



Lehdistötiedote
Vapaa julkaistavaksi
25.2.2026

Suomalaiset rakastavat kansallisleipäänsä – Fazer valmistaa lähes miljoona ruisleipää päivässä

Kansallista ruisleipäpäivää vietetään 28. helmikuuta. Suomalaisten suosikkileipä on ajankohtaisempi kuin koskaan: täysjyväruisleipä tukee hyvinvointia ja on myös luontaisesti hyvä kuidun ja kasviproteiinin lähde. Maailman suurimman ruisleipomon uudella ruisleipälinjalla Lahdessa valmistuvat suomalaisten rakastamat ruisleivät.

Fazer investoi jatkuvasti ruisleivontaosaamiseen ja -valmistukseen sekä innovoi uusia tuotteita. Fazerin Lahden leipomossa, maailman suurimmassa ruisleipomossa, valmistuu lähes miljoona ruisleipää päivässä. Siellä leivotaan muun muassa suomalaisten rakastamat Puikula-, Reissumies- ja Jälkiuuni-ruisleivät. Puikula-tuoteperhe laajeni hiljattain vatsaystävällisellä Fazer Puikula Ohut ruis -leivällä, joka sopii FODMAP-ruokavalioon.

Viime vuonna Lahden leipomolle valmistui uusi Reissumies-ruisleivontalinja, jonka investoinnin arvo oli noin 11 miljoonaa euroa. Ruisleivonnassa panostetaan kotimaisuuteen, ja Fazer siirtyi jo vuonna 2015 ensimmäisenä valtakunnallisena leipomona käyttämään ruisleivissään yksinomaan suomalaista ruista.

Suomi rakastaa ruisleipää, joka on syystä kansallisleipämme

Suomessa syödään ruista enemmän kuin missään muualla maailmassa – noin 15 kiloa henkeä kohden vuodessa³).

Fazerin Suuri Leipätutkimus 2025¹⁾ osoittaa, että erityisesti yli 45-vuotiaat pitävät ruisleipää hyvin keskeisenä osana terveellistä ruokavaliota. Ylipäätään ruisleivän terveellisyys ymmärretään Suomessa yhä vahvemmin: se on tärkeä osa terveellistä ruokavaliota 77 prosentille suomalaisista.

Täysjyvä- ja kuitusuositukset korostavat ruisleivän roolia

Kansallisten ravitsemussuositusten mukaan täysjyvää tulisi syödä vähintään 90 grammaa päivässä. Ruisleipä on suomalaisille merkittävin yksittäinen täysjyvän lähde, ja lisäksi ruistuotteet tuovat noin neljänneksen päivän kokonaiskuidusta.⁴⁾



"Ruisleipäkyselymme²⁾ mukaan kuluttajat ymmärtävät hyvin täysjyvän hyödyt: 78 prosenttia tietää ruisleivän sisältävän runsaasti kuitua, ja 75 prosenttia pitää täysjyvää terveellisenä valintana. Tutkimukseemme vastanneet valitsivat leivän myös tuotteeksi, jonka avulla täysjyväsuosituksia on kaikkein helpointa noudattaa käytännössä", kertoo **Marika Laaksonen**, Fazerin johtava ravitsemusasiantuntija.

Fazerin Suuren Leipätutkimuksen¹⁾ mukaan täysjyvään suhtaudutaan erittäin myönteisesti: Se on tärkeä valintakriteeri 72 prosentille suomalaisista, ja kiinnostus kasvaa erityisesti vanhemmissa ikäryhmissä. Täysjyvän hyödyt liitetään ennen kaikkea kuituun, makuun sekä vähäisempään hävikkiin, kun koko jyvä hyödynnetään. Myös nuorista vastaajista (16–25-vuotiaat) 63 prosenttia pitää täysjyvää kiinnostavana. Tutkimuksen mukaan kuitu ja suolistohyvinvointi⁵⁾ ovat kuluttajille keskeisiä syitä suosia täysjyvää.

Fazer haluaa omalta osaltaan helpottaa täysjyväsuosituksen saavuttamista. Leipäpakkauksiin merkitään selkeästi täysjyvän grammamäärät, ja päivittäisen suosituksen voi täyttää esimerkiksi 6–7 palalla täysjyväruisleipää. Vuoteen 2030 mennessä 65 prosenttia Fazerin leivistä tulee olemaan täysjyväleipiä.

Lähteet

- 1) Fazerin Suuri Leipätutkimus 2025
- 2) Ruisleipäkysely 2024 / Norstat, N = 1020: Fazer Leipomoiden tilaama tutkimus, toteutus Norstat 24.–29.1.2024. Kyselyyn vastasi 1020 suomalaista 18–74-vuotiasta vastaajaa.
- 3) Pro Ruis ry, www.proruis.fi
- 4) FinRavinto 2017 -tutkimus
- 5) Ruiskuitu edistää suolen normaalia toimintaa osana tasapainoista ja monipuolista ruokavaliota ja terveitä elämäntapoja

Painokelpoiset kuvat

https://fast.fazer.com//hTgS5_BcfMpg

Lisätiedot

Tarja Kuusela, viestintäjohtaja, Fazer Leipomot Suomi,
tarja.kuusela@fazer.com, puh. 040 5876063

Fazer Leipomot Suomi

Fazer on leipomoalan johtava toimija Suomessa. Fazerin isot leipomot sijaitsevat Vantaalla, Lahdessa ja Lappeenrannassa. Yrityksellä on myös yli 140 päivittäistavara-kauppojen sisällä toimivaa myymäläleipomoa, joissa artesaanileipurit leipovat leipää paikan päällä käsin kotimaisista jauhoista. Fazer Leipomot työllistää Suomessa noin 1 600 henkilöä. Leipomotuotteiden valmistuksen kotimaisuusaste on 94 %.

Fazer-konserni



Ruokaelämyksiin keskittyvänä yrityksenä Fazer mahdollistaa jokaiselle päivän parhaista hetkistä nauttimisen. Missiomme, Ruokaa, jolla on merkitys, rakentuu vankalle, 135-vuotiaalle perinnöllemme, kuluttajälähtöisyydelle ja innovaatioille kehittäessämme tulevaisuuden vastuullisia ruokaratkaisuja. Lähes 5 000 omistautuneen ammattilaisemme voimin keskitymme kuluttajatuotteisiin ja suoraan kuluttajaliiketoimintaamme Pohjois-Euroopassa, minkä lisäksi tuotteitamme viedään yli 40 maahan. Fazer noudattaa liiketoiminnassaan eettisiä ohjeita, jotka pohjautuvat konsernin arvoihin ja YK:n Global Compact -aloitteen periaatteisiin. Fazer-konsernin liikevaihto vuonna 2025 oli 1,2 miljardia euroa.

Northern Magic. Made Real.