

Yksinkertaisilla ratkaisilla mittavia säästöjä parantuneesta kansanterveydestä: ruoka- ja terveystalan toimijat peräävät mahdollisuuksiin tarttumista

Laaja joukko terveys- ja ruoka-alan toimijoita haluaa tuoda esiin tarpeen edistää kansanterveyttä joukkoruokailun ja terveydenhuollon palveluiden avulla. Ravitsemussuosituksia julkaiseva Valtion ravitsemusneuvottelukunta on toukokuussa 2026 julkaissut omat kärkiviestinsä päättäjille.

Kansalliset ravitsemussuosituksukset päivitettiin vuonna 2024. Ne on suunnattu muun muassa julkisille ruokapalveluille ja elintarviketeollisuudelle, mutta Suomessa myös kansalaiset tuntevat suositukset melko hyvin. Suositukset ovat vaikuttaneet kuluttajakäyttäytymiseen ja vuonna 2025 esimerkiksi säilykepalkokasveja myytiin 14 prosenttia edellisvuotta enemmän, mikä on perinteiselle ja vakiintuneelle tuote-ryhmälle huomattava hyppäys.

Lähes 30 allekirjoittajaa – **Apetit Oyj, Asikkalan kunta, Espoo catering Oy, Happy Plant Protein Oy, Jalofoods / Oy Soya Ab, Kymijoen ravintolapalvelut Oy, Lääkäriliitto, Maa- ja kotitalousnaiset, Marttaliitto ry, Mecat Food Tech Oy, Midsona Finland Oy, Mö Foods Oy, Oatly Oy, Pirkanmaan Voimia Oy, Plant Planet Oy Ab, Pro Vege ry, Puolet Parempi Oy, Ruokailo, Ravitsemusterapeuttien yhdistys ry, Ruokakasvatus Ruukku ry, Unicafe / Ylva palvelut Oy, Vegem Oy, Vihreä härkä kasviproteiinit, Voima-papu Finland Oy / Karviaisten tila, Vöner Oy, Ympakti Oy, Weefy Oy ja WWF sekä** Suomen ympäristökeskuksen ja Luonnonvarakeskuksen **ACE-hanke** – esittävät, että ravitsemussuosituksien mukaista ruokailua helpotetaan edelleen julkisissa ruokapalveluissa.

Osaamista ja ohjaamista kestävien valintojen edistämiseksi

Suomessa julkisten ruokapalvelujen toiminta on lähes 400 miljoonalla vuosittaisella annoksellaan laajaa, ja sitä edelleen vahvistamalla voimme tukea siirtymää kasvi- ja kalapainotteiseen ruokavalioon. Tarvitaan ammattikeittiöhenkilökunnan osaamisen kehittämistä. Valtion kannattaa tehdä osaamisen kehittämistä koordinoitusti, jotta se voidaan toteuttaa tehokkaasti.

Ruokakasvatuksen roolia kouluympäristössä täytyy kasvattaa, niin opetus- kuin ateriapalveluhenkilöstön osalta. Pitkäjänteinen ja moniammatillisella yhteistyöllä tehty ruokakasvatus takaa kouluruokailun merkityksen hyvinvointioppimiselle, jolloin tuetaan myös tulevaisuuden aikuisten hyvinvointia.

Ravitsemussuosituksien mukainen ruokailu on kasvipainotteista. Tarjolla voi edelleen olla kohtuullisesti eläinperäisiä raaka-aineita, kuten maitoa ja lihaa. Kasviproteiinia ja lihaa yhdistelevien annoksien tarjonta on lisääntynyt selkeästi viimeisen vuoden aikana, ja ne ovat olleet hyvin mieluisia monilla paikkakunnilla. Myös kestävästi pyydetyn kalan määrää tulisi lisätä julkisissa hankinnoissa.

KESKEISET VAATIMUKSET

- Ravitsemussuosituksien mukaisen ruokailun edistämiseen tulee ohjata rahoitusta, jotta julkiset ruokapalvelut voivat kustannustehokkaasti siirtyä kohti tarjontaa, joka on kasvipainotteisempi ja sisältää enemmän kestävästi pyydettyä kalaa.
- Kouluruokailun tulee noudattaa ajantasaisia ravitsemussuosituksia. Tämä tulee lisätä perusopetuslakiin.
- Tulevassa kouluruokailusuosituksissa tulee suositella, että kasviproteiineja (esimerkiksi palkokasveja) sisältävä ruoka tulee olla valittavana päivittäin ensimmäisenä vaihtoehtona julkisissa ruokapalveluissa. Lisäksi palkokasveja tulee olla tarjolla päivittäin, vähintään lisukkeena.
- Kasvipohjaisen ruuan tuotantoa tulee edistää toimenpideohjelmalla.

Ruokapalveluiden henkilöstölle tarkoitettuja kouluttautumismahdollisuuksia on kehitettävä ja lisättävä entisestään. Käytännönläheisen koulutuksen lisäksi on huomioitava myös kasvipainotteiseen ruokailuun ohjaavat parhaat käytännöt. Nämä liittyvät esimerkiksi ruoan nimeämiseen, esillepanoon ja erilaisiin sisältö- ja vaikutusmerkintöihin. Julkisin varoin kehitettyä reseptiikkaa tulee saada hyödynnettäväksi mahdollisimman laajasti julkisissa ruokapalveluissa.

Kouluihin ja terveydenhuoltoon ajantasaisia käytäntöjä

Allekirjoittaneet pitävät nykyisessä kouluruokailusuosituksessa hyvänä sitä, että kasvipohjaisen ruuan tarjoamista suositellaan vapaasti valittavana päivittäin. Uusien ravitsemussuositusten mukaiseksi päivitettävässä kouluruokailusuosituksessa tulisi kuitenkin suositella, että kasvisruoka tai kasviproteiinia ja lihaa/kalaa yhdistävä ruoka olisi esillä nimenomaan ensimmäisenä valintana. Se on monille kustannukseton tapa edistää kestäviä valintoja. Lisäksi nämä kasvipohjaiseen ruokaan liittyvät suositukset pitäisi saattaa valvottavien asioiden piiriin kohtuullisella siirtymäajalla.

Ajantasaisten ravitsemussuositusten noudattaminen kouluruokailussa pitäisi saada myös perusopetuslakiin. Tällä hetkellä jossakin kunnassa yritetään ottaa jopa voin käyttö takaisin kouluruokailuun, vaikka sen käytön poistoa on terveyssyistä suositeltu jo pitkään.

Julkisten ruokapalveluiden lisäksi täytyy kehittää terveydenhoitohenkilökunnan, kuten terveydenhoitajien ravitsemusosaamista, jotta esimerkiksi lapsiperheet saavat ajanmukaista tietoa terveellisestä ravitsemuksesta.

Mallia Tanskasta

Ravitsemussuositusten mukaisien ruokavalioiden avulla voidaan saada huomattavia säästöjä. Terveelliset ruokavaliot ehkäisevät sydän- ja verisuonitauteja, ylipainoa ja tyypin 2 diabetesta. Tanskan kansallisessa terveydenhuollossa on arvioitu säästettävän vuosittain 2 mrd. €, jos ravitsemussuosituksia noudatettaisiin. Norjassa laskelmiin otettiin huomioon myös ruokavalion myötä parantunut työkyky ja vähentyneet työpoissaolot, jolloin vaikutus on yli 10 mrd € vuosittain. Molempien maiden väkiluku on samaa kokoluokkaa kuin Suomessa eli vastaavia säästöjä voitaisiin saada myös täällä.

Tanskassa edistetään vahvasti terveellisiä ruokavalioita ja myös kestävämpää ruuan tuotantoa. Siellä luotiin maailman ensimmäinen kasvipohjaisen ruuan kansallinen toimintasuunnitelma vuonna 2023 ja siellä on myös kasvipohjaisen ruuan rahasto. Myös Suomen tulee tehdä strateginen valinta kehittää kasvipohjaisen ruuan tuotantoa ja elintarvikejalostusta, jotta saamme lisää kotimaisia kasviproteiini- ja kasvimeijerituotteita. Allekirjoittaneet ehdottavat kasvipohjaisen ruuan toimenpideohjelman kirjaamista ensi kevään eduskuntavaalien jälkeen seuraavaan hallitusohjelmaan.

LISÄTIETOJA:

Asikkalan kunnan ateria- ja puhtauspalvelupäällikkö **Minna Pettinen**, p. 044 7780215

Happy Plant Protein Oy:n perustaja ja toimitusjohtaja **Jari Karlsson**, jari@happyplantprotein.com, p. 040 196 1744

Maa- ja kotitalousnaisten keskus ry:n kehityspäällikkö **Marita af Klercker**, marita.afklercker@mkn.fi, p. 040 526 4619

Plant Planet Oy Ab / Green Planet Astronauts perustaja / toimitusjohtaja, **Milla Westerling**, milla@greenplanetastronauts.com, p. 0500 538075

Pro Vege ry:n toiminnanjohtaja **Jukka Kajan**, jukka.kajan@provege.fi, puh. 050 467 4740

Ruokailon ruokapalvelujen asiantuntija **Charlotta Hyttinen**, charlotta@ruokailo.fi

Puolet Parempi Oy:n Co-founder **Kaisa Somerpalo**, kaisa@sopuruoka.fi, p. 040 7233 868.

Ruokakasvatus ruukku ry:n toiminnanjohtaja **Aliisa Hyvönen**, aliisa@ruokakasvatus.fi, puh. 044 339 9344

Suomen ympäristökeskus, Ace Life -hanke, tutkimusprofessori **Minna Kaljonen**, minna.kaljonen@syke.fi, p. 029 5251 252

UniCafen/Ylva Palvelut Oy:n liiketoimintajohtaja **Anne Immonen**, anne.immonen@ylva.fi, p. 040 512 5008.

Voima-papu Finland Oy / Karviaisten tilan yrittäjä **Katriina Klinckowström**, katriina.klinckowstrom@gmail.com, p. 040 803 2235

WWF:n ruokaohjelman asiantuntija **Elisa Niemi**, elisa.niemi@wwf.fi, p. 040 7233 868

Tämän esityksen koordinointiin ja viestintään liittyvät kysymykset WWF:n Elisa Niemelle.

ME YHDESSÄ ALLEKIRJOITAMME TÄMÄN ALOITTEEN VAATIMUKSET

Apetit



ESPOO ► CATERING

HAPPY PLANT
PROTEIN

Jalofoods



M **Martat**

MUU
SAME SAME BUT PLANT-BASED



Mö

THE ORIGINAL
**OAT
LY!**



| ProVege |

Sopu



UNICAFE

Vegem

