

LAADUKKAITA RUOKAPALVELUITA IKÄÄNTYNEILLE -KOHTI HYVINVOINTIALUETTA

Ismo Mattila, keittiöpäällikkö, Rovaniemen kaupunki



Näsmänkiepin keittiön toiminta:

Rovaniemen kaupunki / Ruoka ja puhtauspalvelut, valmistuskeittiön osoite:

Näsmäntie 17, Keittiön toiminta Ma-Su klo 7.00-15.00

Annosten määrä: Asiakkaita yhteensä n. 750. Suurin osa asiakkaista ikäihmisiä.

Keittiössä valmistetaan:

- Aamupuuro n. 450
- Lounas n. 750
- Jälkiruoka+ päivällinen n. 400
- Iltapala n. 400



Näsmänkiepin keittiö

- Ruokia toimitetaan eri osastoille joka päivälle (23 osastoa), lisäksi yksittäisiä kotiaterioita menee asiakkaille suoraan.
3x viikossa (n. 300-350 asiakasta/pvä)

- Kotiaterioiden kuljetuspäivät:

Ma: Ma+Ti ruokien toimitus

Ke: Ke+To ruokien toimitus

Pe: Pe+ VL. ruokien toimitus











Hyvää ruokaa ikääntyneille

- Vanheneminen ja erilaiset sairaudet aiheuttavat erityistarpeita, jotka on huomioitava tarjottavassa ruoassa.
- Ruokien ulkonäkö lisää myös ruokien houkuttelevuutta, samoin ruokalistan monipuolisuus ja ruokatoiveiden ja ruokasuositusten huomioiminen ruokalistaa suunniteltaessa.



Erityisruokavalioiden huomioiminen:

- Proteiiniirikastettua ruokaa tarjotaan asiakkaille smoothien, raejuuston, jogurttien sekä rahkojen muodossa.
- Rakennemuutetut ruokavaliot: sileä, pehmeä, nestemäinen ruokavalio. Sosemaista ruokaa tehdään lounasruoalle n. 30 litraa. Pehmeiden, sosemaisten ja sileiden sosemaisten ruokien tarve vähäistä.
- Hedelmät ja kasvikset ruokien/jälkiruokien lisäkkeinä ja aterioissa tuovat monipuolisuutta ja antavat ravintoaineita. kuitupitoiset leivät ja puurot kuidun lähteinä.



Tilaukset keittiöön

- Osastojen työntekijät tilaavat keittiöltä tarvittavia
- lisävälipala-tarvikkeita.
- Osastot tekevät keittiölle tilauksia tilauslomakkeilla, sähköpostilla tai puhelimitse.
- Tilauslomakkeella ilmoitetaan viikoittaiset asiakasmäärät, allergiat ja mahdolliset elintarvike-tilaukset.
- Yleisimmät allergiat: maidoton, laktoositon, kalaton, gluteeniton, sosemainen/pehmeä ruoka.
- Lisäksi muut erityisallergiat huomioidaan.
- Tavoitteena tehdä laadukkaita, maittavia ja ravitsevia aterioita ikäihmisille huomioiden myös kotona asuvat ihmiset ja heidän ravintotarpeet.



Mistä kotiin toimitettava kotiateria koostuu (Kotiateria) ?

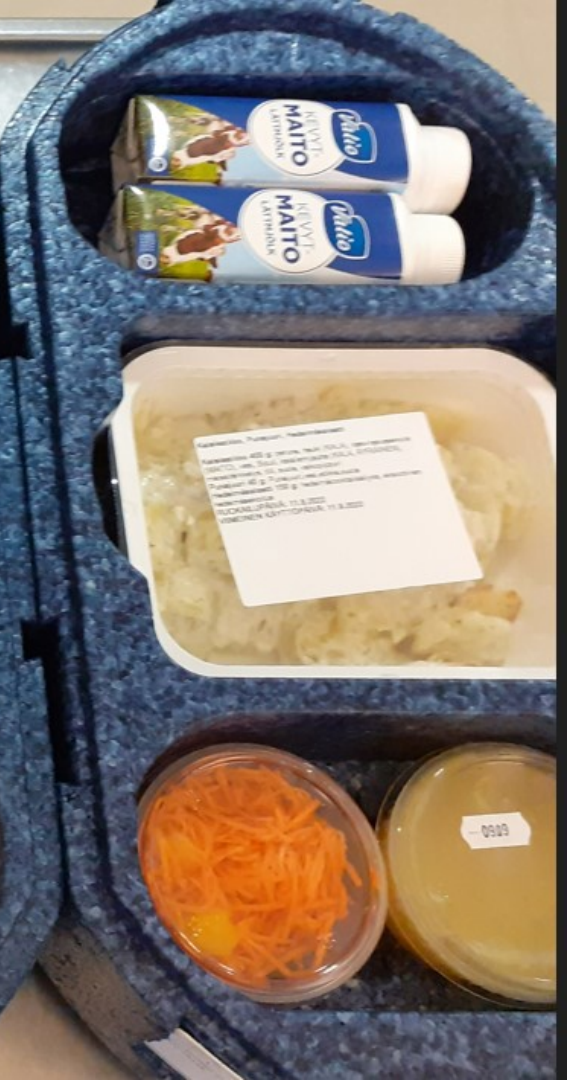
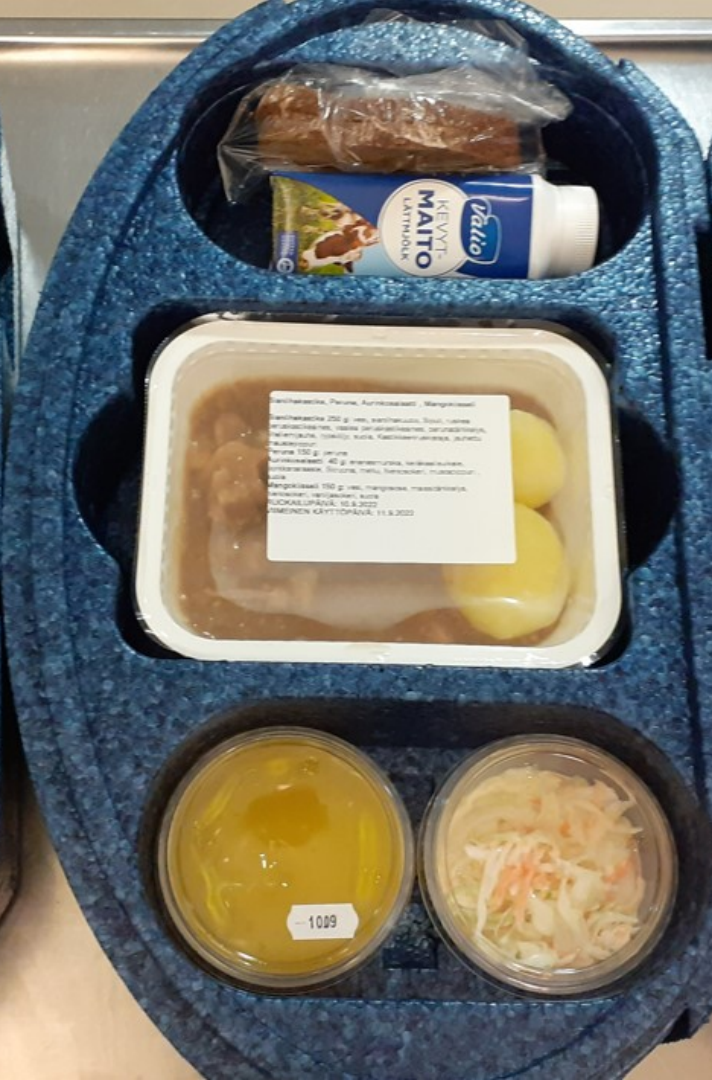
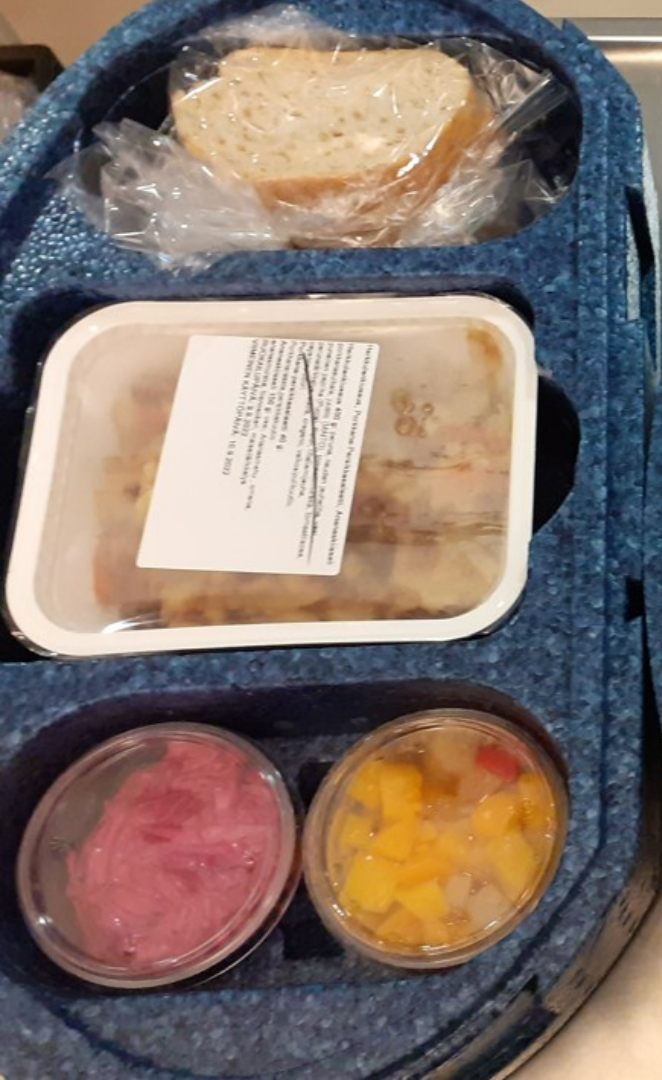
Annoskoko/ateria:

- Pääruoka (laatikkoruoka/keitto) 400g
- Kastike 250g perunat/ muusi 150g
- Salaatti n. 60g
- Jälkiruoka 150g
- Ruokajuoma 2 dl + leivät 2 kpl.

Kotiateriaan kuuluu pää- ja jälkiruoan lisäksi salaatti, leipä ja juoma. Margariinilevite jaetaan kerran kuukaudessa. Lisäksi ruokalistalla huomioidaan erilaiset juhlapyhät.

Aterioissa huomioidaan yleisimmät erikoisruokavaliot: esimerkiksi gluteeniton, maidoton, laktoositon, sappi, kihti kalaton ja kasvis + muut erityisallergiat.





Kotiateria voidaan tilata joka päivälle tai tarpeen mukaan

- Aterioissa huomioidaan myös pyhien perinneruoat.
- Ruoka-ateriat toimitetaan asiakkaille kylminä.
- Lämmitettävät ateriat pakataan comple pet-vuokiin, salaatit ja jälkiruoat pieniin muovipikareihin.
- Leivät on pakattu yksittäispakattuihin leipäpusseihin.
- Aterioiden päällä on tuote-etiketti, jossa on tarjottavien tuotteiden tuoteselosteet ja viimeinen aterian käyttöpäivä.
- Ruokien tuoteselosteet antavat tietoa asiakkaalle ruokien sisällöstä.



Ateriatilauksissa huomioitava

- Ateriatilauksissa huomioidaan asiakkaiden mahdolliset ruokien perumiset, uudet asiakkaat sekä toiveet ruokien koostumuksen suhteen, allergiat ja ruokien tarvemäärät. (Ruokapäivät)
- Jos ilmenee asiakkaiden ruokien toimituksissa ongelmia, syyt selvitetään ja ruoat toimitetaan tilausten mukaisesti.



Kotiin toimitettavat kylmät ateriat

- Kylmänä tarjottavat ateriat jäähdytetään jäähdytyskaapeissa heti valmistuksen jälkeen. Ateriat pakataan pakkauslaitteilla annosrasioihin ja tuoteseloste-etiketit lisätään.
- Ruoka-annokset+ lisukkeet pakataan styroksisiin annospakkauksiin ja kuljetusyritys toimittaa pakkaukset asiakkaille ajolistassa olevan järjestyksen mukaisesti. Jälkiruoat jäähdytetään keittopadoissa ja jaetaan pakkausrasioihin annostelukoneella.



Yhteistyö tärkeää

- Osastoilla työskentelevien ihmisten kanssa tehtävä yhteistyö keittiön kanssa on ravitsemuksessa asiakkaiden hyvinvoinnin ylläpitämiseksi tärkeää.
- Tämä asia korostuu erityisesti kotiin toimitettavissa aterioissa.



Keittiön ja hoitopalvelujen yhteistyö

- Hoitopalveluiden kanssa yhteistyö toimii siten, että he laittavat keittiölle tietoa mahdollisista muutoksista muutoslomakkeelle ruoan toimitusten, allergioiden ja ruokatoiveiden suhteen jotka huomioimme ruokatilauksissa.
- Hoitopalveluiden vastuuhenkilön kautta tiedotus kotiaterioiden asiakkaista toimii keittiölle ja kuljetusyriykselle.
- Puhelimitse ja sähköpostilla selvitetään myös mahdollisia ongelmatilanteita hoitopalveluiden ja keittiön välisessä yhteistyössä.



Kotiateriakuljetukset

- Kotiateriakuljetusten määrä ollut kasvussa, joten toimiva yhteistyö asiakkaiden/ hoitajien sekä kuljetusyrityksen kanssa tärkeää.
- Yhteistyötä kuljetusyrityksen kanssa pidetään yllä yhteisillä palavereilla sekä sähköpostitse ja puhelimitse.
- Poikkeavista ruokakuljetuksista (Pyhäpäivät) ilmoitetaan asiakkaille erikseen, jolloin mahdollisia ruokamuutoksia voidaan ennakoida paremmin. (Esim. asiakas lähtee reissuun pyhien ajaksi.)



Yhteenveto

- Laadukkaiden aterioiden tuottaminen ikääntyneille on tärkeää.
- Aterioiden tulee olla ravintosisällöltään suositusten mukaisia, maistuvia, ulkonäöltään mieluisia ja turvallisia.
- Yhteistyö eri toimijoiden välillä tärkeää asiakkaan tyytyväisyyden takaamiseksi.



Kiitos!

