



KOULURUOKADIPLOMI® | MAKUAAKKOSET-DIPLOMI®



DIPLOMIRUOKAA

Suomen kouluihin, päiväkoteihin ja perhepäiväkoteihin!

Mikä Makuaakkoset-diplomi® on?

Diplomi on

- ravitsemuksellisesti, kasvatuksellisesti ja ekologisesti kestävän päiväkotiruokailun edistämisestä myönnettävä tunnustus päiväkodeille ja ruokapalvelun tuottajalle
- itsearviointiin ja toiminnan kehittämiseen perustuva työväline

Diplomin hakeminen

- diplomia hakevat yhteistyössä varhaiskasvatusjohtaja, kasvatushenkilöstö ja ruokapalvelun tuottaja
- diplomi on päiväkotikohtainen
- diplomi on voimassa kolme vuotta sen suorittamisesta

Diplomin hinta

- yhteensä 95 € + alv kolmelta vuodelta

Diplomin myöntämisestä vastaa

- [Ammattikeittiöosaajat ry](#)



Miten diplomi suoritetaan?

Suorittaminen

- tapahtuu makuaakkosetdiplomi.fi -sivustolla vastaamalla annettuihin kysymyksiin

Kysymyssarja

- sisältää 45 Kyllä – Ei -väittämää päiväkotiruokailusta
- pohjautuu virallisiin varhaiskasvatusruokailusta annettuihin säädöksiin, suosituksiin ja ruokakasvatuskäytäntöihin
- Makuaakkoset-diplomi® on suoritettu onnistuneesti, kun 85 % Kyllä-vastauksista toteutuu

Kysymyssarjan aihealueet

- Varhaiskasvatussuunnitelma ja sopimusasiat
- Ruokailutilanne
- Ruokakasvatusta tukevat toimenpiteet
- Yhteistyö kotien kanssa
- Ravitsemussuositusten mukainen ruokailu
- Ruokaturvallisuus
- Ruokakulttuuri ja ympäristö



Miksi diplomi kannattaa suorittaa?

Makuaakkoset-diplomi®

- On hyvä itsearvioinnin väline laadukkaan ruokailun kehittämiseen päivähoitossa.
- Kannustaa moniammatilliseen yhteistyöhön.
- Auttaa arvioimaan onnistumisia ja kehittämiskohteita.
- Rohkaisee toteuttamaan päiväkodin omaan toimintaan sopivia käytäntöjä.
- Nostaa ruokailun näkyväksi osaksi päiväkodin yhteistä toimintaa.
- Edistää lasten ruokakasvatusta.
- Innostaa lasten osallistamiseen ruokailutilanteissa.
- Lisää päiväkotiruokailun, ruoan ja sen tekijöiden arvostusta.
- Kannustaa viestimään päiväkodin laadukkaasta ja valtakunnallisten tavoitteiden mukaisesta ruokailusta.
- Tukee palvelusopimuksen mukaisen laadun tarkastelua.
- Antaa vinkkejä ja tukea päiväkotiruokailun kehittämiseen (kattava tausta-aineisto).



Makuaakkoset-diplomin[®] suorittamisen vaiheet

Aloitteentekijänä hakemiselle voit olla sinä!



KOULURUOKADIPLOMI® MAKUAAKKOSET-DIPLOMI®

Koulu-, päiväkotij- ja perhepäiväkotikohtainen itsearvioinnin väline laadukkaan ruokailun kehittämiseksi. | Tunnustus ravitsemuksellisesti, kasvatuksellisesti ja ekologisesti kestävän ruokailun edistämisestä.



KOULURUOKADIPLOMI® | MAKUAAKKOSET-DIPLOMI®

Diplomi ja graafinen tunnus

Makuaakkoset-diplomin® suorittaneena päiväkotina ja ruokapalveluna

- Lähetämme teille yhteisen diplomin, jonka voitte laittaa esille päiväkodissa.
- Saatte käyttöoikeuden Makuaakkoset-diplomi -logoon ja -nettibanneriin, joita voitte käyttää tiedottamisessa ja nettisivuillanne.
- Diplomi on voimassa kolme vuotta sen suorittamisesta, jonka jälkeen se on hyvä suorittaa uudelleen. Diplomin suoritus- ja voimassaolopäivä löytyvät teille lähetettävästä diplomista.



makuaakkosetdiplomi.fi -sivusto

Näillä sivuilla/näiltä sivuilta

- voit halutessasi tulostaa ja tallentaa Makuaakkoset-diplomin® Kyllä – Ei väittämäkysymykset tarkasteltaviksi (pdf-muodossa)
- hakea taustatietoa varhaiskasvatusikäisten ruokailuun ja ruokakasvatukseen liittyvästä tukimateriaalista
- harjoitella Makuaakkoset-diplomin® suorittamista
- suorittaa Makuaakkoset-diplomin®
- lukea ajankohtaisia tarinoita diplomipäiväkodeista ja -perhepäiväkodeista
- nähdä kaikkien Makuaakkoset-diplomin® suorittaneiden päiväkotien ja perhepäiväkotien nimet



Makuaakkoset-diplomi® -kysymykset päiväkodeille

Diplomikysymykset suoritetaan sähköisesti osoitteessa
makuaakkosetdiplomi.fi

Diplomien myöntämisestä vastaa Ammattikeittiöosaajat ry, amko.fi

KOULURUOKADIPLOMI® | MAKUAAKKOSET-DIPLOMI®



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. 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 ateriarytmistä 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 allergiaohjelma](#), [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 ravitsemisalalan 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. Lajittelimme jätteet ja suosimme kierrätystä.



Tutustuthan makuaakkosetdiplomi.fi -sivustoon

Toivottavasti innostuit diplomin suorittamisesta.
Kerromme mielellämme lisää.

Diplomien myöntämisestä vastaa Ammattikeittiöosaajat ry, amko.fi

Projektikoordinaattori Virpi Kemi
virpi.kemi@amko.fi, 050 339 6844

Toiminnanjohtaja Marjut Huhtala
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



KOULURUOKADIPLOMI® | **MAKUAAKKOSET-DIPLOMI**®