

Subject: VL: Valtuustoaloite 1
Sent: 3.2.2025, 19.35.59
From: Päätösvalmistelupalvelut<paatosvalmistelupalvelut@lahti.fi>
To: Kirjaamo_Lahti

Lähtettäjä: Valtavaara Anu <anu.valtavaara@lahti.fi>
Lähetetty: maanantai 3. helmikuuta 2025 18.08
Vastaanottaja: Päätösvalmistelupalvelut <Paatosvalmistelupalvelut@lahti.fi>
Aihe: VL: Valtuustoaloite 1

Lähtettäjä: Aaltonen Kalle <kalle.aaltonen@lh.lahti.fi>
Lähetetty: maanantai 3. helmikuuta 2025 17.44
Vastaanottaja: Valtavaara Anu <anu.valtavaara@lahti.fi>
Aihe: Valtuustoaloite 1

Valtuustoaloite: Ultraprosessoidun ruoan poistaminen Lahden päiväkotien ja koulujen ruokailusta ja sen korvaaminen ravitsemuksellisesti laadukkaammilla vaihtoehdoilla

Esitämme, että Lahden kaupungin päiväkotien ja koulujen ruokailuista poistetaan ultraprocessoitu ruoka ja korvataan se ravitsemuksellisesti laadukkaammilla, vähemmän prosessoiduilla ja terveellisemmällä vaihtoehdoilla.

Lisäksi esitämme, että taloudellisten mahdollisuuksien mukaan ja lain niin salliessa merkittävä osa tarjottavasta ruoasta olisi kotimaista ja mahdollisimman lähellä tuotettua. Tämä tukisi paikallista ruokatuotantoa, vahvistaisi huoltovarmuutta ja edistäisi suomalaisen maatalouden elinkelpoisuutta sekä paikallisten ruokatuottajien toimintaa.

Lahdessa on tehty monia hyviä toimenpiteitä päiväkotien ja koulujen ruokailun kehittämiseksi, mistä suuri kiitos. Kuitenkin on edelleen tarpeen varmistaa, että tarjottava ruoka tukee lasten hyvinvointia ja terveyttä parhaalla mahdollisella tavalla. Kouluissa ja päiväkodeissa ei tulisi lainkaan tarjota ultraprocessoitua ruokaa, kuten valmisruokia ja pitkälle jalostettuja elintarvikkeita.

Miksi ultraprocessoitu ruoka tulisi poistaa?

Useat tutkimukset ovat osoittaneet, että ultraprocessoitu ruoka voi sisältää runsaasti lisäaineita, säilöntäaineita sekä keinotekoisia maku- ja väriaineita, jotka voivat aiheuttaa lapsille erilaisia terveysongelmia. Näitä ovat muun muassa:

- Ilmavaivat, vatsakivut ja ruoansulatusongelmat
- Krooniset suolistosairaudet
- Elimistön säätelyhäiriöt ja matala-asteinen tulehdus
- Ylipaino ja muut elintapasairaudet

Ultraprosessoidut ruoat sisältävät usein piilosokereita, ultraprocessoituja kasvivasvoja ja liiallista suolaa. Ravitsemuksellisesti köyhät ruoat voivat myös heikentää lasten keskittymiskykyä, energiatasoa ja jaksamista. Laadukas, ravinteikas ruoka tukee lasten fyysistä ja henkistä kehitystä sekä parantaa oppimista ja hyvinvointia.

Mitä ultraprocessoitu ruoka on?

Ultraprosessoidun ruoan tunnistaa sen ainesosaluettelosta: jos siinä on sellaisia ainesosia, joita ei käytetä kotikeittiöissä, kyseessä on usein ultraprocessoitu tuote. Näitä ovat esimerkiksi:

- Glukoosi-fruktoosisiirappi
- Maltodekstriini
- Proteiini-isolaatit
- Kovetetut kasvivasvat

- Aromi-, täyte- ja emulgointiaineet

Esimerkkejä ultraprosessoiduista elintarvikkeista:

- Margariinit ja levitteet
- Sulatejuustot ja pitkälle prosessoidut maitotuotteet
- Makeutetut jogurtit ja rahkat
- Pakasteateriat ja pikaruokat
- Makkarat, leikkeleet ja valmisateriat
- Keksit, välipalapatukat ja makeutetut juomat

Ultraprosessoidut tuotteet eivät ole välttämättömiä terveellisen ja monipuolisen ruokavalion kannalta, ja ne voidaan korvata yksinkertaisemmista, puhtaista raaka-aineista valmistetuilla aterioilla.

Esimerkki ultraprosessoidusta ateriatesta ja sen korvaamisesta

Nykyään kouluissa ja päiväkodeissa tarjottavissa ruoissa voi olla runsaasti teollisia ainesosia. Esimerkiksi jauheliha-makaronilaatikko voidaan valmistaa kahdella eri tavalla:

Nykyinen versio (ultraprosessoitu)

Sisältää muun muassa: muunnetut tärkkelykset, emulgointiaineet, aromiaineet, väriaineet, maltodekstriinin ja stabilointiaineet.

Vaihtoehtoinen versio (vähemmän prosessoitu)

Valmistetaan suomalaisesta naudan jauhelihasta, munamaitoseoksesta, kermasta, voista, sipulista, jodioidusta suolasta, mustapippurista ja täysjyvämakaronista – ilman tarpeettomia lisäaineita.

Ehdotetut toimenpiteet Lahden kaupungille

1. Poistaa ultraprosessoidut ruoat päiväkotien ja koulujen ruokalistoilta.
2. Korvata nämä ruoat puhtaista ja laadukkaista raaka-aineista valmistetuilla aterioilla, jotka eivät sisällä tarpeettomia lisäaineita tai liiallista prosessointia.
3. Painottaa ruokalistasuunnittelussa sesongin mukaisia, kotimaisia ja mahdollisuuksien mukaan ekologisesti tuotettuja raaka-aineita.
4. Varmistaa, että tarjottavat ateriat ovat monipuolisia, ravinteikkaita ja tukevat lasten terveyttä ja hyvinvointia.

Päiväkoti- ja kouluruokailu on kasvatuksellinen kysymys

Suomalainen päiväkoti- ja kouluruokailu on osa kasvatusta ja opetusta. Sen tehtävä on tukea lasten ja nuorten oppimista, terveyttä ja hyvinvointia. Nykyinen käytäntö, jossa tarjotaan teollisesti pitkälle prosessoitua ruokaa, ei ole linjassa näiden tavoitteiden kanssa.

Lahden kaupungin tulee ottaa huomioon lasten ja nuorten hyvinvoinnin ja kehityksen tärkeys ja ryhtyä tarvittaviin toimenpiteisiin, jotta päiväkoti- ja kouluruokailu tukee heidän terveyttään parhaalla mahdollisella tavalla.

Lahdessa 3.2.2025

Pro Lahden valtuustoryhmä

Lähetetty sovelluksesta [Outlook for iOS](#)