

Oman ravitsemuksen seuranta kiinnostaa henkilöstöravintolan asiakkaita **Älykäs lounaslinjasto kertoo ruokailijalle tarkat ravintoarvot**

Tulevaisuuden lounaslinjasto kertoo ruokailijalle yksilöllisesti ja reaaliaikaisesti aterian ravintosisällön ja ohjaa tietoisiin ateriavalintoihin. Fazer Food Services, Metos, Mikkelin ammattikorkeakoulu ja AgentIT ovat innovoineet älykkään kokonaispalvelun, jonka avulla oman ravitsemuksen seuraaminen on helppoa. Tuoreen käyttäjätutkimuksen mukaan palvelun tarjoama tieto kiinnostaa lounasruokailijoita ja auttaa kokoamaan terveellisempiä lounasaterioita.

Fiksu lounaslinjasto tarjoaa yksilöllistä ja reaaliaikaista tietoa linjastolta lautaselle kootun aterian ravintosisällöstä – energian, kuidun, rasvojen, hiilihydraattien ja proteiinin määrän. Älylinjastolla jokaisen ruokalajin kohdalla oleva vaaka punnitsee lautaselle otettujen ruoka-aineiden määrän, ja palvelu kertoo heti, kuinka paljon ruoka-ainetta on lautasella ja paljonko annoksessa on kaloreita. Aterian koottuaan ruokailija voi tulostaa tarkan yhteenvedon aterian sisältämistä ravintoaineista ja vertailun suositukseen, tai saada sen sähköpostitse.

”Smart Meal -palvelumme auttaa ruokailijaa kokoamaan henkilöstöravintolassa nautitun lounasaterian siten, että valinnat tukevat hyvinvointia ja auttavat noudattamaan haluttua ruokavaliota. Palvelusta hyötyvät etenkin erikoisruokavaliota, esimerkiksi kasvisruokavaliota, noudattavat, joiden on hyvä seurata proteiinin saantiaan, mutta tarjoaa myös muille ravitsemuksesta kiinnostuneille hyödyllistä tietoa”, kertoo **Anu Kokko**, markkinoinnista ja tarjooman kehittämisestä vastaava johtaja Fazer Food Servicesistä.

Palvelun tuottama ravitsemustieto kerätään Amica-lounasravintolan reseptiohjelmistosta, jonka pohjalta taustajärjestelmä laskee kaikkien lounasvaihtoehtojen ravintoarvot. Älylinjaston käyttö vaatii käyttäjältä vain palveluun rekisteröitymisen, ja tunnistautuminen tapahtuu etäluettavan RFID-kortin avulla.

Älykäs lounaslinjasto on syntynyt monialaisen yhteistyön tuloksena, jossa ovat olleet mukana ravitsemusalan, ruokapalvelualan sekä informaatioteknologian asiantuntijat. Fazer Food Servicesin, Metoksen, Mikkelin ammattikorkeakoulun ja AgentIT:n yhteistyössä toteuttama kokonaisuus perustuu Mikkelin ammattikorkeakoulun patentoimaan älylinjastoon. Kuluttajille suunnattu palvelu rakentuu Metoksen kehittämästä Nutrime-linjastosta ja Fazer Food Servicesin toteuttamasta Smart Meal -palvelukokonaisuudesta. Kehitystyö on saanut myös Tekes-tukea.

”Hyvinvointia tukevat palvelut ovat osa yhä useamman ihmisen arkea, ja tarve oman ravitsemuksen seurannalle kasvaa. Olemme ensimmäistä kertaa integroineet älyä tarjoilulinjastoon, ja uskomme, että tämänkaltaiselle kokonaisuudelle on kysyntää”, toteaa tuotepäällikkö **Katarina Furstenborg** Metoksesta.

Palvelu ohjaa terveellisempiin annosvalintoihin

Smart Meal -palvelua testattiin kevään 2013 aikana Fazer Food Servicesin pääkonttorin henkilöstöravintolassa Helsingissä. Käyttäjätutkimuksessa selvisi, että työpaikallaan ruokailevia kiinnostaa lounasaterian ravitsemustieto. Tulosten mukaan älykkään lounaslinjaston käyttö on helppoa, ja se ohjaa terveellisempiin ateriakokonaisuuksiin. Tutkimukseen vastanneista 66 % koki palvelun käytön vaikuttaneen omaan syömiskäyttäytymiseen, ja 76 % sanoi palvelun käytön lisänneen mielenkiintoa terveelliseen syömiseen. Vastaajista 48 % koki palvelun tuovan lisäarvoa työpaikkaruokailuun.

”Antaa tärkeää tietoa syömäni ruuan ravitsemussisällöstä, auttaa ohjaamaan ruokavalintoja

terveellisempään ja tasapainoisempaan suuntaan.”

”Testikäyttäjät antoivat kiitosta siitä, että palvelu herättää pohtimaan omaa syömistä sekä kertoo eri ruoka-aineiden todellisen kalorimäärän ja painon, ja koko aterian terveellisyyden verrattuna ravitsemussuosituksiin. Tutkimukseen osallistuneet kokivat, että palvelu auttoi tekemään tietoisempia annosvalintoja ja kiinnittämään enemmän huomiota aterian kokoamiseen. Osa käyttäjistä kertoi annoskokojen pienentyneen ja kasvisten määrän aterialla lisääntyneen palvelun käytön aikana”, kertoo yliopettaja **Riitta Tuikkanen** Mikkelin ammattikorkeakoulusta.

”Syön lounaalla mieluiten kasvisruokaa ja olen kantanut huolta siitä, saanko riittävästi proteiineja. Nyt saan tietoa siitä, kuinka täysipainoista kasvisruokamme on ja että todella saan tarvittavat proteiinit pavuista, kikherneistä ym.”

Pilottitutkimukseen osallistuneet kuvasivat Smart Meal -palvelua uuden ajan lautasmalliksi, ja he kokivat sen tuovan aidosti jotakin uutta oman syömisen seurantaan ja hallintaan.

”Testikäyttäjien mukaan tietoa esimerkiksi pihvin todellisesta painosta tai koko aterian ravintosisällöstä ei koskaan aiemmin ole saanut ravintolasta. Käyttäjät kokivat, että palvelu paljasti tiedollisia aukkoja ravitsemuksesta. Myös se, että palvelun voi räätälöidä ohjaamaan ruokavalintoja yksilöllisesti juuri omien toiveiden mukaisesti, ilahdutti testikäyttäjiä”, Riitta Tuikkanen kertoo.

”Järjestelmään voi syöttää omia tietoja kuten esimerkiksi laktoosi-intoleranssi, ja linjasto varoittaa sinua ottaessasi ruokaa, jos siinä on laktoosia.”

Lounas on monelle työssäkäyvistä aikuisista päivän ainoa lämmin ateria ja noin kolmannes päivittäisestä ravinnon saannista. Tutkimukset osoittavat, että henkilöstöravintolassa syödään terveellisemmin, ja että työaikainen ruokailu edesauttaa terveellisiin ruokavalintoihin myös vapaa-ajalla.

”Loistava työkalu painonhallintaan ja ruokatottumusten seurantaan, kertoo ottamasi [ruoan] määrän ja sen ravintosisällön ja mikä parasta, saat koosteen meiliin!”

”On selkeää näyttöä, että hyvin järjestetty työaikainen ruokailu vaikuttaa myönteisesti hyvinvointiin, työtyytyväisyyteen ja tehokkuuteen, ja sitä kautta myös yrityksen tuloksellisuuteen. Kun lounasruokailijat saavat aiempaa konkreettisempaa tietoa syömästään ruuasta, he voivat itse tai asiantuntijoiden avustuksella muuttaa ravitsemustaan toivottuun suuntaan. Käyttäjätutkimuksessa ilmeni, että ruokailijat toivovat hyvinvointia edistävien muutosten näkyvän myös ravintolan ruokatarjonnassa. Tämä on meille arvokasta tietoa”, Anu Kokko summaa.

Kursivoidut tekstit ovat suoria sitaatteja käyttäjätutkimukseen osallistuneiden vapaista kommentteista. Älylinjaston kehittämistyössä eri alojen asiantuntijoiden yhteistyö on ollut tärkeää. AgentIT on toteuttanut hankkeessa älylinjaston vaatiman ohjelmointikehityksen, Metos on toimittanut linjaston ja tarjoilukalusteet, joihin ohjelmistokomponentit asennetaan. Fazer Food Services on tarjonnut hankkeelle reseptiikan ja ravitsemustiedon sekä pilottiympäristön, ja on osallistunut ruokapalvelujen asiantuntijana linjaston pilottikohteen vaatimusmäärittelyyn ja linjaston kehitystyöhön. Mikkelin ammattikorkeakoulun Matkailu- ja ravitsemisala on toteuttanut hankkeen pilotointivaiheen käytettävyyss- ja käyttäjäkokemustutkimuksen.

Lisätietoja:

Anu Kokko, johtaja, markkinointi ja tarjooman kehittäminen, Fazer Food Services, p. 040 5042746, anu.kokko@fazer.com

Riitta Tuikkanen, yliopettaja, ETL, ravitsemusterapeutti, Mikkelin ammattikorkeakoulu, p. 040 772 3385, riitta.tuikkanen@mamk.fi

Katarina Furstenborg, tuotepäällikkö, Metos Oy Ab, p. 050 594 5228, katarina.furstenborg@metos.com

Fazer-konserni

Fazer on kansainvälinen perheyritys, joka tarjoaa leipomo-, makeis- ja keksituotteita sekä ruokailu-, ravintola- ja kahvilapalveluita. Fazerilla on toimintaa kahdeksassa maassa ja vientiä yli 40 maahan. Yrityksen menestys on sen perustamisesta lähtien vuonna 1891 perustunut parhaaseen tuotteiden ja palvelun laatuun, rakastettuihin brändeihin ja osaaviin ihmisiin. Fazer noudattaa liiketoiminnassaan eettisiä periaatteita, jotka pohjautuvat yrityksen arvoihin ja UN Global Compactin periaatteisiin. Fazer-konserni toimii kahdella liiketoiminta-alueella. Fazer Brands on tunnettu maukkaista leipomotuotteista ja makeisista. Fazer Food Services tarjoaa hyvää ruokaa ja asiakaskohtaisia palveluita sopimusruokailussa. Fazer-konsernin liikevaihto vuonna 2012 oli lähes 1,7 miljardia euroa ja yrityksessä työskentelee yli 15 000 henkeä.

Metos Oy Ab

ALI-ryhmään kuuluva Metos on Pohjoismaiden johtava ammattikeittiölaitteiden ja palvelujen toimittaja. Palveluvalikoimaan kuuluvat mm. omat keittiösuunnittelu-, huolto- ja koulutuspalvelut.

Mikkelin ammattikorkeakoulu

Mikkelin ammattikorkeakoulu (Mamk) tarjoaa korkeinta ammatillista koulutusta, tekee työelämälähtöistä tutkimus- ja kehitystyötä ja tuottaa koulutustehtävään liittyviä palveluja. Ammattikorkeakoulu toimii kolmella paikkakunnalla Mikkelissä, Pieksämäellä ja Savonlinnassa. Opiskelijoita Mamkissa on 4500 ja henkilökuntaa 400. Mamk profiloituu elinikäisen oppimisen korkeakouluksi ja vahvaksi TKI-korkeakouluksi. Mamkin Matkailu- ja ravitsemisalalla kehitetään tulevaisuuden ruokapalveluita. TKI-työssä keskitytään erityisesti ruokapalveluprosessien kehittämiseen sekä ruokapalvelualan uuden teknologian käytön edistämiseen ja kehittämiseen.

AgentIT

AgentIT tarjoaa laadukkaita palveluja yrityksille ja yhteisöille, jotka haluavat kehittää tietojärjestelmäympäristöjä riippumattoman asiantuntijan avustamana. AgentIT palvelee yli 30 suuryritystä tai organisaatiota jatkuvilla kehitysasiantuntijatehtävillä sekä tietojärjestelmäprojekteilla. AgentIT tunnetaan myös suurten ja haastavien järjestelmäintegraatioiden toteutuksista.