

# Makuaakkoset-diplomi® -kysymykset päiväkodeille

Diplomikysymykset suoritetaan sähköisesti osoitteessa  
[makuaakkosetdiplomi.fi](http://makuaakkosetdiplomi.fi)

Diplomien myöntämisestä vastaa Ammattikeittiöosaajat ry, [amko.fi](http://amko.fi)



# Makuaakkoset-diplomi® -kysymykset

Yhteensä 45 Kyllä – Ei -väittämää

## Varhaiskasvatussuunnitelma ja sopimusasiat

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 ateristiasta 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-diplomi® -kysymykset

Yhteensä 45 Kyllä – Ei –väittämää

## 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. Viikoruokalista 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-diplomi® -kysymykset

Yhteensä 45 Kyllä – Ei –väittämää

## Ravitsemussuositusten mukainen ruokailu

26. Noudatamme ruokalistojen suunnittelussa ja ruokailun toteuttamisessa Valtion ravitsemusneuvottelukunnan varhaiskasvatuksen ruokailusuositusta.
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 (Ruokavirasto).
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 Kansallinen allergianohjelma, Erityisruokavaliot/Ruokavirasto).
32. Ruokapalveluntuottaja käyttää elintarvikkeiden kilpailutuksessa ja hankinnassa useita eri valintakriteerejä hinnan lisäksi (esimerkiksi ravitsemuslaatu ja kestäväkehitys).
33. Lasten ruokailuun liittyvissä kysymyksissä teemme yhteistyötä suun terveydenhuollon ja neuvolan kanssa.
34. Lapsille on tarjolla raikasta vettä janojuomaksi koko päivän ajan.



# Makuaakkoset-diplomi® -kysymykset

Yhteensä 45 Kyllä – Ei –väittämää

## 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 täydennyskoulutusta.
38. Ruokapalveluhenkilöstömme seuraa Eviran (Elintarviketurvallisuusviraston) ja muiden vastaavien valvontaviranomaisten ajantasaisia ohjeita.
39. Hygieniaosaamisen 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.



# Tutustuthan [makuaakkosetdiplomi.fi](http://makuaakkosetdiplomi.fi) -sivustoon

Toivottavasti innostuit diplomin suorittamisesta. Kerromme mielellämme lisää.

Diplomien myöntämisestä vastaa Ammattikeittiöosaajat ry, [amko.fi](http://amko.fi)

Projektikoordinaattori Päivi Jämsén  
[paivi.jamsen@amko.fi](mailto:paivi.jamsen@amko.fi), 050 339 6844

Toiminnanjohtaja Marjut Huhtala  
[marjut.huhtala@amko.fi](mailto:marjut.huhtala@amko.fi), 050 341 3957

Perhepäiväkoteihin voi myös hakea [Makuaakkoset-diplomia](#)® ja kouluihin tätä vastaavaa [Kouluruokadiplomia](#)®

Kuvat: Ammattikeittiöosaajat ry. Kuvaaja: Samuel Hoisko paitsi viimeisen dian kuva: Tomi Setälä

