

Sari Rantamäki

Kouluruoka ja vanhemmat

Opinnäytetyö

Kevät 2013

Liiketalouden, yrittäjyyden ja ravitsemisalan yksikkö
Palvelujen tuottamisen ja johtamisen koulutusohjelma



SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

Tiivistelmä

Koulutusyksikkö: Liiketalouden, yrittäjyyden ja ravitsemisalan yksikkö

Koulutusohjelma: Palvelujen tuottamisen ja johtamisen koulutusohjelma

Tekijä: Sari Rantamäki

Työn nimi: Kouluruoka ja vanhemmat

Ohjaaja: Eija Putula-Hautala

Vuosi: 2013

Sivumäärä: 44

Liitteiden lukumäärä: 5

Laki perusopetuksesta säättää, että jokaiselle oppilaalle on kaikkina työpäivinä koulussa tarjottava täysipainoinen ateria (L 21.8.1998/628). Vanhemmilla on pääasiallinen vastuu lapsen kasvatuksesta. Vanhempien esimerkillä ja asenteella kouluateriaa kohtaan on suuri vaikutus siihen, miten lapsen suhde kouluruokaan kehittyy. Vanhempien tulisi olla kiinnostunut lastensa kouluruokailusta.

Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää oppilaiden vanhempien omia kouluruokamuistoja ja vanhempien tietoja nykypäivän kouluruokailusta. Tutkimus tehtiin Toholammin yläkoulun oppilaiden vanhemmille. Kaikilla koulun 160 oppilaan vanhemmille lähetettiin strukturoitu kyselylomake sähköisessä muodossa koulun Wilma-tiedotusjärjestelmän kautta. Vastauksia kyselyyn saatiin 39.

Vastaajista 90 % oli syönyt omana kouluaikana aina kouluaterian ja he pitivät sitä monipuolisena ja ravitsevana, mutta yli 50 % oli kuitenkin sitä mieltä, että nykyään on maukkaampaa kouluruokaa. Nykyvanhemmat ovat kiinnostuneita lastensa kouluruoasta ja yli 80 % vastanneiden perheistä syötiin yhteinen ateria kotona joka päivä. Vanhempien suhteeseen nykypäivän kouluruokaan vaikuttaa paljon enemmän tiedotusvälineissä jaettu tieto ja yleinen mielipide kouluruoasta kuin omat kouluaikaiset kokemukset. Tämä tuli ilmi erityisesti kyselyn vapaassa sanassa, jossa useimmat moittivat kouluruoan einespitoisuutta, vaikka todellisuudessa einesuokia Toholammin koulun 35 ruoasta on vain 5 - 7.

Tutkimuksen tuloksen perusteella tiedottamista kouluruoasta vanhemmille pitää lisätä. Hyvä foorumi tälle tiedotukselle on vanhempainillat, joissa voidaan keskustella yhdessä kouluruokailusta ja jakaa oikeaa tietoa.

Avainsanat: kouluateria, oppilas, vanhempi

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Thesis abstract

Faculty: Business School, School of Hospitality Management

Degree programme: Hospitality Management

Author/s: Sari Rantamäki

Title of thesis: Schoolfood and parents

Supervisor(s): Eija Putula-Hautala

Year: 2013

Number of pages: 44

Number of appendices: 5

The basic education act prescribes that every school pupil has to get a warm meal every school day (L 21.8.1998/628). Parents have the principal responsibility for their children's education. The parents' example and attitude towards school lunches has a great influence on how the children's relationship to school food will develop. Parents have to be interested in school eating.

The aim of the research was to investigate the parents' own school lunch memories and their knowledge of today's school lunches. The research was done on the junior high school pupils' parents in Toholampi. A structured electrical questionnaire was sent to 160 pupils' parents with the help of the school's Wilma- information system. 39 answers were returned.

90 % of the respondents had eaten school lunch every day and they considered their lunches diverse and nourishing. More than 50 % of the respondents thought that the school lunches are tastier today. Today's parents are interested in their children's school lunches and over 80 % of the families eat a meal together every day. The parents' relationship to today's school lunches is influenced more by the media than by their own school time memories. This comes up particularly in the free word of the inquiry. Many respondents pointed out the use of convenience foods in the school eating. In fact only 5-7 meals of 35 school meals consist of convenience food.

Based on the results of the study the pupils' parents should get more information about the school lunches. A good forum for informing would be parental evenings, where people can discuss school lunches together and share their knowledge.

Keywords: school lunch, pupil, parent

SISÄLTÖ

TIIVISTELMÄ	2
THESIS ABSTRACT	3
SISÄLTÖ	4
1 JOHDANTO	6
2 KOULURUOKAILU ENNEN JA NYT	9
2.1 Kouluruokailun tavoitteet ja sidosryhmät	9
2.2 Kouluruokailun historia	12
2.3 Kouluruokailun nykypäivä	15
3 KOULURUOKAILU TUTKIMUSTEN JA MIELIKUVIEN VALOSSA	18
3.1 Oppilaiden näkemys kouluruoasta	18
3.2 Vanhempien näkemys kouluruoasta	19
3.3 Asenne kouluruokaan kotona ja koulussa	19
3.4 Perheen yhteiset ateriat ja niiden vaikutus kouluruokailuun	20
3.5 Sosiaalisen median kouluruokakeskustelu mielikuvien luojana	21
4 YLÄKOULUN OPPILAIDEN VANHEMPIEN SUHDE	
KOULURUOKAILUUN ENNEN JA NYT	24
4.1 Tavoite	24
4.2 Tutkimusaineisto	24
4.3 Tutkimusmenetelmä	25
5 TUTKIMUKSEN TULOKSET	27
5.1 Taustakysymykset	27
5.2 Vanhempien oma kouluruokailu	27
5.3 Vanhempien käsitys nykyajan kouluruoasta	29
5.4 Kodin yhteiset ateriat ja keskustelut kouluruoasta	32
5.5 Kouluruokatiedotus vanhempien näkökulmasta	34
5.6 Tiedotuksen vaikutus vanhempien kouluruokatietämykseen	35
5.7 Vanhempien vapaa sana kouluruoasta	37
5.8 Ruokaraatilaisten kokemukset	38
6 POHDINTA	39

	5
LÄHTEET.....	41
LIITTEET.....	44

1 JOHDANTO

Kouluruokailun pohjana on perusopetuslaki ja kouluruokasuositus, jotka määrittelevät kenelle kouluruokaa tarjotaan ja millaista sen pitää olla. Oppilaille pitää tarjota jokaisena työpäivänä täysipainoinen kouluateria (L21.8.1998/628), joka täyttää kolmanneksen heidän päivittäisestä energiantarpeestaan (Kouluruokasuositus 2008, 8).

Kouluruokailua vanhempien näkökulmasta ei ole paljon tutkittu, mutta vanhemmilla on kuitenkin omat mielipiteensä kouluruoasta ja sen nykyisestä tilasta. Vanhemmat myös esittelevät omia mielipiteitään esimerkiksi tiedotusvälineiden mielipidepalstoilla. Aina vanhemmilla ei ole aivan selvää kuvaa kouluruokailun todellisuudesta ja heidän tietonsa saattavat olla virheellisiä. Vanhemmat eivät myöskään ole kovin aktiivisia kyselemään ruokailusta sieltä missä siitä olisi eniten tietoa eli keittiöiltä tai kunnan ruokahuollosta vastaavilta. Vanhempien kyselemättömyyteen voi olla syynä myös se, etteivät he tiedä mistä tietoa saa. Keskustelupalstoilla keskustelijat antavat toisilleen neuvoja kysyä kouluruoasta valtuustolta, jolla harvemmin on yksityiskohtaista tietoa keittiöiden toiminnasta ja tarjotuista ruoista. (Kouluruoan laatu 12.4.2011.) Vanhemmat saavat tietoa kouluruokailusta omilta lapsiltaan ja muilta vanhemmilta sekä suuressa määrin eri tiedotusvälineistä.

Kouluruokailu nousee aina ajoittain julkiseen keskusteluun ja siitä esitetään monenlaisia mielipiteitä. Useimmat esitetyt mielipiteet perustuvat enemmän luuloihin kuin faktatietoon. Mediassa kouluruokailua käsitellään usein negatiivisten asioiden kautta ja se on omiaan lisäämään vääriä tietoja ja käsityksiä kouluruokailusta. Jo median tapa otsikoida kouluruokajutut antavat negatiivisen kuvan kouluruoasta, kuten ”Täällä on huonoin kouluruoka” tai ”Kouluruoka on paha – vai onko?” (Laurinen 2011). Ylen kysellessä muistoja lapsuuden inhokkiasioista, kysely kuvitettiin kouluruoan kuvilla eli tekijät oletettavat kouluruoan olevan yksi inhokkiasioista (Virtanen 2012). Median sekava ja vääriä tietoja sisältävä tiedotus kouluruokailusta ei paranna kouluruokailun tilasta saatavaa kuvaa. Hyvä esimerkki tästä on kouluruoan hinnasta uutisoiminen. Hintoja vertailtaessa välillä käytetään vain elintarvikekuluja ja toisinaan kaikkia kuluja, joita ruoan valmistaminen vaatii. Sa-

massa jutussa voidaan myös vertailla kouluruokaa muualla tarjottavaan ruokaan ja käyttää hintavertailussa eri kuluja sisältäviä hintoja. Lounaiden sisällöt poikkeavat myös huomattavasti toisistaan. Juttujen perusteella lukijalle jää väärä kuva kouluruoan hinnasta suhteessa muihin joukkoruokailuihin. Opettaja, joka Aamulehden jatkot-palstalla (25.9.2011) ihmettelee oman ruokansa hintaa verraten sitä kouluaterian pelkkiin elintarvikekustannuksiin, on juuri joutunut vääränlaisen informaation uhriksi.

Toimiessani itse Toholammin kunnan ruokahuoltopäällikkönä ja Herman Ojalan koulun (keskuskoulu) keittiön emäntänä olen törmännyt monenlaisiin luuloihin liittyen kouluruokailuun. Oletetaan lehtijuttujen perusteella, että kaikki kouluissa tarjottava ruoka on valmisruokaa tai ainakin puolivalmisteita, perunat tulevat ulkomailta ja ovat aina kumiperunoita, koululaisille tarjotaan vain pastaa ja riisiä eikä enää lainkaan perunoita. Tässä muutamia oletuksia, joita olen kuullut omassa tehtävässäni. Vanhemmat kyselevät lapsiltaan kouluruoasta ja sen syömisestä, mutta jos vastaukset ovat epämääräisiä tai ruoka ei ole aina miellyttänyt lasta, saattaa vanhemmille jäädä väärä kuva ruoasta ja ruokailutapahtumasta. Vanhemmat kyselevät ruokailusta vanhempainilloissa, joissa ei ole keittiön edustusta vastaamassa kysymyksiin, vaan vastaaminen jää opettajien vastuulle. Samoin avoimien oven päivänä koulussa on vanhemmilla ollut mahdollisuus tutustua kouluruokailuun, mutta todella harva on käyttänyt sitä hyväkseen.

Vanhempien omat kokemukset kouluruokailusta vaikuttavat heidän suhteeseensa nykyiseen kouluruokailuun. Kouluajalta muistetaan sekä hyviä että huonoja ruokia. Jotkut ruoat ovat vielä aikuisinakin herkkuruokia ja myös niin on käynyt, että kouluaikana pahana pidetystä ruoasta on tullut aikuisena todellista herkkua. Huonot kokemukset omalta kouluajalta saattavat vaikuttaa negatiivisesti suhtautumiseen nykyiseen kouluruokaan. Monelle joku kouluaikainen ruoka aiheuttaa vieläkin huonon olon eikä sitä pysty syömään. Omalta kouluajaltani 1970-luvulta tulee heti mieleen perunasose, joka oli tehty jauheesta eikä oikeista perunoista ja se ei minulle maistunut eikä maistu vielä nykyäänkään. Olin muutenkin huono syömään sellaisia ruokia, joihin en ollut tottunut kotona. Minua on omana kouluajanani pakkosyötetty koulussa, istuttamalla ruokalassa niin kauan että lautanen on tyhjä.

Jotkut ruoat muistuvat myös mieleen epämiellyttävinä sekä ulkonäöllisesti että maultaan. Näitä olivat ainakin tilliliha ja kanaviillockki. Koulusta muistuu mieleen kuitenkin myös hyviä ruokia kuten makaronilaatikko ja jauhelihapihvit. Minulle henkilökohtaisesti kouluaikaiset ruokailukokemukset eivät jättäneet mitään suuria traumoja ja olen nykyään melkein kaikkiruokainen.

Tutkimuksen kohteeksi valikoituivat yläkoululaisten vanhemmat, koska heidän omista kouluajoistaan on jo kulunut 20–30 vuotta ja kouluruokailu on muuttunut sinä aikana. Kysely tehtiin lomakekyselynä, joka lähetettiin sähköisessä muodossa kaikille yläkoulun oppilaiden vanhemmille ja vanhemmille annettiin myös mahdollisuus ilmoittautua ruokailemaan koululla, jotta he näkisivät millaista nykyinen koulu-ruoka on.

2 KOULURUOKAILU ENNEN JA NYT

2.1 Kouluruokailun tavoitteet ja sidosryhmät

Perusopetuslaissa määritellään, että jokaiselle opetukseen osallistuvalla oppilaalla on jokaisena työpäivänä tarjottava täysipainoinen ateria, joka on tarkoituksenmukaisesti järjestetty ja ohjattu (L21.8.1998/628).

Kouluruokailu tulee järjestää niin, että se sopii oppilaan normaaliin päivärytmiin ja jaksottaa sopivasti koulupäivää. Ateriointiin on varattava vähintään 30 minuuttia, jotta oppilas pystyy syömään ateriansa rauhassa. (Kouluruokasuositus 2008, 6.) Täysipainoisen kouluaterian pitää sisältää lämmin ruoka, kasvislisäke, ruokajuoma (maito/piimä), leipä ja levite. Kouluaterialla tulee olla tarjolla monipuolisesti kasviksia, hedelmiä ja marjoja, runsaskuituista leipää, pehmeää kasvirasvavitettä, öljypohjaista salaattinkastiketta, vaihtoehtoisesti perunaa/riisiä/pastaa, vähärasvaista lihaa/leikkelettä, kalaa vähintään kerran viikossa, rasvattomia/vähärasvaisia maitotuotteita ja vettä janojuomaksi. (Kouluruokasuositus 2008, 8.)

Oppilaan ensisijainen kasvatusvastuu on hänen huoltajallaan, mutta koulu tukee kasvatusta. Koulun tehtävänä on opettaa ja kasvattaa oppilasta kouluyhteisön yhtenä jäsenenä. Koulun tulee olla yhteistyössä oppilaan huoltajan kanssa niin, että he voivat yhdessä tukea oppilaan tavoitteellista koulunkäyntiä. Kodin ja koulun yhteistyö tulee toteuttaa sekä yksilö- että koko yhteisön tasolla. (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2004, 22.)

Koulun arvomaailma ja toiminta-ajatus ilmenevät paikallisesta opetussuunnitelmasta. Suunnitelmassa on kuvaukset koulutyön suunnittelusta, toteutuksesta ja arvioinneista sekä kuvaus koulun toiminnoista, joihin yhtenä osa-alueena kuuluu oppilashuolto. (Lintukangas, Manninen, Mikkola-Mononen, Palojoki, Partanen & Partanen 2007,11.) Oppilashuoltoon kuuluu huolehtia oppilaan fyysisestä, psyykkisestä ja sosiaalisesta hyvinvoinnista. Oppilashuollon yhtenä osa-alueena on kouluruokailun järjestäminen niin, että se täyttää terveys-, ravitsemus- ja tapakasva-

tuksen tavoitteet. Jokaisen koulun pitää opetussuunnitelmassaan päättää keskeiset periaatteet miten kouluruokailu järjestetään osana oppilashuoltoa. (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2004, 24–25.) Toholammin kunnan perusopetuksen opetussuunnitelmassa (1.8.2011, 23) kouluruokailusta mainitaan vain, että se järjestetään lain määräysten mukaan.

Kouluruokailun raamit voidaan sopia kunnan yhteisessä opetussuunnitelmassa ja sitä voidaan soveltaa jokaisella koululla omien tarpeiden mukaan. Oppilaat ja oppilaiden vanhemmat sitoutetaan yhteisiin tavoitteisiin, ottamalla heidät mukaan opetussuunnitelman kouluruokailua koskevan osion laadintaan. (Lintukangas ym. 2007,11.)

Onnistunut kouluruokailu saadaan aikaan kaikkien siihen osallistuvien tahojen yhteistyöllä. Kouluruokailun toteutukseen pitää sitouttaa koko koulun henkilökunta, rehtori, opettajat, kouluterveydenhoitaja sekä ruokapalveluhenkilöstö yhdessä oppilaiden vanhempien kanssa. Kouluihin olisi hyvä saada oppilashuoltoryhmän alainen ruokailutoimikunta, jossa olisi rehtorin, keittiön, terveydenhuollon, opettajien ja oppilaiden lisäksi myös vanhempien edustus. Toimikunnan tehtävänä olisi kertoa mielipiteensä tarjottavasta kouluruoasta ja antaa ehdotuksia ruokailun järjestämisestä. (Kouluruokasuositus 2008, 6.) Vanhempien on tärkeää saada tietoa kouluruokailun tarkoituksesta, merkityksestä, sen toteuttamisesta ja koulu- ja kotiruokailun välisistä yhteyksistä (Kouluruokasuositus 2008, 11).

Kouluruokailu on laaja-alaista toimintaa, jolla on monia sidosryhmiä ja kouluruoan tekijöiden tulee luoda hyvät ja luottamukselliset suhteet kaikkiin sidosryhmiin. Hyvät suhteet mahdollistavat sujuvan tiedonkulun ja asioiden hoitumisen kunnolla. Tärkeitä sidosryhmiä ovat opettajat ja koulun muu henkilökunta. Myös oppilaiden vanhemmat ovat tärkeitä vaikuttajia lastensa kouluruokailun suhteen. Heillä pitää olla kiinnostusta lastensa ruokailua ja ravitsemusta kohtaan sekä siihen miten heidän omat lapsensa käyttäytyvät ruokailussa. Vanhempainillat ovat hyvä tilaisuus ruokapalvelun esitellä omaa toimintaansa ja kouluruokailun merkitystä ja tavoitteita. Näissä tilaisuuksissa voidaan ottaa esiin myös epäkohtia, mitä kouluruokailussa on ilmennyt ja miettiä yhdessä miten niitä voitaisiin korjata. Vanhemmille voi-

daan myös näissä tilaisuuksissa esitellä uusia kouluruokia tai tuoda tarkasteluun epätietoisuutta aiheuttaneita ruokia tai elintarvikkeita. Tällä tavalla vanhemmat saavat omakohtaisen kokemuksen asiasta, josta ovat ehkä jo saaneet aiemmin viestiä lapsensa kautta. (Lintukangas ym. 2007,58–59.)

Koulu tavoittelee hyvää yhteistyötä ja yhteisymmärrystä kodin kanssa, sillä oppilaiden kasvatustehtävä on heidän yhteinen intressinsä. Koulun tehtävänä on antaa oppilaille opetusta ja ohjausta yksittäisissä oppiaineissa sekä erilaisissa elämähallintatilanteissa. Kouluruokailu opettaa sivistyneen yhteiskunnan jäsenen taitoja. Pääasiallinen vastuu kasvatuksesta ja suhteesta ruokaan ja ruokailuihin on kodeilla. Vanhempien esimerkillä ja asenteilla on suuri vaikutus siihen miten lapset suhtautuvat uusiin ruokiin ja hyviin ruokailutapoihin. Vanhempien kannustava ja arvostava asenne kouluruokailua kohtaan määrittää myös oppilaiden suhdetta ruokaan ja ruokailutilannetta kohtaan. Vanhempien on hyvä olla kiinnostunut lastensa kouluruokailusta ja kysellä siitä jopa päivittäin. (Lintukangas ym. 2007, 35.)

Vanhempia tulee tiedottaa säännöllisesti kouluruokailusta, sen resursseista ja mahdollisista muutoksista. Vanhemmille tulisi antaa mahdollisuus tutustua kouluruokailuun ja kannustaa heitä ottamaan selvää mieltä askarruttavista kysymyksistä, jolloin vältetään väärinkäsityksiltä puolin ja toisin. Vanhempien ja ruokapalveluhenkilökunnan tulisi tuntea toisensa, jolloin heidän keskinäinen kommunikointinsa sujuisi hyvin. Pienemmissä kouluissa tämä on helpompi hoitaa, koska kaikki suurin piirtein tuntevat toisensa, mutta isommissa kouluissa ruokapalveluhenkilöstöä voidaan tehdä tunnetuksi koulun yhteisten tilaisuuksien ja vanhempainiltojen kautta. (Lintukangas ym. 2007, 35.)

Ruokailutapojen ja ruokakulttuurin oppiminen jää useilta lapsilta oppimatta, koska he syövät usein kotona ateriansa yksin. Kouluateria saattaa olla joillekin oppilaille päivän ainoa täysipainoinen ateria, sillä perheen yhteisen aterioinnin merkitys on vähentynyt. Vanhempien tulisi muistaa, että kouluruokailu täyttää vain osan lapsen päivän ravinnontarpeesta eikä se yksin riitä koko päivän kattavaksi ateriaksi. (Lintukangas ym. 2007, 35.)

Koulun viikoittainen ruokalista on hyvä olla esillä ruokasalissa, paikallislehdessä ja koulun omilla verkkosivuilla. Kouluruokailusta olisi hyvä kertoa kotiin lähetettävällä tiedotteella ja siinä olisi hyvä kertoa ruokailun tarkoituksesta ja tavoitteista sekä toimintatavoista ruokailun suhteen. Myös paikallista lehdistöä voi käyttää hyväksi, kun kouluruokailussa tapahtuu jotain tiedottamisen arvoista, silloin saadaan yhdellä jutulla tavoitettua suuri kohderyhmä ja tieto saadaan oikeassa muodossa perille. (Lintukangas ym. 2007, 35–36.) Esimerkiksi Mustasaarella kutsuttiin Vasa-*sabladetin* toimittaja tekemään koululle juttua siitä miten isolle joukolle tehdään jauhelihapihvejä (Mylläri 2011, 30).

2.2 Kouluruokailun historia

Maksutonta kouluruokaa pidetään yhtenä ylpeyden aiheena, kun Suomesta kerrotaan ulkomaalaisille. Nykyään Suomessa elossa olevasta väestöstä suurinta osaa kouluruokailu on koskettanut jollakin tapaa. Osalle ihmisistä kouluruokailukokemukset ovat vaikuttaneet myöhempään ruokakäyttäytymiseen. (Mäkelä, Palojoki & Sillanpää 2003, 84.) Maksuton kouluruoka on tarjottu Suomessa kaikille oppivelvollisuusikäisille kansakoululaisille vuodesta 1948 lähtien. Vuoden 1977 peruskouluun siirtymisen jälkeen kaikille peruskouluikäisille on tarjottu maksuton kouluateria ja vuodesta 1983 lähtien myös kaikissa lukioissa on tarjottu jokaisena työpäivänä maksuton ateria, jonka kustannuksiin valtio osallistuu. (Lintukangas ym. 2007, 155–156.)

Virallisesti ensimmäisen kerran käsiteltiin kouluruokailuasioita kansakoulukokouksessa 1896 ja 1913 valtio myönsi ensimmäisen kerran varoja kouluruokailun järjestämiseen, jolloin ruokaa kouluilla tarjottiin kaikkein vähävaraisimmille. Varsinaisia koulukeittiöitä tuohon aikaan ei vielä ollut. (Lintukangas ym. 2007, 147–148.)

Oppivelvollisuus alkoi vuonna 1921 ja samalla pidettiin välttämättömänä, että kunnat alkavat järjestää kouluruokailun. Vuonna 1923 annettiin ensimmäiset ohjeet kouluruokailusta ja ne koskivat oppikoululaisten ruokailua. Ohjeissa määrättiin ruoka-ajan pituudesta, miten ruokailu on järjestettävä ja mitä on suositeltavaa tar-

jota. Myös opettajien valvontavelvollisuudesta oli maininta ohjeissa. (Lintukangas ym. 2007, 153–154.) 1930-luvulla vasta 28,8 % kouluista oli keittola (Lintukangas ym. 2007, 154). Tällöin tarjottiin pääasiassa vellejä ja herne- tai lihakeittoa. Koska kouluruoka oli tuolloin maksullista, toi suurin osa oppilaista omat eväät kouluun. Eväät olivat pääasiassa voileipiä ja maitoa. (Mäkelä ym. 2003, 86–87.) Vuonna 1943 lakiin tehtiin lisäys koulujen kustannuksista ja 20 § uudessa ensimmäisessä momentissa määrättiin että kansakoulun oppilaille on kunnan annettava täysinä työpäivinä maksuton ateria. Oppilaat veloitettiin hankkimaan kohtuullisella työmäärällä elintarvikkeita koulukeittolaan. Lakiin annettiin viiden vuoden siirtymäaika, joten siksi lasketaan, että maksuton kouluruokailu on alkanut Suomessa vuonna 1948. (Lintukangas ym. 2007, 154.)

Kouluissa oli edelleen 1940-luvulla ateriana lusikkaruokaa eli keittoja, vellejä ja puuroja. Täydennykseksi oppilaat toivat omia eväitä eli leipää ja maitoa. (Mäkelä ym. 2003, 89.) Pula-aikana asenne kouluruokaa kohtaan oli kunnioittavaa ja arvostavaa. Kaikesta ruoasta ei kuitenkaan aina pidetty. Monelle on jäänyt elinikäisiä muistoja epämiellyttävistä ruoista, kuten rasvaisesta lihakeitosta tai makaroni- ja helmiryynivellistä. Myös hajut, keittolaympäristö ja ruoan ulkonäkö jättivät jälkeensä huonoja muistoja. Siitä huolimatta tarjottu ruoka syötiin aina mukisematta. (Mäkelä ym. 2003, 90.)

Kansakoululaissa määrättiin 1957, että kansakouluissa, kansalaiskouluissa ja keskikouluissa on tarjottava riittävä ateria jokaisena koulupäivänä ja vuonna 1967 säädetyssä asetuksessa katsottiin kouluaterian olevan riittävä, jos se täyttää kolmanneksen oppilaan päivittäisestä ravinnontarpeesta. Vuoteen 1977 mennessä oli koko maassa siirrytty peruskouluun ja silloin kaikille peruskouluikäisille tarjottiin maksuton kouluateria. Samana vuonna määrättiin myös, että välipalaa tarjotaan vain erikoisruokavaliota noudattaville sekä pitkämatkalaisille. Vuonna 1981 annettiin uudistetut ohjeet kouluateriasta ja niissä kerrottiin mm. ravintosisällöstä, erityisruokavalioista, ruokailupaikasta ja -ajasta ja kouluruokailun kasvatustehtävästä. Vuonna 1991 kouluruokailua koskevia säännöksiä vähennettiin ja 1999 uudistettussa koululainsäädännössä kouluruokailusta määrättiin, että opetukseen osallistuvalla on annettava jokaisena työpäivänä tarkoituksenmukaisesti järjestetty ja

ohjattu, täysipainoinen maksuton ateria. (Lintukangas ym. 2007, 155–157.) Nykyisin maksuttoman kouluruokailun piirissä on päivittäin n. 900 000 lasta ja nuorta (Lintukangas ym. 2007, 148).

Suurten ikäluokkien lähtiessä koulutielle, kouluruokailun suurin haaste oli tilanpuute. Ruokailuja jaksotettiin ja osa joutui ruokailemaan seisaaltaan. Sen aikaisille koululaisille on jäänyt mieleen ruokailutilanteista kuri ja järjestys, ruokailuun mentiin jonoissa, kädet pestiin ennen ateriaa ja usein luettiin ruokarukous. Ruokailussa oltiin hiljaa ja ruoasta kiitettiin syönnin jälkeen. Ruoan jaon suoritti opettaja tai keittolan emäntä ja jakaja määräsi annoksen koon, joka oli usein oppilaan mielestä liian suuri. Opettajat muistuttivat oppilaita ilmaisesta kouluruuasta ja pakottivat syömään lautasen tyhjäksi, josta monelle on jäänyt vastenmielisyys kouluruokaa kohtaan. Pelkkä koulumainen ympäristö voi saada ruoan tuntumaan huonolta. Tuolta ajalta on toki jäänyt myös valoisampia muistoja kouluruoasta ja jopa herkuruokia kuten makaronivelli, ruismarjapuuro, lihakeitto, mannavelli ja hernesoppa. Hyvä ruoka yhdistettiin usein tietyn keittäjän keittotaitoihin. (Mäkelä ym. 2003, 90–93.)

Tultaessa 1960-luvulle kouluruokailua haluttiin kehittää ja monipuolistaa. Ruokailutapahtumassa noudatettiin edelleen tarkkoja sääntöjä ja kovaa kuria. Ruokaa ei saanut jättää eikä ruokailun aikana seurusteltu muiden kanssa vaan suoriuduttiin nopeasti omasta ateriasta. Ruokalistaa alettiin kehittää ja tuttujen keittojen rinnalle tuli uusia tuttavuuksia, kuten pinaattivelli ja kesäkeitto. Kasviksia ja juureksia lisättiin aterioille. Opettajille tuli velvoite valvoa oppilaiden ruokailua ja opettaa heille pöytätapoja. Useissa kouluissa ruokailtiin luokissa, joten tuon ajan koululaiset muistavat ruokaliinan, joka laitettiin pulpetille ruokailun alkaessa. (Mäkelä ym. 2003, 93–94.)

1970-luvulla kouluissa oppilaat saattoivat tutustua kouluruokailun yhteydessä uusiin makuihin, joita ei kotona ollut tarjolla. Uudet ruokalajit siirtyivät tätä kautta myös kotien ruokalistoille. Tarjolla oli riisiä ja spagettia. Kana tuli kouluruokien raaka-aineeksi ja siitä valmistettiin viillockkia ja risottoa. Maksaruokia tarjottiin runsaasti ja ne myös maistuivat oppilaille. Kouluruokailuun tulivat myös raasteet, salaattit,

tuoremehut ja hedelmät. Kasvisten ja hedelmien tarjoamisella kouluissa oli suuri opetuksellinen merkitys, koska kaikilla ei ollut mahdollisuutta saada niitä kotona. Koulussa alettiin kuunnella ruokailujen suhteen myös oppilaiden mielipiteitä ja näillä mielipiteillä oli vaikutusta ruokailuiden kehittymiseen. Osa tämän ajan oppilaista muistaa ruokailujen muuttuneen modernimpaan suuntaan, kun taas toisten oppilaiden mielestä kouluruokailut jatkuivat edellisiltä vuosikymmeniltä tutun ruokailupakon merkeissä. Nykyisin puhetta herättävät ”kumiperunat” ovat olleet tuttuja jo 1970-luvulla. (Mäkelä ym. 2003, 94–95.)

1980-luvulle tultaessa kouluruokailu oli muuttunut pelkästä tankkauksesta sosiaalisiksi tapahtumaksi, jossa kaverien kesken saattoi jo jutella eikä kuri ollut niin ankara. Ruokaloissa oli uusia astioita ja ruokatunti oli pidentynyt. Seuraavan vuosikymmenen alun talouslama aiheutti pelon, että maksuton kouluruokailu olisi uhattuna. Kun lamasta kuitenkin selvittiin ja kouluruokailu säilyi, otettiin uudenlainen asenne ruokailuun. Oppilaita alettiin pitää asiakkaina, joita palvellaan ja heidän mielipiteitään kunnioitetaan. Nykyään ongelmaksi koetaan se, etteivät kaikki oppilaat käy syömässä koululounasta. Syitä on monia: ruoka ei ole hyvää, se on liian kuumaa tai kylmää, ruoka tarjotaan väärään aikaan tai paikka on epämieluisa. Nykyajan lapset ovat ehkä tulleet entistä valikoivimmiksi, koska he ovat saaneet aivan pienestä asti syödä sitä mitä ovat halunneet. Silloin ei koulussakaan maistu itselle epämiellyttävä ruoka. Suurin osa vanhemmista ja lapsista kuitenkin arvostaa maksutonta kouluruokaa. Osa vanhemmista olisi valmiita maksamaan kouluateriaa kohti euron tai kaksi, jotta voitaisiin hankkia parempia raaka-aineita. (Mäkelä ym. 2003, 95–96.)

2.3 Kouluruokailun nykypäivä

Nykyään suomalaisen kouluruoan pitäisi olla monipuolista, terveyttä ja kasvua edistävää. Kouluruoan valmistuksessa tulisi ottaa huomioon oppilaiden ikäkaudet ja mieltymykset. (Lintukangas ym. 2007, 149.) Kouluterveyskyselyn 2010/2011 mukaan kuitenkin peruskoulun 8. ja 9. luokkalaisista alle 40 % oli tyytyväisiä ruoan makuun ja laatuun oli tyytyväisiä vain joka kolmas kyselyyn osallistunut (Vikstedt,

Raulio, Puusniekka & Prättälä 2012, 25). Ruoan tulisi täyttää kolmasosa oppilaan päivittäisestä ravinnontarpeesta ja täydentää oppilaan päivän muita ruokailuja. Kouluruoan pitäisi sisältää terveellisiä, monipuolisia, maistuvia ja houkuttelevia ruokalajeja sekä -aineita. Oppilaita tulisi ohjata oikeaoppisen ateriakokonaisuuden koostamiseen esimerkiksi lautasmallin avulla. Oppilaat tulisi voida ottaa mukaan ruokailutapahtuman toteuttamiseen monella tapaa, mm. työharjoittelujaksolla keittiössä tai avustajana ruokailutapahtumassa. Oppilaan saadessa osallistua ruokailutapahtuman käytännön järjestelyihin, hän osaa arvostaa kouluruokaa entistä enemmän. (Lintukangas ym. 2007, 149.) Karjaan yhteiskoulu tarjoaa esimerkin siitä, miten oppilaita otetaan mukaan ruokalan toimintaan. Oppilaat leipovat teemaviikoille ja koulun juhliin, koristelevat ruokasalin ja tarjoilevat juhlissa sekä osallistuvat teemaviikkojen palaute- ja kilpailujärjestelyihin. (Lintukangas ym. 2007, 15–16.)

Kouluruoka on tänä päivänä suurimmaksi osaksi suomalaista perusruokaa ja hyvään kouluateriaan tulisi kuulua lämmin ruoka, salaatti, raaste tai tuorepala, leipä, levite ja juoma. Urhon ja Hasusen (2004, 28) tutkimuksen mukaan vain 13 % tutkimukseen osallistuneista koululaisista söi kaikki aterian osat, kuitenkin joka toinen oppilas söi pääruoan lisäksi ainakin kaksi muuta aterian elementtiä. Suomalaiset juhlapyhät ja erilaiset teemat otetaan huomioon ruokalistasuunnittelussa ja piristetään niillä välillä arkista ruokailua. Juhla- ja teema-aterioilla opetetaan oppilaille ruoka- ja tapakulttuuria. (Lintukangas ym. 2007, 149–150.) Karjaan yhteiskoulun ruokasalissa, joka on nimeltään Lintu Sininen, vietetään vuosittain leipä- ja sydänviikkoa ja juhlietaan itsenäisyyspäivää juhla-aterialla ja kakkukahveilla, järjestetään yhdeksäsluokkalaisille päättökahvit ja liikuntapäivänä pihapiknik (Lintukangas ym. 2007, 130). Toholammilla huomioidaan itsenäisyyspäivä ja pääsiäinen juhlaruoalla ja koulukeittiön vuoden kohokohta on jouluateria, joka tarjotaan kaikille oppilaille. Myös laskiainen ja ystävänpäivä huomioidaan vaihtelevasti sekä vappuna oppilaat saavat munkkeja ja keväällä tarjotaan yhdeksäsluokkalaisille kahvit koulun päätymisen kunniaksi.

Matkailun lisääntyessä ja yhä uusien ja kaukaisempien kohteiden tullessa helpommin tavoitettaviksi, saavat suomalaiset tuntumaa näiden uusien maiden ruo-

kiin ja ruokakulttuureihin. Myös koululaiset tutustuvat näissä maissa uusiin ma-
kuihin ja haluavat nauttia niistä myös kotimaassaan. Paikallisuutta voidaan koros-
taa käyttämällä lähiruoka- tai luomutuotteita. Uusia ruokalajeja luodaan uudista-
malla vanhoja ja yhdistelemällä eri ruokalajeja keskenään. (Lintukangas ym. 2007,
150.) Kouluruokailun merkitys osana oppilashuoltoa on keskeinen ja sen merkitys
kouluyhteisön hyvinvoinnin edistäjänä ja oppilaan oppimistapahtumana on tärkeä.
Kouluruokailu tarjoaa luontevan tavan toteuttaa kodin ja koulun yhteistä kasvatus-
tehtävää. (Lintukangas ym. 2007, 152.)

Kouluruokailun suosio oppilaiden keskuudessa laskee siirryttäessä alakoulusta
yläkouluun. Osa oppilaista jättää ruoan kokonaan syömättä tai korvaa sen välipa-
loilla. Vanhemmat voivat ohjata omalla esimerkillään oppilaiden suhtautumista
kouluruokailuun, osoittamalla kiinnostusta ruokailua kohtaan ja suhtautumalla po-
siitiivisesti kouluruokailuun. Yläkouluikäisten ruokailuvalintoihin on yritettävä vaikut-
taa puhumalla kouluruokailun, aamupalan ja kunnollisten välipalojen tärkeydestä,
vaikka aina ei puhe tuntuisikaan menevän perille. Yhteiset ateriat kotona tarjoavat,
paitsi mahdollisuuden ruokailla yhdessä, myös päivittää perheenjäsenten kuulumis-
ia. Yhdessä syömällä opitaan arvostamaan ruokaa ja perheen yhteistä aikaa.
Yhteisen ruokailun ei tarvitse aina sijoittua tiettyyn aikaan, vaan ruokailuaika voi-
daan sovittaa perheen omien aikataulujen mukaan. (Ikä ja vanhemmat vaikuttavat
valintoihin. 7.9.2012.)

Kouluruoka herättää edelleen suuria tunteita puolesta ja vastaan. Menneiden vuo-
sikymmenten kokemusten perusteella voidaan kuitenkin todeta, että kouluruoalla
voidaan vaikuttaa ihmisten ruokailutottumuksiin paljonkin. Parhaimmillaan koulu-
ruoka on voinut tarjota hienoja elämyksiä tutustuttamalla oppilaat uuteen ruokala-
jiin, jota on voinut kokeilla myöhemmin kotonakin. Pahimmillaan kouluruokailu on
ollut silloin kun se on synnyttänyt pelkoja ja vastenmielisyyttä joitain ruokia koh-
taan esimerkiksi pakkosyöttämisen takia. (Mäkelä ym. 2003, 97.)

3 KOULURUOKAILU TUTKIMUSTEN JA MIELIKUVIEN VALOSSA

3.1 Oppilaiden näkemys kouluruoasta

Oppilaiden kouluruoan syönnissä ei ole tapahtunut huomattavia muutoksia vuosien saatossa. Kouluterveyskyselyyn 2010/2011 vastanneista oppilaista 70 % ilmoittaa syövänsä kouluaterian päivittäin ja 90 % vastaajista syö pääruoan kouluaterialla (Vikstedt ym. 2012, 12). Urhon ja Hasusen (2004, 25) tutkimuksen 3028 vastaajasta 89 % kävi syömässä kouluruoan tutkimuspäivänä ja syömässä käyneistä 95 % söi pääruoan. Suurimmat syyt jättää pääruoka syömättä olivat, ettei siitä pidetty tai ei ollut nälkä (Urho & Hasunen 2004, 28). Tutkituista 58 % piti ruoan makua hyvänä ja 17 % huonona (Urho & Hasunen 2004, 33). 71 % ruokaa ottaneista söi kaiken ottamansa ruoan ja suurimpana syynä ruoan jättämiseen oli, ettei se maistunut (Urho & Hasunen 2004, 35).

Koko aterian syönnistä on kysytty kouluterveyskyselyssä vasta 2010/2011 ja vastaajista 34 % on ilmoittanut, ettei syö kouluateriaa joka päivä. Vuodesta 2006/2007 asti on kouluterveyskyselyssä kysytty, syövätkö oppilaat kaikki aterian osat koululounaalla, silloin vastaajista n. 65 % vastasi, ettei syö kaikkia aterian osia ja viimeisessä kyselyssä 2010/2011 vastaava prosenttiosuus oli 70. (Peruskoulun 8. ja 9.luokan oppilaiden hyvinvointi 2011, 12.)

Urhon ja Hasusen (2004, 22) tutkimuksessa 60 eri kouluateriasta 40 tarjottiin perunaa eri muodoissaan keitettynä, soseena, keitoissa, laatikoissa ja vuokaruoissa ja joka kuudennella aterialla oli tarjolla riisiä tai spagettia. Tutkimukseen vastanneista 48 % piti näitä energialisäkkeitä hyvinä (Urho & Hasunen 2004, 33). Kommenteissa eniten moitteita saivat perunat, joiden kerrottiin olevan raakoja, kumisia, liisterisiä tai vain pahoja (Urho & Hasunen 2004, 37). Tämä sama tutkimus on tehty myös vuosina 1988, 1994 ja 1998. Vuonna 2003 pääruoan syöminen on yleisempää kuin muina vuosina, mutta maidon juonti on vähentynyt jatkuvasti tutkimuksen alkuvuodesta lähtien (Urho & Hasunen 2004, 45).

3.2 Vanhempien näkemys kouluruoasta

Vanhempainliiton vuonna 2011 vanhemmille kouluhyvinvoinnista tekemän kyselyn mukaan 14,9 % vanhemmista oli sitä mieltä että, yläkoululaisille kouluruoka maistuu hyvin ja 22,8 % puolestaan sitä mieltä, että ruoka maistuu huonosti. Vanhempien mielestä ruoka maistuu tytöille huonommin kuin pojille. Vanhemmista 71,7 % on sitä mieltä, että ruoka tarjoillaan sopivaan aikaan, mutta 31,1 % vastaajista on sitä mieltä, että ruokailuun on varattu liian vähän aikaa. (Metso, 2011. 12.)

Sitran tutkimuksessa kouluruokailusta vuodelta 2008 vanhemmat on jaettu kahteen eri ryhmään sen mukaan miten he ovat vastanneet suhtautuvansa kouluruokailuun. Toinen ryhmä on terveellisyyttä ja energiaa korostavat vanhemmat, joiden mukaan kouluaterian syöminen auttaa oppilasta jaksamaan koulupäivän, rauhoittaa oppilaan käytöstä ja lapsi oppii noudattamaan oikeaa ruokavaliota. Toinen ryhmä vanhempia on kouluruoan vastaisia, joiden mielestä lapsi syö mieluummin kaupan eineksiä kuin kouluruokaa, heidän mielestään koulussa ei tarjota lapsen lempiruokaa ja kouluruoka myös lihottaa. Molemmat ryhmät ovat kuitenkin sitä mieltä, että vanhemmilla on vastuu siitä mitä lapsi syö. (Tikkanen 2008, 6.) Useat vanhemmat olivat sitä mieltä, että heidän lapsensa söisi paremmin kouluruokaa, jos se olisi samanlaista kuin kotona valmistettu ruoka (Tikkanen 2008, 68). Vanhempien mielestä oppilaat söisivät paremmin salaattia, jos se tarjoihtaisiin erillisinä komponentteina, ja leiväksi pitäisi olla useammin tuoretta leipää tai ruisleipää eikä aina näkkileipää (Tikkanen 2008, 86). Vanhempien mielestä keittiöhenkilökunta voisi olla ystävällisempää, enemmän tekemisissä oppilaiden kanssa ja olla kiinnostuneita oppilaista. Oppilaiden suhtautumista myönteisemmäksi kouluruokailua kohtaan voitaisiin parantaa asennekasvatuksella kotona. (Tikkanen 2008, 87–88.)

3.3 Asenne kouluruokaan kotona ja koulussa

Ruckenstein (2012, 157) toteaa kirjoituksessaan, että alakoululaisia kasvatetaan kouluruoalla ja -ruokailulla, mutta yläkoulun puolella päätös siitä, syökö kouluruokaa vai ei, liittyy oppilaan oman paikan etsimiseen koulu yhteisössä, samoin oppi-

laan suhde kouluruokaan muotoutuu koulu-uran mukana. Ruckenstein (2012, 160) on tehnyt tekstinsä pohjaksi haastatteluja koululaisten keskuudessa ja kertoo niiden tuloksista artikkelissaan. Kun hän kirjoittaa pienten alakoululaisten suhteesta kouluruokaan, hän kertoo heidän arvostavan sitä jopa niin paljon, että muutama oppilas mainitsee kouluruoan olevan parempaa kuin kotiruoan (Ruckenstein 2012, 160). Ruckensteinin (2012, 167) mukaan kouluruokailusta pitäisi tehdä tapahtuma ja ylpeyden aihe, jotta se kiinnostaisi oppilaita ja kouluruokailussa pitäisi kiinnittää huomiota paitsi lautasella olevaan ruokaan, myös ruoan merkitykseen oppilaan koko koulupäivässä sekä muussa arjessa.

Kaikki lehtien mielipidekirjoittajat eivät usko oppilaiden huonon käytöksen johtuvan pelkästään kotikasvatuksesta, sillä jos kotona ei saa ruokaa, ei voi oppia käytöstapoja ruokaillessaan. Enemmän käytöstä ruokailussa perustellaan nuorison tavalla käyttäytyä huonosti ryhmän paineen alla. (Jatkot-palsta, 25.9.2011.)

Tiedotusvälineissä ja internetin erilaisilla keskustelupalstoilla käydään keskustelua kouluruokailusta. Eräs esimerkki tästä on 2011 Aamulehdessä käyty pitkään jatkunut keskustelu kouluruoasta, johon alkusysäyksen antoi erään koulun keittäjän kehoitus vanhemmille: ”Opettakaa lapsenne tavoille”. Keskustelun kulkua kuvataan taulukossa 1. Keittäjä kertoi nykypäivän todellisuudesta kouluruokailussa: ruokaa kahmitaan käsin lautasille, kurkkuja heitellään seinille, leipiä liimataan voilla pöytien alle ja ruokailun jälkeen aterimilla heitellään kohti keittäjää. Lehtijutussa ihmetellään sitä, onko vanhemmilla mitään käsitystä siitä, miten oppilaat käyttäytyvät ruokailussa. Huono käytös ruokailussa kertoo asennevammasta maksutonta kouluruokailua kohtaan sekä sivistyksen ja tapojen puutteesta. (Keskinen 2011, 14.)

3.4 Perheen yhteiset ateriat ja niiden vaikutus kouluruokailuun

Perheen yhteinen ateriointi on vähentynyt viimeisen vuosikymmenen aikana. Kouluterveyskyselyssä 2010/2011 ilmeni, että 40 % perheistä syö yhteisen ilta-aterian (Vikstedt ym. 2012, 22). Urhon ja Hasusen (2004, 42) tutkimukseen osallistuneista kotona söi päivällisen 85 %. Korkeammin koulutettujen vanhempien perheissä

syötiin yhteinen ateria hieman useammin kuin peruskoulun käyneiden vanhempien perheissä (Vikstedt ym. 2012, 22). Koululounaan säännöllisesti syövien oppilaiden perheissä syötiin useammin myös perheen yhteinen ateria kuin niissä perheissä, joiden lapset söivät kouluaterian harvemmin (Vikstedt ym. 2012, 24). Heistä, jotka eivät syöneet kouluateriaa koulussa, söi aamupalan 75 % ja päivällisen kotona 78 % (Urho & Hasunen 2004, 43).

3.5 Sosiaalisen median kouluruokakeskustelu mielikuvien luoja

Mielipidekirjoittajien kouluruokatietämyksestä kertoo jotain esimerkiksi Aamulehden mielipidepalstalla ollut kirjoitus, jossa kaikki kouluruoka leimataan ”pitkälle prosessoiduksi ruokateollisuuden lisäainehutuksi” ja halutaan tilalle tuoretta luumuruokaa ja kehoitetaan mieluummin ottamaan omat eväät (Jatkot-palsta, 20.9.2011). Aamulehdessä (21.9.2011) jatkot-palstalla oli opettajan kirjoitus kouluruoasta, jossa ilmeni eräs usein toistuva epäkohta kouluruoasta puhuttaessa eli sanotaan kouluruoan maksavan 0,79 euroa ja ihmetellään miksi opettajilta kuitenkin peritään ruoasta 4,15 euroa. Kouluruoka ei valmistu pelkällä elintarvikkeen hinnalla vaan siinä tarvitaan henkilökuntaa (palkkakulut) ja syntyy muita kuluja (kiinteistö, hallinto, vuokra yms.). (Jatkot-palsta, 25.9.2011.) Keskustelun etene- mistä kuvataan taulukossa 1.

Taulukko 1. Aamulehdessä 2011 ollut juttu kouluruokailusta keittiöhenkilökunnan silmin ja siitä seurannut mielipidekirjoittelu

19.9.2011	Lehtijuttu kouluruokailusta keittiöhenkilökunnan näkökulmasta, oppilaiden käytöksessä parantamisen varaa
20.9.2011	Mielipidekirjoittaja leimaa kouluruoan ”lisäainehutuksi” ja kehoittaa ottamaan omat eväät kouluun
21.9.2011	Opettaja kirjoittaa lehden mielipidepalstalla oman ruokansa hinnasta, ihmetellen miksi häneltä peritään 4,15 euroa, jos kouluruoka maksaa 0,79 euroa
25.9.2011	Asioista perillä oleva mielipidekirjoittaja kertoo kouluruoan tekemiseen tarvittavan myös henkilökuntaa, mistä syntyy palkkakuluja ja muitakin kuluja tulee (kiinteistö, hallinto yms.)

Yle kysyi omilla nettisivuillaan syksyllä 2012 muistoja lapsuuden inhokkiasioista ja yksi esiinnoussut asia oli kouluruokailu. Vastajien ajatusten tueksi oli kerätty erilaisia kuvia, joista osa oli kouluruokailusta eli lähtökohtaisesti kyselyn tekijät olivat olettaneet, että inhokkiasioihin lapsuudessa kuului kouluruoka. Monen vastaajan mieleen oli jäänyt tilliliha, kanaviillokki, kesäkeitto ja maksaruoat erityisen huonoina kouluruokina. Monissa vastauksissa tosin muisteltiin kouluruokaa hyvällä ja eikä arvostettu ruoasta valittajia. Erityisesti 50-luvulla koulua käyneet olivat mielisissä siitä, että saivat ylipäättään ruokaa koulussa. Joissakin mielipiteissä paistoi läpi tietämättömyys nykyaikaisesta kouluruokailusta ja kouluajan ruokamuistot vaikuttivat vieläkin omaan suhteeseen ruokaan. Todettiin jostakin ruoasta, että jo pelkkä ruoan haju saa pahat muistot mieleen. (Virtanen 2012.)

Kouluruokatietopankki-blokin kirjoittaja Maarit Laurinen (2011) pohtii kirjoituksessaan Mustalista miksi kouluruoalla on niin huono kuva ihmisten mielissä. Hän tulee siihen johtopäätökseen, että useimmiten kouluruoasta uutisoitaessa tuodaan esiin negatiivisia asioita, jo ihan otsikkotasolla. Kukaan ei varmaan mielellään syö sellaista ruokaa, jonka kuulee olevan pahaa, moskaa ja roskaa (Laurinen 2011). Syömistä koskevat valinnat ovat ravitsemuksellisuuden ohella myös symbolisia. Sen mukaan sillä mitä syödään tai ei syödä, määritellään itseä ja muita. Jos ravinto ei ole kielen tasolla määritelty ruoksi, se ei ole syötävää. (Mäkelä, 2001.) Laurinen (2011) pohtii myös, kuka hyötyy negatiivisesta kirjoittelusta ja mitä etua saadaan ajamalla alas kouluruokailun imagoa. Hän tulee johtopäätökseen, että suurimpana syynä on hankkia lukijoita jutuille ja sitä kautta menestystä omalle medialle. Kirjoittaja on kerännyt blogiinsa erilaisia kouluruokaa käsitteleviä kirjoituksia ja niiden otsikoita. Otsikoina on käytetty mm. ”Kaali- ja perunaruokat ottavat oppilaita päähän”, ”Täällä on huonoin kouluruoka”, ”Kouluruoka on pahaa – vai onko?”, ”Kuntapäättäjän raju linjaus: Kiellän lastani syömästä kouluruokaa” ja ”MTV3:n lukijat muistelevat kouluruokaa: Itkettiin, oksennettiin ja syötiin”.

Keskustelupalstoilla käydään kouluruokailusta keskustelua, jossa tosiasiat ja mielikuvat sekoittuvat. Keskusteluissa kerrotaan mistä maista kouluruoka tulee, esimerkiksi liha Brasiliasta tai Thaimaasta, mutta ei kuitenkaan kerrota onko se oikeaa tietoa vai omia mielikuvia. Kun muut ihmiset lukevat näitä juttuja, he pitävät

niissä kerrottuja asioita faktoina ja niin tarkistamattomat asiat alkavat levitä to-
tuuksina. Keskustelijoilla ei myöskään tunnu olevan käsitystä siitä, kuka vastaa
kouluruoasta ja siihen liittyvistä päätöksistä. Keskustelijat ehdottavat tietojen ky-
symistä keittiön henkilökunnalta ja seuraavaksi hypätäänkin jo valtuustotasolle
eikä tiedetä siinä välissä olevista organisaation tasoista. Lisäksi keskustelijoiden
joukossa tuntuu olevan vallalla käsitys siitä, että kaikki kouluissa tarjottava ruoka
on einestä. Jos todetaan yksi ruoka valmisruoaksi, niin siitä tehdään johtopäätök-
siä, että kaikki ruoka on sellaista. Eines on teollisuuden valmistamaa valmista tai
puolivalmista ruokaa, jota voi syödä sellaisenaan tai lämmityksen jälkeen. Erään
keskustelijan mainitessa kouluruoan ilmaisuudesta, saa hän kuitenkin toisilta kes-
kustelijoilta korjauksen ja maininnan siitä, että ruoka on maksutonta, joka kustan-
netaan verovaroin. Osalla keskustelijoista on hyvin tiedossa, että kouluruoan tar-
koitus on täyttää kolmasosan koululaisen ravinnontarpeesta ja myös kodilla on
vastuuta lapsen päivittäisen ravinnontarpeen täyttämässä, tarjoamalla täysipai-
noinen aamiainen, välipala, päivällinen ja iltapala. (Kouluruoan laatu 12.4.2011.)

4 YLÄKOULUN OPPILAIDEN VANHEMPIEN SUHDE KOULURUOKAILUUN ENNEN JA NYT

4.1 Tavoite

Tutkimuksen tarkoituksena on tutkia miten oppilaiden vanhemmat ovat kokeneet oman aikansa kouluruokailun, millaisia ruokailumuistoja heillä on omalta kouluajaltaan ja miten heidän omat kokemuksensa vaikuttavat heidän suhteeseensa nykyiseen kouluruokailuun. Tutkimuksella kartoitetaan vanhempien käsitystä nykypäivän kouluruokailusta sekä miten ja millaista tietoa he saavat lastensa kouluruokailusta.

4.2 Tutkimusaineisto

Tutkimusaineistona ovat Toholammin Kuusiston koulun (yläkoulu) oppilaiden vanhemmat. Oppilaita koulussa on 160. Oppilaat käyvät syömässä Herman Ojalan koulun ruokasalissa kahdessa eri vuorossa kello 10.36 ja 11.36. Samassa ruokasalissa ruokailevat myös alakoulun ja lukion oppilaat. Ruokasaliin mahtuu kerralla 200 oppilasta ja keittiössä ruokaa valmistaa oppilaille 4 keittiötyöntekijää. Käytössä on 7 viikon kiertävä ruokalista (Liite 1). Vanhempainilloissa ei ole käynyt keittiöhenkilökuntaa kertomassa kouluruokailusta, vaan opettajat ovat vastanneet vanhempien kysymyksiin kykyjensä mukaan. Avoimien ovien päivänä on vanhemmilla ollut mahdollista käydä syömässä koulun ruokalassa.

Ohjeistusteksti ja linkki kyselyyn (Liite 2) lähetettiin koulun oman tiedotusjärjestelmän (Wilma-järjestelmä) kautta kaikille niille vanhemmille, jotka ovat kirjautuneet kyseiseen järjestelmään ja heillä oli mahdollisuus vastata kyselyn sähköisessä muodossa.

Tutkimusaineistona ovat yläkoululaisten vanhemmat, sillä heidän omista kouluajoistaan on ehtinyt kulua 20–30 vuotta aikaa ja kouluruokailu on tuona aikana kokenut muutoksia.

4.3 Tutkimusmenetelmä

Kyselylomake (Liite 3) on strukturoitu eli suurimpaan osaan kysymyksistä annetaan valmiit vastausvaihtoehdot, joista vastaajien pitää valita oman mielipiteensä mukainen vastaus. Strukturoituja kysymyksiä kannattaa käyttää silloin, kun on selvästi rajatut vastausvaihtoehdot. Valmiilla vastausvaihtoehdoilla helpotetaan vastaajien työtä. (Heikkilä 2010, 50.) Joukossa on kuitenkin muutama avoin kysymys, joihin jokainen voi vastata omilla sanoilla. Kysymyksissä on peruskysymyksiä, kuten ikä ja sukupuoli, omaa kouluaikaa käsitteleviä kysymyksiä ja kysymyksiä, jotka käsittelevät vastaajien käsitystä nykyisestä kouluruokailusta. Avoimissa kysymyksissä pyydettiin vastaajia kertomaan omista kouluaikaisista mieli- ja inhokkiruokista ja annettiin vapaa sana kertoa kouluruoasta sen mitä halusi. Kysymyslomaketta testattiin muualla asuvilla sukulaisilla ja opiskelutovereilla, sillä paikallisesti ei voitu testata, koska kysely kosketti Toholammilla monia perheitä. Myös vastaamiseen kuluva aika testattiin, että voitiin ilmoittaa vastaajille kuinka paljon keskimäärin vastaamiseen kuluu aikaa.

Kysely tehtiin Webropol-ohjelmalla, jossa on valmiit mallipohjat erilaisille vastaus-tyypeille ja mallit määrittävät myös millaiselta kysely näyttää vastaajille (Webropol, [viitattu 14.2.2013]). Valmiille kyselylle annettiin Webropol-ohjelman kautta linkki, jonka kautta vastaajat pääsivät vastaamaan ja vastaukset näkyvät ohjelman raportointiosuudessa, josta tutkimuksen tekijä voi käydä noutamassa valmiit vastaukset.

Kyselyn vastaukset siirrettiin Excel-ohjelmaan, jonka avulla tuloksia analysoitiin. Vastauksia käsiteltiin lukumäärinä ja prosenttiosuuksina, vastauksista muodostettiin kaavioita ja taulukoita. Vastauksia myös ristiintaulukoitiin, jotta saatiin selville asioiden yhteyksiä.

Kyselyn lopussa oli halukkailla mahdollisuus ilmoittautua mukaan ruokaraatiin eli vanhemmille annettiin mahdollisuus käydä syömässä Herman Ojalan koulun ruokalassa muutama kerta. Ilmoittautuneille lähetettiin erillinen sähköposti (Liite 4) ruokailujen ajankohdasta ja käytännön toimista. Ja ruokailujen jälkeen heille esitettiin vielä muutama kysymys sähköpostitse (Liite 5) kokemuksista ruokailussa.

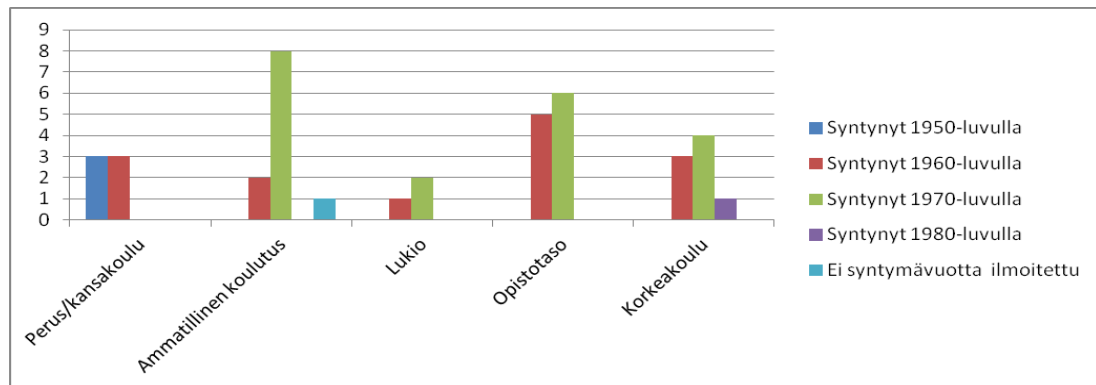
Viestin lähettämisessä Wilma-ohjelmaan avusti koulun kanslisti ja koululla ruokailijoita opasti keittiöhenkilökunta.

Kysely ja ohjeistus vastaamiseen lähetettiin Wilman kautta vanhemmille 12.2.2013 ja vastausaikaa annettiin 19.2.2013 asti. Webropol-ohjelman kautta seurattiin vastausten kertymistä ja koska näytti siltä, että vastauksia kertyi hitaasti, laitettiin vielä 18.2.2013 muistutus vanhemmille kyselystä. Vastauksia kertyi, mutta edelleen aika hitaaseen tahtiin, vastausaikaa jatkettiin vielä 24.2.2013 asti ja siihen mennessä kertyi 39 vastausta ($n=39$). Vain kolme henkilöä halusi käyttää mahdollisuutta tulla ruokailemaan koululle ja heille välitettiin 26.2.2013 sähköpostitse kutsu käydä syömässä Herman Ojalan koululla 1–3 kertaa viikon 10 aikana (4.–8.3.2013). Viestiin liitettiin kyseisen viikon ruokalista. Näille vanhemmille lähetettiin viikon 10 lopussa vielä sähköpostilla kolme kysymystä, jotka koskivat heidän vaikutelmiaan ruokailusta Herman Ojalan koulun ruokalassa.

5 TUTKIMUKSEN TULOKSET

5.1 Taustakysymykset

Vastaajista 35 oli naisia ja 4 miehiä. Syntymävuoden perusteella vastaajat jaoteltiin neljään eri ryhmään. Vastaajista kolme oli syntynyt 1950- luvulla, 14 vastaajaa oli syntynyt 1960- luvulla ja suurin ryhmä oli 1970- luvulla syntyneitä eli 20 vastaajaa, yksi vastaaja oli syntynyt 1980-luvun alussa ja yhdeltä vastaajalta puuttui syntymävuosi. Koulutustaustaa vastaajilta löytyi laajasti, pelkän perus/kansakoulun oli suorittanut 6 vastaajaa, ammatillisen tason koulutus oli 11 ja lukio kolmella vastaajalla. Korkeakoulun oli käynyt 8 vastaajaa ja opistotasaisen koulutuksen oli hankkinut 11 vastaajaa. Kuviossa alla on kuvattu vastaajien koulutustausta suhteessa syntymävuosikymmeneen (Kuvio 1). Eniten yläkouluikäisten vanhemmissa on 1970- luvulla syntyneitä ja koulutustausta on korkeampi 1970- ja 1980- luvulla syntyneillä kuin aiemmilla vuosikymmenillä syntyneillä.

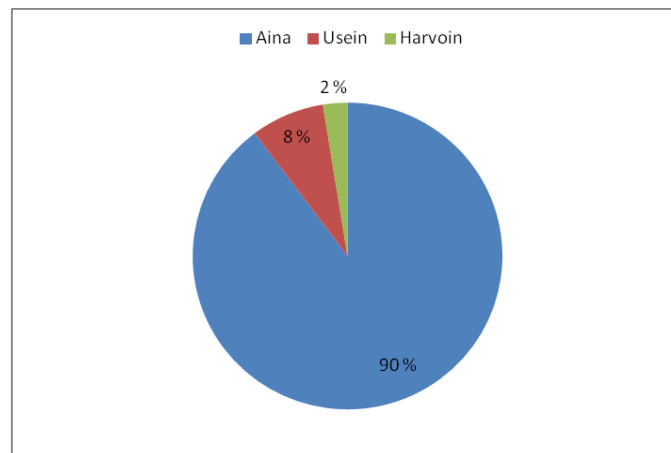


Kuvio 1. Vastaajien koulutustausta suhteessa syntymävuosikymmeneen (n=39)

5.2 Vanhempien oma kouluruokailu

Omana kouluaihanaan aina kouluruokaa oli käynyt syömässä 90 % (35 henkilöä), 8 % eli 3 henkilöä oli käynyt syömässä usein ja yksi henkilö (2 %) harvoin, kukaan ei vastannut, että ei olisi koskaan käynyt syömässä (Kuvio 2). Syyksi harvoin käy-

miselle mainittiin laihduttaminen. Vastaajista 94 % piti oman aikansa kouluruo-
kaa monipuolisena ja ravitsevana. Kuitenkin 20 vastaajaa oli sitä mieltä, että ny-
kypäivän kouluruoka on paremman makuista kuin oman ajan kouluruoka.



Kuvio 2. Kävitkö omana kouluajanasi syömässä kouluruoan?(n=39)

Vanhempien oman kouluajan herkkuruokien kärkeen nousi makaronilaatikko, jon-
ka mainitsee vastauksessaan 20 henkilöä. Seuraavilla sijoilla tulevat uunimakkara
ja hernekeitto, huomattavasti vähemmällä maininnoilla, sillä nämä ruoat mainittiin 7
kertaa vastauslomakkeissa. Lihapullat saivat kuusi mainintaa ja pinaattikeitto viisi.
Enemmän kuin kerran mainittiin jauhelihakastike (4 kertaa) ja jauhelihaperunasose
(3 kertaa). Yksittäisiä mainintoja saivat silakkapihvit, verilätyt, ohrapuuro, kanakas-
tike, risotto ja nakkikeitto. (Taulukko 2.)

Taulukko 2. Vanhempien suosikkiruokia kouluaikana

Makaronilaatikko	20
Uunimakkara	7
Hernekeitto	7
Lihapullat	6
Pinaattikeitto	5
Jauhelihakastike	4
Jauhelihaperunasose	3

Vastaajat saivat kertoa myös mistä ruoista eivät pitäneet omana kouluaikanaan.
Tämän listan kärjessä 13 maininnalla on tilliliha, seuraavaksi inhotuimmat ruoat

olivat kuudella maininnalla kesäkeitto ja viisi mainintaa saanut maksalaatikko. Kolme mainintaa sai veripalttu, kanaviillokki ja pinaattikeitto. (Taulukko 3.) Vastaajien inhokkiruoat olivat suurimmaksi osaksi samoja kuin, mitä tuli esiin Ylen syksyllä 2012 tekemässä kyselyssä, jossa mainintoja saivat tilliliha, kesäkeitto, kanaviillokki ja maksaruuat (Virtanen 2012). Myös kaalikääryleet, kaalilaatikko, silakkalaatikko, maksakastike ja keitoista kala-, liha- ja siskonmakkarakeitto olivat vastaajien inhotuimpien ruokien listalla. Monet vastaajat kertoivat, ettei heillä ollut inhokkiruokia vaan kaikki kouluruoka maistui. Oli myös sellaisia ruokia, jotka esiintyivät molemmilla listoilla, kuten hernekeitto, pinaattikeitto, lihakeitto ja risotto.

Taulukko 3. Vanhempien inhokkiruokia kouluaihana

Tilliliha	13
Kesäkeitto	6
Maksalaatikko	5
Veripalttu	3
Kanaviillokki	3
Pinaattikeitto	3

5.3 Vanhempien käsitys nykyajan kouluruoasta

Vastaajille esitettiin joukko erilaisia väittämiä ja heidän piti vastata, mitä mieltä niistä olivat. Aluksi piti ottaa kantaa siihen käytetäänkö nykyään kouluruoassa suurimmaksi osaksi eineksiä. Vastaajista peräti 26 oli sitä mieltä, että suurin osa koulussa tarjottavasta ruoasta on eineksiä. Tiedotusvälineiden vaikutus näkyy vastauksissa, sillä 13 vastaajaa niistä, jotka hankkivat tietonsa kouluruoasta tiedotusvälineistä, oli sitä mieltä, että eineksiä käytetään suurimmaksi osaksi ja 7 vastaajaa sitä mieltä ettei eineksiä käytetä paljon. Myös vapaassa sanassa viitattiin usein einesten käyttöön kouluruoassa ja toivottiin, että tehtäisiin enemmän itse kotiruoan tyyppistä ruokaa. Vastausten taustalla on se yleinen mielipide, että kouluruoka on yleensä eineksistä halvalla ja helpolla valmistettu. Aamulehden mielipidepalstalla kirjoitetaan, että kaikki kouluruoka on ”pitkälle prosessoitua ruokateollisuuden lisäainehuttua” ja sen tilalle halutaan tuoretta luomuruokaa (Jatkot-palsta, 20.9.2011). Jos yksi kouluruoka todetaan valmisruoaksi, niin siitä vedetään helposti johtopä-

tös, että kaikki kouluruoka on sellaista (Kouluruoan laatu 12.4.2011). Toholammin kunnan koulujen ruokalistalla on valmisruokaa yhteensä 35 ruoasta 5 -7. Valmisruoat, joita koululaisille tarjotaan, ovat kalapuikot, kalaleike, silakkapihvit, jauhelihapörykät tai -pihvit, pyttipannu sekä harvemmin jauhelihapastavuoka tai kananpojanpastavuoka. (Toholammin kunnan koulujen ruokalista 2012–2013.)

Peruna sekä pasta ja riisi kilpailevat suosituimman energialisäkkeen asemasta ja niinpä vanhemmille esitettiin väite, että nykyään tarjotaan kouluaterioilla useammin pastaa ja riisiä kuin perunoita. Enemmistö vastaajista oli sitä meiltä, että riisiä ja pastaa on tarjolla enemmän, sillä 19 vastaajaa oli samaa tai jokseenkin samaa mieltä väittämän kanssa ja eri mieltä väittämästä oli 12 vastaajaa, loppuilla vastaajilla ei ollut mielipidettä asiaan. Urhon ja Hasusen (2004, 22) tutkimuksessa 66 % aterioista tarjottiin perunaa eri muodoissaan ja muilla aterioilla tarjottiin riisiä tai spagettia.

Vanhemmat olivat sitä mieltä, että puuro ei ole oppilaiden suosikkiruoka koulussa, sillä 59 % vastaajista oli jokseenkin tai täysin eri mieltä tästä väittämästä ja 30 % vastaajista samaa tai jokseenkin samaa mieltä. Kuitenkin vuonna 2011 Toholammin yläkoulussa ja Seinäjoen toisen asteen oppilaitoksessa oppilaille tehdyssä kyselyssä kysyttiin pitäisikö puuropäivä olla ruokalistalla ja 76 % vastaajista oli sitä mieltä, että se pitää säilyttää kouluruokana (Radwan & Rantamäki 2011, 18). Vanhempien vastustus puuroa kohtaan johtuu varmaan siitä, että se mielletään aamiaisruoksi ja liian kevyeksi lounasruoksi. Kyselyn vapaassa sanassa muutama vanhempi mainitsi tästä asiasta.

Nykyaikainen kouluruoka täyttää hyvin ravitsemussuositukset ja kouluruokasuositukset ainakin vanhempien mielestä, sillä 75 % vastaajista oli väittämän kanssa samaa tai jokseenkin samaa mieltä. Oppilaat saavat vanhempien mielestä kolmanneksen päivittäisestä energiantarpeestaan kouluruoasta (Kouluruokasuositus 2008, 8). Koululaisten makumieltymyksiä ei oteta kovin hyvin huomioon kouluruokaa valmistettaessa ainakaan jos on uskominen vastaajien mielipiteisiin, sillä 19 vastaajaa on sitä mieltä ja 10 vastaajalla ei ole mielipidettä asiasta. Nykypäivänä

keittiöhenkilökunta on ammattitaitoista, ainakin vanhempien mielestä, sillä 28 vastaajaa on täysin tai jokseenkin samaa mieltä väittämästä.

Perunan laatu kouluruoassa puhuttaa jatkuvasti ja väittämissä kysyttiin vanhempien mielipidettä siitä onko koululaisille tarjottavat perunat heikkolaatuisia. Vastaajista 23 on täysin tai jokseenkin samaa mieltä väittämän kanssa ja vain 8 vastaajaa on täysin tai jokseenkin eri mieltä. Vapaassa sanassa mainittiin kumiperunat ja toivottiin, että koululla käytettäisiin perunaa joka on tuotettu lähialueella ja toimitettaisiin viikoittain koululle. Vanhempien kommentit noudattelivat yleistä mielipidettä, eikä todellisesta tilanteesta oltu ihan selvillä. Herman Ojalan koululla kokoperunat tarjotaan kuoripäällisinä, joten sanan varsinaisessa merkityksessä kumiperunoista ei voida puhua. Samoin perunat toimitetaan naapurikunnasta koululle viikoittain. Urhon ja Hasusen (2004, 37) tutkimuksessa moitteita saivat perunat, joiden kerrottiin olevan raakoja, kumisia, liisterisiä tai vain pahoja.

Vanhemmista 20 oli sitä mieltä, että kouluruoka on tänä päivänä maukkaampaa kuin omana kouluaihana, kun taas 13 vastaajaa piti oman ajan kouluruokaa maukkaampaa. Herman Ojalan koulun ruokasalissa on usein ongelmana lakki päässä ruokaileminen. Väittämissä oli siksi mukana kysymys siitä, saako ruokasalissa syödä lakki päässä ja suurin osa eli 87 % vanhemmista oli sitä mieltä, ettei lakki ole sallittu ruokasalissa.

Kyselyssä testattiin myös vanhempien tietämystä siitä, paljonko kouluaterian elintarvikkeiden osuus on, jos koko aterian kaikkine kuluineen maksaa 2,65 euroa ja vaihtoehtoina olivat alle 40 % kuluista, 40–60 % tai yli 60 %. Vastaajista 26 oli sitä mieltä, että osuus on alle 40 %, 12 vastaajan mielestä osuus on 40–60 % ja yhden vastaajan mielestä yli 60 %. Eli 26 vanhempaa oli tiennyt, että elintarvikkeisiin menee alle 40 % koko aterian hinnasta eli noin 1 euro.

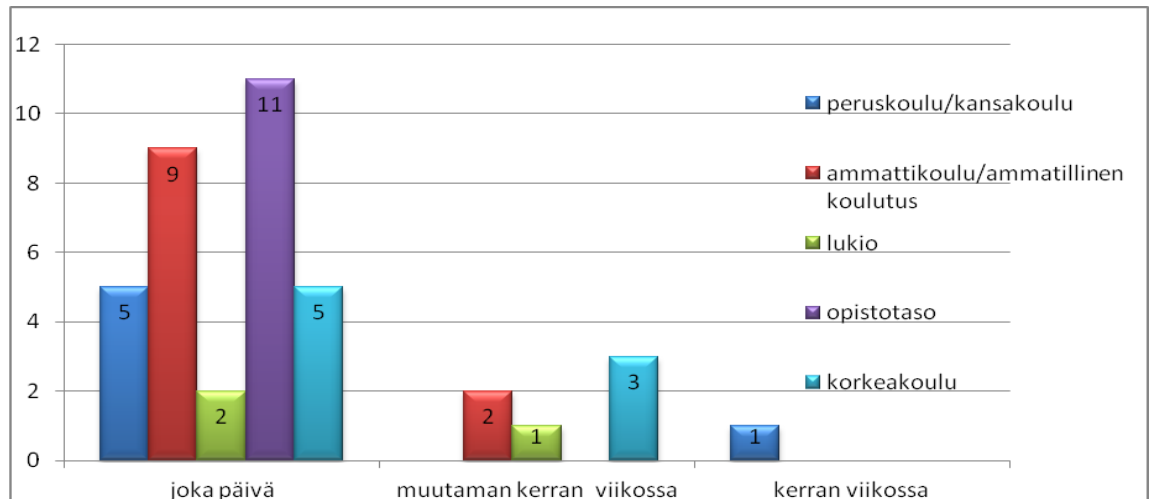
Alla olevassa taulukossa 4 on yhteenveto väittämien vastauksista keskiarvoina ja moodeina (vastaus joka esiintyy useimmin). Numero yksi on täysin eri mieltä, kaksi jokseenkin erimieltä, kolme ei eri eikä samaa mieltä, neljä jokseenkin samaa mieltä ja viisi täysin samaa mieltä.

Taulukko 4. Väittämien yhteenveto

Väittäjä	Keskiarvo	Moodi
Nykypäivänä kouluruoka valmistetaan suurimaksi osaksi eineksistä	3,6	4
Kouluaterioilla on nykyään tarjolla useammin pastaa ja riisiä kuin perunoita	3,2	4
Nykyään puuropäivät koulussa ovat oppilaiden suosikkipäiviä	2,8	2
Nykyinen kouluruoka täyttää ravitsemussuositukset	3,8	4
Nykyään kouluruokaa valmistetaan oppilaiden makumieltymysten mukaan	2,7	2
Tänä päivänä kouluruokaa valmistaa ammattitaitoinen henkilökunta	4,0	5
Nykypäivän koululaisille tarjottavat perunat ovat heikkolaatuisia	3,6	5
Omaan koulu-aikaan verrattuna tänä päivänä tarjottava kouluruoka ei ole hyvänmakuista	2,7	2
Ruokasalissa saa ruokailla lakki päässä	1,5	1

5.4 Kodin yhteiset ateriat ja keskustelut kouluruoasta

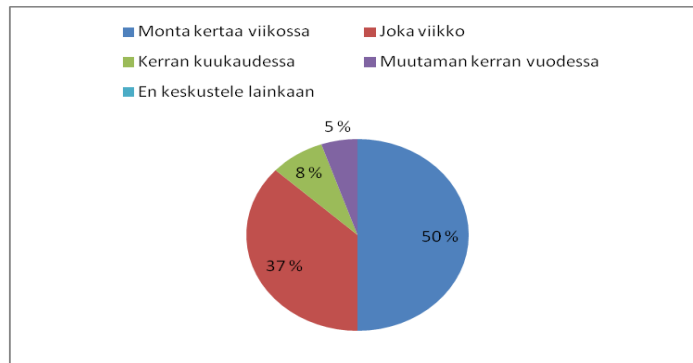
Perheen yhteinen ateria syödään kotona joka päivä 32 vastaajan perheessä, muutaman kerran viikossa syödään 6 perheessä. Kuviossa 3 verrataan vanhempien koulutustaustan vaikutusta yhdessä kotona syömiseen ja havaitaan, että koulutustausta ei paljon vaikuta siihen kuinka usein kotona syödään perheen kesken. Niissä perheissä, joissa vanhemmilla on opistotasoinen koulutus, syödään joka päivä yhteinen ateria, samoin 80 % perheistä, joissa vanhemmilla on ammatillinen koulutus. Korkeakoulutettujen vanhempien perheistä vajaassa 40 % syödään yhteinen ateria muutaman kerran viikossa ja loput syövät joka päivä yhteisen aterian. Perus/kansakoulun käyneiden vanhempien perheissä syödään myös useimmiten joka päivä yhteinen ateria, vain yksi vastaaja kertoi heidän perheessään syötävän kerran viikossa yhteisen aterian.



Kuvio 3. Vanhempien koulutustaustan vaikutus yhdessä kotona nautittujen aterioiden määrään (n=39)

Vastanneiden perheissä 84 % syödään yhteinen ateria kotona joka päivä, se on useammin kuin on tutkimusten mukaan tavallista. Kouluterveyskyselyn 2010/2011 mukaan vain 40 % perheistä syö yhteisen aterian (Vikstedt ym. 2012, 22). Keski-Pohjanmaalla 54 % perheistä syö yhdessä aterian kotona (Nuorten hyvinvointi Keski-Pohjanmaalla vuosina 2003–2011, 14). Kouluterveyskyselyn mukaan korkeakoulutettujen vanhempien perheissä syötiin yhteinen ateria hieman useammin kuin peruskoulun käyneiden vanhempien perheissä (Vikstedt ym. 2012, 22).

Kyselyyn vastanneet vanhemmat olivat kiinnostuneita lastensa kouluruokailusta. Vanhemmista 50 % keskustelelee lastensa kanssa kouluruokailusta monta kertaa viikossa ja 37 % keskustelelee joka viikko (Kuvio 4). Lintukangas ym. (2007, 58) toteaa, että vanhemmilla tulee olla kiinnostusta lastensa ruokailua ja ravitsemusta kohtaan sekä siihen miten heidän omat lapsensa käyttäytyvät ruokailussa. Yleisin keskustelunaihe Toholammilla vanhemmilla ja lapsilla oli, mitä koulussa oli ruokana ja miltä se maistui.



Kuvio 4. Kuinka usein keskustele oman lapsesi kanssa kouluruokailusta?(n=38)

Vastaajat saivat omin sanoin kertoa millaisista kouluruokailuun liittyvistä asioista he keskustelevat lastensa kanssa. Suurin osa vastaajista tiedusteli lapseltaan mitä ruokaa koulussa oli tarjottu (28 mainintaa) ja oliko ruoka hyvää vai pahaa (18 mainintaa). Lasten kanssa keskusteltiin myös siitä onko koulussa syöty tarpeeksi, millä ruoka on maistunut (mausteet, kypsyyssaste) ja onko kaikki ruoka syöty vai onko sitä jätetty. Oppilaiden käyttäytyminen ruokalassa puhuttaa myös kotona ja toisten oppilaiden tapa ilmoittaa ilman maistamista, että ruoka on pahaa. Kotona ruokapöydässä lapset myös vertailevat kodin ja koulun ruokaa ja siitä keskustellaan.

5.5 Kouluruokatiedotus vanhempien näkökulmasta

Kaksi tietolähdettä nousi ylitse muiden, kun vanhemmilta tiedusteltiin mistä he saavat tietoa kouluruokailusta. Paras tietolähde kouluruokailusta on kyselyn mukaan omat lapset ja toiseksi suosituin tietolähde tiedotusvälineet, sillä 37 vastaajaa mainitsi omat lapset tiedon kertojiksi ja 22 vastaajaa saa tietoa kouluruokailusta tiedotusvälineistä. Koululta tietoa kouluruoasta saa 5 vastaajaa ja muilta vanhemmilta 3 vastaajaa. Yksi vastaajaa saa tietoa kouluruoasta syömällä samassa ruokasalissa kuin oppilaatkin ja yksi vastaajaa sanoo tietolähteekseen koululta saatavan ruokalistan. Vastauksiin sai merkitä useamman kuin yhden vaihtoehdon. (Taulukko 5.)

Taulukko 5. Mistä vanhemmat saavat tietoa kouluruokailusta?(n=39)

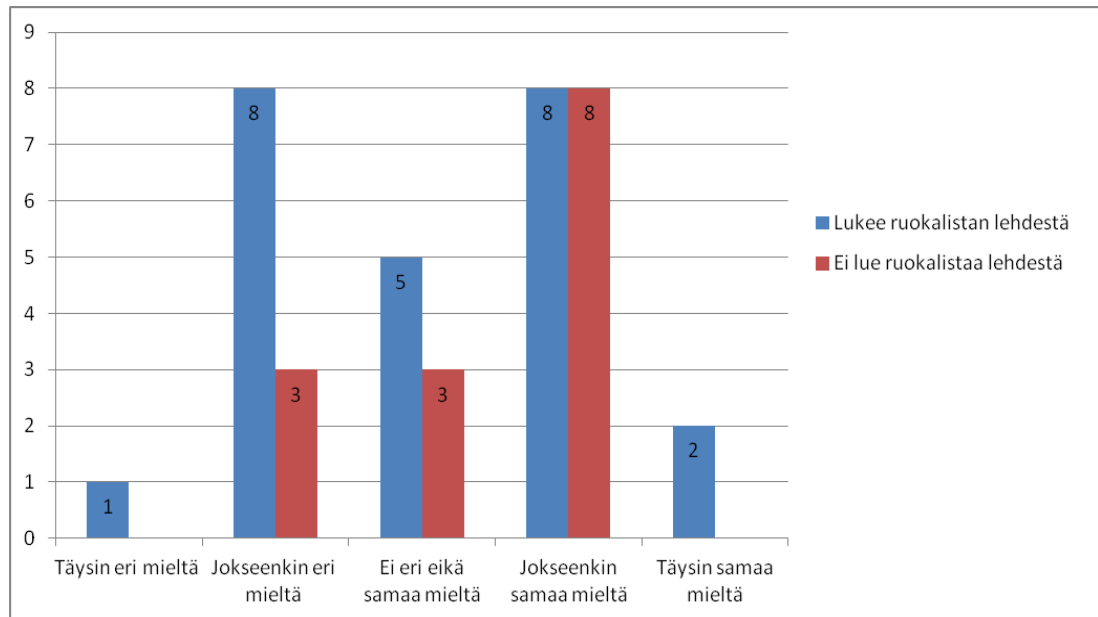
Mistä tieto kouluruokailusta?	
Omalta lapselta	37
Koulusta	5
Muilta vanhemmilta	3
Tiedotusvälineistä	22
Muista lähteistä	2

Vastaajista 24 kertoi lukevansa säännöllisesti paikallislehdessä olevaa koulun ruokalistaa ja 14 vastasi, ettei lue ruokalistaa. Ruokalistalla näkyy jokaisen päivän pääruoka, energialisäke ja salaatti sekä mahdolliset muut lisäkkeet, jälkiruoat ja pehmeä leipä.

Vastaajista 27 haluaisi saada säännöllisesti tietoa kouluruokailusta vanhempainillassa ja 11 vastaajaa ei pitänyt asiaa tärkeänä. Vanhempainiltojen on todettu olevan hyvä paikka esitellä kouluruokailua vanhemmille. Siellä voidaan myös miettiä kouluruokailun epäkohtia ja niille korjausehdotuksia. (Lintukangas ym. 2007, 58–59.)

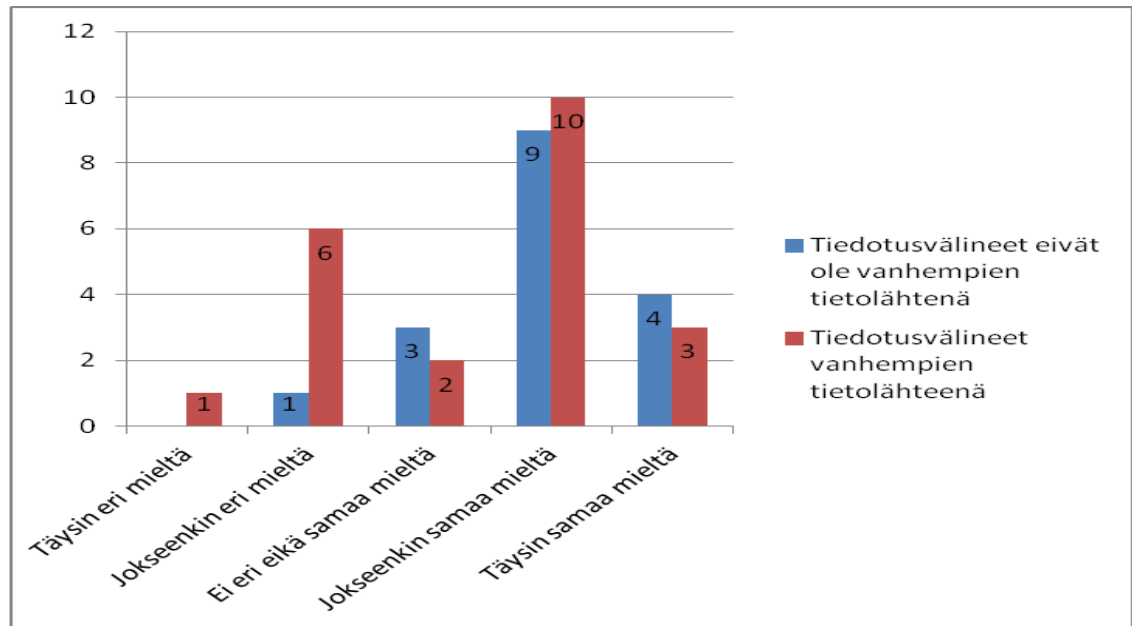
5.6 Tiedotuksen vaikutus vanhempien kouluruokatietämykseen

Kuvio 5 kuvaa miten ruokalistan lukeminen vaikuttaa väitteen ”pastaa ja riisiä tarjotaan nykyään kouluaterioilla useammin kuin perunaa” vastauksiin. Vastaajista puolet, jotka ilmoittivat lukevansa lehden ruokalistaa, olivat silti sitä mieltä, että pastaa on enemmän ruokalistalla kuin perunaa. Niistä, jotka eivät lue ruokalistaa lehdestä jokseenkin samaa mieltä väitteen paikkansapitävyydestä on 8 vastaajaa. Vanhemmat eivät ehkä sisäistä lukemaansa, sillä Toholammin koulujen ruokalistan 35 ruoasta 22 sisältää perunaa ja 9 pastaa tai riisiä, loppuissa ei ole kumpaakaan (Toholammin kunnan koulujen ruokalista 2012–2013).



Kuvio 5. Ruokalistan lehdestä lukemisen vaikutus väitteeseen ”Kouluateriaalla paa-
taa tai riisiä tarjolla useammin kuin perunaa” vastaamiseen (n=38)

Tiedotusvälineiden vaikutusta vanhempien mielipiteisiin havainnollistaa myös kuvio 6. Vanhemmista, jotka käyttävät tiedotusvälineitä apunaan hankkiessaan tietoa kouluruokailusta, 13 on samaa tai jokseenkin samaa mieltä väitteestä, että suurin osa kouluruoosta on eineksiä ja seitsemän vanhempaa on jokseenkin eri mieltä väittämästä. Niistä, jotka eivät hanki tietojään kouluruokailusta tiedotusvälineistä on myös 13 vastaajaa sitä mieltä, että väite eineksistä on totta ja vain yksi vastaaja on sitä mieltä, ettei väite pidä paikkaansa. Paikallislehdessä olevasta ruokalistasta voisi myös valmisruokien määrän tarkistaa viikoittain. Listalla ei tosin mainita ruoan yhteydessä, onko se itse tehty vai valmiina hankittu. Vanhemmat voivat ajatella, että esimerkiksi kaikki vuokaruokat tulevat valmiina koululle ja ne vain lämmitetään. Näinhän ei todellisuudessa ole vaan myös vuokaruokat tehdään itse alusta lähtien.



Kuvio 6. Tiedotusvälineiden käytön tiedonlähteenä vaikutus väitteeseen ”Nykyäivän kouluruoka valmistetaan suurimmaksi osaksi eineksistä” vastaamiseen (n=39)

5.7 Vanhempien vapaa sana kouluruoasta

Kysymyslomakkeen lopussa annettiin vastaajille mahdollisuus kertoa vapaasti mielipiteitä kouluruokailusta. Vastaajista 24 esitti omia mielipiteitään. Seitsemässä lomakkeessa kouluruokailua käsiteltiin positiivisessa hengessä, kolmessa lomakkeessa oli neutraali sävy, jossa toivottiin kouluruokaa ”pakolliseksi” ja että ruokaa ei pidettäisi itsestäänselvyytenä ja sitä arvostettaisiin, koska monessa muussa maassa tällainen maksuton kouluruoka ei ole mahdollista. Positiivisissa kommentteissa keuhuttiin kouluruokaa hyväksi ja monipuoliseksi ja viitattiin siihen, että kouluruoan arvostus lähtee vanhemmista ja heidän asenteistaan. Kolmessa vastauksessa oli kouluruoasta löydetty sekä hyvää että huonoa. Kehuttiin salaatteja, monipuolista ruokalistaa, esimerkiksi kalaruokien lisääntymistä ruokalistalla ja maistuvaa ruokaa. Huonoina puolina pidettiin einesten käyttöä ja ruoan ulkonäköä, ruokien vaihtelevaa maustamista ja perunoiden laatua. Vastaajista 11 oli keskittynyt kouluruokailussa huonona pitämiinsä asioihin. Ruoan laadusta, mausta ja riittävydestä kannettiin huolta. Suurimmassa osassa vastauksia oltiin sitä mieltä, että koulun keittiöillä käytetään liikaa eineksiä sekä pastaa ja riisiä perunan kus-

tannuksella. Vastaajat painottivat, että pitäisi käyttää mahdollisimman paljon lähiruokaa ja tukea paikallisia yrittäjiä sekä ehdottomasti kouluruoan pitäisi olla kotimaista alkuperää. Vastaajien mielestä pitäisi tarjota perinteistä kotiruokaa eikä pitsaa, ranskalaisia, pyttypannua tai erilaisia patoja (italian, meksiko). Salaatin, kasvien ja marjojen käytön lisäämiseen kouluateriaalla pitäisi vastaajien mielestä kiinnittää entistä enemmän huomiota.

5.8 Ruokaraatilaisten kokemukset

Ruokaraatilaista kaksi kävi syömässä kolme kertaa viikon aikana ja yksi raatilainen söi kerran. Kaikki viikon ruoat tulivat maistetuiksi ja mielipiteet ruoasta vaihtelivat maistajan mukaan. Perjantaina ruokana oli nakkikeitto, porkkana ja jogurtti, keitto oli vastaajien mielestä ihan hyvän makuista, mutta nakkeja oli ollut vähän keitossa. Torstain merimiespihvisä ihmetystä aiheutti vain nimi eli vastaajien mielestä se oli kaukana pihvistä, maku oli kuitenkin hyvä. Keskiviikon perunasose ja kalapuikot ruokana ihan hyvä, lisäkkeenä tarjottu porkkanaraaste sai moitteita kiuudestaan ja mauttomuudestaan. Tiistaina ruokana oli ohrasuurimopuuro ja mehukeitto, silloin syömässä käynyt raatilainen kehui sitä huippuruoaksi. Maanantaina oli ruokana jauhelihakastiketta ja makaronia. Raatilainen, joka silloin kävi syömässä, kertoi, ettei pidä makaronista, mutta koska kastike oli hyvää, makaroni meni siinä sivussa. Ruokailijat olivat huomanneet, että oppilaat käyttäytyivät hyvin ruokailussa ja mausteita oli tarjolla ruoan maustamista varten. Eräällä raatilailla oli kevyt maito ollut vähän hukassa, koska se on tarjolla automaattista. Mikään ruokailussa ei ollut yllättänyt raatilaisia.

6 POHDINTA

Vastauksia tuli 39 ja näin alhainen määrä aiheutti pohdintaa, mikä siihen oli syynä. Eivätkö vanhemmat ole kiinnostuneita lastensa kouluruokailusta vai toimiiko Toholammin kouluruokailu niin hyvin, etteivät vanhemmat katsoneet aiheelliseksi vastata. Nykyään esiintyy muissakin toiminnoissa paljon välinpitämättömyyttä, ajatellaan, ettei asia kuulu minulle. Samanlainen tilanne on myös esimerkiksi vanhempainilloissa, vanhemmat kyllä ilmoittautuvat niihin, mutta eivät saavu paikalle. Lähdeteoksissa mainittiin monesti, ettei vanhempien suhdetta kouluruokaan ole tutkittu kovinkaan paljon, joten olisi ollut hyvä saada laajempi aineisto tutkimuksen pohjaksi. Tutkimusta olisi mielenkiintoista laajentaa vaikkapa koko maakuntaa koskevaksi, jolloin aineisto olisi laajempi ja erilaiset kouluruokailukäytännöt tulisivat tutkituiksi. Myös käynti ruokailemassa kouluruokalassa kiinnosti vain kolmea henkilöä, joten mitään arvontaa halukkaiden joukossa ei tarvinnut tehdä vaan kaikki pääsivät ruokailemaan.

Kyselyn tulos osoittaa, että enemmän vanhempien suhteeseen kouluruokaan vaikuttaa yleinen mielipide ja tiedotusvälineiden jakama tieto kouluruoasta, kuin vanhempien omat kouluaikaiset kouluruokakokemukset. Asiaa kuvaa hyvin eräässä vastauslomakkeen vapaassa sanassa ollut kommentti, jossa todettiin vastaajan yleisesti kuulleen, että kouluruoka on heikentynyt huomattavasti. Omaan tiedonhankintaan vanhemmat eivät panosta tai eivät ainakaan huomioi tarpeeksi saamaansa tietoa, mikä näkyi ainakin ruokalistan lukemisessa. Ruokalistalta saatavaa tietoa ei osattu hyödyntää omassa tiedonhankinnassa. Perheen yhteiset ruokahetket eivät ole riippuvaisia vanhempain koulutustausta tai edes vanhempien iästä.

Ruokaraatilaisten mielipiteet nykypäivän kouluruokailusta eivät muuttuneet mitenkään heidän päästessään itse maistamaan kouluruokaa ja kokemaan ruokailun konkreettisesti.

Kyselyn tekeminen sähköisessä muodossa oli loppujen lopuksi helppoa, vaikka aluksi se vähän pelotti, sillä en ole kovin taitava tietokoneohjelmien kanssa. Ohjelmassa oli kuitenkin selkeät ohjeet ja kyselyn tekeminen oli helppoa valmiisiin

pohjiin. Myös vastauslinkki tuli valmiina ja sen käyttöä voi testata etukäteen, kuten kyselyyn vastaamistakin pystyi itse testaamaan ja lähettämään linkin myös muille testattavaksi. Kyselyyn vastanneiden määrää pystyi seuraamaan raportointiosuudesta ja sieltä näkyivät myös kaikki yksittäiset vastaukset.

Kyselyssä vanhemmat viittasivat usein siihen, miten lapset eivät pidä tai pitävät jostain ruoasta. Keittiöhenkilökunnalla on hieman erilainen kuva suosituista ja ei niin suosituista ruoista. Kevään 2013 aikana tehdään Toholammin kouluilla kysely suosikkiruoista ja niistä ruoista, josta ei niin pidetä. Syksyllä 2013 vanhempainillassa esitellään tämän tutkimuksen tulokset ja koululaisille tehdyn kyselyn tulokset. Samalla vanhempainillassa keskustellaan ja kerrotaan faktoja kouluruokailusta. Koululla olisi hyvä olla ruokailutoimikunta, jossa olisi edustettuna koulun eri henkilöstöryhmät, oppilaat ja vanhemmat ja sen tehtävänä olisi keskustella kouluruoasta ja ruokailun järjestämisestä (Kouluruokasuositus 2008, 6). Kouluruokasuosituksen mukaisen ruokalatoimikunnan perustaminen on myös pidemmän aikavälin suunnitelmissa.

LÄHTEET

- Heikkilä, T. 2010. Tilastollinen tutkimus. 7. – 8. painos. Helsinki: Edita Publishing Oy.
- Ikä ja vanhemmat vaikuttavat valintoihin. 7.9.2012. Kotiväki-sivut. [Verkkosivu]. Helsinki: Opetushallitus. [Viitattu 8.2.2013]. Saatavana:
www.oph.fi/koulutus_ ja_tutkinnot/perusopetus/hyvinvointi_ ja_turvali-suus/kouluruokailu/kotivaki/ika_ ja_vanhemmat_vaikuttavat_valintoihin.
- Jatkot-palsta. 20.9.2011. Aamulehti.
- Jatkot-palsta. 21.9.2011. Aamulehti.
- Jatkot-palsta. 25.9.2011. Aamulehti.
- Keskinen, T. 2011. Opettakaa lapsi tavoille. Aamulehti.19.9.2011, 14.
- Kouluruoan laatu. 12.4.2011. Kouluruokakeskustelu. [Keskusteluryhmän viesti]. Helsinki:Suomi24 Oy. [Viitattu 21.2.2013]. Saatavana:
www.keskustelu.suomi24.fi/node/9795546
- Kouluruokasuositus. 2008. Valtion ravitsemusneuvottelukunta. Helsinki.
- L21.8.1998/628/31§. Perusopetuslaki.
- Laurinen, M. 6.6..2011. Mustalista. [Verkkosivu]. Helsinki: Kouluruokatiетopankki. [Viitattu10.2.2013]. Saatavana:
www.kouluruokatiетopankki.blogspot.fi/2011/06/kuka-hyotyy-kouluruoan-imagon.html
- Lintukangas, S., Manninen, M., Mikkola-Mononen, A., Palojoki, P., Partanen, M. & Partanen, R. 2007. Kouluruokailun käsikirja: laa-tueväitä koulutyöhön. Helsinki: Opetushallitus.
- Metso, T. 2011. Vanhempien barometri 2011: peruskoululaisten vanhempien näkemyksiä kouluhyvinvoinnista. [Verkkosivu]. Helsinki: Suomen Vanhempainliitto ry. [Viitattu 20.2.2013]. Saatavana:
www.vanhempainliitto.fi/filebank/660-vanhempien_barometri_2011_Suomen_Vanhempainliitto.pdf

- Mylläri, K. 2011. Työssäviihtymisen ja asiakaspalvelun vaikutus asiakastyytyväisyyteen: Case: Mustasaaren ruotsinkielisen yläkoulun ja Mustasaaren suomenkielisen yläkoulun ruokapalvelut. [Verkkojulkaisu]. Seinäjoki: Seinäjoen ammattikorkeakoulu. Liiketalouden, yrittäjyyden ja ravitsemisalan yksikkö, palvelujen tuottamisen ja johtamisen koulutusohjelma. [Viitattu 1.3.2013]. Opinnäytetyö. Saatavana: <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201105259535>
- Mäkelä, J. 2001. Ikimuistoinen ateria. [Verkkolehtiartikkeli]. Elo-re2/2001. [Viitattu 3.3.2013]. Saatavana: www.elore.fi/arkisto/2_01/mak201.html
- Mäkelä, J., Palojoki, P. & Sillanpää, M. 2003. Ruisleivästä pestoon: Näkökulmia muuttuvaan ruokakulttuuriin. Helsinki: WSOY.
- Nuorten hyvinvointi Keski-Pohjanmaalla vuosina 2003–2011. Koulu-terveyskysely peruskoulun 8. ja 9. luokan oppilaille. [Verkkosivu]. Helsinki: THL. [Viitattu 26.3.2013]. Saatavana: www.thl.fi/attachments/kouluterveyskysely/Tulokset/tulokset_alueittain/LSuomi/Kpmaa/Kpmaa_pk-pdf
- Peruskoulun 8. ja 9. luokan oppilaiden hyvinvointi vuosina 2000/01 – 2010/11. 5.12.2011. Koulu-terveyskysely 2011. [Verkkosivu]. Helsinki: THL. [Viitattu 20.2.2013]. Saatavana: www.thl.fi/attachments/kouluterveyskysely/Tulokset/ktkysely_kokomaa_200001_201011_pk.pdf
- Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet. 2004. [Verkkosivu]. Helsinki: Opetushallitus. [Viitattu 5.2.2013]. Saatavana: www.oph.fi/download/139848_pops_web.pdf
- Radwan, R. & Rantamäki, S. 2011. Kouluruokailun asiakastyytyväisyyskysely. Seinäjoen ammattikorkeakoulu. Liiketalouden, yrittäjyyden ja ravitsemisalan yksikkö, palvelujen tuottamisen ja johtamisen koulutusohjelma. Tilastollinen tutkimusraportti. Julkaisematon.
- Ruckenstein, M. 2012. Kouluruokailun vaikuttajat; kansalaiskasvatuksesta kulutuskulttuuriin. Teoksessa: E. Pekkarinen, K. Vehkalahti & S. Myllyniemi (toim.) Lapset ja nuoret instituutioiden kehyksissä: nuorten elinolot – vuosikirja 2012. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto, Terveiden ja hyvinvoinnin laitos ja Valtion nuorisosiain neuvottelukunta, 156 – 169. [Viitattu 20.2.2013]. Saatavana: www.julkkari.fi/bitstream/handle/10024/103052/elinolotvuosikirja2012.pdf?sequence=1
- Tikkanen, I. 2008. Asiakaslähtöisen kokonaisvaltaisen kouluruokailumallin kehittäminen: Koululaisten, vanhempien, opettajien, koulu-

terveydenhoitajien ja keittiöhenkilökunnan näkemyksiä. [Verkkojulkaisu]. Helsinki: Sitra. [Viitattu 8.2.2013]. Saatavana: http://www.jarkipalaa.fi/asiakaslahtoinenkouluruokailu/fi_FI/asiakaslahtoinenkouluruokailu/files/82388780441665827/default/Asiakaslahtoinen_kouluruokamalli.pdf

Toholammin kunnan koulujen ruokalista 2012–2013. 2012. Toholampi: Ruokahuoltoyksikkö.

Toholammin kunnan perusopetuksen opetussuunnitelma. 1.8.2011. Toholampi: Sivistyslautakunta.

Urho, U - M. & Hasunen, K. 2004. Yläasteen kouluruokailu 2003: Selvitys peruskoulun 7- 9 -luokkien oppilaiden kouluruokailusta. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2003:17.

Vikstedt, T., Raulio, S., Puusniekka, R. & Prättälä, K. 2012. Suomalaisnuorten kouluikäinen ateriointi; Ruokapalveluiden seurantaraportti 5. [Verkkojulkaisu]. Helsinki: Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 8.2.2013]. Saatavana: www.julkkari.fi/bitstream/handle/10024/90852/URN_ISNB_978-952-245-620-5.pdf?sequence=1

Virtanen, J. 9.8.2012. Nämä ovat suomalaisten inhokit lapsuudesta – oliko yllätyksiä? [Verkkosivu]. Helsinki: Yle. [Viitattu 10.2.2013]. Saatavana: www.yle.fi/uutiset/nama_ovat_suomalaisten_inhokit_lapsuudesta_oliko_yllatysia/6245872?orgin=rss

Webropol. ”Ei päiväystä”. [Verkkosivusto]. Helsinki: Webropol Oy. [Viitattu 14.2.2013]. Saatavana: www.webropol.fi

LIITTEET

- Liite 1 Herman Ojalan koulun ruokalista
- Liite 2 Kyselyn ohjeistus ja linkki kyselyyn
- Liite 3 Kyselylomake
- Liite 4 Ohje Herman Ojalan koululle ruokailuun menijöille
- Liite 5 Ruokailussa käyneiden kysymyslomake

Liite 1

HERMAN OJALAN KOULUN RUOKALISTA

VIIK-KO	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
1.	JAUHELIHAKAS- TIKE MAKARONI SALAATTISEKOI- TUS-PERSIKKA	MAITOPUURO TUOREET MARJAT SÄMPYLÄ LEIKKELE	KALAPUIKOT PERUNASOSE KIINANKAALI-PAPRIKA- SELLERI	MERIMIESPIHVI LÄMPIMÄT KASVIKSET PUNAJUURI	NAKKIKEITTO JUGURTTI LANTTUPALA
2.	JAUHELIHAMAKA- RONILAATIKKO PORKKANARAAS- TE-APPELSIINI	KALAKEITTO MARJAJÄLKIRUOKA	JAUHELIHAPERUNA- SOSE VALKOKAALI-PUOLUKKA	KEBAB/ BROILERIKIUSA- US SALAATTISEKOITUS- PÄÄRYNÄ-PAPRIKA	HIUTALEPUURO, HILLO, SÄMPYLÄ, LEIKKELE, TUOREKURKKU
3.	PASTABOLOGNE- SEPAISTOS PORKKANARAAS- TE-PERSIKKA	UUNIKALA PERUNASOSE ROSOLLI	BROILERIKASTIKE RIISI PUNAKAALI-MANDARIINI	KINKKUKIUSAUS LÄMPIMÄT KASVIKSET SUOLAKURKKU	KASVISSOSE-KEITTO KARJALANPIIRAKKA HEDELMÄ
4.	JAUHELIHAKAS- TIKE PERUNAT SALAATTISEKOI- TUS-RETIISI- MELONI	PINAATTIKEITTO SÄMPYLÄ, KANANMUNA, PORKKANAPALA	UUNIMAKKARA PERUNASOSE KIINANKAALI-KURKKU- HERNE	KALAA KASTIKKEESSA RIISI AMERIKANSALAATTI- PORKKANANA- KESÄKURPITSA	LIHAKAITTO RUISNAPPI JUUSTO TOMAATTI
5.	MAKSA/KAALIRUO- KA PORKKANARAAS- TE	JAUHELI- HA/BROILERI- RISOTTO SALAATTISEKOITUS- VESIMELONI	LIHAMUREKE PERUNASOSE KIINANKAALI- KURPITSAPIKKELSI	KIRJOLOHIKIUSAUS PUNAJUURIOMENA- SALAATTI RAEJUUSTO	HERNEKEITTO LEIPÄ HEDELMÄ
6.	BROILERIPASTA- VUOKA LÄMPIMÄT KAS- VIKSET SUOLAKURKKU	PYTTIPANNU SALAATTISEKOITUS- PORKKANARAASTE- APPELSIINI	PYÖRYKÄT/PIHVI PERUNASOSE VALKOKAALI- PUNAKAALI-ANANAS	KALAPIHVIT PERUNAT KYLÄ KASTIKE AMERIKANSALAATTI- HEDELMÄCOCKTAIL- RETIKKA	KEISARINKEITTO LEIPÄ SULATEJUUSTO TUOREKURKKU
7.	MAKKARAKASTIKE PERUNAT PORKKANARAAS- TE	LASAGNE AMERIKANSALAAT- TI-MANGOISET KURPITSAPALAT	LIHAPATA RIISI SALAATTISEKOITUS- TOMAATTI-KURKKU	SILAKKAPIHVIT PERUNASOSE VALKOKAALI- MANDARIINI-VÄRIKKÄÄT SALAATTIVIHAN.	BROILERIKEITTO LEIPÄ MAKSAMAKKARA HEDELMÄ

Liite 2

Tutkimus yläkoulun oppilaiden vanhempien suhteesta kouluruokaan ennen ja nyt

Olen restonomiopiskelija Seinäjoen ammattikorkeakoulusta. Teen opinnäytetyötä yläkoulun oppilaiden vanhempien suhteesta kouluruokailuun ennen ja nyt. Siksi pyydän ystävällisesti sinua vastaamaan oheisen linkin takaa löytyviin kysymyksiin. Kyselyyn vastataan nimettömänä eikä yksittäisiä vastauksia julkaista.

Kyselyn lopussa on mahdollisuus ilmoittautua mukaan ruokailemaan Herman Ojalan koulun ruokalassa kolme kertaa ja käyntien jälkeen vastaamaan muutama kysymykseen. Ilmoita nimesi ja yhteystietosi, jos olet kiinnostunut. (Mukaan valitaan arpomalla 5-10 ruokailijaa). Yhteystiedot erotetaan vastauksista ennen kuin niitä käsitellään, joten vastaukset pysyvät nimettöminä.

Kyselyyn vastaaminen vie n. 5 – 10 minuuttia.

Vastausaikaa on 19.2.2013 asti.

Annan mielelläni lisätietoja kyselyyn liittyen.

Sari Rantamäki, ruokahuoltoapäällikkö

puh. 0400 196 149, sari.rantamaki@seamk.fi

Ruksaa oikea vaihtoehto ja vastaa sanallisesti niissä kohdissa, jossa sitä pyydetään.

Linkki kyselyyn: <http://www.webpolsurveys.com/S/3A7910F481CED9C3.par>

Liite 3

Tutkimus yläkoululaisten vanhempien suhteesta koulu-ruokaan ennen ja nyt

Olen restonomiopiskelija Seinäjoen ammattikorkeakoulusta. Teen opinnäytetyötä yläkoululaisten vanhempien suhteesta kouluruokailuun ennen ja nyt. Siksi pyydän ystävällisesti sinua vastaamaan oheisiin kysymyksiin. Kyselyyn vastataan nimettömänä eikä yksittäisiä vastauksia julkaista.

Kyselyn lopussa on mahdollisuus ilmoittautua mukaan ruokailemaan Herman Ojalan koulun ruokalassa kolme kertaa ja käyntien jälkeen vielä vastaamaan muutamaan kysymykseen. Ilmoita nimesi ja yhteystietosi, jos olet kiinnostunut. (Mukaan valitaan arpomalla 5-10 ruokailijaa). Yhteystiedot erotetaan vastauksista ennen kuin niitä käsitellään, joten vastaukset pysyvät nimettöminä.

Annan mielelläni lisätietoja kyselyyn liittyen.

Sari Rantamäki, ruokahuoltopäällikkö

puh. 0400 196 149, sari.rantamaki@seamk.fi

Rastita oikea vaihtoehto ja vastaa sanallisesti niissä kohdissa, jossa sitä pyydetään.

- | | | |
|---|--|--|
| 1. Sukupuoli | nainen
mies | |
| 2. Syntymävuosi | _____ | |
| 3. Koulutustausta | peruskoulu/kansakoulu
ammattillinen koulutus/ammattikoulu
lukio
opistotaso
korkeakoulu
muu, mikä? _____ | |
| 4. Omana kouluaikanasi, kävitkö syömässä kouluruoan | | Aina
Usein
Harvoin
En koskaan |

Jos söit harvoin tai et koskaan, mikä siihen oli syynä?

5. Oliko ruoka omana kouluaikanasi mielestäsi monipuolista ja ravitsevaa? Kyllä
Ei
6. Mitkä olivat lempiruokia kouluaikanasi (max. 3)
7. Mistä ruoista et pitänyt kouluaikanasi (max. 3)

8. Vastaa alla olevan taulukon väittämiin laittamalla rasti oikeaan ruutuun

	täysin eri mieltä	jokseenkin eri mieltä	ei eri eikä samaa mieltä	jokseenkin samaa mieltä	täysin samaa mieltä
Nykypäivänä kouluruoka valmistetaan suurimmaksi osaksi eineksistä					
Kouluaterioilla on nykyään tarjolla useammin pastaa tai riisiä kuin perunoita					
Nykyään puuropäivät koulussa ovat oppilaiden suosikkipäiviä					
Nykyinen kouluruoka täyttää ravitsemussuositukset					
Nykyään kouluruokaa valmistetaan oppilaiden makumieltymysten mukaan					
Tänä päivänä kouluruokaa valmistaa ammattitaitoinen henkilökunta					
Nykypäivän koululaisille tarjottavat perunat ovat heikkolaatuisia					
Omaan koulu aikaan verrattuna tänä päivänä tarjottava kouluruoka ei ole hyvänmaakuista					
Ruokasalissa saa ruokailla lakki päässä					

9. Keskusteletko omien lastesi kanssa kouluruokailusta

Monta kertaa viikossa
 Joka viikko
 Kerran kuukaudessa
 Muutaman kerran vuodessa
 En keskustele lainkaan

Kun keskustellette ruokailusta, niin millaisista asioista puhutte?

10. Mistä lähteistä saat tietoa kouluruokailusta
- Omalta lapselta
Koulusta
Muilta vanhemmilta
Tiedotusvälineistä
Muualta, mistä?
11. Miten usein syötte yhteisen aterian perheen kanssa? Joka päivä
Muutaman kerran viikossa
Kerran viikossa
Harvemmin
12. Jos yhden kouluaterian hinta on 2.65 euroa (sisältää kaikki kulut: henkilöstö, elintarvike, hallinto, kiinteistö yms.). Kuinka paljon arvioit että siitä on elintarvikkeiden osuus
- alle 40 %
40–60 %
yli 60 %
13. Seuraatko lehdessä olevaa koulun ruokalistaa
- Kyllä
En
14. Haluaisitko että kerran vuodessa käytäisiin kertomassa kouluruokailusta vanhempainillassa
- Kyllä
Ei
15. Tähän voit vapaasti kertoa vielä mielipiteitäsi kouluruokailusta.

Kiitos vastauksistasi!

Tähän voit jättää yhteystietosi, jos haluat käydä tutustumassa kouluruokailun konkreettisesti, syömällä kolme kertaa Herman Ojalan koululla (valitaan 5-10 henkilöä arpomalla yhteystietonsa jättäneiden kesken ja heille ilmoitetaan ruokailun ajankohdat henkilökohtaisesti).

Nimi:

Yhteystiedot (puhelinnumero tai sähköpostiosoite):

Liite 4

Hei!

Vastasit kouluruokakyselyyn, kiitos siitä. Ilmoitit myös haluavasi ruokailla Herman Ojalan koululla ja tutustua kouluruokailuun. Nyt siihen on mahdollisuus eli viikon 10 (4.-8.3.2013) aikana sinä voit käydä syömässä koululla 1-3 kertaa. Ruokailuaika on klo 10.30- 12.00 välillä, ilmoita kuuluvasi **ruokaraa-tiin** keittiöhenkilökunnalle, kun menet syömään. Henkilökunta opastaa ja vastaa, jos sinulla on jotain kysyttävää. Laitan sitten viikon 10 loppupuolella vielä sähköpostin kautta sinulle muutaman kysymyksen, koskien ruokailutapahtumaa.

Kiitos jo etukäteen osallistumisesta!

Tässä vielä viikon ruokalista:

Maanantai	Jauhelihakastike, makaroni, salaatti
Tiistai	Ohrasuurimopuuro, mehukeitto, sämpylä, leikkele
Keskiviikko	Kalapuikot, perunasose, salaatti
Torstai	Merimiespihvi, kasvikset
Perjantai	Nakkikeitto, jogurtti

Terveisin
Sari Rantamäki

Liite 5

Hei!

Olet käynyt ruokailemassa Herman Ojalan koululla ja tässä olisi vielä muutama kysymys vaikutelmistasi ruoasta ja ruokailutapahtumasta.

Toivoisin mahdollisimman pikaista vastausta.

Terveisin
Sari Rantamäki

KYSYMYKSET RUOKAILUJEN JÄLKEEN

1. Mitä ruokia söit ja miltä ne maistuivat?
2. Yllättikö ruokailussa jokin ja jos niin mikä?
3. Muuttuiko käsityksesi nykypäivän kouluruokailusta mitenkään kun pääsit sen itse kokemaan?

Kiitos vastauksista!