

## Perustaisimmeko ruokaraadin?

Koulun ruokaraati tai -toimikunta on mainio tapa, jolla voidaan lisätä yhteistyötä ja rohkaista oppilaita osallistumaan kouluruokailuun ja ruokailuhetkien suunnitteluun, toteuttamiseen sekä arviointiin. Oppilaiden osallistamista kouluruokailuun kannustavat myös [uudet opetussuunnitelman perusteet](#).

## Sunan koulun ruokaraati on monessa mukana

”Ruokaraatimme tärkein tehtävä on kannustaa oppilaita hyviin ruokailutapoihin ja -tottumuksiin sekä parantaa yhteistyötä oppilaiden, koulun ja keittiön välillä”, kertoo rehtori Pentti Miettinen espoolaiselta Sunan koululta.

Ruokaraati toimii aktiivisesti ja on monessa mukana. ”Käsitlemme raadissa ajankohtaisia asioita, kuten retki- ja teemapäivien ruokailua sekä yleisiä asioita, kuten esimerkiksi ruokailutilannetta ja kestävästä kehityksestä. Olemme myös tiedottaneet huoltajille tärkeistä ravitsemusasioista, jatkaa Miettinen.



*Sunan koulu 6 A luokan oppilaat Laura Nyman ja Emma Ikonen ovat mukana ruokaraadissa. Heidän mukaansa yhteiset keskusteluhetket ovat avartaneet näkemystä ja lisänneet tietoa kouluruokailusta.*

Neljä kertaa lukuvuodessa kokoontuvaan raatiin kuluvat keittiön henkilökunnan ja puheenjohtajana toimivan rehtorin lisäksi kaksi oppilasedustajaa, terveydenhoitaja, yksi opettaja sekä vanhempainyhdistyksen edustaja.

## Raati ideoi ja kehittää

Koulun arjessa ruokaraadin aikaansaannokset näkyvät monella tapaa. Ruokailutilanteen viihtyisyyttä on parannettu ja oppilaita on kannustettu mukaan kouluruokailun kehittämiseen esimerkiksi seuraavien toimenpitein:

– Ruokailutilan meluisuuden vähentämiseksi hankittiin paksummat verhot ja valmistettiin koko koulun yhteisenä projektina ruokailutilan seinälle ryjy. Se koottiin yhteen jokaisen oppilaan tekemästä 10x10 cm

kokoisesta palasta. Kaikumisen estämiseksi hankittiin akustokarhulevyjä ruokasalin kattoon ja melutason sekä levottomuuden vähentämiseksi oppilaille nimettiin omat paikat ruokasalissa.

– Kestävän kehityksen edistämiseksi ruokaraati teki päätöksen, että koulussa vähennetään kertakäyttölautasten ja pienten pakkausten käyttämistä. Lisäksi kuudennen luokan oppilaat tekivät ruokaraadin aloitteesta biojätetutkimuksen, jonka tulokset asetettiin pylväsdiagrammeina näytteille oppilasravintolaan.

– Oppilaiden vaikutusmahdollisuuksia lisättiin teettämällä maustekysely. Sen pohjalta päätettiin tarjolla oleva maustevalikoima, joilla isommat alakoululaiset voivat maustaa ruokaansa. Ruokaraadin oppilasedustajat tekivät lisäksi säännöt mausteiden käytölle.

– Oppilaille teetettiin kysely, jolla pyrittiin edistämään maidon juomista. Aiheeseen liittyviä yllätyspalkintoja jaettiin koulun yhteisissä tilaisuuksissa.

– Huoltajille on tiedotettu aamupalan syömisen tärkeydestä ja energijuominen epäterveellisyydestä.

## **Tukea opetukseen ja oppilaiden osallistamiseen**

Raadin vanhempainyhdistyksen edustaja, liiketoimintajohtaja Taina Luova, kokee toiminnan merkityksellisenä: "Olen vankka kouluruoan ja suomalaisen kouluruokajärjestelmän puolestapuhuja. Ruokaraadissa on keskusteltu paljon niin ruoasta kuin ruokailun järjestämisestäkin. Oppilaat ovat aktiivisesti mukana, esimerkiksi kuudesluokkalaiset ovat hyvin valveutuneita ruoka-asioissa ja osaavat ilmaista mielipiteitään."

"Keittiön toiminnasta kertominen auttaa oppilaita ymmärtämään, miten teemme laadukasta ruokaa vakio-ohjeilla terveellisistä ja laadukkaista raaka-aineista määrärahan puitteissa. Usein oppilaiden toiveet ovat pieniä ja helposti toteutettavissa, kertoo koulun ruokapalveluesimies Arja Timonen Espoo Cateringista.

"Kun oppilaat pääsevät itse vaikuttamaan ja valitsemaan sekä ottamaan vastuuta ruokailusta, muuttuu asennoituminen kouluruokailua kohtaan myönteisemmäksi. Oppilaille on ruokaraadin toiminnan myötä välittynyt tunne mielipiteiden huomioon ottamisesta. Ruokaraati järjestää oppilaiden kanssa myös pieniä tiedotuskampanjoita, jotka tukevat opetusta. Omissa luokissa samojen asioiden läpikäyminen veisi aikaa muilta tärkeiltä asioilta eikä vaikutus olisi varmastikaan sama kuin nyt, kun omat kaverit niistä kertovat", toteavat Sunan koulun luokanopettajat ruokaraatitoiminnan hyödyistä.

## **Kouluruokadiplomi kannustaa ruokaraatitoimintaan ja yhteistyöhön**

Kouluruokadiplomi on kouluille myönnettävä tunnustus laadukkaasti ja valtakunnallisten tavoitteiden mukaan toteutetusta kouluruokailusta. Lisätietoa kouluruokailuun liittyvästä yhteistyöstä ja sen merkityksestä saat [Kouluruokadiplomin sivuilta](#). Tutustu myös [diplomin hakuun](#).

**Teksti ja kuva:** Virpi Kulomaa/Ammattikeittiöosaajat ry, 24.2.2015