

# Ravitsemussitoumus – miten yhdessä eteenpäin

**VRN:n sidosryhmäseminaari 13.12.2022**

Arja Lyytikäinen, VRN

**Ravitsemussitoumus on suomalainen toimintamalli, joka auttaa ja kannustaa ruoka-alan toimijoita sekä sidosryhmiä parantamaan ruokavalion ravitsemuslaatua sekä edistämään ravitsemusvastuullisia toimintatapoja.**

**Esimerkkejä viime vuonna tehdyistä ravitsemussitoumuksista:**

#### **ARKEA OY**

Sydänmerkkiaterian laajentaminen henkilöstöravintoloihin

#### **KYMIJOEN RAVINTOPALVELUT**

Tarjoamme oppilas- ja opiskelijaravintoloissa joka päivä kasvisruokaa ensimmäisenä ateriavaihtoehtona



#### **S-RYHMÄ**

##### **Yhteishyvän reseptien sokerisitoumus**

Pidämme lisätyn sokerin määrän minimissä mausta tinkimättä ja kehitämme vähempisokerisia / makeuttamattomia leivontaresptejä.

#### **COMPASS GROUP**

##### **FINLAND**

Ravitsemussuosittelun mukaisten reseptien kehittäminen

Parhaimmat kestävän kehityksen sitoumukset palkittiin 20.9.2022

## COMPASS GROUP FINLAND OY

### Ravitsemussuositusten mukaisten reseptien kehittäminen



#### Sitoumus lyhyesti

*Vuoden 2021 aikana kehitettävistä uusista resepteistä vähintään 50 % täyttää ateriakohtaiset ravitsemuskriteerit, jotka on annettu ruokapalveluille suomalaisissa ravitsemussuosituksissa (2014).*

#### Taustatietoa sitoumuksesta

Teemme tämän sitoumuksen, jotta muistamme itse ja kerromme myös asiakkaillemme, kuinka otamme ravitsemussuositukset huomioon uusien tuotteiden kehittämisessä.

#### Mitä uutta sitoumuksessa?

Uusien reseptien kehittämisessä täytyy ottaa huomioon hyvin monia eri seikkoja. Tällä sitoumuksella huolehdimme, että **myös ruokalajien terveellisyys eli ravitsemussuositusten mukaisuus tulee otettua järjestelmällisesti huomioon.**

# Tehtyjä ravitsemussitoumuksia



KYMIJOEN RAVINTOPALVELUT OY

Tarjoamme oppilas- ja opiskelijaravintoloissa kerran viikossa kasvisruokaa molempina ateriavaihtoehtoina



SUOMEN PUNAINEN RISTI KESKUSTOIMISTO

LOUNASHUONE

Kasvisruokapäivä



SUOMEN PUNAINEN RISTI KESKUSTOIMISTO

LOUNASHUONE

Pehmeän rasvan laatu



SUOMEN PUNAINEN RISTI KESKUSTOIMISTO

LOUNASHUONE

Suolan määrä lounasruuissa



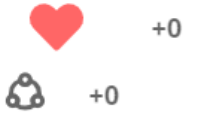
SNELLMANIN LIHANJALOSTUS OY

Resepteille ravintosisältö ja annoskoko



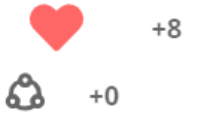
NUORISOKESKUS PIISPALA

Kasvis- ja lähiruuan lisääminen



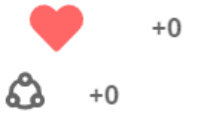
LEIJONA CATERING

Leijonan Sydänmerkki-pääruuat



ATRIA SUOMI

Kalatuotevalikoiman kehittäminen kuluttajille



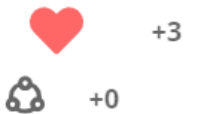
VALIO OY

Valio kasvattaa Sydänmerkki-reseptien määrää



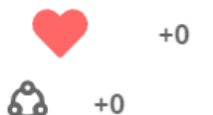
S-RYHMÄ

Yhteishyvän reseptien kuitusitoumus



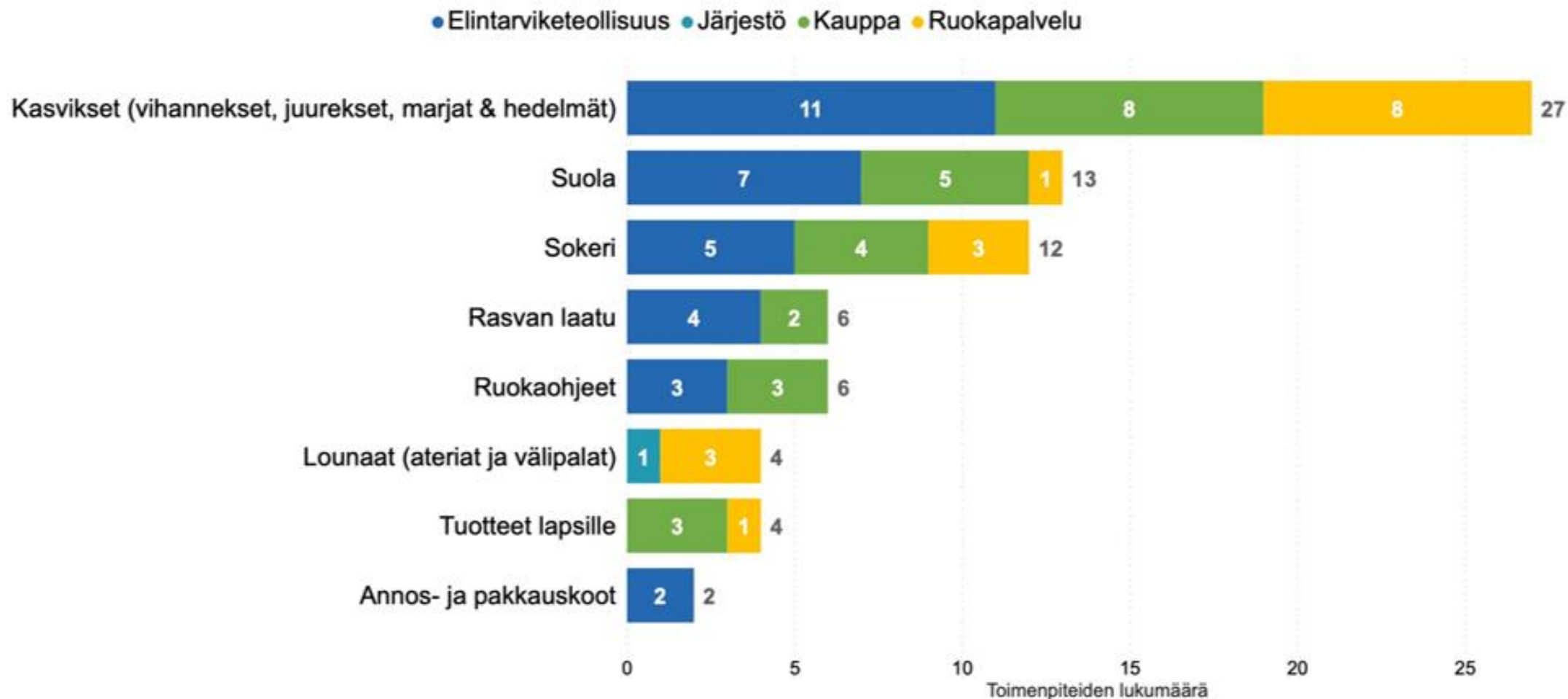
ASIKKALAN RUOKAPALVELU

Saperen käyttöönotto





# Ravitsemussitoumusten sisältöalueet



## Toimenpiteiden yleisimmät toteutukset

**30 %** Uusien tuotteiden kehittäminen tai nykyisten tuotteiden parantaminen

**22 %** Ateria- ja välipalatarjonnan kehittäminen

**20 %** Ruokaohjeiden kehittäminen

## KASVIKSET

- yli 70 uutta kasvituotetta
- 400 uutta kasvisruokahyllyä kaupoissa
- yli 850 kasviskampanjaa kaupoissa
- yli 600 kasvisruokaohjetta kuluttajille
- 25–50 % enemmän kasvisruokapäiviä
- joka päivä tarjolla kasvisateria



## SUOLA

- vähemmän suolaa sisältävien juustojen ja levitteiden myynti n. 685 000 kg/vuosi
- suolan määrä ilmoitetaan uusissa ruokaohjeissa
- ruokaohjeita voi hakea vähempisuolaisuuden perusteella



## SOKERI

- yli 220 vähemmän sokeria sisältävää tuotetta
- koulussa tarjottu 75 % aikaisempaa enemmän välipaloja, joissa ei ole lisättyä sokeria



# Miksi ravitsemussitoumuksia kannattaa tehdä -toimijakyselyn tuloksia



Wp-kysely toimijoille kesä 2021, n=105

## Neljä syytä tehdä ravitsemussitoumus

- Ravitsemusvastuullisuuden edistäminen
- Terveellisten ruokavalintojen edistäminen
- Hyödyt maineelle
- Edelläkävijyys

Yli  
**50 %**  
vastaajista

”Ravitsemussitoumuksen tekeminen herättää keskustelua toiminnan ravitsemusvastuullisuudesta.”

**80 %**  
vastaajista

Parantanut ravitsemuslaatua, mutta ei ole tehnyt ravitsemussitoumusta.

**75 %**  
vastaajista

haluaa, että Ravitsemussitoumus-toimintamalli jatkuu.



# Kehittämisehdotukset

- 1 Tavoitteet ja tarkoitus tulee kirkastaa.
- 2 Sisältöalueet tulee arvioida ja määritellä uudestaan.
- 3 Viestintää tulee lisätä ja terävöittää.
- 4 Laatiminen ja raportointi tulee tehdä yksinkertaisemmaksi ja järjestelmällisemmäksi.
- 5 Resurssit pitää turvata pitkäjänteiseen ylläpitoon ja kehittämiseen.

**Uusina esitettiin mm. seuraavia sisältöalueita:**

- kuitu
- täysjyvä
- punaisen lihan käytön vähentäminen
- palkokasvien käytön lisääminen
- kestävien kalalajien käytön lisääminen



# Miten yhdessä eteenpäin?

- Ravitsemussitoumus-toimintamalli jatkuu entisellään
- Toimintamallin sisällöllinen kehittäminen/muutokset 2023 →
- Sitoumuksen yhteistyömallin vahvistaminen:
  - Vuoropuhelu VNK:n kestävän kehityksen toimikunnan kanssa

*”Hyvän ravitsemuksen edistäminen on kestävän kehityksen työtä”*

- Sidosryhmävuoropuhelu - sidosryhmäseminaarit

## **Jouluisen lämmin tervehdys kestävän kehityksen toimikunnan pääsihteeristöstä, pääsihteeri Eeva Furmanilta ja apulaispääsihteeri Taru Savolaiselta.**

Valtion ravitsemusneuvottelukunta ja kaikki te ravitsemus- ja ruoka-alan toimijat olette kestävän kehityksen ytimessä. Ruoka on osa meidän kaikkien elämää ja iso mahdollisuus tuoda käytännön kestävyysajattelu ja -valinnat ihmisten arjen keskelle. Terveellisen, ekologisesti ja sosiaalisesti kestävästi tuotetun ruuan kautta voimme edistää systeemistä kestävyysmurrosta. Tässä murroksessa juuri teidän työnnne on erittäin tärkeää.

Yksi erinomainen tapa tuoda työtänne näkyväksi on tehdä kestävän kehityksen ravitsemussitoumus Sitoumus2050.fi –alustalla. Sitoumus2050 on alusta, jolla kaikki yhteiskunnan toimijat voivat tehdä julkisia ja mitattavia sitoumuksia kestävän kehityksen edistämiseksi. Alustalla voi tehdä eri tyyppisiä sitoumuksia vapaaehtoisista green deal sitoumuksista kestävän kehityksen yhteiskuntasitoumuksiin.

Oma sitoumustyyppinsä on ravitsemussitoumus, joka on osoittautunut erinomaiseksi tavaksi tuoda esiin ravitsemusalan kestävyystyötä. Sitoumus2050 on tärkeä työkalu myös kestävän kehityksen toimikunnan sihteeristölle saada tietoa ja seurata käytännön toimijoiden ponnisteluja kestävyysmurroksen edistämiseksi. Toivommeekin, että ensi vuonna näemme ennätysmäärän uusia ravitsemussitoumuksia ja pääsemme muutenkin tekemään tiivistä yhteistyötä valtion ravitsemusneuvottelukunnan kanssa. Sitoumuksen tekeminen olisi myös hieno tapa osallistua kestävän kehityksen toimikunnan 30-vuotisjuhlavuoteen.

**Kiitos ja rauhaisaa joulunaikaa**