



SAVONIA

TIETEKORKEAKOULUTUTKINTO

MATKAILU-, RAVITSEMIS- JA TALOUSALA

SYKSYN LÄHIRUOKAMENU BEST WESTERN HOTELLI SAVONIALLE

TEKI-

Tiina Ukkonen

JÄT:

Timo Kuhmonen

Koulutusala Matkailu-, ravitsemis- ja talousala			
Koulutusohjelma Hotelli- ja ravintola-alan koulutusohjelma			
Työn tekijä(t) Tiina Ukkonen, Timo Kuhmonen			
Työn nimi Syksyn lähiruokamenu Best Western Hotelli Savonialle			
Päiväys	6.3.2015	Sivumäärä/Liitteet	36/47
Ohjaaja(t) Seija Mäki			
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani(t) Best Western Hotelli Savonia			
<p>Tiivistelmä</p> <p>Opinnäytetyön lähtökohtana oli laatia syksyille lähiruokapainotteinen menukokonaisuus. Opinnäytetyön toimeksiantaja, Best Western Hotelli Savonia, on kestävä kehityksen toimipaikka. Ravintola haluaa tarjota asiakkailleen mahdollisuuden tutustua paikalliseen ruokakulttuuriin ja puhtaisiin Savolaisiin makuihin. Syksyn lähiruokamenu tulee a la carte listalle iltamyynntiin, sekä myyntipalvelu hyödyntää sitä myös tilaustarjoilussa. Opinnäytetyön tavoitteena oli kehittää uusi ruokapalvelutuote, joka sopii yrityksen liikeideaan ja huomioi kestävä kehityksen sekä lähi- ja luomuruuan käyttömahdollisuudet. Työ toteutettiin toiminnallisena opinnäytetyönä, jossa yhdistettiin alan teoriaa ja näkemyksiä käytännön työhön. Teoreettisessa viitekehityksessä käsiteltiin luomu- ja lähiruokaa, tuotekehitystä, aistinvaraista arviointia ja ruokalistasuunnittelua. Teoria yhdistettiin käytännön eri vaiheisiin ja tuloksista raportointiin.</p> <p>Suunnittelun lähtökohtana olivat yrityksen liikeidea ja ruokatuotannon prosessit. Suunnittelussa huomioitiin käytettävissä olevat henkilökunta- ja keittiöresurssit. Tuotekehitysprosessissa lähdettiin liikkeelle menujen ideoinnista sekä sesonkiraaka-aineiden kartoittamisesta hyödyntäen mahdollisimman paljon luomu- ja lähiruokia. Menukokonaisuuden ja annosten komponenttien suunnittelussa kiinnitettiin huomiota raaka-aineiden vaihtelevuuteen, valmistustapoihin, rakenteisiin ja esteettisyyteen. Suunnitellut annokset testattiin yrityksen omissa keittiötiloissa ja niitä arvioitiin yhdessä Ravintola Savonian henkilökunnan kanssa. Annokset kuvattiin ja ruokaohjeet muunnettiin ammattikeittiöihin sopiviksi annoskorteiksi. Raaka-ainekustannusten ja halutun myyntikatteen pohjalta laskettiin menukokonaisuudelle myyntihinta.</p> <p>Opinnäytetyön tuloksena valmistui neljän ruokalajin lähiruokamenu syksyille. Menu on suunniteltu siten, että se on helppo toteuttaa keittiön käytettävissä olevien resurssien puitteissa ja että menun eri komponentteja voidaan valmistaa hyvissä ajoin etukäteen. Raaka-aineiden saatavuuden suunnittelussa huomioitiin nykyiset tavarantoinnit, paikallisten yritysten tuotteet sekä lähialueen pientuottajat. Menun annoskortteja ja syntynyttä reseptiikkaa voidaan hyödyntää yrityksen muissakin ravintolapalveluissa. Opinnäytetyön tuotekehitystyön teoriaosuutta voidaan hyödyntää tiedonlähteenä seuraavan mahdollisen talvimenu suunnittelussa.</p>			
Avainsanat Kestävä kehitys, luomu, lähiruoka, tuotekehitys, aistinvarainen arviointi, listasuunnittelu			

Field of Study Tourism, Catering and Domestic Services			
Degree Programme Degree Programme in Hotel and Restaurant Management			
Author(s) Tiina Ukkonen, Timo Kuhmonen			
Title of Thesis Autumn's local food menu for Best Western Hotel Savonia			
Date	6.3.2015	Pages/Appendices	36/47
Supervisor(s) Seija Mäki			
Client Organisation /Partners Best Western Hotel Savonia			
<p>Abstract</p> <p>The starting point for this thesis was to make an entire local food-oriented menu for autumn. The client of this thesis, Best Western Hotel Savonia, is a sustainable development restaurant. It wants to offer the possibility to explore local food culture and pure tastes of Savo. Autumn's local food menu will be found in the à la carte menu and sales service will make use of it in their catering service. The objective of the thesis was to generate a new food service product, which is suitable for the company's business idea and notices sustainable development and local and organic food use possibilities. The work was carried out as a functional thesis, where field theory and views on practical work were combined. In the theoretical frame of reference we had a look at organic and local food, product development, sensory evaluation and menu planning. Theory was combined in practical different phases and reporting the results. The starting point of planning was company's business idea and processes of food production. Consideration was taken into kitchen's equipment and personnel concerns. The product development process was started brainstorming the menus and surveying seasonal raw materials by using organic and local foods as much as possible. The menus were based on gastronomic balance, paying attention to the variability of different raw materials, structures and also aesthetic considerations. The planned portions were tested in company's own kitchen and portions were evaluated with staff. Portions were photographed and recipes converted into suitable professional kitchen's portion cards. The menu prices were determined by examining the item's food cost and desirable gross profit.</p> <p>As a result of thesis, a four-course local food menu was completed for autumn. The menu was planned in a way that it is easy to execute within available resources of kitchen and different components of menu can be made well beforehand. In the planning of availability of raw materials current suppliers, products of local businesses and local small producers were taken into consideration. Menu's portion cards and recipes can be made used of in the company's other restaurant services. The theoretical part of the development process can later on be used as an information source in planning next winter menu.</p>			
<p>Keywords</p> <p>Sustainable development, organic food, local food, product development, sensory evaluation, menu planning</p>			

SISÄLTÖ

1	JOHDANTO	6
1.1	Opinnäytetyön taustaa ja tavoite	6
1.2	Yrityksen esittely.....	6
1.3	Työn toteutus toiminnallisen tutkimuksen raporttina	7
2	KESTÄVÄ KEHITYS	9
2.1	Kestävä kehitys Savon Koulutuskuntayhtymässä	10
2.2	Lähiruoka	10
2.3	Lähiruoka Suomessa	11
2.4	Luomuruoka	12
2.5	Lähi- ja luomuruoka Ravintola Savoniassa	14
3	RUOKALISTASUUNNITTELUUN VAIKUTTAVAT TEKIJÄT	14
3.1	Liikeidea.....	15
3.2	Hinta.....	15
3.3	Asiakkaat.....	16
3.4	Keittiön resurssit	16
3.5	Raaka-aineet	16
3.6	Gastronomiset tekijät	18
3.7	Kestävä kehitys.....	18
3.8	Sesongit ja trendit.....	18
3.9	Erytysruokavaliot	19
3.10	Kannattava ravintolatoiminta	19
4	TUOTEKEHITYSPROSESSI	20
4.1	Käynnistäminen	20
4.2	Luonnostelu.....	20
4.3	Kehittäminen	20
4.4	Viimeistely.....	21
4.5	Ruuanvalmistustekniikoita ja elintarvikekemiala	21
5	RAVINTOLA SAVONIAN LÄHIRUOKAMENUN TUOTEKEHITYSPROSESSI.....	23
5.1	Työn toteutus ja eteneminen	23
5.2	Menun testaus.....	26
5.3	Syysmenun kehittäminen.....	26

5.4	Ravintola Savonian syysmenu	27
5.5	Raaka-aineiden hankinta	28
5.6	Annosten esivalmistaminen.....	29
6	RUOKIEN HINNOITTELU	29
6.1	Myyntikate.....	29
6.2	Tuotepakettien hinnoittelu	30
6.3	Annoskortit annoshintalaskelma	30
7	POHDINTA.....	31
7.1	Uusi lähiruokamenu ravintolassa	32
7.2	Talvimenun kehittäminen	32
	LÄHTEET JA TUOTETUT AINEISTOT	34
	LIITE 1: ANNOSKORTIT	38
	LIITE 2: ANNOSLASKELMAT	45

1 JOHDANTO

Ravintolan tuotekehitystyön tarkoituksena on kehittää uusia tai päivittää jo olemassa olevia tuotteita. Yrityksen kilpailukyvyn kannalta on tärkeää pystyä vastaamaan asiakasryhmien muuttuviin tarpeisiin ja alan uusimpiin trendeihin. Yrityksissä on yhä enemmän siirrytty asiakaslähtöiseen ajattelu-tapaan ja palveluja räätälöidään asiakkaiden tarpeiden mukaan. Ravintolan on tärkeää tuntea omat asiakkaansa ja heidän tarpeensa. Kestävän kehityksen – käsite, ruuan kotimaisuus ja paikallisuus sekä tuotantotavat vaikuttavat tämän päivän asiakkaiden valintoihin ja ostopäätöksiin. Ne ovat myös ravintolan tärkeimpiä kehityksen kohteita, kilpailukyvyn ylläpitämiseksi.

1.1 Opinnäytetyön taustaa ja tavoite

Tämän päivän trendi on kotimainen ruoka, lähi- ja luomuraaka-aineet. Käytämme jo ravintolan lounasruuissa lähi- ja luomutuotteita ja haluamme antaa myös ilta-asiakkaillemme mahdollisuuden maistaa lähituotteitamme. Lähiruokamenu sesongeittain on seuraava askel, jota lähdemme nyt kehittämään. Alkuperäinen tavoitteemme oli laatia jokaiselle vuodenajalle omat kolmen ruokalajin menu, joissa raaka-aineet olisivat paikallisia ja mahdollisuuksien mukaan myös luomua. Mutta koska opinnäytetyön ajankohta osui syksylle, ja pitääksemme työmäärän kohtuullisena, keskitymme syksyn satoon ja syyskauden raaka-aineisiin. Tavoitteenamme on laatia syksylle kolmen ruokalajin menu, jota tarjotaan sekä a'la carte listalla, että tilaustarjoilun puolella. Opinnäytetyön tärkein tavoite on laatia houkutteleva menu, jonka avulla lisätään ravintolan iltamyyntiä.

Haluamme jäädä asiakkaidemme mieleen tarjoamalla heille puhdasta kotimaista ruokaa ja kertomalla tarvittaessa miltä pellolta tai vesistöistä raaka-aineet ovat lähtöisin.

1.2 Yrityksen esittely

Best Western Hotelli ja Ravintola Savonia sijaitsee Puijonlaaksossa, 15 minuutin kävelymatkan päässä Kuopion keskustasta. Opetushotelli ja -ravintola Savonia on Savon koulutuskuntayhtymän ylläpitämä opetushotelli. Hotellin yhteydessä toimii Savon ammatti- ja aikuisopisto. Koululla opiskelevat majoitus- ja ravitsemuspalvelujen sekä siivousalan opiskelijat. Savonian toiminta-ajatus on tuottaa ateria-, majoitus- ja kokouspalveluita hotellin asukkaille sekä paikallisille asiakkaille ja toimia oppimisympäristönä alan opiskelijoille.

Opetushotelli ja -ravintola tarjoavat aidon oppimisympäristön, jossa opiskelijat saavat hyvät valmiudet käytännön työelämään. Hotelli- ja ravintola-alan perustutkinnon suorittajat työskentelevät ensimmäisenä opiskeluvuotenaan mm. hotellin vastaanotossa, ravintolan salissa ja keittiössä. Ammatti-osaamisen näyttöjä opetushotelli-ravintolassa annetaan vuosittain lähes neljäsataa. Opetushotelli ja -ravintola Savoniassa harjoittelee päivittäin joukko ravintola- ja matkailualan tulevia ammattilaisia. Best Western Hotelli Savoniassa opiskelijoiden kanssa työskentelee noin viisitoista ohjaavaan henkilöstöön kuuluvaa työntekijää.

Ravintola Savoniassa on noin 200 asiakaspaikkaa. Ravintolassa tarjotaan aamiaista päivittäin klo 6-10 ja lounasta arkin klo 11–14. Lounasajan jälkeen tarjotaan asiakkaille ruokaa à la carte-listalta klo 21.30 saakka. Lauantaisin ravintolassa on pääsääntöisesti tilaustarjoilua, sunnuntaisin ravintola on auki vain tilauksesta.

Ravintolan pääasialliset asiakasryhmät ovat lounasasiakkaat sekä kokous- ja koulutusasiakkaat.

Hotellissa on myös Herkkumyymälä. Herkkumyymälästä voi ostaa opetuskeittiöissä sekä ravintolan keittiössä valmistettuja ruokia ja leivonnaisia. Siellä on myös mahdollista nauttia keitto- tai salaattilounasta arkin klo 11–14. Asiakaspaikkoja myymälässä on noin 12 hengelle.



Kuva 1. Best Western Hotelli ja Ravintola Savonia (Savon Koulutuskuntayhtymä)

1.3 Työn toteutus toiminnallisen tutkimuksen raporttina

Työ toteutetaan toiminnallisen opinnäytetyön muodossa, jossa yhdistetään ammatillinen teoria käytännön työhön. Toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena on usein käytännön toiminnan ohjeistaminen, opastaminen, toiminnan järjestäminen tai järjeistäminen. Itse lopullinen tuotos on aina jotenkin konkreettisesti esitettävissä. (Vilka & Airaksinen 2003.)

Toiminnallista opinnäytetyötä suunniteltaessa on tärkeää huomioida ja pohtia työn laajuutta ja kustannuksia. Toimeksiantajan ollessa yritys, on ennen suunnitteluvaihetta selvítettävä yrityksen typografiset ohjeistukset. Oleellista on myös kertoa opinnäytetyön raportissa työn suunnittelu- ja toteutusprosessista. (Vilka & Airaksinen 2003, 53, 55.)

Toiminnallisen opinnäytetyön raportti poikkeaa empiirisen toiminnantutkimuksen raportista. Toiminnallista opinnäytetyötä raportoidessa on hyvä huomioida, että tekstissä tuodaan selkeästi esille työprosessin vaiheistus, miten työ etenee, mitä miksi ja miten tehdään. Raportti sisältää myös tulokset ja päätelmät. Myös oma arviointi on osa raportointia. (Vilkkä & Airaksinen 2004, 9, 51–65.) Opinnäytetyöprosessin loppuvaiheessa arvioidaan oppimista ja valmista tuotetta. Myös oma arviointi on osa raportointia. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 65.)

Opinnäytetyötä tarkastellaan heuristisen tutkimuksen kannalta, joka on lyhyesti: "*Etsin, keksin, keikelen*" (Pirkko Tenkama). Työssämme pyrimme soveltamaan heuristista metodologiaa, joka perustuu myös kokemusten tutkimiseen. Tutkimusprosessi lähtee liikkeelle siitä, että tutkija on sitoutunut joihinkin perusajatuksiin, jotka selkeytyvät ja kirkastuvat työn edetessä. Vain ajatus, ongelma on olemassa. Tästä lähtee etenemään parhaimmillaan pitkäaikainen prosessi, jonka aikana tutkija etsii ja odottaa löytävänsä tiedon ydintä omista kokemuksistaan ja niiden kyseenalaistamisesta, avartuen näkökenttäänsä uusiin ulottuvuuksiin. Tärkeä osa tiedon etsinnässä on piilossa olevalla tiedolla ja intuitiolla, joka avaa sillan tiedostamattomaan. Tapahtuakseen nämä vaativat tutkimukseen haudontavaiheen, jolloin tutkija ei aktiivisesti tee tutkimustyötään, vaan keskittyy johonkin aivan muuhun. Haudontavaihetta seuraavat valaistus- ja kehittälyvaiheet, joissa tutkija tutkii taas aktiivisesti tietoisuuteensa nousseita kysymyksiä ja valmistautuu kokoamaan löytämänsä palaset yhteen viimeisessä tutkimuksen vaiheessa, eli luovassa synteessä. Nyt aihe on jo läpikotaisen tuttu ja ainekset liitetään yhteen, niin tiedostetut kuin tiedostamattomatkin tiedot. (Kurki 1995, 119–130.)

Meidän opinnäytetyömme perusajatuksena on luoda syyskauden lähimenu. Käymme aluksi läpi jo olemassa olevia, hyväksi havaittuja, omia reseptejämme. Haemme samalla uusia ideoita ja reseptejä kirjoista, lehdistä ja internetistä. Heuristisen metodin mukaan avaramme näkökenttäämme. Haudontavaihe tulee meille vähän pakon sanelemana, koska olemme molemmat työelämässä. Opinnäytetyö valmistuu työn ohella, tekijöiden vapaa-ajalla. Ajatus kuitenkin kypsyy koko ajan jossain taustalla ja työ kehittyy pikkuhiljaa. Kun olemme mielestämme keksineet hyvän kokonaisuuden, alamme testaamaan tuotteita ja luomaan uutta kolmen ruokalajin menua syyskaudelle.

Työ pohjautuu paljolti tekijöiden jo olemassa olevaan tietotaitoon ja kokemukseen. Opinnäytetyön tekijät ovat pitkän linjan ravintola-alan ammattilaisia. Molemmat työskentelevät Ravintola Savonissa. Timo Kuhmonen toimii ravintolassa keittiömestarina ja Tiina Ukkonen kokkina. Timolla on ravintolakokin ja keittiömestarin tutkinto. Timo on työskennellyt ravintola-alalla 18 vuotta, joista hän on toiminut keittiön esimiehenä 13 vuotta. Timo on "Savon keittiömestarit"-yhdistyksen jäsen ja hän on mukana rotissööri toiminnassa.

Tiina on koulutukseltaan ravintolakokki, lisäksi hänellä on suurtalouskokin- ja dieetikokin ammattitutkinnot. Tiinalla on työkokemusta 18 vuotta, sekä ravintolan, että suurtalouskeittiön puolelta.

Tutkimuksen pätevyys ja luotettavuus

Tutkimuksen validiteetti ilmaisee sen, miten hyvin tutkimuksessa käytetty mittaus- tai tutkimusmenetelmä mittaa juuri sitä tutkittavan ilmiön ominaisuutta, mitä on tarkoituskin mitata.

Tutkimuksen reliabelius tarkoittaa mittaustulosten toistettavuutta; tutkimustulokset eivät ole sattumanvaraisia tuloksia. Tutkimuksen reliabiliteetti on hyvä, kun tulokset eivät ole sattuman aiheuttamia. Jos tutkimus uusittaisiin, pitäisi samoissa olosuhteissa saada samat tulokset. Periaatteessa tutkimusmenetelmä voi olla reliabeli eli luotettava vaikka tutkimus ei olisikaan validi eli pätevä. Tällöin tutkimuksessa käytettyjen menetelmien avulla voidaan päätyä sinänsä kiinnostaviin tuloksiin, mutta tulokset eivät vastaa sitä, mihin tutkimuksella tähdättiin. (Hiltunen, 2009)

2 KESTÄVÄ KEHITYS

Kestävän kehityksen määritelmä Ympäristöministeriön sivuilla on, että Kestävä kehitys on maailmanlaajuisesti, alueellisesti ja paikallisesti tapahtuvaa jatkuvaa ja ohjattua yhteiskunnallista muutosta, jonka päämääränä on turvata nykyisille ja tuleville sukupolville hyvät elämisen mahdollisuudet. Kestävän kehityksen mukaisessa päätöksenteossa ja toiminnassa otetaan tasavertaisesti huomioon ympäristö, ihminen ja talous. (Kestävä kehitys 2010.)

Suomen ulkoasianministeriön mukaan kestävän kehityksen kolme painopistettä ovat ekologisuus, taloudellisuus ja sosiaalisuus. Nämä kolme käsitettä muodostavat vastuullisen liiketoiminnan perustan: taloudellisen, ympäristöllisen ja sosiaalisen vastuun.

Yrityksen taloudellisen vastuun päätarkoitus on pyrkiä kasvattamaan yrityksen vakavaraisuutta sekä tuottaa voittoa omistajilleen. Yrityksen taloudellista vastuuta on myös ihmisten työllistäminen, eli työntekijöiden palkkaaminen, sekä yhteistyö urakoitsijoiden, tavarantoimittajien ja yhteistyökumppaneiden kanssa. Taloudellisen menestyksen myötä yrityksellä on avaimet hyvinvoinnin tuottamiseen ympäristöönsä. Yritykset maksavat veroja, joilla kehitetään paikallisyhteisöjä ja yhteiskuntaa edelleen. (Kestävä kehitys 2010.)

Sosiaalisessa vastuussa on kyse ihmisoikeuksista. Sosiaalinen vastuu liittyy yrityksen toimialueen ihmisten hyvinvointiin. Siihen kuuluvat mm. ihmisten fyysisestä terveydestä ja turvallisuudesta huolehtiminen, heidän ihmisoikeuksiensa kunnioittaminen sekä psyykkisten, sosiaalisten ja taloudellisten tarpeiden tyydyttäminen. Yritysten sosiaalinen vastuu sisältää mm. vastuun omasta henkilöstöstä, tavarantoimittajista, alihankkijoista, urakoitsijoista, muista yhteistyökumppaneista ja asiakkaista sekä paikallisista asukkaista.

Yritysjohdolla on suuri vastuu henkilöstöstään, sen kehittämisestä ja työssä jaksamisesta. Henkilöstön koulutus lisää työntekijöiden osaamista ja työmotivaatiota. Yrityksen on kiinnitettävä huomiota tasa-arvon toteuttamiseen ikään, sukupuoleen tai kansallisuuteen katsomatta, huolehtia ikääntyvistä työntekijöistä sekä parantaa ulkomaalaisten työntekijöiden asemaa. Työturvallisuus ja -terveys kuuluvat myös tärkeänä osana sosiaaliseen vastuuseen. Ihmisten työkykyisyys pyritään säilyttämään pidempään. (Kestävä kehitys 2010.)

Ympäristö-, eli ekologinen vastuu, on vastuuta yrityksen toiminnan kaikista vaikutuksista luonnon-ympäristöön. Yritystoiminnassaan vastuullinen yritys on tietoinen oman toimintansa jättämästä ekologisesta jalanjäljestä ja pyrkii aktiivisesti pienentämään sitä. Yritysten on selvitettävä ja tunnettava muun muassa logistiikan, markkinoinnin, jälkimarkkinoinnin, kierrätyksen ja hävityksen aiheuttama ympäristön kuormitus. Kun yritys tuntee oman toiminnan ympäristövaikutusten lisäksi raaka-aineiden, sivutuotteiden ja jätteiden sekä niiden kuljetusten ympäristövaikutukset, voi yritys vaikuttaa myös alihankkijoittensa ja yhteistyökumppaneittensa ympäristöasioista huolehtimiseen. Päästöjen vähentäminen on myös eräs ympäristönsuojelun keskeisistä tavoitteista. (Kestävä kehitys 2010.)

2.1 Kestävä kehitys Savon Koulutuskuntayhtymässä

Savon koulutuskuntayhtymän kestävä kehityksen työn päämääränä on edistää työelämän kestäviä käytäntöjä ja kestävä kehityksen osaamista. Koulu tukee opiskelijoiden kasvua vastuullisiksi, kestäväällä tavalla toimiviksi alansa ammattilaisiksi. Opetuksen tavoitteena on tukea kestäviä elämäntapoja myös kuluttajana ja kansalaisena. Tavoitteena on, että kestävä kehitys näkyy oppilaitoksen kaikessa toiminnossa; johtamisessa, opetuksessa, oppimisympäristöissä sekä toimintakulttuurissa.

Matkailu- ja ravitsemisalalan yksikkö Sammakkolammentielleä on saanut Okka-säätiön myöntämän kestävä kehityksen sertifikaatin vuonna 2011. Yksikkö on saanut tunnustusta pitkäjänteisestä kestävä kehityksen työstään jo aiemmin; vuonna 2006 Vihreän Lipun ja vuonna 2007 Koulujen ja oppilaitosten ympäristösertifikaatin. (Savon koulutuskuntayhtymä 2013.)

Savon koulutuskuntayhtymän yhteydessä toimii valtakunnallinen kehittämissyksikkö EkoCentria, jonka tavoitteena on kestävä ruokaketjun edistäminen hankkeiden ja kehittämisspalveluiden avulla. Kestävä ruokaketju on valittu yhdeksi koulutuskuntayhtymän kehittämisen painopisteeksi. EkoCentria toimii ruokaketjussa erityisesti ammattikeittiöiden kestävien valintojen edistämiseksi. Ruokaketju koostuu toimijoista, joiden kautta ruoka kulkee pellolta pöytään. Ruokaketjun valinnoilla voidaan edistää kestävä kehitystä niin ekologista, taloudellista, sosiaalista kuin kulttuuristakin kestävyttä. Kestävässä ruokaketjussa pyritään turvaamaan ympäristön, ihmisten ja tuotantoeläinten hyvinvointi. Kestävyyden kriteerejä ovat myös ruuan ravitsemuksellinen laatu, tuoteturvallisuus sekä paikallisen hyvinvoinnin ja talouden tukeminen. (EkoCentria 2012.)

2.2 Lähiruoka

Lähiruuan määrittelyminen on vaikeaa, koska lähiruualle ei ole virallista määritelmää. Lähiruuaksi voidaan kutsua erilaisin menetelmin ja raaka-ainein tuotettuja elintarvikkeita. Lähiruoka-termiä saa käyttää, tuotetaanpa raaka-aineet geenimuuntelua hyödyntäen, tavanomaisesti tai luonnonmukaisin menetelmin. Ruuantuotantomenetelmän sijaan lähiruoka on ennemminkin tarjontatapa, jossa tuotanto ja kulutus tapahtuvat maantieteellisesti samalla alueella lähellä toisiaan. (Mononen ja Silvasti 2012, 16.)



Kuva 2. Lähiuokamerkkejä

Alkuperämerkinnät, kuten Hyvää Suomesta - joutsenlippu ja Puhtaasti kotimainen -sirkkalehtilippu, Maakuntien parhaat -merkki tai Avainlippu viittaavat tuotteen alkuperään. (Ympäristöosaava.fi.)

2.3 Lähiuoka Suomessa

Suomen maa- ja metsätalousministeriön lähiuokaohjelmassa, Lähiuokaa - totta kai! 2013, lähiuoka määritellään seuraavasti: *”Lähiuulla tarkoitetaan erityisesti paikallisruokaa, joka edistää oman alueen paikallistaloutta, työllisyyttä ja ruokakulttuuria, joka on tuotettu ja jalostettu oman alueen raaka-aineista ja joka markkinoidaan ja kulutetaan omalla alueella.”* Ohjelman mukaan ”oma alue” tarkoittaa maakuntaa tai sitä vastaavaa pienempää aluetta. (LÄHIRUOKAA – TOTTA KAI! 2014)

Lähiuokaohjelmassa korostetaan myös lyhyitä jakeluketjuja. Suomi on pitkä ja harvaanasuttu maa, joten lähiuoka on etäisyyden suhteen venyvä käsite. Lähiuokaan liittyvä paikallinen yhteistyö ei ole mahdollista, jos tuotantorajoja katsotaan tiukasti kilometrin tarkkuudella. Tuotannon ja kulutuksen läheisyys ja lähiuuan maantieteelliset rajat ovat myös riippuvaisia itse tuotteesta. (LÄHIRUOKAA – TOTTA KAI! 2014)

Lähiuoka on tuoteriippuvainen käsite. Suomen maantieteellinen sijainti, luonnonolosuhteet ja maatalousinvestoinnit vaikuttavat siihen, mitä raaka-aineita voi ja kannattaa milläkin alueella tuottaa. Esimerkiksi maidon tuotanto on keskittynyt pitkälti pääkaupunkiseudun ulkopuolelle, minkä vuoksi Helsingin seudulla juodaan yleisesti ottaen kauempana tuotettua maitoa kuin vaikkapa Kuopiossa. (Mononen ja Risku-Norja 2012, 180.)

Suomessa syötävästä ruuasta noin 80 % on Suomessa valmistettua. Myös suurin osa ruokamme raaka-aineesta (noin 65 %) on alkuperältään suomalaista. Kaikesta Suomessa syötävästä ruuasta lähiuuan osuuden on arvioitu olevan noin 8 %. (Lähiuokaselvitys 2012.)

Ravintolat, kahvilat ja henkilöstöravintolat ovat annoksina mitattuna merkittävä lähiruuan tarjoaja. Ulkona syöminen kasvaa tasaisesti. Ravintolat ovat monien ruokatrendien luoja ja ylläpitäjiä. Ne ovat parhaimmillaan myös paikallisen ruokakulttuurin tyyssijoja. Lähiruoka ja alueellinen ruokakulttuuri kytkeytyy olennaisesti myös maaseutumatkailuun. (Lähiruokaselvitys 2012.)

Taloustutkimus ja EkoCentria ovat teettäneet tutkimuksen, jonka mukaan ravintoloiden keittiöistä yli puolet käyttää lähiruokaa viikoittain tai useammin. Tutkimuksen mukaan ravintolakeittiöt haluaisivat lisätä lähiruuan käyttöä tulevaisuudessa. Pienissä yksityisissä ravintoloissa käytön lisääminen on helpompaa kuin ketjuravintoloissa. Yhden tilan raaka-aineet saattavat riittää palvelemaan yhden ravintolan tarvetta. Myös sesonginmukaisten ja pienten tuote-erien käyttö on ravintoloissa luontevaa. Ravintolat eivät löydä tai saa sellaisia lähiruokatuotteita, joita kaipaavat ja lähiruuan hankintaan liitettävä lisätyö koetaan vaivalloiseksi. Toisaalta keittiöt, joilla lähiruuan käyttö on arkipäivää, kokevat lisätyön vaivan arvoiseksi. Haasteina ovat erityisesti tiedon puute tuottajista, tuotteiden saatavuus sekä toimitusvarmuus. Ravintoloitsijat harmittelevat, että tuottajakunnan etsimiseen kuluu paljon aikaa. (Lähiruokaselvitys 2012.)

Aromi-lehden lokakuun numerossa on artikkeli ”Lähiruokaa isossa mittakaavassa”. Artikkelissa on haastateltu Finlandia-talon keittiöpäällikkö Mika Heiskasta. Heiskasen kunnianhimoisena tavoitteena on muuttaa Finlandia-talon ruokatuote kotimaiseen lähiruokaan perustuvaksi. Heiskanen myy lähiruokaa asiakkailleen makutarinoilla. Myyntitilaisuudessa Heiskanen kertoo asiakkaalle menun raaka-aineiden toimittajat, esim. Helsingin Meijeriliikkeen juustot, Jaakolan tilan marjat jne. Näin hänelle jää ”pelivaraa” sesongin ja saatavuuden mukaan vaihtuvien raaka-aineiden käytössä. Heiskanen on tehnyt pientuottajien kanssa sopimuksen, jossa hän tarjoutuu ostamaan esim. sellaisia ruhonosia, joita normaaliasiakkaat eivät osaa käyttää. Tällainen malli vähentää tuottajan riskiä ja mahdollistaa tuotannon lisäämisen, kun tuottaja tietää, ettei mitään jää myymättä. (Aromi 2014.)

2.4 Luomuruoka

”Luomu” tulee sanasta luonnonmukainen. Luonnonmukainen maataloustuotanto on virallisesti valvottua ja tiettyihin tuotantomenetelmiin liittyvää kasvinviljelyä, kotieläintuotantoa sekä elintarvikkeiden jatkojalostusta ja markkinointia. (Mäkipeska ja Sihvonon 2010.)

Luomuelintarvikkeita ovat elintarvikkeiksi tarkoitettut maataloustuotteet sekä näistä jalostetut tuotteet, jotka markkinoidaan luonnonmukaisina. Jalostettujen luomuelintarvikkeiden kuten leivän, mehun ja jogurtin maataloudesta peräisin olevista raaka-aineista on vähintään 95 % oltava luomua. Luomuelintarvikkeiden valmistuksessa esimerkiksi keinotekoisien väriaineiden ja makeutusaineiden käyttö on kielletty. Valmistusprosessissa sallittujen lisäaineiden ja valmistukseen tarvittavien apuainemäärien määrä on rajoitettu vain välttämättömiin aineisiin. (Elintarviketurvallisuusvirasto Evira.)

Luomuelintarvikkeesta 5 % saa olla tavanomaisesti tuotettuja maatalousperäisiä raaka-aineita tai luomussa sallittuja lisäaineita, mutta vain, jos kyseistä raaka-ainetta ei ole saatavilla luomuna. Tavanomaiset raaka-aineet on määritelty tarkkaan EU-lainsäädännössä: sallittuja tavanomaisia raaka-aineita on vain noin 30. (Luomu.fi)

Luomu -etuliitteen käyttämisessä tulee olla varovainen, ettei johda asiakasta harhaan. Jotta annosta voidaan myydä luomuna, täytyy maatalousperäisten raaka-aineiden olla 100 %: sti luomua. Ruoka -annosta, joka koostuu useammasta komponentista, kuten esim. peruna, kastike, kasvikset, liha/ kala, voi sanoa luomuannokseksi vain jos annoksen kaikki raaka-aineet ovat 100 % luomua.

Luomutuotteiden käyttö on kasvussa. Selvästi eniten luomuraaka-aineita käyttävät ruoka- ja anniskeluravintolat. Luomu näkyy monen kansainvälisiä asiakkaita palvelevan hotellin aamiaisella ja ruokalistoilla ja on selkeä trendi ruokaravintoloissa muualla maailmassa. Viime vuosien aikana luomun käyttö myös julkisella sektorilla on lisääntynyt. Suomalaisista ammattikeittiöistä noin 65 prosenttia käyttää luomua ainakin muutamia kertoja vuodessa. Luomutuotteiden käyttö on kuitenkin satunnaista, sillä 38 % kaikista ammattikeittiöistä käyttää luomutuotteita harvemmin kuin joka viikko, 15 % keittiöistä käyttää luomutuotteita viikoittain ja 13 % päivittäin. (Portaat luomuun.)



Kuva 3. Luomumerkit

Aurinkomerkki eli Luomu-valvottua tuotantoa-merkki

Aurinkomerkki kertoo tuotteen olevan suomalaisen viranomaisen valvonnassa. Merkkiä voi hakea toimija, joka tuottaa, valmistaa, valmistuttaa, pakkaa tai tuo maahan luomutuotteita ja kuuluu luonnonmukaisen tuotannon valvontajärjestelmään. (Ympäristöosaava.fi.)

EU:n luomutunnuksen, Eurolehden, käyttö on pakollista kaikissa EU:ssa valmistetuissa valmiiksi pakatuissa luomuelintarvikkeissa. Eurolehti -tunnuksen käyttö edellyttää toimijan kuulumista luomuvallvontaan sekä tunnuksen käytöstä annettujen säännösten ja ohjeiden noudattamista. (Evira.)

Leppäkerttu-merkki on suomalaisen luomun merkki. Leppäkerttu-merkki kertoo tuotteen luonnollisesta tuotantotavasta ja raaka-aineen alkuperästä. Leppäkerttu-merkillä merkityn maataloustuotteen pitää olla 100 prosenttisesti suomalaista ja valmisteissa suomalaisen raaka-aineen osuus pitää olla vähintään 75 % (pääraaka-aineissa 100 % eli liha, maito, vilja, kananmunat, hunaja, sienet, kasvikset, marjat, hedelmät, peruna, öljy- ja palkokasvit). (Luomuliitto.)

2.5 Lähi- ja luomuruoka Ravintola Savoniassa

Ravintola Savoniassa käytetään paljon lähi- ja luomutuotteita. Raaka-aineet tulevat pääsääntöisesti koulutila Muuruvedeltä, joka on myös yksi Sakkyn toimipisteistä. Tilalla kasvatetut peruna, lanttu, sipuli, tomaatti, kurkku, paprika, maa-artisokka ja salaattit ovat eniten käytetyimpiä raaka-aineita keittiössämme. Käytämme ravintolassa myös lähellä tuotettua lihaa ja kalaa. Nämä erikoisraaka-aineet ovat a` la carte- listalla, koska ne ovat hieman normaalia kalliimpia. Tarjoamamme leipä tulee paikalliselta Julkulan leipomolta, joka on myös osaksi luomua. Syksyllä, sienisesonkina, ostamme sienet paikallisilta yksityisiltä poimijoilta. Kotimaisia marjoja ostamme lähialueen pientuottajilta.

Ravintola Savonia on rekisteröitynyt "Portaat luomuun"-ohjelmaan. Portaat Luomuun on vapaaehtoinen ohjelma, jonka tarkoituksena on auttaa ammattikeittäjiä lisäämään luomutuotteiden käyttöä osana kestävä kehityksen mukaista toimintaa. Keittiössä sitoudutaan käyttämään luomutuotteita jatkuvasti. Ohjelmassa keittiöt sitoutuvat luotettavaan toimintaan ja viestintään. Viestinnässä tämä tarkoittaa, että luomutuotteiden käytöstä kerrotaan asiakkaille ja muille sidosryhmille selkeästi ja yksiselitteisesti. Ruokailijan tulee saada tieto siitä, mikä osa ateriatesta on luomua. (Portaat luomuun.)



Kuva 4. Portaat luomuun-merkki

Tiedotamme asiakkaillemme ravintola Savoniassa tarjoamamme ruuan alkuperän. Buffetlinjaston päällä on ständi, jossa kerrotaan, mitkä raaka-aineet ovat lähituotteita ja mistä lounaalla tarjoamamme leivät, vihannekset, juurekset, sienet, marjat jne. tulevat. Myös aamupalatuotteissa on merkinnät, jos tuote on lähi- tai luomutuote.

3 RUOKALISTASUUNNITTELUUN VAIKUTTAVAT TEKIJÄT

Ruokalista- ja annossuunnittelu ovat tärkeimpiä ruokapalveluita tuottavan yrityksen suunnittelun kohteita, joten suunnittelussa tulee ottaa huomioon kaikki mahdolliset toimintaan vaikuttavat asiat (Lehtinen, Peltonen & Tauren 2011, 88).

Suunnittelun tärkein lähtökohta on yrityksen liikeidea. Liikeidean kaikkien piirteiden tulee näkyä annoksissa, aterioissa ja erilaisissa ruokatuotteissa. Liikeideassa on jo päätetty perusasiat: kenelle valmistetaan, mitä valmistetaan, miten suunnitelma toteutetaan ja mikä on imago. Yrityksen toiminta-ajatus ja arvot vaikuttavat suuresti yrityksen ideologiaan ja toimintaan. (Lehtinen ym. 2011, 89.)



Kuvio 1. Ruokalistan suunnitteluun vaikuttavia tekijöitä (Määttä 2010)

3.1 Liikeidea

Liikeidea kertoo, mitä tehdään, kenelle tehdään ja miksi tehdään. Ravintolan liikeidea määrittelee, minkälaista ruokaa ravintolassa tarjotaan. Liikeidea voi olla teeman, raaka-aineen tai asiakaskunnan mukainen. (Lehtovaara & Hämäläinen 2007, 20.)

3.2 Hinta

Liikeidean ja toimintaperiaatteen perusteella määritellään omalle toiminnalle sopivat annoskoot. Annoskokojen määrittelyn avulla helpotetaan aterian ruokalajien raaka-ainekustannusten ja lopullisen myyntihinnan laskemista sekä mahdollistetaan haluttuun katetavoitteeseen pääseminen. Mitä useamman ruokalajin kokonaisuudesta on kyse, sitä pienempiä yksittäiset annokset ovat. Annoskokojen tulee olla sellaisia, ettei ruokailijalla useankaan ruokalajin jälkeen ole epämukava tai liian kylläinen olo. (Lehtinen ym. 2011, 111; Määttä, Nuutila & Saranpää 2008, 67.)

Palvelun tai tuotteen tulee olla tasapainossa liikeidean kanssa. Esimerkiksi itsepalveluravintoloissa voi käyttää pakastettuja kasviksia, koska se on sopuoinnussa hintaan ja liikeideaan. Jos sen sijaan kalliissa ravintolassa tarjotaan edullisimpia raaka-aineita, annoksen hinnan ja raaka-aineen välillä voi olla ristiriita, jota asiakas ei hyväksy. Sama koskee palvelun laatua, sillä itsepalveluravintolassa asiakas ei odota yhtä henkilökohtaista palvelua kuin tasokkaassa palveluravintolassa. (Lehtovaara & Hämäläinen 2007, 20.)

3.3 Asiakkaat

Ravintolan tuotteiden tulee olla sellaisia, joista asiakkaat ovat valmiita maksamaan. Ruokalistan suunnittelun alkuvaiheilla on tiedettävä, ketä asiakkaat ovat ja mitkä ovat heidän mahdolliset toiveensa ja tarpeensa. Asiakkaiden tarpeiden lisäksi ruokalistan suunnittelussa otetaan huomioon myös tilaisuuden luonne ja budjetti. Asiakkailta saatu palaute on hyvä kehittämisen työkalu ja sitä on hyvä hyödyntää ruokalistasuunnittelussa. (Lampi, Laurila & Pekkala 2009, 24; Määttä ym. 2008, 41.)

3.4 Keittiön resurssit

Ruokalistasuunnitteluun vaikuttavat myös keittiön tilat ja laitteet. Käytössä olevat laitteet vaikuttavat siihen, mitä ruuanvalmistusmenetelmiä voidaan käyttää. Jos ruokia valmistetaan suuria määriä, on keittiössä oltava valmistuslaitteiden lisäksi jäähdytyslaite ja tarpeeksi kylmätiloja. Ruokalistaa suunniteltaessa on huomioitava myös eri laitteiden käyttö. Esimerkiksi, jos keittiössä on vain yksi uuni ja samaan aikaan tulisi valmistaa ruokaa sekä matalassa, että korkeassa lämpötilassa, on keksittävä vaihtoehtoinen kypsennysmenetelmä. (Lampi ym. 2009, 27; Määttä ym. 2008, 44.)

Henkilökunnan määrä ja ammattitaito vaikuttavat ruokalistan ruokien valintaan. Jos henkilökuntaa on niukasti, eikä heillä ole monipuolista osaamista/ammattitaitoa, voidaan raaka-aineita hankkia puolivalmiina. Ruokalistasuunnittelussa on hyvä huomioida myös tarvittava työaika. Esimerkiksi, jos sunnuntaina järjestetään tilaisuus, kannattaa tarjottaviksi miettiä sellaisia ruokia, joita voi valmistella etukäteen eikä näin ollen vaadi paljoa työaikaa juuri ennen tilaisuutta. (Lampi ym. 2009, 28.) Käytännöllisen ja tehokkaan esillelaiton lähtökohdat ovat esivalmistus ja esivalmisteet, näin annokset ovat lähinnä nopeaa kypsentämistä, kuumentamista, koristelua vaille. A la carte menujen suunnittelussa annosten misaaminen, *Mise an place* = ”kaikki paikoillaan” esivalmistus, on ehdoton edellytys.

3.5 Raaka-aineet

Raaka-aineiden saatavuus on huomioitava ruokalistan suunnittelussa. Raaka-aineen toimitusvarmuudesta riippuen kannattaa ruokalistaan jättää pientä liikkumavaraa siltä varalta, että jotain raaka-ainetta ei ole saatavissa. Esimerkiksi ravintola voi kestävän kehityksen mukaisesti tilata kalansa suoraan kalastajalta. Kalastaja ei välttämättä aina saa juuri sitä kalaa, mitä yritys haluaisi tilata, vaan tarjoaa tilalle toista kalalajia. Listalla voisikin mainita, ”Paistettua kalaa” eikä esimerkiksi ”Paistettua kuhaa”. (Lampi ym. 2009, 29–30.)

3.6 Gastronomiset tekijät

Ruoka-annoksen suunnittelemisessa lähdetään liikkeelle pääruuan pääraaka-aineesta, koska se on ruoka-annoksen merkittävin osa. Pääraaka-aineelle valitaan valmistustapa, kuten paistaminen, höyryttäminen, grillaaminen jne. Seuraavaksi päätetään pääruuan kastikkeet ja lisäkkeet, joiden valinnassa on otettava huomioon muut annoksessa tai aterialla tarjottavat raaka-aineet toiston välttämiseksi. Suunnittelussa huomioidaan myös annoksen esillepanotapa. Hyvä ruoka-annos on houkuttelevan näköinen, raaka-aineet ovat sopusoinnussa keskenään. (Lehtinen ym. 2011, 88; 111.)

Gastronomiset tekijät ovat ruuan aistein havaittavia ominaisuuksia, kuten maku, haju, lämpötila, ulkonäkö ja rakenne. Ateriasuunnittelussa on huomioitava, etteivät samat raaka-aineet, rakenteet ja valmistusmenetelmät toistu saman aterian eri osissa. Samoilla asioilla, joilla vaikutetaan ruuan gastronomiseen tasoon, vaikutetaan myös ravitsevuuteen. (Lampi ym. 2009, 26.)

3.7 Kestävä kehitys

Ruuantuotannon ympäristövaikutuksista valtaosa on peräisin maataloudesta. Sen vuoksi raaka-ainevalinnoilla on tärkeä merkitys ammattikeittiöiden aiheuttamassa ympäristörasituksessa.

Erialaisten lounasannosten ympäristövaikutusten erot voivat olla jopa viisinkertaisia. Ympäristö vastuullisia valintoja voi tehdä ilman että ravintoarvo ja tasapaino kärsivät. Lautasmalli sopii myös ympäristövaikutusten vähentämiseen. Oikeaoppinen lautasmalli on tasapainoinen annos, jossa on puolikas kasviksia, neljännes perunaa, pastaa tai riisiä ja neljännes lihaa. Raaka-ainevalinnoilla ja eri raaka-aineiden määrillä annoksessa on merkitystä. Ympäristövalintoja voi tehdä suosimalla:

- Luomutuotteita
- Avomaalla tuotettuja kasviksia
- Sesonkeja: vihannekset, juurekset marjat, hedelmät, luonnonkalat
- Kasviproteiineja: Niitä saa erityisesti palkokasveista, kuten herneistä ja pavuista
- Perunaa tai kotoisia viljoja riisin sijasta
- Helposti säilytettävien raaka-aineita: peruna, juurekset, kaali
- Lyhyen toimitusketjun raaka-aineita (EkoCentria)

3.8 Sesongit ja trendit

Menun suunnittelussa tulee myös huomioida kausituotteet, vaikka nykyisin lähes kaikkia raaka-aineita saakin läpi vuoden esimerkiksi pakasteena. Sesonkien seuraaminen ja niiden huomioiminen ruokalistalla on osoitus kunnioituksesta raaka-aineita ja perinteitä kohtaan. Kausituotteiden käyttäminen osoittaa myös asiakkaiden huomioimista. Klassisen menun suunnittelussa pyritään lisäksi välttämään raaka-aineiden, värien tai muotojen toistamista. Menuille valitaan teema esimerkiksi gastronomisen ajankohdan tai sesongin tapahtuman mukaan. (Lehtovaara & Hämäläinen 2007, 21.)

Eri vuodenaikoina valmistetaan usein jotakin juuri kyseiselle vuodenaikalle tyypillistä ruokaa. Tärkeimmässä asemassa voivat olla raaka-aineet, kuten syksyisin riista, marjat ja sienet. Tai johonkin tiettyyn juhlaan, kuten vappuun tai pääsiäiseen, liittyvät ruuat. (Lehtinen ym. 2011, 141.) Määttä ym.

(2008, 42) mukaan vuodenaika vaikuttaa saatavilla olevien raaka-aineiden lisäksi myös aterian rakenteeseen. Keväällä ja kesällä tulisi alkuruokien ja jälkiruokien olla kylmiä. Talvella ateria voi olla ja onkin yleensä raskaampi kuin kesällä.

Ravintola-alalla trendit muuttuvat nopeaan tahtiin ja siksi on hyvä pysyä muutoksessa mukana, jotta osaa tarjota asiakkaille juuri sitä, mitä he haluavat, ja mistä he ovat valmiita maksamaan. Muutoksia tehdessä on kuitenkin hyvä muistaa yrityksen liikeidea ja toiminta-ajatus, jottei yrityksen perusajatus muokata jokaisen uuden muoti-ilmion yhteydessä. Viimeaikaisia trendejä ovat kestävän kehityksen huomioiminen ja lähi- ja luomuruuan suosiminen ruokavaliassa.

3.9 Erityisruokavaliot

Erityisruokavaliota noudattavien asiakkaiden määrä on ollut selvässä kasvussa. Asiakkaiden erilaiset tarpeet tulisi ottaa huomioon jo ruokalistojen suunnitteluvaiheessa ja ruokaohjeiden laadinnassa. Erityisruokavaliiasiakkaalle on tärkeää, että raaka-aineet on valittu oikein ja että ruoka on puhdasta ja oikein valmistettua. Raaka-aineiden valinnassa ja ruuanvalmistuksessa tulisi ottaa huomioon, että erityisruokavalioterioiden ulkonäkö muistuttaisi mahdollisimman paljon perusruokavalioiden ulkonäköä, sillä tyypillisesti erityisruokavaliota noudattavat eivät halua erottua muista ruokailijoista. (Immonen, Laaksonen, Lattu, Reunasalo, Sinisalo & Välimäki 2010, 9-15.)

Erityisruokavalioterioiden toteutusta suunniteltaessa ratkaistaan muun muassa miten ateriat valmistetaan, mitkä ruuat valmistetaan alusta loppuun kokonaan erikseen ja voiko eri asiakasryhmille tarjottavia ruokia yhdistää. Monet ruokalajit on mahdollista muuttaa erityisruokavaliiasiakkaalle sopiviksi melko pienin muutoksin. Erityisruokavalioteriat voidaan esimerkiksi erottaa valmistusvaiheessa perusruuasta, jolloin ne tarvitsee vain viimeistellä erikseen. Ruuanvalmistuksen eri vaiheissa voidaan joitakin raaka-aineita korvata samankaltaisilla tuotteilla ja käyttää tarvittaessa erityiselintarvikkeita. Myös erityisruokavalioiden suunnittelussa tulee huolehtia riittävän vaihtelun ja valinnan mahdollisuuksien tarjoamisesta. (Immonen ym. 2010, 9-15.)

3.10 Kannattava ravintolatoiminta

Ruuanvalmistusprosessi on suunniteltava järkevästi. Suunnittelussa tulee ottaa huomioon kaikki ruuanvalmistukseen käytettävät resurssit, kuten työvoima ja -aika sekä käytettävissä olevat koneet ja laitteet. Tavoitteena on suunnitella ajankäyttö ja työtavat niin, että pystytään tuottamaan tietty määrä ruokaa halutussa ajassa. Kun tämä tavoite on savutettu, on toiminta taloudellista ja tuottavaa. (Lampi ym. 2009, 112.)

Huolellisesti laaditut ruokaohjeet ja annoskortit kertovat kunkin tuotteen kustannukset niin raaka-aineiden, kuin työkustannusten osalta. Annoskorkeista ilmenee ruokalajin nimi, tarkat osto- ja käyttöpainot, osto- ja käyttö hinnat, annoskoko, valmiin ruuan määrä, käytettävät raaka-aineet ja välineet sekä valmistusohjeet. Annoskorkeita noudattamalla saadaan ruokaa suunniteltu määrä ja ruuan laatuvaatimukset täyttyvät. (Määttä ym. 2008, 64.)

Ruokaohjeen suurentaminen ja muokkaaminen käytettävissä olevien raaka-aineiden ja laitteiden mukaan on ruokaohjeen vakiointia (Lampi ym. 2009, 19). Vakioidut ruokaohjeet auttavat kokkeja valmistamaan aina yhtä laadukasta ruokaa, huolimatta siitä, valmistetaanko annoksia kymmenelle vai sadalle asiakkaalle. Vakioidut ruokaohjeet ovat selkeitä, helppolukuisia ja ymmärrettäviä.

4 TUOTEKEHITYSPROSESSI

Onnistunut tuotekehitystoiminta on yrityksen menestymisen yksi keskeisimmistä edellytyksistä. Yrityksen on huolehdittava jatkuvasti tuotekehityksestä. Muussa tapauksessa tulee ennen pitkää aika, jolloin tuotteet ovat vanhentuneita, myynti vähenee ja viimein loppuu kokonaan. (Jokinen 1999, 9.) Tuotekehityksenä ymmärretään toiminta, jossa on tarkoitus kehittää jotain vanhaa entisestään paremmaksi tai sitten kokonaan luoda jokin uusi tuote. Tuotekehitys on monivaiheinen prosessi, jonka tekemiseen kuluu huomattavasti aikaa. (Jokinen 1999, 9.)

Tuotekehitys voidaan jakaa neljään toimintavaiheeseen: käynnistäminen, luonnostelu, kehittäminen ja viimeistely. (Jokinen 1999, 14.)

4.1 Käynnistäminen

Oikeiden tuotekehityshankkeiden käynnistäminen on yritykselle elintärkeää. Siten osataan hahmottaa ne projektit, jotka todella ovat tarpeellisia ja hyödyllisiä yritykselle. Päätöksen tueksi tehdään arvioita muun muassa kustannuksista, markkinointinäkymistä ja tuotoista. Käynnistymisvaihe päättyy myönteisessä tapauksessa kehityspäätökseen, jonka avulla tuotekehityksessä päästään seuraavaan vaiheeseen. (Jokinen 1999, 14–17.)

4.2 Luonnostelu

Kehityspäätökseen osallistuvista henkilöistä ainoastaan osa jatkaa luonnosteluun, joten tällöin vaaditaan alkuun tehtävän analysointia. Kehityspäätöksestä riippuen määritellään uudelle tuotteelle vaatimukset ja tavoitteet. Tässä vaiheessa saattaa kehityspäätöksen tavoitteet muuttua erilaisiksi, joten aikaisemman työryhmän kanssa on hyvä keskustella tuotekehityksen kehityssuunnasta, mitä oikein lopulta halutaan muodostuvan. (Jokinen 1999, 14–17.)

4.3 Kehittäminen

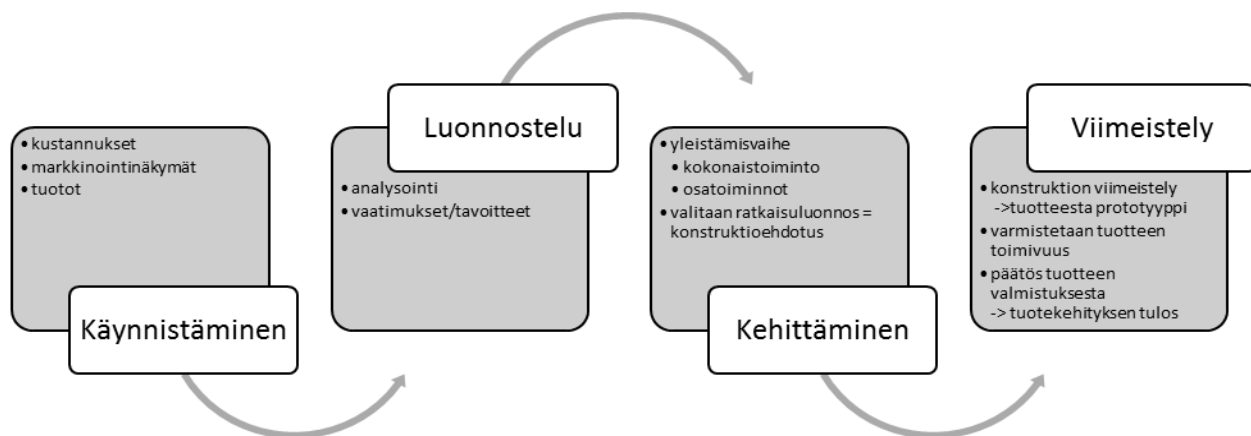
Varsinainen kehittäminen on erittäin laaja osa-alue tuotekehityksessä. Siinä pohditaan enemmän kuin itse tuotetta. Kehitys aloitetaan yleistämällä, esimerkiksi, jos tehtävänä on suunnitella pakkaus kone, tässä vaiheessa etsitään ratkaisuja tavaran varastoinniseksi ja lähettämiseksi riittävän suojattuna perille. Yleistämisvaiheella pyritään selvittämään tehtävän olennaiset ongelmat ja kokonaistoiminto. Kokonaistoiminto jaetaan seuraavaksi osatoimintoihin ja näille etsitään ratkaisumahdollisuuksia. (Jokinen 1999, 14–17.)

Osatoimintojen avulla valitaan teknis-taloudellisesti parhaimmat ideat. Niitä yhdistelemällä etsitään kokonaistoiminnon ratkaisuperiaatteita. Parhaimmat ratkaisut arvostellaan ja niistä valitaan lopuksi yksi tai useampi ratkaisu, joka todetaan parhaimmaksi tähän tuotekehitykseen. Tätä päätöstä kutsutaan ratkaisuluonnokseksi. Ratkaisuluonnoksista kehitetään yleensä vain yksi lopullinen versio aika- ja kustannussyistä. (Jokinen 1999, 14–17.)

Kun saadaan kaikki asetetut vaatimukset täyttävä konstruktio suunnitelluksi, päättyy kehitysvaihe ja tuloksena on kehitetty konstruktioehdotus, jossa pyritään täyttämään mahdollisimman hyvin alussa asetetut vaatimukset. Mikäli vaatimukset eivät täyty riittävän hyvin, on kehitystyö aloitettava alusta ja lähtökohdaksi valittava uusi ratkaisuluonnos. (Jokinen 1999, 14–17.)

4.4 Viimeistely

Tuotekehityksen viimeisessä vaiheessa suoritetaan konstruktion viimeistely. Tällöin yleensä valmistetaan tuotteesta prototyyppi, joka voidaan testata ja näin ollen varmistaa tuotteen toimivuus. Ominaisuudet tarkistetaan asetettujen tavoitteiden näkökulmasta. Kun viimeistelyvaihe on suoritettu, tehdään päätös tuotteen valmistuksesta. Tällöin tuote pitäisi olla moneen kertaan pohdittu, kuinka kaikki osa-alueet toimivat yhteen tuotteessa. Valmis tuote on harkittu tuotekehityksen tulos. (Jokinen 1999, 14–17.)



Kuvio 2. Tuotekehitysprosessi

4.5 Ruuanvalmistustekniikoita ja elintarvikekemiala

Tuotekehitysprosessiin liittyy kehitettävän tuotteen analysointi ja sille asetettujen vaatimusten ja tavoitteiden saavuttaminen. Ruuanvalmistuksessa elintarvikekemialla vaikuttaa omalta osaltaan onnistuneen lopputuloksen. Lähiruokamenussa on käytetty erilaisia ruuanvalmistustekniikoita ja elintarvikekemialla liittyy olennaisena osana tähän kokonaisuuteen. Seuraavassa käsitellään menuun liittyviä ruuanvalmistustekniikoita elintarvikekemian kautta.

Graavaaminen

Graavauksessa suolarakeet liukenevat lihan/kalan pinnan ohueen vesikerrokseen, johon muodostuu väkevä suolaliuos. Koska solujen sisäinen vesiliuos on laimeampi kuin lihan/kalan pinnan suolaliuos, vesi alkaa siirtyä solukalvojen läpi laimeammasta kohti väkevää liuosta. Suola ei siis siirry solukalvojen läpi kalan sisään, vaan vesi siirtyy laimeammasta liuoksesta kohti väkevää. Ilmiötä kutsutaan osmoosiksi. (Lehtovaara, Hopia.)

Riimihärkä on tuoresuolattu. File maustetaan, pintaan hierotaan runsaasti karkeaa merisuolaa, päälle laitetaan paino ja annetaan suolaantua vuorokauden ajan kylmässä. Sen jälkeen file pakastetaan ja leikataan jäisenä paperinhuiksi viipaleiksi.

Maillardin reaktio

Ruuissa, joissa on sekä proteiinia että sokeria, syntyy korkeissa lämpötiloissa monivaiheisen reaktiosarjan seurauksena suuri määrä erilaisia yhdisteitä, jotka ovat väriltään keltaisesta punaisenruskeaan ja aromiltaan paahteisia, pähkinäisiä tai karamellimaisia. Tätä kutsutaan Maillardin reaktioksi. Tämä reaktio tapahtuu 120 asteessa ja ylöspäin. (Lehtovaara, Hopia.)

Menussa Maillardin reaktio antaa makua monessa muodossa. Ruiskrutongit, uunijuurekset ja peruna, ruiskrutongit ja mustikkakukon talkkunamuru saavat arominsa uunissa paahtamalla. Kuhan väri ja maku syntyy, kun paistolämpötila on riittävän korkea Maillardin reaktion aikaansaamiseksi. Paistopinnan alta kala on mehevä.

Jäätelön pakastaminen

Kun vesi jäätyy, molekyylit eivät enää pääse liikkumaan toisiinsa nähden vaan ne lukkiutuvat kiderakenteeseen. Jäätyneen veden tilavuus on suurempi kuin nestemäisen, eli jää on harvempaa ainetta kuin vesi. Kun vesi kiteytyy jäätelössä puhtaiksi jääkiteiksi, liuoksesta poistuu vettä. Tällöin jäljelle jäävä sokeriliuos väkevöityy ja väkevän vesiliuoksen jäätympiste laskee. (Lehtovaara, Hopia.)

Mustikkajäädye, eli parfait, on pehmeärakeinen jälkiruoka. Jäädye valmistetaan jäädyttämällä. Jäädye sisältää keltuais- tai kokomunavaahtoa, sokeria, kermavaahtoa ja makuainetta. Perinteisissä jäädyeissä muna/keltuais-sokerivahto vatkataan vesihauteessa kypsäksi, +82 astetta, maustetaan ja pakastetaan muoteissa.

Friteeraaminen

Oikein suoritettuna uppoaistaminen ei tee ruuasta rasvaista, sillä ruuan kosteus hylkii öljyä. Kuuma öljy lämmittää veden ruuan sisällä ja vesi höyryttää sen sisältä ulospäin. Kunhan öljy ei ole liian kuumaa, eikä ruokaa pidetä upotettuna öljyyn liian kauan, ei öljyä mene itse ruuan sisään. Jos ruoka on öljyssä liian kauan, vesi haihtuu höyrynä ulos ruuasta ja öljy alkaa päästä ruuan sisään. Jos öljy

taas on liian viileää, ruoka ei kypsy kunnolla, ennen kuin rasva alkaa jo päästä sen sisään. Öljyn lämpötila on tyypillisesti 175–190 °C. (Lehtovaara, Hopia.)

Juureslastut on valmistettu friteeraamalla. Juureksista on leikattu ohuita viipaleita ja kypsennetty viipaleet öljyssä. Valmiit lastut maustetaan suolalla.

5 RAVINTOLA SAVONIAN LÄHIRUOKAMENUN TUOTEKEHITYSPROSESSI

Ravintola Savonian lähiruokamenun tuotekehitys etenee edellä käsitellyn Jokisen esittämän tuotekehitysprosessin mukaisesti. Tuotekehitysprosessissa käydään läpi nämä neljä toimintavaihetta: käynnistäminen, luonnostelu, kehittäminen ja viimeistely.

5.1 Työn toteutus ja eteneminen

Työ on tarkoitus toteuttaa kolmessa eri vaiheessa; suunnittelu, vakiointi ja reseptikansion luominen. Suunnittelun alussa määritellään kehitettävän työn tavoitteet. Suunnittelussa otetaan huomioon toimiksiantajan asettamat vaatimukset: toimipaikan liikeidea, kohderyhmä ja annoksen lopullinen hinta. Samalla listataan halutut ominaisuudet. Kun menun tavoitteet on määritelty, siirrytään suunnittelemaan ateriakokonaisuuksia: pääraaka-aine, lisukkeet, kastike ja mahdolliset alkuperä- ja jälkiruuat. Näistä valitaan annoksia testattavaksi. Koekeittäövaiheessa ruokia testataan ja maistellaan, jonka jälkeen valitaan onnistuneimmat annokset. Jokaisesta annoksesta tullaan laatimaan oma annoskorttinsa ja konkreettinen reseptikansio kuvineen ravintolan keittiön käyttöön. (kuvio 3.)

Tässä tuotekehitysprosessissa lähdimme listaamaan syksyn sesonkiraaka-aineita ja niiden saatuutta. Sitten suunnittelimme annokset ja menukokonaisuudet. Valitsimme muutaman eri vaihtoehdon; pääraaka-aine, kastike, lisukkeet sekä alkuperä- ja jälkiruuan, joita aloimme testata Savonian keittiössä. Annoksia suunniteltaessa ja testattaessa luotimme aisteihimme.

Aistinvarainen arviointi

Aistinvaraista arviota sovelletaan useissa eri tieteenaloissa: psykologian avulla tutkitaan ihmisen aistihavaintoja, kun taas elintarvike- ja ravitsemustieteen avulla tutkitaan ruokaa ja juomaa. Aistinvaraista arviointia ovat myös aistien toiminta, jota tutkii ravintofysiologia, sekä ruuan hyväksytävyyssitutkimus, jota tutkii kuluttajatieteet. (Tuorila, Parkkinen & Tolonen 2008, 15.)

Aistinvaraisen arvioinnin menetelmiä voidaan soveltaa kahdella eri tavalla:

- Aistinvaraisessa tutkimuksessa
- Ruuan hyväksytävyyssitutkimuksessa

Kun aistinvaraista arviointia käytetään tuotekehityksen apuvälineenä, voidaan tuotteen arviointiin ottaa sekä koulutetun raadin edustajia, että kuluttajista koostuvaa raatia. Koulutetun raadin jäsenet ovat yleensä alan asiantuntijoita, tässä tapauksessa esimerkiksi kokkeja.

(Tuorila ym. 2008 106, 120.)

Ennen kuin aistinvaraista arviointia voidaan tehdä tuotteelle, täytyy tuotteelle asettaa laatuvaatimukset, eli laatuspesifikaatio, ja kuvailla tuote ja sen käyttötarkoitus, eli tuotespesifikaatio. Tuotespesifikaatio sisältää kuvauksen tuotteen valmistusaineista, säilytyksestä, pakkaamisesta ja käyttötavasta. (Tuorila ym. 2008, 120.)

Asiantuntijaraati koostuu yleensä osaajista, jotka tietävät arvioitavan tuotteen raaka-aineista ja valmistuksesta. Aistinvaraisen arvioinnin tavoitteena on kerätä raatilaisten mielipiteitä ja kehitysehdoituksia ruokatuotteiden miellyttävyydestä, esimerkiksi mausta, rakenteesta ja ulkonäöstä sekä annoksesta kokonaisuudessaan.

Aistittavat ominaisuudet:

- Ulkonäkö
 - Näköaistilla havaittavat ominaisuudet
- Rakenne
 - Fysikaalisesta rakenteesta aiheutuvien ominaisuuksien muodostama kokonaisuus
 - Tunto, näkö- ja kuuloaisti
- Haju/aromi
 - Nuuhkaisemalla havaittu hajua
- Flavori
 - Maun, suusta nenänielun kautta hajuepiteelille siirtyvän hajun ja kemotunnon yhteisvaikutelma (Evira, 2011)

Ihmisellä on viisi aistia: maku-, hajua-, näkö-, kuulo-, ja tuntoaisti, jotka vaikuttavat kokonaisuudessaan ruoan aistinvaraiseen arviointiin. Perusmaut, joita ihminen maistaa ovat makeus, suolaisuus, hapana, karvaus ja umami. Karmavuon ym. (2004) mukaan perusmaut jakautuvat kielen eri alueille. Makeus maistetaan kielen kärjessä, suolaisuus kärjen lähellä kielen sivuilla, happamuus kielen sivuilla takaosissa, karvaus kielen takaosissa ja umami kielen alla ja takaosissa. (Karmavuo & Lihtonen 2004.)

Hajuaistilla on merkittävä yhteys makuaistimukseen. Nenän ollessa tukossa moni sanoo, ettei maista mitään. Todellisuudessa maistaminen onnistuu, koska se tapahtuu kielen avulla. Hajua on neutraali hajuaistimuksia kuvaava sana. Jos hajua on miellyttävä, siitä käytetään usein sanaa tuoksu. Ruokien hajua kutsutaan usein aromiksi. Silloin, kun ruoan tai juoman hajua havaitaan nenänielun kautta ruoan ollessa suussa (retronasaali hajua), kutsumme hajua mauksi. Esimerkiksi vaniljan maku on itse asiassa hajua. (Tuorila ym. 2008.)

Ihminen saa valtaosan kaikista aistihavainnoistaan näköaistin avulla, joten ruokaan ja ruokailutilanteisiin liittyvät näköhavainnot ovat tärkeitä. Ulkonäkö on ensimmäinen arvioinnin kohde, kun päätetään, onko ruoka herkullista tai ylipäänsä syötävää. Tiedetyt värit on totuttu yhdistämään tiettyihin

aromeihin. Tämä assosiaatio on niin voimakas, että elintarvikevärillä voidaan ohjata ihminen havaitsemaan ”harhaanjohtavasti” jokin aromi väriä vastaavaksi. Väriin lisäksi ruuassa on useita muita tärkeitä eri aistimuksia ennakoivia ulkonäköominaisuuksia. Esimerkiksi hedelmien ja vihannesten koko ja muoto sekä juomien juoksevuus sekä sakeus antavat vihjeitä ruuan muusta laadusta. (Tuorila ym. 2008.)

Suuontelon kosketustunto, jota kutsutaan usein suutuntumaksi, on tärkeä ruokaan liittyvä aistimusten välittäjä. Huulet ja suun etuosa ovat lämpötilalle herkkiä alueita. Suun ja nenän limakalvojen hermopäätteet ottavat vastaan myös kemiallista ärsytystä, jolloin puhumme kemotunnosta. Kemialliset yhdisteet voidaan aistia polttavana, pistävänä, turruttavana tai jopa kipuna. Ruoka-aineista esim. chili, sinappi ja etikka aiheuttavat vasteen kemotunnossa. Mausteiden aiheuttamat kemotuntoaistimukset ovat tärkeä osa ruuan makua. (Tuorila ym. 2008.)

Tuotekehitysprosessissamme annoksien maku, tuoksu, ulkonäkö, rakenne, suutuntuma jne. ohjasivat pitkälti tuotekehitystyötä. Testausvaiheessa ruokia kanssamme olivat analysoimassa ravintolamme kokit. Saimme heiltä kriittistä, mutta tärkeää palautetta annoksista, sekä mahdollisia parannusehdotuksia.

Kun annokset ja reseptiikka olivat mielestämme valmiit, laadimme niistä annoskortit ja työohjeet. Valokuvassimme valmiit annokset ja liitimme kuvat annoskortteihin. Näin annokset pysyisivät samantlaisina vaikka kokki vaihtuisikin. Annoskorteista saimme menuille hinnat, joista laskimme annoksille myyntihinnat.



Kuvio 3. Tuotekehitysprosessin eteneminen

5.2 Menun testaus

Varasimme menun testaamiseen kaksi päivää. Olimme miettineet reseptiikan valmiiksi, käytimme soveltaen varmoja, testattuja reseptejä. Koska pidimme testipäivät oman työmme lomassa, olimme esivalmistelleet joitain komponentteja jo etukäteen. Riimihärkä maustettiin, suolattiin ja pakastettiin jo hyvissä ajoin ennen annosten testausta, myös mustikkajäädäyke valmistettiin etukäteen pakastimeen. Ruiskrutongit ja juureschipsit, jotka säilyvät kuivassa pitkään, oli valmistettu ennen varsinaisia testipäiviä. Kosteikkovahveropikkelsi on myös hyvin säilyvä tuote, joten valmistimme senkin etukäteen. Ensimmäisenä testipäivänä valmistimme menun loput komponentit suunnittelemillamme resepteillä, maistelimme ja teimme samalla merkintöjä reseptiikkaan. Maa-artistokkakeittoon halusimme saada hieman erilaisen olomuodon perinteiseen sosekeittoon verrattuna, joten päädyimme vaahdottamaan keiton esille laitettaessa. Uunijuureksiin lisäsimme sitruunaoliiviöljyn antamaan raikkautta. Mietimme annosten esillelaittoa jo tuotteiden valmistusvaiheessa, mutta lopullinen esillelaitto selvisi vasta kokeilemalla erilaisia lautasia ja ryhmittelemällä annoksen komponentteja eri tavalla. Pyysimme kollegoitamme maistelemaan annoksia ja antamaan palautetta. Analysoimme ruokia yhdessä ja saimme joitain hyviä parannusehdotuksia. Mustikkakukon ”ruiskuori”, eli ruismuru oli vähän tylsä. Kollegamme ehdotti, että käyttäisimme karkeampaa talkkunaa antamaan lisää makua ja suutuntumaa muruun. Talkkuna olikin hyvä ehdotus, sillä meillä sattui olemaan paikallisen pientoimittajan tuotetta varastossa. Myös ruiskrutonkeihin päätimme tämän tiimoilta käyttää Julkulan leipomon luomuruisleipää. Mietimme myös mustikkakukon kastiketta. Valmistimme aidon vaniljakastikkeen ja patisseerin. Koimme kuitenkin patisseerin paremmaksi, sillä se on täyteläisempää ja sen voi pursottaa annokseen.

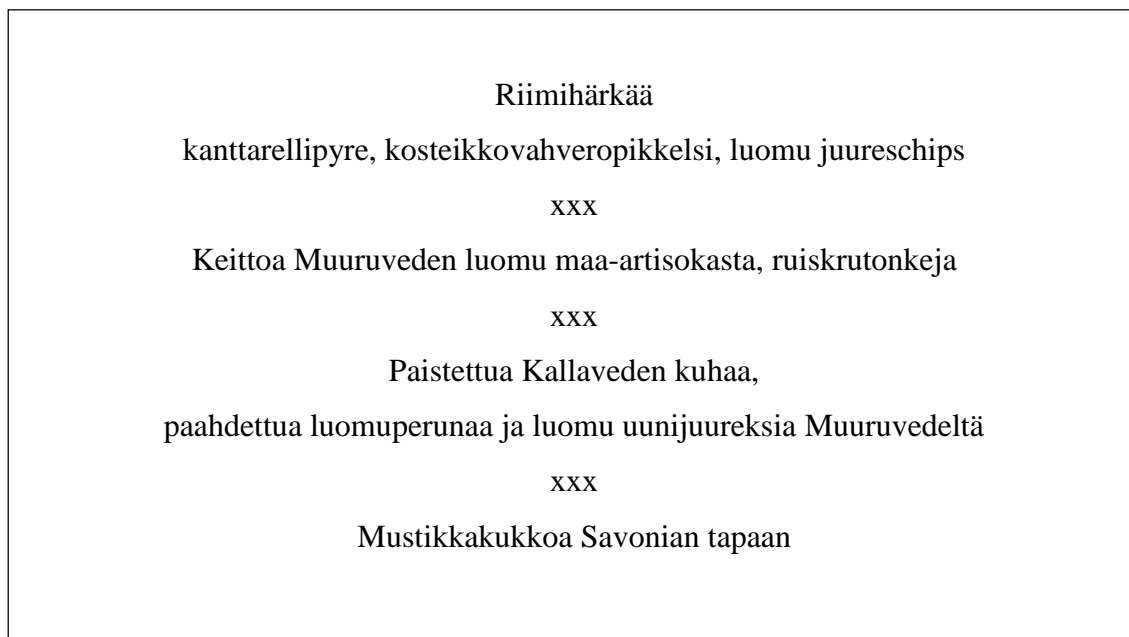
Teimme reseptiikkaan joitain muutoksia ensimmäisen testauspäivän aikana ja valmistimme kaikki annokset uudelleen seuraavana päivänä. Tarkensimme reseptiikkaan kypsennyslämpötiloja ja aikoja, sekä testasimme riimihärän leikattavuutta suoraan pakastimesta. Hioimme vielä esillelaiton pieniä yksityiskohtia, mahdollisia lautasia jne. Kutsuimme lopuksi ravintolan henkilökunnan tutustumaan valmiisiin annoksiin, valokuvasimme ne ja maistelimme ruokia yhdessä. Kerroimme tarjoilijoille annoksista ja erityisesti paikallisista raaka-aineista.

5.3 Syysmenun kehittäminen

Eri vuodenaikoina valmistetaan usein jotakin juuri kyseiselle vuodenaikalle tyypillistä ruokaa. Tärkeimmässä asemassa voivat olla raaka-aineet, kuten syksyisin riista, tai johonkin tiettyyn juhlaan, kuten vappuun tai pääsiäiseen, liittyvät ruuat. (Lehtinen ym. 2011, 141.)

Sesongit tuovat vaihtelua raaka-ainevalintoihin ja lisäävät myös lähiruuan käyttömahdollisuuksia. Ateriaa suunniteltaessa tulisi aina miettiä, mitä raaka-aineita on kulloinkin parhaiten saatavilla ja hyödyntää sesonkiruokien tarjoamia mahdollisuuksia. Tuoreet raaka-aineet ovat maukkaita, hyväraakenteisia, värikkäitä, asiakkaiden arvostamia sekä usein myös hinnaltaan edullisia. (Määttä ym. 2008, 42.)

Syyskauden kasviksia ovat lantut, nauriit, porkkanat, punajuuret, palsternakat, juurisellerit, perunat, kurpitsat, omenat, tomaatit, kurkut, pavut, paprikat, sipulit sekä erilaiset kaalit, kuten violetti ja vihreä kyssäkaali, litteä keräkaali, valkokaali, parsakaali, kukkakaali (Kotimaiset kasvikset ry 2011). Syyskuu on varsinainen sienikuukausi, mutta kanttarellit ja tatit alkavat olla poimittavissa jo elokuussa. Syksyllä kotimaisten tuoreiden marjojen valikoima lisääntyy, kun lakat ja herukat alkavat kypsyä jo elokuussa ja puolukan vuoro on syyskuussa. Karpalot alkavat olla parhaimmillaan loka-kuun lopussa. Syyskauden erikoisuuksia ovat linnut ja muu riista. (Lehto & Patala 2007, 205.)



Kuvio 4. Ravintola Savonian syysmenu

5.4 Ravintola Savonian syysmenu

Ravintola Savonian syysmenun alkuruuaksi valitsimme riimihärkää, välikeitoksi maa-artisokkakeittoa, pääruuaksi valikoitui Kallaveden kuhaa ja jälkiruuaksi savolainen perinneherkku, mustikkakukko.

Riimihärkä on perinteinen suomalainen ruokalaji. Se on helppo tehdä etukäteen ja se säilyy pakka- sessa pitkän aikaa. Esillelaitettaessa fileestä leikataan ohuita viipaleita ja annetaan sulaa hetken aikaa. Halusimme lautaselle eri tekstuureja ja makuja. Sileä ja voimakkaan makuinen kanttarellipyre, rapeat ja suolaiset juureslastut, etikkaiset kosteikkovahverot ja kylmä, ”metsänmakuinen” härän file komppaavat hyvin yhteen. Esillelaitossa pyritään selkeyteen ja yksinkertaisuuteen. Annoksen komponentit näkyvät, liha tietysti pääosassa. Asiakkaan on myös helppo maistella erillään olevia komponentteja.

Välikeittona oleva maa-artisokkakeitto on soseutettu, se tuoksuu ja maistuu reilusti nimeä antavalle raaka-aineelle. Esillelaitettaessa se soseutetaan uudelleen, jolloin keiton pinnalle muodostuu kevyt

vaahto. Näin keitosta tulee ilmavampi ja se on kevyemmän oloista. Myös ruuan ulkonäkö paranee, kun keiton pinta ei ole tavanomaisen tasainen. Kasviksena maa-artisokka ei ole kovin tunnettu. On kiva tarjota asiakkaille hieman vieraampaa raaka-ainetta ja vieläpä luomuna. Ruiskrutongit tuovat keittoon hieman pureskeltavaa ja ne sopivat hyvin myös keiton makumaailmaan. Ruohosipuli keiton pinnalla antaa myös hieman makua ja väriä annokseen.

Kuha pääruokana oli meistä itsestäänselvä valinta. Hieno villi kala suoraan Kallavedestä pyydettyinä. Kuhalle sopii hyvin juurekset ja peruna, yksinkertaisesti, mutta maukkaasti valmistettuna. Sitruunao-liivioöljy tuo juureksiin mukavasti raikkautta ja kaivattua hapokkuutta, etteivät annoksen maut jäisi liian tasaisiksi. Kastikkeena on tumma tillikastike, joka tuo annoksen maut herkullisesti yhteen. Koristeena käytetään pieniä tillinoksia, jotka ovat kauniita lautasella ja tukevat kastikkeen makua. Esil-laitossa kuha on pääosassa, lisäkkeet ovat osittain piilossa kalafileiden alla.

Mustikkakukko on jo legendaksi muodostunut jälkiruoka täällä Savossa. Halusimme sen päättävän menun, mutta emme halunneet tarjota sitä perinteisessä muodossa. Se on jo nähty. Annoksen maut ovat perisavolaiset, niitä taas ei haluttu muuttaa. Keksimme tarjota annoksen eri lämpötiloissa ja rakenteisina. Mustikan voimakas maku on jäädykkeenä, ruiskuori on muruna aidon savolaisen maun, talkkunan kera ja vaniljakastike on ”patisseeri”, eli kondiittorin kreemi. Annoksen esillepanossa pyrittiin taas kerran selkeyteen, mustikkajäädykkeen puolipyöreä muoto tuo mukavasti vaihtelua menun muotokieleeseen.

5.5 Raaka-aineiden hankinta

Lähdimme tutustumaan saatavilla oleviin sesongin raaka-aineisiin. Syksyllä on paljon erilaisia raaka-aineita saatavilla, esim. metsäsienet, juurekset ja marjat. Pystyimme käyttämään raaka-aineet tuoreina ja hyvänmakuisina. Menun raaka-aineiden tavarantoimittajat ovat jo entuudestaan tuttuja ja heidän kanssaan on tehty yhteistyötä jo vuosien ajan. Oli siis helppo lähteä rakentamaan syksy sesongin lähiruokamenua.

Ensimmäinen hyvä kontakti oli Pohjois-savon ammattipiiston yksikkö Muuruvedellä, jossa tuotetaan luomuna perunaa, sipulia, maa-artisokkaa, lanttua, porkkanaa ja muita vihanneksia. Muuruvedeltä tulee meille Savoniaan jo muutenkin sesongin raaka-aineita.

Luomuhärkä on Savosta, Maaningalta. Savo-karjalan liha leikkaa ja raaka-kypsyttää fileen. Kosteikkovahverot ja kanttarellit on kerätty Savosta paikallisen sienestäjien toimesta. Juureschipsit on tehty Muuruveden luomujuureksista.

Keitto on valmistettu Muuruveden luomumaa-artistokista. Myös keitossa käytetty sipuli on Muuruveden luomutuotantoa. Ruiskrutongit on tehty Julkulan leipomon luomuruisleivästä.

Kuhan toimittaa yksityinen kalastaja Siilinjärveltä. Annoksen perunat ja juurekset tulevat Muuruvedeltä.

Sinikasvis Sukevalta toimittaa mustikkakukon mustikat ja talkkuna on Siilinjärveltä.

5.6 Annosten esivalmistaminen

A' la carte myynnissä annosten esivalmistaminen on välttämätöntä. Myös tässä syksyn menussa suurin osa komponenteista on esivalmisteltuja. Varmistaaksemme tuotteiden hygieenisyyden, käytämme vain laadukkaita raaka-aineita ja valmistamme annoksia pienen määrän kerrallaan. Huolehdimme ruuan asianmukaisesta jäädyttämisestä, toimipaikkamme omavalvontasuunnitelman mukaisesti. Pakkaamme tuotteet huolellisesti puhtaisiin, kannellisiin astioihin ja merkitsemme astiaan tuotteen nimen ja valmistusajankohdan. Säilytämme "misoja" pakastimessa tai kokin kylmiössä a' la carte-tuotteille varatuilla hyllyillä. Iltavuoroon tuleva kokki tarkastaa aina annosten käyttökelpoisuuden ja valmistaa tarvittaessa uuden erän tai jättää aamuvuorolle listan esivalmistettavista misoista.

6 RUOKIEN HINNOITTELU

Tuotehinnoittelulla tarkoitetaan yksittäisten tuotteiden hinnoittelua. Lähtökohtana on aina tuotteen kustannusten selvittäminen. Myytävä ruoka hinnoitellaan siten, että ruuanvalmistuksen aikana tapahtuneet painonmuutokset otetaan huomioon. Tasalaatuisuuden vuoksi käytössä olevat ruoka-annosten valmistusohjeet tulee vakioida. Ruoka-annosten vakioimiseksi tarvitaan valmistusohje ja tiedot raaka-aineista. Niitä ovat ostohinta, ostopaino, painohäviö, käyttöpaino ja käyttöhintaa. (Lehtinen ym.2011, 85.)

Tuotteiden kustannukset ovat muuttuvia kustannuksia, koska ne riippuvat suoraan myytävästä määrästä. Hinnoittelussa kannattaa käyttää verottomia kustannuksia, koska ostojen arvonlisäverot ovat vähennyskelpoisia. (Selander & Valli 2007, 78-79.)

6.1 Myyntikate

Myyntihinnan laskemisessa voidaan käyttää kahta laskentatapaa. Ennen tätä yrityksen on valittava liikeideaan sopiva hinnoittelupolitiikka. Perinteinen laskutapa on arvioida tuotteelle sopivalta tuntuva myyntihinta niin, että yrityksen liikeidea, kilpailijat ja sijainti on huomioitu. Seuraavaksi tarkastetaan kateprosentti. Toinen tapa on valita ensin haluttu kateprosentti alan keskiarvojen tai omien historia-tietojen perusteella ja laskea sen mukaan tuotteen myyntihinta. (Selander & Valli 2007, 78-79.)

Myyntikate on se osa tuotteesta saatavaa tuloa, joka jää, kun verottomasta myyntihinnasta vähennetään muuttuvat kulut. Muuttuviin kuluihin lasketaan mukaan raaka-ainekustannukset ja arvonlisävero. Myyntikatteella katetaan toiminnasta aiheutuneet kiinteät kulut (palkat, vuokrat, korkokulut, verot ja yrittäjän voitto). Asiakkaalta perittävä myyntihinta sisältää siis raaka-aineiden hinnan, asetetun tavoitemyyntikatteen ja arvonlisäveron. (Lehtinen ym.2011, 85.)

6.2 Tuotepakettien hinnoittelu

Tuotepaketteja voi olla erityyppisiä. Yksinkertaisin tuotepaketti on muutamasta ruokalajista koostuva menu. Pakettien hinnoittelussa on myytävät tuotteet kerättävä kokonaisuudeksi ja hinnoiteltava kokonaisuus kaikki kustannukset huomioiden. (Selander & Valli 2007, 92.)

Kokonaishinta eli pakettihinnoittelu tarkoittaa sitä, että kaikki tuotteen osat on paketoitu yhdeksi kokonaisuudeksi. Ravintoloilla tällaisena pakettina toimii esimerkiksi menukokonaisuus. Pakettihinnaan on laskettu alku-, pää- ja jälkiruoka. Pakettihinnoittelua käytetään erityisesti silloin, kun pyritään luomaan mielikuva laadusta ja hinnasta niin, että se tukee yrityksen laadukasta imagoa. Paketin yhteishinta antaa asiakkaalle laadukkaan mielikuvan, koska hän ei joudu maksamaan jokaisesta pienestä paketin osasta erikseen. (Selander & Valli 2007, 96.)

6.3 Annoskortit annoshintalaskelma

Annoskorttia ja annoskortistoa käytetään toiminnan suunnitteluun ja kannattavuuden seurantaan. Annoskorttia varten tarvitaan aputoimintoja, joita ovat esim. katetuoton ja varaston kierron tai erilaisten hävikkien seuranta. Tarkkailua varten laaditaan jokaisesta myytävästä ruoka-annoksesta annoskortti, joka perustuu ruoka-annoksista tehtyyn vakioituun ohjeeseen. Annoskortin avulla voidaan suunnitella ostoja ja myyntiä, seurata katetuottoa, hävikkiä ja varastoon sidottua pääomaa, laatia ruokalistoja ja laatia aterioita erikoisruokavalioida noudattaville asiakkaille. Kaikki osatekijät tähtäävät taloudellisesti kannattavaan toimintaan.

Vakioitujen annoskorttien käytöstä saadaan seuraavat hyödyt:

- tasalaatuinen tuote, ei työntekijästä johtuvia poikkeamia
- tasa-arvoinen henkilökunta: kaikki ovat yhtä hyviä valmistajia
- tarkka suunnittelu toiminnan perustaksi
- tarkat laskelmat taloushallinnolle: osto- ja varastointitoiminta, kate/kannattavuus
- turvallisuus: asiakas voi luottaa saavansa annoksensa aina laadultaan samanlaisena
- sitoutunut henkilökunta: ei vaadi esimiehen jatkuvaa valvontaa
- valmistuksen taloudellisuuden paraneminen (Lehtinen ym. 2011, 85–86.)

7 POHDINTA

Lähiruoka on paljon muutakin kuin päivän trendi. Se on omalla alueellamme tuotettua suomalaista ruokaa, jonka alkuperä, tuottaja ja valmistaja tiedetään. Se on varmasti tuoretta ja sen laatu on korkea. Parhaimmillaan lähiruoka kulkee suoraan alkutuotannosta kuluttajalle, jolloin säästetään turhilta kuljetuksilta ja pakkaamisilta. Lähialueen raaka-aineita ja paikallisruokaa suosimalla pienennetään jättämäämme hiilijalanjälkeä ja edistetään kestävää kehitystä. Lähiruuan käyttö tukee myös paikallisia tuottajia ja tavarantoimittajia. Näin edistetään oman alueen taloutta, työllisyyttä ja ruokakulttuuria.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli suunnitella Ravintola Savonialle kolmen ruokalajin lähiruokamenu. Suunnittelussa oli tarkoitus käyttää mahdollisimman paljon lähialueelta saatavia raaka-aineita. Lähiruokamenujen suunnittelussa otimme huomioon yrityksen käytettävissä olevat resurssit, kuten käytettävissä olevat koneet ja laitteet sekä työvoiman ja – ajan. Kartoitimme lähialueelta saatavia raaka-aineita ja tavarantoimittajia yhteistyökumppaneiksi. Huomioimme myös yrityksen hintatason ja hinnoittelimme menun sen mukaisesti.

Menujen suunnittelussa käytimme muutamia jo hyväksi havaitsemiamme ruokaohjeita ja muokkasimme niitä käyttötarkoitukseen sopiviksi. Kehitimme myös aivan uusia reseptejä. Testasimme annosten toimivuutta ravintolan keittiössä. Tässä testauksessa meille oli suurena apuna ravintolamme kollegat. Heidän palautteensa ja omien huomioidemme pohjalta pystyimme tekemään tarvittavat korjaukset reseptiikkaan.

Tuotekehitysprosessi tuotti Ravintola Savonialle toimivan, vakioidun reseptiikan työohjeineen. Työn oheistuotteena tuotetut annoskortit ja valokuvat annoksista takaavat tuotteen tasaisen laadun ja annokset pysyvät samannäköisinä, vaikka tekijä vaihtuisikin. Annoskorteista on myös paljon apua työvuorossa työskenteleville opiskelijoille annosten eri komponenttien esivalmistelussa ja kokonaisuuden hahmottamisessa.

Opinnäytetyöprosessin onnistumisen kannalta perehtyminen teorian tietoon, tekijöiden ammattitaito ja työkokemus olivat avainasemassa hyvän lopputuloksen saavuttamiseksi. Kehittelemämme menu on onnistunut ja reseptiikka toimiva. Työmme tavoitteet toteutuivat ja pystyimme suunnittelemaan houkuttelevan neljän ruokalajin lähiruokamenuun, pääosin alueen omista raaka-aineista. Saimme työn myötä myös uusia kontakteja lähiruuan tuottajiin ja toimittajiin.

Työn toteuttaminen toiminnallisen opinnäytetyön muodossa oli oikea ratkaisu. Työssä tuli esille tekijöiden ammatillinen tieto ja taito. Yhdistimme työssämme toiminnallisuuden, teoreettisuuden, tutkimuksellisuuden ja raportoinnin. Kehittämämme neljän ruokalajin syysmenu uudistaa ravintolan ruokalistaa ja palvelee paremmin sekä Ravintola Savonian henkilökuntaa, että asiakkaita.

Tutkimusprosessissa soveltamamme Heuristinen metodi on validi, eli pätevä menetelmä opinnäytetyössämme. Tutkimusprosessin aikana toteutuivat kaikki Heuristisen metodin vaiheet ja käyttämämme menetelmät vastasivat tutkittavaa ilmiötä. Tutkimuksen rebliteetti, eli luotettavuus on hyvä, koska saamamme tulokset eivät ole sattuman aiheuttamia vaan testattuja. Jos tutkimus uusittaisiin, tulos olisi sama. Valitsemamme tutkimusote teki oikeutta tutkittavalle ilmiölle, opinnäytetyössämme toteutui: "Etsin, keksin, kokeilen".

Tässä opinnäytetyössä käy ilmi, kuinka monivaiheinen projekti ruokalistan suunnittelu ja ruokatuotteen kehittäminen kokonaisuudessaan on. Asiaan paneutuminen, suunnittelu ja ideointi tuottavat uusia tuotteita, joista voi syntyä aivan uusia ruokatrendejä suurelle yleisölle. Huolellisella työskentelyllä ja ammattitaidolla onnistutaan kehittämään laadukkaita ja äärimmäisen maukkaita ruokatuotteita.

7.1 Uusi lähiruokamenu ravintolassa

Uusi lähiruokamenu on ollut ravintolassa käytössä jo jonkin aikaa. Asiakkailta tullut palaute on ollut positiivista. Lähiruualle on selkeästi kysyntää, asiakkaat haluavat maistella paikallisia makuja. Myös lapsiperheet valitsevat listalta lähiruokamenun pienempinä annoksina tai suppeampana kokonaisuutena. Vanhemmat arvostavat puhdasta kotimaista ruokaa ja haluavat tarjota sitä lapsilleen.

Kuha pääruokana on saanut paljon hyvää palautetta, Kallaveden rannalla luonnollisesti kalaa. Vieraanamme oli kiinalainen seurue, joka nautti Savonian syysmenun. Yksi seurueen jäsen halusi käydä henkilökohtaisesti kiittämässä kokkia erityisen maukkaasta kalasta. Eräs asiakas mietti, onko mustikkakukko oikea nimitys menumme jälkiruualle. Onko mustikkakukolla nimisuoja? Pohdimme asiaa, mutta jätimme nimen, koska tuottemme on "mustikkakukkoa Savonian tapaan".

Olisimme halunneet painattaa A'la cartelistaan lähialueen kartan, johon olisimme pystyneet meritsemään juuri sen vesialueen josta kuha on pyydetty ja Muuruveden yksikön, josta saamme käyttämämme luomuperunat ja-juurekset. Lisäksi karttaan olisi voinut merkitä muita mielenkiintoisia yksityiskohtia tai knoppitietoa Savosta. Lista ennätti painoon ennen karttaidean toteuttamista, mutta ravintolan henkilökunta kertoo mielellään menun raaka-aineiden alkuperästä asiakkaillemme.

7.2 Talvimenun kehittäminen

Koska opinnäytetyön valmistuminen pitkittyi ja vuodenaikakin vaihtui, halusimme miettiä myös talvelle mahdollista menukokonaisuutta. Suunnittelimme menun paikallisten toimittajien ympärille sesonkiraaka-aineta hyödyntäen. Menu on sen verran tuhti, että kolme ruokalajia riittää vallan mainiosti täyttämään nälkäisemmänkin asiakkaan vatsan.

Lähiruokamenu talvi

- blini ja mateenmätiä, punasipulia ja smetanaa
- haudutettua Savolaista karitsanpotkaa, timjamikastiketta, luomu peruna-juurespyttipannua

- ruis-suklaakakku ja Peltolan juustolan vadelmasorbettia

Talvella syödään raskaammin, joka näkyy valitsemissamme raaka-aineissa. Talven lähiruokamenu aloitetaan perinteisellä talviherkulla eli blineillä ja mateenmädillä. Made on talven sesonkikala ja siitä käytetään myös arvokas mäti tässä alkuruoassa.

Talvella syödään myös tuhteja liharuokia, joten haudutettu karitsanpotka (Savo-Karjalan liha) istuu menuun kuin nakutettu. Potkat haudutetaan yön yli uunissa miedossa lämmössä, juuresten ja yrttien kera. Haudutusliemestä valmistetaan timjamikastike. Lisäkkeenä tarjoaisimme Muuruveden luomuperunoista ja – juureksista valmistettua pyttipannua. Jälkiruuan täyteläinen suklaakakku saisi markkuparikseen Peltolan juustolan valmistaman, hyväksi havaitsemamme vadelmasorbetin.

Vaikka eri vuodenaajoille olisi todella mielenkiintoista kartoittaa sesonkiraaka-aineita, selvittää raaka-aineiden saatavuutta ja miettiä erilaisia menukokonaisuuksia, jätämme kuitenkin talven menun seuraavalle tekijälle. Pallo on heitetty!

LÄHTEET JA TUOTETUT AINEISTOT

AROMI. 2014. Lähiruokaa isossa mittakaavassa. Jari F. Lampen. [Aikakauslehti] Nro 8. Lokakuu 2014

EKOCENTRIA. Kestävä kehitys. 2012. [Verkkoaineisto] [Viitattu 2014-11-26.] Saatavissa: http://www.ekocentria.fi/kestava_kehitys

EKOCENTRIA. Kestävä ruokalistasuunnittelu. 2012. [Verkkoaineisto] [Viitattu 2015-01-27.] Saatavissa: http://www.ekocentria.fi/kestava_ruokalista

EVIRA. Lilleberg, L., 2011. Aistinvaraiset menetelmät. [Verkkoaineisto] [Viitattu 2015-01-28.] Saatavissa: http://www.evira.fi/files/attachments/fi/evira/tapahtumat/labra/lilleberg_leena_aistinvaraiset_menetelmat_12_10_2011.pdf

EVIRA. Lilleberg, L., 2012. Ajankohtaista laboratoriorintamalla. [Verkkonaineisto] [Viitattu 2014-11-28.] Saatavissa: http://www.evira.fi/files/attachments/fi/evira/tapahtumat/labra/lilleberg_leena_aistinvaraiset_menetelmat_12_10_2011.pdf

HAAPANIEMI, Tiina 2003. HYPPÄÄ ROOLIIN! Empatia ja sosiaalisuus draamakasvatuksen tavoitteina luokassa. Luokanopettajien aikuiskoulutus. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteen pro gradu – tutkielma. [Viitattu 2014-11-27.] Saatavissa: <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/10726/G0000346.pdf?sequence=1>

HAKKARAINEN, Johanna. 9.4.2012. Ruokapalvelutoiminnan kehittäminen – case Metsäkartano. Opinnäytetyö.[Viitattu 2014-11-16.] Saatavissa: <http://www.theseus.fi>

HILTUNEN, Leena. 18.2.2009. Validiteetti ja reliabiliteetti. Opintomateriaali. Jyväskylän yliopisto. [Viitattu 2014-11-28.] Saatavissa: http://www.mit.jyu.fi/ope/kurssit/Graduryhma/PDFt/validius_ja_reliabiliteetti.pdf

IMMONEN, I., LAAKSONEN, S., LATTU, L., REUNASALO, T., SINISALO, L. & VÄLIMÄKI, P-A. 2010. Erityisruokavalioiden valmistus ammattikeittiössä. 2. uudistettu painos. Helsinki: WSOYpro Oy

JOKINEN, T. 1999. Tuotekehitys. Helsinki: Valopaino Oy.

KARMAVUO, Risto, LIHTONEN, Juha 2004. Viini & Ruoka– Opas makujen harmoniaan. Helsinki: Tammi.

KESTÄVÄ KEHITYS. Ulkoasiainministeriö. [Verkkoaineisto] [Viitattu 2014-10-31.] Saatavissa: <http://formin.finland.fi/public/default.aspx?contentId=67416&nodeId=32099&contentlan=1&culture=fi-FI>

KETOLA, T. 2005. Vastuullinen liiketoiminta. Sanoista teoiksi. Helsinki: Edita Prima Oy.

KOISTINEN, Heini ja LAPPALAINEN, Niina. 19.11.2012. Gustaf Raninin ajan ruoka- ja juomakulttuuri-kausimenuja Koivumäen kartanolle. Opinnäytetyö. [Viitattu 2014-11-27.] Saatavissa: <http://www.theseus.fi>

KONTIO, Venla 2011. Ravintola Huviretken paikallismenuiden tuotekehitys.Mikkelin ammattikorkeakoulu. Palvelujen tuottamisen ja johtamisen koulutusohjelma. Opinnäytetyö. [Viitattu 2014-10-31.] Saatavissa: <http://www.theseus.fi>

KURKI, L. 1995. Miten ymmärrän heuristisen tutkimuksen. Teoksessa Nieminen, J. (toim.) Menetelmävalintojen viidakossa. Pohdintoja kasvatuksen tutkimuksen lähtökohdista. Tampereen yliopisto kasvatustieteidenlaitos. Julkaisusarja B 13, 119 – 132.

KURUNMÄKI S., IKÄHEIMO I., SYVÄNIEMI A-M., RÖNNI P. 2012. LÄHIRUOKASELVITYS. Ehdotus lähiruokaohjelman pohjaksi 2012–2015. [Verkkoaineisto] [Viitattu 2014-11-20.] Saatavissa: http://www.mmm.fi/attachments/mmm/julkaisut/muutjulkaisut/65w1I3c5F/Lahiruokaselvitys_valmis.pdf

LAMPI, R., LAURILA, A. & PEKKALA, M-L. 2009. Ruokapalvelut työnä. 4. uudistettu painos. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.

LEHTINEN, M., PELTONEN, H., & TALVINEN, P. 2003. Mestarikokin käsikirja. Porvoo: WSOY.

LEHTINEN, M., PELTONEN, H., & TALVINEN, P. 2007. Ruoanvalmistuksen käsikirja. 1.-3. painos. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.

LEHTINEN, M., PELTONEN, H., TAUREN, P. 2011. Ruoanvalmistuksen käsikirja. 4.uudistettu painos. Helsinki: WSOYPro.

LEHTO, P. & PATALA, A. 2007. Kokin käsikirja.1.-5. painos. Helsinki: Otava.

LEHTOVAARA, T., HOPIA, A., 2011. Molekyyli sopassa.Helsinki: WSOYPro Oy

LUOMU. Elintarviketurvallisuusvirasto Evira. [Verkkoaineisto] [Viitattu 2014-11-15.] Saatavissa: <http://www.evira.fi/portal/fi/tietoa+evirasta/asiakokonaisuudet/luomu/>

LUOMU.FI. [Verkkoaineisto] [Viitattu 2014-11-15.] Saatavissa: <http://luomu.fi/ruoka/>

LUOMULIITTO. [Verkkoaineisto] [Viitattu 2015-02-11.] Saatavissa:

<http://www.luomuliitto.fi/luomutuotanto/leppakerrtumerkki/>

LÄHIRUOKAA – TOTTA KAI! 2014. Maa- ja metsätalousministeriö. 2014-01-14. [Verkkoaineisto] [Viitattu 2014-11-15.] Saatavissa: <http://www.mmm.fi/fi/index/etusivu/lahiruoka.html>

MONONEN, Tuija ja RISKU-NORJA, Helmi 2012. Ruuan paikallistaminen – Ekologiset ja sosiaaliset vaikutukset. Teoksessa Hyvä ja paha ruoka. Toim. MONONEN, Tuija ja SILVASTI, Tiina. Helsinki: Gaudeamus.

MÄKIPESKA, Tuomas ja SIHVONEN Mikko. 2010. Lähiruoka, nyt! Trendistä markkinoille.

[Verkkoaineisto] [Viitattu 2014-11-15.] Saatavissa: <http://www.sitra.fi/julkaisut/Selvityksi%C3%A4-sarja/Selvityksi%C3%A4%2029.pdf>

MÄÄTTÄLÄ, S. 2010. Ruokatuotantoprosessi. Teoksessa Saarela, A-M. ym. (toim.)

Elintarvikeprosessit. 3. uudistettu painos. Savonia-ammattikorkeakoulun julkaisusarja D5/9/2010. Kuopio : Savonia-ammattikorkeakoulu, 315-335.

MÄÄTTÄLÄ, S., NUUTILA, J. & SARANPÄÄ, T. 2008. Juhl palvelu: suunnittele ja toteuta. 2.uudistettu painos. Helsinki: WSOY.

PORTAAT LUOMUUN. Ohjelma ammattikeittiöille. [Verkkoaineisto] [Viitattu 2014-11-20.] Saatavissa:

http://www.portaatluomuun.fi/luomu_ammattikeitioissa

PULLIAINEN, E. 2006. Bioenergia ja lähiruoka. Helsinki: Ochre Chronicles Oy.

SAVON KOULUTUSKUNTAYHTYMÄ 2013. Kestävän työelämän edistäjä. [Verkkoaineisto] 8.4.2013

[Viitattu 2014-11-20] Saatavissa:

http://www.oph.fi/download/148643_Karhunen_Hannele_Kestavan_kehityksen_mukainen_kulttuuri2.pdf

SAVON KOULUTUSKUNTAYHTYMÄ. Sannakkolammentie 2. Valokuva. [Verkkoaineisto] [Viitattu 2015-02-11.] Saatavissa:

http://www.sakky.fi/fi/Kuntayhtyma/Koulutusyksik%C3%B6t/Kuopio/Sannakkolammentie_2/Sivut/koti.aspx

SELANDER, K., VALLI, V. 2007. Hinnoittelu ja kannattavuus matkailu- ja ravitsemisalalla. Helsinki: WSOY oppimateriaalit OY.

TUORILA, H., PARKKINEN, K. & TOLONEN, K. 2008. Aistit ammattikäyttöön. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.

TUTKIMUSPROSESSI. Tutkimuksen toteuttaminen. [Verkkoaineisto] [Viitattu 2014-11-20.]
Saatavissa: <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/tutkimusprosessi/tutkimuksen-toteuttaminen>

TENKAMA, Pirkko, 2014. [Luento] Kuopio Savonia-ammattikorkeakoulu

VILKKA, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

YMPÄRISTÖOSAAVA. FI. Ympäristöosaava ammattilainen. [Verkkoaineisto] [Viitattu 2015-02-11.]
Saatavissa: <http://www.ymparistoosaava.fi/ruokapalveluala/index.php?k=22444>

LIITE 1: ANNOSKORTIT

RIIMI LUOMUHÄRKÄÄ

KANTTARELLIPYRE

KOSTEIKKOVAVHEROPIKKELSI

LUOMU JUURESCHIPS

**RIIMIHÄRKÄ**

- RENSSATTU HÄRÄNFILE
- SUOLA
- MUSTAPIPPURI
- TIMJAMI
- KATAJANMARJA

HIERO MAUSTEET FILEEN PINTAAN JA KELMUTA TIUKAKSI PAKETIKSI. ANNA MAUSTUA KYLMIÖSSÄ YÖN YLI. PAKASTA.

ESILLE: LEIKKAA FILEESTÄ OHUITA VIIPALEITA JA MAUSTA KEVYESTI SUOLALLA.

KANTTARELLIPYRE

- 50 G SIPULIA
- 200 G KANTTARELLIA
- 2 DL KERMAA
- SUOLA, PIPPURI

FREESAA SIPULIT JA KANTTARELLIT VOISSA. LISÄÄ KERMA JA KEITÄ KYPSÄKSI. MAUSTA. AJA BLENDERISSÄ TASAISEKSI JA PASEERAA. JÄÄHDYTÄ.

KOSTEIKKOVAHVEROPIKKELSI

PIKKELSILIEMI

- 9 DL VESI
- 6 DL VAALEA ETIKKA
- 6 DL SOKERI
- 20 VALKOPIPPURIA
- 10 NEILIKKAA
- 4 LAAKERINLEHTÄÄ
- TILLINVARZIA

KIEHAUTA LIEMI. KAADA LIEMI KOSTEIKKOVAHVEROIDEN PÄÄLLÄ JA ANNA MAUSTUA 2 VRK.

JUURESCHIPSIT

- PORKKANA
- PUNAJUURI
- SELLERI
- PALSTERNAKKA

TEE JUUREKSISTA KUORIMAVEITSELLÄ OHUITA LASTUJA. FRITEERAA 170 ASTEISSESSÄ ÖLJYSSÄ KAUNIIN RUSKEIKSI. MAUSTA SUOLALLA.

LUOMU MAA-ARTISOKKAKEITTO

RUISKRUTONKI



KEITTOPOHJA

- 100 G SIPULI
- 1 KG MAA-ARTISOKKA
- 5 G VALKOSIPULI
- 1 DL KUIVA VALKOVIINI
- 5 DL KANALIEMI
- 2 DL KERMA/PUNAINEN MAITO
- VOI
- SUOLA, MP

FREESAA VOISSA SIPULIT JA PILKOTUT MAA-ARTISOKAT. LISÄÄ VIINI JA KANALIEMI. KEITÄ KYPSEKSI. LISÄÄ LOPUKSI KERMA JA MAUSTA SUOLALLA JA PIPPU-RILLA. PORAA TASAISEKSI JA SIIVILÖI. KORISTELE RUISKRUTONGEILLA JA RUOHOSIPULILLA.

PAISTETTUA KALLAVEDEN KUHA

TUMMA TILLIKASTIKE

PAAHDETTUA PERUNAA

UUNIJURES



TUMMA TILLIKASTIKE

- KUHAN RUOTOJA
- SIPULI
- 1 L KALALIEMI
- 2 DL TUMMA RAPULIEMI
- 2 DL KUIVA VALKOVIINI
- TILLIN SIEMENIÄ

PAAHDA KUHAN RUODOT KATTILASSA RUSKEAKSI. LISÄÄ PILKOTTU SIPULI JA NESTEET. REDUSOI. LISÄÄ LOPUKSI TILLIN SIEMENET JA ANNA MAUSTUA. SIIVILÖI.

PAAHDETTUA PERUNAA

LEIKKAA UUNIPERUNAT MUOTOONSA. MAUSTA SUOLALLA, PIPPURILLA JA OLIIVIÖLJYLLÄ. PAAHDA 175 ASTEISESSA UUNISSA N.30 MIN.

UUNIJUURES

PORKKANA, SELLERI, PALSTERNAKKA.

LEIKKAA KUUTIOIKSI, MAUSTA SITRUUNAOLIIVIOLJYLLÄ, SUOLALLA JA PIPPU-
RILLA.

PAAHDA 175 ASTEISESSA UUNISSA N.30 MIN.

ESILLE:

MAUSTA KUHAN PALAT (150 G) SUOLALLA JA PAISTA VOI-ÖLJYSEOKSESSA KYP-
SÄKSI. LÄMMITÄ PERUNAT JA JUUREKSET UUNISSA. LAUTASELLE ENSIN PERU-
NAT KESKELLE JA JURESKUUTIOT YMPÄRILLE. NOSTA KUHPALAT NIIDEN
PÄÄLLE. LISÄÄ LÄMMITETTY KASTIKE JA KORISTELE TILLILLÄ.

MUSTIKKAKUKKO SAVONIAN TAPAAAN

MUSTIKKAJÄÄDYKE

PATISSEERI

RUIS-TALKKUNAMURU



MUSTIKKAJÄÄDYKE

- 500 g SOKERI
- 300 G VALKUAINEN
- 2 KPL LIIVATE
- 1000 G KERMAVAAPHTO
- 1000 G MUSTIKKAPYRE

KYPSENNÄ VALKUAISET JA SOKERI 52 ASTEeseen. JÄÄHDYTÄ. LISÄÄ SULATETTU LIIVATE JA LOPUT AINEET POHJAAN. SEKOITA TASAISEKSI. ANNOSTELE VUOKIIN JA PAKASTA.

PATISSEERI

- 1 KPL VANILJATANKO
- 5 DL MAITO
- 120 G KELTUAINEN
- 120 G SOKERI
- 36 G MAIZENA
- 20 G VOI

KIEHAUTA VANILJATANKO MAIDOSSA. LISÄÄ KELTUAISET, SOKERI JA MAIZENA. KYPSENNÄ. LISÄÄ LOPUKSI VOI JA SEKOITA TASAISEKSI. JÄÄHDYTÄ.

RUIS-TALKKUNAMURU

- 3 DL TALKKUNAJAUHO
- 2 DL VEHNÄJAUHO
- 1 DL FARIINISOKERI
- 150 G RUSKISTETTU VOI

SEKOITA KUIVAT AINEET. LISÄÄ VOI JA SEKOITA. MURUSTELE SILPATILLE. PAISTA UUNISSA 160 ASTETTA, 10–15 MIN.

LIITE 2: ANNOSLASKELMAT

Tuote- / Annoslaskelma					GM	
tuotteen nimi:			Paistettua Kallaveden kuhaa			
kustannuspaikka:						
pvä:			vas- tuuhlö:			
täytä vain harmaat kentät						
Art. No	raaka-aineet	määrä	yks.	yks. hinta	kust.	
	kuha	0,150	kg	22,00	3,30	
	tumma tillikastike	0,060	l	10,00	0,60	
	paahdettu peruna	0,120	kg	1,60	0,19	
	uunijuurekset	0,060	kg	1,90	0,11	
					0,00	
					0,00	
					0,00	
					0,00	
					0,00	
					0,00	
A. raaka-ainekustannus					4,21	
budj.						
B.	my-kate % tavoite				70	
C.	nettomyyntihinta	A/B				14,02
D.	alv	C*V2				1,96
E.	bruttomyyntihinta	C+D				15,98
toteuma						
F.	myyntihinta					19,00
G.	alv	F*V				2,33
H.	nettomyyntihinta	F-G				16,67
I.	myyntikate mk	H-A				12,46
J.	myyntikate %	I/H				74,76
V. alv %						
						14
X.	myyntikerroin (budj.hinta)		3,80	tot. myyntikerroin		4,52

Tuote- / Annoslaskelma					GM	
tuotteen nimi:			Riimi luomu-			
kustannuspaikka:			härkää			
pvä:			vastuuhlö:			
täytä vain harmaat kentät						
Art. No	raaka-aineet	määrä	yks.	yks. hinta	kust.	
	häränfile	0,040	kg	29,00	1,16	
	kosteikkovahvero	0,020	kg	14,00	0,28	
	juures chips, luomu	0,020	kg	2,80	0,06	
				0,00	0,00	
				0,00	0,00	
				0,00	0,00	
				0,00	0,00	
				0,00	0,00	
				0,00	0,00	
				0,00	0,00	
A. raaka-ainekustannus					1,50	
budj.						
B.	my-kate % tavoite				70	
C.	nettomyyntihinta	A/B			4,99	
D.	alv	C*V2			0,70	
E.	bruttomyyntihinta	C+D			5,68	
toteuma						
F.	myyntihinta				7,50	
G.	alv		F*V		0,92	
H.	nettomyyntihinta		F-G		6,58	
I.	myyntikate mk		H-A		5,08	
J.	myyntikate %		I/H		77,26	
V.	alv %				14	
X.	myyntikerroin (budj.hinta)		3,80	tot. myynti-kerroin		5,01

Tuote- / Annoslaskelma						GM
tuotteen nimi:			Mustikkakukko			
kustannuspaikka:			Savonian tapaan			
pvä:			vastuuhlö:			
täytä vain harmaat kentät						
Art. No	raaka-aineet	määrä	yks.	yks. hinta	kust.	
	mustikkakukko	0,080	kg	12,00	0,96	
	patisseeri	0,040	kg	8,00	0,32	
	ruis-talkkunamuru	0,020	kg	3,00	0,06	
				0,00	0,00	
				0,00	0,00	
				0,00	0,00	
				0,00	0,00	
				0,00	0,00	
				0,00	0,00	
A. raaka-ainekustannus					1,34	
budj.						
B.	my-kate % tavoite				70	
C.	nettomyyntihinta	A/B				4,47
D.	alv	C*V2				0,63
E.	bruttomyyntihinta	C+D				5,09
toteuma						
F.	myyntihinta					6,50
G.	alv		F*V			0,80
H.	nettomyyntihinta		F-G			5,70
I.	myyntikate mk		H-A			4,36
J.	myyntikate %		I/H			76,50
V. alv % 14						
X.	myyntikerroin (budj.hinta)	3,80		tot. myyntikerroin		4,85

Tuote- / Annoslaskelma		Luomu maa-artistokkakeitto			GM
tuotteen nimi:					
kustannuspaikka:					
pvä:		vastuuhlö:			
täytä vain harmaat kentät					
Art. No	raaka-aineet	määrä	yks .	yks. hinta	kust.
	keittopohja	0,120	l	12,00	1,44
	ruiskrutonki	0,060	kg	1,60	0,10
					0,00
					0,00
					0,00
					0,00
					0,00
					0,00
					0,00
A. raaka-ainekustannus					1,54
budj.					
B.	my-kate % tavoite				70
C.	nettomyyntihinta	A/B			5,12
D.	alv	C*V2			0,72
E.	bruttomyyntihinta	C+D			5,84
toteuma					
F.	myyntihinta				6,50
G.	alv		F*V		0,80
H.	nettomyyntihinta		F-G		5,70
I.	myyntikate mk		H-A		4,17
J.	myyntikate %		I/H		73,06
V.	alv %			14	
X.	myyntikerroin (budj.hinta)	3,80	tot. myyntikerroin		4,23