavissa <https://www.hs.fi/ruoka/art-2000008899529.html>. Luettu: 3.4.2022.

Välimaa, V., Kankkunen, M., Lagerroos, O. & Lehtinen, M. 1994. Tuotekehitys. Asiakastarpeesta tuotteeksi. Painatuskeskus Oy. Helsinki.

Yrittäjät. Tuote- ja palvelukehitys. Luettavissa: <https://www.yrittajat.fi/tietopankki/kasvu-ja-kehitys/tuote-ja-palvelukehitys/>. Luettu: 28.2.2023.

Liitteet

Liite 1. Kesäkuun sesonkikalenteri

Kesäkuu				
- keräkaali	- huhtasienet, korvasieni, (herkkutatti, keltavahvero)	- aprikoosi	- (ahven)	- (kauris)
- kiinankaali		- kirsikka	- kuha	- villisika
- kurkku		- luumu	- lahna	
- mansikka		- melonit	- lohi	
- (nauris)	- villiyrtilt (esim. kuusenkerkkä, villiyrtiltien lehdet)	- nektariini	- siika	
- paprika		- persikka	- säyne	
- parsa			- taimen	
- peruna (varhaishais)				
- pinaatti				
- raparperi				
- retiisi				
- salaatit				
- sipuli				
- sokeriherne				
- yrtit				

Liite 2. Annoskortti

Tomaattinen gazpacho



Keitto 140 g

Smetana 30 g

Hävikki näkkäri 4 g

Oliiviöljy 4 g

Kirveli


Liite 3. Avoimen haastattelun kysymyksiä ja vastauksia


Kysymys:	Vastaus:
Millaisena he näkevät Kiisan?	
- Miten se voisi konkretisoitua annoksena listalla?	
- Millaista asiakaspalautetta he ovat vuosien aikana saaneet asiakkailta?	- Arctic Icecreamin jäätelöistä on pidetty
- Mitä toivottaan yleisesti ottaen ruokalistalle?	- Ruska maratonille oli jo usean vuoden ajan kyselty pastaa tai pizzaa
- Mikä ruokalistalla on ollut hyvää ja mikä huonoa edellisinä vuosina?	- Pannacotta on asiakkaiden mielestä ollut hyvä jälkiruoka sekä keittiöhenkilökunnan mielestä mukava tehdä
	- Jotain kevyttä ja raikasta olisi kiva saada kesän ruokalistalle kuumana vuoksi
	Ei saa olla liian vaikeita esivalmisteita

Liite 4. Ravintola Kiisan ruokalista kesältä 2021

Kiisa RESTAURANT

Alkuruoat / Starters

KEITTIÖ SUOSITTELEE  **10,00 € norm. 12,00 €**
Our kitchen recommends
Keittiömestarin suositus satokauden mukaan
Chef's seasonal plate

LOHIPASTRAMI M, (G)  **8,50 € norm. 10,00 €**
Salmon pastrami M, (G)
Versosalaattia, tillimajoneesia, paahdettua kaprista ja
Maalahden limppua
Mixed salad, dill mayonnaise, roasted caper and
Maalahti sweet and sour rye bread

Pääruoat / Main courses


PORON PAISTIKÄRISTYS L, G **26,00 €**
Sautéed reindeer L, G
Perunamuusia, sokeroitettuja puolukoita sekä suolakurkkua
Mashed potatoes, sugared lingonberries and pickled cucumber

KIISAN SALAATTI L, G
Lappish salad M, (G)
Salaattia, fenkolia, omenaa, pikkelöityä punasipulia,
yrttölöjiä sekä valitsemasi pääraaka-aine:
Salad, fennel, apple, pickled red onion, herb oil
and the main ingredient of your choice:


Rautua ja tillimajoneesia **21,00 €**
Arctic char with dill mayonnaise

Broilerin rintafilee ja aiolia **18,00 €**
Roasted chicken fillet with aioli

PARILOITUA RAUTUA L, G **26,00 €**
Fried arctic char L, G
Satokauden kasviksia ja appelsiinihollandaisekastiketta
Seasonal vegetables and Orange Hollandaise Sauce

GRILLIPIHVI L, G  **27,00 € norm. 29,00 €**
Grilled steak L, G
Rotukarjan ulkofileettä, valkosipulimaustevoita ja salaattia.
Tarjoillaan ranskalaisten ja aiolin kanssa
Beef sirloin, garlic butter and salad.
Served with french fries and aioli


PARILOITUA NAUDAN SISÄFILEETÄ L, G **34,00 €**
Fried beef tenderloin L, G, (VE)
Satokauden kasviksia ja bearnaisekastiketta.
Tarjoillaan rosmariinilla maustettujen lohkoporunoiden kera
Seasonal vegetables and bearnaise sauce.
Served with rosemary seasoned potato wedges


VEGAANINEN PITA VE, M  **16,00 € norm. 18,00 €**
Vegan pita VE, M
Kasvis - Härkis paistosta, pikkelöityä punasipulia,
salaattia ja tomaattia. Tarjoillaan ranskalaisten ja aiolin kanssa
Vegetable - Härkis frying, pickled red onion, salad and tomato.
Served with french fries and aioli

KIISAN BURGERI L, G


Kiisa's burger L, G
Pretzel sämpylän välissä valitsemasi pääraaka-aineet sekä
salaattia, tomaattia ja pikkelöityä punasipulia ja myrtyisen
valkosipulikurkkua. Tarjoillaan ranskalaisten kanssa.
A Pretzel bun filled with a patty of your choice, lettuce, pickled red
onion and Myrtyisen's garlic pickled cucumbers. Served with fries


Pekoniburgeri  **19,00 € norm. 21,00 €**
Bacon burger
Ylämaankarjan jauhelihampihi, cheddarjuustoa, aiolia,
pekonia ja karpalo-habanerohilloa
Highland beef patty, cheddar cheese, bacon, aioli and
cranberry - habanero jam

Juustoburgeri  **17,00 € norm. 19,00 €**
Cheese burger
Ylämaankarjan jauhelihampihi, cheddarjuustoa,
aiolia ja ketsuppia
Highland beef patty, cheddar cheese, aioli and ketchup

Broileri-vuohenjuustoburgeri  **17,00 € norm. 19,00 €**
Chicken - chevre burger
Broilerin rintafilee, vuohenjuustoa, karpalo - habanerohilloa
sekä aiolia
Fillet of chicken, goat cheese, cranberry - habanero jam and aioli

Jälkiruoat / Desserts

LAKRITSIVAACHTOA JA SITRUUNASORBETTIA VE, G  **7,50 € norm. 9,50 €**
Licuorce foam and lemon sorbet VE, G


MANSIKKA CRÈME BRÛLÉE L, G  **7,50 € norm. 9,50 €**
Strawberry Crème Brûlée L, G

ARCTIC ICE CREAM G | pallo / | scoop **4,00 €**
Artesaanijätelöä Rovaniemeltä
Artisanal ice cream from Rovaniemi

Lisukkeet / Extras **4,00 €**



Pekoni / Bacon
Vuohenjuusto / Goat cheese
Aurajuusto / Blue cheese

Extra dippi / Extra dip **1,50 €**
Karpalo - habanerohillo / Cranberry - Habanero jam
Vegaaninen aioli / Vegan aioli
Chilimajoneesi / Chili mayonnaise
Savu - bbq-majoneesi / Smoky-bbq mayonnaise
Majoneesi / Mayonnaise

 = S-Etukortilla
With S-Etukortti card
L = Laktoositon Lactose free

G = Gluteeniton Gluten free
VE = Vegaaninen Vegan
M = Maidoton No milk

Lisätietoja tarjottavista annoksista sekä allergioita ja intoleransseja aiheuttavista
aineista ja tuotteista saa henkilökunnalta (EU-asetus 1169/2011).
Additional information of the portions to be served and the included substances or products
causing allergies or intolerances can be acquired from the restaurant staff. (Regulation (EU)
No 1169/2011 on the provision of food information to consumers.)

  **ARINA**

Liite 5. Ruokalista pohja

Ruokalista pohja

Alkuruuat:

Keittiön suositus: Gazpacho ja Ajo blanco

- Molemmat keitot sisältävät vaahdotettua smetanaa, oliiviöljyä sekä aamupalalta syntyvästä hävikkileivästä tehtyä näkkileipää ja kirveliä

Poron ulkofilee tartaria, graavattua keltuaista, pikkelöityjä sinapin siemeniä.

Kirkas kuivalihakeitto

Sokerisuolattua rautua, porkkana vinegretteä ja kirjolohen mätiä

Pääruuat:

Poron paistikäristystä, peruna pyreetä, suolakurkkua ja survottua puolukkaa

Hiillostettua siikaa, valkoviinivoi-kastiketta, tankoparsaa ja varhaisperunoita

Katkarapua ja sitruunaista pastaa

Poron ulkofilee suklaapunaviini-kastiketta, kukkakaali pyreetä ja varsiparsakaaleja

Meän burgeri lihalla ja kanalla

Tofu burgeri

Jälkiruuat:

Pannacottaa, mansikkapunaherukka sorbettia ja tyrnigeeliä

Savustettua leipäjuustoa, marinoituja mustikoita, kermaista vaahtoa ja kanelia

Liite 6. Ravintola Kiisan Ruokalista

Kiisa RESTAURANT

Alkuruoat / Starters

KEITTIÖ SUOSITTELEE L 12,00 €
Our kitchen recommends L
Keittiön suositus satokauden mukaan
Kitchen seasonal plate

PORON ULKOFILEE TARTAR M, G 19,00 €
Reindeer Tartar M, G
Graavattua keltuaista, pikkeloityjä sinapinsiemeniä, paahdettua valkosipulimajoneesia ja rieskaa
Cured yolk, pickled mustard seeds, roasted garlic mayonnaise and flatbread

PORON KUIVALIHAKETTOA L, G 14,00 €
Reindeer Dried Meat Soup L, G
Porkkanaa, sipulia, perunaa ja poron kuivallihaa
Carrot, onion, potatoes and dried reindeer meat

SOKERISUOLATTUA RAUTUA M, G  12,90€ norm. 14,00 €
Salt and Sugar-Cured Arctic Chard M, G
Porkkanavinegretteä ja lohenmätää, paahdettua valkosipulimajoneesia ja retiisiä
Carrot vinaigrette, salmon roe, roasted garlic mayonnaise and radish

Pääruoat / Main courses

HILLOSTETTUA SIIKAA VOIKASTIKKEELLA L, G 27,00 €
Charred Whitefish L, G
Paistettuja uusia perunoita ja tankoparsaa
Beurre blanc sauce, fried new potatoes and asparagus

FERMENTOITU SITRUUNA-KATKARAPUPASTA L, (G)  16,90€ norm. 18,00 €
Fermented lemon-shrimp pasta L, (G)

PORON ULKOFILEETÄ L, G 38,00 €
Reindeer sirlain steak L, G
Suklaapunaaviinikastike, paistettuja uusia perunoita, kukkakaalipyreetä ja varsiparsakaalta
Red wine chocolate sauce, fried new potatoes, cauliflower purée and braccoline

PORON PAISTIKÄRISTYS L, G 28,00 €
Sautéed reindeer L, G
Perunamusia, sokeroituja puolukoita sekä suolakurkkua
Mashed potatoes, sugared lingonberries and pickled cucumber

MEÄN BURGERI L, (G)
Our burger L, (G)
Naudanlihapihvilla With beef patty 23,00 €
Kanan fileepihvilla With chicken fillet patty 21,00 €
Pikkeloityä kurkkua ja punasipulia, paahdettua valkosipulimajoneesia, cheddarjuustoa, jämsäläisiä, tomaattia, pretzel sämpylä sekä ranskalaisia ja ketsuppia
Pickled cucumber and red onion, roasted garlic mayonnaise, cheddar cheese, lettuce, tomato, pretzel bun and french fries with ketchup

MEÄN BURGERI Tofulla VE, M, (G) 17,00 €
Our burger with Tofu VE, M, (G)
Vegaaninen jogurttikastike, babypinaattia, tomaattia, pretzel sämpylä sekä ranskalaisia ja ketsuppia
Vegan yogurt sauce, baby spinach, tomato, pretzel bun and french fries with ketchup

Jälkiruoat / Desserts

VUOHENJUUSTOPANNACOTTA L, G  8,90 € norm. 10,00 €
Goat Cheese Pannacotta L, G
Mustaherukkasorbettia, tyrnigeeliä ja paahdettua pähkinää
Blackcurrant sorbet, sea buckthorn gel and roasted peanuts

SAVUSTETTUA LEIPÄJUUSTOA L, G 11,00 €
Smoked Finnish Squeaky Cheese L, G
Kermaista vaahtoa, kanelia, marinoituja mustikoita ja hillasiirappia
Creamy foam, cinnamon, marinated blueberries and cloudberry syrup

ARCTIC ICE CREAM G | pallo / | scoop 4,00 €
Artesaanijäätelöä Rovaniemeltä
Artisanal ice cream from Rovaniemi



Lisätietoja tarjottavista annoksista sekä allergioita ja intoleransseja aiheuttavista aineista ja tuotteista saa henkilökunnalta (EU-asetus 1169/2011).
Addition information of the portions to be served and the included substances or products causing allergies or intolerances can be acquired from the restaurant staff. (Regulation (EU) No 1169/2011 on the provision of food information to consumers.)

 = S-Etukortilla
With S-Etukortti card
L = Laktoositon Lactose free

G = Gluteeniton Gluten free
VE = Vegaaninen Vegan
M = Maidoton No milk