

Makuaakkoset-diplomin kysymykset (45 kpl)

VARHAISKASVATUSSUUNNITELMA JA SOPIMUSASIAI

- 1. Päiväkotiruokailun kehittäminen on osa kuntamme hyvinvointistrategiaa.
- 2. Kuntamme varhaiskasvatussuunnitelmassa ja esiopetuksen opetussuunnitelmassa on määritelty hoitopäivään/esiopetukseen sisältyvät ateriat ja ruokakasvatuksen tavoitteet.
- 3. Ruokapalvelun toteuttaminen perustuu tilaajan ja tuottajan väliseen palvelusopimukseen.
- 4. Palvelusopimuksessa on määritelty ateriakokonaisuudet, annoskoot ja tarjottavan ruoan ravitsemuksellinen laatu.
- 5. Palvelusopimukseen on kirjattu ruokakasvatuksen toteuttamistavat.
- 6. Huomioimme lapsen varhaiskasvatussuunnitelmassa ravitsemustarpeet ja ruokakasvatuksen.

RUOKAILUTILANNE

- 7. Sovitamme ruokailuajat lapsen iän ja päivärytmin mukaan.
- 8. Tarjoamme ruokaa riittävästi hoitopäivän pituudesta riippuen.
- 9. Keskustelemme ruoasta lasten kanssa ja kerromme tarjottavasta aterialta lapsille ennen ruokailuhetkeä.
- 10. Ohjaamme lapsia lautasmallin mukaisen annoksen kokoamisessa ja ruoan itsenäisessä annostelussa noin 3-vuotiaasta alkaen.
- 11. Tuemme lapsen oman ravinnontarpeen mukaista syömistä ja huomioimme ruokahalun muutokset.
- 12. Päiväkodin kasvatushenkilökunta ruokailee pääaterioilla yhdessä lasten kanssa ohjaten ruokailutilannetta ja syöden ruokalistan mukaista ruokaa (pääateriat = lounas ja päivällinen).
- 13. Päivän pääateriasta on ruokailun yhteydessä esillä lautasmallin mukainen malliannos, joka on räätälöity eri ikäryhmille soveltuvaksi.
- 14. Päiväkotimme ruokapalvelu- ja kasvatushenkilökunta ovat tietoisia eri-ikäisten lasten viitteellisistä annoskooista eri aterioilla.
- 15. Korostamme ruokailun sosiaalista merkitystä kannustamalla lapsia hyviin ruokailu- ja käytöstapoihin.



Makuaakkoset-diplomin kysymykset (45 kpl)

RUOKAKASVATUSTA TUKEVAT TOIMENPITEET

- 16. Lapsilla on mahdollisuus tutustua ruokaan ruokailutilanteessa monen aistin kautta (haistellen, maistellen, tunnustelemalla ja kokeilemalla).
- 17. Annamme lapsille mahdollisuuden leikkiä ruokaleikkejä ja opettelemme leikkien yhteydessä tunnistamaan sekä maistamaan erilaisia ruoka-aineita.
- 18. Päiväkoti voi tilata ruokapalveluilta ruoka-aineita ja leipomistarvikkeita ruokakasvatustoimintaa varten.
- 19. Järjestämme lapsille mahdollisuuden tutustua päiväkotimme keittiöön.
- 20. Lapset voivat tutustua ruoan alkuperään ja ruoan reittiin esimerkiksi retkillä tai kasveja kasvattamalla.

YHTEISTYÖ KOTIEN KANSSA

- 21. Viikkoruokalista on esillä päiväkodin/ruokapalveluntuottajan/kunnan verkkosivuilla ja huoltajien nähtävillä päiväkodissa.
- 22. Huoltajat voivat tutustua päiväkotiruokailuun esimerkiksi teemapäivän tai vanhempainillan yhteydessä.
- 23. Annamme perheille tietoa päiväkotikäisen lapsen ateriaritmistä ja terveellisistä ruokavalinnoista.
- 24. Ruokapalveluhenkilöstöllämme on mahdollisuus esitellä toimintaansa vanhempainilloissa.
- 25. Ruokapalveluille voi antaa palautetta jatkuvasti sekä kohdennetusti.



Makuaakkoset-diplomin kysymykset (45 kpl)

RAVITSEMUSSUOSITUSTEN MUKAINEN RUOKAILU

- 26.** Noudatamme ruokalistojemme suunnittelussa ja ruokailun toteuttamisessa Valtion ravitsemusneuvottelukunnan antamia lasten ravitsemussuosituksia (uusi suositus 2016).
- 27.** Käytössämme on ravitsemuskäsikirja tai kirjalliset linjaukset hyvän ravitsemuksen toteuttamiseen.
- 28.** Ruokalistakierrossa huomioimme lapsen eri ikäkausien ruokaoppimisen valmiudet ja ruokalajien riittävän tiheän toistumisen (suositus enintään 5 viikon kiertävä ruokalista).
- 29.** Huomioimme päiväkotiruokailussa ruoka-aineiden turvallisen käytön ohjeet ja raja-arvot sekä lapsilta kielletyt raaka-aineet (www.evira.fi).
- 30.** Seuraamme ruokien ravitsemuslaatua ja arvioimme sitä ravitsemuskriteereillä (esimerkiksi Sydänmerkki-ateria, malliasiakirja tai reseptiikkaohjelmien ravintoainelaskelmat).
- 31.** Toteutamme erityisruokavaliot voimassa olevien ohjeiden ja suositusten mukaisesti yhteistyössä huoltajien kanssa (esimerkiksi Käypä hoito -suositus ja Kansallisen allergianohjelman suositukset allergiaruokavalioiden toteuttamisesta).
- 32.** Ruokapalveluntuottaja käyttää elintarvikkeiden kilpailutuksessa ja hankinnassa useita eri valintakriteerejä hinnan lisäksi (esimerkiksi ravitsemuslaatu ja kestävä kehitys).
- 33.** Lasten ruokailuun liittyvissä kysymyksissä teemme yhteistyötä suun terveydenhuollon ja neuvolan kanssa.
- 34.** Lapsille on tarjolla raikasta vettä janojuomaksi koko päivän ajan.



Makuaakkoset-diplomin kysymykset (45 kpl)

RUOKATURVALLISUUS

- 35. Ruokapalvelussamme on tehty Oiva-arviointi ja raportti on julkisesti nähtävillä.
- 36. Ruokapalvelutyöntekijämme ovat suorittaneet tai suorittamassa vähintään ravitsemisalan perustutkintoa.
- 37. Ruokapalveluhenkilöstömme saa ravitsemukseen, erityisruokavalioiden valmistamiseen, omavalvontaan ja asiakaspalveluun liittyvää täydenniskoulutusta.
- 38. Ruokapalveluhenkilöstömme seuraa Eviran (Elintarviketurvallisuusviraston) ja muiden vastaavien valvontaviranomaisten ajantasaisia ohjeita.
- 39. Hygieniosaamisen perusteet ovat tiedossa kaikilla lasten ruokailuun osallistuvilla aikuisilla.

RUOKAKULTTUURI JA YMPÄRISTÖ

- 40. Ruokavuoden juhlapäivät ja vuodenaikojen kierto sekä paikallinen ruokakulttuuri näkyvät ruokalistallamme.
- 41. Ruokalistasuunnittelussamme on huomioitu monikulttuurisuus ja etniset ruokavaliot.
- 42. Päiväkodissamme on yhdessä sovitut säännöt juhlahetkien tarjoiluista, kuten esimerkiksi janojuomista ja makeisista.
- 43. Ruokailun toteutuksessa noudatamme kestävän kehityksen mukaisia toimintatapoja.
- 44. Päiväkodissamme on tehty toimenpiteitä ruokahävikin vähentämiseksi.
- 45. Lajittelemme jätteet ja suosimme kierrätystä.

