

Työaikainen ruokailu	Vastaus
Miten huomioidaan ruokaturvattuus, mahdollisuudet erilaisiin ruokavalintoihin tai ylipäättään mahdollisuus ruokailuun työajalla? Miten työnantajat voivat puuttua asiaan? Neuvontajärjestöt auttavat mielellään työikäistenkin ruokakasvatuksessa.	Lisätty asiasta virke tietolaatikkoon
Huomioita lukuun 3: Ehdotuksena huomioida tekstissä enemmän erityisruokavaliot ja etenkin allergiat. Ruoka-aineiden merkinnät ruokaloissa tärkeää myös huomioida allergian kannalta. Ruokasuositusten turvaaminen esim. proteiinin saannin suhteen, mikäli kasvisruokavaliota noudattava ei voikaan vaikkapa allergian vuoksi käyttää palkokasveja. Kofeiinin lähteitä on muitakin kuin kahvi, joten se tulisi huomioida Perusteelliset ohjeet, joihin ei ole mitään	Lisätty linkki ravitsemushoitosisuositukseen, jossa käsitellään erityisruokavalioita. Kofeiinin lähteitä käsitellään muissa luvuissa, niihin sisällytetty tee ja energiajuomat.
3. Työaikainen ruokailu	kiitos kommentista Tekstiä muokattu osin kommenttien perusteella.

Viitaten aiempiin kommentteihin, myös tässä käytetään termiä ”työaikainen”.

Kauttaaltaan tutkimusten ja muun jaksossa esitetyn tiedon lähteet on tärkeää lisätä suositukseen.

Suosituksen alussa on listattu ”Työnantajan tulee mahdollistaa ruokatauot ja tukea terveyttä edistävän ruokailun toteutumista”. Työnantajan tulee noudattaa lepoaikojen ja päivittäisten taukojen osalta työaikalakia sekä työ- ja virkaehtosopimuksia. Suosituksessa ei voi todeta kategorisesti, että työnantajan tulee mahdollistaa ruokatauko, mikäli lainsäädännön tai työehtosopimuksen edellytykset eivät täyty. Lisäksi työnantajalla ei ole velvoitetta tukea terveyttä edistävää ruokailua. On hyvin työpaikka-kohtaista, mitkä mahdollisuudet työnantajalla on tukea terveyttä edistävän ruokailun toteuttamista henkilöstöravintolalla tai ravintoedulla. S. 17 viimeinen virke on oikeansuuntainen, joka voisi korvata edellä mainitun kohdan: ”Työnantaja voi tukea suositusten mukaista ateriointia monin tavoin, työn luonteesta riippuen.”

Luvussa tarkastellaan työaikaisen ruokailun toteutumista työnantajan, työntekijän sekä ruokapalveluiden ja muiden ruokaa tarjoavien toimijoiden roolia ruokailun toteutumisessa.

kiitos kommentista

Aiheen käsittely on laajaa ja eri näkökulmat. Sen lisäksi mitä työaikaissa säädetään, ruokailuun käytetty aika työajalla ja sen järjestäminen on myös yksi osa eri alojen työehtosopimuksia. Sopimusneuvotteluissa olisi tärkeää pitää mielessä myös tutkittu tieto työaikaisen ruokailun järjestämisen hyvinvointi- ja terveysvaikutuksista. Se on niin työntekijän kuin työnantajan etu. Myös työn luonne vaikuttaa siihen millainen malli istuu työhön parhaiten. Kuten suositusluonnoksessa todetaan, perehdytyksessä on jo tärkeää, että ruokailuun ja

Kiitos kommentista

3.1. Työnantajan rooli.

Tekstiä on tarkennettu kommenttien perusteella

- Liittäisin tähän edellytyksen, että ruoan ravitsemuksellisen laadun kriteerit huomioidaan lounasruokailun tarjoajan hankinnassa ja kilpailutuksessa (Liite 6 a-c).

mm. lisätty kilpailutukseen ravitsemuslaadun kriteerit ja suolattomat mausteet listaan ruokapalveluiden tarjonnasta.

- Lounassetelin tai muun ravintoetuun liittyvää ohjeistusta ravitsemuksellisen laadun huomioimisesta tulee tarkentaa tekstissä. Perustelu: lounassetelillä työntekijä voi hyödyntää valtion tukemaa verotusetua mm. pitserioissa, kahviloissa ja pikaruokaravintoloissa, joissa ravitsemuksellinen laatu ei ole monipuolinen. Aiempi tutkimustieto siitä, että henkilöstöruokailu parantaa ruuan ravitsemuksellista laatua omiin eväisiin verrattuna, ei välttämättä silloin pidä paikkaansa.

- s.20 Taukotilat ja Kannustaminen terveyttä edistävään työaikaiseen ruokailuun: Täydennysehdotuksena, että toteutetaan terveellisiä valintoja edistäviä kampanjoita osana työhyvinvointi-toimintaa, kuten StopDia-materiaalin keinot tuuppaukseen (Hedelmäjengi, Evästä!, Pienet teot -digisovellus), <https://sites.uef.fi/stopdia/materiaalipankki/>
- s.22 Työterveyshuolto tukena: Työpaikkakäyntiin sisällytetään henkilöstöruokailun ja kokoustarjoilujen ravitsemuksellisen laadun ja henkilöstön terveyttä edistävän vaikutuksen

Työnantajien osallistumisella työntekijöiden lounasruokailuun on merkittävä terveyttä edistävä vaikutus. Taustalla on suomalainen verotusjärjestelmä, joka tukee lounasruokailun tarjoamista työntekijöille. Työnantaja ei saa tukea lounasruokailun järjestämiseen, mutta työntekijälle tarjottava tuki mahdollistaa työnantajille suositun ja edullisen työsuhde-edun tarjoamisen. Ilman nykyistä verotukea työaikainen ruokailu olisi yksipuolisempaa ja vähemmän ravintosuosittelun mukaista kuin nykyisin.

Kiitos kommentista. Opiskelijoille on olemassa myös omat ruokailusuositukset (sekä toisen asteen & korkeakouluopiskelijoille)

Kuten suosituksessa todetaan, henkilöstöravintoloilla on parhaat mahdollisuudet ravitsemissuosituksen mukaisten valintojen edistämiseen. Tämä johtuu osittain myös työnantajien hankintakriteereistä ja henkilöstöravintoloiden kanssa tehdyistä sopimuksista henkilöstöruokailun tarjoamisessa. Moni lounasetua tarjoava ruokaravintola tarjoaa myös lounasaikaan monipuolisen vaihtoehdon lounasruokailuun. Moni suomalainen syö merkittävän osan kuluttamistaan kasviksista lounasruokailun yhteydessä. Tämä johtuu siitä, että henkilöstöravintoloiden lisäksi salaattipöytä on usein tarjottu vaihtoehto myös muissa ravintoloissa lounasaikaan.

Luvussa tarkastellaan kattavasti työnantajan, työntekijän sekä ruokapalveluiden ja muiden ruokaa tarjoavien toimijoiden roolia työaikaisen ruokailun toteuttamisessa. Lainsäädäntöön ja tutkimuksiin viitattaessa, niiden tarkemmat tiedot on tärkeää tuoda esille.

Viitteet julkaistaan erikseen

Ruokapalveluiden ja muiden ravintoloiden rooli-kappaleessa (s. 23) ainoastaan kalan yhteydessä on mainittu suositus kotimaisuudesta.

Kappaleeseen tehty kyseistä aihetta koskeva lisäys.

Kotimaisten raaka-aineiden suosiminen tulisi olla ehdotuksena myös muiden ruokien kohdalla, kuten lihan, maidon, kasvien, viljavalmisteiden jne. omavaraisuuden ja huoltovarmuuden

3.1., s.19, r 17-18: aterioiden sisältö- ja laatuvaatimukset, myös aterioiden ravitsemuslaadun ja vastuullisuuden kriteerit --> aterioiden sisältö- ja laatuvaatimukset, myös aterioiden ravitsemuslaadun ja vastuullisuuden kriteerit. Esimerkiksi Sydänmerkki-aterian kriteerit auttavat varmistamaan suositusten mukaisen ruokatarjonnan.

3.1., s.20, r 5: ...kilpailutukseen löytyy Kriteeripankista, www.kriteeripankki.fi sekä liitteestä 5 a-c.

3.1., s.22, r26-29: Henkilöstöravintoloissa terveyttä edistävän aterian valitseminen on vaivatonta, kun ruokapalvelu noudattaa pääruokien valmistamisessa ravitsemussuosituksia, ja kun asiakas noudattaa aterian koostamisessa lautasmallia. --> Henkilöstöravintoloissa terveyttä edistävän aterian valitseminen on vaivatonta, kun ruokapalvelu noudattaa pääruokien valmistamisessa ravitsemussuosituksia, ja kun asiakas noudattaa aterian koostamisessa lautasmallia. Sydänmerkki auttaa myös tunnistamaan suositusten mukaiset aterianosat ravintolassa, kun ravintosisältötietoja ei ole saatavilla tai niitä on hankala tulkitä.

3.3., s.23, r29-31: Tuotteiden valinnassa ja ruokaohjeiden kehittämisessä hyödynnetään

3.4., s.26. Taulukko 1.: Taulukkoa muokattiin, mm. hyllytila muutettiin hylly- ja linjastoalaksi, jotta sopii paremmin ravintolaympäristöön. Hylly- ja linjastoala on merkittävä myös ravintoloissa ja koskee pääruokalinjaston ohella myös muuta tarjontaa, kuten kahvila- ja välipalatuotteita sekä makeisia, joissa vähäisempään käyttöön suositeltavien tuotteiden osuus saatavilla olevasta valikoimasta voi olla huomattava. Jos hylly- tai linjastoalasta vain pieni osa on varattu suositelluille ruoille, niiden järjestyksen tai sijoittelun muuttamisella voi olla vähäinen vaikutus valintoihin. Tällöin olisi erityisen tärkeää myös kasvattaa suositeltujen ruokien osuutta valikoimassa ja niille varattua tilaa. Tällä perusteella hylly- ja linjastoala on mainittu taulukossa ensin.

3.3, s. 23, r29-31: korjattu liitteiden numero

3.3, s. 24, rivi 9: ruokalistan merkinnät -kohtaan korjattu Sydänmerkki 3.3, s. 24, rivi 38: liitteissä 5 a-c on kriteerit tuotteille, jotka voivat sisältää rasvaa, kovaa rasvaa, suolaa ja kuitua. Tästä syystä vesi ei ole mukana taulukon vaihtoehtoisissa.

1) Luvun 3 otsikko Työaikainen ruokailu ei nyt kuvaa sisältöä. Sisällössä tuodaan esiin eri toimijoiden roolia. Voisiko otsikko olla esim Eri toimijoiden rooli työaikaisessa ruokailussa.?

Luvun 3 otsikko muokattu (huom. muutosten jälkeen luvun numero on 4) ja tekstiä muokattu. Lisätty linkkejä keskeiseen lainsäädäntöön.

2) Kappaleessa jää laajemmin vastaamatta mitä TES: sanoo työaikaisista ruokailuista. Useimmissa työehtosopimuksissa on määräyksiä ruokatauoista, jotka perustuvat työlainsäädäntöön ja sitä täsmentäviin sopimuksiin. Esimerkiksi luetaanko ruokailu työaikaan, velvoittaako sopimus tarjoamaan ruoan tai erillisen ruokailutilan. Tietyistä ruokailuun liittyvistä ehdoista voidaan sopia myös paikallisesti.

3) Kappaleessa toistetaan edellisten kappaleiden asioita.

4) Kappaleessa 3.1 tuodaan hyvin esiin työnantajan roolia työkykyä tukevien ruokailutottumusten edistämisessä. Kappaleessa kuvataan henkilöstöravintolan ja kokoustarjoilujen merkitystä ja annetaan näihin liittyen suosituksia. Työikäisistä moni kuitenkin syö omia eväitä työpaikalla tai kotona etätönn aikana. Kappaleessa olisi hyvä kuvata miten työnantaja voi näissä tilanteissa tukea hyvän

Suositus toteaa, että työntekijä- ja työnantajajärjestöt ovat avainasemassa työaikaisen ruokailun edistämisessä. Periaatteessa työehtosopimukset mahdollistavat työaikaisen ruokailun, mutta käytännössä ruokailu jää liian usein toteutumatta. Lisääntyvä osa-aikatyö ja jatkuva kiire vaikeuttavat taukojen pitämistä. Suositusta kannustaa työpaikkoja ja eri toimialoja varmistamaan, että kaikilla, mukaan lukien matalapalkkaisilla, osa- ja vuorotyötä tekevillä sekä fyysisesti raskailla aloilla työskentelevillä on mahdollisuus tehdä terveyttä edistäviä ruokavalintoja. Suositusta kannustaa työpaikkoja yhteiseen töiden suunnitteluun, joka pitää sisällään myös ruokataukojen suunnittelun. Työnantaja voi tukea työntekijän ruokailua taloudellisesti ja kannustaa työntekijöitä terveyttä edistävään syömiseen.

Kiitos kommentista.

Valtion tulisi selvittää ja mahdollisesti uudistaa työntekijän tarjoaman ravintoedun verotuskohtelu. Ravintoetu tarkoittaa järjestelyä, jossa työnantaja tarjoaa palkansaajalle aterian käypää hintaa edullisemmin tai luontoisetuna. Ateriana pidetään lounasta, päivällistä ja illallista. Työnantaja voi järjestää ravintoedun eri tavoilla, kuten työpaikkaruokailuna, sopimusruokailuna tai kohdennetuilla maksuvälineillä, joita ovat

Kappale 3.1. s. 22. Voisiko kappaleessa kannustaa selkeämmin työnantajia tarjoamaan työntekijöilleen myös ravitsemusterapiapalvelut sillä ravitsemusterapeutit ovat terveydenhuollon ammattilaisissa parhaita ravitsemusosaajia? Raaka-ainehankinnoissa tulisi huomioida kotimaisesti & vastuullisesti tuotetut kalat ja lihat, jolloin ravitsemus- ja vastuullisuustavoitteet toteutuvat kustannustehokkaasti. Suosimalla suomalaista tuetaan myös suomalaista työtä ja näihin työikäisten ruokasuosituksiin sen pitäisi sopia erinomaisesti.

Tekstiä tarkennettu.

Aihe lisätty tekstiin.

3.1 Työnantajan rooli

kiitos kommentista

On muistettava, että tämä on suositus työnantajalle. Jotta suositukset jalkautuisivat mahdollisimman hyvin, olisi syytä esittää konkreettisia kehitysesityksiä kannustimista, joiden avulla työnantaja kokisi hyötyvänsä suosituksen jalkauttamisesta.

Ruokapalveluiden kilpailutuksessa on syytä kiinnittää huomio ruoan laatuun ja alkuperään ennemmin kuin hintaan.

Luvussa 3.1 on nostettu hyvin esiin henkilöstöravintolan ruokailuympäristön merkitys terveelliseen ja ympäristöystävälliseen ruokailuun. Työnantajat voivat myös omilla vastuullisuustavoitteellaan vaikuttaa merkittävästi henkilöstöruokailun ja kokoustarjoilun terveellisyyteen ja ympäristövaikutuksiin. Toivoisimme, että työkäisten ruokailusuositus korostaisikin työnantajien vastuuta vahvemmin ja antaisia konkreettisia esimerkkejä näiden tarkentamiseksi. Asiakokonaisuudelle olisi hyvä varata oma kappale luvussa 3.1, joka kannustaisi asettamaan ruokahankinnoista aiheutuville ympäristövaikutuksille omat vä-hennystavoitteet osana yrityksen vastuullisuusstrategiaa.

Tietolaatikkoo muokattu ehdotusten mukaisesti. Lisätty esimerkkejä vastuullisuuskriteereistä ja -tavoitteista.

Tietolaatikkoon (s. 19) ehdotamme seuraavia muutoksia:

- Uudelleenmuotoilu:** kasvisruokavaihtoehto tarjotaan päivittäin vapaasti otettavana vaihtoehtona
- Säys:** palkokasveja tarjolla joka aterialla
- Tarkennus:** ruokapalvelun laadun toteutumisen seuranta sovitulla mittareilla ja arviointikriteereillä (sis. ympäristövaikutukset)

Vastuullisuustavoitteista ja mittareista olisi hyvä

3.1. Työnantajan rooli

s. 18: Leivän täytteisiin vaihtoehtoksi voi nostaa vähäsuolaiset ja –rasvaiset leikkeleet (Sydänmerkkituotteet)

3.3 Ruokapalveluiden ja muiden ravintoloiden rooli

s. 23: Suomalaisten ravitsevien ja vastuullisten tuotteiden suosiminen sopisi juuri työikäisten ruokailusuositukseen, sillä suosimalla suomalaista tuetaan myös suomalaista työtä. Raaka- ainehankinnoissa tulisi huomioida kotimaiset ja vastuullisesti tuotetut raaka-aineet, kuten kalat ja lihat (ml. siipikarja).

Kansallinen ruokastrategia tulee yhtenä päämääränään nostamaan ruokakulttuurin ja hyvinvoinnin vahvistamisen. Ruokastrategiaan on odotettavissa myös vahva painotus huoltovarmuuteen. Ruokailusuosituksissa tulee voida Ruotsin ravitsemussuositusten hengen mukaisesti rohkeasti suositella käytettäväksi ja valittavaksi suomalaisia ruokaa.

Riittävä siirtymäaika suositusten käyttöönottoon on tärkeää, jotta ravintoloille jää aikaa huomioida suositukset. Ravitsemuskriteerit täyttävät valmisateriat tai puolivalmisteet voivat tuoda

Tekstiin lisätty kotimaisten tuotteiden käytön merkitys. Taulukossa 1 mainitut elintarvikkeet on jaoteltu kansallisten ravitsemussuositusten mukaisesti niihin, joiden käyttöä on suositeltavaa lisätä ja niihin, joiden käyttöä on suositeltavaa vähentää.

Työaikaisen ruokailun sisältöä on perusteltua tiivistää kautta linjan sen ydinsanoma kiteytetyksi ja toiston välttämiseksi. Näin pitkän ja toistao sisältävän tekstin luettavuus heikentyy seurauksena suosituksen siirtäminen lukijan ÖÖ mappiin. Tämä tiivistystyö jää suosituksen kirjoittajille suosituksen lausunnonantajan sijaan.

Tietolaatikko-kohdassa s. 20 imperatiivimuoto
Taukotilojen tulee...on perusteltua korjata
TAUKOTILOJEN KANNATTAA OLLA RIITTÄVÄN
LÄHELLÄ...

Vinkkejä ravitsemussuositusten mukaiseen....s.
24 on perusteltua korjata sanalla VIHJEITÄ
RAVITSEMUSUOSITUSTEN MUKAISEEN.....

Kohdan 3.4. s. 25 tekstiä on perustelutua tiivistää sen ydinsanoma tiivistetyksi ja toiston välttämiseksi. Tämä ehdotukseni lisää suosituksen luettavuutta ja mielenkiintoa sitä kohtaan.

Taulukosta 1 s. 26 on perusteltua poistaa kaikki toistot suosituksen luettavuuden ja mielenkinnon lisäämiseksi. Samat tekstikohdat toistettuina lukuisissa kohdissa, joka heikentää luettavuutta ja mahdollistaa suosituksen vastarintaan

Kiitos kommentista. Kohdan 3.4 (Ravintolan ruokailuympäristö) tekstiä ja taulukkoa muokattiin. Taulukossa toisteisuuden tuntu johtunee siitä, että toisessa sarakkeessa on kuvattu, kuinka kutakin keinoa on tarkoitus käyttää lisäämään päivittäiseen ja runsaampaan käyttöön sopivien elintarvikkeiden kulutusta, kun taas toisessa sarakkeessa on kuvattu, miten samaa keinoa voidaan käyttää vähentämään vain satunnaiseen ja vähäisempään käyttöön sopivien elintarvikkeiden kulutusta. Jotta ruokaympäristö tukisi tehokkaasti siirtymää kohti suositusten mukaista ruokavaliota, usein on tarpeen soveltaa samaa keinoa eri tavoin eri tuoteryhmiin. Taulukon sarakeotsikoita selkeytettiin, jotta sarakkeiden tarkoitus selkiytyisi.

sivu 17: ”Yhteisillä tauoilla on myös tärkeä sosiaalinen merkitys.” Upeaa, että tämä näkökulma on esillä suosituksessa. Lisäksi herkullisella ruoalla on itsessään tärkeä merkitys tuottaa mielihyvää.

Luku 3.1 sivu 20, tietolaatikko: Työssä edistettävä hyvä ravitsemus ja terveyttä edistävä ruokailu: Tavoitteiden toteuttamiseksi ruokapalvelun kanssa tehtävä yhteistyö ja kehittäminen on avainasemassa, se kannattaa lisätä yhdeksi toimenpiteeksi.

Luku 3.3 sivu 24: Tarjonnasta viestiminen, julisteet ja infot, lautasmalli. Suosituksessa kehoitetaan useassa yhteydessä noudattamaan lautasmallia. Tässä kappaleessa lautasmallia suositellaan ruokapalveluihin käytettäväksi ohjauskeinoksi. Kannustimeksi ruokapalveluille voisi olla lisää tietoa lautasmallikuvan vaikuttavuudesta.

Luku 3.3 sivu 24: Vinkkejä ravitsemussuositusten mukaisen tarjonnan toteuttamiseen: Tässä voisi vielä mainita, että suositetaan tuoreita komponentteja ja vaihtelun, herkullisuuden ja houkuttelevuuden vuoksi komponenteista osa voi olla marinoituja tai maustettuja mutta niin että

Tässä voisi vielä vahvemmin alleviivata työaikaisen ruokailun, mukaan lukien välipala- ja kahvitauot, sosiaalista merkitystä ja yhteisöllisyyden rakentamista työpaikalla. Erilaisia kroonisia sairauksia, allergioita ja myös esimerkiksi syömishäiriöitä sairastavien erityistarpeet olisi myös hyvä mainita tässä.

Luku 3.4. s. 25: ”Viestinnälliset keinot” korjattu ”viestinnän keinoiksi” ja taulukkoon lisätty esimerkkejä siitä, mitä käytännössä tarkoittavat. Yhteistyö ruokapalveluiden kanssa mukana teksteissä. Vinkkeihin lisätty komponenttien vaihtelevuus ja suolattomuus.

Taukojen sosiaalisesta merkityksestä on kappaleessa3. Työaikainen ruokailu ja 3.2 Työntekijän rooli. Allergioista ja erityisruokavaliosta löytyy runsaasti tietoa Ravitsemushoitosuosituksesta.

Työaikainen ruokailu on tärkeä niin jaksamisen kuin työturvallisuuden näkökulmasta, mitä on aivan oikein nostettu esiin. Tarkastelussa voisi olla tarpeen nostaa esiin se, että myös muissa kuin suoraan henkilöstöravintoloissa on tarjolla varsin monipuolisia ja terveellisiä kokonaisuuksia. Myös aamupalan tai välipalojen tarjoamisen huomioiminen on hyvä lisäys, koska tämä tuottaa osaltaan mahdollisuuden monipuoliseen ja erilaisiin ruokarytmeihin sopivaan ruokailuun.

Henkilöstöravintoloiden kokonaisuutta tarkastellaan varsin yksipuolisesti ruokaan liittyvien tekijöiden kautta, vaikka sen merkitys myös sosiaalisena tekijänä on merkittävä. Samoin ravintolatilojen viihtyisyys ja esimerkiksi hyvä akustiikka ovat osaltaan tekijöitä, jotka

s. 19 "Henkilöstöravintolan palvelukuvauksessa määritettäviä asioita" - tähän tulisi lisätä huomio, että kyse on osasta / esimerkistä tms. asiasta. Palvelukuvausten sisältö vaihtelee hyvin paljon.

s. 23: "Tuotteiden valinnassa ja ruokaohjeiden kehittämisessä hyödynnetään ruokapalveluille annettuja ravitsemuslaadun kriteereitä suolan, kuidun ja rasvan määrästä sekä rasvan laadusta (liitteet 6 a-c). Raaka-aineiden valinnassa otetaan lisäksi huomioon ravitsemussuositukset sekä raaka-aineiden kestävät tuotantotavat." Lisäisin tähän huomion, että loppukädessä noutopöytäruokailussa valinta on kuluttajan - miten hän ateriansa kokooa. Näin ollen yksittäisten ruokaohjeiden ravintoarvoilla ei ole samanlaista merkitystä - kokonaisuus ratkaisee.

s. 24: "Vinkkejä ravitsemussuosituksen mukaisen tarjonnan toteuttamiseen":

Ensimmäisessä kohdassa otetaan kantaa, että salaatin komponenttien tulisi olla tarjolla erikseen. Mielestäni näin ei tulisi kirjata. Erilaiset sekoitesalaatit ovat erittäin suosittuja vaihtoehtoja ja tukevat kasvisten lisäämistä lautaselle.

Ruokajuoman osalta on taas maininta rasvattomasta maidosta ja piimästä - harkitsisin

Ravintolan viihtyisyys, ml. akustiikka, huomiotaan ravintolaympäristöä koskevassa luvussa.

Salaattien tarjonta komponentteittain perustuu tutkimuksiin, joissa on havaittu kulutuksen lisääntyminen siirryttäessä sekoitesalaattien tarjonnasta komponenttitarjoiluun. Erityisesti henkilöillä, jotka vasta totuttelevat kasvisten käyttöön ja harjoittelevat syömään erilaisia kasviksia, tai joilla on kasviksiin liittyviä ruokarajoitteita, komponentteittain tarjoaminen voi madaltaa kynnystä salaattien ottamiseen ja mahdollistaa itselle sopivien vaihtoehtojen ottamisen mieluisassa suhteessa. Ruokapalveluille annettujen ravitsemuslaadun kriteerien ohella tärkeää on lautasmallin mukaiseen ateriaan ohjaaminen.

Luvut 1 ja 3 – Työterveyshuollon rooli

Luku 1, kohta 1.4 (s. 7): Eri toimijoiden yhteistyö -
otsikon alla työterveyshuoltoa ei mainita lainkaan.
Työterveyshuolto on kuitenkin ainoa osa
terveydenhuoltoa, jolla on suora yhteys
työpaikkoihin ja työntekijöihin. Ehdotamme
lisäystä:

”Työterveyshuollolla on keskeinen rooli
työikäisten terveyttä ja työkykyä edistävän
ravitsemuksen toteutumisessa, sillä se on ainoa
osa terveydenhuoltoa, jolla on suora yhteys
työpaikkoihin, työnantajiin ja työntekijöihin.
Työterveyshuollossa tunnistetaan ravitsemuksen
merkitys osana työkyvyn edistämistä ja ylläpitoa
ja tuodaan se esiin työpaikkaselvityksissä ja
terveystarkastuksissa. Työterveyshuolto voi myös
tukea työnantajia, ruokapalveluiden tuottajia ja
työntekijöitä terveellisten ruokailukäytäntöjen ja
työpaikan ruokaympäristön kehittämisessä
esimerkiksi työterveyshuollon
ravitsemusterapeutin osallistumisella
ruokatoimikunta- tai
ravitsemustyöryhmätoimintaan.”

Luku 3, kohta 3.1 (s. 18): Työterveyshuollon rooli
jää suppeaksi. Ehdotamme seuraavaa lisäystä:

”Työterveyshuolto auttaa työnantajaa
tunnistamaan työstä ja työympäristöstä

3.3. Ruokapalveluiden ja muiden ravintoloiden
rooli

Lounasravintoloissa eletään haastavia aikoja.
Etätyössä olevien määrän ennakoiminen
vaikeuttaa lounasravintoloiden kannattavuutta ja
lisää hävikkiä. Hävikkiruoan myyminen
työpaikkojen lounasravintoloissa edistää
s. 21 Pitää selventää, mitä tarkoitetaan
ravitsemuskriteereillä. Kohta: Työyhteisössä
mietitään yhdessä mahdollisuuksia työn
tauottamiseen ja ravitsemuskriteerien mukaiseen
ja edulliseen ruokailuun.

Sivut 25–26, kohta 3.4 ravintolan

ruokailuympäristö:

- Kiitos de Castron ja Canellan mallin
mainitsemisesta. Katsoimme kappaletta sitä
vasten. Taulukkoon on koottu konkreettisia
keinoja, jotka voidaan kohdistaa tiettyihin
elintarvikkeisiin ja joilla voidaan tutkimusten
perusteella vaikuttaa keinojen kohteena olevien
elintarvikkeiden kulutukseen. Viihtyisyyden
(ambience) muokkaamisella on vaikeampaa
ohjata tiettyjen ruokien kulutusta toivottuun
suuntaan, ja se ei siksi ole mukana taulukossa.
Viihtyisyys on kuitenkin huomioitu kappaleen
tekstissä, jota päivitettiin ja johon lisättiin myös
maininta keinojen vaikuttavuuden arvioinnista.
Taulukkoa lisäksi selkeytettiin.

Kiitos kommentista.

Kiitos kommentista. Teksti muokattu.

Yleisissä huomioissa ehdotus siitä, miten rakennetta tulisi muokata. Ohessa kommentteja sisältöön:

Lukua kokonaisuudessaan muokattu. Kappale 3.4. s.26: Taulukkoa selkeytettiin.

3.1. Kappale on hyvä, mutta toisteisuutta aikaisempaan. On hyvä, että tässä puhutaan työnantajan roolista, mutta miksi aiemmin (luku 1) puhutaan julkisesta sektorista?

3.1. Henkilöstöravintolat korvataan:

henkilöstöravintola tai muu ruokapalvelu

3.1. Ravintoetu korvataan: Verottajan vuosittain määrittelemä ravintoetu

3.1. Pitääkö jossain kohti mainita erikseen henkilöstöruokailu päiväkodeissa, kouluissa ja opiskelijaruokailun yhteydessä, sekä hyvinvointialueilla, jossa tarjotaan samaa ruokaa kuin näiden työpaikkojen kohderyhmät syövät?

3.1. Tulisiko olla alaotsikko: Työaikaisen ruokailun kilpailuttaminen

3.1. s 19 -> Työpaikkaruokailu

henkilöstöravintolassa voidaan järjestää

kilpailuttamalla ruokapalvelu halutulla

sisällöllä ja hinnalla tai tarjoamalla ravintolatilat sopivan yrittäjän käyttöön -> Henkilöstöravintola pois

3.1. s.19 Henkilöstöravintolan

palvelukuvauksessa määritettäviä asioita ->

Henkilöstöravintola korvataan sanalla

s 17. Ensimmäisen palluran teksti epäselvä:

”Työaikaisella ruokailulla on tärkeä merkitys työkyvyn ja työturvallisuuden sekä työntekijän terveyden ja hyvinvoinnin kannalta.”

Muokkausehdotus: ”Työntekijän hyvinvointia ja terveyttä voidaan edistää ravitsemussuositusten mukaisella ruokavaliolla. Työaikaisella ruokailulla on tärkeä merkitys työntekijän työkykyyn ja vireystilaan. Hyvä vireystila lisää työturvallisuutta.”

Muokattu tekstiä ja infolaatikkoja ehdotusten mukaisesti

s17 toinen kappale, 5. virke: ”Päivän aikana on suositeltavaa syödä 3-6 kertaa eli kolme pääateriaa ja tarpeen mukaan 1–2 välipalaa.”
Olisi hyvä, että määrät täsmäisivät.

s17, toinen kappale. Tässä voisi keskittyä siihen mitä työnantaja voisi tehdä. Kappaletta voisi muokata muutenkin sujuvammaksi. Ateriarytmiin liittyvät asiat voisi siirtää kappaleeseen: Hyvä ateriarytmi tukee työkykyä, sivulla 28.

3.1 Työnantajan rooli

s18, 1. kappale, virke: ”Lisäksi työnantaja voi tukea työntekijän ruokailua taloudellisesti (kts. ravintoetu) ja kannustaa työntekijöitä terveyttä edistävään syömiseen esimerkiksi hyödyntämällä henkilöstöravintolaa.” Voisi muuttaa muotoon: ”

”Henkilöstöravintolan palvelukuvauksessa määritettäviä asioita” on lisättävä seuraavaa. Työpaikkaruokailuissa tulee tarjota ensisijaisesti terveyttä edistävää kasvipohjaista ruokaa.

Kohdan 3.4. tekstiä muokattiin, ja maku ja houkuttelevuus on siinä huomioitu.

Sivu 21 kohtaan ”Kokoustarjoilut” suosittelemme korvaamaan lauseen ” Kokoustarjoiluissa suositaan terveyttä edistävään ruokavalioon sopivia vaihtoehtoja” seuraavasti. Kokoustarjoiluissa suositaan kasvipöytäisiä terveyttä edistäviä vaihtoehtoja.

Kohta 3.3 ruokapalveluiden ja muiden ravintoloiden rooli. Sivun 23, ensimmäisen kappaleen loppuun suosittelemme lisäämään seuraavaa. Kasvipöytäinen ruoka on terveellisintä ruokaa. Kasvipöytäistä ruokaa tulee tarjota kaikissa julkisissa ruokailuissa ensisijaisesti: kasvisruoka laitetaan linjastoille ensimmäiseksi, ja kasvisruuan maittavuuteen panostetaan keittiöhenkilökunnan koulutuksella. Karsinogeenistä prosessoitua lihaa tulee välttää. Kasvisruuan tulee olla kaikkien saatavilla, ilman että sitä joutuu erikseen pyytämään tai hakemaan sivupöydästä.

Kohta 3.4 Henkilöstöravintolan ruokailuympäristö. Sivun 25 lauseen ” Kaikki nämä Sivulla 17 rivillä 27 sanotaan, että ”on suositeltavaa syödä 3-6 kertaa eli kolme pääateriaa ja tarpeen mukaan 1-2 välipalaa”. Mielestäni tämä lause on ristiriitainen, sillä 3 pääateriaa ja tarpeen mukaan 1-2 välipalaa

Korjattu tekstiä ehdotuksen mukaisesti.

Lisäys: Työnantajia tulisi kannustaa kasvipainotteisen lounasruoan tarjoamiseen henkilöstöravintoloissa. Kasvisruoka tulisi olla vapaasti otettavissa, eikä sen tarjoamisen edellytyksenä tule olla esimerkiksi lääkärintodistus.

3.2 s.22

kappale käsittelee työntekijän roolia ja henkilöstöravintolan valinnan helppoutta. Seuraava lause ei mielestämme sovi työntekijän roolia kuvaavaan osioon, vaan tulisi siirtää henkilöstöravintolan näkökulmaa kuvaavaan kappaleeseen: "Ylijäänyttä ruokaa kannattaa mahdollisuuksien mukaan hyödyntää myös muilla aterioilla."

3.2, kolmas kappale, r. 1

"Etäpäivien lounaalla tai henkilöstöravintolan puuttuessa lautasmallin mukaisesti koostettu omakekoinen ateria tai erilaiset valmisruoat ovat toimiva valinta." → Myös puolivalmisteet voivat toimia terveyttä edistävän lounaan pohjana.

3.3, s. 23, r. 4

Termi laadukkaaseen elintarviketarjontaan voisi olla selkeämpi muodossa "laadukkaaseen ruokatarjontaan", jos tarkoituksena on viitata ruokapalveluiden tarjoamiin valmiisiin aterioihin tai niiden osiin.

s. 23, kolmas bullet point

Ruuan herkullisuus ja houkuttelevuus ovat

Kommentteja huomioitu tekstissä.