

EVIDENS

**Fazer Food Services
Kouluruokatutkimus 2015**



Tutkimuksen tavoite ja toteutus



Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää, minkälaista kouluruokailua lapset eri puolella Suomea ja eri ikäryhmissä toivovat. **Miten tehdä kouluruokailusta päivän kohokohta?**



Tutkimus toteutettiin **laadullisen oppilasryhmätyöskentelyn ja valtakunnallisen nettikyselyn** yhdistelmänä.



- Oppilasryhmätyöskentelyssä kolme oppilasryhmää, yksi per kouluaste. Yhteensä tähän osallistui toukokuussa 18 lasta/nuorta.
- Nettipaneelissa n=1000. Lapset vastasivat vanhempiensa luvalla. Kenttätyö toteutettiin 26.5.-6.6.2015

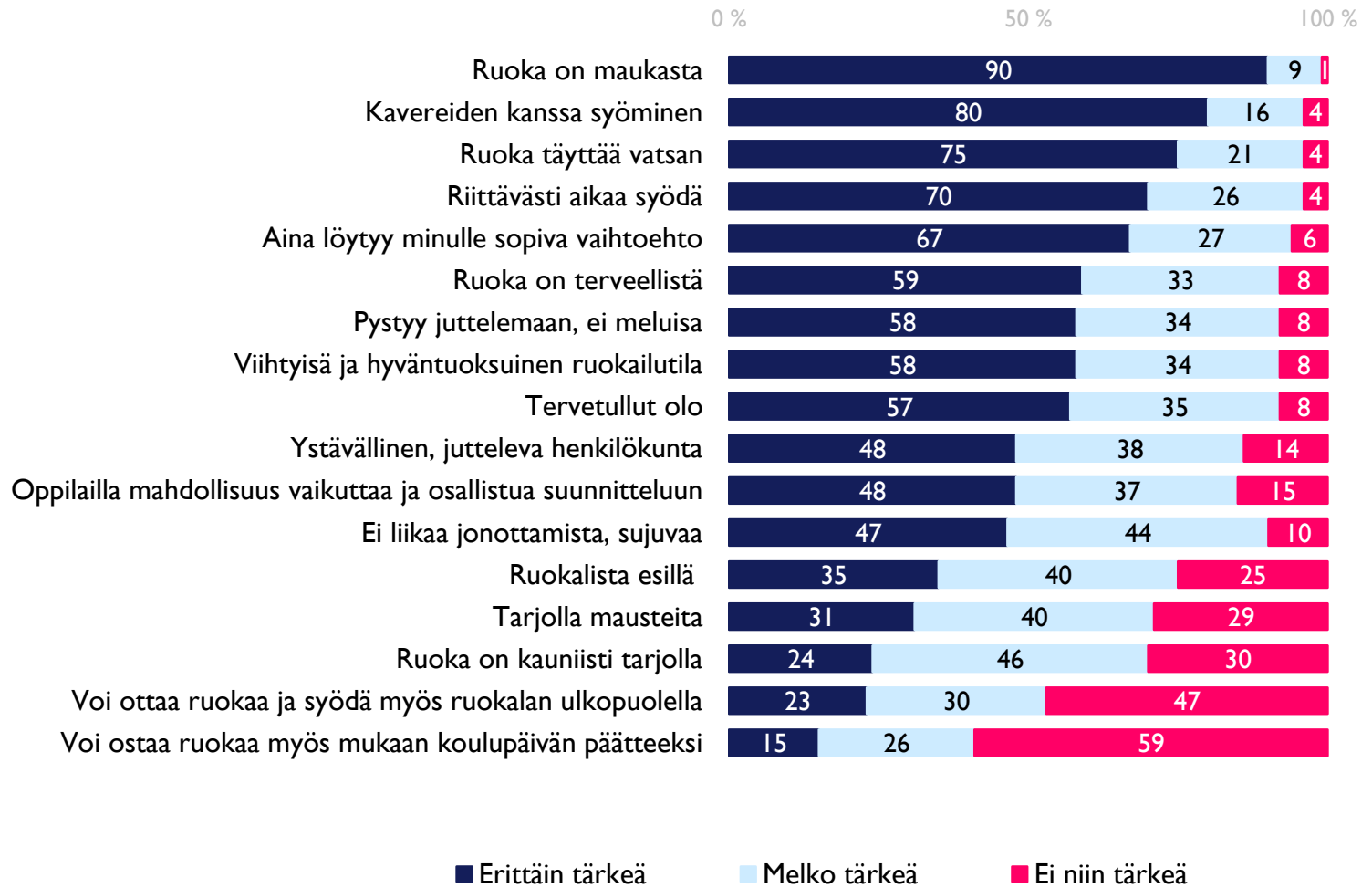
Koululaisryhmien workshopit

Valtakunnallisen nettikyselyn suunnittelun pohjaksi ja ylipäätään lasten ja nuorten näkökulmien ymmärtämiseksi järjestimme eri kouluasteella olevien oppilaiden kanssa workshop-tilaisuudet

Workshopeissa

- ▶ käsiteltiin kouluruokailua, siihen liittyviä fiiliksiä ja toiveita
- ▶ hahmoteltiin asioita ja toimenpiteitä, joiden avulla kouluruokailua voitaisiin kehittää oppilaille merkityksellisellä tavalla
- ▶ annettiin oppilaille vapaa sana: millaista on kouluruokailu nyt? Mikä on hyvin, mikä vaatisi kehittämistä? Millaisia konkreettisia kehittämisideoita oppilailla on?

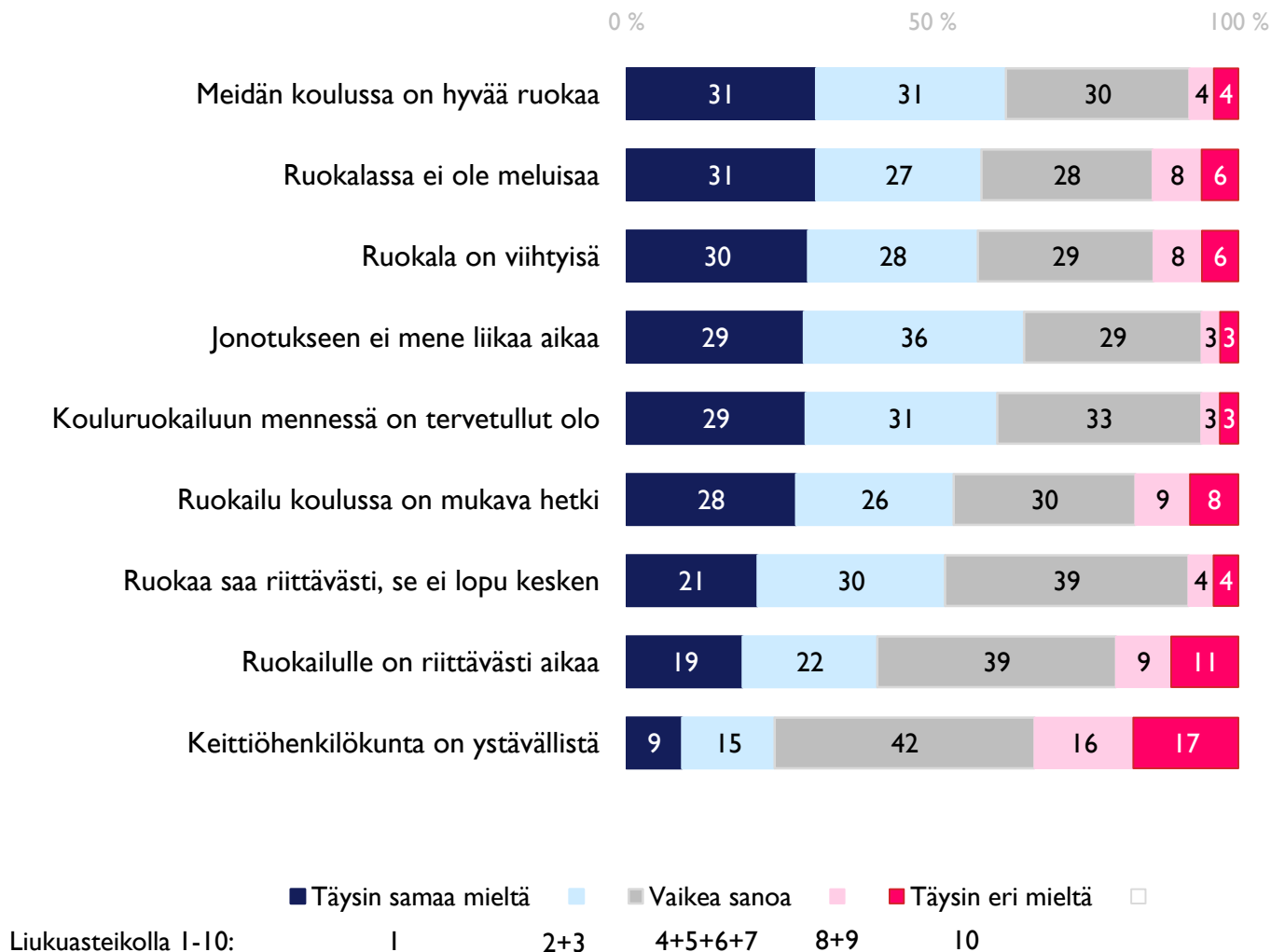
Mikä kouluruokailussa on tärkeää



Mikä kouluruokailussa on tärkeää, eroja taustaryhmittäin

- ❖ **Tytöille** on poikia tärkeämpää, että on **riittävästi aikaa** syödä, ruoka on **terveellistä**, **ruokalista** on esillä ja ruoka on **kauniisti tarjolla**
- ❖ **Yläkoululaiset ja lukiolaiset** pitävät jonotuksen **sujuvuutta** ja **mausteiden** tarjolla oloa tärkeämpänä kuin alakoululaiset
- ❖ **Lukiolaisille** on muita tärkeämpää, että on riittävästi **aikaa** syödä, ruokalista on esillä, ruoka on **terveellistä** ja se **täyttää** vatsan, ruokailutila on **viihtyisä** ja hyväntuoksuinen, ruokaa voi **ostaa mukaan** myös koulupäivän päätteeksi
- ❖ **Alakoululaisille** on tärkeää, että on tervetullut olo, **pystyy juttelemaan**, eikä ole turhan meluisaa, että henkilökunta on **ystävällistä** ja tulee juttelemaan ja voi syödä **kavereiden kanssa**
- ❖ **Yläkoululaiset** korostavat mahdollisuutta **vaikuttaa ja osallistua** suunnitteluun, he myös pitävät mahdollisuutta ottaa ruokaa ja syödä myös ruokalan ulkopuolella muita tärkeämpänä
- ❖ Valtakunnallisesti aluekohtaiset erot ovat hyvin pieniä

Tilanne nyt: kuinka samaa tai eri mieltä koululaiset ovat



**51% Vain puolet
oppilaista kokee, että
ruokaa saa riittävästi.**

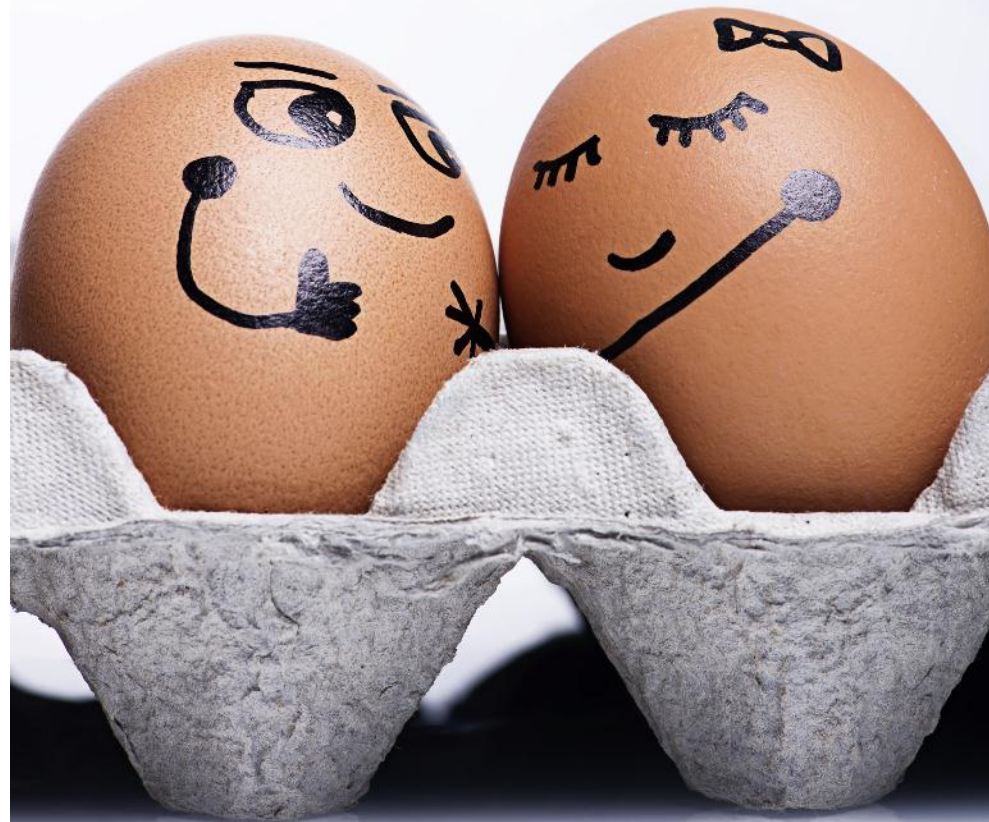
A white bowl filled with a thick, orange-colored soup. The soup is garnished with fresh green herbs, including a sprig of dill and some leafy greens. A single green bean is placed diagonally across the top of the soup. The bowl is set against a plain white background.

*Miettikää teitä itseänne nuorina,
joilla on nälkä.*

Koululainenkin on asiakas ja ihminen

86 % koululaisista pitää tärkeänä, että kouluruokalassa on ystävällinen ja jutteleva henkilökunta

Vain **24 %** koululaisista kokee, että keittiöhenkilökunta on ystävällistä



Kouluruokailua leimaa kiire

96 %

koululaisista pitää tärkeänä, että
koulussa on riittävästi aikaa syödä

41 %

koululaisista kokee, että
heillä on nyt riittävästi aikaa
syödä

Lempiruoat koulussa top 10

- | | | |
|-----|---------------------------|------|
| 1) | Jauhelihamakaronilaatikko | 28 % |
| 2) | Lihapullat | 22 % |
| 3) | Lasagne | 19 % |
| 4) | Täytetty tortilla | 19 % |
| 5) | Kalapuikot, perunasose | 18 % |
| 6) | Uunimakkara, perunasose | 18 % |
| 7) | Pinaattiohukaiset | 15 % |
| 8) | Pizza | 18 % |
| 9) | Broilerinugetit | 13 % |
| 10) | Broilerkastike ja riisi | 12 % |

Lempiruoat koulussa tytöt vs. pojat



- 1) Jauhelihamakaronilaatikko
- 2) **Täytetty tortilla**
- 3) Kalapuikot
- 4) **Pinaattiohukaiset**
- 5) Lihapullat, lasagne



- 1) Jauhelihamakaronilaatikko
- 2) Lihapullat
- 3) Lasagne
- 4) **Uunimakkara**
- 5) Kalapuikot, pizza

Lempiruoat koulussa eri ikävaiheissa

1.-3. luokkalaiset

- 1) Jauhelihamakaronilaatikko
- 2) Lihapullat
- 3) Lasagne, kalapuikot, uunimakkara, pinaattiohukaiset, pizza

Yläkoululaiset

- 1) Jauhelihamakaronilaatikko
- 2) Lasagne
- 3) Täytetty tortilla
- 4) Lihapullat
- 5) Uunimakkara, kalapuikot, pizza

4.-6. luokkalaiset

- 1) Lihapullat
- 2) Jauhelihamakaronilaatikko
- 3) Uunimakkara
- 4) Täytetty tortilla
- 5) Lasagne, kalapuikot

Lukiolaiset

- 1) Jauhelihamakaronilaatikko
- 2) Täytetty tortilla
- 3) Kalapuikot
- 4) Lasagne
- 5) Broilerkastike ja riisi

Lempiruokat eri puolella Suomea

Pääkaupunkiseutu, Uusimaa

- 1) **Kalapuikot**
- 2) Jauhelihamakaronilaatikko
- 3) Täytetty tortilla
- 4) Lihapullat
- 5) Pinaattiohukaiset



Muu Etelä-Suomi

- 1) Jauhelihamakaronilaatikko
- 2) Lihapullat
- 3) Lasagne
- 4) Uunimakkara
- 5) Täytetty tortilla

Länsi-Suomi

- 1) Jauhelihamakaronilaatikko
- 2) Uunimakkara
- 3) Lihapullat
- 4) Pizza
- 5) Lasagne

Itä- ja Pohjois-Suomi

- 1) Jauhelihamakaronilaatikko
- 2) Lasagne
- 3) Uunimakkara
- 4) Lihapullat
- 5) Täytetty tortilla

Pitääkö kasvisruoasta tehdä numeroa? Kasvisruokapäivä tai se, että kaikkien kasvisruokalajien nimi alkaa sanalla "kasvis", aiheuttaa turhaan ennakkoluuloja.

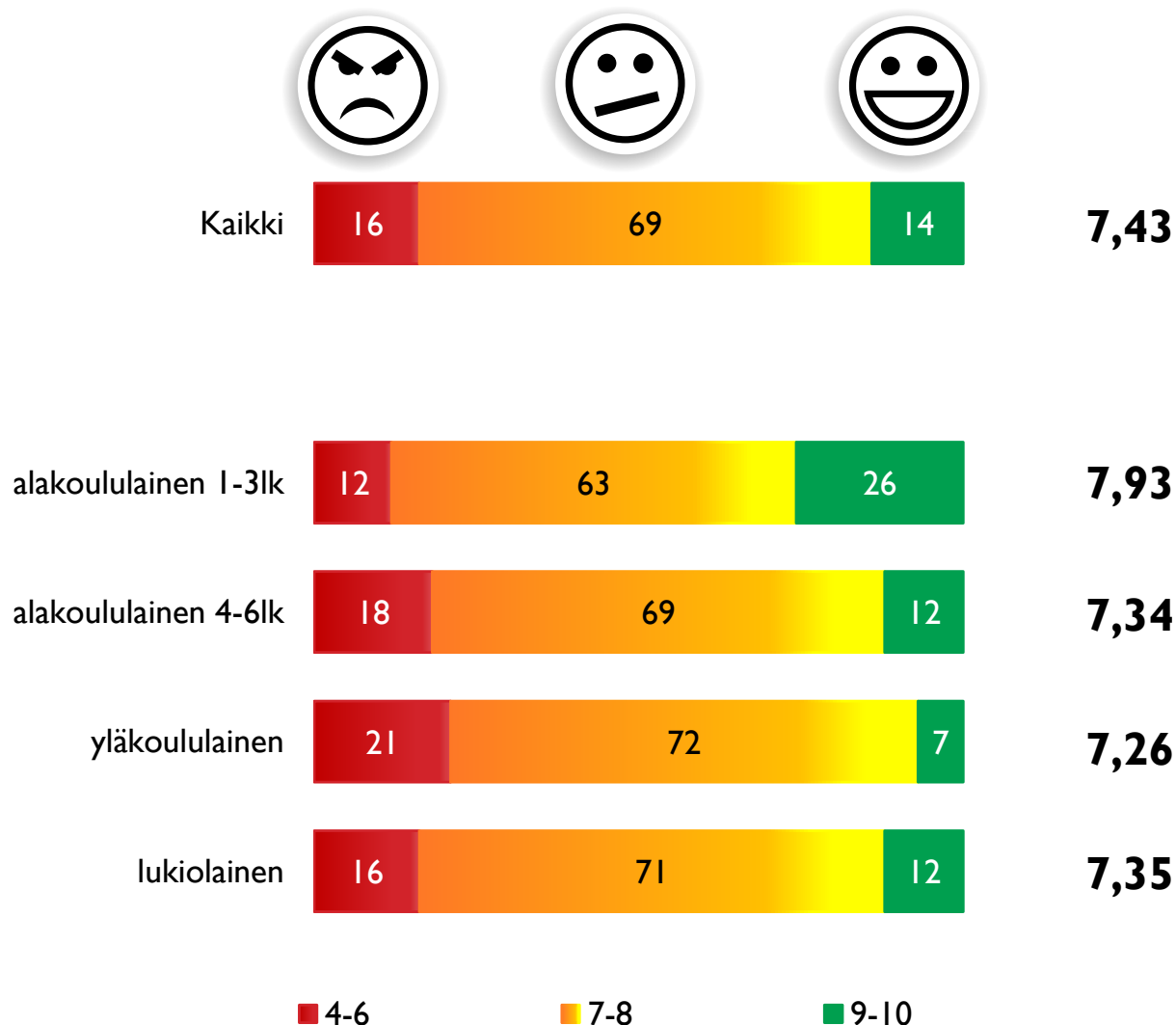
Pinaattiohukaiset	15 %
Kasvissosekeitto	5 %
Kasviraastepihvit	1 %
Kasvisburger	1 %
Kasviscurry	1 %



Minkä kouluarvosanan 4-10 antaisit kouluruokailulle kokonaisuutena?



I.-3. luokkalaisilta paras arvosana, yläkoululaisilta alhaisin





*Olisi kiva jos voisi koulun
jälkeenkin jäädä kavereitten
kanssa joskus ruokalaan
tekemään läksyt ja välipalalle.
Jos ei vaikka halua mennä
yksin kotiin. Meillä pääsee vain
ykköset iltikseen.*

Vinkkejä kouluruokailun kehittämiseen

Alakoululaiset

- Lapset toivovat, että ruokailuun on riittävästi aikaa ja ilmapiiri on rauhallinen
- Erikoisuutta ei kaivata, vaan kunnollista perusruokaa riittävästi
- Useammin toivottaisiin vaihtelua leipiin, hedelmiä ja jälkiruokaa
- Erityisesti alakouluissa kaivataan kontaktia henkilökuntaan, ystävällistä kohtelua, mahdollisuutta osallistua suunnitteluun, jopa toteutukseen jollakin tavoin
- Erityisesti pienimmät toivovat ruokia, joissa raaka-aineet erottuvat/ovat tunnistettavissa

Vinkkejä kouluruokailun kehittämiseen

Yläkoululaiset

- Toivotaan riittävästi vaihtoehtoja ja valinnanvaraa (ruokavaihtoehdot, itse koottava salaatti, mausteet ja juomat)
- Vähemmän eineksiä ja laitosruokaa, tilalle aitoutta
- Ruoan määrä on tärkeä. Tässä iässä etenkin paljon liikkuvat nuoret myös syövät paljon. Järkevää välipalaa kaivataan myös.
- Terveellinen kunnon perusruoka ajaa pizzojen ja burgereiden ohi
- Kiireetön ruokahetki olisi tärkeä, nykyisin aikaa voi jäädä ruokailulle pahimmillaan vain 15 minuuttia

Vinkkejä kouluruokailun kehittämiseen

Lukiolaiset

- Ennemmin toivotaan kunnollista perusruokaa riittävästi, kuin uusia eksoottisia makuelämyksiä
 - *Tavallista ruokaa enemmän, ei liiallista yrittämistä. Tavallinen arkiruoka maistuu!*
- Välipalamahdollisuus (läpi päivän) kiinnostaa kovasti, samoin mahdollisuus ostaa päivän lounasruokaa huokealla hinnalla kotiin
- Lukioikäiset toivovat enemmän proteiinia. He kiinnittävät ruoan terveellisyyteen ja ravintorikkauteen huomiota

Yhteenveto

Mitä oppilaat eniten kaipaavat?

1

Riittävästi terveellistä kunnon perusruokaa.

2

Rauhallisen, kiireettömän ruokahetken.

3

Tuntea itsensä tervetulleiksi. Mukavan yhteyden keittiöhenkilökuntaan.

4

Syödä yhdessä ystävien kanssa. Ruokailu on iloinen asia.

5

Mahdollisuuden ostaa välipalaa ja ehkä myös ruokaa mukaan.

Kiitos!

**Lisätietoja:
Tuija Wikström
040 838 2220
tuija.wikstrom@evidens.fi**

